

求职经历过山车 “云面试”签心仪岗



杨宗琦。

受访者供图

“去年秋招开始时,我的考研和求职并向进行,由于没有做好精力分配,最后导致考研失败和求职不顺利。多亏学校老师帮我进行系统职业规划,最终在学校的毕业生春季视频双选会上找到了合适的工作。”

在经历了“过山车”一样的就业过程后,沈阳工业大学环境工程专业毕业生杨宗琦最终找到了心仪的工作。

今年年初,当考研成绩公布和疫情来袭时,突如其来的状况让杨宗琦不仅迷茫,更有点恐慌,“我判断疫情会让我的求职道路更加艰难,于是我给辅导员刘洋老师打了电话,她与我聊了大约一个小时,帮我进行了系统的职业规划,还再三强调,让我一定要密切关注学校就业信息网。”

杨宗琦把老师的话记在了心上,留意到学校将召开2020届毕业生春季视频双选会。新冠疫情发生以来,沈阳工业大学主动谋划,2月

3日率先开通就业服务热线、开设就业移动办公室,确保疫情期间毕业生就业工作稳步推进。“当时我兴奋极了,我根据学校提前公布的企业名单和求职岗位信息,进行了细致的查询和总结,找到了十多家比较心仪的公司和岗位,顺利与各个公司的HR进行了面试。”杨宗琦回忆。

据了解,目前学校利用网络平台已成功组织“沈阳工业大学2020届毕业生春季视频双选会”“沈阳工业大学2020届毕业生春季第二期网络视频双选会”“原机械部高校就业联盟2020届毕业生联合空中双选会”“聚焦人才供需、聚力合作共赢 沈阳六校2020届毕业生综合空中双选会”等4场大型网络双选会,共有1507家单位参会,提供岗位5958个,计划招聘人数92720人。

同时,学校积极联系大连、鞍山、丹东、抚顺、苏州、常州等12个地方人才中心开展线上招

聘活动。通过就业信息网、微信公众号,每天向学生定时推送招聘信息,累计推送用人单位信息935条,提供就业岗位3610个,计划招聘人数159893人。

“学校为毕业生举办了多场大型网络双选会和行业专场网络双选会。”杨宗琦也发布许多求职技巧以及就业热线电话和“码上问”服务,随时随地解答疑惑。

对还没有找到工作的同学,作为“过来人”的杨宗琦给出了自己的建议,“大家要特别关注学校的微信公众号和老师与班长在群里发布的就业信息,一定要考虑好自己,想干什么、适合干什么,也可以利用学校最近推出的就业技能强化系统寻找自己的方向。即使在求职过程中面试失败了也不要气馁,因为学校微信公众号和就业信息网会不定期更新,不断为我们提供更多的招聘活动。”

辽沈晚报记者 李娜

大三接设计锻炼能力 投4份简历被3家录取



王楠。

受访者供图

聘公司的要求分别投递。整个求职期间,王楠一共向四家公司投递了简历和作品集,有三家公司向他发出了签约邀请。最后,王楠选择了他在大三时接触过的一家设计公司。整个求职过程可以说是十分顺利。

现在,王楠在杭州市余杭区的这家公司负责主视觉海报设计、三维设计及动画制作工作。

大学一直待在寝室学习

“机会都是留给有准备的人”,这是王楠的座右铭。他深知,哪怕没有疫情影响,也没有哪一个毕业季可以让人轻轻松松进入心仪的大公司。“要在这么多求职者中脱颖而出,必须要更有优势才行。”

如今再回头看自己的大学时代,王楠坦言要“感谢那个一直待在寝室学习的自己”,因为在大学期间,只有不停地学习和做练习作品,只有把对专业的热爱坚持下去,才能具备设计作品数量和质量上的双重竞争力。

对于还在求职路上的应届毕业生,王楠也想分享几个小技巧。首先,对于设计专业的毕业生来说,“不要盲目地去投简历,找工作时,先要做到充分地了解企业、了解岗位,使自己满足HR提出的工作技能需求。”

其次,在准备简历的同时,要将自己的作品进行分类,形成不同品类的合集,以便针对不同的岗位,发送给有不同招聘需求的公司。

第三点,如果有精力的话,可以加入或者多关注一下行业内的交流平台,从中寻找一些有价值的招聘信息,但通过这些平台寻找工作时,要注意保护个人隐私和预防招聘诈骗。

“供需双选会”帮了大忙

王楠称,同样要感谢的还有一直给予自己及其他应届毕业生支持和帮助的母校。他回忆,在进入专业学习后,沈阳音乐学院就提供了很多社会实践的机会,让学生们去锻炼专业能力;在大四,还开设了与就业培训相关的课程供毕业生学习;在毕业生求职阶段,学校举办了“毕业设计展”和“供需双选会”;不仅如此,系主任徐宁老师和辅导员王晓飞老师,也在不断地为应届毕业生普及职业规划与就业方面的经验,给大家推荐优质用人单位的招聘信息。

此外,沈阳音乐学院招生就业处相关负责人介绍,在疫情期间,学校设立了一个“沈音学生就业指导与咨询QQ工作室”,意在为有需求的毕业生同学提供网上就业指导和咨询服务。同时,招生就业处还汇集了用人单位的网上招聘安排,及时发布在学校的就业指导网站和微信公众号上,并和用人单位共同在网上举办了多场云端双选会。

