

# 《大学生就业指导—如何成功迈向职场》

主讲：裴宏伟

**标准课时：**一天（6小时）

**参训对象：**应届高校毕业生

**培训方式：**授课+案例分析+情景演练

**课程目标：**让即将毕业的学生懂得进行个人职业生涯规划的重要意义，做好自我职业诊断，掌握应聘面试技巧和迈向职场成功的策略，以及对初涉职场毕业生的忠告，为自己成功迈向职场打下良好的基础。

**课程大纲：**

## 一、成功的人生需要正确规划

- 1、合理规划自己的职业生涯，是迈向成功人生的第一步
- 2、树立明确的职业目标
- 3、你今天站在哪里并不重要，重要的是你下一步将迈向哪里

## 二、自我职业诊断

- 1、什么样的工作适合我
  - 1) 行业困惑
  - 2) 职业迷茫
  - 3) 发展瓶颈
- 2、做好职业定位
  - 1) 我的兴趣是什么？
  - 2) 我的性格是怎样的？
  - 3) 我最擅长什么工作？
  - 4) 我如何看待工作的价值？
  - 5) 我适合哪些工作？
  - 6) 我不适合哪些工作？
- 3、职业兴趣的类型
- 4、性格与职业选择的匹配
  - 1) 性格对一个人的成功有着很大的影响。
  - 2) 不同的职业对从业者的性格要求也不同（人格匹配）。
  - 3) PDP人格特质测评
  - 4) 霍兰德——六种职业性格的分类及应用

### 三、应聘与面试技巧

- 1、书写简历和求职信的技巧
- 2、面试前的准备事项
- 3、参加面试技巧

### 四、初涉职场毕业生常出现的心理困惑与弥补技巧

- 1、心理困惑：
  - 1) 缺乏经验
  - 2) 信心不足
  - 3) 紧张与焦虑
  - 4) 表现欲不强
  - 5) 不合理的预期
  - 6) 人际关系障碍

- 2、弥补技巧：

### 五、成功迈向职场的十大策略

### 六、给初涉职场毕业生的十点忠告

- 1、树立正确的职业心态
  - 1) 学会适应环境，而不是让环境适应自己
  - 2) 先学会生存，后才有发展
  - 3) 全力以赴的工作，尤其在试用期
  - 4) 苦练内功，虚心请教，向身边所有的人学习
  - 5) 清楚自己与企业的关系，培养感恩的心态
- 2、保持自己工作的活力和激情
- 3、正确对待个人目标与现状的差距，不好高骛远
- 4、顾全大局，乐于奉献，不计较眼前得失（案例：在某酒店实习）
- 5、培养对单位忠诚的品质
- 6、提高与同事、上级之间的人际沟通技能（沟通的核心技巧）
- 7、严格要求自己，不断提高做事的品质和效率
- 8、敢于承担责任，不找借口
- 9、遇事保持冷静，做到“三不”
- 10、学会使用劳动法律法规维护自身的合法权益