

想在一起干,相互有照应,情侣档——

牵手找工作 碰壁没人理

吕小姐说自己很倒霉,想不到情侣档找工作这么受歧视,四处碰壁不说,搞得和男朋友的感情也紧张起来。从北京到南京,要求是越来越低,但仍然没有单位接纳他们。现在男朋友家里已经下最后通牒,如果再不落实工作,男方就要回东北。眼看三四年的情感就要付之东流,吕小姐很不甘心:“为什么这么多单位,不愿意接纳情侣呢?”

赶了N个场子也没人理

吕小姐告诉记者,她和男友很想找同一个单位工作,这样互相有个照应。但他俩去了不少招聘会,每次都被人拒绝了。

吕小姐和男友最初将落脚点选择在了北京,虽然两人都是研究生学历,但北京人才实在太多了,到那里才知道不容易。后来漂到了上海,国外一家汽车公司需要企划人员,招有艺术或者中文功底的,“我们两个是学中文的,一看需要5个人,而且用人单位只需要本科学历的,当时觉得自己很有优势。谁知道一过去,人家看中了男朋友,却不要

我。我刚一提出能否两个人一起进,对方就连摆手,说我们只要男的,如果两个人是一对,那就更不可能了,两人都进公司不能保证安心工作。”

这个事情黄了之后,二人又赶紧杀回南京,但是三四家用人单位一听说是男女朋友,也是随便找个理由拒绝了。“我也知道不公开恋情,也能混进去,但以后迟早要被发现,到时候领导对我们印象就不太好,而且有的单位明确反对内部谈恋爱。”吕小姐有点苦恼。

用人单位害怕不稳定

上个星期,他们去应聘一家

外贸公司,彻底将两人打击坏了。两个人的外语都还不错,外贸公司一眼相中了他们两个,但人家一听是一对,连连摇头,因为公司内部禁止谈恋爱。吕小姐不服气,问对方“为什么就不行,情侣在一起不是更稳定,更有效率吗?”

公司副总告诉她,前年他们招了一个大学生,进来后和公司一个女孩子谈恋爱并结婚了,大家还送了份子钱。结果今年男的去了广州,女的也跟着走了,带走了客户不说,本来就不大的公司一下子就缺了很大一块,正因为如此,才对外招人的。对于外贸公司来说,留住那些业务熟练的优秀业务员是个头疼的事情,如果留不下来,也不能一下子失去两个。这位副总说,去招聘会时,他们也很留心,如果看到女孩子旁边有护花使者的话,一般都不招,因为这样的女孩子缺乏独立性。一听到用人单位这么说,吕小姐是彻底泄气了。她告诉记者,准备

和男朋友分别去同一用人单位面试,装作不认识。

牵手找工作要有技巧

南京一家企业的负责人告诉记者,之所以拒绝大学生“情侣档”,主要是因为他们一旦进入企业,负面效应往往高于正面的。因为在同一个单位里,如果有两个人关系特别亲密,就容易形成“小圈子”。另一个拒绝的理由是,情侣大学生进入企业,往往会公私不分,把家事带到企业,把公事带回家,不利于开展工作。

鼓楼医院心理科专家告诉记者,找工作心态一定要平和,同时也确实需要掌握一定的技巧。其实,要找到工作,一方面自己要自信,同时也要想一想用人单位的用人心理。如果用人单位认为“情侣档”求职是种不成熟的表现,建议大学生还是轻装上阵,不要贸然将恋情公开化。

通讯员 柳辉艳 快报记者 刘峻

»图说职场



图解: 一只小鸟正在飞往南方过冬的途中。天气太冷了,小鸟冻僵了,从天上掉下来,跌在一大片农田里。它躺在田里的时候,一只母牛走了过来,而且拉了一泡屎在它身上。冻僵的小鸟躺在牛屎堆里,发现牛粪真是太温暖了。牛粪让它慢慢缓过劲儿来了,它躺在那儿,又暖和又开心,不久就开始高兴地唱起歌来了。一只路过的猫听到了小鸟的歌声,走过来查个究竟。顺着声音,猫发现了躲在牛粪中的小鸟,非常敏捷地将它刨了出来,给吃了。

这个故事的寓意是:

1. 不是每个在你身上拉屎的都是你的敌人。
2. 不是每个把你从屎堆中拉出来的都是你的朋友。
3. 而且,当你陷入深深的屎堆当中(身陷困境)的时候,闭上你的鸟嘴!



图解: 有一位表演大师上场前,他的弟子告诉他鞋带松了。大师点头致谢,蹲下来仔细系好。

等到弟子转身后,他又蹲下来将鞋带解松。有个旁观者看到了这一切,不解地问:“大师,您为什么又要将鞋带松开呢?”大师回答道:“因为我饰演的是一位劳累的旅者,长途跋涉让他的鞋带松开,可以通过这个细节表现他的劳累憔悴。”“那你为什么不直接告诉你的弟子呢?”“他能细心地发现我的鞋带松了,并且热心地告诉我,我一定要保护他这种热情的积极性,及时地给他鼓励,至于为什么要将鞋带解开,将来会有更多的机会教他表演,可以下一次再说啊。”

这个故事的寓意是:

人一个时间只能做一件事,懂抓重点,才是真正的人才。

职场微博

●没有十全十美的东西,没有十全十美的人,关键是清楚到底想要什么。得到想要的,肯定会失去另外一部分。如果什么都想要,只会什么都得不到。

●活在当下,别在怀念过去或者憧憬未来中浪费掉你现在的生活。

●不要忘本,任何时候,任何事情。

●要感恩,要坦然,要慷慨,要宽容,要有平常心。

●学会忘记,善忘是一件好事。

●要乐观,要积极,多笑,多照镜子。

●相信他说的话,但不要当真。

●凡事多长心眼。

●不要自作聪明。

●做自己的决定。然后准备好承担后果。从一开始就提醒自己,世上没有后悔药吃。

●自己不喜欢的人,可以报之以沉默、微笑;自己喜欢的人,那就随便怎么样了,因为你的喜爱会挡也挡不住地流露出来。

就业压力大,结婚作缓冲,毕婚族——

前脚出校门 后脚进围城

记者昨天获悉,今年上半年南京市非晚婚者人数(男25岁以下,女23岁以下)比去年同期增加10%,出于减轻就业压力等考虑,一些大学生刚毕业不久就选择了结婚。

学得好不如嫁得好

如果工作难找,还不如先找一个合适的人嫁了,工作可以慢慢再找。”在大学毕业生徐丽的眼里,选择先结婚并不是一种消极态度,只是把未来规划提前进行而已。等有了工作就沒时间交男友了,拖来拖去一不小心就会成为剩女。记者从南京一些婚介所了解到,一些刚刚毕业、踏上社会的女大学生生怕就业压力大,加入到了征婚的行列,她们把婚姻作为就业前的缓冲。

每到这个时候,就会有刚毕业的大学生来婚介所登记,基本上都是女孩子,年龄在21~25岁,这些人多拥有大学本科或专

科学历,她们有的是父母代报名的,也有自己来报名的。”婚介所一工作人员猜测说,可能是因为怕就业遭到挫折,这些刚毕业的女孩子便希望能先成家再立业吧。而她们征婚的首要条件是,要求对方有稳定的工作和房子。

今年开始,早婚回暖

前几年,在南京登记结婚的青年,男性年龄大多集中在25~30周岁,女性则集中在23~28周岁,晚婚逐渐成为趋势。而今年上半年开始,“早婚”现象回暖,出现了踩着法定年龄线(女20周岁)结婚的现象,同时“毕婚族”(毕业就结婚的大学生)也在增多。

想要一眼看出“毕婚族”,很简单,因为他们是拿着集体户口来的,户口上的地址还是学校所在的地址。”玄武区婚姻登记处工作人员表示,从优生角度来说,早点结婚生孩子有一定的科学性,但从当前社会环境和年轻

人成长角度来说,早早结婚弊大于利。
“结婚后经济基础太差怎么办?工作上遇到挫折变故,或者朝夕相处产生性格冲突等等,刚走出象牙塔的学生能正确处理吗?”对此,婚姻专家建议,如果不是因为双方感情基础牢固,而是单纯为减轻就业压力等原因,完全没有必要选择早结婚,而是应工作几年、相互增进了解之后再做打算。

快报记者 项凤华



部肌肉。

4. 站立,收缩腹部,举起双臂作想象的爬绳运动,两臂轮流向上做抓绳动作,重复20~50次。然后,做双臂大回环。两臂从肩部前后绕圈挥动,先向前,再向后。你会感觉到肩颈部肌肉先是紧张、酸痛,然后又得到放松。

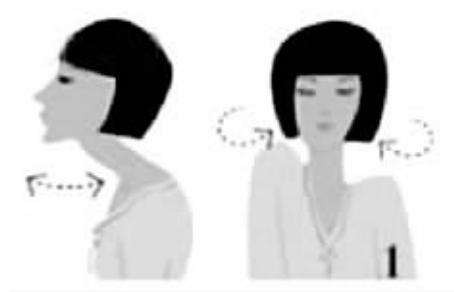
5. 站姿,两脚开立,吸气,双手十指相扣,翻掌,双臂上举,同时仰头,看向天空,保持姿势,呼气。眼看前方,头、颈随身体从腰部向右转动,转到极限后停留20~30秒;再向左侧转动。重复动作

10~20次。这个动作可以活动到你腰部以上大部分肌肉,等待复印和传真的时候,你也可以做。

6. 挺直脊背,两肩向耳部耸起,再尽可能地下垂。然后两肩分别作圆周活动,先抬肩向前转动,再向后转动。可以放松肩周肌肉和肩关节。

颈椎不好的人在办公室里最好不要使用转椅。需要回头与同事交流时,让自己慢慢转动头、背和腰,每次不同方向,就可以锻炼颈部。需要取东西,也要站起来,同时耸耸肩、转动肩周关节。综合

放松肩颈,学学小鸡啄米



持与地面垂直。然后使下巴前后伸缩,像小鸡啄米一样,可以帮助松弛颈肌。

2. 深呼吸,低头,使下巴慢慢接触胸部,然后使头从左到右,再从右到左转动。动作要缓慢,你可以在转动中感到颈部每条肌肉的伸展。如出现劈啪声不必担心,那只是肌腱或韧带伸展时擦过骨头的声音。

3. 站姿,双手侧平伸直,上抬至十点十分状态,再恢复原位,像鸟扇动翅膀样双手上下运动50次以上。这个动作锻炼肩、颈

部肌肉。

4. 站立,收缩腹部,举起双臂作想象的爬绳运动,两臂轮流向上做抓绳动作,重复20~50次。然后,做双臂大回环。两臂从肩部前后绕圈挥动,先向前,再向后。你会感觉到肩颈部肌肉先是紧张、酸痛,然后又得到放松。

5. 站姿,两脚开立,吸气,双手十指相扣,翻掌,双臂上举,同时仰头,看向天空,保持姿势,呼气。眼看前方,头、颈随身体从腰部向右转动,转到极限后停留20~30秒;再向左侧转动。重复动作

8小时保健

长期对着电脑工作,最过劳的是颈部和肩部。调查显示超过50%的职业人士有颈椎问题。在忙碌的办公室,5分钟是可以随时挤出的时间。只要你想,就一定能做到。

1. 深呼吸,头慢慢向左转到极限,再向右转到极限;头部应保