

信息学院



信息学院学生工作办公室编制

2020年8月

前 言

信息学院的毕业生们，即将毕业，你们是否已经做好就业的准备？让我们来一起再次认真的梳理下我们要做的工作。

- 1、 调整心态，以积极阳光的心情迎接就业和应聘。
- 2、 再次审视自己，我毕业后想要做什么，做好就业选择。
- 3、 我的求职技巧掌握了吗，我是否做了充分的应聘准备。
- 4、 敞开心扉，与老师和亲戚朋友谈下自己的人生规划。
- 5、 多参与社交活动，就业机会就隐藏在某次不经意的社会交往中，希望在拐角！
- 6、 你的学业成绩都达到要求了吗？没有的话要抓紧了哦，马上毕业了……
- 7、 社会很复杂，你做好相应的防范了吗？

信息学院全体教师衷心的希望你能找到一份满意的工作，在职场上实现自己的人生价值，为社会做出自己的贡献，祝愿同学们展翅高飞，前程似锦！

信息学院学生工作办公室

电话:0817-2641231

地址: 学院办公楼 304 室

目 录

一、毕业生就业流程.....	4
二、毕业生就业问题解析.....	4
1、关于就业协议书.....	4
2、关于报到证.....	5
3、关于劳动合同.....	6
三、求职技巧.....	7
1、简历制作技巧.....	7
2、笔试.....	9
3、面试.....	10
4、面试后的工作.....	15
四、国家和学校相关政策.....	16
1、《就业服务与就业管理规定（2015 年修正本）》.....	16
2、《中华人民共和国合同法》.....	16
3、《实施中华人民共和国社会保险法》若干规定》.....	16
4、《四川省大学生就业创业扶持政策清单（2017 年版）》.....	16
5、高校毕业生到基层就业项目.....	16
6、高校毕业生自主创业.....	17
五、必备的求职网络资源.....	18
1、西南石油大学就业指导中心：.....	18
2、西南石油大学南充校区就业信息.....	18
3、信息学院微信公众号.....	18
4、各专业班级 QQ 群.....	18
5、各种招聘信息发布网站（部分）.....	18
六、大学生求职安全和权益保护.....	18
1、如何防范传销.....	18
2、遭遇伤害敢于维权.....	19

一、毕业生就业流程

1、学校将毕业生生源资料审核、上报完成后，进入毕业程序，毕业生开始制作推荐表及个人推荐材料和简历，一般在每年的9月份前完成准备。

2、学校发放《毕业生就业协议书》，毕业生每人一套，一式四份。一定要妥善保管，遗失后是需要按照流程公式补办的。

3、毕业生参与就业指导活动，提高求职技巧。

虽然经过大学的学习，个人的基本素质，性格特征已经确定，但是掌握求职技巧是可以更好地帮助你在HR面前表现出自己的实力，不至于因为简历，现场表达等的不足而错失机会。

4、毕业生收集就业信息，参与各类招聘会，包括以下途径。

(1) 学校及校区就业指导中心、老师等发布的信息。

(2) 学校邀请各类企业进校开展的招聘会。

(3) 成都市、南充市等各类人才交流市场开展的招聘会。

(4) 网络上发布的招聘信息，需要个人核实。

(5) 亲戚朋友的推荐。

5、毕业前尽早与用人单位签订《就业协议书》。

6、根据学校工作日程安排，学院审核就业方案，学校打印毕业生报到证并发给学生。

毕业生后续的毕业生鉴定及派遣工作也非常重要，但往往被同学忽视。

7、参加学校毕业典礼，办理离校手续，领取《报到证》。

二、毕业生就业问题解析

1、关于就业协议书

1.1 什么是《就业协议书》？

《普通高等学校毕业生就业协议书》（简称就业协议书）是毕业生与用人单位在毕业生就业工作中，为了确定录用或就业关系，依法协商达成的明确双方权利义务的书面协议，有一定的法律效力。就业协议书由省高校毕业生就业指导中心统一制定，是进行毕业生派遣的根据，是确认就业意向和劳动需求的凭证，毕业生与用人单位不得随意更改，在毕业生到单位报到后即失去效力。毕业生落实就业单位后，与单位签订一式四份《就业协议书》，毕业离校前落实单位的由学校审核协议后，上报省高校毕业生就业指导中心，由其签发《就业报到证》，去

