

农民工周刊

责任编辑:程莉莉
新闻热线:(010)84151095
E-mail: grbnnmgzk@163.com

怎样进行职业生涯规划?

什么是职业生涯规划

- 职业生涯规划**是指一个人一生连续担负的工作职业和职业的发展道路。
- 职业生涯规划**就是根据自身的兴趣、特点,将自己定位在一个最能发挥自己长处的位置,可以最大限度地实现自我价值,追求最佳职业生涯发展的过程。
- 调查显示,新生代农民工已经开始有较长远的人生职业规划了。

成功的人生需要正确规划。农民工怎样实现自己的成长愿望,在未来的工作中使自己的素质不断提高、知识不断更新、技能逐步增长,最终获得满意的结果,这就需要对自己的兴趣、性格、能力和知识结构等进行细致分析,认清自己的优势与特长、劣势与不足,结合社会的现状认真规划自己的职业发展道路。

寻找理想的方向标——职业兴趣

一个有效的职业生涯规划,必须是在充分且正确地认识自身条件的基础上进行。

对自我了解得越透彻,越能做好职业生涯规划,这就需要仔细地审视自己、认识自己、了解自己,并做自我评估。通过对以往的经历、经验及知识结构的分析,找出自己的专业特长与兴趣点。“兴趣是最好的老师”。找到自己最适合自己的专业,然后努力成为本行业的佼佼者。

职业类型选择

下面是实际生活中常见的几种职业类型,你的兴趣究竟适合什么样的职业?

- 常规型**
 - 尊重权威和规章制度,喜欢有秩序的、安稳的生活。
 - 惯于按照计划和指导做事,按部就班,细心有条理。
 - 不习惯自己对事情作判断和决策,较少发挥想象力。
 - 没有强烈的野心。不喜欢冒险,喜欢能较快地见到自己的劳动成果,需要一定的自控能力。
 - 具体职业有录入员、出纳员、秘书、邮递员等。

- 实践型**
 - 喜欢使用工具或机械操作等动手性质的工作,动手能力强,喜欢从事户外工作。
 - 需要进行明确、具体分工的,并有一定程序要求的技术性、技能性工作。
 - 如机械制造、建筑、渔业、工程技术等职业。

- 社会型**
 - 有较强的社会责任感,社会适应能力较强。
 - 他们善于与人交往,喜欢周围有别人存在,对别人的事很有兴趣,乐于帮助别人解决难题。
 - 这种人喜欢与人而不是与事物打交道。“助人为乐、有责任心、热情、友好、善良、易于合作”是对他们较好的描述。
 - 如护士、公关人员、营销人员等

- 管理型**
 - 对其所能支配的各种资源能够进行有效的计划、组织、领导和控制。
 - 喜欢影响别人。敢于挑战,沟通能力出色,擅长说服他人,追求声望、经济成就和社会地位。
 - 适于从事需要胆略、冒风险和承担责任的活动。
 - 主要指管理、决策方面的工作。如经理、推销员等。

节选自中国人出版社《农民工应了解的心理健康常识》
整理:甘哲 制图:曲欣悦

300多家加工企业,8000余名外来工 “在这里,工人是最牛的” ——探访温州“童装第一村”

本报记者 郝赫文/图

从温州市区出发,向北过瓯江10余分钟,鳞次栉比的厂房、一栋栋三四层小楼便出现在绿水青山中。这个建设得如小镇般整洁的地方,就是被称为温州“童装第一村”的珠吞村。依山势起伏、规划整齐的街道两侧,随意走进一栋小楼,机器运转的声音立刻涌入耳中。一层是设计部,二层是流水线,三层是手工生产部,这是大多数家庭作坊式童装加工厂的布局。这种生产形式的企业近300家,占全村童装企业的90%,外来工达8000余人。最忙时,从这个村产出的童装一天就达到20万件,去年全村总产值达7.8亿元。

