



四川交通技师学院 四川交通运输职业学校



四川交通技师学院
四川交通运输职业学校

立德尚学 强技砺能

就业 指南

目录

Contents

现实是此岸，理想是彼岸，
中间隔着湍急的河流，
行动则是架在河上的桥梁。
—— 克雷洛夫

致准毕业生的一封信	1
第一篇 求职观念	2
一、第一份工作该怎么选	2
二、更新就业观念	4
三、如何看待大公司小公司	5
四、提升就业能力	7
五、学会规划自己的职业生涯	8
第二篇 求职准备	12
一、求职方式	12
二、简历、自荐信	17
三、面试、笔试	21
四、面对挫折	26
第三篇 求职陷阱判断及预防	29
一、常见求职陷阱案例	29
二、防骗技巧	32

致准毕业生的一封信

亲爱的准毕业生：

你们好！

光阴荏苒，岁月如梭，弹指间你们已进入学习生活的最后一年。曾经你们满怀欣喜，带着美好的愿望走进学校，而今，你们即将带着恩师的教诲、父母的期盼以及对美好未来的憧憬，从学校这个驿站走向社会，开启新的人生旅程。值此择业的关键时期，学校真诚为你们送上求职与就业期间的嘱托：

如今的就业形势更加严峻，面对压力、竞争和挑战，我们应以充分的自信迎接挑战，用百倍的热情书写未来，展现年轻人应有的朝气和锐气。立足实际，树立正确的就业观，从基层做起，不好高骛远，也不妄自菲薄，正确认识自我，准确定位。就业竞争力是获得职业可持续发展的必备要素，我们要把握时光，不断提升技能和素质，不断积累经验，为求职做好准备。

机会是留给有准备的人，更是留给能抓住机遇的人。每年春季学期起，用人单位陆续进校招聘，高职单招考试，对口高职考试陆续进行。你们是否已做好规划——升入高一级院校？应征入伍？到企业工作或自主创业？在人生的岔路口，希望你们做好清晰的职业及人生规划，抓住就业机会，不错过每一处入口的风景，朝着新的梦想阔步前行。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，衷心祝愿同学们积极行动起来，用你们激情洋溢的青春去谱写人生新的篇章！

四川交通技师学院 招生就业办公室
四川交通运输职业学校

2019年9月28日

...01...



第一篇 求职观念

一、第一份工作该怎么选

先确定想要从事的行业

准备进入的行业最好是与自己所学专业吻合或者接近，能施展自己的技能，适合你的兴趣和未来规划。

除此以外，你可能还会考虑的问题有：

- 专业对口或接近；
- 晋升的机会；
- 技能的提升；
- 距自己父母的距离远近；
- 单位的社会知名度；
- 单位的收入状况；
- 福利待遇；
- 自己的性格；
- 个人的喜好……

这些问题搞清楚以后，就要确定具体求职计划的实施步骤了，这也意味着你的求职大事进入了实战阶段。

这里有几点需要提醒刚毕业的学生：

第一，如果你打算选择企业作为你的就业目标，不妨依据企业的“生命周期”来考虑，一般企业的寿命大致分为5个阶段：开发期、成长前期、成长中期、成熟期与衰退期。

为了让自己将来创业方便，你需要进入一家能充分学习的单位。那么你适合进入“开发期”或“成长前期”的企业。处于“开发期”的企业，能重用年轻人、能从事新事业的开发，晋升的机会通常较多。相对而言，由于企业基础尚不够稳固，所以势必要承受较大的经营风险。

第二，每个行业都有其突出的地域特点，你所选择的行业在此地也许是令人陌生的，缺少繁荣的现实条件与氛围，但在彼地却已如火如荼，成了一种新的气候。在这种情况下，你就不得不考虑在哪里寻找就业的机会

...02...



了。

第三，要找到现实与理想的平衡点，当现实的情况与心目中的理想产生矛盾的时候，要懂得取舍，作出决断后，要认同结果，懊悔的背后是对自己的无畏折磨，是对自己锐气的无情消减。

在毕业生的求职过程中发现，对于现在新时代的年轻人而言，找到工作其实并不难，难的是找到自己喜欢的，也能胜任的工作。当今的年轻人，往往大多喜欢“钱多、活少、离家近、坐坐办公室”的工作，但其实在现实中是不太可能的，所以建议同学们，先找一份更适合自己发展，能累积到实践经验的工作，有了这些宝贵的经验，再去寻找更理想的工作，或是在原有岗位往更高的岗位发展就不难了，那么如何找到适合自己的工作呢？

首先，要了解自己的综合实力。其次，要密切留意社会上的岗位需求。总结起来说，就是要回答三个问题：

第一、我想做什么？

第二、我能做什么？

第三、市场要什么？

总之，只要好好回答这三个问题，找出三个答案中的“交集”，前途在何方就马上心知肚明了！建议大家还是重点把握好“我能做什么？”和“市场要什么？”这两个问题即可。毕竟，想要找到既是自己想做的，又是自己目前可以胜任的，并且还是市场上供不应求的岗位，对于应届毕业生而言真的是不太现实的，我们还是要注重在基层岗位上的积累和锻炼，分步分阶段的给自己做个规划，逐步向自己理想的岗位目标去努力去靠近。



二、更新就业观念

★调整期望值

应届毕业生应该保持一颗平和的就业心态。做到低姿态就业，高姿态工作；从基础做起，积累经验，在普通的工作岗位上寻找发展的机会。

★树立先生存，再发展的观念

人生像走路，要从第一步开始，不断积累，才能达到目标。任何单位对招聘的员工，总是让他从最基本的工作做起，在工作中考察他的品德、能力、素质，根据他的表现和工作需要，逐步安排晋升。

★专业对口是相对的，不是绝对的，切不可过分强调专业对口

同学们在学校从事了某个专业的学习，想找一个专业十分对口的工作去发挥才能，这是可以理解的。学校在推荐安排就业时，也是尽量按专业对口去安排的。事实上每一个人都想对口就业是有很多困难的。所以，同学们在就业时也要认清自己的综合能力，不要一味追求完全专业对口。



追求梦想
必须脚踏实地



三、如何看待大公司小公司

◇如何看待大公司小公司

小型公司职位分工不明确，往往一个人担当几个人的职务，但比较有利于学到各方面的知识和技能，缺点就是留不住人，因其规模较小，市场竞争能力和生存能力相对薄弱，一旦经济环境改变，就有不能立足的危险。

大型企业在上述方面相对就具有优势。它规模巨大，资金及技术力量雄厚，有较强的市场竞争力，置身其中相对较稳定。但是大型企业人才济济，分工细致，对提高个人的综合能力不是很有利。

◇先从脚下看去

毕业生要明白自己就是一名没有经验的新兵，用人单位之所以招聘你，并不是因为你拥有一纸文凭，而是希望招到有较高素质的“学徒”，通过培养成为后备骨干。当认清自我，摆正位置，就不会浮躁不安和患得患失。

