

## 大学生求职

# 怎样叩开成功大门

本报记者 秦新立

对于大学生们来说,由于还没完全涉足社会,因此对人际交往方面的知识还有些欠缺。他们在参加招聘会时,往往认为只要在校时的学习成绩好就会很容易叩开用人单位的大门。可结果往往事与愿违。他们一次次与理想的工作擦肩而过,求职的信心一次次受到打击。那么学生们怎样才能顺利实现就业梦想?昨日,记者采访了市人才交流中心办公室主任谢长虹,请他为大学生求职支着。

谢长虹说,通过数年组织人才招聘会,我们发现大学生求职也是一门学问和艺术。有很多大

### 本埠新闻

编者按

眼下,正值大学生参与招聘会的高峰期,由于参与者众多,要想从竞争激烈的求职大军中脱颖而出并非易事。为此,掌握一定的求职技巧,对学子们来说同样是必修的一门功课。

学生在学业方面本来很优秀,可就是因为不注意求职时的细节,最终输给了那些在学业方面不如自己的学生。所以,需要提醒大学生的是,在求职时,要想“杀出重围”,受到用人单位的青睐,除了展示自己的学业外,也要掌握一定的求职技巧。

认清形势,准确定位

好心态是跨进招聘现场的第一步。无论是大企业还是小企业,本地还是外地,毕业生自己要在心里有个恰当的定位,搞清楚自己想去、适合去什么样的单位十分重要。为此,要降低自己的就业期望值,转变择业观念,树立“先就业、后择业”的观念。

合适的才是

注重形象,举止得体

最好的。对当前就业形势,毕业生应该有清醒的认识,特别是那些不太热门专业的毕业生,调整

招聘会上,求职者与招

聘者的接触一般只有

短短几分钟,要

在短时间

内

调整

### 职场忠告

是一个已经很有成就的人,也不要指望好的机会会自动找到你。主动表现,让公司知道你做了些什么,知道你还可以做些什么,让人们知道你是谁,是白领想要进一步发展的关键。不善于表现、沉默寡言与公司的主流群体无法和谐相处,高级白领必败无疑。提高自我主动表现力、演讲能力等是高级白领走上更高层次的保证。

应变力

今天的时代是个变化的时代,大的形势在变,公司在变,人员在变,高级白领也要适时调整自己,适应变化。在一个公司待的时间太长感觉已走到自己能做的极限时,更要变换思路。是继续这样下去还是另辟他径?是替人打工还是自己创业?缺少应变,以不变应万变,问题就会接踵而至。

王扬

内征服招聘方,个人形象相当重要。总的来说,衣着不追求华丽,但一定要干净、整洁;身上不要佩戴太多的饰品,头发也要整齐,给人干练的感觉;谈吐要礼貌、文雅,普通话要标准;肢体语言要含蓄而大方,切忌张狂。

简历精致,设计合理

简历是用人单位对求职者的第一印象。在招聘会现场,环境嘈杂、人多拥挤,招聘者很难静下心来仔细阅读求职者的简历。有专家统计,在30

秒内看完的简历是

最合理的。因此,简历不

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太

长

必太



### 职场心理

某高校就业心理调查发现,30%的毕业生存在不同程度的抑郁状态——

## 找工作别求一步到位

又到了大学生找工作的时候,用半年的时间找工作,往往会给毕业生带来很大的心理压力。

找工作时遇到的一个比较普遍的问题就是不明确自己的目标,把大量的精力都耗费在做自己并非真心想做的事情上,然后发现这些违背自己意愿的事情并未给自己带来任何益处,因此感到很抑郁,体现在饮食、朋友交往、睡眠等方面的异常。面对这种现状,该如何较好地处理和对待呢?

首先需要制订一个对自我和对工作目标详细规划,然后做人职匹配。而我们现在就业规则基本上不强调这些,只是争抢热门的好工作,不顾自己的个性、兴趣、能力。因此,学校、公务员、财政系统这些稳定的岗位,成了竞争激烈的战场。很多并不适合做这些工作的人也在父母、老师、朋友的劝说之下,去申请这些工作。实际上,有

关职业理论早就给了我们提出了忠告:每个人凭借自己的能力和兴趣找到合适的工作,才能胜任。因此,抛开外界的各种干扰,去寻找自己真正喜欢并且擅长的工作,这是帮助很多人走出抑郁的一个关键。

其次,由于人多于职,在一些大城市出现的人才高消费也是一种无奈的现实。在这样的情况下,找工作必然变得相对困难。所以,毕业生不必因为暂时遇到了困难就失去了信心。但是,这时也需要对就业有更多的了解,比如在中小城市找工作会比大城市容易很多,到一些公司工作会比进机关、学校容易得多等。如果暂时找不到理想的工作,先找一个单位积累一些工作经验和能力,将来就会有更好的工作,而不要固执地死守着一种职业、一个城市。

余淑君



图为招聘会现场。 翟鹏程 摄

退:高级白领  
人在职场,如逆水行舟,不进则退

## 想成功 具备三种能力

调查显示:在自认工作失败的白领中,76%的人认为是人际关系的问题。个人能力突出、见识广、学历背景深厚、业绩突出,以往工作中无往而不胜,种种上述因素,都成为白领人士自满及自我膨胀的诱因。在自信和欣赏自我的同时,他们很容易忽视人际关系的协调和平衡,从而在自己没意识到时已经被动陷入了人际关系的泥潭。大多高级白领在发展到一定职位时,就像气球遇到了天花板,再也升不上去。除了其他原因,人际关系的掣肘是一大问题。

主动表现力  
在当今这个开放的时代里,即使

王扬

# 广告

Tel:3924268