近日,《工人日报》记者走进珠吞村,近距离探访这个和改革开放同时代发展起来的村庄。“在生产一线工作的几乎都是外来工,两个熟练工合作,一天能做100多条童裤。”36岁的外来工谢蓝珍告诉记者。

“工厂要始终保持开工,以保证工人的稳定性。”小县官童装厂老板吴妙淑说道,旁边其他厂老板笑着附和,“在这里,工人是最牛的。”

童装厂里的外来工

将白色宽边松紧带折进布条,叠好后放到裤腰位置,在五线锁边机下转一圈,15秒不到,一个裤腰上好。不一会儿,谢蓝珍就将手边的20条童裤整理好,拿到拉腰机前锁边、压线。她告诉记者,再压下裤脚,今天的生产任务就算完成了。另一套机器旁,她的丈夫余效柱正在做最后的裤脚活儿。“做一整套比较好,不腻。在流水线上只做一个环节太单调了。”谢蓝珍说。

1999年,因家庭条件不好,16岁的谢蓝珍早早跟着师傅离开了家乡江西省都昌县,来到珠吞村做裁缝工。“父母说做衣服的人在屋里,没有风吹日晒,比较轻松。”就这样,谢蓝珍进入天依角童装厂,干干就是近20年。“厂里货量

比较稳定,收入有保证,来了以后就没想换。”

每天早上5点半起床,6点半开工,除去中午休息,直到晚上8点半厂里关灯,谢蓝珍和丈夫才会结束一天的工作,回到厂房后面的夫妻宿舍匆匆烧饭、洗漱。“货量大就忙些,偶尔没货时就休息,反正多干多赚。”在各家工厂,这些工人的工资通常是计件,每件平均6元左右,谢蓝珍夫妻俩每月能收入近万元。除了每月停工休息两天,大多数人都会选择早早上工,直到厂里关灯。对谢蓝珍来说,厂里做工时间自由是她最喜欢的,因为多劳多得,还能边做工边和身边人聊两句,让她觉得很轻松。

晚上6点,珠吞村里不少厂房还亮着灯,透过窗子不时可见三五个工人带着口罩在机器前忙碌着。“这里灰尘很大,必须戴口罩,否则呼吸难受。”谢蓝珍解释道,快速缝好的裤边带出一簇簇边角料,不一会儿就在她的脚边堆成堆。谢蓝珍头顶的黑帽子和手边的机器上积攒了毛绒灰尘,甚至纤细的睫毛上也落上了绒毛,她对此已经习以为常,“年轻时抵抗力强不觉什么,这两年开始时有过敏、发痒的情况了。肩周炎也几乎每个人都有。”一天下来,谢蓝珍的手指已经被牛仔布料染上颜色,她笑着说,“回去多洗几件衣服就下去了。”

从一家到数百家

珠吞村的童装产业兴起于改革开放初期。1983年,曾在一家服装厂做过副厂长的李勋妹回村创办了第一家童装厂,吸引了当时周边80%的农闲妇女等人前来打工。逐渐地,供不应求的市场促使已经积累起经验的村民自办工厂。到2012年左右,童装厂最多时一度达到400余家,吸引外来工1.5万人。

康益服饰负责人回忆,5~10年前是珠吞村童装产业发展的黄金时期,“当时公司规模大,有两三百个工人,其中50%~60%来自江西、安徽,其他来自贵州等地”。随着市场扩大需求量增加,从公司离开后自立门户的有20多家工厂。“我们就像一个孵化器。但多数都是良性竞争,互补合作。”

这里多数童装生产企业规模不大,限于家庭内或亲戚朋友间合伙,服装销往全国各地。“我们一年要推出四五百个版型,保证服装质量和款式紧跟市场,这样才能保证订单稳定。”天依角童装厂厂长郑

小贤说,“只有订单多了,工人才能多做多拿,不至于因为没活儿而离开。”

吴妙淑是珠吞村较早一批创业者之一。1993年,19岁的她没有选择像同龄人一样外出打工,而是在自家房屋里创办了一家童装厂。“那时工人不多,雇人的价钱也高,我就自己学裁剪,干了6年左右。”她告诉记者,童装市场受季节和市场需求影响,变化快,行情不好时,薄利也卖。“要先保证工人的工资,否则明年谁还会跟着你?”

