

应届毕业生求职系列

# 求职， 从大一一开始

YJBYS求职网 编著



——赢在起跑线。

# 求职，从大一开始

## 前言：赢在大一的起跑线上

九月,枫叶红的季节,阳光很好,是明媚的秋天。九月,是丰收的季节,2013届应届毕业生们收获了一份份的 offer,纷纷离开学校,踏入社会,迎接新的人生,9月,是希望的季节,在送走一批应届毕业生后,全国高校又迎来了一批充满希望的新生。对于大一新生的而言,这是一个新的起点。

在这个新的起点上,所有人都是公平的。有些同学在新的起点上,能够很好地规划自己的大学生活和学习,大学毕业后,收获累累的硕果;有些新生到了大学后,很久都不能适应大学生活,耽误了自己的学习;有些同学高中时最大的目标是考大学,上大学后,却顿然失去了前行的目标,感到彷徨迷茫,白白浪费了青春。所以,如何在高考过后,设定大学的目标,重新注入学习和生活的动力,为将来的求职做好充分的准备是一件非常紧迫的事情。新生应该在进入大学的第一天,就告诉自己:从现在开始,以毕业为终点,大家都是在同一起跑线上,如果你想赢就要付出更多的努力。

大学的生活是美好的,小编也曾有过那样的青春年华,但那已经成为过去,徒增伤感。因为未来的路还很长,还有很多未知的事情在等着我们去探索,我们要有用将来的眼光看未来的意识。作为一个过来人,小编希望能将自己过来人的经验,分享给所有刚上大学的新生们,希望你们在你们刚进入大学的时候,在你们最迷茫的时候,给你们一些帮助,这样,我的大学也算没白读。只希望将来当你回首往事的时候,能够跟自己说:在大学里,我没有因虚度年华而悔恨,也不因碌碌无为而羞愧,我用自己的努力和拼搏争到了光明的未来。

让我们一起加油!赢在大一的起跑线上!

**要赢，就赢在起跑线！**



# 目录

求职，从大一开始.....	2
前言：赢在大一的起跑线上.....	2
第一章 求职准备，从大一开始？.....	4
第一节 大一，是职业规划的起点.....	4
第二节 大一，提升就业竞争力的黄金阶段.....	4
第二章 求职准备，从大一开始！.....	5
第一节 了解就业现状.....	5
一、就业难的客观原因.....	5
二、就业难的主观原因.....	5
第二节 做好职业规划.....	6
一、明确志向.....	6
二、自我评估.....	7
三、机会评估.....	8
四、职业方向选择.....	9
五、职业路线选择.....	11
六、设定职业目标.....	12
七、制定行动计划.....	15
八、评估与回馈.....	15
第三节 提升求职竞争力.....	16
一、关注就业信息.....	16
二、调整学习心态.....	17
三、考取相关证书.....	18
四、学习求职礼仪.....	19
五、积累求职人脉.....	22
六、积累实习经验.....	24
第四节 了解求职途径.....	25
一、校园宣讲会.....	27
二、校园招聘会.....	29
三、网络求职.....	32
后记：成功属于有准备的人.....	43

# 第一章 求职准备，从大一开始？

## 第一节 大一，是职业规划的起点

随着近年来全国各大高校的扩招，大学生的数量越来越多，进而大学生面临的就业压力也越来越大，而且用人单位聘用条件也越来越高，因而大学生职业生涯规划的重要性也日益凸显，凡事预则立，不预则废，一份准确而且合理的职业规划无疑会对大学生将来就业起到积极的作用。

职业生涯规划，是指个人与组织相结合，在对一个人职业生生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。就目前情况来看，国内的教育在大学生职业培养和职业生涯规划方面和国外存在着明显的差距，许多大学生通常会在毕业之后才考虑就业问题，在校期间没有制定一份符合自己条件的职业规划，这就导致当大学生成为就业的责任的主题时，往往会目标不明确，在择业时没有主见，随波逐流，从而丧失掉自己的优势，在就业的激烈竞争中缺乏竞争力。

而作为一名刚迈入大学，还在对社会进行观望的大一新生，此时此刻就应该敲响就业危机意识的警钟，大学生的职业规划不只是大四的事情，而是大学四年的事情。职业规划不是一个刚刚被人提起的时尚话题，而是一个谁都无法回避的永恒话题。所以，大学生千万不能“大难临头”了才想起需要职业规划。

我们读大学无非有三个目的：学习足够的专业知识、积累足够的人脉资源、锻炼自己加速成熟。而这几种目的没有好坏之分，只有“有没有”的区别，只要有自己坚定的目标，能够从一进大学校门就开始努力去实践这些目标，你就已经具备了成功度过四年大学生活的首要条件。

大学生从大一就开始职业生涯规划，可以准确定位自己职业方向，明白自己想干什么、能干什么，从而在机会来临之时，能够抓住，获得成功，而不是在最后一年的时候陷入迷茫当中，不知道做什么好，整天为自己的工作发愁，还错失一次又一次机会。“狭路相逢，勇者胜；职场竞争，规划者胜”科学合理的职业生涯规划是每一个大学生就业的必要准备，也是每一个大学生职业生涯发展过程中所必然的要求。学校无法培养学生在职业规划方面所需的技能，所以学生在学习好专业技能的同时，必须依据自身情况，制定一份职业生涯规划，作为自己前进道路上的指引，避免自己在掌握必要专业技能的同时因缺乏相对的规划，错失就业机会，为自己的人生留下遗憾。

所以，为了描绘好你们四年后的“路线图”，大一，是你们职业规划的起点，不要再放纵自己迷茫下去，行动起来吧！

## 第二节 大一，提升就业竞争力的黄金阶段

随着我国教育的大众化，越来越多的人有机会接受到高等教育，高等院校毕业生数量与日俱增，在国民整体教育素质提升的同时，普通高等院校毕业生的就业问题日益成为高等教育和社会所关注的热点，如何提高就业竞争力，也成为当代大学生所关注的焦点问题。

大学生就业竞争力本质上是一种表现力，是毕业生把握并获取就业机会、赢得欣赏的实际能力和比较优势。综合素质是竞争力的基础，而竞争力是综合素质的集中反映和显著标志。概括说来，大学生就业竞争力是指毕业生在就业市场上战胜竞争对手、找到自身才能发挥和实现自身价值的适当的工作岗位的能力，即满足社会和用人单位对人才需求的能力。

大学四年是黄金时期。因为大学是一个相对宽松的学习环境，没有高中那种紧张的学习氛围，学习时间和学习都是要靠大学生自己自觉来掌握和完成，大学老师也不会像高中似的班主任那样时时刻刻监督学生学习。且大学时期处于学生时代和社会生活的交界处，是一个过渡阶段，大学校园就是半个社会，也就意味着，在大学的四年里，我们的任务不仅是在学好文化知识，同时也是在熟悉社会生活。大学为我们提供一个很好的学习平台，教我们如何去了解社会，如何去融入社会，如何去生存，如何去面对竞争。而大一，是大学生活的开始。俗话说，好的开始是成功的一半。若能在大一的时候为自己的大学生活打好一个坚实的基础，整个大学都将因此而不同。

所以说：提升自己的就业竞争力，要从大一开始。

## 第二章 求职准备，从大一开始！

### 第一节 了解就业现状

为什么大学生从大一开始就要去了解就业的现状呢？目的是引导大学生树立正确的就业观念，为成功步入社会奠定坚实的基础。

进入2010年以来，大学生就业问题屡次受到全社会的关注。2010年全国普通高校毕业生规模将达630余万人，社会就业压力很大，加之国际金融危机对我国就业的不利影响还没有消除，失业率将进一步加剧。再加上往届没有实现就业的，需要就业的毕业生数量之大。因此，大学生就业形势依然十分严峻。下面，我们从客观原因和主观原因来分析下现今的就业难的情况。

#### 一、就业难的客观原因

##### 1、用人单位和大学生之间存在信息不对称

我们知道，信息不对称严重影响大学生的择业与就业。大部分在校大学生没有意识到就业人数的递增速度已远远超过工作岗位的增加速度，忽略了解就业形势和政策及就业过程的重要性，只顾埋头苦读、热衷考证或忙于各类社团活动，充实了自己的头脑和经验，而在实际就业供需矛盾面前束手无策，很多大学生在毕业前夕由于这些方面的忽略使择业、就业时走很多弯路。

##### 2、用人单位招聘信息的发布不及时

用人单位招聘信息的发布缺乏时效性、大学生没能及时获取相应的信息及大学生发布了应聘信息但由于种种原因用人单位没有获取。这两种情况造成了很多大学生找不到工作、用人单位招不到人的局面，延长了大学生和用人单位相互搜寻的过程。再者，很多同学找工作的主要渠道是人才交流市场，这在渠道上就有局限性，因为人才交流市场开放的时间和地点有限，不能充分满足大学生择业信息的筛选。因此，信息渠道的局限导致了信息获取不及时。

#### 二、就业难的主观原因

##### 1、自我能力认识不足，所学知识与现实要求不匹配

在大学生“就业难”的同时，用人单位也普遍存在着“选材难”。我国的教育体制多年来按照一种模

式培养人才，专业设置脱离社会需求。不注重学生实际能力的培养。大学生有较扎实的专业知识，但缺乏良好心理的素质、礼仪和法律观念。

也有很多同学并不是很了解自己的能力和自身能力与实际就业形势相联系。一个人只有通过自我评估，正确深刻地认识和了解自己，才能对就业做出最佳抉择，在合适的工作岗位上充分发挥自己的能力，才是大学生就业的最终目标。

## 2、缺少职业生涯规划

有些在校大学生“不清楚”自己未来的发展方向，更有同学对个人的职业生涯是“有一定的规划但不完全”，很多同学对职业生涯规划不够重视。因此职业目标的制定不够合理。

职业目标的制定是需要从大学生个人价值观进行分析考虑的问题。在当前大学生就业形势严峻的非常时期，往往会有部分大学生一毕业就面临失业。因此进行合理的大学生职业生涯规划将直接影响大学生对毕业后的计划，在很大程度上影响未来的前程，避免大学生在盲目求职过程中造成人力资源不必要的浪费。

## 3、期望和实际现状不符，就业时一味追求稳定和高收入

大学生做事眼高手低，理论知识与实际工作脱节，还存在就业后稳定性差、离职率高此类问题。多数大学生缺乏吃苦耐劳精神，薪酬期望值高出社会现实水准，不愿从基层做起，宁愿等待，只选择在发达地区、高薪部门工作，不愿意去偏远地区工作；人际沟通能力差，缺乏团队合作能力，“有业不就”造成人力资源的浪费。

不少大学生只盯住“三大”（大城市、大企业、大机关）、“三高”（高收入、高福利、高地位）。很多同学理想的用人单位是国家机关，也有同学理想或期望从事的职业是经营管理类，且期望薪酬很高。这些选择仅仅局限在个人理想职业目标，缺乏对现实就业情况的了解，存在理想发展方向和现实形势不相符的问题，且没有考虑自身能力限制与缺乏经验带来的不利影响，势必造成在求职过程中受挫。

# 第二节 做好职业规划

大一的同学们，当你们步入大学这座象牙塔的那一刻起，职业生涯规划就已开始伴随着你们。那么，你们的职业生涯应该如何规划呢？下面，我们将详细为你们讲解职业生涯规划八个步骤：

## 一、明确志向

志向的基本概念是指人们在某一方面决心有所作为的努力方向。具有不同世界观和人生观的人有不同的志向。从个人来说，志向主要通过选择职业来体现，个人应选择社会需要的、最能发挥个人特长的职业作为志向，并为实现志向而努力奋斗。

志向是事业成功的基本前提，没有志向，事业的成功也就无从谈起，俗话说：“志不立，天下无可成之事”立志是人生的起跑点，反映着一个人的理想、胸怀、情趣和价值观，影响着一个人的奋斗目标及成就的大小，大一学生在制定生涯规划时，首先要确立志向，这是你们制定职业生涯规划的关键，也是你们的职业生涯中最重要的一点。

## 二、自我评估

自我评估的目的，是认识自己、了解自己。因为只有认识了自己，才能对自己的职业作出正确的选择，才能选取适合自己发展的职业生涯路线，才能对自己的职业生涯目标作出最佳抉择。自我评估包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、思维方法、道德水准以及社会中的自我等等。

自我评估包括很多方面，最主要的是对自己的了解和认识。包括对自己兴趣、特长、性格的了解，也包括对自己的学识、技能、智商、情商的测试，也包括对自己思维方式、道德水准的评价等。

每个人从小到大都会积累这些自我认识，别人的一句话评论，老师对你作文的评语都是你认识自己的途径。专业认识自我的方法有很多，世界上帮助人们对自己进行客观的自我评估的方法有很多，如心理测试，应用韦氏量表、瑞文智力测验智商，卡特尔的 16PF 的人格测试都是具体应用。其中国际上最为流行的职业人格评估工具莫过于 MTBI 职业性格测试了。

### MTBI 职业性格测试

20 世纪 40 年代，美国一对母女在荣格的心理学类型理论的基础上提出了一套个性测验模型。伊莎贝尔·迈尔斯(Isabel Myers)和凯瑟琳·布里格斯(Katharine Briggs)把这套理论模型以她们的名字命名，叫作 Myers-Briggs 类型指标 MBTI。

