

# 新兴职业“自律监督师”： 这是一个很需要“自律”的活儿

■ 王浩雄 葛佳琪

“我想减肥,却管不住嘴”“我想考研,却总想打游戏”“我想早休息,却忍不住看手机”……很多人渴望提升或改变,却又“控制”不住自己时,就想着借助外力来完成“自律”,于是一大批“自律监督师”应运而生。近两年来,在淘宝、咸鱼等电商平台上“自律监督师”服务如雨后春笋般不断涌现,监督的项目多种多样,包括叫醒、减肥、考研、考证,甚至连“不提及前男友”都可以监督,在这场外力与自我的博弈之中,自律监督师究竟能起到哪些作用?

## ——“95后”监督师—— 准时和用心负责才是有效监督

何先生是个“95后”,2020年9月他辞去了摄影师工作,开始在淘宝创业,开了一家“吴系监督员”店铺,做起了全职自律监督师。客户范围从学生到上班族,甚至还有宝妈,主要是监督他们完成减肥和备考,做监督师半年,已监督了3000多人。

“根据顾客不同,监督方式也有所不同,我家的服务主要分两种,如果被监督内容需要用手机,我们就用微信等社交软件做好‘准时提醒’的工作。如果被监督工作不需要用手机,就必须监督其断开数据和Wi-Fi,每隔20~30分钟提醒一次。如果遇到一些惰性大的顾客,监督师会不断通过电话提醒顾客完成自己的任务。遇到有些顾客比较喜欢温和一点的,监督师就会换一种方式。”何先生说。

“监督师除了需要做到准时以外,我认为最重要的就是要负责,其实这是一个良心活,你付出多少耐心和认真,顾客是能感觉到的。”何先生说。他的手机从凌晨1点20分开始,到半夜11时



45分,每天都要设几十个闹钟去提醒客户们“该干活了”,这种电话轰炸的方式虽然占据了他的生活,也遭到很多顾客“抱怨”,但他认为,这是一名监督师责任心的体现。“一般请我们的人,很少会出现不接电话、不回消息的情况,毕竟他们花了钱。”何先生说。

## ——“85后”监督师—— 监督是陪伴式督学

同样作为自律监督店铺老板的“85后”Jim,却与何先生抱着不一样的想法,他认为“监督不仅是提醒,更是陪伴式学习”。Jim全职经营着知浦友人的店铺,这家店的顾客群体90%都是备考的人。面对这些急需监督的人,他将自律监督师定位成一个鞭策者,是帮助顾客克服内心拖延、懒惰,

自主提升专注力的职业。

他与何先生不同的是,每次在开始监督前,会让监督师根据顾客的需求和时间来帮助他们量身定制切实可行的分段规划,并制订奖惩机制。督学分别体现在:顾客任务开始前提醒时间、任务进行中不定期抽查,以及完成后进行核实,以能做到的最大程度尽心尽责地监督。

“我做自律监督师的初衷也是因为自己需要长期学习,当时在学习的路上遇到了有相同诉求的人一起搭建了学习监督的机制,两个人共同进步,所以想把这套监督经验留下来。”

## ——用户体验—— 比监督更重要的是真心陪伴

尽管监督的方式各有不同,但是

两家店铺老板一致认为自律监督师是一份良心活,十分看重顾客的情绪状态。在何先生看来,监督就是一个人与另外一个人的相处和沟通,他说自己经营这家店以来接了几十单,都是遇到情感障碍或是处于焦虑状态的学生。

“坦白讲,遇到这种情况我都是不收费的,只是想以‘过来人’的身份开导他们一下。”何先生回忆,曾经有名大三的女生经历了父母重病后家道中落,男友又离她而去,怀着悲伤绝望的心情找到了他们,袒露她此前自杀未遂,询问她应该选择什么类型的监督比较好。何先生选择以朋友的身份陪伴她度过人生中这一艰难的时期。

在与这位女生沟通的时间里,何先生对她进行了持续的关心以观察她的状态是否稳定,根据女生所学的法学专业,告诉她毕业后如果愿意,也可以来自己的创业公司做法务,以提供工作机会的方式为女生的生活提供一个新的奔头。也许是这份承诺和陪伴给了女生底气和温暖,何先生说后来再看这女生的朋友圈的状态都恢复了正常。