还有不到一个月时间,谢蓝珍就要和丈夫、孩子一起回老家过年了。每年春节,村里的工厂都会停工一个月左右,之后再开始赶制新一年的春装。

“要是看到实用、喜欢的款式,也会给老家的小孩带两件。”谢蓝珍弯腰从丈夫身边抱起完工的新一批童裤,开始一天中最后的工作——整理,“在哪都是买,偶尔有杂货零卖,老板也会照顾我们。外面买的总没有自己做的放心。”

面临人才、市场双重困境

离厂房不到百米的地方是村文化礼堂和广场,热闹的人声和音乐声阵阵传来,对正在工作的工人们毫无影响。“当地人凑热闹的多,我们干了一天活,只想下工赶紧回去休息。”老家在江西省鄱阳县的徐国胜和妻子在珠吞村打工20余年了,48岁的他早年在福建裁剪成人衣服,“比童装累,但现在也不轻松”。

村里丰富的文化生活离外来工们似乎很遥远,孩子、家庭、工厂就是生活的全部。对谢蓝珍来说,去不远处的瓯北镇上逛逛商店就算放松娱乐,还要正好赶上周末时带孩子一起去才好。“等孩子大了,干不动了就回老家,总要回去的嘛”。

根据国务院参事室社会调查中心和北京大学社会学系曾在此联合调研的结果显示,珠吞村外来务工人员2013年后开始逐渐减少,市场需求量下降和产业外迁还是其主要原因。

“这里至少95%的工人都是已成为熟练工的中年人,随着年龄增长,他们正在逐渐流失。对年轻人



▲谢蓝珍在珠吞村一家童装厂干了近20年。时间自由、多劳多得是她留下来的理由。

来说,一方面,他们没有耐心学这种手工活,另一方面,珠吞毕竟是村,不比大城市热闹、机会多。”珠吞村童装协会会长朱旭峰向记者表示,除了一线工人,好的设计师也是童装产业发展的关键。“童装是一个变化快的产业,面料、版型的要求都很高。这就需要好的设计师来及时了解、调整产品款式。”

“电商也需要技术人才。”杨忠海是珠吞村一家电商老板,2013年,他从义乌返乡,为家里的童装厂开设了电商平台,每年销售额200万元。最令他头疼的,莫过于人才的缺失。“以前在杭州、广州等地,熟悉电商操作的人有很多,但回到家里就只能全靠着自己带着几个人摸索。”杨忠海告诉记者,近两年,电商平台销售规则变化快,竞争商家多,人才、技术跟不上,很容易错失市场。

据朱旭峰介绍,早年珠吞村面向杭州、广州做童装生意时,为保证向客户提供独家款式的服装,往往只和特定的经销商合作。“好处是有人认你做生意讲义气,但负面的一些观念、影响也留到了现在,就是市场被困住,未完全打开。”

对此,珠吞村党支部书记余章龙表示,“近几年童装市场的竞争加大,我们也在想方设法吸引更多的企业和年轻人来这里发展。包括整合资源、大力发展电商,加快相关生产、文化等基础设施建设,争取更多更好的设计师来工作,留住工人,帮助他们早日实现从‘进入’到‘融入’的转变。”

北京市就业服务覆盖城乡

本报讯(记者甘哲)2018年12月27日,北京市召开庆祝改革开放四十周年系列发布会——促进更高质量更充分就业举措与成效新闻发布会。

据介绍,四十年来,北京市就业规模不断扩大,从1978年的444.1万人增长到1246.8万人,增长了近2倍;就业结构不断优化,一、二、三产业的就业结构由1978年的28.3:40.1:31.6发展到3.9:15.5:80.6;工资收入不断提高,从1978年年人均700元左右增加到2017年年人均10.16万元,高技能人才培养成效显著,达到百万人。

