



成都助困难毕业生就业：百分百联系 一对一帮助

中青报·中青网见习记者 刘胤衡
记者 王鑫昕

当看到自己的名字出现在四川省崇州市蜀城中学的教师职位录取名单上，张力文百感交集。

由于被诊断为四级视力残疾，她做什么事情，似乎都比别人来得更难一些：大概相当于健全人的10%的视力水平，读书、写字特别吃力。考上了湖北工业大学外国语学院汉语国际教育专业的硕士研究生后，她在搞好学业之余，还要考虑到未来面临的比别人更难就业挑战。

张力文对未来职业道路的想法很坚定：做一名教师，影响更多孩子。

自2022年9月开始，她一直在备战各大中小学校的教师公开招聘考试，但直到2023年7月毕业，她还是没有找到心仪的工作。

2023年7月，成都市郫都区就业服务管理局收到了来自教育部门的离校未就业高校毕业生信息推送，张力文作为残疾人被重点关注。

当年7月，通过教育部门获取脱贫家庭、低保家庭、零就业家庭和残疾等2023届困难毕业生数据后，成都市人社部门将情况通过四川公共就业创业服务管理信息系统下发各区（市、县），要求基层就业部门通过对接高校、走访等方式及时与困难毕业生取得联系。

成都市要求，对这些困难毕业生群体，要100%联系上，并建立“已就业、未就业、暂无就业意愿、联系不上、困难帮扶”5项实名制台账。

在成都市郫都区，有10多名这样的困难毕业生。郫都区就业服务管理局局长蔡昌林逐个了解了这些毕业生的具体情况。通过张力文家庭所在地街道办事处，他初步了解到，张力文在全力备考教师公招考试，暂无其他方向的就业意愿。“所以我们要按照她的意愿帮助她。”

2023年9月5日，郫都区就业服务管理局的工作人员按响了张力文家的门铃，详细了解她的个人情况及就业意愿，制定具体的帮扶措施。

“这个女娃娃还是争气，但教师公招考试不仅有笔试还有面试，她面试经验可能有些欠缺。”蔡昌林带领的专项工作组

针对其情况，专门为她联系上了郫都区第四中学语文学科的一位教师，“一对一”提供高中语文学科知识指导、建构无生试讲框架等服务。

凭借着过硬的专业基础与针对性的技能提升，张力文最终成功进入了成都崇州市一所中学教师职位的录取名单。

“我应聘成功的是语文老师职位，这个工作和我所学专业非常对口，我很满意。”人社部门和街道办事处对张力文的帮助，让她倍感暖心。

“现在在张力文已经在崇州工作了，那边的学校对她的表现也很满意。”蔡昌林表示，像张力文这样有困难的毕业生，如今仍然是郫都区就业服务管理局持续关注的重点对象，他们将通过优先推荐岗位、落实政策、组织培训、提供专业化职业指导服务，帮助他们尽快就业创业。对通过市场渠道难以就业的，郫都区将通过公益性岗位兜底安置，确保“四类重点人群”百分百就业。

毕业生对于工作的需求多种多样。据悉，2023年7月至10月，成都市各级人社部门组织开展了“百日万企高校毕业生系列招聘活动”，集中100天时间、组织

上万家企业、举办700场线上线下招聘活动，推动供需匹配。

此次活动提供了双向洽谈、直播带岗、AI面试、云上签约等服务，为高校毕业生就业、创业、培训、见习提供充足机会。活动期间，成都市共举办“百日万企”招聘活动940场，参加用人单位2.14万家次，发布就业岗位55万余个次。家住成都市金堂县的张航同样感谢人社部门的帮助。

2023年6月毕业后，他从事过一段时间的厨师工作，但那是一个“临时工”，他希望有一份解决“五险一金”的稳定工作，以更好承担起赡养家里4位基本无劳动能力的老人的重任。

张航属于金堂县人社部门重点关注的困难应届高校毕业生群体。金堂县人社局负责困难学生就业帮扶的工作队针对性分析他的困难，与相关街道办事处落实“3+1”结对帮扶工作机制，上门了解其家庭状况，为他推荐合适的岗位。

最终，张航顺利通过面试，入职了金堂县人社局与县内一家知名企业为帮助困难大学生和失业青年就业而专设的岗位，

实现了就近就地稳定就业。

2023年，成都市人社局发布了《成都市“蓉易就业”基层服务机制建设工作指引》，在全市推进建设便民、普惠、高效的“蓉易就业”基层服务机制，构建城区15分钟、乡村辐射5公里的就业服务圈。