单位报到。毕业后，毕业生应与用人单位签订劳动合同。

1.2 就业协议书如何生效？

就业协议书（一式四份）系毕业生个人持有，当毕业生将就业协议书给用人单位，包括以下两种情形，即视为毕业生有意向到用人单位就业。

*用人单位在就业协议书上盖章。

毕业生将个人空白就业协议书交给用人单位，用人单位签章表示愿意录用，双方即达成就业意向。

*用人单位出具接收函，学校在就业协议书上盖章。

单位出具录用毕业生的接收函，学校根据毕业生要求在就业协议书上盖章，此行为表示在第三方鉴证下，毕业生有意愿到该单位就业，双方即达成就业意向。

*如果没有就业意愿，毕业生不要随意将空白的就业协议书交给用人单位。

1.3 毕业生签订《就业协议书》时应注意哪些问题？

要认真了解和掌握国家，省，市的就业政策和学校的就业规定。列如北京，上海，广东省等地规定，上述地区的用人单位必须有当地就业主管部门的审批涵，方能为毕业生办理户口和人事档案保管手续，报到证才能开具到用人单位。具体规定可通过当地政府或人事部门网站查询，也可关注学校学生就业指导中心网站的政策法规版块。

慎重签订就业协议书。毕业生在与用人单位签订就业协议书前，要与用人单位沟通各项细节，认真阅读协议书中的全部内容。如用人单位有附加条款，一定要弄清楚用人单位的条款内容和含义：条件是否合理约定的条款毕业生本人是否能承受。

协议书里“毕业生情况及意见栏（甲方）”中培养方式，生源地等项可参照推荐表中的内容填写。

协议书签订后由毕业生，用人单位各留一份，学校留两份（其中一份交毕业生就业主管部门）

2、关于报到证

2.1 毕业生报到证有什么用？

“全国普通高等学校本专科毕业生就业报到证”是应届普通高等学校、应届普通中等专业学校（普通全日制，也就是统招生）毕业生到就业单位报到的凭证，也是毕业生参加工作时间的初始记载和凭证。毕业生到就业单位报到时，须持“报

到证”。

注意：（1）学校相关部门依据“就业报到证”为毕业生办理档案投递、组织关系转移和户籍迁移等手续。

（2）“报到证”中的姓名须与毕业生身份证中的姓名一致，单位的名称也必须准确，“报到证”的有效期一般为毕业后两年时间内。

（3）“报到证”可以改派，改派手续咨询学校就业指导中心。

报到证只能一人一份。毕业生对报到证要妥善保管，不论什么原因，凡自行涂改，撕毁的报到证一律作废。

2.2 报到证开具流程

于每年5月到6月：（1）学院准备审核材料；（2）学校审核就业方案；（3）打印报到证；（4）学生领取报到证。

由其他部门印制或签发的报到证无效。

3、关于劳动合同

3.1 什么是劳动合同？

劳动合同是指劳动者与用人单位之间确立劳动关系，明确双方权利和义务的协议。订立和变更劳动合同，应当遵循平等自愿、协商一致的原则，不得违反法律、行政法规的规定。劳动合同依法订立即具有法律约束力，当事人必须履行劳动合同规定的义务。

3.2 与用人单位签订了就业协议书，毕业后还需要签订劳动合同么？就业协议书与劳动合同是什么关系？

就业协议仅仅是确立了毕业生和用人单位之间劳动关系，劳动合同更进一步确立了双方的权利与义务。因此，毕业生千万不要认为和用人单位签订就业协议就万事大吉，应注意报到后及时和用人单位签订劳动合同。毕业生可在签订就业协议时了解劳动合同内容，尤其是工作年限和待遇等条款，毕业生也可向招聘人员索要样本或复印件。

与用人单位签订劳动合同前，也不可忽略就业协议书的签订。

毕业前，就业协议书是保障毕业生各项权利的依据，一旦发生劳动纠纷，将按就业协议书进行处理。学校凭就业协议书为毕业生开具报到证。

4、关于户口、档案

4.1 毕业生的档案和户口按报到证上的迁移方案，档案通过机要邮寄，户口

随同迁移，如户口未迁移到学校，则户口不迁移。

4.2 未就业毕业生的档案会转回生源地所在地的市（县）人事局或当地就业主管部门等。

领到户口迁移证后，毕业生应仔细核对并妥善保管，不要折皱污损，更不能丢失，有错漏不能自行涂改，否则作废。毕业生应在规定的时间及时办理落户手续。

4.3 毕业生档案何时寄出？

分三次统一邮寄毕业生档案，分别为：

*7 月上旬---对象为 6 月底毕业的学生

*10 月上旬---对象为延期至 9 月底毕业的学生

*1 月上旬---对象为延期至 12 月底毕业的学生

三、求职技巧

1、简历制作技巧

一份得体的简历可以大大增加你面试的机会。即使你没有太多的工作经历，也不要草草地写你的简历。预备一份能推荐自己的简历，有很多地方需要留意，以下是一些重点给你作参考：

