职等你来

上海沙格海洋工程有限公司

招募岗位：

电仪工程师 2人

岗位薪资：5000-8500元/月

学历要求：本科

职位描述：

1.电气自动化、仪表自动化或机电一体化等相关专业本科及以上学历；

2.工作积极主动，乐观向上，有责任心和抗压能力；

3.具备较强的协调、执行能力及高度的团队协作精神；

4.熟练掌握电气控制设计原理，熟悉电气仪控盘箱柜的设计制造；

5.熟悉工业过程控制、自动检测技术及仪表控制、系统集成等；

6.具备自动化仪表的调试经验；

7.熟练使用CAD及办公自动化软件；

8.能胜任出差至现场完成项目调试工作；

9.完成领导安排的其他临时事务性工作。

工作地址：崇明区城桥镇工业园区中街山路277号

上海冠华不锈钢制品股份有限公司

招募岗位：

冲压操作工 20人

岗位薪资：5000-7500元/月

学历要求：初中

职位描述：

1.在车间主管的领导和班组长的指挥下开展工作；

2.自觉遵守公司安全、品质、5S等各项规章制度，自觉服从工作安排；

3.严格按照产品工艺要求及操作规程进行作业，发现异常及时上报班组及部门主管；

4.完成模具的试冲、调整，排除一般模具产生的问题；

5.强化品质观念和工作责任心，各工序作业者对本工序的品质要做到自检，确保不良品不流出；

6.按规定认真填写当班各项相关记录，并按时上报或整理各项表格填写；

7.增强效率意识，加强协调配合，确保当班生产任务的按时完成；

8.工作踏实，能吃苦耐劳，学习能力强并有良好的人际沟通能力；

工作地址：崇明区新村乡新洲村800号

上海宇相经贸发展有限公司

招募岗位：

业务经理 2人

岗位薪资：5000-8000元/月

学历要求：中专

职位描述：

1.综合运用现代传统营销模式，围绕金属材料(特殊钢、铝材、铜材等)进销存，开展相关的一系列工作；

2.电子商务、营销等相关经济类专业，材料等理工类专业；

3.有相关工作经历优先。

工作地址：无锡不锈钢市场等

上海麦睿菱测量技术有限公司

招募岗位：

一、装配调试员 3人

岗位薪资：5000-7000元/月

学历要求：大专

职位描述：

1.根据装配图纸、工艺流程和工作指导书的要求进行零部件的装配，熟悉机械设备的结构和装配原理，能够正确地安装和固定零部件，保证装配质量和产品性能；

2.零部件装配完成后，设备装配调试员将各个零部件组装成组件。在组装过程中，需要注意零部件和组件之间的配合精度，保证各个部件之间的间隙和协调性，以确保设备的稳定性和正常运行；

3.设备装配调试员在装配完成后，需要进行调试和验证工作，对装配好的设备进行功能调试，电气测试和性能测试。在测试过程中，根据测试结果和测试要求，对装配的设备进行调整和修正，以确保设备达到设计要求和客户要求；

4.在装配调试过程中，如果出现故障或问题，设备装配调试员需要解决故障原因并进行修复；

5.设备装配调试员在装配调试完成后，需要提供技术支持和培训，编写装配调试报告，技术文档和操作手册，向用户或客户提供设备的使用指导和技术支持。需要培训用户或客户操作人员，确保他们能够正确使用和维护设备。

二、机械设计师 3人

岗位薪资：7000-12000元/月

学历要求：本科

职位描述：

1.负责机械设备设计，与电气相关部门配合完成产品设计；

2.外购件，标准件选型，机械图纸出图及BOM清单维护；

3.负责设备生产、装配、调试过程中的技术指导工作；

4.负责完成新产品、新项目前期的可行性分析、资料收集等工作；

5.负责产品三维建模，满足客户评审需求和内部设计与工艺的需要，组织项目机械部分工程评审；

6.负责完成图纸的校对、工艺、标准化、审核流程；

7.负责项目采购件的选型、技术协议制定、下单；

8.负责项目设计的输出完整性及资料编写；

9.负责非标准设备的开发设计，包含机构、部件、材料等选取；

10.编写开发项目的概要设计，技术评审，技术文件的整理。

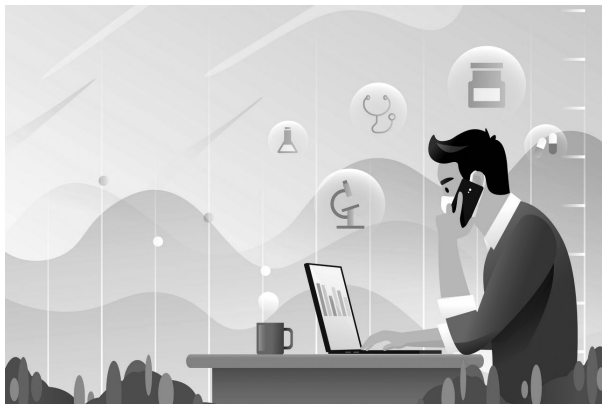
工作地址：岚丰路850弄15号楼

报名方式

本版刊登的各招聘岗位，可以登录上海市人社局网站(http://rsj.sh.gov.cn)的“乐业上海第一站”特色专栏查询并投递简历。若有变动，请以“乐业上海第一站”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。