Myers-Briggs Type Indicator (MBTI)：作为一种对个性的判断和分析，是一个理论模型，从纷繁复杂的个性特征中，归纳提炼出 4 个关键要素——动力、信息收集、决策方式、生活方式，进行分析判断，从而把不同个性的人区别开来。MBTI 人格分类模型和理论的意义在于“解释人与人之间的差异现象”以及优化决策，对决策流程“进行理性的干预”。

心理学家大卫·凯尔西(David Keirsey)发现，这些由不同文化背景和不同历史时期的人各自独立研究得出的 4 种不同性情的划分，对性格的描绘有着惊人的相似。同时他发现，MBTI 性格类型系统中的四种性格倾向组合与古老智慧所归纳的四种性情正好吻合。这四种组合是：

- 直觉(N)+思维(T)=概念主义者
- 触觉(S)+知觉(P)=经验主义者
- 直觉(N)+情感(F)=理想主义者
- 触觉(S)+判断(J)=传统主义者

这种理论可以帮助解释为什么不同的人对不同的事物感兴趣、擅长不同的工作、并且有时不能互相理解。

这个工具已经在世界上运用了将近 30 年的时间，夫妻利用它增进融洽；老师学生利用它提高学习、授课效率；青年人利用它选择职业；组织利用它改善人际关系、团队沟通、组织建设、组织诊断等多个方面。在世界五百强中，有 80%的企业有 MBTI 的应用经验。

MBTI 人格共有四个维度，每个维度有两个方向，共计八个方面，分别是：

- 外向(E) 和 内向(I)
- 感觉(S) 和 直觉(N)
- 思考(T) 和 情感(F)

➤ 判断(J) 和 知觉(P)

如:

我们与世界的相互作用是怎样的?——外向(E)和内向(I)

我们自然留意的信息类型?——感觉(S)和直觉(N)

如何做决定?——思考(T)和情感(F)

做事方式?——判断(J)和知觉(P)

每个人的性格都立足于四种维度每一种中点的这一边或那一边，我们把每种维度的两端称做“偏好”。例如：如果你落在外向的那一边，那么可以说你具有外向的偏好。如果你落在内向的那一边，那么可以说你具有内向的偏好。

在 MBTI 职业性格测试理论中，有四个维度，两两组合，共有十六种类型。以各个维度的字母表示类型，如下：

- ESFP、 ISFP、 ENFJ、 ENFP
- ESTP、 ISTP 、 INFJ 、 INFP
- ESFJ 、 ISFJ 、 ENTP、 INTP
- ESTJ 、 ISTJ 、 ENTJ、 INTJ

四个维度在每个人身上会有不同的比重，不同的比重会导致不同的表现，关键在于各个维度上的人均指数和相对指数的大小。

为帮助广大大一学生进行科学、客观的自我评估，应届毕业生求职网开发了基于全球最著名和权威的职业性格测试标准 MBTI 理论的职业规划测评系统，供求职者们免费使用。该系统可以让您更好的了解自己的性格特征、工作中的优劣势、主要职业能力指数，以及给出你的领导力、团队合作能力、适合的领域与职业等职业发展建议。

完成测评后，你可以选择保存测评结果到本地、邮箱中，打印出纸质版的测评结果，随简历一起参加面试，增加面试成功率，也可以分享到微博或你在 YJBYS 求职网的简历中，让更多 HR 能通过测评结果认识到真实的你，提高求职成功率。

应届毕业生职业规划测评系统入口：<http://my.yjbys.com/ceping/>，欢迎大家免费使用。

### 三、机会评估

职业生涯机会的评估，主要是评估各种环境因素对自己职业生涯发展的影响，每一个人都处在一定的环境之中，离开了这个环境，便无法生存与成长，在制定个人的职业生涯规划时，要分析环境条件的特点、环境的发展变化情况、自己与环境的关系、自己在这个环境中的地位、环境对自己提出的要求以及环境对自己有利的条件与不利的条件等等。有对这些环境因素充分了解，才能做到在复杂的环境中避害趋利，使你的职业生涯规划具有实际意义。

古语云：“世上三百六十行，行行出状元。”而现在的职业已经超过 2000 个，你不可能每个都做过才能知道哪个适合自己。职业生涯规划必须结合自身情况进行分析，否则就会流于形式。

机会的评估主要是评价周边环境对自己职业生涯发展的影响。评估的主要因素有：政治环境、社会环境、经济环境、组织环境等。只有明确了这些基本影响因素，才有可能得到成功。比如，一个致力于做一个卓越寻呼机员的前途始终是黑暗一片。

机会是因人而异的，每个人都必须按照适合自己的路子选择，适合别人的不一定适合你，你适合的不一定适合其他人。这一点要参考个性特点来，做到人职匹配。具体来说，就是先进行个人心理分析；再分析典型成功的各种职业者，提炼出他们的性格特点；最后将这两者比较，从而得出适合的员工、适合的职业。管理心理学中有很多关于这个的理论，比如说是霍兰德的六种职业性向理论等。

环境因素评估主要包括：

- 组织环境。
- 政治环境。
- 社会环境。
- 经济环境。

应届毕业生职业规划测评系统，也提供了科学客观的机会评估参考，求职者可以免费使用该系统进行自己的职业生涯规划。

## 四、职业方向选择

职业选择正确与否，直接关系到人生事业的成功与失败。据统计，在选错职业的人当中，有 80%的人在事业上是失败者。正如人们所说的“女怕嫁错郎，男怕选错行”。由此可见，职业选择对人生事业发展是何等重要。如何才能选择正确的职业呢？至少应考虑以下几点：

- 性格与职业的匹配；
- 兴趣与职业的匹配；
- 特长与职业的匹配；
- 内外环境与职业相适应。

### 职业选择经典案例：

我是一名钢琴学员，我将来的职业选择可能是：

#### 1、侧重演奏

对演奏的追求，是目前我学钢琴的主要目标。比赛、演出都是在对我的演奏水平进行衡量。

#### 2、成为一名钢琴教师

在追求演奏水平的同时，好好学习文化知识，培养素质与能力，将来成为一个钢琴教育家的意义对我来说更大。

## ● 职业选择分析

### 1、侧重演奏

对演奏的追求，是目前我学钢琴的主要目标。比赛、演出都是在对我的演奏水平进行衡量。

### 2、成为一名钢琴教师

在追求演奏水平的同时，好好学习文化知识，培养素质与能力，将来成为一个钢琴教育家的意义对我来说更大，可能性也更大。但昭义是四川音乐学院的一名大学教师，他培养出了李云迪等一大批钢琴人才，改写了中国钢琴教育的历史。从但昭义的文章不难看出其知识的深度与广度，不难看出其全面的素质、能力和修养，他是钢琴教师的榜样。

### 3、攻读更高的学位

钢琴领域需要进行学术交流，需要理论研究。如果选择了这个专业，就不能满足于现有的知识与学历，要不断学习，继续深造。有很多钢琴专业领域的高学历者，他们并没有在国际比赛中夺魁，但他们是成功者、是高级人才。卞萌在俄罗斯留学获得双博士学位，回国后到中央音乐学院任教，她著书甚丰，带来了先进的教学理念，对中国的钢琴教育产生了重大的影响。她的成功也给了我启迪。

### 4、重视创作

世界著名钢琴家对后人影响最大的还是他们的作品，今天的钢琴家(包括外国的)还没有一个人创作出与古代钢琴家在水平、规模上相当的作品，大家只是在争先恐后地演奏、再演奏。我会学习一定的创作，将来希望能创作出大规模的、系统的中国作品并推向世界。

## ● 个人的职业选项：

### 三个职业目标：

- 一是当钢琴家教，成为隐形就业者；
- 二是在市、区级艺术院(团)从事演艺工作；
- 三是可以从事钢琴教育工作。

### 选择理由：

我个性热情奔放，热爱艺术事业，家庭条件也能支持我的梦想，而且我学习钢琴专业已有十多年的经历。在现在钢琴教学整体水平较低，师资力量较差的市场背景下，真正能从事钢琴专业的很少。如果专业水平较高，将来的就业是很有保障的，因为能达到高级钢琴专业水平的人很少。

### 第一职业目标选项的工作内容和胜任条件

专业音乐学院钢琴专业毕业的老师通常 100 元/小时。课时通常在周末或平时的晚上，所以假如所有时间都排满学生的话是一周大概 22 节课，一个月大概 80 节课，也就是说一个刚毕业的钢琴老师一个月工

资上限 8 千左右。如果长期从事钢琴教学，有一定成绩，学生国际获奖，到音乐学院教课，聘为教授(至少 20 年努力)，课费能达到一个小时 300-500，这样每个月差不多可以达到 3 万左右。

由于现在钢琴教学整体的低水平，师资力量较差，错误的教学等因素，真正能从事钢琴专业的很少。如果专业很精，将来的前途是很光明的，因为能达到专业水平的人是很少的。

该就业方向职业的能力素质要求本科毕业钢琴主修；具有一定的教学经验，教学规范；有良好的师德品质，责任心强。

### 与职业选择目标的差距

目前，钢琴专业学生的演奏能力差别很大，专业水平参差不齐。客观地讲，在音乐院校扩招之后，生源质量下降的事实是显而易见的，从本科阶段才进入音乐学院的学生，基础非常薄弱，学习中面临着许多困难，很难与从初中到大学一直在专业院校学习的学生等同视之，而这部分学生占学生总数的三分之二还要多。

因此，培养高水平的钢琴人才任重而道远。我要在钢琴专业上有所突破，必须要有结实的专业底座。现在，国内外各种表演类的比赛，同样的曲目演奏日趋低龄化，我的目标应该是追逐国内领先和国际水平。因此，我必须踏踏实实地做好每一件事情，抓住培养高素质人才的每一个环节，不断努力才能将专业水平全面推上一个新台阶。

我校钢琴专业教学的成绩是不错的，但与一些钢琴专业优势的学校相比，还有很多的差距，归咎其原因是多方面的，其中包括历史的和现实等多种原因。主要表现为：多年来具有丰富教学经验的教师队伍严重断层；不合理的师资结构不能满足钢琴教学的正常发展；键盘系缺少专业学科上的领军人物；不能拥有多个极其优秀的、有经验的教师。不能与国内的一些院校抗衡。

对此，我必须正视现实，脚踏实地一步一个脚印，挖掘现有的潜力，认准目标、努力攻关，才能取得成功。

## 五、职业路线选择

职业生​​涯路线是指一个人选定职业后选择从什么途径去实现自己的职业目标，是向专业技术方向发展，还是向行政管理方向发展。

发展方向不同，要求也不同。这就如登山，要达到山顶的目标，就要选择最佳的登山路线与方式。

人们也常说条条大路通罗马，讲的是道路多、选择多、办法多的道理。可是那么多道路到底哪条是到罗马最近最好走的路呢？这就是实现目标中的路线选择问题，选择了捷径好路，就易于进入职业发展的快车道，否则，就会耽搁在路上。而且没有一个职业发展的路线蓝图，就会走错路，走弯路、走回头路，这将直接影响我们的心情和成就，导致我们的努力、动力、能力不能直接作用于目标，就会产生资源、时间、精力的浪费，在无形中延长了我们成功的期限。

因此，在职业确定之后，必须对职业生​​涯路线进行选择，以使今后的学习和工作沿着职业生​​涯路线和

预定的方向发展。由于发展路线不同，对职业发展的要求也不相同。因此，在职业生涯规划中，须作出抉择，以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯路线或预定的方向前进。通常职业生涯路线的选择须考虑以下三个问题：

- 我想往哪一路线发展？
- 我能往哪一路线发展？
- 我可以往哪一路线发展？

第一个问题是通过对自己的价值、理想、成就动机和兴趣分析，确定自己的目标取向。

第二个问题是通过对自己的性格、特长、经历、学历以及专业的分析，确定自己的能力取向。

第三个问题是通过对自己所处的社会、经济、政治、组织环境分析，确定自己的机会取向。

最后，求职者们可以针对以上三个问题，结合前面四节的分析结果进行综合分析，以此确定自己的最佳职业生涯路线。

## 六、设定职业目标

职业生涯目标的设定，是职业生涯规划的核心。一个人事业的成败，很大程度上取决于有无正确适当的目标。没有目标如同驶入大耗孤舟，四野茫茫，没有方向，不知道自己走向何方；树立了目标，才能明确奋斗方向，犹如黑暗中的灯塔，引导你避开险礁暗石，走向成功。

目标的设定，是在继职业选择、职业生涯路线选择后，对人生目标做出的抉择。其抉择是以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据。通常目标分短期目标、中期目标、长期目标和人生目标。短期目标一般为一至二年，短期目标又分日目标、周目标、月目标、年目标，中期目标一般为三至五年，长期目标一般为五至十年。

虽然，一个人的目标是随着时间的变化而变化的，人在每一个重要阶段的目标可能是不一样的。而且，目标不能太高，太高再努力也完不成，使得失去信心；目标也不能太低，轻易达到目标不能使自己真正进步与成长。因此设置目标的标准是：跳一跳，够得着。也就是说要经过分析评估，才能设立符合实际，对自己有强大的促进作用的目标。

接下来我们将为您介绍设立职业目标的十四个步骤：

### 步骤一

先开始编织美梦，包括你想拥有的，你想做的，你想成为的，你想体验的。现在，请坐下来，拿一张纸和一支笔，动手写下你的心愿。在你写的时候，不必管那些目标该用什么方式去达成，就是尽量写。

