

职场问答

问：平台企业承担哪些职业伤害保障待遇？

答：新就业形态就业人员在治疗期内的生活保障费，由平台企业承担。生活保障费标准不得低于本市职工月最低工资标准，可按实际天数折算。

生活不能自理的职业伤害人员在治疗期内需要护理的，由平台企业负责。

问：人社部门收到职业伤害待遇给付申请后，多久作出职业伤害确认结论？

答：区人社局对申请材料齐全、事实清楚、权利义务明确的，应当在10个工作日内作出职业伤害确认结论，或在30个工作日内进行调查核实并作出职业伤害确认结论。



职业指导

放下“架子”才能重新上路

现实社会中，部分职场人不愿舍弃或执迷于“高大上”工作，不愿意从事“拧螺丝”工作，结果迷失自我而失去方向。

案例回放：

张明，男，35岁，工程管理本科学历。上份工作是在国企的关联公司里做项目管理。张明对上份工作十分满意，恋恋不舍，年入十多万。疫情后公司业务不佳裁员，张明被辞退了。两年来，张明通过街道、公益机构、网上求职，但始终没有找到心仪的工作。

案例分析：

张明在整个指导过程中，反复提到自己的上一份工作，为曾在国企工作而骄傲，并以此衡量和判定未来的工作。这份曾经的工作已经成为张明舍不去的执念，下不来的“高台”。

指导师总结出工作内容概述法：工作内容=职责+业绩+工作经验。然而，张明对其工作内容仍然含糊其词，虽工作了十余年，却没有磨炼出核心的职业竞争力。

指导过程：

针对张明优越感和信心不



足并存，情绪不稳与急于求职交织的状态，指导师制定了“双导”（职业指导+心理疏导）、“三师”融合（区+街道+公益机构）指导方案：

1. 指导过程求稳。指导中力求不刺激求职者，不激化矛盾。指导师不直接指出求职者问题症结，而是通过不断与求职者共同复盘求职过程，让求职者受启发后发现目标与现实

的差距，意识到上一份工作之所以待遇高是源于行业阶段性的高利润，而非通常情况下市场工资水平。上一份工作不应该成为求职的桎梏，而是再就业的砝码。

2. 推荐岗位要快。长期失业不仅打击求职者的求职信心，更重要的是打乱张明生活理念和节奏。在失业期间，张明晚上失眠白天补觉，长此以往损坏的不仅是身体，还有心理健康软杀伤。因此岗位推荐要快而准，各种招聘会、面试会推送和介绍要及时到位，快速主动的服务有助于帮助求职者振奋精神，提振和恢复求职信心。

3. 关怀家庭家属。张明部

分压力来自家庭，长期失业会传导家人产生焦虑，从而在日常言行中影响到张明，也容易过度干涉求职过程，导致张明出现抑郁心态和烦躁情绪。家访时，指导师一方面给家人解析现在的就业形势和就业政策；另一方面建议家人理智看待现实，接纳求职的不易和不完美，安抚家人多帮扶而不只是焦虑。

经过职业指导，张明回归了理性的平常心，调整姿态重新进入职场。不久，张明顺利通过上海保安押运公司面试，欣然接受了保安押运的工作。

指导总结：

共情润心，指导相长，职业指导应当是助人自助的过程。职业指导要防止带着批判心理看待求职者，不能先入为主进行负面评判，而是用空杯心态，重新接纳求职者。指导时既要恰当共情也要适时抽离，恰当共情能尽快取得求职者信任，适时抽离能理智分析求职难点，对症下药。同时采取联动街道、公益机构，多维度开导和助力求职者，达到有效帮助求职者成功就业。

（闵行就促中心 黄佳萍）

求职驿站

从都市归乡，巾帼绽放新风采

案例背景：

小顾是一位90后女生，曾在上海市中心打拼奋斗，后因家庭原因选择回到家乡崇明。小顾来自低收入家庭，拥有独立自主的性格和敢想敢做的冲劲，最终她在乡镇生态养护业找到了自己稳定的工作，做到了工作与家庭两不误。

案例分析：

职业指导工作的首要任务是准确诊断求职者的诉求和问题。在小顾的案例中，就业援助员敏锐地捕捉到了她的两个主要问题：一是如何平衡工作与家庭的关系；二是如何在崇明找到合适的工作岗位。这两个问题既体现了重点人群的共性问题，即家庭与事业的如何平衡，也体现了小顾作为个体的差异化需求。

指导过程：

一是引导小顾明确自己的职业目标和发展方向。小顾已经升级成为了宝妈，目前生活的重心主要还是围绕孩子，但这并不意味着要放弃自己的事业追求。小顾有多年从事保障事务的工作经历，回崇明发展

