

职场问答

问:为什么要实施延迟法定退休年龄改革?

答:70多年来,我国经济社会和人口结构已经发生重大变化,需要对法定退休年龄进行调整。

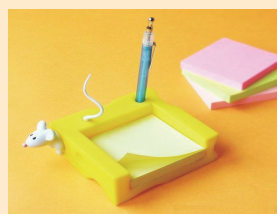
延迟法定退休年龄改革适应我国人均预期寿命提高、国民受教育年限普遍增加的客观情况,提升人力资源开发利用效率。

适应人口年龄结构变化,增加全社会劳动力有效供给。

适应劳动者多样化需求,满足不同工作生活安排需要。

问:延迟法定退休年龄改革的主要特点是什么?

答:小步调整、逐步到位,弹性实施、自愿选择,分类推进、有序衔接,统筹兼顾、协同配套。



求职路标

带好求职“望远镜” 锚定就业“定盘星”

【案例介绍】

小周,毕业于日本某大学商务日语专业,2023年回国,凭借自己的才华和努力,成功考取了日语能力二级证书,并顺利进入一家电子科技公司。然而一年工作下来,小周意识到这份工作与他的专业背景并不契合,发展空间也有限,于是辞职寻找新的工作。

职业指导师与小周接触后发现,小周身材高大,形象出众,有良好的语言天赋和表达能力,希望找到一份与日语翻译相关的工作。然而,由于小周的资历尚浅,缺乏实际工作经验,一些专职的翻译工作往往有更高的门槛,而一些较为简单的翻译,在当下已经可以用工具完成。现实让小周感到茫然失措,也没有了以前的自信。

【问题诊断】

小周的问题在于:一方面,他不具备自己理想岗位所要求的能力和实践经验,虽然日语水平很自信,但毕竟资历浅;另一方面,他不了解国内就业市场行情,意向岗位太局限,一旦



认准的求职方向遭遇打击,就不知所措,怀疑自己的优势是否还能发挥。

在国外镀过金,有高学历,回国后在第二语言上比别人有优势,但求职并不如预期那样一帆风顺,这是小周的不幸,也是许多海归们的困惑。其实,像小周这样的回国留学生该如何扬长避短,走好回国后的求职路,是有章可循的。

【指导建议】

一、树立自信不自负。海归们凭借留过洋,习惯性认为回国能很快找到好工作,但留学

和好工作没有必然联系。单位是否录用,还是看一个人的素质和能力。建议心态放平,把自己当成国内毕业的大学毕业生一样去找工作,多渠道了解国内就业市场行情,并结合自身能力完善简历、了解意向企业和岗位情况,做好求

职前准备,才会有更多更好的机会和效果。

二、巩固优势强技能。无可否认,回国留学生在第二语言上确实有优势,但这种优势还不足以一帆风顺地找到好工作,且在求职能力上有诸多不足。所以海归们还要提升自己的求职竞争力,从一线岗位做起,积累工作经验,努力使自己具备理想岗位要求的能力。小周应该抓紧考出日语能力一级证书,可增强自己擅长或熟悉的专业,努力向专业翻译靠拢。

三、绘制圆心扩圆周。定一个求职方向作为圆心,在还无法一击即中圆心时,结合自身和市场的需

求,去了解自己的优势还可以在哪些岗位上发挥,将这些岗位都变成自己的选择,把意向岗位的范围扩大,画一个大圆。比如考虑酒店行业,不少星级酒店都入驻在静安区,家在本区上班也近,本人的外形也很好,利用日语优势在酒店业发展是个好的选项。

【指导成效】

经过职业指导,小周恍然大悟,自己从来没有想过还有这样的选择,表示今后一方面会不断努力提升自己的就业竞争力,同时要多了解就业市场,结合自身能力、兴趣和市场需求拓宽求职视野,也会认真考虑酒店行业的岗位。

所以,期望顺利就业的海归们,一定要放平心态,认清自身优势和不足,求职路上请带上“望远镜”,拓宽求职视野,勿让“海归”变“海待”。

(静安职介 吴雯)

求职驿站

重拾信心回归职场

案例背景:

李女士,33岁,大专学历,过去一直在市区工作。今年年初,李女士由于婚姻的原因,选择来到郊区定居。本以为地域变化不会对职业生涯带来太大的冲击,没想到投递的简历如同石沉大海,没有任何的回应。李女士的简历上写满了工作经历,然而这些经历似乎在新的就业市场并不受待见,让她的信心受到了严重的打击。李女士陷入了职业困境中,对未来的职业道路也感到一片迷茫。