1.1 简历要素

求职意向，个人基本信息，教育背景，专业技能，工作经历，获奖情况，兴趣特长，自我评价。

1.2 注意原则：

*内容必须真实

IBM 中国区人力资源总监白文杰强调，不管是你的知识水平、业务能力；还是你的工作经历，不管是简历的哪个环节，哪怕是一个细小的部分，在书写这些东西时，都要遵循真实的原则，并要执行好“真实”这个原则。在招聘过程中，如果一旦被用人单位发现你的简历有造假的现象，应聘者的人品道德也就会完全丧失，这也注定这个应聘者无法找到优秀的雇主。

*目标一定明确

IBM 负责校园招聘的苏毅表示，尤其是在申请大公司的职位时，一定要在简历最醒目处，明确表述清楚自己希望工作的“目标城市”、“目标部门”以及

“目标岗位”。特别是要重视自己理想的职位是什么，然后从专业、技能、经验、兴趣等方面简单分析你的目标职位的由来。绝对忌讳那些眉毛胡子一把抓的申请者，而这种对自己职位没有明确目标的申请者，也是最容易被淘汰的对象。

*简单但要厚实

简单的意思是，千万不要把简历写上五六页，一般人力资源部门负责第一轮简历筛选的人，根本没有那么多的精力看。据西门子公司负责校园招聘的孙小红介绍，一般在第一轮筛选简历时，平均来讲，看一份简历最多只有 30—40 秒的时间，所以张数太多的简历很容易招人烦。建议简历张数最好控制在一张内，最多不要超过 3 张。

一份“一目了然”的简历，一定是把应聘者的最大特点放在简历最突出的位置，千万不能让筛选简历的人，从简历中总结、提炼你的特点。厚实是指简历内容要丰富，传递的信息量必须大。要把自己的教育背景、工作经验、能力优势都一一表达清楚。

*采用倒叙方法

很多人在写简历时，喜欢从过去讲到现在。建议最好采用倒叙方式来写，直接从最接近的时间入手，让简历筛选者更容易获得重要的信息。必要时，一些重要信息可以重点处理，但千万不要处理得太花哨，便于阅读是最主要的原则。

*莫写所有经验

你所参加的实践、项目以及自己写的论文等最好不要全部写出来，只需要描述与自己现在应聘职位要求所相关的经验、经历就可以了。用这些经验证明你有能力做好自己的目标工作，能胜任自己的目标岗位。

*不同公司简历不同

公司不相同，文化自然有差异。应聘者千万要记住：应聘不同的企业，一定要用不同的简历。这并不是主张应聘者简单地变更一下原来的简历就可以，而是建议应聘者必须结合要应聘的企业，重新写自己的简历。

1.3 制作步骤：

自我分析->选择目标企业->了解目标企业及岗位需求->针对该岗位撰写简历。

1.4 基本技巧

(1) 擅用关键词

***数字说话**。如：协助会计主管核查，核对 200 份对公客户开户信息，及相关文档处理。

***动词说话**，使用积极的行为动词，如完成，推动，改进，扩大。

如：开始并完成了新顾客的所有服务，同时处理了所有的宣传问题和服务转变规则。

***结果说话**，以往的业绩是个人能力的说明，不要使用空洞的描述。如：组织策划专场招聘会，45 家企业进行校园招聘，2000 多名学生参加招聘会，多家媒体报道。

(2) 注意文本编排

突出要点，关键词可以使用加粗，不同字体，字号显示。不要采用太大的字号，**绝对不要有错别字！**

(3) 编排事件的方式

通常按照时间的**倒序**编排，即最近发生的事件写在最前面。

(4) 如果简历太长怎么办？

留住对岗位有用的，删掉作用小的。

(5) 没有工作/实习经历怎么办？

企业关注的是你的能力，即通过实践经历，你获得了什么，所以即使是很小的实践也不要放过，可以用学院统一组织的生产实习或社会调查&从事的学生会工作替代。

(6) 可以视情况使用数字或百分比描述，无法使用数字计量的成绩也可以利用带来的变化说明。

(7) 简历中体现的内容需要你提前做好规划并采取行动。

不是你想说的，要说企业需要的了解的。企业是选择“最合适”的，而不是“最优秀”的。——某 HR

2、笔试

多数招聘单位在简历筛选之后，会采用鄙视作为面试之前的筛选方式，主要目的是为了选出那些符合企业文化，具有单位所希望的思维方式和个性特征的人。特别是对于一些技术性强的职位，笔试是重要的甄选方式。笔试类型主要包括技术型笔试和非技术性笔试。

