第七届“电信论坛”之就业指导讲座

姓名：陈钦波 学号：201120107536 导师签名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

【主讲人】：刘洁、周军 【活动时间】：2013年11月7日

随着大学生人才市场日益激烈的就业竞争，大学生就业备受社会的关注！电信学院电信论坛特意举办了一场就业指导讲座，针对2014届毕业生将如何面对就业、就业应该注意哪些、如何规划就业后的人生等问题进行了就业指导。刘洁、周军老师担任了主讲。

教室里座无虚席，刘洁老师开始了她幽默风趣的讲话，凭借着她渊博的知识，丰富的经验给在场提问同学的问题作了极其精彩的回答，全场不时爆发热烈掌声。

刘洁老师系统地介绍了如何准备就业。包括面试前的准备、面试过程以及面试结束时的礼仪。同时给了几点建议和提示：

首先，要树立行行可建功、处处能立业的观念。随着北上广深等一线城市吸纳毕业生比率逐渐缩小、进入公务员队伍、事业单位、大型国企等就业单位的竞争力度逐渐增大，同学们要结合现实情况，适时调整就业期望，将发展势头快、生活压力相对较小的二线城市纳入考虑范围。从我校往届校友的经验来看，只要有干事业的决心和闯劲，民营企业、中小企业和西部地区也有广阔的发展空间。

其次，要合理掌控时间，积极应对挑战。每年的10月份到第二年的4月份是就业黄金时期，是需求信息量最集中、校内外专场招聘会最多的时段。我们一定要把握好时机，重点关注我校“就业在线”，及时投递简历，争取早日找到理想的工作。

再次，要重视个人信用，提高诚信意识。拿到多个offer的情况下，会头疼违约的事情。对个人而言，这意味着可以选择自己更喜欢的工作，但是，违约会增加用人单位的招聘成本，影响学校在用人单位中的声誉。因此，告诫我们慎重签约，避免违约，以诚信为本，推己及人，签约之前与用人单位充分沟通，把自己想了解的情况掌握清楚。

刘洁老师还播放了一个非常精彩的面试视频，幽默诙谐地讲了一个人去面试的各种意外情况，活跃了气氛，主要是告诉我们面试中要保持本我，不要不懂装懂，同时也要懂得包装自己，争取在竞争中出众表现。

接着，学院周军老师给我们补充了其他的相关就业信息。他为我们讲解了四方协议、就业推荐表等的作用。周军老师特意强调了我们签约要慎重，要考虑再三。以往发生过师兄师姐上午刚提交了四方给公司，下午收到心意公司的offer，这种情况办理毁约相当麻烦。还特意说明，学校对毁约的态度，越来越多的限制，例如同城同行业不给毁约。总之，签约要慎之再慎。还有，在找工作过程中，要严防骗子，尽量通过正规途径来找工作。以往有发生过骗子冒充公司招聘的情况，骗到东莞。还有，找工是一项持久战，切不可一时找不到理想就放弃。最后讲座结束后，还有许多同学询问其他的事项，比如双方协议的法律有效性等。

过硬的专业技能+文凭=成功就业，一方面，需要有良好的综合素质，必要地应聘技巧。另一方面，在具备了专业知识和综合素质的同时，就能需要关注就业了，了解足够多的就业信息。面试技巧方面，则要求面试时，与别人交谈尽量使用普通话，且声音必须洪亮，这样可以给对方留下好的印象。所有的技能和求职法宝都集于一身之时，好就业、就业好就不困难了。

这次讲座，我们在听完后深切体会到：

1. 必须强化知识的积累和能力的培养。

 （二）必须树立正确的择业观和就业观。

（三）在大学里学好自己的专业知识。

（四）要树立一种危机感的意识

（五）加强自身在就业和创业理论方面能力的培养。

“规划研究生涯，成就电信精英”讲座小结

姓名：邱团准 学号：201020109005 导师签名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

今天学院举办了第十七届“金秋木棉”研究生文化节关于“规划研究生涯，成就电信精英”的讲座，请来褚庆昕教授为我们讲述了我们作为新一代的研究生，应该以一种什么样的精神面貌来面对三年的研究生生涯。

在今天这个充满竞争和创新的知识经济时代，最为缺乏的资源莫过于人才。“天地之性，人为贵”《孝经》连天地的生命都是以人为本的，何况是不断发展的经济社会。年轻人应该早有预见地谋划自己的未来。因此，个人职业生涯规划不但是鞭策自己为之奋斗的目标，也是应对人才争夺战并取得决战决胜的早期储备。

研究生涯规划不仅是一个学习计划，它还是对自己在大学期间的一个整体规划和综合规划，学习计划只是其中很重要的一部分。研究生涯规划应立足于对未来职业的定位和展望，通过从整体上安排自己的大学学习和生活，提高自己的综合素质，为未来的职业发展做好知识和能力的准备。

随着改革开放的不断深入，中国的高校也在随之改革，高校在引进了新的教育模式、新的科技的同时，也经受着学风的衰败，主要体现在部分学生学习目的不明、部分学生学习动力不足、部分学生缺乏良好学习品质、部分学生缺少科学的学习方式与方法，高等学校学风建设关键在于学生学习风气的好坏，而学生学习风气受到学生学习目的、学习动力、学习品质及学习方式方法的影响。在高等学校进行研究生涯规划的推广和实施．能从学生内在因素上解决目前高等学校学风存在的普遍问题。

研究生要按照职业生涯规划理论加强对自身的认识与了解，找出自己感兴趣的领域，确定自己的优势所在，明确自己的人生目标。简单的说，就是明确“我想干什么”、“我能干什么”、“我要怎么干”等问题。我觉得研究生可以从以下几个方面去做好职业规划：

其一。树立坚定理想信念．确定职业目标。坚定的理想信念在职业生涯中起着领航作用．崇高的理想，伟大的抱负从来都不是空洞的，它是人们表现出来对美好未来的强烈向往。在职业生涯中，坚定的理想信念则是人们对未来职业生活的设想，有了这样的前提，便能确定明确的职业目标。研究生首先应确定自己的总体职业目标，即想从事的职业类型，想进入的职业领域等；再将总体目标具体化，即确定自己具体想从事的工作，喜欢的工作环境等。

其二，正确分析自我个性．了解自身职业兴趣，合理进行职业定位。通过科学认知的方法和手段全面了解自己，对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，分析自己的优势与特长、劣势与不足，从而对自己的职业进行合理定位，明确何种职业更适合自己。

其三，合理规划职业生涯方案，及时行动。根据自己所学专业及个人能力、特长，同时兼顾社会需求设计出适合自身的职业生涯方案．并付诸行动，合理的职业牛涯规划方案就好比一张“职业导航图”，随时提醒自己：要达到自己的职业目标必须积累的知识、掌握的技能，具备的能力等，从而指引自己停止梦想．开始行动。

其四，定期评估．及时修正。俗话说：“计划赶不上变化”。影响职业牛涯成功的因素很多，而凡是不断变化的，有些甚至是难以预测的，这就决定厂我们必须不断对自己的职业生涯规划方案进行新的评估，及时发现问题．不断修正，保证职业生涯规划最终有效实现。

合理设计自己的研究生涯规划，是研究生通往成功的第一步，高等学校应该把研究生涯规划教育作为促进学风建设的重要手段贯穿于大学教育全过程，通过研究生职业规划教育，使学生在大学期间将现实学业和未来人生结合考虑，合理规划大学发掘，培养相应的学习技能和综合素养，在衡外情、量已力的前提下，规划自己的职业发展方向，从而从学生内在因素人手，促进高等学校良好学风的形成。