直到你觉得没有什么可以写的时候，你可以看看下面几个问题并回答它们，这些问题会引导你去了解自己内心深处的渴求，这会花上一些时间，但你现在的努力，将是为下一步丰盛的收获作下基础。

1. 在你生活中，你认为哪五件事情最有价值？

2. 在你的生活中，有哪三个最重要的目标？
3. 假如你只有六个月的生命，你会如何地运用这六个月？
4. 假如你立刻成为百万富翁，在哪些事情上，你的做法会和今天不一样？
5. 有哪些事是你一直想做，但却不敢尝试去做的？
6. 在生活中，有哪些活动，你觉得最重要的？
7. 假如你确定自己不会失败（拥有充实的时间、资源、能力等），你会敢于梦想哪一件事情？

回答完这些问题后，把你所列出的所有目标分成六个类：

- 健康
- 修养/知识
- 爱情/家庭
- 事业/财富
- 朋友
- 社会

### 步骤二

审视你所写的，预期希望达成的时限。你希望何时达成呢？有实现时限的才可能叫目标，没时限的只能叫梦想。

### 步骤三

选出在这一年里对你最重要的四（也可以增加到六个）个目标。从你所列出的目标里选择你最愿意投入的、最令你跃跃欲试的、最能令你满足的四件事，并把他们写下来。现在我建议你明确地、扼要地、肯定地写下你实现它们的真正理由，告诉你自己能实现目标的把握和它们对你的重要性。如果你做事知道如何找出充分的理由，那你就无所不能，因为追求目标的动机比目标本身更能激励我们。

### 步骤四

核对你所列的四个目标，是否与形成结果的五大规则相符。

- 1) 用肯定的语气来预期你的结果，说出你希望的而非不希望的；
- 2) 结果要尽可能具体，还要明确订出完成的期限与项目；
- 3) 事情完成时你要能知道完成了；
- 4) 要能抓住主动权，而非任人左右；

5) 是否对社会有利。

#### 步骤五

列出你已经拥有的各种重要的资源。当你进行一个计划，就得知道该使用哪些工具。即你所拥有资源的清单，里面包括自己的个性、朋友、财物、教育背景、时限、能力、以及其他。这份清单越详尽越好。

#### 步骤六

当你做完这一切，请你回顾过去，有哪些你所列的资源会运用得很纯熟。回顾过去找出你认为最成功的两三次经验，仔细想想是做了什么特别的事，才造成事业、健康、财务、人际关系方面的成功，请记住这个特别的原因。

#### 步骤七

当你做完前面的步骤后，现在请你写下要达成目标本身所具有的条件。

#### 步骤八

写下你不能马上达成目标的原因。首先你得从剖析自己的个性开始，是什么原因妨碍你的前进？要达成目标，你得采取什么做法呢？如果你不确定，可以想想有哪位成功者值得你去学习？你得从最终的成就倒算，往你目前的地位一步步列出所需的做法。就你在第七条中找出的资料做为你设计未来计划的参考。

#### 步骤九

现在请你针对自己那四个重要目标，订出实现它们的每一步骤。别忘了，从你的目标往回订步骤，并且自问，我第一步该如何做，才会成功？是什么妨碍了我，我该如何改变自己呢？一定要记得你的计划得包含今天你可以做的，千万不要好高骛远。

#### 步骤十

为自己找一些值得效法的模范。从你周围或从名人当中找出三、五位在你目标领域中有杰出成就的人，简单地写下他们成功的特质和事迹。在你做完这件事，请你阖上眼睛想一想，仿佛他们每一个人都会提供你一些能达成目标的建议，记下他们每一位建议的方法，如同他们与你私谈一样，在每句重点下记下他的名字。

回想过去曾有过的重大成功事迹。将它与你新目标的图象置换。

#### 步骤 11

使目标多样化且有整体意义。

#### 步骤 12

为自己创造一个适当的环境。

#### 步骤 13

经常反省所做的结果。

#### 步骤 14

列一张表，写下过去曾是你目标而目前已实现的一些事。你要从其中看看自己学到了些什么，这期间有哪些值得感谢的人，你有哪些特别的成就。有许多人常常只看到未来，却不知珍惜和善用已经拥用的。所以我要告诉你，成功的要素之一就是要存一颗感恩的心，时时对自己的现状心存感激。

当你按照这些步骤设立好自己的职业目标后，几周内，你的内心会越来越稳定而有方向感。别人会开始注意到你的改变。几个月内，你会发现自己的一些目标在一步一步变成现实。你在无形中，走到一个令自己与他人惊讶的高度。

## 七、制定行动计划

在确定了职业生涯目标后，行动便成了关键的环节。没有达成目标的行动，目标就难以实现，也就谈不上事业的成功。

这里所指的行动，是指落实目标的具体措施，主要包括求职、工作、训练、教育、轮岗等方面的措施。例如：

- 在求职方面，你计划如何找工作，通过什么途径去求职，以找到符合自己职业规划的工作？面对收到的几个 OFFER，你该如何选择，才能更好地符合你的职业规划？
- 在工作方面，你计划采取什么措施，提高你的工作效率？
- 在业务素质方面，你计划学习哪些知识，掌握哪些技能，提高你的业务能力？
- 在潜能开发方面，采取什么措施开发你的潜能等等，都要有具体的计划与明确的措施、且这些计划特别具体，以便于定时检查。

## 八、评估与回馈

俗话说：“计划赶不上变化”是的，影响职业生涯规划的因素诸多。有的变化因素是可以预测的，而有的变化因素难以预测。此状况下，要使职业生涯规划行之有效，就须不断地对职业生涯规划进行评估与修订。

其修订的内容包括：

- 职业的重新选择；
- 职业生涯路线的选择；
- 人生目标的修正；

- 实施措施与计划的变更等等。

## 第三节 提升求职竞争力

### 一、关注就业信息

大学生从大一开始就关注就业信息，不仅可以让自己找到方向，而且对将来大四毕业之后找工作是很有帮助的，可以让自己心里有底。

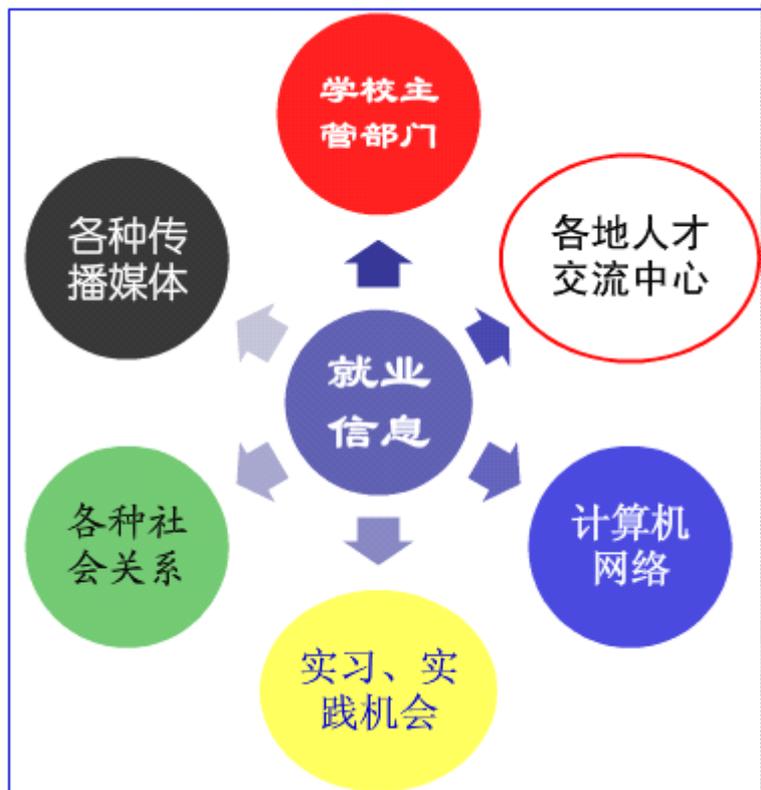
#### 就业信息

是指与就业有关的消息和情况，包括宏观就业政策、社会对人才的需求、未来行业的发展趋势、社会就业、人口资源等。

#### 就业信息的分类

- **政策信息：**是指国家关于就业方面的大政方针、法律法规及各个省、市、自治区及地方有关就业方面的具体政策
- **社会需求信息：**是指各级、各类用人单位对毕业生需求的情况，主要包括用人单位对毕业生的学历层次、专业、性别、人数、以及对所需人才的具体要求等。
- **用人单位信息：**是指具有用人单位内部特点的信息，主要包括单位的性质、隶属、规模、发展、地理环境、经营范围和种类、经济福利待遇、联系方式等等。
- **口头信息：**是指毕业生通过与人（老师、同学、亲朋好友）交谈获得的信息。
- **书面信息：**是指毕业生通过各种有关就业工作的指导性文件、学校和用人单位的各种书面通知、函件等获得的信息。
- **媒体信息：**是指通过有关报纸杂志、电视广播、网络发布的就业信息。

#### 获取就业信息的途径



## 二、调整学习心态

高中时，学生最大的目标是考大学。很多人上大学后，顿然失去了前行的目标，感到彷徨迷茫。这也是很多在校大学生沉迷网络游戏、电视剧以及小说的最根本原因之一。大学的职业规划路线主要为4条，仕途、学术、从商、出国等4个方面。

第一，仕途，主要任务是考公务员。那么大学应该做些什么？1、参加学生会——社会官场预备班；2 争取入党；3、在大学里面主动积累公务员的人际关系网络。

第二，学术，就是考研。如果想考研，在技术方面发展，大学的主要生活就是跑实验室以及蹲图书馆，尽自己最大的努力学到最多的专业知识。不要过于依靠大学老师，一定要自学，多参加校内外的科技比赛，争取好名次，以及获得导师乃至院长级别的推荐信。

第三，从商，要么是进入企业工作，要么是创业。如果选择这条路线，就要多进入社团进行商业基本技巧的锻炼，为大学生生活加入工作和赚钱的元素，在假期争取工作实习机会。记住，学校是最大的盈利机构，学校本身就是一个庞大的消费市场和人力资源市场。

第四，出国。如果打算出国，首先考虑要去哪个国家，去哪个大学，去干什么，为什么要去。如果这些问题都可以得到明确的解答，那么在大学期间，你就要在英语上狠下工夫，不是简单地考四六级；要不断完善自己的简历，多做一些对出国有利的事情；争取得到知名人士的推荐信，最好是你要进入学校的校友。

很多新生到了大学后，很久都不能适应大学生活。归根到底是因为他们还未走出高中的学生生活习惯，尤其是考上重点大学的毕业生，因为高中时候无论在学习或者工作上，都是班级甚至年级的领军人物，老师的宠儿，父母的宝贝。但是到了大学后，在同个学院同个专业里面，大家都非常优秀。

如果还是按从前的生活模式，甚至认为别人都需要以自己为中心，那么就可能会在人际关系或者学习工作方面，甚至在宿舍以及班级里处处碰壁。所以新生应该在进入大学的第一天，就告诉自己：从现在开始，以毕业为终点，大家都是在同一起跑线上，如果你想赢就要付出更多的努力。

很多刚进大学的同学认为熬过了高考，学习负担就减轻或是没有了，大学四年就可以浑浑噩噩的虚度过去。其实事实并不是你们所想的那样。在大学校园里，我们既要继续深造专业知识，又要融入社会，学习另一门课程—社会学。所以我们的“学习”负担并没减轻，我们要做的还很多，我们要面临的挑战更多更大。那对于大一新生来说，应该以一个怎样的心态对待大二的学习课程呢？

以下几点建议：

- 第一， 尽快适应大学教学模式。大学课程的编写不比高中时的生动，甚至称得上枯燥无味；讲师讲课也没有高中时的详细，很多知识要同学课余自习。所以新生要尽快调整心态，主动适应大学教学模式。
- 第二， 学会课本之外的知识，如人际交往的艺术。大学里不提倡“书呆子”，学生不能只是一味地钻书堆子而不闻窗外事。大学要培养的是全面发展的人才，专业知识要好，文体，思想，人际相处也不能逊色。所以新生也要花时间学好课外知识。
- 第三， 学以致用，参加社会实践。大学社团五花八门，新生不妨在大一多参加一些，以此锻炼自己的工作能力和合作精神。运用知识进行实践也是学习，而且是更好的学习。这对于以后的个性发展相当有益。
- 第四， 多阅读，深积累。大一较清闲，新生要尽量多阅读一些自己感兴趣的书籍，多参加一些知识讲座。大一以后课程会开始繁忙，看课外书的机会就没那么多了。所以大一要多积累，厚积薄发嘛。
- 第五， 多请教。新生若长时间都不能调整好学习心态，就要多向师兄师姐请教，或咨询心理导师。只有尽早解决困惑，你才能更好地融入大学的学习中。

### 三、考取相关证书

现在社会上有很多人认为大学生考证对于找工作没有用，关键还是看求职者的能力。但小编并不认同这种看法。

首先，证书就是对一个人能力的证明，当一个人经过长期的努力考到技能证书的时候，就已经能够说明他已经具备了取得这个证书的能力，不管是他的应试能力还是学习能力。

其次，想要考取一个证书，特别是一些含金量较高的证书之前，往往需要经过长达半年到一年的考试准备期，在这个阶段中，同学们必须系统地去学习这些相关的知识，然后梳理自己的知识体系，方能通过考试。在这个考前准备的过程中，同学们的能力和知识就会有一个显著的提高。