2.1 技术型笔试

这类笔试主要针对研发型格和技术类职位的应聘，对本科生而言，专业笔试主要考察专业基础知识、基本技能，而不是很高深的学问。

2.2 非技术型笔试

这类笔试一般来说更常见，对于应试者专业背景的要求也会相对宽松。非技

术性笔试的考察内容相当广泛，主要包括以下几种形式：

(1) Verbal 英语阅读、Numerical、图表数学题、Essay 英语写作等。

(2) 行政能力测试

图形推理题、数学推理题、解难推理题、智力推理题、计算、图表分析、程序推理题、语言理解和表达能力等。

Tips: 笔试题目多数是由各单位或通过管理咨询机构设计和开发的，但基本题目如行政能力测试方面额的题目多数按照公务员辅导教材《行政能力测试》设计。

(3) 案例分析及写作（俗称作文题）

考察对时事及社会常识性问题的了解，例：次贷危机下如何打造有核心竞争力的银行；根据你最近读的一本书谈谈心得体会；以“最好的自己”为题，写一篇文章。

*文章要有引言、正文和总结。

*写辩论文章，要有立场，并以理论支撑你的论点。

*不要太长或太短。若非于该行业有关，尽量不要用艰涩、很难明白的术语。

2.3 笔试时的注意事项

注意时间管理：先做擅长的，保证答题和正确率。

良好的考试环境：如果在网上考，要营造一个安静不被打扰的环境，手机精英，电话拔线，调节舒服的光线来答题。

注意考试纪律：笔试不仅仅是一场考试，也是求职过程中的一个环节，考场上的表现很可能会影响到之后的面试。

注意心理调节：不要紧张、慌张，要有自信，保持镇定。

3、面试

不同的行业、机构、职位以及工作性质，对求职者会有不同的要求，针对不同的需要，雇主会采用各种面试形式，测试求职者的能力。

3.1 面试的主要形式

(1) 电话面试

为节省时间与成本，单位有时会首先通过电话交流进行初筛。

(2) 结构化面试

按照系统、结构化设计的面试内容、题目、评分标准等进行面试的方法。又称标准化面试。

(3) 个人面试

大多数的面试都是一个考官考核一个求职者，不过也有单位安排多个部门的管理者，同时考核一个求职者。这样可以全面地考察应聘者，可以测试应聘者的抗压能力以及是否有能力和技巧去面对不同工作范畴的人。

要跟所有考官眼神接触，尤其是正在发问的那位考官。

若一位考官的问题跟另一位考官所问一样，仍要再作答一次（通常不会）切勿紧张，当回答问题时，你会发现所有考官都会望着你，不要感到尴尬而低下头。

(4) 无领导小组面试

多个面试者临时组成小组，根据给定的题目进行讨论的一种集体式的面试方法。着重考察各个面试者的人际交流技巧、领导才能以及在充满压力的环境中解决问题的能力。

*小组面试的主要类型

【案例分析性】以小组为单位讨论世纪的商业问题、社会问题。案例分析可以很好地测试应聘者的分析能力、推理能力、自信力、沟通能力以及对商业知识、社会常识的了解等素质。

【问题解决型】以小组为单位共同解决一个模拟的难题，这类问题需要小组成员之间密切配合。

【技能考察型】通常是在小组成员共同参与下考察你的演讲能力，分析能力和逻辑推理能力。这类小组面试可能会要求应聘者特定的情景剧，也可能会要求应聘者在有限的时间就某个陌生的主题准备短时间的演讲和辩论。

