

考研族担心考试失败工作落空节后咨询心理师考研 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/541/2021\\_2022\\_\\_E8\\_80\\_83\\_E7\\_A0\\_94\\_E6\\_97\\_8F\\_E6\\_c73\\_541328.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/541/2021_2022__E8_80_83_E7_A0_94_E6_97_8F_E6_c73_541328.htm) 新春长假一过，许多考研族开始陆续找工作，生怕读研工作都落空。可当不少人“海投简历”却杳无音讯后，开始出现心理恐慌。记者从市心理咨询中心等专业机构获悉，前去咨询的求职人群呈明显上升趋势，其中不少是考研族。考研族：“最担心鸡飞蛋打”才过完节，不少考研族就开始为就业问题烦心了。沪上某高校应届毕业生小秦参加了2009年1月的硕士研究生考试，考完后感觉心里没底，便一边准备面试，一边开始找起了工作。小秦告诉记者：“上个学期基本都是在准备考研，没有参加一场招聘会，也没有投过简历，因此错过了许多找工作的机会。考试结束一过完年就赶去找工作，但上网发现许多企业的校园招聘会都结束了，心里很着急，身边许多考完研的同学也开始找起了工作。”记者了解到，近日，应届毕业生中的“考研大军”纷纷加入求职就业行列中。和已经有了半年求职经历的同学相比，他们缺乏求职经验，部分学生还处在读研和就业的矛盾中，找工作更是难上加难，导致心理矛盾加剧，无奈求助心理咨询师，沪上多家心理咨询机构这几天接待了不少焦虑的考研族。毕业生：“不海投就会投海”在春节的餐桌上，大学应届毕业生小春开始刻意不吃鱿鱼，生怕自己在新年里刚找到工作就被“炒鱿鱼”；而曾经流行的祝福语“财源滚滚”，也成了最让人担心的“裁员滚滚”。经济危机给大学生带来就业危机的同时也带来了心理危机。更多应届大学生趁寒假期间在家上网，对百来家用人单位进

行“海投”，并且有了“今天不海投，明天就投海”的流行语。而对于“考研族”，专家则建议应当早作求职准备，不要等到成绩出来之后再行动。有心的学生早在假期中亲友走访时便开发家庭资源，寻找就业机会。学生在求职过程中还要注意安全，不要盲目心急，要警惕一些企业只招不聘，甚至非法收取费用。专家：“找工作需提升自己”大学生就业过程中的心理焦虑今年由于金融危机显得尤为突出。上海心理咨询中心张海音教授接待过诸多心理恐慌而影响到日常生活的大学生。他建议，自卑和盲目自信都要不得，关键还在于提升自己的竞争力，让失败化为经验。不少心理咨询师建议，大学生投递简历时要丰富简历内容，不能一味“海投”。在简历中注明自己的兴趣爱好能力，及对公司的了解程度等，会给自己在面试官心目中的形象加分，使自己脱颖而出。百考试题编辑祝各位好运！100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)