# 就业指导课的心得体会 参加就业指导课的心得体会(汇总16篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-04-19

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。就业指导课的心得体会篇一参加就业指导课是大学生在即将毕业时的一项...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**就业指导课的心得体会篇一**

参加就业指导课是大学生在即将毕业时的一项重要任务。如今，大学生就业形势严峻，竞争激烈。为了帮助学生更好地面对就业挑战，学校开设了就业指导课程。就业指导课的目标是提供就业相关的知识和技能，帮助学生了解职场的要求和期望，增强他们的就业竞争力。参加就业指导课是学生们踏入社会的第一步，对于他们未来的职业发展和就业方向具有重要的意义。

第二段：课程内容和学习体会（300字）。

在就业指导课上，我们学习了很多对我们未来职业道路有帮助的内容。首先，我们学习了如何制作一份吸引人的简历和求职信。老师分享了一些有关写作技巧和注意事项，帮助我们更好地准备应聘材料。其次，我们学习了如何进行面试和自我介绍，了解了常见的面试问题和如何做好面试准备。这些技巧在我们面对招聘面试时非常有用。此外，我们还学习了如何利用网络和社交媒体平台来寻找工作机会，建立个人品牌和网络形象。这些内容帮助我们提高了互联网时代的就业竞争力。

第三段：感受到的收获和成长（300字）。

参加就业指导课让我受益匪浅，并且在许多方面帮助我成长。首先，我对自己的职业规划有了更清晰的认识。通过课程中的职业测试和个人探索，我了解到自己的兴趣和优势，从而选择一个更适合自己的职业方向。其次，我学会了如何主动地寻找就业机会和建立职业网络。课程中的案例分析和讲座，帮助我认识到在职场中人脉关系和社交资源的重要性。最后，我学会了如何面对职业挫折和困难。课程中老师分享了一些职场心理学和克服困难的方法，让我更坚定地面对挑战。这些收获和成长不仅对我的求职过程有帮助，也对我未来的职业道路具有指导意义。

第四段：与同学间的交流和合作（200字）。

通过就业指导课，我还有机会和同学们进行了交流和合作。在小组讨论和分组任务中，我们分享了自己的职业规划和就业经验，从而相互学习和帮助。我们一起解决了很多实际问题，提出了很多有创意的解决方案。这些合作经历不仅加深了我们之间的了解，也提高了我们的团队合作能力和沟通能力。通过共同努力，我们为将来的就业做好了充分的准备。

第五段：总结和展望（200字）。

通过参加就业指导课，我对就业过程和就业市场有了更深入的了解，提高了自己的就业竞争力和职业素养。我相信这些所学知识和技能将在我将来的就业和职业发展中发挥重要的作用。我也希望其他学生能够重视就业指导课程的学习，充分利用这一机会，为自己未来的发展做好准备。只有通过努力学习和不断实践，我们才能在竞争激烈的就业市场中脱颖而出，实现自己的职业目标。

**就业指导课的心得体会篇二**

上完大学生就业指导课之后，我就自我的一些在下方谈谈。

作为一名大学生，如果毕业后想要直接就业的话，首先，务必要正确应对社会上的竞争压力，正确认识自我，客观地评价自我，学会主动去适应社会。不少人思考“我想从事什么职业”、“我愿意干什么工作”，往往从主观因素去了解社会，而很少了解社会需求，很少能用“我能干什么”的眼光全面地审视一下自我，最终导致自我陷入择业期望值过高的误区，从而错过一些机会。在选取职业时，不能完全凭主观意志和愿望行事。如果个人的择业脱离了社会和市场需要，他将很难被社会接纳。只有把社会需要与个人的理想、抱负和志趣结合起来，才有成功的期望!

因此，我们应当给自我做出一个正确的评价，自我评价要全面、客观，既要看到长处的一面，又要看到短处的一面;既要对某一方面的特殊素质进行具体的评价，又要对其他各方面进行综合评价;既要思考全面的整体因素，又要思考到其中占主导地位的重点因素。

第一，我们要针对自我的实际状况，做好自我的职业定位，具有针对性和方向性，深入了解自我，清楚自我的优劣势，规划自我的职业生涯;要抓住自我的特点，发挥自我的优势，尽量避开自我的不足，这样，就有可能使你在择业竞争中占据主动。

第二，要根据自我的专业、技能、综合潜力和社会用人单位的要求，确定自我的职业定位;另外，我们还要排除各种外界干扰，如果自我和用人单位彼此都很满意，就就应早做决断。尽快签订就业协议;少数人在择业中往往很没主见，人云亦云，别人觉得这个单位很好，他亦认为不错，别人说那个单位很差，他亦认为不行，患得患失，手忙脚乱，心里一片茫然，不知何去何从，从而错过机遇。

第三，就业过程是一个复杂的过程，往往会遇到这样或那样的困难，这就要求我们努力培养良好的心理承受潜力，勇敢地迎接选取未来生活的种种挑战。信心是成功的第一要诀。要相信自我的潜力，相信自我能够胜任工作，要发挥自我的优势，扬长避短，要给人感觉到，我是热爱生活、热爱事业的。

其次，大学生要与社会接轨。现代社会发展需要很多人才，社会需要决定着求职的环境。然而，此刻，大学生就业难的问题已经是一个不争的现象，尤其是在金融危机的爆发下，且有可能越来越难的趋势。应对日益增长的就业人数，大学生的就业问题成为公众关注的热点。如何提高学生就业竞争力，提高学生的综合素质成为社会关注的焦点。社会方面就业人数激增与就业市场到达超饱和状态的矛盾，高等学校专业调整滞后与市场需求不相适应，毕业生择业期望与用人单位实际需求的矛盾等直接影响到大学生的就业。

第一，虽然如此，但许多用人单位依旧招不到满意的大学生，这说明了“只有社会需要、市场需要，才是就业选取的方向。”职业的前途是与社会需要息息相关的，只有准确把握社会需要，紧跟时代发展步伐，选取的职业才有发展潜力，个人在职业方面的努力和投入才会增值，个人才能获得比较大的发展空间，自我发展才会有可靠的保障。

第二，职业选取本身还是一种双向选取的过程，个人选取单位，单位选取个人。一个人在做职业选取时，还要思考用人单位的需求，明白自我的优势在哪，这样才能跟单位配对成功。用人单位招聘时往往只是透过简历、面试等一些简单的方式来了解大学生，这时候，我们大学生就要充分做好准备，毕竟“机会总是垂青于有准备的人”，我们要向用人单位展示自我的特色，让他们了解“我就是你们的最好选取!”往往这些，可能从你的简历，你的面试，你的为人处事等等方面表现出来。

第三，职业选取还要贴合自我的实际。每个人的性格不一样，每个人都有自我的兴趣爱好，因此每个人要根据自我的实际和需求来选取职业。毕竟性格有时候会真正影响到你未来的职业道路，影响到你的工作热情与激情。

综上所述，我个人想，只要我们把个人选取与社会需要相结合，用理性的眼光来看待问题，在拥有实力的同时加倍努力，不断学习新事物，做到思路清晰，行动一致，找到一个理想的工作还是没有多大困难的。

**就业指导课的心得体会篇三**

第一段：引言（150字）。

学完就业指导课是大学生的一项重要任务，它的目的是为了帮助同学们在毕业后能顺利进入社会并找到满意的工作。在学习这门课程的过程中，我深深地体会到了就业指导的重要性，也对自己未来的职业发展有了更明确的规划。在接下来的几段中，我将详细阐述我在学完就业指导课后的心得体会。

第二段：个人规划（250字）。

学习就业指导课的过程中，我首先了解到了个人规划对于职业发展的重要性。通过制定个人规划，我可以明确自己的职业目标，并制定出一系列达成这个目标的方法和步骤。此外，我也学会了如何评估自己的能力，找出自己的优势和劣势，以便更好地为就业做准备。通过对个人规划的了解和实践，我感觉自己对未来的职业发展有了更明确的方向。

第三段：简历准备（250字）。

学习就业指导课还让我领悟到了简历的重要性。简历是求职者向用人单位展示自己能力和经历的重要工具。在课程中，老师教授了我们如何写出优秀的简历，包括排版、结构和内容的要求。通过实践，我逐渐掌握了写简历的技巧，并且不断修改和完善自己的简历，使之更能吸引雇主的眼球。这让我意识到一个好的简历对于求职成功的重要性，并且在今后的工作中，我也会继续注重简历的准备和修改。

第四段：面试技巧（250字）。

除了简历，学完就业指导课还让我了解到了面试技巧对于求职者来说是多么重要。面试是求职过程中的关键环节，掌握一些面试技巧能够帮助我们在面试中更好地展示自己的能力。在课程中，我们学习了如何自我介绍、如何回答面试问题以及如何与面试官进行良好的沟通。通过模拟面试的实践，我逐渐提高了自己的面试能力，并且在之后的实践中也取得了好的效果。这让我认识到面试技巧对于求职的成功有着不可忽视的重要作用。