*小组讨论过程中的角色分工

领导者：思路引领，团队协调等。

时间控制者：时间划分、管理时间、推进讨论、协助领导者等。

建议者：熟悉某个知识领域、有灵感、提出自己的建议和见解。记录员：记录所有成员的观点和发言，并整理给总结发言的成员。

总结者：将小组讨论结果向面试官陈述，或者代表小组做方案展示等。

*如何在小组讨论过程中选取自己的角色方向

权衡自己及小组其他成员的能力、性格和专业。

小组的每个成员都有自己的性格、其能力、专业素质、背景经历等也不相同。如果你最初想要做领导者，但如果小组中有其他成员的能力更强，那你可以选择其他辅助角色。

*根据自己在日常生活、工作生活当中的习惯及表现来合理选择

如果你属于逻辑思维比较强，更善于做推理演算的纸面工作，但却不善于语

言表达的话，那么你就不要做总结者的角色，可以做其他辅助的角色。如果你善于思路引导、善于活跃讨论气氛、对大局观的把握，那么你可以考虑做领导者或者时间控制者等等。

一定要根据自己的实际情况来综合选择角色！

***小组讨论中的基本礼仪及原则**

在小组讨论发言时，要面向小组成员，而不要看着面试官说话；讨论是在小组成员之间进行的，小组中的成员才是讨论过程中最重要的人。

尊重小组其他成员，友善待人，不恶语相向。

注意多用建议性批评，不要用批评性建议。

不能将小组讨论弄成一言堂。

不可滔滔不绝，垄断发言；不能长期沉默，处处被动；每次发言都必须有条理、有根据。所有的讨论都要基于事实与材料，不能做自己的假设。

3.2 面试原则

面试开始时先和考官打招呼握手。

保持微笑，说话的速度要适中。

回答问题时要跟对方保持眼神接触。

如果对考官的问题没有听清楚或不熟悉，应坦白告诉对方。

当完成考试，离开时，要感谢考官。

面试时必须关掉手机或设成震动。

不要只答是或否而不加解释。

不要有太多的手势，切勿假装或夸大你的能力。

不要向考官提私人问题。

3.3 面试技巧

序号	常见问题	问题分析、建议
1	请你自我介绍一下你自己？	<p>一般人回答这个问题过于平常，只说姓名、年龄、爱好、工作经验，这些在简历上都有。其实，企业最希望知道的是求职者能否胜任工作，包括：最强的技能、最深入研究的知识领域、个性中最积极的部分、做过的最成功的事，主要的成就等，这些都可以和学习无关，也可以和学习有关，但要突出积极的个性和做事的能力，说得合情合理企业才会相信。</p> <p>企业很重视一个人的礼貌，求职者要尊重考官，在回答每个问题之后都说一句“谢谢”，企业喜欢有礼貌的求职者。</p>

2	你觉得你个性上最大的优点是什么？	沉着冷静、条理清楚、立场坚定、顽强向上、乐于助人和关心他人、适应能力和幽默感、乐观和友爱。我在*****经过一到两年的培训及项目实战，加上实习工作，使我适合这份工作。
3	说说你最大的缺点？	<p>这个问题企业问的概率很大，通常不希望听到直接回答的缺点是什么等，如果求职者说自己小心眼、爱忌妒人、非常懒、脾气大、工作效率低，企业肯定不会录用你。绝对不要自作聪明地回答“我最大的缺点是过于追求完美”，有的人以为这样回答会显得自己比较出色，但事实上，他已经岌岌可危了。</p> <p>企业喜欢求职者从自己的优点说起，中间加一些小缺点，最后再把问题转回到优点上，突出优点的部分，企业喜欢聪明的求职者。</p>
4	你对加班的看法？	<p>实际上好多公司问这个问题，并不证明一定要加班，只是想测试你是否愿意为公司奉献。</p> <p>如果是工作需要我会义不容辞加班，我现在单身，没有任何家庭负担，可以全身心的投入工作。但同时，我也会提高工作效率，减少不必要加班。</p>
5	你对薪资的要求？	<p>如果你对薪酬的要求太低，那显然贬低自己的能力；如果你对薪酬的要求太高，那又会显得你分量过重，公司受用不起。一些雇主通常都事先对求职的职位定下开支预算，因而他们第一次提出的价钱往往是他们所能给予的最高价钱，他们问你只不过想证实一下这笔钱是否足以引起你对该工作的兴趣。</p> <p>样本一：我对工资没有硬性要求，我相信贵公司在处理我的问题上会友善合理。我注重的是找对工作机会，所以只要条件公平，我则不会计较太多。</p> <p>样本二：我受过系统的软件编程的训练，不需要进行大量的培训，而且我本人也对编程特别感兴趣。因此，我希望公司能根据我的情况和市场标准的水平，给我合理的薪水。</p> <p>样本三：如果你必须自己说出具体数目，请不要说一个宽泛的范围，那样你将只能得到最低限度的数字。最好给出一个具体的数字，这样表明你已经对当今的人才市场作了调查，知道像自己这样学历的雇员有什么样的价值。</p>
6	在五年的时间内，你的职业规划？	<p>这是每一个应聘者都不希望被问到的问题，但是几乎每个人都会被问到，比较多的答案是“管理者”。但是近几年来，许多公司都已经建立了专门的技术途径。这些工作地位往往被称作“顾问”、“参议技师”或“高级软件工程师”等等。当然，说出其他一些你感兴趣的职位也是可以的，比如产品销售部经理，生产部经理等一些与你的专业有相关背景的工作。要知道，考官总是喜欢有进取心的应聘者，此时如果说“不知道”，或许就会使你丧失一个好机会。最普通的回答应该是“我准备在技术领域有所作为”或“我希望能按照公司的管理思路发展”。</p>