难点分析:

- 1. 求职困惑,缺乏明确的目标;
2. 简历困惑,投递效果不佳;
3. 期待过高,脱离当地求职市场;
4. 技能缺乏,匹配岗位少。

指导思路:

为了更精确地找到自己的职业定位,对目标企业和岗位需求要进行深入的了解,找到自己专业技能与目标职位需求的结合点。

由于李女士之前的薪资相

对较高,因此她对现阶段的薪酬和职业发展有过高期望,在现实的求职市场中,这种期望可能会导致她的求职之路受阻。为了提升求职成功率,李女



士需要根据求职岗位特点量身定制简历。要重点强调与岗位相关的技能和经验,并用具体的成果来体现工作绩效。李女士面临的另一个挑战是缺乏一些关键技能,例如提升计算机操作和有效沟通技能等。

在当前的就业市场中,这些职业技能对于专业发挥是必不可少的,而李女士的技能欠缺可能使她在求职竞争中处于不利位置。

指导过程:

- 1. 梳理市区与郊区求职市

场情况的区别,分析李女士的工作经历,评估她的知识、技能和能力程度,拓宽就业范围。

2. 引导李女士调整心态,降低不切实际的期待,认识到失业一年的劣势,建议她“入乡随俗”,做好待遇波动的准备。

3. 帮助李女士制定明确的求职目标,定位在行政文职岗位类的工作,及时提升自身的计算机操作、沟通表达等能力。

指导效果:

经过职业指导,李女士重拾求职信心,放下之前对工作的过高期待,寻找与自己契合的工作岗位。对自己的简历进行了精心修改完善,使得个人优势得以凸显,并积极提升自己的计算机操作和沟通表达技能。不久,李女士获得了两次面试的机会,一个是仓库管理,另一个是网络客服。无论结果如何,李女士表示要鼓足信心,积极争取,再一次从容不迫地走向职场。

(金山就促中心 居思惠)

求职技巧

把握七点 决胜面试

如何在求职面试时牢牢抓住面试官的眼球,“秀”出一个与众不同的自己,最终赢得工作机会呢?企业评价一名应聘者,往往看重的是其专业技能和综合能力。如果拥有以下七种核心素质,那么打动面试官的机率将大大提升。

1. 进取心和热情

在工作中具有强烈进取心和热情的人,往往能够全面调动自己的综合能量,而且这种积极正面的工作状态会传染别人,带动身边人群乃至整个团队的良好发展。

2. 沟通交流的技巧

在职场中能够有效沟通,意味着能够清楚而有说服力地传递信息、想法以及态度,如果能表明自己具有良好的沟通技能,能通过书面和口头语言有效地影响别人,那么你成功的机会就会大大增加。

3. 个人成功的经验

阐释自己的成功原因,从中提炼核心技能和特长,并说明可以直接转换并应用于应聘的职位。如能指出成功经历与企业的未来需求存在紧密联系,更能引起面试官的注意和兴趣。

4. 理性和思考能力

在面试中显示出分析和解决问题的能力,比如对自己的职业生涯有明确的定位和规划,自己为什么能胜任这类工作,自己能够在工作中发挥哪些优势,为企业服务时也能挖掘自身潜力。

5. 展现个人的情商

情商是指职业情商即职场EQ,表现为人际关系好,工作态度积极,有较好的人格魅力,能较好地应付职场中的复杂局面。情商可以通过体验式学习培训获得,为职业生涯打下了良好基础。

6. 统筹计划与组织

面试中注意体现清晰的思路,在分析问题、制定措施、解答问题等过程中体现出来。比如面试官问:怎样在该职位快速进入状态并开展工作?这个时候就要充分发挥统筹计划与组织的能力。

7. 良好的抗压能力

职场压力来自多方面,最根本的是工作任务压力,其实做成任何事都会有压力。辩证地看,一定程度的压力也是动力和机遇,面对压力问题采取一种积极进取的态度,就能在面试中脱颖而出。(长宁职介 周超)



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: 上海市政工程设计研究总院有限公司 (设计师, 50, 22-30岁, 本科), 上海建工四建集团有限公司 (安装技术管理, 10, 21-26岁, 本科), 上海沪尚智融高科技有限公司 (销售经理, 15, 20-45岁, 大专).

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。