最后，考证是进入名企的敲门砖，不管是什么行业的名企，往往都希望招到一专多能，根正苗红的优秀学生。特别是每年校园招聘计划启动的时候，HR们每天都能收到海量的求职简历，对于一堆不了解的

求职者的简历，“证书”一项就是非常重要的筛选标准，特别是在一些专业性较强的岗位竞争中，没有相关的能力证书往往连简历筛选关都过不了。

## 四、学习求职礼仪

求职者除了要具备良好的专业素养外，还需要掌握一些专业的求职礼仪知识和技巧。因为在整个面试过程中你的行为准则，不仅是职业素养的体现，也是个人素质的体现。HR 会从你的些行为举止中，判断你是否是个作风严谨，没有专业的求职礼仪是很难实现求职愿望的，换个说法，就是求职礼仪在面试能否成功中占有很大的比例。更何况具有五千年文明史的中国，素有“礼仪之邦”之称，中国人也是以其彬彬有礼的风貌而著称于世。所以作为大一的学生，想要为以后的就业铺好路，学习求职礼仪更是毋庸置疑的了。

例如，当我们与人初次见面的时候，往往都会不知不觉地给对方造成“此人很不友善”、“此人很直爽”之类的印象。这是拿对方跟自己的经验来比较，并以其外貌、着装、举止等为基准，对方产生的一种观念。如果给对方的印象有所错觉的话，就很难修正自我的第一印象。即使能修正过来，也要花费很长时间、很大的力气。

如果你是一个谦恭有礼，非常注意礼仪准则的人，就会给人留下积极而美好的印象；否则，你落选的可能性会更大。

某知名企业在招聘时，曾经设计过一道看起来不起眼的小题目，使许多自恃有高学历的“才子”、“才女”们纷纷落于马下。

所有的简历初审合格者，被通知在同一天下午来面试。那天，二十多位求职者坐满了会议室。奇怪的是，这么多人怎么可能一一面试得完呢？这时候，一位捧着很多材料的工作人员，进会议室艰难地拿了其他东西以后，出门的时候一不小心把材料掉到了地上。然后他极不方便地想弯下腰捡地上的东西。在他周围的这些求职者谁也没动，好像没看到一样。这时候，离这位工作人员最远的一位求职者过来帮他捡起了东西并开了门。约半小时后，被通知除了刚才那位帮忙捡拾东西的求职者外，其余人都可以回去了。

冰冻三尺非一日之寒。合格的人才，不仅要掌握专业知识，还必须具备良好的修养。唯有两方面都合格的人才，才能立足社会，发展自我。所以，作为一个求职者，首先就要在求职过程中，注意自己的行为举止，以表现出自己的良好专业知识和修养，以获得成功的第一步。

求职者的形象给面试官的好坏，关系到能否顺利踏入社会，找到一份合适满意的工作。为此，毕业生在面试前对个人形象进行设计是必要的。但是，并非所有的“包装”都能奏效，有时还会适得其反。那么，大一学生应该从哪些方面的求职礼仪着手学习了？

### 一、求职者的仪态礼仪

#### 1、求职者站姿的基本要求

站姿是仪态美的起点，又是发展不同动态美的基础。良好的站姿能衬托出求职者良好的气质和风度。

站姿的基本要求是挺直、舒展，站得直，立得正，线条优美，精神焕发。其具体要求是：

头要正，头顶要平，双目平视，微收下额，面带微笑，动作要平和自然；脖颈挺拔，双肩舒展，保持

水平并稍微下沉；两臂自然下垂，手指自然弯曲；身躯直立，身体重心在两脚之间；挺胸、收腹、直腰，臂部肌肉收紧，重心有向上升的感觉；双脚直立，女士双膝和双脚要靠紧，男士两脚间可稍分开点儿距离，但不宜超过肩膀。

## 2、求职者坐姿的基本要求

坐姿是仪态的重要内容。良好的坐姿能够传递出求职者自信练达、积极热情的信息，同时也能够展示出求职者高雅庄重、尊重他人的良好风范。

求职者坐姿的基本要求是端庄、文雅、得体、大方。具体要求如下：

入座时要稳要轻，不可猛起猛坐使椅子发出声响。女士入座时，若着裙装，应用手将裙子稍向前拢一下。

坐定后，身体重心垂直向下，腰部挺直，上体保持正直，两眼平视，目光柔和，男子双手掌心向下，自然放在膝盖上，两膝距离以一拳左右为宜。女士可将右手搭在左手上，轻放在脚面上。

坐时不要将双手夹在腿之间或放在臀下，不要将双臂端在胸前或放在脑后，也不要将双脚分开或将脚放伸的过远。做于桌前应该将手放在桌子上，或十指交叉后以肘支在桌面上。

入座后，尽量可能保持正确的坐姿，如果坐的时间长，可适当调整姿态以不影响坐姿的优美为宜。

## 3、求职的走姿要求标准

走姿是站姿的延续动作，是站姿的基础上展示人的动态美，无论是日常生活中还是社会场合，走路往往是最吸引人注意的体态语言，最能表现一个人的风度和魅力。

求职者走姿的具体要求是：

行走时，头部要抬起，目光平视对方，双臂自然下垂，手掌心向内，并以身体为中心前后摆动。上身挺拔，腿部伸直，腰部放松，腿幅适度，脚步宜清且富有弹性和节奏感。

男士应抬头挺胸，收腹直腰，上体平稳，双肩平齐，目光直视前方，步履稳健大方，显示出男性的刚强雄健的阳刚之美。

女士应头部端正，目光柔和，平视前方，上体自然挺直，收腹挺腰，两脚靠拢而行，步履匀称自如，轻盈‘端庄文雅，含蓄恬静，显示女生庄重而文雅的温柔之美。

## 4、仪态礼仪注意的七个问题

在面视时，求职者的行为举止十分的重要。一般而言，求职者在行为举止要注意七个问题：

a) 应聘时不要结伴而行。无论应聘什么职位/独立性、自信心都是招聘单位对每为应聘者的基本素质要求

b) 保持一定的距离。面视时，求职者和主考官必须保持一定的距离，不适当的距离会使主考官感到不舒服。如果应聘的人多，招聘单位一般会预先布置好面试室，把应试人的位置固定好。当求职者进入面试室后，不要随意将椅子挪来挪去。有的人喜欢表现亲密，总是把椅子向前挪。殊不知，这是失礼的行为。如果应聘的人少，主考官也许会让你同坐在一张沙发上，求职者这时应界定距离，太近了，容易和主考官产生肌肤接触，这是失礼的行为。

c) 不悲不亢。求职面试的过程实际上一种人际交往过程，求职双方都应用和平的心态去交流。

d) 举止大方。举止大方是指求职者举手投足自然优雅，不拘束。从容不迫，显示良好的风度。

e)忌不拘小节。有求职者，自持学历高，或者有经验、有能力，不愁用人单位不用，在求职时傲慢不羁，不拘小节，表现出无所谓的样子，这是不可取的。正是这些不易被人注意的细节，使不多人失去了一些好的工作机会。

f)勿犹豫不决。一般来说，求职者应聘时举棋不定的态度是不明智的。会让主考官感到你是个信心不足的人，难免怀疑你的工作作风和实际能力，这样容易让招聘的单位有更多的选择机会，而自己却丧失了一次机遇。

## 二、求职面试礼仪

### 1、遵时守信

求职者一定要尊时守信，千万不要迟到或毁约。迟到和毁约都是不尊重主考官的一种表现，也是一种不礼貌的行为。如果求职者有客观原因不能如约按时到场应事先打个电话通知主考官，以免对方旧等。另一方已经迟到，不妨主动陈述原因，宜简洁表达。这时必须的礼仪。

### 2、放松心情

许多求职者一到面试点就会产生一种恐惧心理，害怕自己思维紊乱，词不达意，出现差错，以致痛失良机。于是往往会因为紧张而出现心跳加快，面红耳赤等情况。此时，应控制自己的呼吸节奏，努力调节，尽量达到最佳状态后再面对招聘考官。

### 3、以礼相待

求职者在等候面试时，不要旁若无人，随心所欲，对接待员熟视无睹，自己想干什么就干什么，给人留下不好的印象。对接待员要礼貌有加，也许接待员就是公司经理的秘书，办公室的主任或人事单位的主管人。如果你目中无人，没有礼貌，在决定是否录用时，他们可能也有发言权，所以，你要给所有的人留下良好的印象，而并非只是对面试的主考官。面试时，自觉讲手机等关掉。

### 4、入室敲门

求职者进入面试室的时候，应先敲门，即使面试房间是虚掩的，也应先敲门，千万别冒冒失失的推门就进，给人鲁莽，无礼的感觉。

敲门时要注意门声的大小和敲门的速度。正确的是用右手的手指关节轻轻的敲三下，问一声：我可以进来吗？待听到允许后再轻轻的推门进去。

### 5、微笑示人

求职者在踏入面试室的时候，应面露微笑，如果有多位考官，应面带微笑的环视一下，以眼神向所有人致意。

一般而言，陌生人在相互认识时，彼此会首先留意对方的面部，然后才是身体的其他部分。面带真诚，自然，由衷的微笑，可以展示一个人的风度，风采。有利于求职者塑造自己的形象，给人留下美好的印象。

求职者与主考官相识之后，便要稍微收敛笑容，集中精神，平静的面容有助于求职者面试成功。

### 6、莫先伸手

求职者进入面试室，行握手之礼，应是主考官先伸手，然后求职者单手相应，右手热情相握。若求职者拒绝或忽视了主考官的握手，则是失礼。若非主考官主动先伸手，求职者勿切贸然伸手与主考官握手。

### 7、请才入座

求职者不要自己坐下，要等主考官请你就座时再入座。主考官叫你入座，求职者应该表示感谢，并坐在主考官指定的椅子上。如果椅子不舒适或正好面对阳光，求职者不得不眯着眼，那么就最好提出来。

#### 8、递物大方

求职者求职时必须带上个人简历，证件，介绍信或推荐信，面试时一定要保证不用翻找就能迅速取出所有资料。如果送上这些资料，应双手奉上，表现得大方和谦逊。

## 五、积累求职人脉

在教大家学习如何积累求职人脉的知识之前，我们先来了解下什么叫“人脉”？

### 人脉的概念

人脉即人际关系、人际网络、体现人的人缘、社会关系。根据辞典里的说法，人脉的解释为“经由人际关系而形成的人际脉络”，经常用于政治或商业的领域，但其实不论做什么行业，人人都会使用人脉。

### 求职人脉的重要性

找工作越来越难，这是目前就业市场的趋势，不管你学历再高，没有一定的关系，想找到一份称心如意的工作，可谓是纸上谈兵，一切都是浮云。但一切皆有可能，人脉的积累让你做一切如鱼得水。

### 如何积累求职人脉

#### 一、积累人脉从踏入大学校园开始

不要觉得积累人脉是踏入社会后的事，也不要觉得只有踏入职场才能收获有利于个人职业发展的人脉关系，从踏入大学的那一刻起，大学生们就需要建立起积累人脉的意识。在生活中处处留心，你的同学、老师，甚至同在一个自习室的陌生人都可以变成你工作后的宝贵人脉。

#### 1. 老师、同学：最易被忽视的人脉资源

在校园里，大学生接触最多的莫过于老师、同学，这些资源是大学生唾手可得的，但也是最容易被忽视的。

大学老师传道、授业、解惑的领域不止停留在专业理论上，学生有关于假期实习、毕业求职的问题也可以寻求老师的帮助，因为老师的同学、朋友可能就职于一家大型外企，也可能就是某家企业的老总。这里尤其值得学生关注的是那些学校中的老教授们，他们阅历丰厚、桃李天下，如果能得到他们的帮助，那实习、求职就省力多了。想要把老师变成自己职业发展道路上的贵人，除了在课堂上和老师做好互动、让他对你有印象外，课后也需要你抽出一些时间多和老师交流。

另外，在校园中大学生也不要忘记维护好同学之间的关系。每个人都拥有自己的交际圈，同学的人脉关系也许不可以被你直接利用，但毕竟大家都是同窗，平日里多聊聊天、联络一下感情，让同学间的关系更近一点，在你遇到麻烦的时候，他们才可能愿意动用一下自己的人脉，帮你解围。

#### 2. 学长、校友：实习、求职时最有利的导师

相较于老师、同学，学长、校友或许更能帮助你找到实习机会，在求职道路上给你更多实用的建议，因为他们正在经历着求职的过程或者正在你期待的工作岗位上打拼。听听他们的经验，你也好在自己实习、求职时有的放矢。那些已经参加工作的学长、校友也许就可以直接给你提供实习机会，或者给你做内部推

荐。

在校园里，认识学长、校友的最好机会就是多参加一些社团活动。虽然有很多同学会对学生会嗤之以鼻，会觉得参与校园社团没有实质意义，但不可否认那里是积累人脉的好地方。另外，在学校的 BBS 上，在一些社交网站上，你都可以找到自己的学长、校友，当然，也可以通过老师，让他们介绍一些学长给你认识。

## 二、在实习工作中积累人脉

在实习的过程中，大学生加入了新的交际圈，职场应该是你拓展人脉的一块处女地。无论是公司内部同事还是公司外部的客户都可以被发展成你的人脉，成为你职业发展道路上的合作伙伴。