7	你朋友对你的评价?	<p>想从侧面了解一下你的性格及与人相处的问题。</p> <p>样本一：我的朋友都说我是一个可以信赖的人。因为，我一旦答应别人的事情，就一定会做到。如果我做不到，我就不会轻易许诺。</p> <p>样本二：我觉的我是一个比较随和的人，与不同的人都可以友好相处。在我与人相处时，我总是能站在别人的角度考虑问题。</p>
8	你还有什么问题要问吗?	<p>这个其实是最后的综合考察。</p> <p>企业不喜欢说“没问题”的人，因为其很注重员工的个性和创新能力。如果有人这样问：贵公司对新入公司的员工有没有什么培训项目，我可以参加吗？或者说贵公司的晋升机制是什么样的？企业将很欢迎，因为体现出你对学习的热情和对公司的忠诚度以及你的上进心。</p> <ul style="list-style-type: none"> *注意面试官的身份，不同的身份对应提不同的问题。 *“察言观色”，注意面试官的个人状态。 *注意提的问题不能让面试官下不了台或者尴尬。 *除非面试官主动提起，否则不要轻易向面试官提起工资、待遇、福利、加班、出差的等敏感话题。
9	如果通过这次面试我们单位录用了你，但工作一段时间却发现你不适合这个职位，你怎么办?	<p>如果你确实热爱这个职业，那你就不断学习，虚心向领导和同事学习业务知识和处事经验，了解这个职业的精神内涵和职业要求，力争减少差距。</p> <p>你觉得这个职业可有可无，那还是趁早换个职业，去发现适合你的，你热爱的职业，那样你的发展前途也会大点，对单位和个人都有好处。</p>
10	在完成某项工作时，你认为领导要求的方式不是最好的，自己还有更好的方法，你应该怎么做?	<p>原则上我会尊重和服从领导的工作安排，同时私底下找机会以请教的口吻，婉转地表达自己的想法，看看领导是否能改变想法。</p> <p>如果领导没有采纳我的建议，我也同样会按领导的要求认真地去完成这项工作。</p> <p>还有一种情况，假如领导要求的方式违背原则，我会坚决提出反对意见，如领导仍固执己见，我会毫不犹豫地再向上级领导反映</p>
11	你为什么想来本公司工作?	<p>这是常见的问题，面试官主要有两个意图：一是考察你的语言表达能力。二是在你说话过程中，抽时间看下你的简历。</p> <p>简历里最好每段内容都要有亮点，而不是平铺直叙。</p> <p>过程中与面试官互动，而不是自说自话。内容与所申请的职位有关系，而不是流水账。</p>
12	你还应聘了其他公司了吗？如果其他公司也给了你 offer,你会怎么选呢?	<p>首先，对于应届生来说，“海投”公司属于正常现象，回答只应聘了这家公司滨海不能证明你的忠心，相反会让面试官觉得你在撒谎，实际上诚实地回答还应聘了其他公司并不会让面试官不舒服。其次，如何在应聘的公司之间做出取舍，是这个问题的核心关键。</p> <p>最好给出选择当前面试公司比较恰当的理由，可以从自身的职业兴趣，对公司企业文化、产品、品牌认识等方面阐述。围绕这家企业的优势及对这家企业的认识来回答。</p>
13	为什么想应聘这个职位?	<p>通过这个问题，面试官是想考查应聘者是否对于职位的工作内容、工作性质有所了解，是不是盲目地投简历。</p>

14	你是应届生，缺乏经验，如何能生人这份工作？	<p>作为应届生，面试官在问你这个问题的时候，实际并不在乎你是否真的有经验。因为既然让你来参加面试，就已经表明不是以工作经验来衡量应聘者是否胜任这个职位，因为应届生没有工作经验是正常的。</p> <p>面试官希望从你的答案中听到你对这个职位的理解，以及入职后迫切希望快速适应工作内容、提高工作效率的决心和方法。所以，最好能结合对职位的理解，以往的其他类似的经验来回答这个问题。</p>
15	你觉得你适合这个岗位么？	我们要从应聘岗位的特性来着手，根据胜任职位所需要的品质列举自己的实例，用过去的事实说话，面试官才能信服。
16	你有什么兴趣爱好？	<p>面试官问这个问题的目的时即可以制造轻松的谈话氛围，也可以通过你的回答判断你的个性是否有与工作相关的素质。</p> <p>这里不比为了讨好面试官去编造一些从未接触过的活动，但是如果只是简单地回答“我喜欢网球、足球、篮球”又显得过于单薄，不妨再介绍一些自己在这些兴趣爱好中的趣事、感受和体会。</p>

