

経済学研究科・経済学部 学生サポートルーム

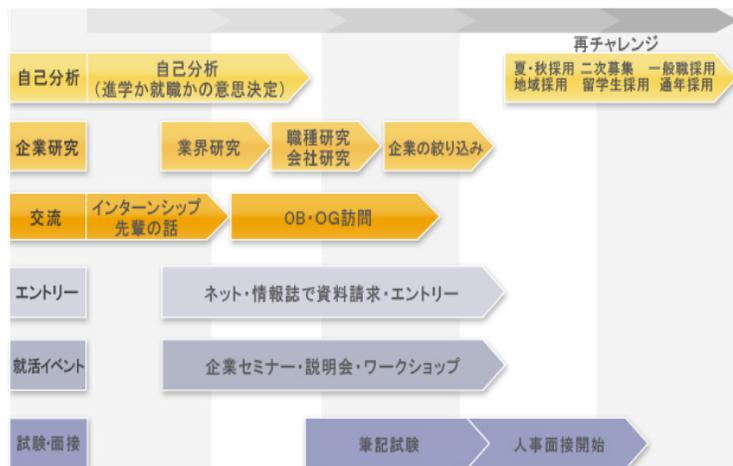
News Letter

2013, Oct
Vol.4

就職活動 何を準備すれば？

一般的な就職活動の ステップ

まずは2015年3月卒の就職活動のおおまかな流れを確認しましょう。大手就職サイトによると、企業により違いはあるものの、12月頃よりエントリーが開始、合同企業説明会などが開催されます。2月頃よりエントリーシート提出や面接が本格化してきます。



(キャリアサポート室 HP より)

エントリーまでの準備は？

2012年3月卒まではエントリー開始は10月でした。つまり、2015年3月卒の皆さんの就職活動は当時と比べ2か月遅れで始まります。その間何もしないのはもったいないですね。そのため、エントリーまでの間に、自己分析や面接対策をするのが一般的です。

学生サポートルームが 就活準備をお手伝い

◆自己分析

就職活動が本格化すると、エントリーシートの作成、企業セミナーへの参加などで、途端に忙しくなります。その前に、自分の強みは何か？働くとはどういうことか？といった自己分析を行っておくことが大切です。

◆面接対策

ぶっつけ本番で面接に臨んでしまうと、緊張や不安から、本来の実力が発揮できないかもしれません。面接官に100%の自己アピールをするには、模擬面接をしてみるなど事前の練習が必要です。

学生サポートルームでは、皆さんの、就職活動全般を応援しています。自己分析、模擬面接など、お気軽にご利用ください。

学生サポートルーム予約・お問い合わせ

TEL: 03-5841-0833

Mail: support-room@e.u-tokyo.ac.jp

HP: http://www.e.u-tokyo.ac.jp/information_st/support-j.html

就活は心の元気な人も、そうでない人も直面する大きなテーマ。どんな人にも折れない強さが必要です。裏面はそんな心を育てるwebプログラムのご紹介です。

東京大学・エクセター大学国際共同開発 認知行動療法

折れない心 を育てる web プログラム

無料モニター 参加者募集

ココロ・ストレッチ



進路・学業のプレッシャーの中でも

ストレスに負けない方法を身につける

ココロ・ストレッチは、認知行動療法に基づき、プレッシャーやストレスへの対処法を学ぶ Web プログラムです。

今ストレスを感じている人だけでなく、いざという時ストレスに強い心を備えておきたいと考えている人に最適のプログラムです。

PCを通して、いつでも、どこからでもアクセスできます。

1回15分程度、約8週間のプログラムを、自分のペースで実施していただきます。

今回は実証研究のモニターとして、無料でお使いいただき、アンケートにお答えいただけます。

個人情報 that 他者に開示されることは一切ありません。



お申込み、詳細については、下記 URL からアクセスください。

<http://kokoro-stretch.com>

お問い合わせ：心いき東大プロジェクト <http://kokoroiki-today.com>