

大学生职业发展指导丛书之三

大学生

求职创业与职业发展

实战范例

主 编 ◆ 刘 祎

执行主编 ◆ 姚金海 颜中玉

广东省出版集团

全国优秀出版社 (广东教育出版社)

大学生职业发展指导丛书之三

大学生

求职创业与职业发展

实战范例

主 编 ◆ 刘 祎

执行主编 ◆ 姚金海 颜中玉

广东省出版集团

全国优秀出版社 (广东教育出版社)

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生求职创业与职业发展实战范例 / 刘祎主编. —广州: 广东教育出版社, 2008. 11 (2009.11 重印)

(大学生职业发展指导丛书; 3)

ISBN 978-7-5406-7219-5

I. 大… II. 刘… III. 大学生-职业选择 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 165003 号

责任编辑: 严奉强 卞晓琰

封面设计: 陈国梁

责任技编: 吴伟腾

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路 472 号 12-15 楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(南海区狮山科技工业园 A 区)

787 毫米×1092 毫米 16 开本 17.25 印张 340 000 字

2008 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 2 次印刷

印数 10 001-20 000 册

ISBN 978-7-5406-7219-5

定价: 28.00 元

质量监督电话: 020-87613102 购书咨询电话: 020-87621848

5

序

刘湘溪

千古麓山披翠，万里湘江奔腾。唯楚有材，于斯为盛。然而，岁月匆匆，沧海桑田，历史的车轮滚滚向前。弹指一挥间，我们昂首跨入了风云变幻、日新月异的新世纪。随着我国社会主义市场经济的蓬勃发展，随着我国加入 WTO 的行列，随着经济全球化、知识全球化、人才全球化的涛声此起彼伏，随着我国高校不断扩招，随着西部大开发与中部崛起的号角吹响，神州大地正演奏着一部竞争与和谐、挑战与机遇、困惑与希望编织而成的撼人心魄的交响曲。在这样的背景下，当今中国的大学生既面临着比先辈们更多的机遇与希望，也面临着更大的压力与挑战。目前，中国大学生求职竞争日趋激烈，就业形势日趋严峻。一些大学生在硝烟弥漫的求职战场上屡战屡败，自暴自弃，伤痕累累，心力交瘁，感到迷茫、忧伤与失望。这些大学生求职者或者由于缺乏准备、缺乏规划，或者由于缺乏自信、缺乏恒心，或者由于方法不当、不懂技巧，或者由于好高骛远、三心二意……从而使一次又一次来之不易的机会失之交臂，一个又一个的失败与遗憾纷至沓来，袭上心头。一些大学生虽然好不容易找到了工作，但却在错综复杂的职场上屡遭挫折，屡屡失意。我们如何才能竞争激烈的求职战场上脱颖而出，找到一份称心如意的工作？我们如何才能风云变幻的职场上得心应手、大展宏图？为此，我们组织湖南师范大学长期耕耘在大学生职业发展工作第一线，并肩负着大学生职业发展指导教学任务的专家和优秀教师，悉心编写了一套大学生职业发展系列丛书，《大学生求职创业与职业发展实战范例》（丛书之三）便是其中之一本。

《大学生求职创业与职业发展实战范例》一书所选编的文章主要由湖南师范大学毕业生（包括博士生、硕士生、本科生）及部分知名企（事）业单位负责大学生招聘工作的人力资源专家撰写。这些作品既生动地记述了作者们宝贵的亲身经历，又包含了当代大学生对美好人生的规划与憧憬以及奉献青春、报效祖国、振兴中华的雄心壮志。它凝聚了作者的信念和理想、智慧和勇气，是十分宝贵的精神食粮和财富。

全书共分为五个部分，第一部分：“大学生求职择业感悟”，叙述了作者们求职择业的心路历程，富有启迪，催人奋进；第二部分：“大学生实习与考（保）研之路”，描述了作者们实习或考（保）研的种种体验与感受，值得借鉴，令人深思；第三部分：“大学生创业与职业发展”，展示了当代大学生创业与职业发展的曲折经历以及不甘沉沦、不惧失败，勇于开拓、勇于创造，勇挑重担、自立自强、