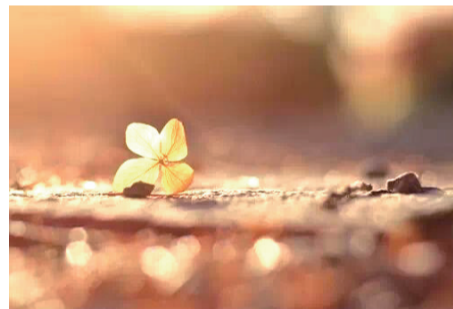
虽然是权衡的选择，相信也能绽放自己的风采。

二是帮助分析崇明就业市场的需求和岗位特点。崇明的工作岗位较少，而且薪资标准也相对低些，小顾需要接受这种现实落差。鉴于小顾还要哺乳带娃，需要比较宽松的工作环境，就业援助员鼓励小顾报名生态养护社工作，工资虽不高，但工作稳定还离家近。

三是指导小顾做好岗位应聘笔试和面试准备。包括生态养护理论知识学习及面试技巧等方面准备。生态养护社岗位的考试虽然不算难，但隔行如隔山，如何尽快掌握新的知识技能，把过往的经历和经验融入新的工作中，也是不小的要求和挑战。

工作成效：

本案例中就业援助员把握小顾的需求，从她的家庭背景、职业经历、个人性格等方面出发，制定针对性的指导方案，精



准确把握求职者需求。在指导过程中，既关注重点人群的共性问题，如家庭与事业的平衡问题，也充分考虑了小顾作为个体的差异化需求，工作期间还需要哺乳照顾小孩，特殊群体求职指导的思路和方法，值得更深入地总结、分析和探索。

经过职业指导人员的精心指导和有效帮扶，小顾最终成功在崇明找到了稳定的工作岗位。一段时间后，因为工作表现优秀，小顾被调派到事务受理中心工作岗位，她的就业故事不仅展现了个人的努力和奋斗精神，也体现了职业指导工作的成果和价值。

（崇明就促中心 王婕宇）

求职路标

“海投”的失败是大概率

小陈，女，应届本科生，性格外向，表达能力较强，国际经济与贸易专业。毕业后，小陈不停地四处找工作，投出了近百份简历却未果，这让她产生了不自信，情绪很低落。

职业指导老师了解到，从学历背景到实践经历，再到性格特点优势，小陈是一个独立性很强、有扎实英语功底、责任心强的人。因为是应届生，“海投”简历主打的就是碰运气，只要能“中标”，觉得自己什么都能做。然而，最后却是不了了之，这样的结果导致小陈很迷茫。

针对小陈的情况，指导老师给予几点建议：

一、梳理和优化简历

应届生的简历的确简单，但抓住自己在校经历和实习中的亮点，还是有吸引HR眼球的地方。简历重点要突出能力和优化实践经历，挑选重点、优势和成果。自我描述要简明扼要，展现优势，扬长避短，尽量贴合应聘岗位的要求。简历上的照片不要放生活照，最好放近期证件照，以示对应聘公司和岗位的重视，也是对HR的尊重。

二、针对性投递简历

应届生切忌“海投”，求职目标首先要立足自己所学专业，既可以将多年所学专业理论知识学以致用，又可以在非专业竞争对手中占有先机，近水楼台脱颖而出。应届生也可以从自己的兴趣特长出发，在有兴趣的前提下工作，可以将自己从事的工作做得更投入、出色和持久，同时选择自己感兴趣的领域，工作起来也会更轻松愉快。

三、面试前认真准备

应聘面试前，必须精心准备3分钟的简短自我介绍，对面试企业要做相关信息收集，包括企业类型、企业背景、企业的产品、企业服务的对象，对应聘职位的具体岗位职责、专业要求、薪资待遇有所了解。面试中注意面试的着装、礼仪，以及面试应答的技巧和细节，最好在正式面试前，自己先进行模拟面试的练习。

通过指导，小陈有了启发和收获，她表示不会再“海投”简历，而是会认真思考自己的职业定位，有针对性地投递简历，做足面试前准备。小陈自信满满地对指导老师说：“我一定会找到工作的！”（徐汇职介 汤桢慧）



上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘”的推荐岗位

Table with 5 columns: 单位名称, 岗位名称, 招聘人数, 年龄要求, 文化程度. Rows include 上海迩禾企业服务有限公司, 萌想(上海)网络科技有限公司, 上海京申大众公共交通有限公司.

注：1、以上所列的各推荐岗位，建议登录上海市人社局网站(http://rsj.sh.gov.cn)的“上海公共招聘”特色专栏查询。2、此处刊登的招聘信息可能会有变动，请以上海公共招聘特色专栏即时发布的信息为准。如需进一步咨询请拨打12333上海人力资源和社会保障热线。