第五段：综合实践（300字）。

学完就业指导课之后，为了更好地应对就业问题，我积极参加了一些实践活动。我通过社会实习加深了自己对专业知识的理解，并与企业建立了良好的沟通渠道。同时，我还参加了一些职业讲座和招聘会，扩大了自己的职业视野，并获取了一些实际的求职经验。这些实践活动让我在学完就业指导课后得以综合实践，更好地准备自己的职业发展。

第六段：总结（200字）。

学完就业指导课，我深刻认识到了它的重要性，并将学到的知识和技巧应用到实践中。个人规划、简历准备和面试技巧等对我未来的职业发展起到了积极的推动作用。同时，通过综合实践，我也加深了对职业的认识和了解。在今后的求职过程中，我将不断提高自己的能力，追求更好的职业发展。学完就业指导课给我带来的这些心得和体会将伴随我一生，并对我未来的职业生涯有着积极的影响。

**就业指导课的心得体会篇四**

进入大学后，渐渐褪去当年的一腔热血、踌躇满志。心绪开始慢慢沉淀，也开始认认真真的替自己的未来考虑了。那些不着边际的理想、空想也从我们身上蒸发。我们所关注的是自己能否找份好工作，自己在找工作过程中的优势是什么。通过短短八周的学习，大学生就业指导课程让我受益匪浅，收获颇丰。就业对我们大多数大学生来说是一件比较迷茫的事情，因为在就读大学期间我们很少关注就业，大学好像一瞬间就过去了，在大学等待我们最后做的一件事就是如何面对就业，如何向企业把自己推销出去。就业指导课给我们这些迷茫着的大学生提供了宝贵的信息。使我们找到自己到底该做什么，并下定决心把它做好。在就业指导课学习中，我总结出了以下几点内容。

随着经济的发展，社会各行业的分工也精细起来，对于招收员工的要求也逐渐高了，所以造成了现在社会人才市场竞争场面变得热火朝天起来，每到就业季度，这里就聚集了成千上万的择业者，就业者，这足以证明当前就业形式的严峻和紧张。所以作为快要走出大学校门的毕业生，将面临着很繁重的压力，而在我们认识了这一严峻的课题，我们就得做好迎接挑战的准备。只有正确地认知就业形势，分析就来形势，我们才能更好地为自己迈出第一步铺下平砖，只有正确地认识就业形势，我们才能更好地不断训练自己，提高自己和充实自己，为自己在迎接挑战前做好武装，只有正确地认识就业形势，我们才能趋利避害，排除我们前进的障碍，抓住机遇发展自己，因此，对当前就业形势的认识，对于我们每个在校大学生来说是尤为重要！

备的条件，弄清自己追求的目标，看看自己能做什么，不能做什么；喜欢做什么，不喜欢做什么。从而确立我们的择业目标，进行择业定位。

在就业指导课程我让我知道了求职技巧是找工作非正常重要的一个环节。在编写简历时要根据应聘岗位条件和要求及自身强项等不同状况进行有的放矢，一定要站在对方的角度考虑问题，突出自己在应聘岗位相关经验及技能，同时兼顾简明扼要，让招聘者一眼看到他所需信息。在求职面试之前要充分了解应聘单位的性质、地址、业务范围、发展前景等，对应聘岗位所需的专业知识和技能等有个全面的了解，有利于针对性的展示自己的能力。在仪容仪表方面要做到端庄，同时注意礼仪给面试官留下好的印象。

**就业指导课的心得体会篇五**

时间过得很快，一眨眼的功夫，两年的大学生活就快结束了，对于即将步入社会的我们来说就业指导课使我们收获很多，让我们了解当前整个人社会的就业形势的严峻以及对自己未来的职业规划帮助颇多。我想，对我们这群没有见过多少世面，整天呆在校园里的莘莘学子来说，就业是一个不能再遥远的话题。但是，我觉得，我们就更应该好好考虑就业这个问题，那样才不会被将来的就业打个措手不及。为此，学校为我们大二的同学安排了就业指导课，让我们能够提早对近年的就业形势和就业的相关重要知识和信息有所接触和了解。

作为全国高等高校的应届毕业生，我深切地感受到所面对的就业压力。学校毕分办组织的就业指导课正好为我这样迷茫着的大学生提供了宝贵的信息。通过这学期的就业指导课学习，我总结出了以下几点内容：

(一)树立正确的就业观。

通过对当今就业情况的了解，让我们感受到就业形势的严峻。本着良好的结合自身职业追求件与社会需求宗旨，有计划有目的的进行学习，做好职业规划。

想想当今时代对人才的要求，虽然要求各种各样，但是最基本仍然是专业职业技能，可以说这是对每一个求职者最基本的要求，也是各种工作的最基本需要。试想一个人连自己领域的基本知识都一窍不通，那么还怎么去开展工作?因此，我们首要的任务仍然是努力学习专业知识。不断提高自己的专业知识水平。不能被所谓的“大学学习的很多东西以后基本用不到”所迷惑。现在我们所学的可能以后不能直接用到，但是大部分工作时的后续课程都需要现在的知识，想一想有多少我们熟悉的人，在走向社会进入工作以后后悔自己当初没有学好基础东西。

现在的用人单位除了看基本知识水平的同时，对综合能力的注意有很大倾向。也就是说他们不再单单看文凭，很多时候要考虑应聘人的行政办事能力、人际关系处理能力、应变能力以及是否取得其他职业资格证书等等。鉴于这种情况我们就不能单一的学习基本专业知识。要比较广泛的涉猎其他知识，例如，取得大学英语四六级证书、计算机等级证书。积极参加各种活动，努力拓展自己的见识和人际关系网。通过参加学生会和社团活动，培养一个良好的处理问题方式以及积极认真的工作态度，为以后的就业工作打下一个良好的基础。

(二)面试应该注意的问题和技巧。

1、初步印象和最后印象。最初和最后的五分钟是面试中最关键的，在这段时间里决定了你留给人的第一印象和临别印象以及主考人是否欣赏你。最初的五分钟内应当主动沟通，离开的时候，要确定你已经被记住了。

2、带多几份简历前往面试，带多几份简历，面试你的人可能不止一个，预先料到这一点并准备好会显得你做事正规、细致。简历是你与雇主沟通的第一步，因此一份精美的简历就显得格外重要了，尤其是简历的封面要精美别致，让精美的简历封面给你带来好运。

3、留心你自己的身体语言，尽量显得精警、有活力、对主考人全神贯注。用眼神交流，在不言之中，你会展现出对对方的兴趣。

4、完整地填妥公司的表格--即使你已经有简历。即使你带了简历来，很多公司都会要求你填一张表。你愿意并且有始有终地填完这张表，会传达出你做事正规、做事善始善终的信息。

5、紧记每次面试的目的都是获聘。你必须突出地表现出自己的性格和专业能力以获得聘请。面试尾声时，要确保你知道下一步怎么办，和雇主什么时候会做决断。

6、清楚雇主的需要，表现出自己对公司的价值，展现你适应环境的能力。

7、要确保你有适当的技能，知道你的优势。要正规稳重，也要表现你的精力和兴趣。谈些你知道怎么做得十分出色的事情，那是你找下一份工作的关键。

8、将你所有的优势推销出去，其实找工作无疑是在推销自己，营销自己十分重要，包括你的技术资格，一般能力和性格优点，雇主只在乎两点：你的资历凭证、你的个人性格。

9、能够较准确地找到自己与聘用单位的共同点。即自己的志向、知识、能力、特长、兴趣、爱好等与聘用单位有没有共同之处，自己比较适合的那类单位有没有聘用大学毕业生的计划、指标。若要能够比较准确地找到双方的共同点，那么，至少应有两个条件：一要认清自己，个人离自己最近，然而最难以认清自己;二要下番功夫，认真搜集、分析和利用聘用信息。同时，眼界还要放宽些，不宜局限在某个行业或某些单位，以增加成功机率。

在上就业指导课中老师让我们看《职来职往》，通过看《职来职往》，使我们更加了就业的严峻，同时让我们看到了企业老板更看中求职者的应变能力、处事能力、组织能力以及经验等等，对于文凭并不是很看中。《职来职往》给大学生求职者提供了很多机会，让我们对自己在求职中吸取不少经验，总之看《职来职往》的收获很多。