既然是正式迈向社会的新人，步履尚且蹒跚，面对激烈的职场角逐，遭遇到一些挫折、摔上几跤肯定在所难免，这是人生的第一次挑战，这样的挫折在日后的岁月里还将不断面对。毕业生拥有的最大资本是年轻，而年轻人多经历些风雨，将是今后人生和职业生涯发展的宝贵财富。不过分

看重成败，积极行动，对求职过程中的一时成败淡然处之。

刚毕业的学生不要等待机会和运气的降临，而是要主动出击，踏实走好每一步。不要因为怕苦怕累而放弃从基层做起的历练机会，其实起步的时候从基层做起，根基最为扎实。

在找不到适合自己的工作时，别归罪于学非所爱、学非所用。当你不能在“兴趣”中找寻工作的时候，就必须学会在工作中找寻“兴趣”。刚毕业的同学们应切实地认知自我、认知职业、认知社会，从而找准自己的定位，形成正确的择业观。

务实并不是说不需要选择，但选择并不等同于挑挑拣拣，左顾右盼。这样做的结果往往是无从下手，莫衷一是，最终错失良机，始终处于被动的态势之下。

◇实习是就业过程中的重要环节

偶然性在就业问题上时常能体现出来，有时甚至一个偶然的机遇会改变你整盘的考虑和发展方向。提到偶然就不能不提及机遇。机遇是偶然的，但机遇从来只属于有准备的人，机遇对于有准备之人又是必然的。实习就是对偶然机遇进行必要准备的过程。实习是一个表现自己，让别人了解自己的机会，聪明的人一定懂得如何把握利用这个机遇，最大限度地发挥自己的优势和特长，让别人认同自己。实习不仅仅是就业的预演和彩排，很大程度上，它可以转化成为就业的序幕。有好多毕业生就是在实习的过程中被用人单位看中的。

退一步讲，就算是在实习的过程中没有机会让这家单位接纳你，但在实习中你能检验自己在陌生环境中的适应能力，能够认识一批新的朋友，能够接触到相关领域的真实信息，能够学习到很多书本上没有的实际经验，至少你获得了迈向下一步的基础。如果在实习中你做出了令人满意的成绩，就可以让你的求职道路变得相对平坦而宽广起来，机会也就变得更加多起来，并且更加容易捕捉。所有这些都充分的理由，让你认真地对待实习的机会。

心存高远
脚踏实地



四、提升就业能力

就业能力的缺失，已经成为目前用人单位、学校、家长和学生共同面对并希望迈过去的“槛”。毕业生应该对自己进行心理、个性、能力等方面的测评，客观掌握自己的优势和劣势，进而强化优势，改进不足，使自己能够在就业的过程当中处于有利位置。

就业能力中主要包括以下方面：

◎职业技能

职业技能是从事某专业工作所需要的各种知识和能力，包括工作技能、对环境适应的能力等。工作技能的培养，应该从在校时候做起。要充分利用机会，深入实际锻炼自己，如社会调查、学校组织的各项实践活动；要虚心向有经验的人学习；同时，在实践中培养分析问题、解决问题的能力。通过以上三个方面实践锻炼，找到自己的不足之处，抓紧在校期间进行弥补。

◎人际交往能力

人际交往技能是社会基本技能之一，人际交往能力的培养主要是要处理好以下几个方面的问题：

(1) 虚心求教，克服嫉妒心理。

(2) 培养待人宽宏大度的品质。在人际交往中要求大同存小异，待人宽厚，能谅解他人的难处，包容他人的缺点。

(3) 增强自信心，克服“社交恐惧症”。毕业后，少不了接触各方面的人，如不能应对自如，恰当交往，将影响个人的交际关系。所以，恰如其分地与人交往，是每个学生都应努力提高和完善的一种能力。

◎生活技能

生活技能是指自理生活、独立解决生活中困难的能力。生活技能的高低直接影响一个人的成就大小，年轻的学生应该在培养生活技能的过程中显示立身、立世、立业的本领。

就业能力中还包含着很多其他方面的内容，这些都要靠长期积累才能获得。就业并不是一个即时的过程，而是一个相对漫长的过程，即使是有了一份好工作，也会涉及到能否保住这份工作、能否在此基础上过渡到更高的层面上的问题。

五、学会规划自己的职业生涯

1. 学会规划自己的职业生涯

毕业生就业，急功近利与随遇而安都是不可取的，应该有长远的职业生涯规划。任何一个具体的职业发展目标，都离不开你对个人目前技能的评估，你为达到职业目标，需拟定粗线条的技能发展计划。

不清楚自己究竟适合干什么工作，是缺乏职业规划的典型表现。职业规划是职业生涯成功的第一步。不要让你的职业任意发展，你需要清楚你想成为什么样的人，并由此进行自我激励。

首先你需要做的是分析需求，然后是自我评估，接下来是确定方向，再后是制定行动规划，最后是矫正性质的评估和反馈。

这样做的目的是认识自己、了解自己，去理解并回答自己这个问题：我在哪儿？自我评估包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情感、思维方法、道德水准以及社会中的自我等等。

你需要考虑以下几个方面的事情：工作性质、工作爱好、公众认知程度、安全性、收入、个人生活、提升机会以及职责。然后列出以上每个方面哪些会让你对职业感到满意，哪些方面是最优先考虑的，哪些对你来说不重要？哪些是你不关心的？通过这样的分析你就能找出你所感兴趣的工作。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和不利条件等等。只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。

分析需求时要求你回答一些与职业期望相关的问题：

你想要哪种类型的工作生活？

你的职业目标是什么？

你有什么样的抱负，个人或生活偏好？

在职业满意方面什么对你来说最重要？

下一步你要做的职业状态评估：

你现在的职业状况是什么？

你处于职业的哪个阶段？



你的工作或专业的当前形势怎么样？

你当前的工作符合你的理想状况吗？

如果不谈工作，你有什么背景？

你当前的工作性质、收入、成长机会、职责等符合你的期望吗？

你必须要学哪些知识，或者你有哪些实践知识？

你当前的技能和经验与你的目标相关性如何？

哪些方面需要改进？

完成一份有价值的职业自我评估的前提是要忠实。对你自己撒谎不会有任何的帮助。对你想要从事的职业，你要理解并应该感到快乐。

2. 接下来是设定职业生涯目标

你可能需要写下你的职业目标。这些职业目标要能够用语言描述，你要对这些目标不停地修改，指导你确定这些就是你想要的目标。

目标通常分为短期目标、中期目标、长期目标和人生目标。短期目标一般为一至二年，又分为日目标、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。根据你认定的需求，自己的优势、劣势、可能的机遇来勾画自己长期和短期的目标。