4、面试后的工作

4.1. 写封感谢信

- *开头的一两句话让面试官回忆起你是谁，回忆面试场景，或发表面试感想。
- *弥补自己的缺点，再次强调自己的优点。
- *表达加入团队的渴望，和对面试官的真挚祝福

4.2 礼貌的查询结果

在面试一周后，或者面试官许诺的时间到来还未得到通知，建议打电话，发邮箱或写信询问结果。

4.3 面试失败莫气馁，调整心态平常对待，做好经验总结

回忆面试流程及自己的表现，从中总结经验

5、心理调试

不少人在面试前准备充足，却因临场紧张而影响面试表现。面试前的准备固然重要，但要战胜紧张情绪，也要有充足的思想准备，并注意一下细节。

- *平常心面对
- *反复练习
- *深呼吸减轻焦虑

*说话速度要适中

*注意眼神交流

四、国家和学校相关政策

1、《就业服务与就业管理规定（2015 年修正本）》

http://jyzx.swpu.edu.cn/Web/Home/Detail?Jczu6GgfgG_89Hq1KjK1Hi0L3h1dj0o9qSvY3VPL9E4=.shtml

2、《中华人民共和国劳动合同法》

http://jyzx.swpu.edu.cn/Web/Home/Detail?Jczu6GgfgG_89Hq1KjK1HkqgBfoqI5Vn5FGKlfhTPi4=.shtml

3、《实施中华人民共和国社会保险法》若干规定》

http://jyzx.swpu.edu.cn/Web/Home/Detail?Jczu6GgfgG_89Hq1KjK1HmAjFexhnrn77TdnHGa01YY=.shtml

4、《四川省大学生就业创业扶持政策清单（2017 年版）》

http://jyzx.swpu.edu.cn/Web/Home/Detail?Jczu6GgfgG_89Hq1KjK1HuY9BZ_k6geXRbHafX25ZEK=.shtml

5、高校毕业生到基层就业项目

*选调生

选调生，是各省党委组织部门有计划地从高等院校选调品学兼优的应届大学本科及其以上毕业生到基层工作，作为党政领导干部后备人选和县级以上党政机关高素质的工作人员人选进行重点培养的群体的简称。

*大学生村官

大学生村官工作是十七大以来党中央做出的一项重大战略决策，主要目的是培养一大批社会主义新农村建设骨干人才、党政干部队伍后备人才、各行各业优秀人才，江苏同时设立了 985 村官计划。2014 年 5 月 30 日，中央组织部召开全国大学生村官工作座谈会，进一步明确了大学生村官工作的定位。

大学生村官工作是国家开展的选派项目。大学生村官岗位性质为“村级组织特设岗位”，系非公务员身份，其工作、生活补助和享受保障待遇应缴纳的相关费用由中央和地方财政共同承担。大学生村官的工作管理及考核比照公务员有关规定进行，由县(市、区)党委组织部牵头负责、乡镇党委直接管理、村党组织协

助实施；人事档案由县（市、区）党委组织部管理或县（市、区）人力资源和社会保障部门所属人才服务机构免费代理，党团关系转至所在村。

*大学生志愿服务西部计划

大学生志愿服务西部计划，是团中央、教育部根据国务院常务会议、《国务院办公厅关于做好 2003 年普通高等学校毕业生就业工作通知》和 2003 年全国高校毕业生就业工作电视电话会议精神的要求而实施的，财政部、人社部给予相关政策、资金支持。该项计划从 2003 年开始实施，按照公开招募、自愿报名、组织选拔、集中派遣的方式，每年招募一定数量的普通高等学校应届毕业生或在职研究生，到西部基层开展为期 1-3 年的教育、卫生、农技、扶贫等志愿服务。

*“三支一扶”（支教、支医、支农、扶贫）计划

三支一扶”，是指大学生在毕业后到农村基层从事支农、支教、支医和扶贫工作。计划的政策依据是国家人事部 2006 年颁布的第 16 号文件《关于组织开展高校毕业生到农村基层从事支教、支农、支医和扶贫工作的通知》。其目的在于为高校毕业生向基层单位落实就业问题提供具体的指导和保障