乐于奉献的精神风貌；第四部分：“名企（校）选才用人之道”，介绍了部分知名企业（事）业单位、党政机关的文化理念、用人理念，招聘程序、选才标准，面试、笔试要求及职业培训与职业发展等，值得广大求职者认真学习与参考；第五部分：“大学生职业生涯规划范例”，反映了当代大学生远大的职业目标和人生理想，描绘了当代大学生在严峻的就业形势下，早准备、早规划，勇于面对挑战，积极备战未来，迎接美好明天的宏伟蓝图。

诵读该书，心潮随每一篇作品、每一个情节而起伏，令人回味无穷，难以忘怀。它是一曲扣人心弦、催人奋进的动人乐章；它是一部启人心智、发人深省的职场哲学；它是一幅奔腾不息、波澜壮阔的人生画卷。

古人云：蜀道难，难于上青天。就业难，不亦难于上青天？本书编写之时，正遇举世震惊的四川汶川大地震，成千上万的同胞不幸遇难，神州大地笼罩在巨大的悲痛之中，所有编者亦感同身受，无比悲痛。然而，悲痛之余，却有一股巨大的力量从地震灾难中迸发而出：一些生命的强者，虽然躯体被压在庞大的废墟下不能动弹，但在一次又一次面临死神的威胁时，却绝不屈服，在如此艰难的情况下，一刻也不放弃对生命的渴望与追求，用自己的体液维持着奄奄一息的生命。正是这种绝不放弃的精神，动天地、泣鬼神，终于迎来了生命的曙光。如果我们的大学生求职者能像这些生命的强者不畏艰苦，勇于坚持，绝不放弃，我们又有什么样的困难不能克服，又有什么样的高山不能攀登？

面对挫折，绝不气馁；面对失败，绝不低头。只要我们坚持不懈，顽强拼搏，就没有跨越不了的大海，就没有征服不了的高山！

目 录

序	1
第一篇 大学生求职择业感悟	1
是人才，你就大胆地表现吧	3
我的中国银行之旅	6
“意外”的收获	9
我的公考之路	11
我的两次公考经历	13
莫道前程皆是命，事在人为	16
“秀”出你自己	19
过关“斩”将 笑傲三星	21
求职感悟	24
做好准备，相信自己	27
勇者创造机会	30
做个求职有心人	33
风雨过后是彩虹	36
求职三步曲	38
机会将给予有准备的人	41
成功的距离	44
求职感想	46

师范生就业谈	48
2008 届毕业生寻职观察	51
让我们飞得更高更远	56
色彩助你步入美丽人生	61
有“礼”走遍天下	63

第二篇 大学生实习与考（保）研之路

.....	65
汶川灾区实习采访见闻录	67
记者滋味初体验	70
我在政府办的实习经历	72
一个班的兼职生存实录	74
自信铸就成功	76
谈我对自己保研经历的一点体会	79
成功的嫁妆	83
勤且励志 厚积薄发	88
考研札记	92
关于大学生就业和考研的感触	96
关于考研问题的几点思考	98
保研生求职应聘要三思	100

第三篇 大学生创业与职业发展

旧磨坊——几名贫困大学生的创业之路	105
记我校创业学生王勇达	107

我调进市委组织部的曲折经历	109
风起的日子	111
扎根西部 无怨无悔	115
第四篇 名企(校)选才用人之道	119
长沙市长郡中学选才用人之道	121
北京市呼家楼中学选才用人之道	124
陈惠南中学选才用人之道	128
龙粤人力资源管理之道	131
慧成选才用人之道	136
湖南建工集团选才用人之道	141
长丰汽车长沙基地选才用人之道	144
易思博选才用人之道	147
湖南省肿瘤医院选才用人之道	150
湖南省人民医院选才用人之道	155
老百姓大药房选才用人之道	159
长沙市食品药品监督管理局选才之道 ...	162
关于大学生就业指导的几点建议	165
第五篇 大学生职业生涯规划范例 ...	169
设想创造动力 行动把握未来	171
为人生点一盏明灯	179
步步为营, 创造属于自己的天空	186
翘首未来	193
永不止步	200

我要漂洋过海当老师	207
扎根西部 献身教育	214
为梦想做一套外衣	219
天使之梦	225
青春无悔	230
为梦想插上翅膀	238
励志成师才，桃李满天下	244
起航	252
附录	259
后记	267