### 1. 对工作积极主动，给领导和同事留下好印象

只有给团队中的人留下了良好的印象，才可能进一步的将他们变成自己的人脉资源，在工作中他们才会愿意与你合作，给你帮助。要想给别人留下良好的印象，大学生需要让自己职场化，比如大学生需要彻底改变那种对老师的依赖心理，工作上要多开动脑筋，凡事经过思考以后如果不能解决再求助于老员工或者领导，让他们看到你对工作的积极性和主动性。另外，大学生也需要主动与老员工交流，比如中午和老员工一起吃饭，下班后留点时间和老员工聊天等等，可以和他们谈工作，把自己在工作中遇到的困难和对工作的一些想法、建议说出来，这些都会让别人觉得你是一个乐于沟通且善于思考的人。

### 2. 敢于“搭讪”，认识其他部门的陌生同事

在你刚进公司办理实习手续的时候会 and 人事部的同事打交道，领办公设备的时候会 and IT 部门的同事打交道，不要忘记问一下他们的姓名，方便你在实习过程中遇到相关的问题时能轻松地找到相应的负责人。

如果公司举行一些部门联谊活动或者团队出游，且允许实习生参加，一定不要拒绝这样的机会。作为实习生，你接触最多的还是团队里的同事，而且平日里大家都忙于工作，这样的团队娱乐活动正是你和同事联络感情的好机会，也是你认识陌生同事的绝佳场所。平时可以和保洁阿姨拉拉家常，和门卫保安问声“早上好”，指不定哪一天他们会在紧要关头帮你一把。勇于和陌生人说话，积累人脉从第一次“搭讪”开始。

除了公司内部同事外，如果你在公司里的导师愿意带你去见客户，或者让你独自到客户那里送一些文件，请珍惜这样的机会，并留心你所接触的人，谁能保证他们在将来的某一天不会变成你的客户呢？

## 经营人脉的四大原则

积累人脉并不是“我知道你的名字并记下你的手机号，然后你就成为我的人脉”，这些只是积累人脉的开端。想要收获良好的人脉关系，你还必须要懂得如何经营人脉。

### 1. 提升个人魅力，展示个人价值

下棋时如果遇到高手，即使你技不如人却能在失败中学到很多，进步很快；如果遇到比自己水平低的对手，即使赢了，也无益于棋艺的进步。因此，每个人都想跟高手一较高低，更希望自己能够成为一流的高手。同样，在职场的大环境中，如果你表现得足够优秀，无疑是吸引人脉的直接因素。因为每个人都喜欢跟优秀的人交往，而优秀的人对于他人而言更有“利用”价值。虽然这样说会显得很露骨，但是事实如此，冷静地问问自己：“你对别人有用吗？你无法被人利用，就说明你不具有价值，你越有用就越容易建立坚强的人脉关系。”

对于大学生而言，如果你觉得自己是千里马，那就在老板、同事前面跑出个一千里给他们看看，即使没有跑千里的机会，也需要证实一下，你具备这个潜质。如果你总表现得碌碌无为，即使短期内别人愿意

和你联系，久而久之，这种关系也会疏远。因为人脉关系的维持很多时候需要关系双方能够做到互惠互利，你不可能只做索取的那一方。

## 2. 与人为善，尽量为别人提供方便

人在江湖，防人之心不可无，尤其是身处职场，但这些都不是你拒绝帮助别人的借口。在工作中，你需要尽量给同事提供方便，积极主动地表示愿意和他们交往。凡事不要斤斤计较，在你收获人脉资源、动用人脉关系以前，要努力地对周围的同事、朋友付出，因为只有你懂得为别人提供价值，别人才愿意联系你，否则没人会乐意与你交往。

## 3. 恪守自己的做人准则，不要给你的朋友、同事造成伤害

恪守做人准则，看似简单，事实上并不是一件容易的事。在生活中，我们难免会受到环境的影响而随波逐流。有些时候，因为某些原因你可能需要做一些伤害到你同事、朋友利益的事情。遇到这种情况，你千万要注意：一旦你做了，你可能就永远失去了他们，永远被他们定在了“不可交”的名单上。有人会理解你“人在江湖，身不由己”，但没有人会原谅你对他们的伤害。所以，记住自己的做人准则，没有必要为了短期的利益去伤害你的朋友、同事。

## 4. 不要对你的“敌人”睚眦必报，即使他伤害了你

很多时候我们会忍不住对伤害过我们的“敌人”以牙还牙并心安理得，比如，如果他用很卑劣的手段对付你，你就使用更卑劣的方式来制约他，似乎这样是无可厚非的。但对于你们身边的“观众”来说，你和他其实没什么区别，都是一样的卑劣，甚至“人以类聚，物以群分”的思想还会让身边的人觉得你和他是同一类人。所以，在职场中你需要尽量地大度，把自己的名字当成“百年品牌”来经营，因为无论是曾经的同事、领导还是客户，亦或是保洁阿姨、门卫保安，他们都有可能变成你的资源和人脉。

与人相处是一件很复杂的事情，积累人脉作为人际交往的一个部分，没有什么金科玉律可循，即使我们总结出了一些方法和原则，面对不同的交往对象，也需要大学生们灵活运用。总之，我们在生活中可以接触到的人都可能是潜在的人脉资源，不要轻忽任何一个人，也不要疏忽任何一个可以助人的机会，要学习对每一个人都热情以待，学习把每一件事都做到完善，学习对每一个机会都充满感激。

## 六、积累实习经验

现在的用人单位喜欢招收有工作经验的新员工，主要是出于以下三个方面的考虑：

第一、员工必须具备在完全社会环境下的生存和人际相关能力。

第二、员工对工作环境中的被管理状况有基本的认识和接受度。

第三、具备基本的职业素质和工作技能。

这其实是通过阅人和经事来增加社会经验，使得大学毕业生从完全学生状态逐渐向社会人状态转变，以便进入用人单位后，能有更好的衔接和过渡。若是大学生在校期间就能通过一定的形式进行实践和经历，那么毕业时照样可以弥补上缺乏社会工作经验这个空白，不一定要等到完全走出校门后才能积攒工作经验。

在大学几年的读书期间，可以通过多种形式获得社会化的工作经验，只不过许多大学生没有留意到而已，或者只是简单化地看待这个问题。那么大学生究竟要如何做才能创造有效的社会工作经验呢？可以通

过以下几个方法。

### 一、参加社会公益性工作

例如寻求红十字会员、青年志愿者、社区义工等工作。这类工作一方面展现你健康积极的心态，证明你有颗愿意帮助他人的心灵；另外一方面也是培养你的组织性和协调性，培养你如何与他人相处的能力。

### 二、参加著名公司的大型活动

现在许多著名的大公司都开始把各类宣传活动由各类空中媒体转移到消费者身边，也就是从线上的品牌传播转移到线下的品牌关系建立。这类活动多为临时性，需要大量的短期工作人员，作为课程不是很紧张的大学生，可考虑去多参加一些这样的企业商业活动。

在这类活动中，大学生可充分感受到企业化事务安排的计划性和流程系统性，事件计划与实践之间的紧密关系和差距分析，还有机会参与一些突发事件的处理。要尽可能地与企业工作人员多接触，感受他们的工作作风和处事方法。

### 三、争取私人短期助理的工作

聘请私人助理在许多高级白领中蔚然成风，由于工作时间自由，工作项目简单，较为适合在校学生担当，这也是给在校大学生一个新的锻炼机会。

通过与在职人员的共事，贴身式地了解在职人员的工作方式，以及某些工作的处理方法。简而言之，把在职人员当作一面镜子，来对照自己在工作方面的不足之处。

除了上述的三种办法提前接触社会环境和工作环境外，大学生还应该早早向身边人学习相关方面的知识。例如父母。向已经工作了同事学习。在进行社会公益性工作时，向相关的事业单位工作人员学习，或是利用实习机会，观察企业内部的人事关系，甚至还可以向老师学习，别把老师简单看成是老师，老师也是在工作，也是个社会人。

现在大学生毕业之后就一步从校园跨到了企事业单位，中间没有一个缓冲或学习的过程，导致许多大学毕业生还抱着学生心态到单位工作，缺乏应有的对人情世故的了解和对基本工作技能的掌握。这也是一些职场新人在工作不久后却离职去读研究生的原因，核心是因为想逃避。

逃避是消极的，积极的做法是大学生从进入大一开始，就要有意识地去参与实践，学会调整自己，这才是良好的开端，只有这样，才能规划好未来的职业道路。

## 第四节 了解求职途径

对正处于大一阶段但没有足够多或是零求职经验的大学生而言，认真了解并掌握好找工作的各种途径是非常重要的，当你做好了职业生涯规划，做好了一切的求职准备之后，却发现拿着简历不知道如何给 HR 看的时候，相信本章能够解决你的问题。

在这个信息时代，我们有太多的求职途径了，YJBYS 小编整理了以下六种途径，希望有所帮助：

### 途径一：网申

最常用的方式。投递过程有两种方式：1、发送简历到指定邮箱。2、填写对方公司的网申表格。网申时必须海投，如果你只投了一两家你很感兴趣的公司职位，那你能够拿到 offer 的机会微乎其微。

### 途径二：校园宣讲会

宣讲会是我们了解目标公司招聘职位信息和公司文化的好时机。同时也是我们认识 HR 的好机会。当然了，宣讲会中 HR 是万众瞩目的焦点，能否在众人环绕的 HR 面前展示你自己，这就要看你的个人魅力了。

有些公司会在宣讲会上收取简历，甚至直接进行笔试。所以如果有时间的话，要多参加公司宣讲会。

### 途径三：校园招聘

招聘会分为校园招聘和社会招聘会。校园招聘会上的参展单位通常都是和学校的诸多专业非常对口的，而且都是针对应届生的，应聘成功几率非常大，所以推荐大家多去参与。而对于社会招聘会，不仅参展单位、需求职位良莠不一，而且应聘者也鱼龙混杂。也许和你应聘同一职位的就有很多学历不高、年龄很大的社会人士一同应聘，对于初入社会的应届生而言，你绝不会喜欢这里的。所以不推荐大家把时间耗费在参加社会招聘会上。

### 途径四：企业实习

很多公司都提供实习岗位，而这些表现优秀的实习者都有机会转为正式员工。对于大一、大二、大三的同学都可以利用空余时间或寒暑假去找份实习工作，一方面锻炼自己的业务能力，另一方面增加社会经验，更有机会在毕业之后转为全职。

当然了，越牛的公司对实习生的要求越高，就像玛氏这样的公司，实习生的招聘和全职招聘都是同样的筛选标准，所以求职的竞争已经不仅仅是应届生会面对的，大一、大二、大三同样也会面对这样的压力。早作准备是最好的选择，不要用年级低这样的借口逃避现实。

### 途径五：内部推荐

内部推荐的成功率非常高。可以通过你的亲朋好友、师兄师姐、学校、导师等关系获得内部推荐机会。这样的推荐通常直接进入终面环节，所以在求职过程中要充分利用身边的一切资源。这也提醒大家，平时一定要注意人脉的积累。

也许你会想要依靠个人能力去找工作，不希望依靠别人的帮助，以证明你的能力。我只能说，如果你有机会更快捷直接地获得职位，那你能有更多时间在你的岗位上实现自己的价值，体现自己的能力。究竟如何选择看你个人的意愿了，现实一点不会错的。

### 途径六：上门自荐

这就是 cold visit。如果你有足够的自信以及足够的勇气，那就选择这种最直接的方式了。也许你会被前台拒绝，但也许就会遇到你的贵人。除了花费一点时间以外，你还有什么损失呢？成功率相对网申要高很多的。

接下来，小编为大家详细讲解应届毕业生求职最常用且最有效的三种求职途径：

## 一、校园宣讲会

宣讲会一般是指企事业单位在社会公开场合、校园等场所开设与宣传、拓展及招聘相关的主题讲座，主要向招聘对象传达相关组织、团体或企业的情况、文化价值观、人力资源政策、校园招聘的程序和职位介绍等信息。

每年大型企业都会有面向毕业生的专场宣传活动，主要介绍企业的历史，现状，用人标准等等，会后会有提问环节。举行地点一般为大学的报告厅，举办前会有海报宣传，为了鼓励同学前来，部分企业会给到场的同学发放有关企业的纪念品，同时也是对企业的宣传。



校园宣讲会主要以招聘大学毕业生为目的，近年来随着社会的发展，部分企业开始召开实习生宣讲会。

校园宣讲会不仅是吸引大量人才的平台，更是企业在未来主力消费群体中打造品牌影响力的舞台，校园宣讲会的质量直接影响大学生对企业的印象和认知。所以企业一般都会开足马力做好准备。

大多数的校园宣讲会不会现场接收简历，毕业生仍然需要在宣讲会结束后通过网上申请投递等方式进行求职，之后进入笔试、面试等环节，整个求职过程都在宣讲会之外完成，宣讲会只是企业启动校园招聘的“引擎”。不过对于大学生来说，校园宣讲会的吸引力慢慢开始不如以前。一位从大二就开始参加宣讲会的毕业生说，其实企业在宣讲会上每年讲的都差不多。与企业文化、品牌理念相比，直面求职压力的毕业生最关注的还是求职过程中会遇到的实际问题，例如招聘人数、简历筛选标准和比例、薪资福利待遇等等。而这些问题恰恰是目前大部分企业宣讲会间接回避的问题，除非在问答环节直接提问，否则企业在宣讲内容上不会涉及具体信息，并且对于这类提问的回答也会避重就轻。