此外，成都市着力促进高校毕业生与用人单位供需精准对接，制定了《人力资源服务骨干优秀企业评价办法（试行）》，推动经营性人力资源服务机构在服务高校毕业生高质量充分就业方面更加专业、精准、高效。

截至目前，成都市累计接收2023届离校未就业高校毕业生1.78万人，人社部门与这些大学生均建立了联系。

据教育部、人力资源和社会保障部数据，2024届全国普通高校毕业生规模预计达1179万人，同比增加21万人。据介绍，对于2024届毕业生，成都市人社局将尽早协调掌握2024届在蓉高校、市属高校、成都户籍毕业生总量情况，组织开展就业形势分析研判，抢抓关键时期、多方筹集岗位、优化就业服务，帮助高校毕业生等青年就业。

为打工人为打工人『拼好饭』 青年创业有成

中青报·中青网记者 刘芳

深圳90后青年吴家超国企辞职再创业终获成功的故事最近冲上热搜。从年亏40万元到月赚10万元，从依靠预制菜创业失败到依靠产品、流程把控做大餐饮店口碑，吴家超近日向中青报·中青网记者讲述了他的创业故事。

吴家超开的第一家堂食餐厅在华强北，选择华强北的原因是人多流量大，当时的他认为只要人流大，就一定能够赚到钱。然而，现实给他上了一课。开业后，因为客人少单量低，收入无法覆盖房租、装修成本，吴家超1年亏了40万元。

正当吴家超考虑继续做下去还是及时止损时，隔壁一个有相同处境的堂食餐厅主理人朋友来找吴家超，两个人一合计，决定合伙开一个外卖店。他们在2021年联合创立了“打工人的饭”外卖品牌。

根据外卖平台的热销数据，吴家超发现辣椒炒肉销量高，于是决定从辣椒炒肉这个菜品发力。为了能炒出味道好、受欢迎的辣椒炒肉，吴家超每天在网上学习辣椒炒肉的做法，一个菜打磨试吃了1个月，试到引发口腔溃疡，最后终于找到了合适的辣度。努力没有白费，“打工人的饭”的辣椒炒肉做到过外卖平台深圳盖浇饭热销榜的第一名。

2023年4月，在外卖平台运营师的建议下，吴家超在其中一家门店尝试上线了“拼好饭”。据了解，拼好饭是一种零配更便宜、没有起送价、价格比单点外卖还要更实惠的拼单点餐方式。传统的外卖模式是消费者各自点餐，商家依次备餐，骑手单独配送。这种分散式点餐模式，会让商家为了满足不同顾客的个性化需求，设置过多菜品种类，增加商家进货、人工、水电、库存积压等成本。

在“拼好饭”模式下，消费者组团拼团下单，商家更清晰掌握消费者需求，将精力聚焦在更少的菜品品类上，获得了更集中的单量。此外，商家还可通过平台直接采购食材，骑手统一配送的方式，有效节省了各个环节成本，提升经营效率，有了更多让利消费者的空间。同时，菜品更平价也会进一步吸引更多消费者下单，形成良性规模化效应。

吴家超打造了9.9元的辣椒炒肉肉沫茄子双拼盖浇饭，加送一瓶饮料的高性价比套餐。

在原料上，吴家超根据用户的需求不断调整。之前试菜吴家超觉得五花肉更香，但用户更喜欢瘦肉，于是改为鲜肉香。“味道足分量够，十分下饭，还附赠饮料”是“打工人的饭”得到最多的评价。骑手也表示喜欢接“打工人的饭”的餐，出餐快，出餐多，高峰期一次出餐几十份。上线后不久，吴家超一天就能卖出200单。信心大增的他，又开了一家新店，最高一天能有1000单。目前吴家超有6家店，日均500多单。

现在吴家超1个月单店有两万元的纯利润，有的店1个月就能回本。吴家超坦称说，创业开店没有捷径，就是靠自己一点点摸索积累经验。在选址上，首先要调研这个产品做的人多不多，吃的人多不多，点的人多不多，除了房租便宜外，骑手取餐是否方便也是很重要的衡量标准。

