

职业指导

职场问答

重新认识自己再出发

案例回放:

郑女士,今年40岁,大专学历,毕业于浙江某传媒学院,编导专业。毕业后郑女士顺利进入了一家传媒公司,做广告执行工作,干得也算是得心应手;但由于近些年来企业效益不好,面临倒闭,去年郑女士被迫离职了。失业后,郑女士一直在网上寻找相关工作,投出去的求职简历都石沉大海,自己不知道今后的发展方向在哪儿?如果改行的话也不知道是否可行?

指导过程:

针对郑女士的实际情况,职业指导员帮助她进行了综合分析,并给出了以下建议:



一、重建求职自信心

郑女士刚来咨询的时候,看得出内心十分焦虑,在一家单位做了十多年,工作非常专一又稳定,面对现在的境遇的

确很无奈。目前关键是要重新振作起来,对自己已经拥有的人脉和工作经验,重新就业应该不是一件难事。听了职业指导员这番话后,郑女士缓和了焦躁不安的情绪。毕竟求职找工作关键还在于自我,重拾信心至关重要,不要被一时的负面因素牵绊了进取的脚步。

二、自主创业是选项

郑女士在广告媒体行业已经摸爬滚打了十多年,可以说在这个专业领域已经找到了自己的一席之地,也积累了丰富的工作经验和人脉关系,所以应该看到自己所拥有的这些宝贵“财富”,如果能够充分发挥和合理利用,完全可能在发展道路上做到事半功倍。尝试自主创业开一个行业工作室,不仅可以享受一些创业扶持政策,前期投入的成本和风险也不是很高。

三、及时给自己充电

郑女士虽然在广告行业做了较长时间,但她做的事务比较单一,市场方面的工作还停留在传统的模式上,和时下一些主流新媒体及线上方式还未接轨。建议通过线下和网络学习,与同行的朋友和同学交流,汲取好的方式和经验,提升自己线上活动策划、自媒体宣传和文案编辑推广的知识和技能。从年龄段来看,要适当提升管理能力,发挥执行上指导和创意的重要“角色”。

四、拓宽求职的渠道

在交谈中了解到,郑女士只是通过一个网络平台进行求职找工作,所以也建议她多开拓一些求职渠道,关注线上一些热门招聘网站,及时查寻和浏览相关的招聘岗位,并推荐了“上海公共就业招聘新平台”。职业指导员也为她推荐岗位信息和区域现场招聘会活动,多些渠道提供就业机会。另外,重新步入职场要适当放低自己的薪资要求,毕竟对现实和找对行业才是更重要的。

不久,郑女士传来了就业的好消息,她已经入职了一家做市场运营策划工作,感谢职业指导员对她的帮助。在此也希望郑女士的职业生涯有更好的发挥和发展,干出自己的一番事业。

(徐汇就促中心 陈琦)

○问:经济补偿上限如何确定?

●答:劳动合同解除、终止时,符合法定情形的,用人单位应按劳动者在本单位工作的年限向劳动者支付经济补偿。劳动者月工资高于本市上年度全口径城镇单位就业人员月平均工资三倍的,用人单位向其支付经济补偿的标准按本市上年度全口径城镇单位就业人员月平均工资三倍的数额支付,向其支付经济补偿的年限最高不超过十二年。

○问:用人单位可以要求劳动者提供担保或者以其他名义向劳动者收取财物吗?

●答:用人单位招用劳动者,不得要求劳动者提供担保或者以其他名义向劳动者收取财物。

用人单位违反《劳动合同法》规定,以担保或者其他名义向劳动者收取财物的,由劳动行政部门责令限期退还劳动者本人,并以每人五百元以上二千元以下的标准处以罚款;给劳动者造成损害的,应当承担赔偿责任。



求职技巧

“海归”回国求职小贴士

随着国内经济结构的调整以及就业市场对海外留学人员的需求转变,“海归”的就业形势近几年也发生了很大的变化,有些“海归”头上的光环已经远没有过去那么耀眼了。越来越多遇到这类人员的咨询,如何提供有针对性的职业指导显得尤为重要。以下几点是比较通用的建议:

一、明确职业规划

职业规划与留学规划同样重要,以往许多人认为出国先读个好大学、热门专业,以后就业就没有问题了。出国留学就会有好工作存在误区,越来越多“海待”的现实,给出国留学人员提了醒,在回国前就应当思考自己的职业目标和兴趣所在,评估自己的技能和背景是否符合目标岗位的要求,并提前为之做好准备。