- **参加宣讲会要注意的问题：**

1、对于事先申明现场接收简历的宣讲会建议参加；对于事先申明不接收简历的宣讲会，毕业生如果没有充裕时间，完全可以不参加。

2、参加宣讲会之前就要对自己有所定位，要去参加适合自己的宣讲会，不要赶场似的参加所有企业的宣讲会，更不要抱着凑热闹的心态，因为盲目的行为只能让你耗时耗力，难有收获。

3、去之前可以准备一些材料，例如自己的简历等，同时要多方了解一下企业的情况。

● **参加宣讲会要做好时刻应聘的准备：**

1、去或者不去，完全取决于自己的想法。如果你只对特定公司有兴趣的，可以不去。

2、准备简历：针对自己比较感兴趣的几个类别的工作，准备不同版本的简历。至于照片，留 2-3 份附带彩照的简历就可以，其他只要再个 5-6 份贴好照片黑白打印就好。

3、关于着装：不建议大家都很严谨地穿着西装打好领带去，但是如果穿西装打领带，一定要保证自己的衬衫领口的平正和干净。女生的话，穿着整洁大方即可，也可以稍微化点淡妆，这样可以表现精神状态很好。

4、有些热门公司摊位前肯定是人头攒动的，也请大家注意尽量不要凑热闹都同一时间集中在那里。不然自己也问不清楚什么有用信息，也把别人咨询或者交谈的机会给破坏了。

5、带支黑色水笔或圆珠笔在身上，有的公司会要求你现场填表或者留些信息什么的，就算只带笔也会让你心里塌实很多。

● **我是外校、外地学生，没有门票、学生证怎么办？**

在每年 11 月份后，每个高校都会陆续开展专场的高校毕业生招聘会，这种招聘会相比社会上定期的大型招聘会而言，应届生的机会要大得多。很多同学会问，我是外校、外地的学生，没有门票和学生证怎么办？实际上不是每一个开专场招聘会的本校同学都会去参加，很多同学由于各种原因是不会参加本校的专场招聘会的，很多同学是乐意将门票免费送出的，大家可以到开招聘会高校的 BBS 的 job 版上发帖索票，还是会有很多热心的同学乐意送票的。如果专场招聘会还需要学生证的话，建议大家看看有没有同学和朋友在所开招聘会的高校，如果有就可以让同学和朋友帮忙，如果没有的话，建议大家在开招聘会的当天直接去，现场灵活应变，可以在现场去认识开招聘会的高校的同学。

❖ **宣讲会查询系统**

为了方便应届毕业生获取更多本地大学的校园宣讲会信息，应届毕业生求职网特地推出了全国 YJBYS 校园宣讲会信息查询系统，该系统集合了全国各地高校近期内将要举办的宣讲会的相关信息，包括时间、高校、地点、举办公司以及宣讲会详情等。大家可以通过下面方式查询应届毕业生求职网提供的校园宣讲会信息：

YJBYS 宣讲会查询系统，就是 YJBYS 求职网提供的查询全国校园宣讲会信息的实用工具，使用这个系统，同学们可以轻松查询到某段时间内全国有哪些名企会在哪些高校举办校园宣讲会。查询系统使用方法如下：

1、进入应届毕业生求职网(www.yjbys.com)首页，在网站首页顶部导航栏点击“宣讲会”，即可进入“YJBYS 宣讲会查询系统”，你也可以输入 www.yjbys.com/xuanjianghui/直接进入该系统；

2、在宣讲会查询系统页面，你可以点击搜索框中的“地区筛选”选择你想查找的城市，并在第二个输入框中输入你想要查找的学校或企业名称，来获取该学校或企业近期内的宣讲会信息。只选择地区，将会查到该城市所有已发布但是还未过期的宣讲会信息，只选择高校或企业名称，则会查到该校或该企业在全国各地已发布且未过期的宣讲会信息。



3、你还可以点击举办时间右侧的小按钮进行筛选，选择你想要知道的某一天的宣讲会信息，让你在茫茫的信息海中，更加精准地找到自己需要的信息。



4、选定名企，进入名企宣讲会页面后，点击宣讲会日程列表中的学校名称或右侧的“查看详情”



即可进入宣讲会详情页面，你可以从该页面获取到该场宣讲会的所有必要信息。如：



## 二、校园招聘

校园招聘会是目前各高校为提高本校应届毕业生就业率而举办的招聘会，通常分为综合招聘会及专场招聘会，校园综合招聘会是集合了各种行业的大中小企业的招聘会，而校园专场招聘会则是针对某个行业或某些专业的招聘会。



校园招聘

招聘会是目前人才交流的最普遍的一种途径，在毕业生求职调查中，最有效的求职方式中，招聘会排列第二位。毕业生就业过程中，参加招聘会的目的是：推销自己赢得面试。要有效、有益地参加招聘会，要注意以下几个问题。

● **参加招聘会前要做好准备。目的：明确目标，有的放矢，有效利用会期时间**

首先做目标准备：即将走上社会的毕业生，事先要确定自己的职业方向，即自己分析自己，喜欢干什么，能干什么，具备的工作能力有多少，有哪些特长，确定最适合自己的职位；再做资料准备：为自己设计一份求职简历，让人 30 秒钟就能读懂，印象深刻、条理清晰较合适。比较有效的求职简历是：将自己的自然状况、学历情况、培训（工作）经历、考取的职业证书、专业特长、获得的奖励、求职意向、联系方式浓缩到一页 A4 幅面纸上。要求事实求是、语言精练、主题明确。有些毕业生花费心思设计的彩页、多幅、装订精美、成本较高的求职简历，并不适合在招聘会上使用，可在面试时使用；其后做心理准备：树立坚定自信心，勇敢走向社会，并准备遭遇挫折。这次招聘会可能有结果，也可能一事无成，但不怕失败。

● **参加招聘会的目的：掌握职位信息动态，推销自己，赢得面试**

人才市场有效的招聘时间一般在上午，所以入场时间应早一点，可以有充分的时间收集信息，了解职位行情。在招聘会中，要有观、听、问、递、记的过程。

**观：**走马观花先浏览一遍，然后按照自己的求职意向，锁定几个目标，并确定主次；

**听：**在锁定目标的展位前，作为旁观者，听用人单位的介绍，听前来应聘者对用人单位的询问，品味用人单位的口碑；

**问：**选择你最感兴趣的单位，最先和他们谈，要主动提问题。咨询用人单位的所有制性质，用工形式、企业发展情况、应聘岗位的人员结构、应聘岗位任务责任、培训情况以及其它相关信息。至于薪水、福利

等问题，面试以后，要到公司对你有明确定位时方可提出：

**递：**决定应聘时，双手递交自己的求职简历，表示诚意应聘这个岗位；

**记：**记录自己投递求职简历的公司名称、应聘岗位、地址、联系方式、联系人，怎么得到面试通知（时间、地点）等。避免事后遗忘，连自己投递了几份简历、投给了谁都回忆不上来。

参加招聘会要携带多份设计好的求职简历，多份身份证、毕业证、学位证、获奖证书的复印件，以备用人单位现场考核；应备笔、记事本等；穿着打扮：得体干练、素雅大方；言谈举止：保持良好的精神状态，文明礼貌、谈吐自然；维权防骗：不要向用人单位抵押各种证件、交纳任何费用等。禁忌：家长陪同，胸无主见错过良机。

招聘会后，要及时电话询问投递简历的用人单位，了解自己求职结果。如果没有面试机会，也不要气馁。总结经验，收集就业信息，等待机会，以利再战。

很多高校都会举办各种专业的专场人才招聘会，比如 IT 专场、经济专场、营销专场等等。这种招聘方式的优点是显而易见的，一是有某专业领域人力需求的企业可以尽可能多的接触到该专业的毕业生，有很大的选择余地；二是可以在招聘会现场有力展示企业的实力与文化。

### ● 注意事项

**注意的事项一：**要明确自身条件，不要眼高手低，更不能自卑。事先打印出简历，把自己的工作经历及求职意向清楚表达。寻找对工作经验要求相对较低或无明确经验要求的职位，因为经验是大学生的空白或弱势，高职位高要求的岗位，毕业生回避是明知之举。

**注意的事项二：**保证良好的精神面貌。应该朝气蓬勃、充满自信，要相信自己所掌握的技能一定能胜任要从事的工作。但是也要根据自己的实际出发，找一份自己合适，可以胜任的工作。

**注意事项三：**不要一到招聘会现场就开始奔波于各个招聘展台前，留下一堆求职材料，然后转身就走。最好先到招聘单位的展台前，看看招聘介绍材料，与招聘人员诚恳地交谈，问一些得体的问题，简单地介绍一下自己。当招聘人员表露出一定的兴趣时，你可以适时地留下你的简历。

**注意事项四：**现场招聘会面试中不要过分强调报酬，现场招聘会面试是用人单位和应聘者的初次接触，互相还在试探阶段，主动询问报酬的具体数额这种做法是错误的。其实，对于某一职位的市场价格，大家心里都有数，只要充分发挥，表现自身优势，你得到的报酬就很有可能超出平均值。

**注意事项五：**面试中要表现出对该应聘单位和业务的了解和热爱，生活中常说到“热爱是最好的老师，也是最好的自荐函”。在面试中，你对业务的热爱和精通会感染面试官，会让他做出有利于你的选择。我们面试的时候需要给面试官一种重视这次面试，我很尊重您的成就。

### ● 招聘会信息查询系统

为了方便应届毕业生获取更多本地大学的校园宣讲会信息，应届毕业生求职网也推出了全国 YJBYS 校园招聘查询系统，该系统集合了全国各地近期内将要举办的招聘会的相关信息，包括日期、城市、地点、以及招聘会详情等。大家可以通过下面方式查询应届毕业生求职网提供的校园招聘会信息：

第一步：进入应届毕业生求职网（www.yjbys.com）首页，在网站首页顶部导航栏点击“招聘会”，即可进入“YJBYS 招聘会查询系统”，你也可以输入 [www.yjbys.com/zhaopinhu/](http://www.yjbys.com/zhaopinhu/) 直接进入该系统；

第二步：在招聘会查询系统页面，你可以点击搜索框中的“地区筛选”选择你想查找的城市，并在第二个输入框中输入你想要查找的关键词，来获取近期内符合条件的招聘会信息。只选择地区，将会查到该城市所有已发布但是还未过期的招聘会信息，只选择关键词，则会查到符合该关键词在全国各地符合条件的已发布且未过期的招聘会信息；

地区筛选(默认全国) ▼ |  快捷查找

第三步：你可以点击“综合招聘会”或“应届生专场”来筛选适合自己的招聘会类型，同时还可以通过点击“日期”和“城市”右侧的小按钮来筛选指定时间和城市内的招聘会信息，让你在海量的信息中快速精准地得到希望得到的信息。

全部招聘会	综合招聘会	应届生专场
-------	-------	-------

日期	招聘会标题	城市	举办地点
2013-08-19	<a href="#">龙江基层人才服务业、制造业蓝领人才专场招</a>	黑龙江哈尔滨	香坊区中山路36号一二楼，
2013-08-19	<a href="#">名企有约大型人才招聘会</a>	广东深圳	深圳市罗湖区宝安北路人才
2013-08-19	<a href="#">生物医药、食品化工、医疗器械专场招聘会</a>	广东深圳	深圳市罗湖区宝安北路人才
2013-08-19	<a href="#">合肥人才市场综合类人才招聘会</a>	安徽合肥	阜南路19号合肥人才大厦

第四步：点击相应的标题，进入招聘会详情页面，即可获取到招聘会相关的所有信息。如图：

应届毕业生求职网 > 招聘会 > 龙江基层人才服务业、制造业蓝领人才专场招聘会

## 龙江基层人才服务业、制造业蓝领人才专场招聘会

举办日期：	2013年08月19日(星期一)	具体时间：	上午9:00
地区城市：	黑龙江哈尔滨	举办地点：	香坊区中山路36号一二楼，原双玉对面(与公滨路交口,香坊供电局右侧10米)

### 招聘会详情

主题：龙江基层人才服务业、制造业蓝领人才专场招聘会

时间：2013年8月19日

地点：香坊区中山路36号一二楼，原双玉对面(与公滨路交口,香坊供电局右侧10米)

乘2、3、郊5、22、27、59、68、73、103、108、115、118、202、205、209等路西香坊或省医院下车

## 三、网络求职

### 1) 国内知名招聘网站

目前国内网络招聘网站很多，据不完全统计，国内的招聘网站已多达 2000 多家，但其质量确实良莠不齐，状况堪忧。为此，一些业内专业的统计机构也根据多方数据进行了统计分析，得到的网站排名情况如下：