当然大学生也要准守职业道德，加强社会职业道德修养，对于今后从事职业活动具有重大意义。要从现在做起，在学习和生活中学会与他人合作;积极参加集体活动，力戒自由散漫，发扬团结协作的精神;敢于坚持真理，大胆探索，力戒消极保守，发扬开拓进取精神;提倡艰苦朴素，勇挑重担，力戒贪图享乐，发扬艰苦奋斗精神;养成执着认真，刻苦钻研的学习习惯，力戒浮躁不专，发扬精益求精的精神。同时，大学生还应当自觉培养廉洁自律意识，提高人格境界，为今后的职业活动中全心全意为人民服务，依法办事，廉洁奉法打下坚实的基础。

每个人在工作中都可能有失误。当工作中出现问题时，应该协助去解决，而不应该只做一些求全责备式的评论。特别是在自己无法做到的情况下，让自己的下属或别人去达到这些要求，很容易使人产生反感。长此以往，这种人在公司没有任何威信而言，已经确定下来的事情，却经常做变更，就会让你的下属或协助员工无从下手。你做出的承诺，如果无法兑现，会在大家面前失去信用。比如公司员工经常加班加点的工作，而你却非要按时来按时走，一分钟都不愿在公司多呆，这种不良的工作习惯势必会影响你在其他员工心目中的印象。这样的人，公司也不敢委以重任，所以要诚信做人，切忌出尔反尔。

在接受到工作任务之后，应该立即着手行动。很多工作都是多名员工相互协作开展的，由于你一人的迟缓而影响了整体工作的进度，会损害到大家的利益。有些时候，某些工作你可能因为客观原因无法完成，这是你应该立即通知你的上级，与他讨论问题的解决方案。无论如何，都不应该将工作搁置，去等待上级的询问。一个真正称职的员工应该对本职工作内存在的问题向上级提出建议，而不应该只是附和上级的决定。对于管理者，应该有严明的奖惩方式，而不应该做\"好好先生\"，这样做虽然暂时取悦了少数人，却会失去大多数人的支持。

做人难，做个好人更难，因为做好人有原则，他有道德水准的约束，需要忍让谦和。忍：事临头三思为妙，怒上心一忍最高，小不忍祸端常起，互无欺各自平安!让：退一步海阔天空，让三分心平气和，能让人并非我儒，变干戈和睦常乐!谦：人有成绩莫自夸，骄胜自大无益多，历览天下许多事，成由谦逊败归奢!和：世上谁能无有过，莫为小事动干戈，和与人交受众敬，百忍堂中有太和!

总的来说，做为当代大学生，认识到如此严峻的就业形势，应当认清自己的方向，坚定信心不动摇，以自信、自强、自立的形象迎接挑战。虽然我的就业指导课结束了，但是，我的真正行动才仅仅刚开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，做好职业规划，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

**就业指导课的心得体会篇六**

大学生求职，实际就是求职信息传播，就是大学生通过书信、上网、登门或引荐等渠道，向可能的聘用单位，表达欲求任职的意愿。我们大学生成功求职主要有以下四个方面：

一是要有过硬的专业知识和技能；

二是要具备较强的敬业爱岗和开拓进取精神；

三是要具有巨大的发展潜力。

一要认清自己，个人离自己最近，然而最难以认清自己；

二要下番功夫，认真搜集、分析和利用聘用信息。同时，眼界还要放宽些，不宜局限于某个行业或某个单位，以增加成功机率。

二会说话，面对聘用单位的人员说话时，能够心不慌、脸不红，知道哪些该说、详说，哪些改回避、简谈，说话当中能给人以诚实、谦虚、稳重和成熟之感等。

因此，大学生成功求职，还应具备抗干扰能力。抗干扰能力当中，最重要的有两项：

一是能够较准备地鉴别信息的真伪，防止上当受骗；

二是能够捕捉最佳决策时机，防止因脚踏两只、三只船等丧失最佳机遇。然而我们大学生总会陷入几个就业心理误区：

误区一：自我期望值过高。

误区二：过多的物质要求。

误区三：迷恋大型企业。误区四：追求热门职业。大千社会，无奇不有，作为在校大学生，我们应做好心理准备。坚信“天生我才必有用”的信念，从零做起，从基层做起，最终定能在社会上找到自己的位置。

**就业指导课的心得体会篇七**

通过就业指导课，我们知道了简历，为什么这么写?一般能写什么?为什么有的简历内容特别多?为什么有的简历特别消瘦?找工作都遇到什么问题和难题了?怎么解决的饿?如何去定位?如何平衡自己和家庭的选择?每一种选择后面都有对大学的思考，这就是结果导向的路径选择。

的确，这样做和不做的效果绝对不一样。记得我以前大一大二的时候，都是听别人说应该怎样怎样，很少主动去自己了解，所以听到的往往都是一部分信息，不会很全面。其实信息化时代的今天，很多资料和信息可以在网上或者书上可以找到一些答案的。

比如说职位的相关信息，一些职业工具书可以看看，还有就是一些职场人力资源或者相关岗位的人也会写相关的书，这些书就又很好的参考价值，另外就是招聘广告了，无价的，免费的，可以多看看，甚至不同级别相同职位的招聘广告，也可以了解一下发展需要的条件，别老想着，一毕业就做个经理。我觉得如果从现在开始，每周研究一份招聘信息，少浏览一个别人的空间，我相信今后一定会出类拔萃的。

其实大学里，在就业指导方面，除了辅导员老师，师兄师姐是的人脉资源，特别对于我们在校大学生而言。说不定自己将来的就业可能就是在某个师兄的帮助下找到的理想工作。所以我认为要跟能干的师哥师姐建立牢固关系。

需要指出的有两点，其一，师兄师姐们比我们高两级，甚至三级的，才是的人脉;而仅仅比你高一级的师哥师姐，在你开始求职的时候，可能自己还没有渡过职场迷茫期呢?那你们俩很可能要“执手相看泪眼，无语凝噎”了。其二，你的人脉，凭什么乐于帮助你?多和师兄师姐交流，互帮互助，可以提供一些就业信息，帮他们求职，给他们鼓劲，帮助师兄师姐浏览招聘广告，我觉得只用我们用心去做，就一定会赢得信任的。

在职场里永远要面临的问题就是你能做什么?一般自己具备比较好的能力，一般都是长期积累的结果。如果还没发现自己有什么了不起的能力，那就要好好参加一些实践和工作，要学会去挖掘自己的潜力和能力，而不是等待，需要勇敢的实践和尝试去穿越。这个世界上没有人一辈子能拯救你，所以不管三七二十一，你是个“积极向上”的人吗?反正，如果堕落，能拯救你的人就是未来，很未来的未来!

就像爬山一样，在山下我们很难看到这座山后面的风景，也就难以碰到我们喜欢的风景。因此，要做的就是积极地登眼前这座山，爬上去，你会看到：无比美好的风景。可能再去登更好的山，就会看到更好的风景。就算一个人真的目标不清晰，你首先可以做到积极向上，在充实的学习和实践中认清自己!如果选择低调甚至堕落，别说认识自己，别人都可能不理你!

趁年轻，不要让自己后悔。心中有梦，敢于追求!

**就业指导课的心得体会篇八**

随着我国市场经济的建立和完善，经济全球化不断深入，科技进步日新月异，综合国力竞争日益激烈。高校毕业生就业制度改革的不断深入，此刻毕业生就业实行在国家方针政策的指导下，在必须范围内透过双向选取的方式自主择业的办法，因此，在高校开设就业指导课，帮忙毕业生释疑解惑，调整好心理状态，使其顺利走上工作岗位，有着重要的好处。

“大学生就业指导课”主要是对学生进行比较系统的择、就业思想和技巧的教育。透过对本课程的学习帮忙学生准确地把握目前就业市场的需求形势和国家、各省市有关大学生就业的制度和政策，按照社会需求确立就业期望和就业心理，树立正确的择就业观念和就业取向，了解大学生就业程序，掌握必须的就业技巧，以保证毕业生顺利就业。同时，进行相关的职业知识、道德、素质教育，使学生了解我国目前的就业趋势和职业必备素质和技能，尤其是了解独立创业务必具备的素质和潜力，使学生在毕业后能够进行独立创业，为国家排忧解难。

1.1指导和帮忙学生完毕学业，促进全面发展按照国家的教育方针、培养目标、培养规格的要求，指导和帮忙学生在学制系统中完成学习任务，完毕学业。并在此基础从理论和实践相结合的高度上告知学生全面发展，并逐步确立职业生涯设计目标，并从思想上、潜力上和心理上准备求职。

1.2指导和帮忙学生了解职业发展趋势，树立合理的择业观念高校学生理解的是专业化教育，将来面临的就业方向与所学专业密切相关，因此，很有必要透过大学生就业指导课的学习进一步的了解所学专业及职业的发展方向和趋势。帮忙学生树立合理的择业观念，使学生萌动的、自在状态的求职期望，上升为实在的、自为状态的择业行为；鼓励毕业生到基层、到艰苦的地方、到祖国建设最需要人才的边远地区、县和乡的基层中发挥自我的特长，干出一番事业，到达人才资源的合理配置。