吴家超认为，“拼好饭”的运营很简单，就是把产品、成本、服务做到极致。在成本控制上，吴家超介绍，消费者对餐品的要求是在提高，市场又那么“卷”，品质不好、不好吃的“黑作坊”很难在竞争中存活下来。所以在确保食材安全新鲜的前提下，吴家超找到了一个好方法。他发现预制菜成本不低，反而是现炒更有优势，目前吴家超能做到一份现炒菜品的成本比预制菜低三分之一，每一单能赚4元，复购率能达到50%。

每天上午10点开档，晚上9点收档，吴家超的生活逐渐稳定且规律起来。提到未来，吴家超信心满满。“在设备、选址、人工上都有了方法，会借助外卖平台在深圳多开些门店。”

中青报·中青网记者 孟佩佩
实习生 贾亚欣 王璟璇

花了近2000元进行了10次面试辅导，李琳找到了北京一家互联网公司的工作。她觉得，“时间宝贵，不想因为一些基础的错误错过机会，所以才想着付费购买面试辅导快速提升”。

可应届毕业生陆元就没有这么幸运了，“2000元聊了一个小时，聊完后人都懵了”。进行面试辅导的“老师”告诉他，他的简历不需要修改，但需要提升的是思维框架和自己的不自信。陆元很无奈，“这两方面也不是一朝一夕能提升的。有种上当的感觉”。

面试辅导成了一项生意，一些个人或求职机构打出“资深HR”“过来人”付费辅导的口号，动辄几百元、几千元甚至上万元的收费，效果却不尽相同。不过，与购买面试辅导服务相比，也有不少求职者通过不断的面试复盘，屡败屡战，最终还是拿到了心仪的Offer。

面试是求职路上的重要一环，个人面试、情景模拟、无领导小组讨论、结构化面试、压力面试……春招即将到来，付费面试辅导会成为闯过就业关的“捷径”吗？

为节约时间、针对性训练，他们选择付费面试辅导

了解到面试会有一面、二面、终面、HR面等很多轮次，李琳当时想通过付费辅导掌握更多招聘、面试流程和信息。

她发现，一些社交平台和交易平台上这类服务都有不少，“直接搜索岗位名称加上面试辅导关键词就可以找到，比如运营岗位的面试辅导、市场岗位的面试辅导，还可以加上想要面试的公司的名称进行精准搜索”。

李琳告诉中青报·中青网记者，对她的辅导主要是模拟面试，“对方会根据简历和想要面试的岗位进行模拟面试，会问到很多跟岗位专业性密切相关的问题，并根据我的回答来提供优化建议”。

在她看来，那次的面试辅导效果“还是不错的”。“能看出来对方比较有经验，对岗位有清晰的认识，也清楚面试官关注的重点，还根据我的情况定制了很多答题思路和模板。”李琳说，这些思路和模板在后续面试中确实发挥了作用，也提前让她熟悉了面试场景，反复锻炼了自己的表达能力，真正面试时反而不紧张了。

陈霖觉得，自己的表达能力一般，想更有把握地找到一份好工作，还是希望通过面试辅导增加经验。她告诉中青报·中青网记者，对于公务员面试，她一开始就找了辅导机构，但应聘国企时并不通用，在应聘国企面试中失败了数次之后，又找了针对国企面试的培训。

她的面试辅导既包括了面试礼仪、面试流程等内容，同时针对面试过程中可能涉及的问题进行了分类讲解，还进行了大量面试模拟。“增强了我的沟通表达能力，还潜移默化地使我变得更加自信了。”

不过，在社交平台、交易平台上出现的越来越多的面试辅导服务中，也并非真如求职者所愿，付费培训后就能拿到心仪Offer。

“面试了很多次都没有通过，这一次遇到了比较好的公司，不想再错过机会了。”为了通过心仪公司的面试，纠结一天后，陆元还是选择购买一家机构的辅导服务。

2000元一小时，这是该机构的面试辅导价格。“可所谓的模拟面试也只是常规面试题问，这些问题甚至都可以在社交平台上搜索到，只是要费一些时间。”陆元觉得，这一小时的辅导，对他的帮助也只是一分，“也就是凑了一小时辅导”。

他把自己的经历发在社交平台上，希望大家不要再浪费钱了。他告诉中青报·中青网记者，“经过了幾次面试，我觉得只要对自己过往面试经验好好捋一捋，都没问题的”。如今，他也收到了一份不错的Offer。