你下一步必须要做的是：找出你的职业差距或不足，并制定行动计划与措施，主要包括工作、训练、教育等方面的措施。

现在写下你要克服这些不足所需的行动计划。要明确，要有期限。你可能会需要掌握某些新的技能，提高某些目前的技能，或学习新的知识。

问自己这样的一些问题，有利于制定和实施行动计划：

其他人准备进入或进入你所选择领域将采取哪些共同的措施呢？

你的职业规划应该是实现最终结果所需的一系列措施的累加。实现你的目标的途径可能不止一条，但哪一条对你来说是正确的呢？

在努力实现职业目标的过程中会遇到哪些挑战和障碍？

你能聚集哪些资源来克服这些障碍呢？

你要以什么样的顺序去实施职业规划？

这里需要指出的是，证书和培训不能解决你所有的职业缺陷。只要你知道了自己的职业目标，你就会很容易的找出职业差距进而设法弥补职业差距。

你也可以跟你的老师讨论你的职业目标。访问一些网站站点和职业指

导来获取与你所选职业相关的行业介绍、当前文章和新闻。

3. 最后是评估与回馈

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。在此状况下，要使职业生涯规划行之有效，就必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。

职业规划应该是动态的而不是静态的。当你制定职业规划时，要考虑你的规划在一定程度上拥有可变量，在保持大方向的同时，你需要根据各种变化适时修正自己的规划，切不可犯“郑人买履”的教条错误。

通过职业规划了解自己，你可以根据自身的优势和不足，合理安排好就业的第一步的走法，这样的有序规划能够帮助你决定选择什么样的单位来迈出职业生涯的第一步。是选择具有挑战性，充满风险和机遇的职业，还是考虑稳定的工作，以让你在纷繁复杂的环境和条件下作决定时有所依照。

4. 制定职业生涯规划还要考虑到几个因素

时间。 即个人的年龄或生命的过程，又可细分为成长、试探、建立、维持、衰退等时间。

广度或范围。 即每个人一生所扮演的各种不同的角色。

深度。 即个人投入的程度。

每个人都有独特的生涯形态，而这种形态的不同，对人的发展影响极大。

5. 良好的职业生涯规划应具备的特性

可行性。 规划要有事实依据，并非是美好的幻想或不着边的梦想，否则将会延误生涯良机。

适时性。 规划是预测未来的行动，确定将来的目标，因此各项主要活动何时实施、何时完成，都应有时间和时序上的妥善安排，以作为检查行动的依据。

适应性。 规划未来的职业生涯目标牵涉到多种可变因素，因此规划应有弹性，以增加其适应性。

持续性。 人生每个发展阶段应能持续连贯衔接。

6. 制定职业生涯规划的原则

第二篇 求职准备

一、求职方式

1. 参加在校的招聘活动

每年春季学期都会有很多用人单位到学校开展校园招聘。一般情况下,在校园举办招聘会的用人单位会向毕业生介绍本单位基本情况、岗位职责和应聘条件、人力资源政策以及招聘程序等应聘中需要掌握的重要信息。千万不要以为这是搞“形式主义”,这是含金量很高的信息发布会。如果你没去招聘会,或去了但没认真听,那么在面试中被问及招聘会上的内容而无言以对时,对方会怀疑你是否真的对这份工作充满热情。用人单位在招聘会上发布的有关信息,不但有利于加深你对行业、单位、工作职位的了解,而且有可能在笔试、面试中派上用场。

另外,招聘会中的一些用人单位经常会派出高级管理人员出席,在现场与之进行零距离的对话将会使你受益终生。

2. 网络求职

依靠网络求职,说得更确切些是通过网络获得一次面试的机会,无疑是当今时代所特有的方式。网络信息浩如烟海,即使是十分突出的人才,也未必能够引起用人单位的充分重视。据统计,规模较大的企业一般每周要接收500份至1000份电子简历,其中的80%在管理者浏览不到30秒钟后就被删除了。要让别人在半分钟内通过一份电子邮件对你产生兴趣,其难度与跟用人单位直接见面相比要大得多。

对一个求职者来说,想在网络上求职,最重要的是要写好自己的简历和求职信。

直接投递简历

投递简历后,要想吸引用人单位的眼光,应注重在简历的内容上下功夫,尽可能展现你自己的与众不同,展示你的潜质,这是求职获得成功的关键一步。

不要向同一单位频繁发简历。网上的求职信息有效期一般是30到60天。用人单位在发布招聘后会积极准备后续工作,因此用人单位都有一定的运作周期。如果你发的简历一周没有回音的话,考虑到电子邮件收发的

..12..



清晰性原则。考虑目标、措施应该是清晰而明确的。实现目标的步骤应该是简洁有效的。

挑战性原则。目标或措施应该具有挑战性,而不是保持其原来状况而已。

变动性原则。目标或措施应该有弹性或缓冲性,应该能随着环境的变化而作调整。

一致性原则。主要目标与分目标要保持一致。目标与措施要保持一致。个人目标与组织发展目标要保持一致。

激励性原则。目标应该符合自己的性格、兴趣和特长,应该能对自己产生内在激励作用。

合作性原则。个人的目标与他人的目标最好具有合作性和协调性。

全程原则。拟定生涯规划时必须考虑到生涯发展的整个历程,作全程的考虑。

具体原则。生涯规划各阶段的路线划分与安排必须具体可行。

实际原则。实现生涯目标的途径很多,在作规划时必须考虑到自己的特质、社会环境、组织环境以及其它相关的因素,选择切实可行的途径。

可评量原则。规划的设计应有明确的时间限制或标准,以便评量、检查,使自己随时掌握执行状况,并为规划的修正提供参考依据。

职业规划早进行,宜未雨绸缪,勿临渴掘井。



..11..

安全性，可以适当重发。但是，绝对不要三天两头给同一单位频繁发送求职简历和求职信，这样无疑会引起对方的讨厌。

根据个人的专业、爱好、特长，以及你对工作职位、工作地点以及报酬多少等等预先设计标准，然后据此排列符合条件的单位，有目标地向用人单位求职。在网上到处撒简历不仅浪费时间，而且没有什么实际效果。投递求职简历时，一定要以最新发布招聘信息为主，这样把握性要大一些。

对于那些早先发布、还在有效期之内的职位需求，因为已经进行了一段时间，收到的简历肯定不会少，你投入再多的精力也不一定会有一个好的结果。也可以直接登录用人单位的网站，一般来讲，他们在自己网站上发布的用人信息也是比较可靠的。

最好不要用附件的形式发送简历。虽然以附件形式发送的简历看起来效果更好，但是由于病毒的威胁，越来越多单位的网站要求求职者不要用附件发送简历。甚至有些单位把所有带附件的邮件全部删掉，还有可能因为技术的原因，导致一些用人单位的电脑无法打开附件，而让大好的工作机会白白溜走。