职场指导

调整就业心态，从“高开低走”到重新出发



小杰毕业于上海一所双一流大学的工商管理专业，在校期间他的专业成绩非常好，对专业知识的悟性很高，不需要花费太多的时间和精力在课业上就能拿到奖学金，这让小杰认为大学生活完全可以轻松度过，他觉得有了高绩点和奖学金将来毕业找工作肯定也不是什么难事儿，于是他把大量的时间耗费在游戏中。但当毕业季到来的时候，现实给他上了一课，空白的校内外实习、实践经历让他四处碰壁，校招时有企业问他关于未来的规划、对企业的了解以及自我优劣势的认识，小杰更是一问三不知。最后在家人的推荐下他进入了保险行业做门店助理。两年时间里，没有销售岗位的指标压力，也不需要过多的人际处理要求，小杰只是负责简单的销售数据录入和业务咨询，如果不是因为部门调整，他可能会在这个岗位上如此日复一日地荒废生活，但这样“躺平式”的态度是无法应对就业市场的瞬息万变的，现在的小杰又被迫处于失业的困境之中，迷茫不前。

从一流大学的毕业生到失业青年，小杰的职业生涯可谓是“高开低走”。虽然在专业理论知识上能够取得高分，但这不代表就能在岗位上得到完美的应用，毕竟书本上的知识和实践是有很大差别的，他原本可以通过实习，较好地巩固自己的专业能力，就因为浑浑噩噩地浪费大学生活，错失了宝贵的机会。归根结底就是缺乏就业的积极性，没有打好职业生涯发展的基础。

职业指导师首先帮助小杰建立就业信心，缓解焦虑迷茫的心绪，鼓励他重新规划自己未来的就业路径，两年的时间并不算太久，及时发现问题所在就能扭转局面。在深入的交谈中小杰也意识到了先前自己的就业心态过于消极，并愿意以全新的状态对待往后的生活。在指导师帮助下，小杰梳理了他从学习到就业的经历，充分挖掘自己的优势，比如一流大学的教育背景、优异的专业成绩、高效的学习能力等等，他对自我的认知也逐步清晰。

接下来就是方向的确定。工商管理专业有市场营销、财务管理、企业管理等大类的课程，小杰说自己在校期间就对市场营销的实训课程比较感兴趣，上课也更能投入其中。因此他可以从策划、营销推广、市场调研等这些岗位中进行选择。厘清就业方向后，指导师指导小杰进行岗位筛选，将任职条件与自身能力进行对比，将工作内容与职业兴趣相匹配，相比于主观性更强的策划类岗位，小杰更擅长对数据的处理分析，最终确定了市场分析助理的岗位。小杰表示愿意踏踏实实地从基础岗位做起，调整好就业状态，走好将来的每一步。

从小杰的经历中我们也可以进行一些思考：

踏入职场最重要的是提前树立起职业生涯规划的意识。专业知识是工作胜任力上的准备，是就业市场上有力的竞争因素，但是职业生涯的第一步是明确就业方向。作为在校大学生，在确定就业意向时我们不妨问问自己：我喜欢自己的专业吗？自己的专业能力是否能够成为就业路上的有利竞争因素？除本专业外，我还有其他更明确的发展方向吗？在此基础上，对比自身能力与意向岗位的差距，并通过努力不断缩小这个差距，以实现职业目标。

除此之外，保持积极正向的职业心态很重要。职场需要持续地学习，社会在不断发展，“躺平式”的心态只会逐渐消磨意志。职业发展的道路不进则退，在就业路上我们会遇到各种困难，有的人选择躺平摆烂最终难逃被淘汰出局，有的人选择激流勇进，终将实现职业生涯的一路高歌。 （徐汇就促 童金艳）

就业见习

上海市新华律师事务所

招募岗位：

律师助理(见习) 2人

学历要求：本科

职位描述：

1.案件材料整理。负责各类案件的立案材料的初步准备、整理工作并撰写立案相关文书材料；负责各类案件结案材料的整理，并完成卷宗装订工作；

2.撰写法律文书。在律师的指导下，根据客户提供的材料，负责撰写各类法律文书的初稿；

3.合同草拟及审核。在律师的指导下，根据客户的要求，负责合同的草拟或对客户的提供合同进行审核，提出修改意见；

4.法律素养提升。熟悉民法典、民事诉讼法、公司法、劳动合同法等各类法律的规定，并学习相关法律在实务领域的具体运用方式。

见习补贴：2152元/月

工作地址：天山路1717号SOHO天山广场T2栋1703室

上海齐科信息科技有限公司

招募岗位：

智能数据分析(见习) 5人

学历要求：大专

职位描述：

1.熟练使用公司内部业务系统，对公司内部流程的流转工作能独立完成；

2.熟练掌握数据采集、数据加工、清洗存储、查询等；

3.学会制作数据应用的专业性报表等；

4.良好的设计能力、沟通能力、团队协作能力及项目掌控能力；

5.组织协调能力、项目控制协作能力以及良好的沟通表达能力和经验；

6.业务体系的研发设计和建设，通过数据产品和数据服务等方式，赋能商家、运营的业务增长，协调各部门完成项目任务；

7.业务的数据建设、数据服务化的设计、开发、性能优化，为上层分析和挖掘提供可靠、统一的离线+实时数据服务；

8.积极主动完成领导交办的其他工作。

见习补贴：2152元/月

工作地址：青浦区佳杰路99号A1栋1102室、华浦路500号7号楼3层

上海建工医院

招募岗位：

公卫检验技师(见习)4人

学历要求：大专

职位描述：

检验岗位。

见习补贴：2152元/月

工作地址：中山北一路666号

小编提示

以上岗位为就业见习岗位，不建立劳动关系。