

# 《大学生职前训练营》

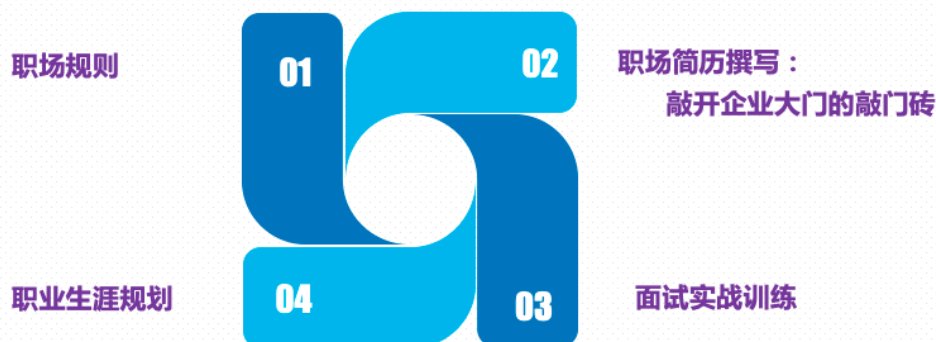
保障大学生快速进入职场并满足企业方需求

主讲老师：杨明

## 【课程背景】

为提升大学生就业能力，缩短大学生就业工作磨合期，让大学生快速步入职场，快速适应用人单位的职业要求，通过大学生职前训练营培训，通过系列实战训练，提升大学生对职场认知、职场技能、沟通方式等方面的理解和实战经验，保障大学生在态度、知识和能力方面全方位的胜任企业的需求，为大学生在企业见习、顺利就业保驾护航。

## 【课程设计】



## 【课程

## 收益】

1. 掌握职场规则和企业诉求、价值观和企业文化。
2. 适应职场工作环境和规范，形成积极的工作态度。
3. 发掘个人潜力，培养职业意识，尽快融入到企业工作范围中

【课程特色】助力大学生认知企业平台特性，用工需求；自我优势挖掘；职业生涯规划目标规划等。

【课程时间】1-2天，6小时/天

【课程对象】新入职大学生

## 【课程大纲】

课前讨论：即将步入职场的大学生们，你们眼中的职场是什么样子的？

### 第一部分：职场规则

#### 1、职场做事的4个层次

互动讨论：职场习惯是什么？

- 1) 职场做事的4个层级：做了；做完；做好；做对
- 2) 职场做事的4个思维方式：打工思维；任务思维；成长思维；目标思维

#### 2、职场本质

案例分析：买土豆的故事

- 1) 职场定义、本质
- 2) 霍兰德性格分析，探索适合你的职业兴趣选择

### 第二部分：职场简历撰写—敲开企业大门的敲门砖

#### 1. 职场简历撰写实战训练

- 1) 职场求职简历的目的和意义
- 2) 职场求职简历的结构和内容

3) 职场求职简历撰写技巧 (STAR 原则)

**实战训练：撰写属于你自己的一份职场求职简历**

## 2. 职场简历解决什么问题

- 1) 字如其人 见简历如见本人
- 2) 引发企业方主动邀约你的冲动
- 3) 系统梳理过往经历+展现你的职业生涯规划

## 第三部分：面试实战训练

### 1、职场面试类型、面试方式

- 1) 面试类型：一对一面试 小组面试 无领导小组讨论 结构化面试
- 2) 面试方式：结构化面试 非结构化面试
- 3) 面试目的：找人、品味、对位置、看未来发展、探寻求职动机

**现场模拟面试：15 分钟 展示结构化面试**

### 2、职场面试实战

- 1) 结构化表达
- 2) 数据描述；结果性语言；少说过程
- 3) 你还有什么要问我的吗？你将如何回答

**现场模拟：小组为单位，面试官——应聘者 应聘者——面试官**

## 第四部分：职业生涯规划

### 1、职业目标——职业生涯第一课

- 1) 向内探索：自我性格分析、兴趣爱好、喜欢跟什么样的人沟通交流
- 2) 向内探索工具：霍兰德性格分析表
- 3) 向外探索：目标岗位、公司、行业
- 4) 向外探索：行业所在城市 城市发展未来及岗位发展未来趋势

### 2、持续学习力、内驱力——企业中要学会借力造势

- 1) 清晰知道该岗位的核心工作技能、技术要求
- 2) 从简单的小事做起，逐渐到复杂，每日复盘 每周总结 每月提升自己

### 3、拓展人脉 结交前辈 行业线上线下展会

- 1) 走出去 敞开心扉 主动结交行业大咖
- 2) 经营自己 打造属于自己的个人 IP
- 3) 每天定个小目标 一步一脚印 英语&学历提升&各种计算机技能