一月排名	排名变化	名称	用户覆盖数	一月变化	用户日均访问页面	一月变化	访问量指数	一月变化	图表	Alexa	访问
1	→	前程无忧	1610	-17%	11	-7%	23912	-10%			
2	→	智联招聘	1450	-7%	11	+1%	17565	-1%			
3	→	应届毕业生求职网	317	-14%	1	-12%	666	-12%			
4	↑1	中华英才网	283	-21%	2	+12%	782	-7%			
5	↑1	职友集	282	+7%	2	+10%	616	+10%			
6	↓2	数字英才网	265	-26%	2	+18%	650	-8%			
7	→	猎聘网	209	+4%	8	-22%	2311	-6%			
8	→	人才	207	+83%	15	-12%	2498	+23%			
9	→	应届生求职网	200	-25%	3	-19%	1260	-19%			
10	→	分智网	170	-25%	4	-38%	2143	-21%			
11	↑2	大街网	150	-27%	7	-9%	1597	-10%			
12	↓1	建筑英才网	144	-17%	15	→	2660	-13%			
13	↓1	英才网	144	-17%	15	→	2664	-13%			
14	→	中国人才热线	141	-3%	9	-23%	1887	-16%			
15	→	百伯网	115	-15%	20	+3%	3263	-15%			
16	→	我的工作网	101	-31%	3	+9%	405	-11%			
17	→	厦门人才网	94	-18%	16	+11%	1637	-2%			
18	→	百大英才网	85	+12%	11	-6%	1036	+5%			
19	↑1	广东人才网	75	+12%	3	-23%	277	-5%			
20	↓1	一览英才网	69	-13%	2	-12%	303	-21%			

来自 iwebchoice 的统计数据

接下来我们将对排名前三的网站的校园招聘频道进行简单的介绍。

● 前程无忧校园频道

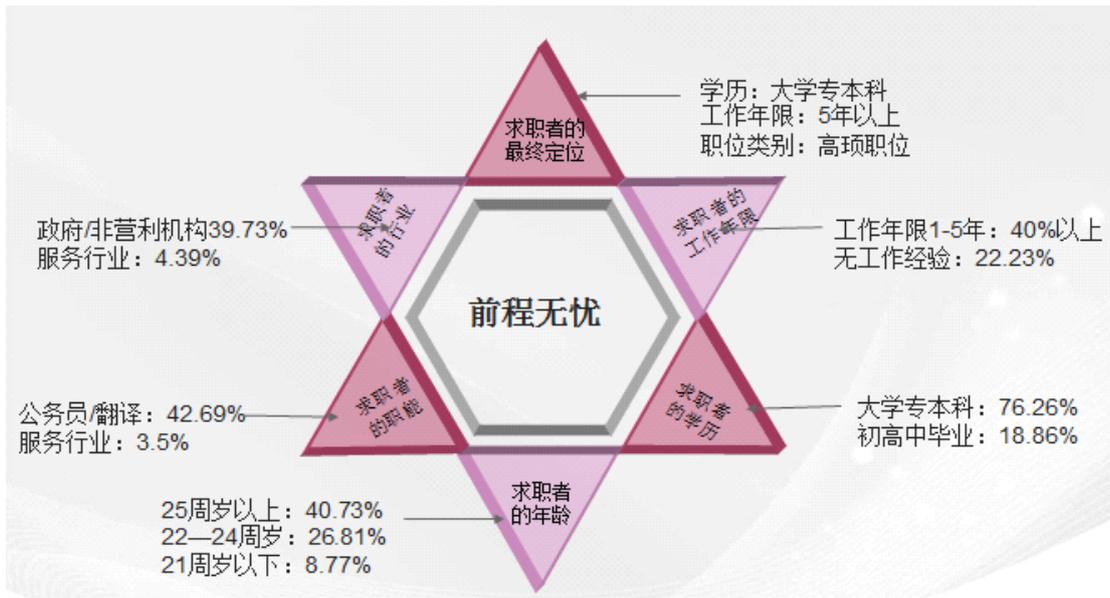
网址：<http://xy.51job.com/>

地点：上海

成立时间：1999 年 7 月 28 日

世界排名(alexa)：402

前程无忧网(51job.com)成立于 1998 年，网站目标有两大部分：致力于为积极进取的白领阶层和专业人士提供更好的职业发展机会。同时，网站致力于为企业搜寻、招募到最优秀的人才。2012 年前程无忧网分析：



● 智联招聘校园招聘频道

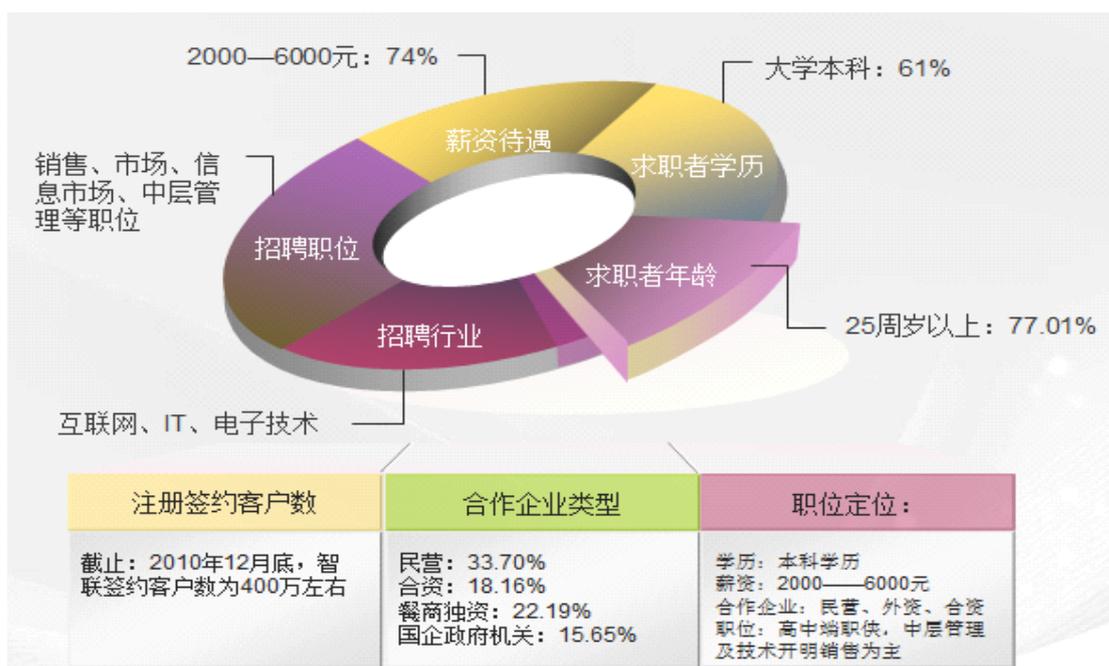
网址: <http://student.zhaopin.com/>

地点: 北京

成立时间: 1997年12月17日

世界排名(alexa): 514

智联招聘网(zhaopin.com)成立于1997年,是国内最早、最专业的人力资源服务商之一。作为中国领先的人才网站,为个人用户提供网上求职、简历中心、求职指导等个性化服务;为企业客户提供以网络招聘为核心的人才解决方案。无论是求职者还是企业HR都可以获得智联招聘提供的专业人才招聘服务。2012年智联招聘网站分析如下:



● 应届毕业生求职网

网址: [www.yjbys.com](http://www.yjbys.com)

地点: 广州

成立时间: 2006年4月23日

世界排名(alexa): 4452

应届毕业生求职网(yjbys.com)是广州聘大信息科技有限公司旗下的网站,自2005年成立以来,以自身魅力迅速引起业界的瞩目,赢得了广大网友的拥护。作为面向应届毕业生的门户网站,应届毕业生网专注于大学生求职招聘市场,为广大应届毕业生提供最新、最全、最准确的校园全职招聘、实习招聘、兼职招聘、企业宣讲会、招聘会等信息,并提供职业测评、求职指导、简历资源、公务员考试辅导等服务。



## 2) 如何网络求职

网络求职是广大求职者找工作的一种重要途径。由于科技的发展,现在信息的网络化日益显著,网络已经成为我们工作、生活、招聘、求职必不可少的帮手,所以在网上找工作也已经成为广大求职者的必选途径。

作为目前最流行最有效的求职方式,网络求职的简历投递有两种方式:1、填写对方公司的网申表格。2、发送简历到指定邮箱。相应地,网络求职方式也分为两种:1、网申。2、网投。

### 网申

网申(网络在线申请)。特指通过公司官方网站的招聘页面,或者第三方的招聘网站开设的专门的页面投递简历的求职方式。招聘方通过该页面收集简历,并对应聘者进行初步筛选。网申通常需要申请者填写一系列信息,这些信息通常透过机器筛选。几乎所有世界500强企业进行校园招聘时,都会选择网申这种方式。

和通常的email方式接受简历最大的不同在于,网申必定要包括开放式问题的问卷(即所谓的OQ=Open Question),通过精心设计的提问,招聘方可以籍此衡量申请者的综合素质。这些提问侧重于个人的合作

能力和技巧，工作的抗压能力，是否有不利于工作的性格缺陷等等。如：

(1) 关于职业生涯规划的问题：请谈谈你 3—5 年的规划。对于一个未踏进职场的学生而言，有非常明晰的职业规划也不大现实。HR 之所以这样问是希望挖掘你应聘的深层次动机，看你是否具有稳定性。建议回答不要过于具体，如“3 年成为主管，5 年要成为经理。”在不清楚对方职级和晋升条件的情况下，此类过于具体的回答都不明智。

(2) “你认为大学时代最成功/失败的一件事是什么？”“你最遗憾的一件事是什么？为什么？”对于这类问题，HR 主要是从你的回答中来判断出你的价值观，即在你眼里什么最重要；对你而言，什么才是成功。对于这类题，回答有一个基本思路，就是“STAR”原则。S=Situation, T=Target, A=Action, R=Result。你完成某事或者做出某决定是在怎样的背景下，当时你具有怎样的资源，面临怎样的问题、事情或者决定最终的目标是什么；你是如何行动的(利用资源、克服困难、解决突发状况等等)；

最后的结果是什么。如果是失败的事例，那么结果之后你还需要分析失败的原因，并总结你得到的经验教训。

(3) 举例说明你是如何说服一个难以说服的人。这类问题考的就是你的沟通和影响能力。

(4) 为什么选择某某公司，为什么申请这个职位等等。这一类问题主要对看清自己，给自己一个清晰的定位很有帮助。

作为应届毕业生求职必上的求职网站，YJBYS 求职网提供大量的名企校园招聘网申入口，你可以通过点击在网站首页顶部导航栏“名企校招”进入“YJBYS 名企校招专区”，当然你也可以输入 [www.yjbys.com/mingqi/](http://www.yjbys.com/mingqi/) 直接进入专区；在名企校招专区中，你可以找到所有已经启动的知名企业校园招聘信息。

地区筛选(默认全国) 职位名称(默认全部) [快捷查找](#) **热门城市:** [北京](#) [上海](#) [广州](#) [深圳](#) [重庆](#) [天津](#) [南京](#) [武汉](#) [厦门](#) [杭州](#) [青岛](#) [成都](#)

<b>校园招聘</b> 名企校招专区	广州 - 4399游戏广州公司招聘游戏策划分析实习生	4399游戏	2013-08-17 启动
<b>推荐职位</b> 精心筛选的职位推荐	北京 - 百度旅游招聘内容管理实习生	百度	2013-08-17 启动
<b>急聘职位</b> VIP企业紧急招聘职位	上海 - 美世咨询招聘实习生	Mercer (美世)	2013-08-17 启动
<b>企业直聘</b> 企业直接发布的职位	湛江 - 宝钢湛江钢铁2014校园招聘	宝钢 (Baosteel)	2013-08-17 ~2013-11-23
<b>公司大全</b> 公司查询系统	江西 - 兴业银行南昌分行2013综合柜员招聘	兴业银行南昌分行	2013-08-17 启动
<b>高校转载</b> 聚合高校就业网职位	上海 - 尼尔森在线研究部门招聘实习生	AC尼尔森公司	2013-08-16 启动
<b>事业单位招聘</b> 事业单位招聘招考信息	上海 - 德勤上海招聘日语翻译助理实习生	德勤 (DTT)	2013-08-16 ~2013-08-21
<b>招聘会</b> 全国招聘会查询系统	上海 - 大众点评网招聘软件测试QA实习生	大众点评网	2013-08-16 启动
<b>宣讲会</b> 校园宣讲会查询系统	上海 - 上海尼尔森市场研究有限公司招聘	AC尼尔森公司	2013-08-16 启动
	北京 - 上海银行北京分行招聘实习生	上海银行	2013-08-16 启动
	北京 - 人人网开放平台招聘实习生	人人网	2013-08-16 启动
	北京 - 瞬联软件招聘软件开发工程师	瞬联软件	2013-08-16 启动
	北京 - 罗德(亚洲)公司招聘实习生	罗德公关	2013-08-16 启动
	北京 - 宝马(中国)销售部门招聘实习生	宝马 (BMW)	2013-08-16 ~2013-09-05
	北京 - 龙湖地产招聘销售组实习生	龙湖地产	2013-08-16 启动

[企业招聘](#) [高薪求职](#) [招聘](#) [应届毕业生求职](#) [应届毕业生求职](#) [合肥近期招聘](#)  
[深圳大型招聘会](#) [合肥市人才网](#) [企业校园招聘](#) [深圳大型招聘](#) [深圳招聘单位](#) [合肥人才招聘网](#)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ... 645

进入某个公司主页后，点击“立即申请”即可按照提示进行网申，如图：

**兴业银行** 兴业银行南昌分行  
兴业银行南昌分行

[首页](#) [企业介绍](#) **[校园招聘职位](#)** [校园宣讲日程](#) [BBS讨论区](#) [官方网站 >>](#)