1月5日，宁夏回族自治区就业援助月专项服务活动启动仪式在石嘴山市举行，约100家用工企业进场开展招聘，提供就业岗位1600余个，涵盖智能制造、化工冶金、网络信息及生物制药等行业。据悉，就业援助月活动是宁夏人社部门联合残联针对元旦后、春节前就业困难人员求职就业的专项公共就业服务活动，旨在为有就业创业意愿的城乡劳动者和有用工需求的用人单位搭建一个对接服务平台。工作人员通过线上直播为求职者推荐岗位。

在他的帖子下面，有人说，“自己花了3200元进行了45分钟辅导，然而并没有通过面试”。也有求职者说在社交平台吐槽说，找了一个面试辅导，“结果那个人嫌弃我这个不懂、那个不会，我问个问题就说我反驳他，让人很压抑”。

尽管“上岸”成功，但李琳还是坦言，很多面试辅导都无法直接确定是否靠谱，“只能从他宣传的自己面试过多少家企业，拿到了哪些Offer等进行推测，也有人直接透露自己的职业背景，但真实性无法求证”。

付费面试辅导的价格没有标准，全凭机构或个人定价。记者咨询多家提供面试辅导服务的商家发现，大多数商家要通过个人简历质量来提供面试辅导报价，求职的行业、岗位不同，价格也不同，定价从每小时一两百元到几千元不等。

在李琳看来，面试辅导本质上就是“花钱换时间”的过程，“把在网上搜索各种面试经验和自学面试技巧的时间压缩到一对一辅导的一两个小时中，这种私人服务的定价并没有什么统一标准”。

陈霖也是通过社交平台找到过这类培训。她说，国企面试培训相对便宜，几千元进行2-5天的培训，但是公务员面试辅导更贵，“几万元都属于正常价格，因为公务员面试辅导一般要10天左右的课程”。

复盘面试、自我摸索，Offer同样可以拿到

记者采访发现，尽管没有经历过面试辅导，还是有不少应届毕业生闯过了面试关。他们的“法宝”是不断进行面试复盘。

2024年伊始，北京邮电大学应届硕士生毕业生沿哲收到了第九份校园招聘录用通知书，这是她向七八十家公司投了简历，又经历了二三十场面试“后得来的结果”。

“去年下半年的求职‘战线’格外漫长，很多投递的简历都石沉大海，竞争压力也大。”沿哲觉得，自己的面试通过率似乎“并不太理想”，“或许今年上半年还要继续，但不断地进行面试才能得到最终满意的Offer”。

在他看来，面试非常重要，需要提前好好准备，“可以搜索社交平台上分享的相关岗位的面试经验，也可以咨询有经验

的师兄师姐”。

让沿哲印象最深的是一次互联网大厂的面试。那一次，面试官提出了很多有深度的问题，从简历到开放性问题的考察都非常细致，面试持续了一个半小时。

“面试官看上去也并不友好，全程高压，当面试官严厉地说结束后不允许向外透露任何面试时，我感到害怕极了。”她后来反思，从来没有面对过这样的压力测试，或许当时已经露出的胆怯让她输掉了这场面试。不过，经过了这次“高压”，她反而能够不卑不亢地面对任何风格的面试官了。

后来，经过了很多次面试，在一家银行的面试中，她觉得“自己稳定的状态给对方留下了很好的印象”。“我能直观地感受到面试官对我的反馈，他们对我说的过往经历都非常感兴趣，情绪稳定也能让自己更好地临场发挥”。

沿哲告诉中青报·中青网记者，面试失败次数多了，复盘反而可以缓解焦虑。“如果是线上面试，我习惯录音，对面试进行整体复盘，去找自己回答得不好的点，或者条理不清晰的地方，进行总结，防止后续再遇到同样的问题”。

记者发现，面对一次次面试失败，像沿哲一样主动进行复盘的求职者并不少。某社交平台上，“面试失败复盘”小组聚集了3万多人，小组口号被定为“希望我们在失败中前行，做打不倒的圣斗士”。也有组员在小组中一起寻找面试“搭子”，共同闯关。

2023届毕业生小戴也在社交平台上分享着自己的面试复盘经验。

她在对一次未通过的面试进行复盘时写道，“前期集中在对岗位理解的准备，没有将自己的经历与岗位挂钩，且表现不够积极”。在一次已通过的群面复盘盘中，她提到，HR评价他们过于“学生思维”，“广告岗位的目的是帮老板挣钱/变现，可从付费推广、报价单、预算等角度出发服务维护客户”。

小戴至今还保留着自己当初找工作时做的统计表单，上面详细记录了自己投递的企业名称、是否通过笔试、是否通过面试等。“我给自己定的目标是，向100家企业投递简历，然后等待面试。”即便“广撒网”，但通过了简历筛选