第一篇

大学生求职择业感悟



是人才，你就大胆地表现吧

尹松庚

我想，我们每个人都是人才！我们应该自信！

自信，是我们在求职时应该始终保持的心态。但这种自信，应该建立在自己的优势之上，而不是盲目地好高骛远，目空一切。因此，我们在求职的时候就应该自信地将自己的优势展现出来，自信地充分发挥自己的核心竞争力。

如果你有意进中学当老师，那么我的经历也许可以给你带来一点启发。

重庆八中是重庆一流的中学，之前我根本就没想过能被对方看中。因为在招聘公告上，他们可是明确写着应聘人员的综合排名要在全年级的前百分之二十啊，我显然不符合这个要求。但我还是“斗胆”去投了简历，试试嘛，积累点面试经验也好，我轻松地去了。

虽然没有抱太大的希望，但我在做简历的时候还是用了心思的。我的简历很简单，只有两页纸，简要概括了自己的基本情况后，重点写了社会实践和自我评价。因为是应聘教师，所以我把我的家教经历也写上了，但我不是简单地罗列，而是把每次兼职的收获都做了总结，这些总结又尽量往教师的基本素质方面靠。比如我做过长沙电信的话务员，这和教书完全是两码事，但我对这次实践的总结是提高了语言表达能力和与人沟通的能力，以表明这对我将要从事的教师职业是很有帮助的。我的自我评价则完全是从教师的角度来进行的，我的第一句话就是：“我相信我会成为一名优秀的教师。”然后具体说明我从事教师职业的优势。我不是全才，但我确信，我是一个人才——能教好书的人才。

首先是初试，作一分钟的自我介绍。我认为这是最基础也是最关键的一步，一旦你给面试官留下了良好的第一印象，那后面的复试如果表现好就是锦上添花，稍有点失误也是“瑕不掩瑜”。一分钟很短，在这宝贵的一分钟里，一秒钟都是浪费不起的。在这短暂的一分钟里，我们必须把自己的长处充分展现出来甚至放大。自信依然是基础，你可以在心里暗示自己：我很棒！当你坐在面试官对面的时候，一定要不卑不亢，尽量做到自然大方。另外，自我介绍的内容要仔细斟酌，我的方法是一开口就丢重磅炸弹：“我叫某某，首先我要阐述一下我的教学理念……”其实我只是有一点粗浅的看法，但一上升到教学理念的高度，马上就引起了面试官的注意。于是我侃侃而谈，并且很自然地提到了自己实习和做家教的成功之处及其原因，此外我还讲到了自己在楚魂戏剧社的经历，强调我的舞台经验如果适当应用到讲台上，可以活跃课堂气氛，吸引学生注意力，提高教学效果。期间，面试官还问了我许多问题，在回答问题的时候也是需要特别谨慎的。因为我的简

历上没有附成绩单，所以被问到综合排名和专业成绩的情况时，我很诚实地告诉他，在这方面，我肯定不能满足他们的条件，无论综合排名还是专业成绩我都没有进年级的前百分之二十。但我马上补充，虽然我考试成绩不冒尖，但我阅读了大量的中外名著，文学素养并不低，这在一定程度上弥补了前面那个缺憾。接着他又问到，在我的专业课程里，我学得最差的是哪一门课。我想，语言理论很难而在中学里用得也不多，于是我就说我的语言理论学得稍微差了点，不过又补充说我古代汉语和现代汉语学得还可以，这两门是基本功，先要声明以免对方误会我语言理论没学好这两门课就一定学得差。

然后是笔试和试讲。笔试是做一套卷子，试讲则是发给一篇文章，没有任何注释，给一小时做准备，就要按高中要求讲解。这一轮的重点是考查阅读和赏析文学作品的能力。试卷里的文章是从高考模拟题里挑出来的，但题目设置的难度明显加大了。由于长时间没接触过这类题目，因此做起来很不顺手，因为做得慢，我甚至连作文都没时间写，这对我是个很大的打击。现在很多学校的笔试题都是高考试题，因此大家应该多关注高考形势，做模拟试卷，熟悉一下题型，这样在笔试的时候就不至于感到不适应了。接着就让我们准备试讲，笔试虽然失利，讲课却是我的强项。我调整好心态，尽量不去想笔试的结果，好好准备试讲，但我们要讲的文章很难，简直令人无从下手。我几乎想要放弃了，但我不能白白放过一次机会啊！还是硬着头皮坚持下去吧，把手上的文章仔细研究了一番之后，思路终于清晰了，我又看到了希望。