二、制作优秀简历

简历应该简洁明了,突出自己的教育背景、实习经历和技能特长,避免错别字和格式错误,确保简历的专业性和吸引力。在留学期间积累的实习经验、工作经验和社会阅历,要能够在简历当中着重进行描述,这有助于提升自己的求职竞争力。

毕竟专业能力才是“海归”求职的价值所在和硬道理。

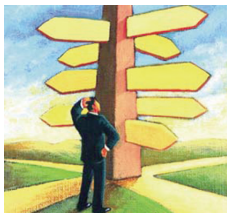
三、把握招聘时间

秋招通常在每年的7月至12月之间,而春招则在次年的1月至4月。要及时根据目标行业及企业的招聘时间,调整自己的回国日程。无法回国也应该利用互联网寻找与企业线上沟通,除了传统的招聘网站和招聘会,也可以尝试通过社交媒体、行业论坛、校友会等渠道寻找机会。此外,主动联系公司或组织也是不错的方法。

四、摆正求职心态

在目前全球大环境比较低迷的情况下,一定要保持积极的求职态度,切勿好高骛远,什么非500强企业不去,非高薪职位不求,这样会导致就业高不成低不就的尴尬局面。回国后即使遭遇落选或拒绝也不要气馁,要找到短板和问题,持续学习新的技能,不断提升自己的市场价值,及时调整自己的专业技能和心态。通过以上这些步骤,出国留学人员可以更加系统地准备自己的求职之路,增加找到理想工作的可能性。

(嘉定职介 宋稳静)



求职驿站

低学历青年人的求职路

就业是最基本的民生,积极推进构建“15分钟就业服务圈”,让居民感受到在家门口、在身边便捷的就业服务。

案例背景:

23岁的小唐,毕业于上海某职业技术学院。毕业后一直处于求职状态,迟迟没找到合适自己的工作,表示自己很迷茫,找不到发展方向。

就业指导老师建议小唐参加街道的见习岗位,通过见习加强与社会的联系,从而尽快从学生转变为职场人的角色转换,培养职业自信和成熟度。

小唐欣然接受指导建议,在见习过程中虚心好学,对自

己的工作尽心尽责,只是仍缺少自信,对职业发展十分迷茫。就业指导老师便跟进安排了一对一职业指导。

针对小唐的情况,应当从多途径为其提供就业服务,尽快就业或参加就业准备活动。



指导过程:

小唐由于学历等因素,在面试中屡屡碰壁,导致越来越没有信心。针对其实际情况和问题,指导老师首先对小唐进行心理疏导,调整心态,并提出建议:可以通过成人高考提升学历,继续精进钻研自己的专业,从而增强求职竞争力。针对每次应聘的岗位,对简历要做出适当的调整,重点突出与岗位相匹配的能力素质。

综合分析和评估小唐的个人特点、能力优势以及大学时期学习生活经历,街道受理中

心就业服务老师在小唐见习期间,向其推荐了物业管理岗位的应聘。投递应聘简历后不久,小唐便收到了该单位的面试通知,并顺利通过面试成功入职。这次面试也使他打破以往对面试的恐惧,对未来更加充满信心。

在后续的跟踪指导中获悉,由于公司离家太远,小唐最终还是选择了辞职。经过几次应聘面试实战和复盘分析指导,小唐的面试能力和技巧有了显著提高。正巧了解到保安押运公司正在招聘,于是推荐小唐去面试,小唐再次顺利地通过了面试入职。指导老师也希望小唐在以后的工作中有更好的表现和发展。

案例小结:

就业援助工作要积极搭建岗位供需对接平台,提供精准服务。通过指导帮扶主动排摸,掌握失业人员的最新就业创业意愿、技术技能水平、培训提升需求等信息,建立跟踪回访服务台账。同时,加强部门协调联动,提供政策咨询、岗位信息推荐、“一对一”职业指导,针对性地让家门口的就业服务更精细化、高效化。

(青浦职介 周月婷)

上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘”的推荐岗位

单位名称	岗位名称	招聘人数	文化程度
中国人寿保险上海市分公司	社区服务专员	10	高中
上海祺祥人力资源服务有限公司	财富规划师	10	本科
三井高科技(上海)有限公司	工厂冲压工	15	高中

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。