比起顾客是否按时做任务,Jim平时会更看重顾客的情绪状态,他认为稳定的情绪能够提高学习效率。监督师的工作不仅仅是提醒,还能够以一种旁观者的身份,帮助客户冷静分析心态困境。

诚然,不同店铺的监督方式在制度和理念上会稍有差异,但是殊途同归,自律监督师的目的,都是想帮助那些希望克服自己拖延、不规律作息、毅力差等小毛病的人来不断改变自己。同时也愿意付出时间来帮助一些人战胜心魔,走出困难和失落的阴影。

## 2021年全国民营企业招聘月活动启动

■ 富东燕

近日,人社部、教育部、退役军人事务部、全国总工会、全国妇联、全国工商联联合启动2021年全国民营企业招聘月活动。此次活动以“‘职’在民企,‘就’有未来”为主题,为民营企业等各类用人单位招聘用工,为高校毕业生、退役军人、脱贫劳动力、登记失业人员、农民工等各类人员求职提

供集中服务。

据介绍,该活动于4月15日至5月15日在全国范围内开展。其间,人社部还在中国公共招聘网开设了“2021年全国民营企业招聘月”网络招聘主会场,与就业在线、24365校园招聘服务、工会就业服务网上平台、全联人才在线和各省分会场链接,发布各

类招聘信息。

同时,网络招聘主会场还设立社会机构行业专场、地方专场、重点群体招聘专区。行业专场将推出电力新能源行业、女性专场、金融行业、物流配送行业、美团配送春季招募、民营企业专场,8万多家企业参加,提供岗位超25万个。

## 川渝大型网络双选会举行 为高校毕业生提供上万个就业岗位

本报讯(记者 李文)近日,记者从重庆市人力社保局获悉,重庆四川“就业启航,圆梦青春”一区七市2021年高校毕业生大型网络双选会于4月20日至5月20日举行,高校毕业生可通过重庆人才网参与。

本次网络双选会由重庆市大足区人力社保局联合攀枝花市人力社保局、泸州市人力社保局、遂宁市人力社保局、内江市人力社保局、乐山市人力社保局、资阳市人力社保局、

都江堰市人力社保局举办,旨在落实“稳就业”“保就业”,搭建好毕业生与用人单位的双向交流平台,促进高校毕业生更充分就业和更高质量就业。

据悉,此次网络双选会通过重庆人才网开展,有400余家企业参加,提供上万个岗位,涉及互联网、商贸、金融、房地产和工业制造等多个领域。求职者可登录活动页面,进入对应的招聘专区参与。

4月27日,还将在大足区人力资源服务产业园举行线下毕业生专场招聘会,当天还将同时开展网络直播带岗线上招聘活动。

活动主办方相关负责人介绍,此次招聘活动充分发挥“互联网+就业”的优势,将线上招聘模式融入传统招聘活动,在“直播带岗”专场招聘中,将精选多家优质企业参与招聘,以方便无法到达现场的求职者了解岗位需求情况。

## 就业问答

### Q 一些新的国家职业技能标准颁布,是不是意味着要重新考证?

A 为规范实施国家职业资格目录,人社部修订颁布了《国家职业技能标准编制技术规程(2018年版)》,启动了目录所涉职业的国家职业技能标准制定修订工作,并从2018年底陆续颁布国家职业技能标准。新的国家职业技能标准颁布后,原相应职业技能标准同时废止,职业资格评价和职业技能等级认定将依据这些新颁布的职业技能标准对劳动者实施鉴定评价。劳动者此前取得的技能人员职业资格证书或职业技能等级证书仍然有效,可作为水平能力的证明,无需重新考证。

(来源:人力资源社会保障部政务微信)

●邵兴碧遗失保险执业证,证号:0200515000080020170600479,声明作废。  
●李梓祥遗失保险执业证,证号:02005250000080020181100620,声明作废。  
●许霖瑜遗失保险执业证,证号:02000250000080002011012782,声明作废。  
●刘紫英遗失保险执业证,证号:0000550011500002020002757,声明作废。  
●彭程遗失保险执业证,证号:0001385001000002020000646,声明作废。  
●黄升华遗失保险执业证,证号:00000550011500002020002062,声明作废。  
●张成楠遗失保险执业证,证号:02005250000080020160700942,声明作废。