1.3指导学生正确把握目前的就业形势和用人趋势，了解和熟悉国家、省市相关大学生就业政策高等学校毕业生就业政策是国家为完成必须历史时期的任务适应经济建设和社会发展的需要而制定的有关就业的行动准则，它将根据国家政治经济的变化而不断调整；各地，各部门也根据国家当年颁布的有关政策并结合本地区、本部门的实际制定相关的就业政策。因此，毕业生就业工作是一项政策性很强的工作。毕业生了解国家的就业政策是择业求职过程中十分关键的环节。

1.4指导毕业生掌握求职对策，促进顺利就业求职是高等学校毕业生走出校园的第一步，应对着社会上形形色色的招聘会和用人单位，他们务必做出选取，来完成就业。由于高校毕业生刚刚结束学生生涯，开始职业生活，社会经验的不足，在面临求职抉择是，他们常常无所适从。而一个人的发展和成才在相当大的程度上取决于他的职业。大学生就业指导课就是给毕业生带给了一些解决求职对象和应聘规则的途径和办法，从而为帮忙毕业生顺利就业创造条件。

1.5激励学生以新的姿态继续学习，走向成功目前，终身性学习已成为社会发展的潮流。在当前知识经济时代，掌握知识将成为人们的追求，终身学习将成为社会的时尚。大学生就业指导课在完成就业前的教育教学任务的同时，也鼓励学生终身学习，并预祝他们走向成功。

《中华人民共和国高等教育法》第59条第一款规定：“高等学校应当为毕业生、结业生带给就业指导和服务”；原国家教委教政厅〔1995〕4号文件指出：“开设就业指导课旨在帮忙大学生以正确的人生观、价值观、道德观和行为规范参与求职择业活动，增强适应社会的潜力。同时，旨在帮忙学生树立正确的择业目标，掌握求职技巧，解决求职过程中出现的问题，正确选取职业，为将来的发展与成才打下良好的基础”。这说明对高等学校学生进行就业指导，是学校教育教学工作的一个重要资料，是推动学生全面发展，贯彻学以致用、人尽其才原则，帮忙学生顺利择业求职的重要措施。也能够说，这既是对大学生就业指导课的指导思想、教学目的和教学任务的具体要求，也是对课程资料的基本规定。结合学生实际，就业指导课的资料主要包括如下几个方面：

2.1就业思想教育择业标准、择业方向是受人的支配的。就业的思想指导即对学生进行职业价值观教育。职业价值观简单说是人们对职业的基本看法和态度。主要是透过对学生进行职业理想、职业道德、人生观、价值观的教育，引导学生树立正确的择业观，调整择业期望值，正确选取和对待职业，确立“先就业、后择业”的就业观念，倡导“三支一扶”、“大学生志愿服务西部计划”等国家就业政策。基层也是成才地，在平凡的职业中作出不平凡的贡献，实现自我的人生价值。

2.2就业政策指导政策指导是大学生职业指导工作的基础。它系统地向学生介绍国家对大学毕业生就业问题的宏观指导政策、劳动人事法规。透过具体的就业制度、政策、方针和有关劳动人事法规、个人在择业过程中所享受的权利和应尽义务的学习，引导学生深刻领会国家关于毕业生分配的政策，摆正自我的位置，找到适合自我的主角，走出择业的误区；尤其是要让大学毕业生加强对国家就业鼓励与倾斜政策的了解，使学生就业能在政策范围内有的放矢地进行，克服择业的随意性和盲目性，使学校既落实国家宏观调控计划，又完成毕业生资源合理配置。

2.3就业心理教育心理问题是心理不健康的现象或倾向，是心理压力和心理承受潜力相互作用，使人失去应有的心理平衡。“双向选取”的就业办法在大学生的心理产生了严重的冲击，对许多学生的心理产生了不良影响，出现了攀比、盲目求高、自卑、自负、依靠等就业心理问题。就业指导课透过对大学生在求职择业中应具备的心理素质，对在求职择业中常见心理问题的分析和自我调适等的讲授，使学生了解自我的心理特点、自身素质和个性特征，树立正确应对现实，克服心理障碍，走出心理误区，增强心理调适潜力和择业的自信心。

2.4就业技巧指导就业技巧是指大学生在求职择业过程中应具备的技能与艺术。择业技巧的掌握对大学生求职成功与否影响较大。透过讲授求职择业的方法和技巧，目的是使学生掌握应聘、就业的程序，把握机遇，顺利就业。透过对写求职信，参加供需见面会、面试的技巧、择业前的准备等资料的学习，使学生掌握自荐方式和面试的有关礼仪，掌握与人交谈时有声语言和体态语言的正确运用方法，引导学生在日常生活中自觉地锻炼自我的表达潜力、交往潜力和应变潜力，使学生避免由于方法不当而带来的求职择业障碍，使其在求职择业中持续主动地位。

2.5就业信息指导就业信息的获取是大学生进行自主择业的关键环节。获取信息量的多少，标志着选取就业机会的多或少。透过就业指导，一方面，学校透过各种形式与社会用人单位建立广泛的联系，了解和掌握用人单位对人才素质的要求，并及时将这些信息传递给学生，为大学生就业铺路架桥。另一方面，透过就业指导课的指导，帮忙和指导大学生学会主动地搜集就业信息的方法，掌握信息渠道，学会筛选有价值的信息，有针对性地进行职业选取。

2.6就业安全教育刚从大学校门走出的毕业生，缺少对社会的认识和了解，应对形形色色的招聘会，他们会或多或少产生茫然、盲从，其中也有少数同学被不法分子所利用，损害了学生的切身利益。透过就业指导课的教学，教育广大毕业生增强自我保护意识，增强对各种招聘会的分辨潜力，学会利用法律武器保护自身的合法权益。

经过几年来的教学实践和探索，我们认识到，要上好就业指导课，就要注重课程的针对性和时效性，发挥就业指导课在大学生就业过程中的主导作用。

3.1发挥教师的主导作用同发挥学生的自为精神紧密结合发挥教师的主导作用，集中表现为以课堂教学为主渠道，坚持循序渐进的原则和理论联系实际的原则，以教材为基本依托，按照教材的内在逻辑，从远及近，从客观到微观，从形势的分析到行为取舍，帮忙学生奠定科学的知识基础，带给勇于理解市场选取的精神动力。这也就是通常所说的“指点迷津”式的、“授人以渔”式的教育教学。与此同时，务必贯彻“以学生为主体”的原则，充分发挥学生的主观能动精神，自动学习好相关理论知识，主动收集与筛选信息，切实增强对职业的评价潜力、选取潜力，自主选取职业方向，迎接挑战。

3.2坚持理论教学与实践训练相结合就业指导课是一门实践性极强的课程。在对学生进行理论授课后，使学生初步掌握基本理论知识，为了进一步提高学生对就业指导课兴趣和认识，适当的组织他们利用所学知识进行模拟面试，以加强他们的语言表达、人际沟通等潜力。在适宜的条件下，也能够组织他们参加招聘会，为他们开辟一个良好的实习空间，来感受求职的氛围和实践求职的技巧。透过这些实践的教学环节提高教学效果，提升毕业生的社会适应性。

3.3坚持课堂授课与个别辅导相结合系统地开设就业指导课程或者举办相关的讲座，开展课外相关的活动，这都是面向多数学生进行的知识和潜力教育，应坚持上好。但由于学生群体在思想水平、知识水平、择业期望以及在实际的就业过程中遇到的不确定因素的客观差异，对他们进行个别指导则更有实效。

3.4坚持就业教育和创业教育相结合就业与创业是紧密联系，不可分割的。在进行就业教育的同时，鼓励毕业生自主创业。我们培养的毕业生不仅仅仅只是一个被动的求职者，更就应是主动的职业的创造者。这在首届世界高等教育大会透过的《世界宣言》和《行动框架》已有明确论述。《世界宣言》强调：“毕业生将愈来愈不再仅仅是求职者，而首先将成为工作岗位的创造者”（《宣言》第7条）。这就要求我们务必将就业教育与创业教育有机结合起来，引导学生学会创造，培养学生的创业意识，逐步实现学生从就业走向创业之路。

**就业指导课的心得体会篇九**

随着我国市场经济的建立和完善，经济全球化不断深进，科技进步日新月异，综合国力竞争日益激烈。高校毕业生就业制度改革的不断深进，现在毕业生就业实行在国家方针政策的指导下，在一定范围内通过双向选择的方式自主择业的办法，因此，在高校开设就业指导课，帮助毕业生释疑解惑，调整好心理状态，使其顺利走上工作岗位，有着重要的意义。

