

求职心得体会-高校

报告人 苏磊



目录

CONTENTS

01.

我的求职经历

02.

个人感悟

03.

个人建议



01. _____ 我的求职经历

求职时间线

参加过几次线下招聘会，
投递纸质简历
(公司、高校广投)

2020年秋季

线上参加面试
(高校教师试讲)

2021年春季中期

入职

2021年8月底

2021年春季开学初

线上投递简历
(事业单位、高校)

2021年6月份

收到面试结果

求职心路历程

初期-迷茫阶段



参加很多招聘会，
海投简历，没有
清晰目标，只希
望有更多的面试
机会攒经验

中期-定位阶段



关注事业单位、高
校（辽宁、天津、
北京），通过招聘
系统广投简历

后期-麻木阶段



明确目标后，除
了等面试消息，
后期春季学期参
加招聘会就心态
随缘了

求职信息来源：毕业生招聘信息分享群、意向单位官网、微信公众号推送、**市人力资源官网/事业单位招聘官网

面试经验

线上面试:

提前确定面试内容, 准备制作课件, 板书用白板替代。

试讲结束普遍会提问对入职后的计划, 包括科研上的



线下面试:

参加笔试, 内容涉及教师教学、教法偏多

提前确定面试内容, 准备制作课件, 参加试讲



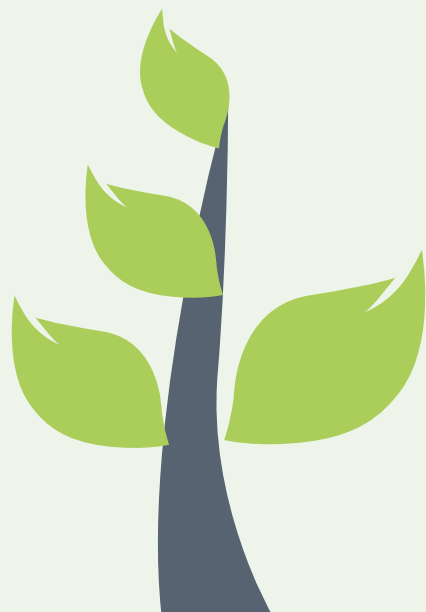
02. _____

个人感悟

毕业去向选择

高校、事业单位

- 1、非升即走——“无止境的卷”
- 2、稳定——“带编躺平”



博后

过渡期，出站依旧
要找工作（落户的
渠道之一）



公司企业

待遇相对好，不过
工作强度偏大



找准方向

“工作” “生活” ——两个维度根据自身情况判断选择职位的“合适程度”



工作：成就感、发展空间、工作强度、职场氛围、待遇水平、背景资源...

生活：所在城市，个人生活...

每个人的权重不一样，静下来好好想想 “汝之蜜糖，彼之砒霜”

调整心态前行

01

胆大心细，抓住机遇

“厚脸皮”

“显眼包”

03

松弛感

“玩家心态”

无所畏惧

自在心安

02

接受缺点，承认平凡

“越接纳，越坦然”

“拒绝内耗”

04

情绪稳定

“成年人最难得得品质”

读书、运动、放空



03. _____

个人建议

求职材料准备

简历

敲门砖：简约、整洁、亮点

- 1、准备一张美照。
- 2、选一个喜欢的简历模板
- 3、内容上根据应聘岗位突出重点。
- 4、简历内容要随时更新。

“不要有错别字”

网上报名系统或邮箱投递

- 1、本硕博学历证明（学信网）、获奖证书的电子版准备一份都放在一个文件夹里，或许会多次用到；
- 2、将报名过的资料归纳在一个文件夹，求职Excel，查找方便。
- 3、若发邮件长时间未收到回复，可以打电话给用人单位咨询。
- 4、系统填报报名过程繁琐，耐心完成哦！（用到的内容会相似，整理出一个word以备多次使用）

高校求职注意事项

- 1、薪酬——不说具体数字，说有统一标准。
- 2、安家费——给的多少怎么划分？怎么发放？
- 3、职称和编制——非升即走考核条件？享受副教授待遇但不是副高职称？晋升要求？
- 4、合同和补充协议——一般是入职后签，看好乙方条款内容。
- 5、教学和科研——启动科研经费怎么发放、使用？是否有成熟的团队？科研成果一作、通讯怎么算？

寄语

01

对感兴趣的职位多问，
多去搜集相关信息

人生在于折腾，折腾对了繁花似锦，折腾失败大不了从头再来

02

03

学校是最可爱的地方，
希望大家开心的度过毕业前的日子，
珍惜身边的人



围在城里的人想逃出来，
城外的人想冲进去，
对婚姻也罢，职业也罢，
人生的愿望大都如此。

关关难过关关过，前路漫漫亦灿灿
夜夜难熬夜夜熬，往事坎坷亦澜澜

*Thank you for
listening.*



Speaker name and title