据了解,四十年来北京市的就业制度根本变革,由“统包统配”发展到“劳动者自主择业、市场调节就业、政府促进就业和鼓励创业”;就业政策更加健全,先后针对知青返城就业、企业下岗职工再就业、农民进城转移就业、困难群体就业增收以及高校毕业生就业提供政策支持;就业服务覆盖城乡,构建市、区、街乡、社区(村)四级公共就业创业服务体系,为劳动者提供法规政策咨询、市场供求信息发布、职业指导、职业介绍、技能培训、创业服务等全方位、多层次的公共就业创业服务。就业保障日趋完善,逐步建立并不断完善劳动合同制度、协调劳动关系三方机制、企业工资分配宏观调控体系,以及劳动人事争议调解仲裁和劳动保障监察执法机制等,为维护劳动者合法权益支起了“保护伞”。建立完善职工社会保障体系,实现了劳动者劳有所得、病有所医、老有所养、失业有帮扶、工伤有救助。

十八大以来,北京市结合首都城市战略定位和落实北京城市总体规划,着力推动实现更高质量和更充分就业,每年新增就业超过30万人;6年来,累计培训城乡劳动者430余万人次;优化就业结构,培育新型职业农民,鼓励就近就地就业,27.5万农民实现二、三产业转移就业;激发市场就业活力,建立了“就业超市”互联网服务平台,全市人力资源服务机构达到1300余家;夯实就业责任,共认定5273个社区(村)、165个街道(乡镇)、4个区为北京市充分就业地区,18个社区被评选为国家级充分就业社区。

下一步,北京市将持续做好企业发展稳定就业、鼓励创业带动就业、精准施策促进就业、培训技能提升就业、优化服务助推就业等方面工作,把“稳就业”摆在更加突出的位置,着力保障和改善民生。



江西南城:千名外出务工人员返乡当老板

本报讯(记者卢翔)出口订单足,生产销售旺。隆冬时节,走进江西省南城县河东工业园区的江西迈赛特电子科技有限公司,扑面而来的是繁忙的生产景象。企业负责人邓春华介绍,企业去年8月份加大技改力度新上了两条生产线,现全部满负荷生产。

邓春华曾是南城县洪门镇外出务工青年,2016年,在家乡优惠政策和优良环境的吸引下,回乡投资1.8亿元创办了这家专业生产LED直插和贴片发光二极管、LED球泡灯、LED灯条、LED灯管等产品的高新技术企业,产品畅销世界各地,吸纳当地近200人

就业。像邓春华一样,该县有千余名打工者回乡兴办了企业、种养基地等各类经济实体,当起了老板。

南城县是劳务输出大县,该县总工会以农民工等人员返乡创业国家试点改革为契机,变“返乡潮”为“创业潮”,通过破解场地短缺、公共服务不配套等阻碍,营造浓厚返乡创业氛围。目前,全县返乡人员共创办各类经济实体88家,累计带动近1万人就业。

“输出劳动力,引回生产力”,为推动返乡创业,该县总工会还主动与在外能人和成功人士加强沟通联系,宣传创业优惠政策,用亲情、友情、乡情激发他们

的创业热情。同时,制定了推动大众创业、万众创新的5个方面23条实施意见,通过降低市场准入门槛、简化办事程序、改善创业环境等,将税收优惠、小额担保贷款、资金补贴、场地安排等政策“红利”实现对返乡创业人员全覆盖。此外,该县还为所有创业人员建立统一台账,切实帮助返乡创业人员解决融资、招工等难题,2018年1到9月,为9家企业提供贷款担保4089万元,创业培训786人。

随着一批批外出务工人员返乡创业,该县呈现出人才回归、资金回流、企业回迁的“凤还巢”喜人局面。

《2018外卖骑手群体洞察报告》显示 近八成“外卖小哥”来自农村 “跑单王”月入3万元

本报记者 杨召奎

尽管天气异常寒冷,但“外卖小哥”依然穿梭在大街小巷,冒着严寒为他人送去热乎乎的饭菜。他们是怎样一群人?收入情况如何?