大三的这个学期，学校为我们请来了校各重要部门岗位上经验丰富学识渊博的老师，为我们详细而有的放矢地解释各种难点和疑问。经过一学期认真的学习，我不禁要感叹：就业指导课不仅解决了我心中的种种疑团，更为我指明了人生的方向。”虽然各个老师讲的课都时间不长，但我从中所学到的却很多。

上课的老师都很专业又较多地联系实际，这门课程中受益匪浅。第一，帮助我们更好地认识了现状。第二，培养了我们的职业素质。第三，对自己有了一个更清醒更深入的认识，对自己的未来和前途有了明确的目标和计划。第四，激励了我从现实开始不断地丰富自己，为就业早做准备，就不会像一个苍蝇找不到自己的方向了。第五，提高了觉悟，我深刻地明白了一个道理，那就是求职是一门非常有意思的生活艺术。上完这门课后，我觉得收获的确挺大的。

就业指导课给我们一个持续的警醒：我们将是一个完全的成人，该对自己的未来负责。从细微入手，以正确、机灵的方法为指导，相信这样，我们可以走在同行者的前面。说虽说，这是需要一定的实践锻炼才行，毕竟我们都是普通人，不过它能让我们或多或少的知道些前辈们给我们留下来的经验，让我们少走点弯路。

大学生求职，实际就是求职信息传播，就是大学生通过书信、上网、登门或引荐等渠道，向可能的聘用单位，表达欲求任职的意愿。我们大学生成功求职主要有以下四个方面：

第一、自己首先是合格的大学毕业生。

也就是说，自己本身是有用之才。一是要有过硬的专业知识和技能;二是要具备较强的敬业爱岗和开拓进取精神;三是要具有巨大的发展潜力。

第二、能够较准确地找到自己与聘用单位的共同点。

即自己的志向、知识、能力、特长、兴趣、爱好等与聘用单位有共同之处。一要认清自己，个人离自己最近，然而最难以认清自己;二要下番功夫，认真搜集、分析和利用聘用信息。同时，眼界还要放宽些，不宜局限于某个行业或某个单位，以增加成功机率。

第三、要具备一定的求职技能。

尽管求职技能多种多样，错综复杂，但对大学生而言，最常见和最主要的技能就是“会”：一是会写自荐书信，写出的自荐书信能扬长避短，重点突出，简明扼要，措辞巧妙、精辟，能引起阅读者的重视等;二会说话，面对聘用单位的人员说话时，能够心不慌、脸不红，知道哪些该说、详说，哪些改回避、简谈，说话当中能给人以诚实、谦虚、稳重和成熟之感等。

第四、要有一定的抗干扰能力。

干扰大学生正常求职的因素，目前还不少。如不正之风，设骗欺诈，信息泛滥等等。

因此，大学生成功求职，还应具备抗干扰能力。抗干扰能力当中，最重要的有两项：一是能够较准备地鉴别信息的真伪，防止上当受骗;二是能够捕捉最佳决策时机，防止因脚踏两只、三只船等丧失最佳机遇。

然而我们大学生总会陷入几个就业心理误区：

误区一：自我期望值过高。

不少大学生自认为学识渊博，从政、经商、做学问不费吹灰之力，伸手就可以出成果。因此，他们在择业时极容易出现“高不成，低不就”的现象，自然择业困难。

误区二：过多的物质要求。

许多大学生过多考虑物质条件，不但要求月薪高，生活好，还讲究住房、奖金等林林总总的物质享受，如果用人单位稍不满足他们的要求，他们便潇洒地“移情别恋”。一位企业老总说：“企业竞争也是人才竞争，我们公司急需几个具有经济管理人才的大学生，可是他们太傲，动辄讲待遇，眼光这么高，我还敢用他们吗?”

误区三：迷恋大型企业。

有相当一部分大学生认为，只有到大型企业去干，才能充分发挥出聪明才智。他们的理由咄咄逼人：大型企业具备了实现人生价值的物质和精神条件，机遇好，福利好，工作稳定，而小企业只有那么几十或几百号人，奖金不雄厚，更谈不上什么发展前途了。其实，有些大型企业里面人才济济，竞争十分激烈，而一般的小企业，对人才的需求如饥似渴，事实上近年，大企业里的大学生“大材小用”，而小企业却多“小材大用”。其实，不管在大企业里，还是在小企业里，只要有真才识学，脚踏实地，同样能干出一番事业来。

误区四：追求热门职业。

行政、人事、财会是大学生追求的热门，可毕竟僧多粥少，人才济济，用人单位只好“百里挑一”，落选者甚众。而一些冷门职业尽管急需大批人才，但问津者寥寥无几。这样，在人才市场就出现了“热门难进，冷门更冷”的怪现象。

大学毕业生的择业误区，是在社会、个人双方合力下形成的。其实，作为大学毕业生的我们，此时应该多一点“大丈夫能屈能伸的豁达”，不要过分计较一时的顺逆，坚信“天生我才必有用”的信念，从“零”做起，从基层做起，最终定能在社会上找到自己的位置。

时光飞逝，眨眼之间，四年的大学生活已经过去了三年了。马上面临的就将是紧张的就业了。在大一的时候，学校就充分考虑到了我们信息不足、缺乏经验的状况，给我们提供了宝贵的机会：学校为了使将要我们能够提早对近年的就业形势和就业的相关重要知识和信息有所接触和了解，特别开展了就业指导课，在这不长的时间里，我确实学到了很多书本上没有的知识，对就业形势以及有关择业的各方面的情况都有了一个系统的了解。

就业是决定一个人以后要干什么的，要从事什么行业，要走什么的样的道路的事，所以它是一个人生中一件很重要的事。我想，我们最开始意识到就业之难，是在高考志愿的取舍中。众多的高校、各种各种样的专业，一大堆的志愿，一大堆的选择，一股脑而全摆在眼前，无从下手、无从抉择。脑海里浮想着多年后的自己应该有什么样的工作，应该有什么样的人生。经过深思熟虑，工工整整、虔诚地填写好志愿，那应该是人生就业指导的第一部分了。

“凡事预则立，不预则废”，在就业之前，了解当前社会就业情况、社会对求职者的要求、自身的职业特点及求职的相关经验对即将走进社会，叩开职业生涯的我们是非常实用的。

首先，能帮助我们更好地认识社会就业现状。

第二，对自己有了一个更清醒更深入的认识，对自己的未来和前途有了明确的目标和计划。

第三，激励了我从现实开始不断地丰富自己，为就业早做准备，就不会像一个苍蝇找不到自己的方向了。

通过这几年的就业指导课，很有感触。似有“与君一席话，胜读十年书”。原先的天真烂漫的想法从脑海中浮现，又消失，替代的是新的观念，稳重了，踏实了，似有惊醒梦中之人。这才发觉，现实不如理想般美好，我们也不应该对现实渴求什么，踏踏实实的走好每一步路，理想和现实是有着不可越过的鸿沟，但经过细心经营也会别有洞天，让人痴迷、让人向往。我觉得自己应当好好的总结一下课堂及讲座中所学，以求为自己即将到来的择业工作带来一定的帮助。

一、知己知彼，百战不殆：自我定位是关键。

由于是初次择业，多自考毕业生大都抱着“边走边瞧，边走边跳，走一步，算一步”的想法，没有认真想一想自己的职业定位问题，也没有一个职业生涯规划。有的毕业生在择业过程中总是过高地估价自己，自我定位过高——工资看外企、职位看白领、单位看名气、环境看气派，因此总是找不到一个适合自己的就业岗位，到最后反而找不到工作，现实生活中存在的社会职位竞争的不公平、操作的不规范现象，也常常使自考毕业生感到很迷茫，找不准位置，看不清方向。不是过于自尊，就是过于自卑，凡此种种，都会对自考毕业生顺利就业形成巨大的障碍。

二、自我认识，准确把握自身优势。

我们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。

三、努力克服心理弱点。

对于面临职业选择的毕业生来说、能否战胜自身心理弱点，直接影响到其择业的成败。一是自愧不如的心理。一些毕业生平时养成了对父母亲友的依赖心理，面临职业选择，也容易产生“反正父母会给我想办法”的依赖思想。求职择业是人生的一个重要转折。面对这一‘转折，毕业生既应做到知己知彼、权衡利弊，又要不失时机，抓住转折机遇，当机立断。而毕业生优柔寡断、犹豫不决的心理弱点往往会产生“这山望着那山高”、“不识庐山真面目”的困惑与迷茫，以致白白失去择业的良机。