**兴业银行南昌分行** Company Recruitment 人才招聘

首页 > 校园招聘

**招聘概况** [查看更多职位 >>](#)

招聘职位：兴业银行南昌分行2013综合柜员招聘

工作地区：江西

发布时间：2013-08-17

截止时间：不限

**立即申请**

## 网投

### 职位查询系统

应届毕业生求职网 (<http://www.yjbys.com/>)，在首页头部您可以看见一个醒目的搜索框：



地区

- 不限  全职  兼职  实习  宣讲会  招聘会

或直接进入应届毕业生职位查询系统 (<http://s.yjbys.com/>)。如图:

**高级搜索 Job Search**

职位名称:  公司名:

请输入职位名称或者关键词, 如 销售代表, 会计, 行政助理等

工作地区: --请选择省份-- --请选择城市-- --请选择地区--

学历要求: 请选择

**热门搜索**

- 销售代表 热!
- 会计 热!
- 业务员 热!
- 销售经理
- 文员
- 人事专员
- 项目经理
- 储备干部 荐!
- 客服专员
- 网络编辑
- 平面设计
- 行政助理
- Java工程师
- 日语 新!
- 网络工程师
- 置业顾问
- SEO 新!
- 外贸跟单

**最新搜索**

- 李先生: 2分钟前搜索了通信工程一职, 找到671份匹配的工作
- 陈小姐: 2分钟前搜索了美工一职, 找到8145份匹配的岗位
- 游客: 2分钟前搜索了英语教师一职, 找到7832份匹配的岗位
- 游客: 2分钟前搜索了游戏策划一职, 找到1972份匹配的岗位

输入你希望查找的职位名称后, 即可搜索到大量该职位的招聘信息。

**YJBYS 职位查询系统** 应届毕业生求职网 > 招聘职位查询系统 > 校园招聘信息

地区筛选(默认全国)   **热门城市:** 北京 上海 广州 深圳 重庆 天津 南京 武汉 厦门 杭州 青岛 成都

类型不限  全职招聘  兼职招聘  实习招聘

您已选择: 职位: 产品经理  类型: 校园

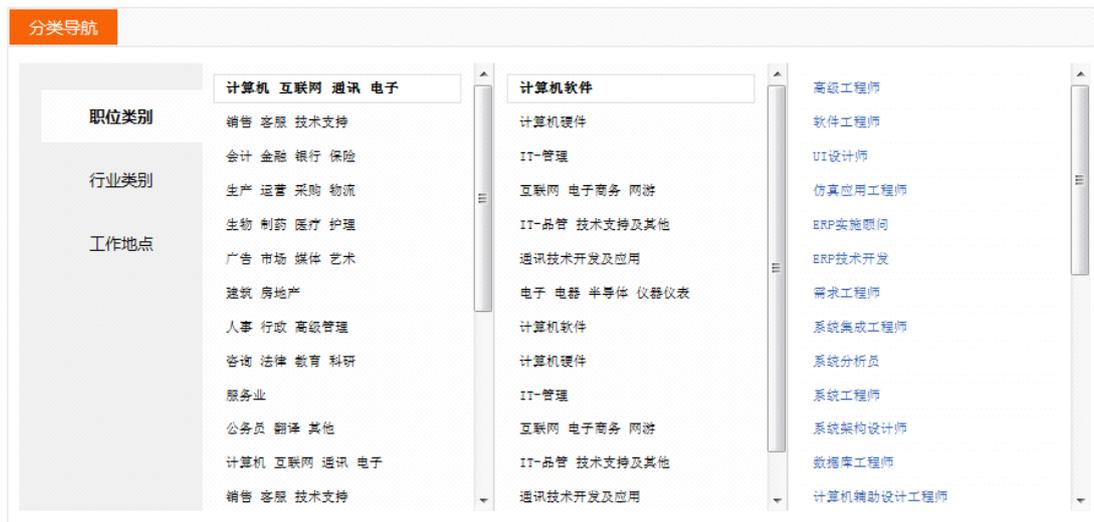
由 Google 提供的与下列查询相关的广告: 产品经理校园招聘职位  
高薪经理职位 尽在 精英壹信 经理职位 工资立即提升 20% 经理上精英壹信, 就是这么简单! www.jying100.com/

职位名称	公司名称	地点	发布时间
产品经理	北京晟视天下投资管理有限公司	北京	14小时前
视频电话产品经理	北京聚智未来科技有限公司	北京	15小时前
MOOC产品经理	国网电力科学研究院通信与用电技术	北京	16小时前
银行产品经理	广州捷诚融投资顾问有限公司	广州	16小时前
网络产品经理	深圳市网丰商务秘书有限公司	广东省	1天前
高级产品经理 (wap)	北京友缘在线网络科技有限责任公司	北京市	1天前
高级产品经理 (客户端)	北京友缘在线网络科技有限责任公司	北京市	1天前
电商产品经理	上海天籍信息科技有限公司	上海市	1天前
国际机票产品经理	自由飞越国际航空技术服务(北京)	北京市	1天前
(集团安全) 数据安全产品经理	阿里巴巴集团	北京市	1天前
产品经理	上海心动企业发展有限公司	上海市	1天前
(集团安全) 用户安全产品经理	阿里巴巴集团	北京市	1天前

你可以使用搜索框搜索不同类型的职位信息（全职、兼职、实习），也可以搜索宣讲会 and 招聘会信息。你甚至可以通过“地区筛选”对工作地点进行限定，从而找到你最想要的工作信息。

### 分类搜索

在应届毕业生职位搜索系统首页 (<http://s.yjbys.com/>)，你还可以享受到更细致的“分类搜索”服务，通过 职位类别、行业类别、工作地点的筛选，你总可以找到最合适的工作信息。



### 直接浏览

对于应届毕业生而言，最合适的招聘信息查询方式是直接点击“校园招聘”按钮，逐条查看知名企业的校园招聘信息，确保不会错过任何一个知名企业。

YJBYS 职位查询系统 应届毕业生求职网 > 知名企业招聘 >

快捷找工作

地区筛选(默认全国) 职位名称(默认全部) 快捷查找 热门城市: 北京 上海 广州 深圳 重庆 天津 南京 武汉 厦门 杭州 青岛 成都

校园招聘 名企校招专区	北京 - 2014校园招聘	中科蓝鲸	2013-09-10 启动
推荐职位 精心筛选的职位推荐	北京 - 赛默飞世尔科技(中国)有限公司招聘HR BP	赛默飞世尔	2013-08-28 启动
急聘职位 VIP企业紧急招聘职位	北京 - 新浪招聘	新浪	2013-08-28 启动
企业直聘 企业直接发布的职位	北京 - 东软集团网络安全事业部招聘实习生	东软	2013-08-28 启动
公司大全 公司查询系统	北京 - 中国人民大学文化科技园金融事业部招聘	中国人民大学	2013-08-28 启动
高校转载 来自高校就业网职位	北京 - 美团网招聘人力资源实习生	美团网	2013-08-28 启动
事业单位 事业单位招聘参考信息	北京 - 微软MSN招聘资讯编辑实习生	微软	2013-08-28 启动
招聘会 全国招聘会查询系统	北京 - 阳光保险集团股份有限公司招聘人力资源实习	阳光保险	2013-08-28 启动
宣讲会 校园宣讲会查询系统	广州 - 珠海全志科技2014校园招聘	全志科技	2013-08-28 启动
	北京 - 北京经纬恒润科技有限公司2014校园招聘	恒润科技	2013-08-28 启动
	西安 - 瑞景微电子2014校园招聘	瑞景微电子	2013-08-28 启动
	北京 - 艺龙旅行网2014校园招聘	艺龙	2013-08-27 启动
	北京 - 艺龙旅行网招聘酒店图片编辑	艺龙	2013-08-27 启动
	北京 - 同方威视技术股份有限公司2014招聘	威视股份	2013-08-27 启动
	北京 - 横河电机(北京)研发中心招聘功能测试实习	横河电机	2013-08-27 启动

2014年校园招聘 招聘职位信息 大学生招聘信 招聘岗位 自荐信范例 校园招聘信息  
知名企业招聘 产品经理 大学生求职 毕业生求职 毕业生求职 校园招聘

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ... 末页

同时，你还可以浏览首页的最新招聘信息，看到合适的职位后，即可按照提示投递简历。

小贴士：

- 1、投递简历前请确保你在应届毕业生求职网注册过简历，否则无法投递简历；
- 2、注册简历时请认真填写你的简历，越详细越丰富的简历就越能得到HR的青睐。

### 3) 网络求职注意事项

#### 简历要与大公司沾边

当人事经理搜索人才时，一般会以关键字“知名企业名称+职位名称”，比如消费品行业可能喜欢可口可乐及宝洁的人，人事经理会这样搜索，例如：“可口可乐+销售经理”，系统会搜索到简历中出现以上关键字的求职者，如果你的简历里出现知名企业名称的字样，就可以被搜索到，例如：“我在xx矿泉水公司工作，成功地令竞争对手——可口可乐旗下的天与地矿泉水在当地的市场份额减少……”：“我在可口可乐的广州白云区经销商工作”等。又提高了人事经理浏览简历的机会！

#### 经常刷新简历

当人事经理搜索人才时，符合条件的简历是按刷新的时间顺序排列，而一般只会看前面一两页。很多求职者其实并不知道刷新简历可以获得更多求职机会。因此每次登陆，最好都刷新简历，刷新以后，就能排在前面，更容易被人事经理找到！

### 不要只应聘最近三天的职位

一般求职者认为刚刚发布的最新的招聘信息肯定是成功率最大的，其实不然。因为很多企业人事经理没有及时的登陆刷新刊登的职位，所以求职者在搜索职位时刚刷新的职位会排在前面，这些职位应聘的人多，竞争大，相反，一些职位已经是半个月甚至两个月的，应聘的人少，成功率反而高。

### 让你的邮件永远在最前面

你要知道每天人事经理看求职者邮箱，他们其实是很懒的，100多页简历邮件他们最多只看前5页！你现在应该知道为什么你的求职简历永远没有回应！

所以发邮件到企业指定的邮箱时，怎样才能让你的邮件永远排在最前面，让人事经理每次打开邮箱都首先看到你的邮件？只要在发邮件前，把电脑系统的日期改为一个将来的日期，如2015年，因为大多邮箱都是默认把邮件按日期排序，所以你的邮件起码要到2015年以后才会被排在后面！（这个秘密一般人不知道的哦。）

### 新颖的邮件标题

人事经理每天收到大量的求职电子邮件，求职者一般会按企业要求把邮件题目写成：应聘xx职位，怎样才能吸引人事经理的眼球，让他先打开自己的邮件？

可以在邮件题目上做文章。要吸引他点击，就要突出你最具竞争力的优势，提炼成几个关键词。比如你应聘的岗位是工程师，要求有5年工作经历，而你已有8年的工作经历，那么可以把邮件主题定为“8年资深工程师”。

### 谨防招聘陷阱

应届毕业生求职网提醒同学们注意，以下行为均属诈骗招聘：

- 1、凡收取“服装费、伙食费、体检费、报名费、办卡费、押金”等各种费用；
- 2、告知无需任何条件可直接面试、上岗；
- 3、薪资明显高于同职位同工种薪资水平；
- 4、特别要警惕卷入任何形式的传销活动；目前传销形多多种多样，如网络赚钱、网络兼职、兼职打字员等相当部分为网络传销或网络诈骗。
- 5、通知面试职位明显与实际工作岗位不相同，上岗期间索要烟、酒等礼品；
- 6、公司地址含糊不清，面试场所不正规，类似临时租借来的宾馆等地；
- 7、非正常工作时间段预约面试或者面试地点在很偏远的地方；
- 8、切记任何单位扣留身份证等相关证都是违法的。

### 同时还要提醒求职避免受骗，注意要做到：

- 1、慎与用人单位签协议；
- 2、拒交保证金及证件；
- 3、提防非法中介机构；
- 4、谨防在娱乐场所上当受骗；

5、发觉被骗及时报案。一旦发觉上当受骗，要及时向招聘单位所在地的人事局人才市场管理办公室、劳动保障监察大队或公安派出所报案，寻求法律保护。

求职中注意保留有关证据，特别提醒不要因受骗而走极端，采取过激行为。

## 后记：成功属于有准备的人

“凡事预则立，不预则废。”这则古训，已不用人们过多的解释，几乎妇孺皆知，耳熟能详。几千年来，一直被人们引用和传诵着，至今还被很多人奉为行动指南和座右铭。

历史事实和人们的实践也一再证明，无论大事小事，要想做好，要想成功，必须预先做好准备。准备是成功的条件、是过程，成功是准备的目标、结果。准备好比是“十月怀胎”，成功只是“一朝分娩”。因此，有准备的人，虽然不一定都能获得成功。但是，获得成功的人，一定都是有准备的人。

大学生毕业找工作也是如此，决定求职面试结果的并不是面试的那十几分钟，而是整个大学四年。换个角度说，求职这场战役从大一入学就已经打响了，要想毕业时能够具备足够强大的核心竞争力，就必须从大一开始做好职业规划，明确目标。为此，应届毕业生求职网特地花了不少心血来编写这本《求职，从大一开始》的宝典，只是希望让大一新生能够有从现在开始努力意识，而不是等到毕业求职的时候再临时抱佛脚，病急乱投医。

如果大一的你，不知道自己应该做什么，想要什么，对自己的职业发展和规划“不太清楚”的时候请仔细阅读应届毕业生系列求职宝典，也欢迎与应届毕业生求职网的职场专家联系。无论如何，请谨记，成功属于有准备的人。

行动起来吧！大一的同学们，求职，要从大一开始！