坚持是会有回报的。我终于稳稳当当地完成了试教，意想不到的，老师竟然给我补写作的机会。我赶紧把作文在规定时间内认真写好，交给面试官。此时，一个更大的惊喜已经在等着我了。当我把作文交上去的时候，他们竟然中止了后面同学的试教，对我进行了一次更深入的面试。几位老师问了我许多问题，他们都对我在楚魂戏剧社的经历很感兴趣，并要求我朗诵了几首诗，表演了一小段话剧。在这个环节里，我放手发挥了自己的长处。朗诵诗的时候，抑扬顿挫，摇头晃脑，而表演的那一小段话剧刚好是半年前演过的，那就更加得心应手。这是我享受到的“特权”，因为我给他们留下了深刻的第一印象。而在此过程中，我始终保持乐观自信的心态，大方自然地表现自己，终于得到认可，在面试结束的时候，他们已经敲定要我了。

自信而不自负，自谦而不自卑是我们在面试过程中应该始终保持的心态。我们应当相信我们是“人才”，这个社会总有我们施展才华的天地。好好挖掘自己的潜力和优势，该表现的时候大胆表现吧！看重你的人就在前方！

作者简介：作者系湖南师范大学文学院2008届毕业生，现工作单位为重庆市第八中学。

启示：自信是开启成功大门的金钥匙。面对知名中学，作者虽然一些重要条件不符合招聘单位的要求，如成绩排名不在年级前列，但他不畏惧，不退缩，敢

于迎难而上；作者虽然在笔试中表现不佳，但他毫不气馁，总结教训，化挫折为动力，在后面的面试中满怀信心，大胆发挥，终于转败为胜，柳暗花明。

作者成功应聘的经历启示我们：在激烈的求职择业竞争中要注意方法，讲究技巧。要根据用人单位的需要作好相应的准备。招聘岗位需要什么，我就提供什么；招聘官欣赏什么，我就展示什么。要尽可能从招聘岗位的需要出发描述自己，展示自己。如应聘教师，家教经历十分重要，而电话业务员虽然表面看来与教师职业关系不大，但作者能挖掘出两者的内在联系：语言表达能力与人际沟通能力，这些能力也是教师职业所需要的。同时，在应聘过程中要善于扬长避短，抓住重点，随机应变。如作者在面试中谈到，虽然考试成绩不冒尖，但阅读了大量的中外名著，文学素养并不低，从而达到了取长补短的效果。

良好的第一印象是成功的一半。作者能紧紧抓住面试官的心理，充分利用短短的一分钟自我介绍时间，开门见山，有的放矢，针对性地展示自己的长处，收到了良好效果。

我的中国银行之旅

周 诚

一、无心插柳柳成荫

很早就听说中国银行今年会面向全国招聘许多大学毕业生，但由于当时还在实习，并了解到中国银行这次不招聘我所专业毕业的毕业生，所以我也没有很在意，直到2007年11月21日中国银行广东分行到湖南大学召开招聘宣讲会，我才猛然意识到自己应该去试一试。然而当晚去参加宣讲会的同学带回来的消息却给我泼了一盆凉水——中国银行广东分行这次确实不打算招收中文专业的学生。

第二天，我照常去实习了。后来一位同学约我去中国银行的招聘现场看看，于是我和他来到面试现场。现场的火爆气氛让我俩都倒抽了一口冷气，到处都是西装革履的毕业生拿着厚厚的简历在排队，而几个面试官的桌前早已经堆满了简历。广东分行按不同地区投递简历，我们投了竞争最激烈的地区——广州。排队递交简历的时候，前面好几个人的简历当场就被直接拒绝了，我心里感到了一些紧张。我把自己的简历递上去，面试官看了一下，问我：为什么专业不对口还要来这里。我很诚恳地看着他回答：因为我对银行金融很感兴趣，而且相信自己能够做好。很幸运的是，第一轮简历筛选我和同去的同学都顺利通过了。我们都有点兴奋，感觉幸运的大门正在开启。