发出求职资料后，要主动与用人单位联系。通过E-mail或打电话询问情况，向用人单位表示诚意，也让自己心中有数。

网上求职信

最好是为你看中的招聘企业量身定制一份简历，然后写一封言辞恳切的求职信放在你的简历前面，一起发出去。即使是在网上填写了职位申请表，也别忘了再发一封求职信。求职信、简历都应该采用文本格式，以方便人事主管阅读。在求职信中，措辞和语气要特别注意。同时，求职信要有很强的针对性，缺乏个性化、缺乏针对性是导致网络求职效果不好的一个技术问题。在求职时只准备一份求职信，相中谁就给谁投一份，根本不考虑发出的求职信是否和所应聘单位的要求相吻合，这样的做法其结果不会很理想。从用人单位的角度考虑，如果你能相对多地了解他们的单位文化、发展规划、未来前景，起码表面上说明你对用人单位做了一定程度的研究，这使你能最快地被挑选出来，赢得下一轮竞聘的机会。

发布自己的求职启事

除了将自己的求职信主动发给用人单位外，你也可以在一些就业专业



网站里张贴求职信息，或将求职信息发布在一些点击率较高网站的招聘专栏里。

一般第一天反馈的信息会较多，三天以后，你的求职启示的时效性也差不多过去了。

主动出击，直接联系

直接找那些你感兴趣的企业，亲自上门看有没有机会。或者翻看电话簿，找到那些你认为喜欢的企业，打电话去咨询他们是否在招你这样的人。这种方式很具有冒险性，适合那些喜欢挑战，心理素质比较好的同学。正所谓“无限风光在险峰”，有时候也会有意外的惊喜。

3.电话求职的注意事项

在安静的场所打电话。如果在嘈杂的大马路边或热闹场合都不适合，除了听不清楚之外，也会容易让人焦躁。

电话接通后先报上自己的姓名。电话接通后，先告知对方你从哪里得知的应聘信息，然后说出你的姓名，请他们帮忙转接相关部门。待接通人事等相关人员后，再报出姓名，对自己的情况做简单的介绍。同时要注意将询问到的各项信息记录下来，这样做对以后的应征是大有好处的，尤其是同时应征好几家单位的时候，会有很大的帮助。

要以面试的心情通话。通常，用人单位在询问后会要求求职者寄履历表，甚至在电话中进行第一关口试，决定是否进一步面谈。如果把事情想得太过轻松，一旦突然被问到应征的动机、工作经验等问题，恐怕会因为没准备而无法回答得很好。所以基本上应该准备一些应征理由和自我推

荐的说词。

应征资格并不是绝对的。在招聘广告中，一定会列出年龄限制、经验需求及需要具备的专业技术，不过这并非是绝对的限制。用人单位开列的条件不全吻合，同样有被任用的机会。

关于加班及休假，会容易让人质疑你的敬业态度，在电话中应尽量避免询问。

早上刚上班和下午准备要下班这两个时间段通常都是公司最忙碌的时候，打电话要注意避开这两个时段。通话后要先礼貌地打声招呼，表示有几个问题想要请教，询问对方现在是否方便，以免干扰对方工作，留下不佳的印象。另外，一次通话时间不能太长，因为应聘者不止你一人。

应事先认真看清楚用人单位的招聘广告。如招聘时间、地点、职位、所需资历等，不要草率行事，抱着碰运气的想法。

打电话求职一定要有礼貌、谦逊，表达要简洁清晰。

应聘者要等接电话者道过“再见”或挂断后，才再挂断电话，不要自己一讲完，就单方面挂断电话。

对自己感兴趣的公司，先以电话询问。

对那些你暂时不想去应征，但却非常有兴趣了解其概况的公司，或对那些你心存疑虑，不敢贸然前去应征的公司，你可以通过电话一探虚实，再决定要不要去应征。

4.参加人才市场招聘会

全国各大城市都有人才交流市场，人才市场经常举办各种各样的招聘会，如大型的综合招聘会、中小型的专业招聘会以及专门为毕业生服务的专场招聘会等等。

招聘会具有许多特殊的优势：招聘单位云集一地，招聘职位铺天盖地，是无需预约的面试良机。

参加招聘会注意事项：

不要把招聘会当成是免费投递简历的地方，一到招聘会现场就开始奔波于各个招聘会站台前，忙着留下一堆求职材料，然后转身就走。这种做法无异于将招聘会看作是一个帮助自己处理垃圾简历的大型废纸处理场。

应该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，实时地留下你的简历。



由于招聘会具有面试的功能，招聘单位一般都会派出具备现场面试能力、做到判断和决定资格的人员，当场表态是否推荐你进入下一轮正式面试。因此，你应该尽量博得他们的好感，这相当于一次准面试，投递简历的目的就是为了获得面试机会。

参加招聘会应该准备足够的简历等求职材料，避免尴尬。

在参加招聘会时，你要从众多的招聘单位中慎重地选择适合自己发展的去处。在没有与对方接触之前，你可以通过对其形象展示所流露的信息进行判断，从而决定取舍。像那些布展敷衍、资料乱放、翘着二郎腿，不正眼面对应聘者，或旁若无人地聊家长里短的单位，或像有些人才中介机构那样追逐强拉应聘者，很难想象这种单位能尊重你的人格和劳动。

会前要明确自身条件，对自己有个正确的定位。不要眼高手低，也不能自卑。事先打好简历，在简历中清晰表达个人情况及求职意向，并注明自己的联系方式，使用人单位能及时与你取得联系。

参会时最好不要带上证书原件，只需带上复印件，因为应聘的人非常多，用人单位没有时间当时验证，而主要是初次面试和看其简历。在招聘会中人多手杂，如果保管不当丢失证件，将造成不小的损失。

参会时要充满自信，敢于表达出自己的条件和愿望。敢于争取，不怕失败，表示你能很快地适应工作，并勤奋工作的决心。

争取良好的第一印象。由于招聘会上与每位招聘人员的谈话都相当于面试，所以无论从态度、着装还是言谈举止，都要以面试的标准来要求。着装最好是正装，更能表现出良好的专业气质。说话时不卑不亢，表现出对招聘人员的尊重。简单明了地把自身情况介绍一下并表示对工作的兴趣，非常希望能够加入。切记不要着重提到薪金。

上述的方式都可以尝试，但也要有所侧重，不要把择业求职导演成一出混乱的闹剧，让自己晕头转向地在无序的状态下乱闯，具体把哪种方式作为重点，最好结合自己的各种现实条件和状况而定。

二、简历、自荐信



1. 简历

简历是用人单位对你的第一印象，也是为你赢得面试机会的关键。所谓简历，就是你的简单履历，是用来传递个人信息的，不是你的自传或者家史，最大要求是简洁精练，淡化感情成分和主观色彩。

篇幅要简洁，原则上履历表的长度以不超过一页为佳。如果一页不足以尽述，那么至少第一页必须是简短的摘要。当然，厚厚一叠履历并不总是给人不好的印象，但其前提是你的经历必须够精彩，文笔要好，条理分明仍不可少，因此这样的作法，并不是每个人都可以尝试的。

简历上面必须有姓名、联系方式、所学专业、社会工作经历（参加社团活动、社会活动，要说明你在其中扮演的角色或成绩成果）、求职意向或应聘职位（如果为增加命中率而添两个岗位，二者之间的岗位性质不要相差太大）等几项内容，这是用人单位最关心的问题。如果有特殊爱好或特长，不妨简单交代两句。