6、高校毕业生自主创业

6.1. 创业者特征

努力工作、自信、投入、愿景构建、以利润为导向、以目标为导向、持之以恒、应对失败、积极回应、主动、倾听、设定标准、应对不确定性、发挥优势、可靠诚实、风险承担。

6.2. 创业所需要的资源

资金、设备、精力、技术、知识、时间

6.3 创业五步骤

- *了解和观察环境
- *识别机会
- *筹集实现目标所需资金
- *采取行动
- *获得收益。

7、校毕业生应征入伍

国家鼓励高校毕业生应征入伍，针对 18-23 岁（本科以上学历可放宽到 24 岁）的高校毕业生，于 5-6 月份组织预征。身体初检和政治初审合格，填写《应

届毕业生预征对象登记表》将户口迁回入学前户籍所在地，档案可转到入学前户籍所在地人才流动中心存放。

*优惠政策：部队优先选拔使用；升学优惠；补偿学费或代偿助学贷款。

五、必备的求职网络资源

1. 西南石油大学就业指导中心：<http://jyzx.swpu.edu.cn/Web>
2. 西南石油大学南充校区：<http://www.swpu.edu.cn/nc/>
3. 信息学院官方网站：<https://www.swpu.edu.cn/is/>
4. 各专业班级 QQ 群
5. 各种招聘信息发布网站
 - (1) 教育部大学生就业网：<https://www.ncss.cn/>
 - (2) 应届毕业生网：<http://www.yjbys.com/>
 - (3) 事业单位招聘考试：<http://www.6say.com/>
 - (4) 四川公务员考试网：<http://www.chinagwyw.org/sichuan/gongkaozx/>
 - (5) 成都人才网：<http://www.rc114.com/>
 - (6) 四川人才网：<http://www.scrcl68.com/>
 - (7) 前程无忧：<http://xy.51job.com/>
 - (8) 智联招聘：<http://www.zhaopin.com/>
 - (9) 猎聘网：<https://www.liepin.com/zhaopin/>
 - (10) 南充人才网：<http://www.rc0817.com/>
 - (11) 华西人才网：<http://www.huaxirc.com/>

六、大学生求职安全和权益保护

1、如何防范传销

当前，传销组织往往打着“直销”、“连锁经营”、“电子商务”、“人际网络营销”等旗号从事传销。识别传销应从以下几个方面认识：从组织方式看，传销组织者承诺给予参加者高额回报发展他人加入，参加者再以同样的方式介绍

和发展他人加入，以此组成上下线紧密联系的传销网络；从计酬方式看，组织者以参加者发展下线的数量为依据计算和给付报酬，或以参加者发展的下线的销售业绩为依据给付报酬，形成传销的“金钱链”；从销售方式看，与直销的单层次销售（即推销员直接将商品推销给最终消费者）相区别，传销是多层次网络式销售；从经营目的看，传销不以销售商品为最终目的，而以发展人员数量，骗取钱财为最终目的。如果被骗到外地，到达当地后朋友绝口不谈工作、生意，而只是带你游山玩水、熟悉环境，进行所谓放松；要看你的身份证、借打你的手机等。情况不对时，一定要机智、冷静应对，在确保自身安全的情况下设法逃脱。如果发现该组织从事传销活动证据确凿后，应设法与当地公安机关、工商行政管理机关取得联系，及时举报。

2、遭遇伤害敢于维权

大学生在就业时遭遇各类伤害时要敢于维权，善于维权。这不仅能够保护自己的合法权益，而且能协助有关部门有效及时地惩处一些不法分子，净化人力资源环境，为自己今后寻求工作和其他人寻求工作提供一个比较安全的人力资源市场。

(1) 认真学习有关保障劳动者权益的法律法规，学会保全证据。和用人单位签订的《劳动合同书》及其他协议都是重要证据。不用担心其中一些显失公平的条款因为员工签字就得不到《劳动法》保护的问题，恰恰相反，对这些不合法的条款仲裁机构不予支持。如果没有签合同，只要存在事实劳动关系，工资单、员工卡、工作证、押金条、考勤记录、工作量记录等都是有效证据，在日常生活中要注意保留，这样申请劳动仲裁时才能维权。

(2) 在遇到劳动侵权现象时，主要有两种途径维权：第一，向当地劳动保障监察机构进行投诉，由其进行查处；第二，向当地劳动争议仲裁委员会提出申诉。这两个程序的好处在于按照《劳动争议调解仲裁法》的规定，劳动者申诉不用缴仲裁费；劳动者不直接跟用人单位发生冲突，避免了用人单位的报复；行政执法时间较短，效率较快。如果劳动监察部门不去查处，还可以通过申请法院仲裁，或找政府部门、信访部门投诉。

(3) 注意时效性。如劳动争议申请仲裁的时效期间为一年。仲裁时效期间从当事人知道或者应当知道其权利被侵害之日起计算。因工受伤的职工申请工伤认定是有明确时效规定的，即应当在 1 年内申请，如果超过 1 年将被视为放弃工伤认定的权利。

(4) 对涉嫌诈骗的企业或中介也可以向公安部门报案。