二、千淘万漉虽辛苦

下午三点半左右，我接到了面试的电话通知。遗憾的是，同去的同学并没有接到通知。

所有接到通知要面试的同学排成了一队，在门口等候，一一单独进去面试。排队的时候，我一边揣测着会遇到的问题，一边在心里打腹稿。轮到我的时候，我调整呼吸，推开门进去并随手轻声带上门，镇定自信地走到了面试官前。他们先要我做了约一分半钟的自我介绍。我从学习、工作、生活和社会实践四个方面简要地介绍了自己的基本情况。然后，他们向我提出了一系列问题：如学习、家庭、性格、是否准备读研究生等。值得一提的是，他们问了我的职业生涯规划。大一的时候学校曾经开设过这样的课程，而且当时我也写了一份职业生涯规划。于是，我根据课堂所学的知识和当时写下的职业生涯规划，并根据现在的实际情况作了部分修改，简要而有条理地向面试官陈述了我的职业生涯规划。他们听完后，满意地点了点头。我的面试过程大约持续了15分钟，走出来的时候，外面的人都等

急了。当同来的同学好奇地看着我的脸，问我的脸为什么那么红时，我才意识到自己的脸已经滚烫。可能是太投入了吧，也许是因为太紧张。

晚上十一点半左右，我接到了他们的电话，要我次日上午十点半带上协议书到湖南大学北院参加复试。

第二天参加复试，考察方式是无领导小组讨论。我有些紧张，因为以前从来没有经历过这种方式的复试。我们小组共十个人，与三个面试官围着方形会议桌坐下来。我们小组讨论的话题是：大学生在找工作的时候应如何排列下列因素的顺序——A. 行业；B. 发展前景；C. 地域；D. 工资；E. 具体供职的公司。我们先有5分钟时间独立思考并把自己的答案写在一张纸片上，然后交给面试官。随后面试官宣布讨论开始，他对我们提出了三点要求：尽量坚持自己的观点；小组最后必须达成统一意见；整个讨论过程为40分钟。我们小组十个成员首先分别陈述了自己的排序及理由。在他们的陈述过程中，我记下了他们的观点并作了初步的统计。于是，在接下来的讨论中，我逐渐成了此次讨论中的一名组织者和协调者，使得大家的观点一步一步向着最终目标靠近。但在讨论过程中，由于面试官要求“尽量坚持自己的观点”，小组怎么也达不成统一的意见。同时在讨论过程中，一部分成员急于表现自己，语言有点激烈。时间很快就过了半小时，这时我首先作出了让步，以便更多成员达成统一意见，并适时提醒小组的实际任务。在我首先“让步”的影响下，小组成员在极短的时间内讨论协商，终于在最后两分钟达成了统一意见。随后，面试官要求小组成员推选出一个人代表小组向面试官做一个总结陈述。在小组成员的一致认可下，我有条不紊地完成了总结陈述。走出会议室，我长长地舒了一口气。

下午三点左右，我收到了中国银行广东分行的短信通知，要我去一个教室开会。到了那儿，我被告知我通过了面试，并要我认真准备12月16日举行的中国银行2008年校园招聘的全国统一笔试。

后来我总结了一下此次面试，我觉得在无领导小组讨论中要注意以下几个方面：首先要在讨论中做一个有心人，不但要陈述自己的观点，还要仔细聆听成员的观点；同时，应该做一些笔记和统计，让无领导小组讨论成为有组织有协调的讨论；不能光对着成员说，还要注意与面试官的适当眼神交流。其次，要注意自己的言语的语调与语速，无领导小组讨论是讨论而不是争吵，是说理而不是强迫。在讨论过程中，如果语气过于激烈，甚至咄咄逼人，会让领导觉得你没有团队意识。再次，要灵活处理面试官的要求。因为面试官的要求有时是故意设置的障碍，就是要考察你的灵活变通能力。如这次面试中面试官“尽量坚持自己的观点”与“小组必须达成统一意见”二者是矛盾的，这也就意味着必须有一部分成员要放弃自己的观点。但在讨论中许多成员并没有认识到这个道理，一味地坚持自己的观点丝毫不作出让步。试问一下，这样的人怎么能很好地胜任以后的工作呢？然而，放弃与让步绝对不是没有原则的，而且必须要在关键的时候才能作出让步，要在团队的利益面前作出必要的让步。