让简历能获得青睐，条理分明、一目了然非常重要，最好是以电脑打字编排，方便阅读。

（1）简历应主要包括以下内容：

个人情况：姓名、联系方式。

应聘职位：要注意如果应聘两个职位，二者不要相差太大。比如，可以同时应聘汽车销售和售后服务。

工作经历：参加社团活动、社会活动，要说明你在其中扮演的角色或

成绩成果。

个人兴趣、爱好：一些能显示自己积极的性格特征和良好修养的爱好最好写出来。

（2）简历中的注意事项：

把名字放在整张纸最显眼的地方，并且用黑体和大字号来加强视觉冲击力。为了更加美观，还可以在字与字之间空出一格。

为了取得与名字同样醒目的效果，通常把最便于联系到你的电话号码放在这一部分的最后一行。“电话”的写法很有讲究，很多人名片中的电话经常写的不清不楚、不专业，有几点需要注意：

写手机号码或者向别人通报手机号码时，也有一定的规范，要用“四三四”的分节原则，如“1399-989-9989”。

简历的时间要倒序排列，最近、最高的学历要放在最前面。大专生描述成人本科就读时间可以写成“2014年9月-2017年9月”。

学生简历与工作简历的最大不同是：可在“教育背景”中写上所学过的与求职岗位有关的一些课程，以及成绩排名和奖学金情况。

“教育背景”对于学生简历来说是排第一位的重要信息，而对于在工作的求职者来说则是次于工作经历排在第二位的信息。有的学生认为自己的社会经验很丰富，所以就把社会经验放在教育背景之前，这样的做法很容易让招聘单位认为你是一个有工作经验的人。当你属于应届的毕业生时，不妨先提教育背景，或者忽略工作经历这一栏，有则说，没有则不说。教育背景中可以写进相关课程，但千万不要为了拼凑篇幅，把所有的课程都写上。列出一些你学习过的重要课程，尤其是与应聘职位相关的课程，更能显示出你的资历适合。

如果你具备所需应聘工作所要求的专业技能条件，但却没有相应的教育背景，最聪明的也是最简单的方法就是，只列出你曾经受到过的教育和培训的内容，以及受训后取得的成绩，而不表明你是否具备相关的学历。这样做既无不诚实之嫌，又可以避免在审查个人简历第一关便被一票否决的噩运。

可有可无的成绩不要写，不要写过分夸大的成绩。

简历中避免使用长句，没有人愿意看过于冗长的句子，而且切记用人单位只是在扫描你的简历。在书写工作内容时，最好用“点句”，避免用

大段文字。点句的长度以一行为宜，最多不要超过两行，句数以3-5句为佳，最多不超过8句。

工作经验是令招聘者相当感兴趣的一项内容，对缺少工作经验的应届毕业生来说，学生期间的兼职、实习、实践，以及所曾参加一些课外活动，如协助出版学校刊物、举办活动、展览、宣传等内容都可算是工作经验，不过表达起来要有针对性的展开。

写简历最好采用倒叙的方式，把最近的工作经验搁到最前面，而且必须遵循真实性原则。

简历中最忌讳不实的言论，过度吹嘘的内容让人觉得反感，求职材料的造假，其实是对自己的不负责任。编造的事实永远不等于事实，一旦弄巧成拙，只会害人害己。

中职毕业生在职场上的主要劣势是：初出校门缺乏工作经验、学历不够高，部分学生年龄属于未成年。面对这些不利情况，明智的做法是，优先陈述你相关或者类似的工作经验和技能，适当突出重点，合理扬弃。这样既可使你的简历更加吸引人，同时又保持了真实性。

在写简历时，要具体化、数字化、精确化，避免使用“许多”、“大量”、“一些”、“几个”这样的模糊词汇，应尽量使用具体的数字，销售额是多少等等，数字更具有说服力。如果你有相应的工作经历，不妨试着用数据或百分比指标来量化你的业绩和技能，如多少数量、多少次、占多少百分比等。你的表述越具体，用人单位就越容易判断你是否适合这份工作。

简历完成后，务必检查一下是否有排版、语法错误，甚至茶水渍迹。多找几个人来为你的简历把关也许会检查出你可能忽视的错漏。

2. 自荐信（求职信）

（1）怎样写出优秀的自荐信（求职信）

最好写给具体负责人员。求职信最好写给你做录用筛选和决定的人。这样，既能提高效率又能加大力度。因而，先行了解公司是非常重要的。

开头应能吸引读者的注意力。招聘人员可能收到成百上千封求职申请，所以求职信一开头就要引起招聘者的兴趣，而不被淘汰。

侧重你对公司的价值而不是你的需要。在你的求职信中，应阐明你的工作经验和技能会给公司带来价值。了解公司的需求，和行业、公司的发



展情况。

要求面试。在求职信结尾，要求面试机会。

表明感激之情。无论你的请求是否能够得到满意的答复，你给用人单位写信就是给对方添了麻烦，因此你应向对方表明感激之情。

（2）写自荐信（求职信）的注意事项：

自荐信（求职信）与简历既有相同的内容，也有根本的差别。相同的内容是两者都要包含你的个人基本信息，不同之处是两者的形式上不同，自荐信（求职信）是以书信格式为形式，有抬头称呼，有内容，有落款，有年月日，除此之外，自荐信（求职信）还必须包括证明用人单位聘用你的充足理由，这需要你充分掌握用人单位的基本信息，并且在分析你是怎样适合这家单位这个岗位后，能得出如被聘用对双方都有利的结论。

一般说来，自荐信（求职信）应包括个人的基本情况和用人消息的来源。个人的基本情况包括姓名、性别、年龄、政治面貌、就读学校、专业等等。为使对方增加直接印象，最好附有近期照片。

阐述你胜任某项工作的基本条件和优势。这是自荐信（求职信）的核心部分，主要是向对方说明你的知识、经验和专业技能，你与工作要求相符合的特长、性格和能力。要突出适合于所求职业的特长和个性，不落俗套，起到吸引和打动对方的目的。

介绍自己的潜能。如向对方介绍自己曾经担任过各种社会工作及取得的成绩，有发展、培养的前途。

表示面谈的愿望。信结尾要表示希望对方给予回复，并且热切希望有一个面谈的机会。这里要再度重申写自荐信（求职信）要有针对性。针对不同的用人单位、不同的用人要求，侧重阐述自己在某方面的能力和优势。企图用同一份自荐信（求职信）去打动不同的用人单位，是对自己的不负责任。

三、面试、笔试



1. 面试

(1) 面试前的备战

※ 心里备战

面试前,你不但要假想面试的场景气氛,而且要想好每一步可能发生的情景。对于自己的阅历应该烂熟于心,对于一些常规性问题早做充分准备。例如,你认为你能为公司做些什么?你为什么认为自己适合这份工作?等等。对于自己的优势更要理性分析,尤其是针对诸如“你的缺点是什么”这样反面的提问,要想方设法地用简洁而正面的语言抵消反面问题。

