

上海电机学院
马正林

7次打磨简历 用心准备面试 抓住实习机会

从“广撒网”到“精准投放”

我的就业故事

对上海电机学院材料专业的马正林来说,求职,是一个不断探索与市场校准的过程。他最早的策略是“广撒网”,可慢慢地,他意识到,“精准投放”效率更高。最终,在今年4月该校举办的“高校服务临港新片区就业育人联盟”供需对接专项活动上,他与联盟单位上海芯源微企业发展有限公司现场签约,顺利拿到了录用通知。

以下是他讲述的就业故事:

当身边的同学还在为考研或就业踌躇时,我已一头扎进了就业信息的汪洋大海,求职软件、学校就业平台成了每日打卡地。那时的策略简单直接——“广撒网”。

当时我在线上“海投”了千余份简历,在学校组织的各类线下招聘会上也投了百余份。随着投递数字的不断累加,以及学校实习求职训练营老师的一对一职业咨询指导,我慢慢意识到,求职的过程不仅是简历数量的比拼,更是策略的较量。我开始给自己设定节点:每投出50份简历就停下来,像一个冷静的观察者那样,审视HR的沉默或寥寥的面试邀约。

简历,成了我打磨最勤的“武器”。

从措辞的精炼到经历的取舍,从格式的调整到亮点的凸显。7次迭代,7次蜕变。在简历“进化”的同时,变化悄然发生——面试机会明显增多了。9家国企、2家民企、1家外企,向我发出了面试邀请。每一次面试,无论结果如何,都成了我理解市场、认识自我的宝贵一课。

收到面试通知,意味着你的简历通过了初筛,但真正的考验才刚开始。我深知,面试是双向选择的关键环节。每一次,我都会像在准备一场“重要战役”:深入了解企业背景、钻研岗位要求、反复打磨自我介绍、预演可能的问题。

面试时,我努力褪去学生的青涩。我学着不只是被动应答,而是

主动展现——本科期间发表过两篇论文,当面试官没有主动问及时,我会在合适的时机自然地提起,讲述研究过程中的挑战与创新,展示专业深度和解决问题的思路;遇到不懂的专业问题时坦然承认,但绝不停止表达,会结合过往项目或课程学习的实例,说明自己快速学习的能力和解决问题的逻辑。

同时,一定要抓住每一次可以实习的机会。实习经历,不仅是经验的积累,更可能成为求职路上那块意想不到的“敲门砖”。它证明你做了什么,远比你纸上写了什么更有说服力。

回望这段从“广撒网”到“精准投放”的过程,我深刻体会到——

起点要趁早:大三下学期的提前布局,让我有足够的时间试错、调整、成长。早一步了解市场,就多一分从容。

行动要勇敢:不要被“怕失败”束缚手脚。投出去,才有机会;失败了,才有反馈。千次投递的起点,是勇敢迈出的第一步。

反思是阶梯:简历的7次迭代、面试的不断复盘,是量变到质变的积累。每一次优化,都让你更接近目标。

心态是基石:迷茫、挫折是求职的常态。向家人、老师、学长倾诉,汲取力量。正视不足,更要相信自己。积极的心态,是穿越迷雾的灯塔。

本报记者 郜阳 整理

六月的临港大学城,栀子花香浸润着校园,离别的笙箫悄然奏响,却也交织着温暖而热烈的烟火祝福。

这个月,临港各所高校的毕业生在母校精心策划的一系列暖心活动中,迎来属于他们的荣耀时刻。这场盛大的青春庆典,镌刻着母校对学子们最真挚的牵挂与期许。

上海海洋大学 草坪婚礼券邀“回家”

在上海海洋大学毕业典礼上,校党委书记王宏舟和校长万荣共同揭晓了饱含深意的礼物——6张上海海洋大学校园专属草坪婚礼免费场地使用券及配套婚纱照拍摄服务。

“上海海洋大学是你永远的家,这里不仅是你求学求知的起点,更愿成为你人生幸福时刻的见证者与守护者。”现场,王宏舟深情寄语。

这份别出心裁的“未来邀约”瞬间点燃全场,它不仅是一份礼物,更是母校发出的浪漫呼唤——无论学子们未来驶向何方,这片承载青春记忆的沃土,永远是他们停泊的港湾和分享喜悦的家园。

毕业典礼结束后,还有一个精心准备的温情“彩蛋”。原来,细心的老师们发现,毕业典礼当天恰逢19名毕业生的生日。于是,这19位“寿星”同学被引导至合影区,工作人员推着生日蛋糕缓缓上前,校长万荣带领毕业生共同为这19位同学唱响祝福的歌谣。

上海海事大学 “零距离服务”很便利

在上海海事大学毕业典礼上,校长初北平将校园海事灯塔的5盏精神之灯——破浪之志、赤子之心、传承之责、栋梁之魂、创新之炬赠予毕业生,为他们的未来征途照亮方向,“要培养独立思考,以解决现实问题检验创新绩效,在航运科技、海

青春盛典上收获母校「特别礼物」

洋法治等学科交汇处点燃新火种”。

记者获悉,学校为每一位毕业生准备了一套定制款学位服,以及英文版学历和学位证书,希望同学们传承“忠信笃敬”校训精神,在未来的人生航程中乘风破浪、再创佳绩。

针对毕业生行李托运难的问题,该校后勤中心推出“零距离服务”改革:将大件行李托运点从快递中心移至宿舍区,提供“下楼即托运”的便利体验;同时与多家快递公司达成合作,为毕业生争取到专属折扣。在宿舍区,后勤中心创新设置“毕业环保服务带”:捐书柜、旧衣回收箱、废旧金属垃圾回收点形成集中处理区,既解决了毕业生闲置物品处理难题,又助力校园环保。

上海电机学院 “四季盲盒”送出祝福

在充满仪式感的毕业季,上海电机学院设计了一款“四季盲盒”,为2025届毕业生送上了独特的毕业祝福。

机械学院毕业生高歌在打开“夏天”盲盒时感慨:“夏天的回忆最为珍贵,它承载着我们在校园里播种的希望。如今,我将以一名工程师的身份踏上新征程,期待在未来收获成长的果实。”高歌已成功签约上海航天设备制造总厂,即将开启全新的职业生涯。

科技元素的融入更是掀起了毕业典礼的一个小高潮。由上海电机学院临港新片区校友驿站团队二次开发的人形机器人“悠悠”,以清晰、流畅的语言宣读了本届毕业生校友联络员名单,并祝福毕业生以优秀前辈为榜样,勇担使命,为社会贡献力量。

记者了解到,该校2025届毕业生中,超过76%的人选择投身高端制造、集成电路、航空航天等重点领域,其中临港新片区就业人数同比增加23%。

本报记者 郜阳



又到毕业季 考后消费忙

随着2025年高考、中考落幕和暑假来临,“考后经济”升温。加上高校毕业季到来,餐饮店、书店、数码店等人气高涨,尤其是二次元驱动的消费热潮格外强劲,展现出年轻人的消费新趋势。

- ① 又到毕业季,上海理工大学毕业生在校打卡留念
本报记者 陶磊 摄
- ② 逛书店买几本心仪的课外书,是不少年轻人喜爱的放松方式
本报记者 刘歆 摄
- ③ 静安大悦城的“谷子店”、快闪店吸引粉丝排队打卡
本报记者 刘歆 摄
- ④ 五角场大学路上有众多宝藏“谷子店”,就连街头的罗森便利店都充满浓浓的二次元风,吸引不少爱好者慕名而来
杨建正 摄