四、要注意把握职业的冷热变化。

职业的冷热变化，决定了劳动者从事某一职业的发展前景。有的旧职业会逐步被社会所淘汰，有些新职位则会随着历史的发展而产生。劳动者选择从事某一职业，不论是热门的还是冷门的，只要是向衰退的甚全会被淘汰的方向发展，就要注意把握其变化，尽可能适时调整自己的职业，不必从一而终、死守到底。另外，为了适应未来职业的变化，毕业生还应不断地学习新知识、新技术、新技能，提高自己的综合素质，更新自己的知识与技能，这样才能保证自己不被职业淘汰。

大学就业指导课即将结束。总共十五节课的学习期间所得的收获不是简单几句话就能说完的，更主要的是使我对将来有了认识，不再是像以前那种每天两耳不闻窗外事的情况了，对自己也对环境有了正确的认识，才不至于在将来面临就业时才手忙脚乱，疲于应付。这门课虽没像其它的课那样有具体的知识可学，但对我的意义却远胜于具体的知识。这就像灯塔之于航船在关键时远胜一点动力能源，因为如果航向不对或不明确，能源再多也只是徒劳，甚至越行越远。

作为全国高等高校的应届毕业生，我深切地感受到所面对的就业压力。学校毕分办组织的就业指导课正好为我这样迷茫着的大学生提供了宝贵的信息。从指导课中，我总结出了以下几点内容。

第一，大学生求职，实际就是求职信息传播，就是大学生通过书信、上网、登门或引荐等渠道，向可能的聘用单位，表达欲求任职的意愿。我们大学生怎样才能成功求职呢?从信息传播成功关键因素分析，主要有以下四个方面。

：一要认清自己，个人离自己最近，然而最难以认清自己;。

二要下番功夫，认真搜集、分析和利用聘用信息。同时，眼界还要放宽些，不宜局限在某个行业或某些单位，以增加成功机率。

每个人都希望找到一份理想的工作，施展才华，实现自己的人生价值。然而，尽管你具备优秀的素质，接受过良好的教育或经历丰富，但理想的职业也非唾手可得。茫茫人海，强手如林，求职的过程必然充满了竞争。李书记您的就业指导课，便是教我做好个人定位，确立正确的就业观、人生观与发展观的同时，赐予我一双面试技巧的翅膀，让我战胜敌人，找到满意的工作。

课上，李书记您用充实的ppt内容与风趣的解说讲述了我们的就业形势，应该如何适应职场及一些我们易懂却不易发现的道理。即使课堂虽然信息量很大，也丝毫不能削减我对就业课的热爱。无论是精彩的就业心态、综合素质的准备介绍，还是风趣的情商提高课，都让我记忆尤新。记得您用猴子、猩猩、大象等动物的特有品质，生动形象的讲述了我们以后应该具备什么素质，才能更好的发展。这无疑是为我们指出了一条如何完善自己、步入成功的道路。您的课告诉我，作为一个当代的大学生，不应该只具备某方面的专业技能，更需有较高的情商，才能发展得更好。

基于特别喜欢书记您的情商指导课，我将着重谈下这节课的心得体会。以下是我在就业指导课记录的一些笔记与心得，望老师给予雅正：

1、与直接上级保持良好的沟通。

作为一名员工应明确自己的位置与职务。我们有什么好的想法，不能越级去告诉领导;应该为自己的直接上级奉献自己的微薄之力，让他理解你的想法，使自己的上级发亮。我想良好的上下级关系不仅会给你带来愉悦的工作环境，也更具有上升发展的空间。直接上级是你的直接领导，也是你工作的直接安排者和工作成绩的直接考评者。搞好上级的关系不是让你去溜须拍马、阿谀奉承，而是要注意经常与上级沟通，了解上级安排工作的意图，共同讨论一些问题的解决方案，一起成长、奉献。这样更有利于完成自己的工作。

2、充分理解公司的企业文化。

每个公司都有自己的企业文化，即使公司没有宣传这些文化，它都是客观存在的。俗语云：没有规矩不成方圆。作为一名新员工，在刚来公司时，一定要留意公司的企业文化，理解企业的做事习惯与发展方针。我们如果以后工作上不注意这些习惯，容易与同事们格格不入。如：公司员工经常加班加点的工作，而你却非要按时来按时走，一分钟都不愿在公司多呆，这种不良的工作习惯必会影响你在其他员工心目中的印象。也记得老师的那个例子：办公室的电话响了，当然是新来的去接。所以，新员工应该主动点，别怕吃亏。

3、莫要求全责备。

每个人在工作中都可能有失误。当工作中出现问题时，应该以解决问题为己任，主动协助解决问题，而不应该只做一些求全责备式的评论。特别是在自己无法做到的情况下，让自己的下属或别人去达到这些要求，很容易使人产生反感。此外，我们应该处理好与同事们的关系，不要去恶性竞争，唯有这样，自己才能有所发展。

4、杜绝行动迟缓。

在接到工作任务后，自己应该立即着手行动。现在很多工作都得大家相互协作开展的，切莫以自己一人迟缓而影响了整体工作的进度，损害了大家的利益。有些时候，当某些工作你可能因为客观原因无法完成，这时你应该及时通知你的上级，与他讨论问题的解决方案。无论如何，都不应该将工作搁置，去等待上级的询问。

5、向一味取悦他人say：no。

这个故事，从老师讲述我们学校一个学生面试时买咖啡的故事体会到，一个真正称职的员工应该对本职工作内存在的问题向上级提出建议，而不应该只是附和上级的决定。

6、不做流言传播使者。

每个人都会被别人评论，也会去评论他人。但若津津乐道于某人的流言蜚语，这种议论最好停止。不做流言传播的使者，也不做自打嘴巴的小人，因为自己说过什么事最后都会传到人家的耳朵里，伤了别人，也损了自己。

感谢李书记的激情的演讲，我认识到如此严峻的就业形势，明确自己的定位;感谢您大方风趣的举止，我领略到一位成功男士的独特魅力，端正自己的为人姿态;感谢您的模拟面试，我坚定了就业信心，学会以自信、自强、自立的形象迎接挑战。虽然我的就业指导课感想就要结束，但我的真正行动才仅仅刚开始。现在我要做的是，勇敢地迈出自己的步伐，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

大三了，毕业离我越来越近了，这意味着不考研的我离学校越来越远了，要面对找工作这个问题了，一直以来，看到别人照毕业照就觉得好害怕，一眨眼，就轮到我了，面对找工作，感觉自己什么都不知道，什么都不会。我想，对我们这群没有见过世面，整天呆在校园里的莘莘学子来说，就业是一个不能再遥远的话题。但是，正因为如此，我们才更应该好好考虑就业这个问题，那样才不会被将来的就业打个措手不及。作为一名当代大学生，知识分子的象征，应该具有解决问题的思维与能力，面临着就业危机，应当视危机为挑战，努力让自己脱颖而出。

幸好这个学期上了就业指导课，学到了一些面试技巧，以及相关的一些知识。如今全国高校林立，考上大学已经不能代表未来道路一帆风顺了。每年毕业生众多，招骋会上黑压压一大片，在一个普通招骋会上就可能有几百人个大学生在竞争一个岗位。那么，在如此激烈的竞争之中，跻身于就业市场，如何让自己脱颖而出?除了我们平时认真学习，去掌握好专业知识外。还要做好简历，掌握好面试技巧。

首先，面试之前要做好相关的资料收集工作，了解求职公司，把自己的优点与求职公司的要求联系起来，因为职业选择本身还是一种双向选择的过程，个人选择单位，单位选择个人。在做职业选择时，还要考虑用人单位的需求，知道自己的优势在哪，这样才能跟单位配对成功。用人单位招聘时往往只是通过简历、面试等一些简单的方式来了解我们大学生，这时候，我们大学生就要充分做好准备，毕竟“机会总是垂青于有准备的人”，我们要向用人单位展示自己的特色，让他们了解“我就是你们的最好选择!”往往这些，可能从我们的简历，我们的面试，我们的为人处事等等方面表现出来。在简历中简明扼要的说明自己的求职优势，把自己最大的优势重点表现出来，可以适当的加粗和改变颜色，让人一目了然，以让用人单位在万千求职者中记住自己。