※ 仪表备战

在衣着上,要整洁大方、得体,能够体现学生良好的精神风貌和审美素养。参加面试时,男性求职者最好穿一套深色的、传统式样的西装。且西装应刚好合身,领口和袖口不松不紧。领带不能太花哨,不要戴领结,最好穿白衬衫,指甲要修剪,头发整齐精神,胡子刮干净,袜子应该改穿深色的。尽量少带装饰品(或戒指),皮鞋要擦得锃亮,也不要佩戴光彩夺目的皮带或扣环。女士的服装比男生的更有选择,但仍以保守为佳。女性求职者不要穿性感的衣服,应该显得庄重严肃,尽量避免穿戴太时髦衣服,不浓妆艳抹,饰物不要过大且佩戴不要过多,发型也需保守一些,不要涂指甲油,有强烈香味的香水尽量不要用。

参加面试的着装虽然要留意,但也不必在没有条件的情况下刻意为之。只要按照干净整洁、朴素大方的原则穿衣,一般都不会有错。干净利落,即使是穿得发旧的衣裳,也可以在干净整洁中宣示出你的积极与自

信,也会给用人者留下简朴、踏实、不浮华的印象。

※ 背景备战

一个对他所面试的公司熟悉的应聘者,往往较容易获得面试官的认同。反之,一个对公司做什么产品都不去了解的人是很难取得面试官的信任的。此外,还可以增加你在面谈时的自信,了解公司越多,越能把握自己,应付如流。除此之外,如果能够了解公司的氛围,对你准备适合的穿着和谈吐也是十分有用的。

(2) 面试时

★ 面试注意言行举止

面试时,应该注意坐姿,坐姿不当,也可能失去到手的机会。

在面试过程中一定要注意自己的形象,特别是姿态,可能是自己不经意的一个动作,就会让自己失去一个极好的就业机会。不妨让自己态度端正些,说话谦和、大方,对用人单位的面试人员要尊重,并且要面带笑容,精神饱满,你留下的最佳印象应该是令人愉快的。

你一走进办公室,就应直视面试人的眼睛,挺直腰板坐在椅子上。尽量与面试人保持面对面、视线相接的姿势。不要显得坐立不安,不要拉拉头发或摆动双腿,或者随意做出任何有损于形象的姿态。

★ 合理选择座位

面试既可能在专用会客室或会议室,也可能在主试人的办公室举行。在进入面试室后,遵照主试人的指示坐到相应的座位上,如果主试人不指定座位,可选择主试人对面的座位,或询问主试人后坐到适宜的位置。坐的位置既不要离主试人过远,产生距离感,也不要过近。

★ 保持学生本色

清晰简洁地介绍自我,准确地回答问题,然后,坦诚自身的缺点而不是回避。相较而言,面试官更愿意接受一个敢于正视缺点的人,而不是想尽办法伪装的人。无论是在面试还是笔试中,比较聪明的做法不是向面试人员表现独树一帜或是冷僻的观点,而是尽量挑选易于表达的,自己最熟悉最驾轻就熟的事物来阐述,这样表达起来会比较流利,清晰有条理,也是最讨巧的,当然在这个基础上,能有自己独特的见解自然是锦上添花。

★ 在语言上体现礼貌风范

多使用“您好”、“请多关照”、“谢谢”、“再见”等礼貌用语。

（3）应届生常会被问到的问题

问题一：请你自我介绍一下

这个问题其实面试官已经心里有数，只是作为开场白而已，然后面试官会对自己在阅读简历中发现的问题，在开场白的时候找机会了解。在回答这个问题的时候一定要想好细节，考官在这个时候一般都会追问几个细节，一般编造的简历和经历在这个过程中都会“穿帮”。

常规思路：介绍内容要与个人简历相一致；表述方式上尽量口语化；要切中要害，不谈无关、无用的内容；条理要清晰，层次要分明；事先最好以文字的形式写好背熟。

问题二：谈谈你的家庭情况

这个问题的背后意思是想知道你成长的环境，并借此判断你应该是什么样的人，家庭状况对于了解你的性格、观念、心态等有一定作用。

常规思路：简单罗列家庭人口；宜强调温馨和睦的家庭氛围；宜强调父母对自己教育的重视；宜强调各位家庭成员的良好状况；宜强调家庭成员对自己工作的支持；宜强调自己对家庭的责任感。

问题三：你有什么业余爱好？

业余爱好能在一定程度上反映应聘者的性格、观念、心态，这是招聘单位提问的主要原因。

常规思路：最好不要说自己没有业余爱好；不要说自己有那些庸俗的、令人感觉不好的爱好；最好不要说自己仅限于读书、听音乐、上网，否则可能令面试官怀疑应聘者性格孤僻；最好能有一些户外的业余爱好来“点缀”你的形象。

问题四：谈谈你的缺点

面试官问这个问题，是想测试一个人的成熟度、和学习改进的能力。说出自己有什么缺点，其实一点都不重要，这里重点测评的面试者是不是真正地对自己有一个正确的评价。

常规思路：不宜说自己没缺点；不宜把那些明显的优点说成缺点；不宜说出严重影响所应聘职位的缺点；不宜说出令人不放心、不舒服的缺点；可以说出一些对于说应聘职位“无关紧要”的缺点，甚至是一些表面上看似“缺点”，从工作的角度看却是优点的“缺点”。

问题五：谈一谈你的一次失败经历

考官在问这个问题的时候，他的目的仅仅是想知道你做事的手法，并不是想知道你失败的事情。考官一般在这个时候会重点了解3个方面，当时的背景和资源、应聘者处理事情的手法、应聘者当时反思的结果，通过这三点了解一个人的做事手法和学习能力。

常规思路：不宜说自己没有失败经历；不宜把那些明显成功说成失败；不宜说出严重影响所应聘职位的失败经历；宜说明失败之前自己曾信心百倍、尽心尽力；说明仅仅是由于外在客观原因导致失败；失败后自己很快振作起来，以更加饱满的热情面对以后的工作。

问题六：你为什么选择我们公司？

面试官试图从中了解你求职的动机、愿望以及对此项工作的态度。

问题七：如果我录用你，你将怎么样开展工作？

这个问题的主要目的也是了解应聘者的工作能力和计划性、条理性，而且重点想要知道细节。

常规思路：如果应聘者对于应聘职位缺乏足够的了解，最好不要直接说出自己开展工作的具体办法；可以尝试采用迂回战术来回答，如“首先听取领导的指示和要求，然后就有关情况进行了解和熟悉，接下来制定一份近期的工作计划并报领导批准，最后根据计划开展工作。”

