2020年7月3日 星期五
责任编辑 梁超业 美术编辑 应毅

上海市就业服务专家志愿团成员杨红娜

时刻关注青年需求，陪伴他们成长

“今年2月初，我们面向应届生开展了线上职业生涯咨询服务，解决学生关心的就业疑惑。”上海市就业服务专家志愿团成员、上海电力大学辅导员、朝日之窗生涯工作室负责人杨红娜在开通网上互动咨询窗口后，收到了不少应届生和求职者的预约信息。他们通过线上互动，了解个性化“职业指南”。

“我曾在2003年非典型肺炎期间从大学毕业，也经历过求职的迷茫与彷徨，会更了解今年应届生的求职心态。”杨红娜的本职工作与学生职业发展密切相关，作为上海市就业服务专家志愿团的成员，她在今年主动参与到“百日千万网络招聘专项行动”中，从专业心理学与社会学的角度，给青年人赋能。

青年报记者 明玉君

上海市就业服务专家志愿团成员杨红娜。 本版受访者供图

优化就业志愿服务 陪伴求职者了解就业市场

杨红娜是在2017年加入到上海市就业服务专家志愿团队伍中的。“当时关注到青年报《乐业周刊》上刊登了上海市就业服务专家志愿团招聘信息，我马上就报名了。”杨红娜有着志愿服务的热情，希望通过更大的服务舞台，为更多求职者赋能。

杨红娜作为上海市就业服务专家志愿团成员，与杨浦就促（人才）中心共同推进了校园精品课程。上海电力大学是今年设立的杨浦5个乐业空间高校站之一。新冠肺炎疫情发生以来，杨红娜积极促进杨浦就促（人才）中心与电力大学大学生的线上就业服务新模式，依托乐业梦空间微信公众号开启一对一专属化、精细化指导服务。在杨红娜的长期协作下，进一步促进了区校长效合作机制的建立，尤其是地区乐业空间的品牌建设和电力大学就业UP训练营品牌建设。

如今，杨浦区首席职业指导师也通过合作平台，走入校内，担任上海电力大学学生的校外职业指导专家。通过“学生说、老师听”“学生问、老师答”的新方式，让更多学生提出问题，收获成长。校园精品课程的覆盖面也从毕业学生拓展到了低年级学生，从早期加强就业能力培养，促进学生们成长成才。“青年学子不缺想法，缺的是推动力。”杨红娜介绍说，通过系列校园指导活动，更多学生得到职场启蒙。

在杨浦区的招聘会上，常常能够看到杨红娜进行就业指导的身影，“通常会针对不同的服务群体，做足前期准备工作。前期搜集相关就业政策、最新面试指南，方便给求职者精确的建议。现场会与其他就业服务专家交流，互相学习，资源共享”。她在杨浦区参与就业志愿服务过程中，曾作为主讲人在五角场与新江湾城街道联合开展的职场沟通与求职技巧讲座上分享“干货”信息。

通过“走出去”的分享活动，她带更多人了解沟通能力对求职的重要性。在“引进来”方面，杨红娜立足高校服务，邀请企业专家参与学生交流沙龙。学生们通过线下沟通的形式，了解到企业的用人需求。44场“引进来”的座谈活动，让更多学生熟悉用人单位的需求。

杨红娜为大学生做就业指导服务。

线上提供服务 手把手帮助应届生寻找职业锚

除了上海市就业服务专家志愿团的服务外，杨红娜围绕职业生涯发展指导有着多个“斜杠”身份。身为全球职业规划师（GCDF），全球生涯教练（BCC），国家创业咨询师，上海电力大学教师，上海高校职业发展教育示范工作室——朝日之窗生涯工作室主持人，杨红娜在职业指导方面有着丰富的经验。

今年年初，应届生古扎丽努尔·克日木给心仪的企业投递简历，却封封“石沉大海”。“老师我在网络申请过程中有什么问题？该如何投递简历？我是不是该回家乡发展？”古扎丽努尔·克日木将求职过程中的一串疑惑向指导老师线上提问。“网申环节注意把握岗位的要求，应要求优化简历。从了解的情况来看，你可以尝试报名全国大学生西部志愿者招募，在更适宜自己的空间中展现自我。”杨红娜在网上互动咨询后，与古扎丽努尔·克日木进行了多次模拟面试，实战教学传授面试经验。