职业规划要趁早准备

王楠就读于沈阳音乐学院戏剧影视学院戏剧影视美术设计系舞台设计专业。沈阳音乐学院是他考取的第三所大学,由于高考成绩和之前两所大学都不甚理想,他选择一边在一所美训学校当助教,一边继续参加高考,直到最后考上沈阳音乐学院。

这段经历使王楠自觉和其他同学不一样,也使他十分清楚上大学的目的:求学很重要,职业规划也需提早进行。

王楠在大学一年级时,系辅导员王晓飞曾给他和同学们上过一节大学生生涯、生涯会课,这节课给他留下了很深的印象,特别是在生涯规划与生涯价值观方面,使他得到了清晰的引导。

在大学二年级时,王楠有机会跟一位老师进入一家公司实习。实习期间,他发现了自己能力上的不足导致工作效率较低。回到学校之后,开始反思和总结,沉下心来认真学习、填补知识技能上的空白,并做了大量的专业练习。

等到大三,王楠开始接触一些设计外包的实践工作来提升能力。也是从这时开始,他有意识地去寻找未来可能进入的企业或工作单位。

大量练习和设计作品的积累在求职过程中派上了用场,他把自己的作品汇总成册,根据招

每天对着镜子试讲 终于成功“云签约”



郑雨婷。

受访者供图

咨询热线”,开发“网络指导课程”,为毕业生进行政策解读、心理疏导,帮助毕业生分析就业态势,解答就业困惑。自开通“就业咨询热线”以来,日平均解答量在50次左右。

此外,疫情防控期间,学校组织开展线上招聘会共34场,发布2633家用人单位招聘信息。其中,大型综合网络招聘会3场,“校地合作”区域性网络招聘会5场,专业、行业专场招聘会26场。为毕业生提供8237个就业岗位,需求人员总数达到35223个。

求职简历要突出特点

郑雨婷说,求职准备的第一步是完善自己的简历。“求职简历一定要简洁。”郑雨婷学的是数学专业,求职意向是中学老师,所以在简历中明确写明了自己会熟练使用“几何画板”软件,“它是一个几何方面的教学工具,并不是所有人都能够熟练应用的。”并且考取了高中教师资格证、心理咨询师以及计算机证书。

而作为老师,试讲也是面试中很重要的一个部分。不管是线上面试还是线下面试,试讲都是需要好好准备的。“以前可以在学校和同学之间互相讲,也可以在教室里讲,不过今年就只能在家里对着镜子讲了。”郑雨婷说她不知道会应聘到初中还是高中,所以初高中数学的重点课程她都会准备。“就会在网上找出名师教学的视频,再根据自己的特点进行备课。”每准备完一节课,她都会对着镜子试讲,基本上每天都会试讲一会儿,为面试做着准备。

最终,郑雨婷投出的简历得到了回应,抚顺一家高中给她回复信息,可以面试。通过线上视频面试,郑雨婷成功地找到了工作。

把实习真正当成工作

郑雨婷介绍,求职成功还有一个重要的方面就是实习。她是大四上学期开始在鲅鱼圈实验中学实习,实习了3个月左右,从一开始听老师讲课,到后来自己独立讲课,郑雨婷收获不少。

“我觉得实习一定要真正地参与进去,把实习当成自己真正的工作来做,把自己当成一个真正的老师,无论是上课还是平时的课堂管理,全身心的投入和参与进去。这样就能学到很多,也会收获很多,在求职路上就会给你很大的帮助。”

对于目前还没有找到工作的毕业生,以及未来要找工作的学弟学妹,郑雨婷给出了一些求职的建议,“最重要的一点就是专业课一定要过硬,自己要有能力去应对岗位的要求。”另外,就是求职期间尽可能多地收集招聘信息,这样求职成功的可能性也会增加。

辽沈晚报记者 胡婷婷

学校及时提供丰富信息

身为应届毕业生,郑雨婷今年的寒假很不寻常,她本想寒假后全身心投简历找工作,可突如其来的紧急状况让她不得不调整计划,“当时真的很焦虑,因为我没有太多获取招聘信息的渠道,害怕自己今年找不到工作。”

正在她愁闷之际,班级辅导员在群里发通知要通过辅导软件进行就业情况统计和就业意向调查。又分类组织召开视频会议进行就业经验交流,针对同学们不同需要进行登记。

郑雨婷介绍,学校还聘请专家、优秀校友、成功创业人士建立专兼职结合的就业指导专家队伍。定期举办空中求职分享会,邀请职场达人传授面试求职技巧。“从线上简历制作、线上面试准备、线上视频面试等多方面对我们毕业生进行指导。”慢慢地郑雨婷不再焦虑,而是安心下来。“老师也跟我们说了不管是现场面试还是网络面试,流程都是一样的,我们做的都是投递简历、准备试讲,所以我就静心开始准备。”

学校开通“就业咨询热线”

沈阳师范大学招生就业指导处老师介绍,学校通过设立“就业指导服务岗”,开通“就业

辽沈晚报记者 张阿春