问题八：你是应届毕业生，缺乏经验，如何能胜任这项工作？

如果应聘单位对应届毕业生的应聘者提出这个问题，说明招聘公司并不真正在乎“经验”，关键看应聘者怎么样回答。

常规思路：对这个问题的回答最好要体现出应聘者的诚恳、机智、果敢及敬业；参考答案：“作为应届毕业生，在工作经验方面的确会有所欠缺，因此在读书期间我一直利用各种机会在这个行业做兼职。我也发现，实际工作远比书本知识丰富、复杂，但是我有较强的责任心、适应能力和学习能力，而且比较勤奋。所以，在兼职中均能圆满完成各项工作，从中获取的经验也令我受益匪浅，请贵公司放心，学校所学及兼职的工作经验使我一定能胜任这个职位。”

问题九：你对我们公司有什么认识？你对我们的企业知道多少？

常规思路：多从正面进行评价，把来之前查到的该单位资料中的内容说几项，来支持你的评述。

问题十：你对加班有什么看法？

常规思想：“我觉得公司在创业时期或者业务大量堆积的时候，员工做适度的奉献是正常的，但如果长期如此，势必会影响到员工的精神状态和工作效率。”“加班是在有限的时间内扩展自己经历的机会，我对此持积极态度。”

2. 笔试

在求职与择业过程中，应聘者有时需要参加用人单位的笔试。笔试是一种常用考核办法，目的是考核应聘人员的文字能力，知识面和综合分析能力。

常见的笔试种类：

★专业能力考试

这种考试主要是检验应聘者担任某一职务时是否能达到所要求的专业知识水平和相关的实际能力。

★心理测试

心理测试是用事先编制好的标准化量表或问卷要求应聘者完成，根据完成的数量和质量来判定其心理水平或个性差异的方法。一些特殊的用人单位常常以此来测试求职者的态度、兴趣、动机、智力、个性等心理素质。

★综合能力测试

综合能力测试兼有智商测试的要求，但程度更高，比如：应试者要在规定的时间内对一组数据，一组资料进行分析，找出其合理的地方和存在的问题，并设计出解决问题的方案。这是对学生阅读理解能力，发现问题，分析和解决问题的能力知识面等素质的全方位测试。



四、面对挫折

1. 在挫折面前平复伤痕、整束盔甲

掌握几种舒缓不良情绪的方法：

在求职过程中，你如果常常出现焦虑不安、不满、自卑、自我否定等不利于求职的心理失衡状态，可以试用以下几种舒缓不良情绪的方法：

◇自我转化。有时候不良情绪是不易控制的，如果任其发展下去很有可能造成无法挽回的后果。对此，同学们可以采取迂回的办法，把自己的情感和精力转移到其它的活动中去，分散注意力。

◇自我适度宣泄。当同学们在求职中因挫折造成焦虑和紧张，导致心理负担过重而无法承受时，可以向朋友、老师倾诉，甚至可以痛哭一场，来排泄这种不良情绪，求得内心的平静。但是，这种宣泄一定要适度，不能带有破坏性。

◇自我安慰。当同学们在择业中遇到困难和挫折，自己已经尽了最大的努力仍无法改变结果时，惟一能做的就是为失败找一个自己可以接受的理由，让自己保持内心的安宁。

◇放松练习。通过练习，学会在心理上和躯体上放松，帮助人们减轻或消除各种不良的身心反应。舒缓不良情绪的方法还有很多，其实最主要的还是要树立坚定的信念，相信自己，同时要注意培养良好的品质，磨练坚强的意志，培养乐观豁达的生活态度。只有这样，你才能在毕业求职者这条坎坷路上，始终保持积极向上的精神状态和健康的心理，不至于让暂时的困难吓退了你前进的脚步。

2. 如何调整求职被拒心态

你在整个过程中都忐忑不安，期待着这份工作会属于你，然而事非所愿，你没有收到被录用的通知。其实，并不只是你一个人感到失望。你可能想不到：这个职位收到了一百多份简历，你的简历被选为十佳之一。而且你击败了95%的人，入围了五个参加面试的人选。只是另外一个人最后得到了这份工作，而你却没有。

可是，如果你了解到那个被选中的人比你多了几年的工作经验，他更适合工作的要求，会更快的熟悉工作岗位时，你又会作何感想？你要知道有时候你求职被拒不是因为不够优秀，而是因为你暂时不符合用人单位

的要求。对用人单位而言，他们找的并不是最优秀的人才，而是最适合他们的人。

求职中，如果被拒，往往会让人感觉心里像打翻了五味瓶，像旧伤复发一般。被忽视或妄自菲薄、孤立无助、蒙受羞辱，或者这些感觉的任何组合都是很典型的。你也许会感到被伤害，或气恼，为别人如何对待你而感到厌烦。一遍又一遍的面试也许使你感到精疲力竭，结果还是上了被拒的名单。不要因屡次被拒而灰心丧气，认可你的情感，但不要沉湎于其中。选择行动，而不是自哀自怜。

选择自怜，除了徒增烦恼之外，于事无补。惟一能让你摆脱困境的是选择行动，重整旗鼓，再次汇聚能量，奔向下一个目标。

有时你可以找到愿意同你谈话的人，谈谈你的面试情况以及你在哪里丢了分。采取行动会使你至少觉得你还可有一搏。有时选中的应聘者未必最终到岗，或者是个人改了主意。你永远不知道将要发生什么，你会感到只要采取积极行动，你便会更能驾驭事态。当你被邀请参加面试，要多往乐观处想。你已经被排在了他人之上。如果你得到第二轮面试，很明显你又超过了一些人。继续提高你的面试技巧，事后给你自己打分。就像你人生中许多其他事情一样，你努力越多，结果会越好。再接再厉，最终你会得到你理想的职位。

求职过程中，目标过于盲目也是失败的重要原因。当在求职路上屡战屡败时，你有必要停下脚步，坐下来好好想想自己以前找工作是否有一个明确的目标。如果有这个目标，那它是否真的适合自己，自己究竟适合干什么。

在继续求职前，你应该根据自己的性格特点和特长爱好，结合以前的经验教训为自己重新定位，矫正目标，选择一个能发挥自己特长且自己能胜任的工作。如果对自己缺乏准确的定位，认为自己什么都能干，一会儿求职市场销售、一会儿求职行政人事、一会儿求职技术服务，这样没有目标的撒大网，结果往往是少有收获。

其实，求职时每个人面临的机会是均等的，只是每个人抓住机会的能力不一样。有的人一味的只求高薪高酬，有的人则将自己的目标锁定在发达城市，大有那种“非君不嫁”的英雄气概，甚至有的人还想鱼与熊掌皆得。有这样的雄心壮志确实令人佩服，但你也不能脱离了现实，否则只能

是自食其果。当然，找工作也不能随遇而安。为此你就要掌握好这个度，给自己定一个合适的目标。

有时候，你也许会感觉职位令人眼花缭乱，好像所有的职位都适合自己。当投出去的简历如泥牛入海，你才会发现很多简历在投入邮箱的那一刻也就等于投入了垃圾箱。当根据自己的情况对自己进行重新定位后，你会发现真正适合自己的职位真的很少，目标清晰了不少，这样找工作才会游刃有余，不至于走入迷途。