蜂鸟配送近日发布的《2018外卖骑手群体洞察报告》(以下简称《报告》)显示,“外卖小哥”成百万小镇青年立足大城市的“第一份工”。77%的外卖骑手来自农村,全职骑手收入普遍超全国城镇私营单位就业人员月平均工资水平,“跑单王”骑手甚至月入3万元。

近八成来自农村,95后占比超20%

艾媒咨询统计数据显示,2018年前三季度即时配送订单量已超150亿单。本地生活行业带来的即时配送高速发展,给中西部地区的年轻人创造了很多就业机会。

《报告》显示,47%骑手来自中部地区,18%来自西部地区。安徽省输送了最多的骑手,安徽阜阳市颍上县更是成为向全国输出外卖骑手最多的县城。

行业发展带动就业人数提升。从2013年到2018年,广东省东莞市蜂鸟骑手数量增长31倍。蜂鸟配送目前已在全国范围内拥有超300万注册骑手。

蜂鸟骑手群体的面貌也随之多样化。77%骑手来自农村,他们通过送外卖自食其力,在城市扎稳脚跟。有9%的骑手为女性,在云南、吉林、四川等地,女性骑手的占比均超过全国平均水平。

越来越多年轻人开始选择外卖骑手这份职业,95后占比已超过20%。蜂鸟骑手的学历也在逐年走高。近20%蜂鸟骑手为大学本科或专科生,其中辽宁省、河南省拥有大学学历的骑手占比全国领先。

总体来看,骑手从全国各地向一线、新一线城市流动。上海的蜂鸟骑手数量全国第一,北京、成都分列二、三。在北京,30%的骑手来自河北;在上海,30%的骑手来自安徽。

日奔波150公里,月入4000~8000元

《报告》显示,一名骑手平均每天配送48单,奔波近150公里,最勤奋的骑手配送路程累计起来可绕地球近3圈。

蜂鸟的即时配送服务目前已覆盖24小时、365天。《报告》显示,中秋节是骑手最忙碌的节日。在这个阖家团圆的日子,骑手们奔波在月色中,为自己的幸福生活努力打拼。

辛勤的工作也带来不错的回报。蜂鸟骑手收入主要集中在4000~8000元(包含兼职与专职骑手),超过了2017年全国城镇私营单位就业人员月均薪资3813.4元。在河南,做蜂鸟骑手的工资甚至比2017年当地城镇私营单位就业人员的工资高出24%。

上海地区“跑单王”陈龙军,月收入最高达3万元。他有一套自己的跑单秘籍:哪家店做什么餐需要多久、走哪条路线最省时、哪家餐馆味道好……他都“门儿清”。靠着蜂鸟的智能调度系统,他总能

接到最高效的运单,送单量提升超60%。

在意用户理解,期待获得更多认同

除了普通的送外卖,骑手的业务范围还包括送药、送咖啡等。2018年10月,阿里健康携手蜂鸟配送开通“7x24小时,最快24分钟送达”送药服务。骑手夜间送药量猛增,医药类订单总体增幅超500%。

为何选择这一职业?《报告》显示,除了多劳多得的薪资,还有自由的工作时间。超过60%的外卖骑手最看重自由的工作时间,另外有将近30%的人表示喜欢骑行穿梭在城市中的感觉。

不过,《报告》指出,虽然收入尚可,但仅有不到三分之一的骑手觉得外界给予了他们应有的尊重,超过半数人十分在意用户的理解,期待获得更多认同。

记者注意到,目前越来越多的人对在寒风中穿梭的“外卖小哥”给予理解和关心。去年12月,杭州有超过700名顾客为骑手手下暖心食品,有超过2000名用户在下单外卖时提醒他们天冷路滑。