在正式面试的时候，，面试时要注意的几点：举止大方，谦虚热情。进入面试场应先敲门，得到允许后方可进入，顺手、轻声关门;主动和面试官打招呼致意，要穿比较正式的着装，要注意礼貌用语和细节，要时刻注意自己的形象，表现出自己作为大学生应有的素质。在领导提问时要注意先感谢提问再回大问题，当遇到不会回答的问题时，不要应付，不懂装懂，也不要直接说不会，可以委婉的表达自己不会，比如这样回答：“您提的这个问题我\_\_\_学过，但是时间有点久了，我忘了一些，我会回去好好巩固这方面的知识的，谢谢您的提问。”这样既礼貌，又不会给人以不懂装懂的感觉。在面试的时候，最重要的是能否战胜自身心理弱点，直接影响到我们择业的成败。首先是自愧不如的心理。面对激烈的择业竞争，不少人容易在“本科生择业难”的影响下产生自卑心理和示弱心态：“我能竞争过研究生，名校生吗?”“要是碰钉子多丢人!”“万一失败了怎么办?”这种自我设置的心理障碍，往往使我们缺乏竞争的勇气和获胜的信心。其次是，犹豫不决的心理。求职择业是人生的一个重要转折。面对这一‘转折，毕业生既应做到知己知彼、权衡利弊，又要不失时机，抓住转折机遇，当机立断。而毕业生优柔寡断、犹豫不决的心理弱点往往会产生“这山望着那山高”、“不识庐山真面目”的困惑与迷茫，以致白白失去择业的良机。四是自视过高心理。或因自己的学习成绩好、家庭条件优越，或因自己的能力强、具有一定的竞争实力，或因自己容貌出众、多才多艺等，产生一种自命不凡的优越感，一种自视过高的心理。在求职时，过高地估计自己，这个单位瞧不上，那个单位也不遂心，而用人单位对这种缺乏自知之明、自视清高毕业生是不喜欢的。要想使自己在择业竞争中保持良好的竞技状态，自如地应付所遇到的各种问题，必须做好各种思想准备、心理准备，增强心理的承受力，不要一遇到挫折就心灰意冷，自暴自弃。要知道，在择业中遇到挫折是很正常的事情，应该把挫折看成是锻炼意志、增强能力的机会，放下思想包袱，认真找寻失败的原因。求职择业的过程，是一个全面展示自己的过程，必须努力完善自己，提高自身的素质，要有展示自己才华的勇气。作为一名毕业生，要坚持自尊、自信、自立。在心理亡要有自信心，要相信自己和名校生一样有实力，要敢于竞争，克服自卑、胆小、怯懦等不良心理状态。

通过我们的就业培训课，觉得我们应该在面试前，多做准备，多自己找资料，问老师问师兄师姐，去把握面试官可能会问的问题，以让自己在面试中表现更优秀。去找到一份适合自己的好工作。未来的事需要从现在开始努力，努力的让自己变得更好。

(一)制定一个五年的职业计划，并拟定阶段性目标：在认识自我表现，了解职业的基础上，从自身的条件和社会的需求出发，确定职业的发展方向，明确职业目标，制定一系列的学习，培训学习，实践计划，不断的挑战自我表现，超越自我，一步一步的为总体目标的实现打好基础。

(二)写谋职信，自荐信简历时应注意的问题：

1.写谋职信时尽量使用简洁明了的语句是你所求的工作在信中的以明析的表达。

2.写自荐书信时，尽量扬长避短，突出重点，简明扼要，措辞巧妙，精辟，以便引起阅读者的重视。

3.在简历中真实的写明自己的专业特长。

(三)利用各种途径求职：

1.校内途径a，参加校园招聘会，这是应届毕业生最常见，最有效的途径。b，学校推荐，这种途径的求职成功率很高，但选择的余地不大。

2.社会途径;a参加综合性人才招聘会，其规模庞大，招聘单位众多，行业范围广泛，给求职者较大的空间。但用人单位多以招有工作经验的人才为主，且其在组织管理、安全保卫方面有所欠缺。b社会关系介绍，人际关系十分重要，广交朋友建立关系。利用自己的社会关系网搜集就业信息和进行求职活动，许多用人单位也喜欢录用经人介绍和推荐进来的求职者。c电话求职。d直接登门自荐，成功率高达47%。e中介机构代理。

3.综合求职：a上网求职，充分利用网上招聘信息，把自己的简历挂在网站人才库中通过电子邮件投递到相关企业争取更多机会，这以是大学毕业生十分重视的求职方式。b创意求职，成功率86%。

(四)知彼：通过各种渠道收集了解企业各方面情况，如企业的业务状态、市场前景、企业规模、企业文化、招聘要求等相关资料，以便在面试中心中有数，可迅速进入状。

(五)进行模拟练习：想象面试的各种场景和问题，应对的方法和答案并针对企业设计几个有一定深度的问题，以便在面试中提问，以示对企业的关注与兴趣并加深考官对你的印象。

(六)寻找职业时切不可“吝啬”您打算“节省”的最后一封求职信，恰恰敲开职业的大门。

(七)面试时要注意以下几点：1，举止大方，谦虚热情。进入面试场应先敲门，得到允许后方可进入，顺手、轻声关门;主动和面试官打招呼致意，在主试人没请你坐时切勿急于落座，坐下时应道谢，整个过程要保持良好仪态。2对方介绍情况时要面带笑容、认真聆听，并适时点头、答话，一般不要打断主考官的说话更不能抢问抢答;交谈时要轻松自如目光对接;回答问题时要口齿清楚声音适度，语气适中简明扼要，条理清楚，有理有据。忌用口头禅，同时要言观色，注意对方的反应，适时调整自己的语言语气和陈述内容，或转移话题，引对方的注意。3，自信，诚坦率恳。在回答问题时要据实回答遇到自己不知或不懂的问题，不要闪烁其辞，默不做声，牵强附会，不懂装懂，应该诚恳的承认自己的不足或表示自己曾经学过但一时想不起来，这样反而会赢得主考官的理解、信任和好感，千万不要夸夸其谈，更不要锋芒毕露，这样会给人不安分守己，难以管教的感觉，会觉得你难以合作，会造成一种抢饭碗的威胁。

4.会说话，面对聘用单位人员说话时，能够心不慌、脸不红，知道该说、详说那些，那些该回避，简谈，说话当中能给人以诚实、谦虚、稳重和成熟之感等。

(八)面试时抓住时机主动提问，充分西显示自己对谋职企业以及职位很感兴趣。

(九)，对那些将自己企业职位吹的天花乱坠的雇主，您要小心行事。

(十)要有一定的抗干扰能力：干扰大学生正常求职的因素，目前还不少，如不正之风，设骗欺诈，信息泛滥等等。因此，大学生求职要成功，还应具备抗干扰能力。抗干扰能力当中，最重要的有两项：

一是能较准确的辨别信息的真伪，防止受骗上当;。

二是能够捕捉最倍失策时机防止因脚踏两只，或三只船丧失最佳机遇。

(十一)不要收到书面拒绝信涵就心灰意冷。你应该清楚的意识到，受到回绝信在今日已经是很普通的事。

(十二)如果您尚无选择的余地，请先接受一个职位，即使它与您的初衷并不相符。大千社会，无奇不有，作为应届毕业生应做好心理准备。坚信“天生我才必有用”的信念。从零做起，从基层做起，最终定能在社会上找到自己的为位置。

这一学期我们学校为我们开了一门大学生就业指导课，或许知道我们马上就要毕业，给我们提供一个更好的就业环境吧。通过这们就业指导课的学习，我学习到了怎样写一个创业的计划书、怎样去分析你你当前创业项目的前景，还有就是你在拉投资的时候应该要怎样去打动你的投资者等等。我不知道自己在学校或者毕业后是否会自己创业，但是我知道这些课堂上面学习到的知识点绝对是能够给予我帮助的，因为它让我接触到了新的东西，也让我有了更加全面的认识，这是眼界方面的东西，在任何地方都是有用武之处的。

上课的时候老师详细的跟我们介绍了创业的定义以及什么样的才属于创业，这方面我们之前都是只有模糊的概念，但是老师讲课让我们对这个有了更加清晰的认识，老师还通过具体的创业案例告诉我们创业是一条艰辛的道路，现在社会上面那些有名的创业者之前基本都有过许多的创业失败经历的，甚至有的人还有好几次的失败经历，这就让我们知道了创业的成功与失败都是一个正常的事情，我们不应该因为成功而自大，更不应该面对失败而自暴自弃，成功与失败在某种意义上是相对的，虽然创业失败了，但是积累了经验可以为后续的创业点出需要注意的点，这也可以说是一种成功。面对创业中的成功与失败，我们最应该要具备的是能够从中学习到东西，知道自己成功的原因在哪里，知道自己这次失败是出现在哪个方面，这些都是可以为自己提供借鉴的。

创业课中我们不仅仅是听老师给我们讲课，还有许多事我们一季去实践，在生了第一周的时候老师就跟我们说过这次课程的期末考试是让我们分组做一个创业项目计划书，所以在平时上课的时候老师也一直都在锻炼我们这一块，会让我们自己写一写某个创业案例中的条件分析和成功或者失败的问题分析，所以通过这种实践活动，让我们都掌握了一定的创业基础，知道了我们要创业必须要有具体的方向，并且要去调研了解清楚我们所有设计行业的前景，我们产品目前的用户渴望度，还有就是当前我们周边的人和政策能够给我们带来哪些帮助等等。