第三篇 求职陷阱判断及预防



一、常见求职陷阱案例

1.只“试用”不聘用

求职者：应聘进入一家公司做项目助理，说好试用期3个月，试用期间工资2000元，表现好才能转正。试用期间工作量繁重，天天都要加班，坚持三个月后，人事经理称“人职不匹配”，让我走人……

2.“储备经理”变“保险推销员”

求职者：在网上投给某金融公司简历，应聘“储备经理”职位，没多久就接到面试电话，兴冲冲去面试两次后告知被录取了，试用期2500元，转正4500元。签订合同后，经过两周的培训，才被告知，招聘我主要是做保险业务员。如果业务做得不好是无法转正的。“储备经理”竟然成了卖保险的。

3.不交培训费，工资别想领

求职者：接到一家公司的面试通知，去了之后发现还算正规，没有向我索要任何费用，让我留下先试用一段时间，然后再考虑是否录取。我辛辛苦苦做了一个月，结果他们却说我专业知识不足必须参加公司内部培

训，培训费300元。我不愿意，对方就说，不交培训费可以走人，一个月工资也免谈。

4.工资税前税后差距大

求职者：面试一家公司，谈好“基本工资”3000元，当时以为是到手3000元，也没看合同就签字了。由于工作繁重，每天都工作10个小时，到了发工资那天，竟然发现自己仅仅拿到1000元。直接咨询人事部门，被告知“扣了税、服装费、培训费……”

5.必须上街发广告的“业务经理”

求职者：我突然收到一家房地产公司的电子邮件，通知我去面试“业务经理”，待遇非常优厚，是同类岗位市场价格的三倍。上网查了一下，发现招聘简章上学历要求中专就可以，网上还查到各种求职者的吐槽，说入职后根本不签劳动合同，“业务经理”都要上街发广告……

6.声称进名企，骗取中介费

求职者：因为求职心切，在网上偶然看到一家职介机构可推荐求职者进入500强企业就心动了。咨询下来对方要求我先交1500元的费用，才能安排推荐。为了能进500强，我就网上付款了。谁知道付款后，长达一个多月，对方迟迟不推荐工作。多次催促后被告知：等联系好了会通知你……

7.参加“培训”承担高额贷款

求职者：小君在一场大型招聘会上看到郑州用友企业宣传页上承诺的年薪十分诱人，便投了简历，并通过了该公司的层层面试。不过用友公司并没有马上跟小君签订劳动合同，而是要求小君缴纳12765元的“培训费”。随后一个连着一个圈套，小君贷款一万多元交了培训费后，并没有得到许诺的工作，却走上了还贷的日子。

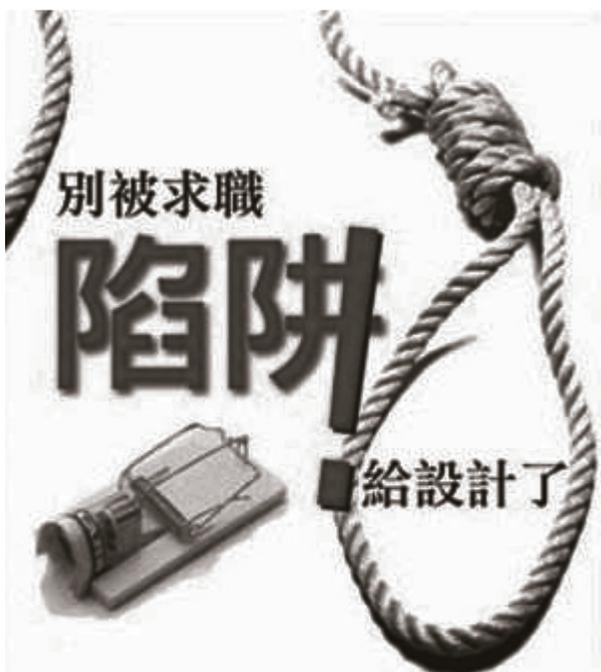
8.“就业协议书”不能代替劳动合同

求职者：毕业一个月前，我与一家私企签订了“毕业生就业协议”。毕业后，那家单位一直没有和我签劳动合同。因为对签订劳动合同的重要性不了解，就没当回事。在辛苦工作了4个月后，公司突然把我裁员了，最后我什么赔偿都没得到。

9.忽略合同条款，“被交”违约金

求职者：我与一家公司签合同时尚未毕业，但公司要求我先进入实习期。在2个月的实习期中，我拿到1000元“实习工资”。实习结束后，我以

为工作已经敲定就打算回学校修完剩下的课程，9月再回到公司正式上班。但我向公司请假时，公司却以合同中“工作前两年不得连续请假一周以上”的条款为由，认定我违约，最后我不得不交了高达2000元的违约金。



二、防骗技巧



1. 正确选择求职渠道

一定要多利用学校、人才交流中心等提供的招聘平台和信息，对于网络招聘或其他非正式渠道获得的就业信息，应该注意调查其真实性。

2. 慎重对待外出面试

要对应聘单位作详细了解，如单位业务范围、规模、地址、各种联系方式(尤其是固定电话)、官方的网站，以及招聘条件、招聘流程、报到程序等情况，必要时可向单位所在地的工商部门求证其合法性。在外出参加单位面试时，应将面试地点及时间、对方及自己的联系方式、行程安排等信息告知家长和学校(尤其是班主任)，并保持联系。应选择在应聘单位办公地方和正常上班时接受面试，并通过对方的办公电话进行核实。

3. 保护好个人隐私

个别不法单位通过虚假招聘获取毕业生个人信息，并蓄意诈骗，毕业生应保护好个人信息，尤其是家庭电话、家庭详细情况等。

4. 不要轻信所谓的电话面试

如条件允许，毕业生可进行实地考察，或委托在当地的亲戚朋友、同学进行实地考察，面试时最好结伴前往。对于公司给出的联系方式是手机号的单位信息要格外加以注意。

5.警惕收费陷阱

正规企业招聘，基本不会收取毕业生的费用(报名费、培训费、体检费、服装费等)，不会扣押毕业生身份证、学生证等证件。毕业生要谨慎分辨，如发现疑点，毕业生应果断拒绝。

6.警惕高薪陷阱

如招聘单位承诺的报酬非常优厚，职位级别较高的，毕业生要提防其经营活动的合法性。一旦发现招聘单位有欺诈等违法行为，毕业生应马上向当地劳动保障监察部门或公安部门报警，寻求法律保护。

7.警惕校园贷陷阱

如有企业或培训机构假借承诺或推荐高薪岗位之名，要求学生接受“职业培训”，而“培训费”通过信贷公司借款，遇到这种情况，毕业生应高度警惕，谨防上当。

8.警惕传销等非法组织

要特别加强对传销组织的警惕，如遇到某个单位(甚至是某位很好的朋友、同学、亲人)对你非常主动，把加盟后的前景说得异常振奋人心，并要求介绍朋友或同学一同加入时，则要注意被骗而涉足传销。