的企业岗位也只有30多个，进入面试阶段的就更少了，仅10余个。她告诉中青报·中青网记者，“每次线上面试都会录音或录像，我也会记录下每个人针对面试官提问的不同回答，也会总结自己表现不好的地方，比如是太紧张了，还是没有准备好相关知识等，也会找到自己的优势，在下次面试中将优势发挥得更好”。

后来，她在面试中表现得最好的那一次，使得她得到了深圳一家科技公司的Offer。入职后，当时的面试官告诉她，这一岗位有近100人竞聘，最后选择她则是“因为专业相关和自信地表达自己”。她说：“很多职场人也提到，其实面试也是为了测试你有没有‘配得感’，测试你是不是觉得自己能够干这个工作”。

选择面试辅导不要盲目跟风

刚毕业不久的林正，在社交平台上为一些应届毕业生提供付费面试辅导，只不过，他提供的仅是与自己所从事的岗位类似的面试辅导。

在他看来，企业面试的重点在于“要理解公司及其岗位对人的具体需求”，明确需求后才能更好地让自己进行“适配”，“更有针对性地体现出自己的优势或特点，从而去吸引面试官”。

“对于面试行动力不够或者比较拖延的同学，参加面试辅导也是督促对面试的准备，帮助他认识到自己的不足，并进行完善和改进；对于缺少相关岗位经验的人，可以有针对性地补充岗位知识，也更利于提升自信，从技巧上弥补能力的暂时不足。”不过，他也认为，要不要选择面试辅导，还是要根据个人视实际情况而定，不需要盲目跟风。

林正说，不管是否进行面试辅导，最终还是要靠求职者自己付出努力，“对企业的了解、技巧的积累等，最终还是要靠落到自己身上进行随机应变”。

北京一所高校招生就业处的老师谈到，当下的面试辅导市场良莠不齐，的确有一些毕业生通过辅导发现了自己在面试交谈中存在的问题，但也有同学并未达到预期效果，甚至被骗取了钱财。

“很多‘面霸’学生实际上都是每次面试比上一次更进步一点儿，他们会很有

心地记录、整理、思考，不断改善自己的表现。”在他看来，如果能养成每次关键面试后复盘的好习惯，尽管可能还会失败多次，但与第一次面试相比，就能发现自己正在不断成长。

他建议，面试复盘前，要找到自己失败的原因，是专业能力的欠缺还是面试技巧的欠缺，“要复盘自己的具体回答，揣摩问题背后的意图，也要复盘自己在面试现场的语言表达、沟通表现，甚至自己的外在体现，如是与否神贯注听对方提问，穿着是否得体，是否自信等。”

BOSS直聘职位研究员单恭也提到，企业招人时主要看“NASKE”模型（即Nature、Ability、Skill、Knowledge和Experience，分别指人的天性，如聪明、正直；可以被训练的基础能力，如听说读写；岗位需要的技能；一个领域的知识；工作经验）。“不同企业的风格和做事逻辑不一样，招人时看的侧重点也不一样。具体在面试前，要多方面了解这家公司的用人偏好和价值内容，提前预测并充分准备，在沟通中有重点地体现自己上述5项能力中的某一项或者某几项。”

他认为，在大多数情况下，能决定求职者拿到Offer的有过往经历的匹配程度、专业能力、个人素质等因素，最后才是面试技巧，也就是面试辅导老师经常教的内容。“如果你的目标是拿到Offer，应该在‘选择合适的岗位’上投入80%的精力，通过这个杠杆去撬动事半功倍，在认识到面试辅导不起决定性作用的前提下，可以谨慎选择付费面试辅导”。

单恭建议，要有防骗意识，切忌急功近利，如果发现对方打着“包过”的旗号，承诺必拿到Offer或者有大厂内部消息的不要轻信；也不要盲目追求“最好的”或“最贵的”，要结合自身实际，选择最符合当下需求的。

他特别提醒说，求职论坛、社交网络上有很多面试准备的信息，还有很多“面试答案库”，有些内容容易钻进去，收集一大堆资料背答案，越背越紧张，心理上叫“目的性颤抖”，你越是对准靶心，手越会抖动，你越是不在意反而越容易对准。要充分准备，拒绝过度焦虑”。

（受访受访者要求，李琳、陆元、陈霖、沿哲、林正为化名）