通过近半年的调整与训练，古扎丽努尔·克日木陆续收到了多家企业的面试通知。她也在过程中寻找到个人的目标——成为一名大学生西部志愿者。目前已通过层层考核的她已经在等待着体检与正式录用了。杨红娜介绍说，不少大学生在疫情发生后会遇到求职压力，不知如何选择的他们着实有些心慌慌。疫情期间借由线上咨询的形式，不少对求职有困惑的年轻人选择张开口，询问发展方向，了解解决途径。

“今年的职业指导服务我们更聚焦于大学生和青年的就业。”杨红娜介绍说，她于2003年非典型肺炎期间从学校毕业，“当时，我也曾面对疫情背景下的求职难题，经历过从焦虑，到适应，再到积极求职的状态。”杨红娜感同身受，也从专业角度为2020年毕业生提了三点求职建议。

第一点建议是全面了解环境，提高求职主动性。杨红娜表示，外在职场环境对于毕业生求职起着重要作用。每年的就业形势都不同，今年国家出台了促进高校毕业生就业的一揽子政策。毕业生在求职过程中更需要充分了解国家政策与行业发展趋势，结合自身情况、家庭环境等因素，主动寻求更多元的岗位机会。

全面提升自我，增强职场适应力是杨红娜分享的第二个建议。“当前面对‘云招聘’这样的新模式，毕业生可以积极学习网上投递、线上面试的技巧，从而提高求职成功概率。”杨红娜近日和学生进行咨询时，一位学生谈到自己参加了一场线上初面。当在面试官询问其能否用英语流利沟通后，直接进行了下一个环节——第二轮线上英文面试。“为线上招聘提前做好充分准备是十分重要的。”杨红娜建议学生们在面试前多“向前看”，做好充分的准备。

全面评估自我，提高求职积极性也是十分必要的一环。“求职者需要对自己的兴趣、能力、性格、价值观全面评估，明确适合自身的求职意向，积极就业。此外，要树立终身学习的理念。”杨红娜观察到，目前招聘市场从学历本位向能力本位转化，技术型创新人才、复合型人才逐渐成为就业市场竞争的主力。“毕业生要明确自身的职业生涯规划，不断提高自我学习、解决问题、与人交流和创新等职业核心能力，增强自身的职场适应力。”杨红娜建议说。

向应届生分享经验 职业核心能力成为求职敲门砖

杨红娜的手机是24小时开机的。“我们需要时刻关注学生方方面面的诉求，陪伴他们成长。”指导过2000余名应届毕业生的杨红娜始终关注青年人的就业情况。从她观察来看，目前招聘市场从学历本位向能力本位转变，技术型创新人才、复合型人才是就业市场竞争的主力，“求职的大学生们也更需要增强职业核心能力，从而适应职场的需求”。杨红娜介绍说，职业核心能力包括自我学习能力、数字应用能力、信息处理能力、社会能力、与人合作能力、解决问题能力、与人交流能力、创新能力、外语应用能力等多项能力，而职业核心能力是职业定位过程中的软实力，正在成为应届毕业生职场起步的第一块敲门砖。

2020届学生已逐步踏入社会，更多“后浪”们将面临升学、求职的困扰。杨红娜建议非毕业班的学生把握第一课堂学习，提升专业知识技能的同时参与第二课堂实践活动，提升团队合作能力、创新能力等可迁移技能。“在校学生们更要学习榜样的力量，提升自我管理能力。”对于应届学子，杨红娜希望他们面对不确定的环境要努力做到最好，在全面了解就业环境的同时，提高求职主动性。“当前上海乃至全国推出了非常多的就业促进专项行动，也有不少公益服务求职平台。”杨红娜建议应届生多寻找，多突破，基于个人兴趣、能力、价值观等方面全面评估自我，明确自身职业规划，树立终身学习的理念，提高求职成功率。