在期末考试的项目计划书中，我们六个人一个小组，完成了一个项目的计划书，做这个工作的时候我们是体验到了许多的困难的，我们要去搜集资料了解我们产品的可能性，我们还在校园里面随机询问进行调研，一直到最后的项目书完成，我们总共用了两周多的时间，我们这还是小打小闹就用了这么长时间，他们企业正式的创业项目书可怜难度有多大了。在后来课程答辩中，我的表现还是不错的，介绍好了我们的项目，并且在老师的各种问题下都能够顺畅的回答下来，所以表现分还是拿到了班级第一的。

创业指导课或许并不是鼓励我们每一个同学都去创业，而是为我们提供更多的知识，让我们具备一定的创业条件，并且让我们知道如果我们要创业应该要做哪些准备，让我们清晰眼前的路，这样以后在走这边路的时候可以少走一些弯路，少碰到一些荆棘。

**就业指导课的心得体会篇十**

不学礼，无以立，对于一个人来说，礼仪实质上是人的内在修养、思想品德、文化素质和交际能力的外在表现，是尊重他人的表现形式和行为技巧，是一个人立身处世、塑造良好形象的重要因素。在本次就业指导课程上，《礼仪与形象》这一节课让我印象深刻。对于女生来说，礼仪就是一个魅力无穷的话题，从头到脚、从走路说话到待人接物，无一不包。

“如果我们沉默不语，我们的衣裳与体态也会泄露我们过去的经历”。这句话说的不无道理。个人形象礼仪是评价一个人的重要因素，往往一个微小的细节就可以体现出一个人的气质与修养，而这一点对现在或即将参与大大小小各种类型的面试的我们，是不可忽视的一项内容。

社会交际礼仪具有广泛的内涵，包含着会面、邀请、接待、交谈、拜访、赠受、舞会等社交方面。掌握和运用好社会交际礼仪知识，能够大大地提升我们的.社交魅力。社交并不是一个人孤芳自赏的事情，而是有接触、有碰撞的社会活动，在社交过程中，我们一定要学会有风度和有智慧地处理和不同人的关系，而别人对你的反馈就是你社交礼仪的体现。社交礼仪当中，最基本的便是语言。语言是双方信息沟通的桥梁，是双方思想感情交流的渠道，语言无处不在，语言在人际交往中占据着最基本、最重要的位置。语言的文明礼貌是一个人素质品德最直接的体现，说话礼貌的关键在于尊重对方和自我谦让。这是需要我们时刻注意的问题。我的实习单位是我们系的学生工作办公室，平常在办公室上班的时候，就遇到数不清的关于学生礼貌礼节问题的例子。举一个让我印象较深的例子：那一天下午，有个女生来找办公室的一位老师，恰好那位老师临时有事离开了一会，那女生进来既没有敲门也没有跟其他老师打招呼，直接就问“某某老师呢”，我说：“老师去行政楼了，你等一下吧。”结果，那位女生直接就说了一句粗口，并且直接坐到了那位老师的座位上!当时我和办公室的学生助理就震惊了，面面相觑。一开始我们还在偷偷讨论那女生难道也是老师，后来办公室老师回来以后，我们证实了她确实是学生。一句话、一个行为，可以马上就将一个人的思想素质体现得淋漓尽致。子曰：“礼者，敬人也。”荀子也说：“礼者，养也。”何况是作为一个女生，礼貌和教养更是不可少的。在人们的印象中，一个有礼貌、有教养的女人总是有着相应的良好品质和人格，这对我们女生的人脉积累和幸福人生都有所帮助。

我看过一本书，书名叫《礼仪是女人的金资本》。里面有句话说：“礼仪是在女人一切其他美德之上加上一层藻饰，使它们对她具有效用，去为她获得一切和她接近的人的尊重与好感。”中国是礼仪之邦，礼仪至今仍是中华民族文化的内核和基本内容，深刻地影响着现代中国人的生活和工作。虽然社会的发展，人们的社会交往日益频繁，礼仪作为社会组织联系沟通和人际交往的桥梁，显得尤为重要。当今世界国际交往日益频繁，东西方文化之间产生了密切的交流与激烈的碰撞，这就促使了世界各地的礼仪与习俗不断地融合与发展。因此，了解符合时代精神的礼仪知识，正确运用礼仪是我们应该学习的一门必不可少的课程。人无礼则不生，事无礼则不成。虽然我们并不能把所有的礼仪细节全部学到，但只要我们把礼仪的原则铭记于心、贯穿于行，我们也必将能成为别人眼中的“礼者”。

**就业指导课的心得体会篇十一**

作为一名当代大学生，知识分子的象征，应该具有解决问题的思维与能力，面临着就业危机，应当视危机为挑战，努力让自己脱颖而出。

大学是一个学习知识的地方。这里说的知识又分专业知识与综合素质。之所以每个大学生都有自己所读的专业，正是要实现未来人才专业化水平高的目标。现今招骋市场仍然需要的是人才，一名大学生，首先应当学好自己的专业知识，以高水平的专业与他人竞争。要具有不可替代性，你才能在众多的竞争对手中脱颖而出!!

再者，综合素质也是非常重要的。综合素质包括综合知识水平及人的自身道德修养、心理健康素质及专业外的其他技能。

在招聘方为买方市场的前提下，招聘方自然会在递交求职申请的众多大学生选择最优秀的人才。此时，专业水平不高的必定成为淘汰的第一批，再者，人是社会性动物，道德水平低的必定处理不好团队合作中的人际关系，再淘汰。最终，在招聘岗位有限的前提下，招聘必会择优选择，故综合素质高的大学生，从主观上是拥有一定优势的。

综合素质，也包括了心理健康素质。在就业大军沉甸甸的形势之下，许多高校大学生承受不住就业压力，表现出自卑、自弃，甚至结束自己年轻的生命等等悲剧道路。一个真正优秀的高校大学生，应该是拥有较高的综合素质的，应该能迎接困难的挑战，而非在挫折之下一蹶不振的。因此，在此严峻就业形势之下，提高自己心理素质，也是重要的一点。

此外，有许多大学生对自己未来就业职业及薪酬定位较高，而在金融危机之下招聘的岗位少之又少的的情况下，招聘方提供的岗位及薪酬远远不及大学生理想中的状况。就业市场已成买方市场，在此前提下，大学生不妨稍放低要求，选择先就业再择业，获得工作后积累经验，再慢慢向理想中的工作进军。做为拥有较高技能我们，再就业后又得到了良好的就业素质培养，这使我们更有把握去择业，就业给我们提供了丰富的经验，这对我们在择业中，就拥有了比别人多出的砝码。

在此就业形势之下，除提升自己，还有另外几条路可以选择。

一是考研，暂时避开就业大军，开始深造，获得更高水平的知识，提高自己的竞争力;二是自主创业。在这自主创业方面，各地区政府有不同的扶持政策，自己给自己提供就业岗位，也不失为一条好道路。

总的来说，做为当代大学生，认识到如此严峻的就业形势，应当认清自己的方向，坚定信心不动摇，以自信、自强、自立的形象迎接挑战，在金融危机之下的就业大军中脱颖而出、为建设人力资源强国做出实质性贡献!

**就业指导课的心得体会篇十二**

犹记得那个紧张但又快乐的夏日，十月的鸣蝉依旧不减当年的风采，还是嘶鸣着欢迎着我的到来。我知道我漫长的四年求学之路，就这样开始了。但自从学习了就业指导课后，我就一直坚信：只要有路，就不怕路远。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。因为我觉得，这短暂的几节课的学习，却是我人生道路上的他山之石，它会助我刺破青天，直上重霄！第一，它帮助我更好地认识了现状。第二，它培养了我的职业素质。第三，他使我对自己有了一个更清醒更深入的认识，对自己的未来和前途有了明确的目标和计划。第四，它激励了我从现实开始不断地丰富自己，为就业早做准备，就不会像一个无头的苍蝇找不到自己的方向了。第五，提高了我的觉悟，我深刻地明白了一个道理，那就是求职是一门非常有意思的生活艺术。上完这门课后，我觉得收获的确挺大的。

就业指导课给了我一个持续的警醒：我终将会是一个完全的成人，该对自己的未来负责。所以，我从现在起，就得从细微处入手，以正确、机灵的方法为指导，相信这样，我就会比我的同龄人，在人生的天空，飞的更高，更远，更自由！

大学生活，宽松与自律并存；统一与独立并存；多彩与严谨并存。没有了老师谆谆地教诲，严格的管理，但我绝不会做草原上脱缰的野马。我会确定生活的方向，锁定生活的坐标。因为新生活，从选定目标开始！既然来到了这个学校，就得证明自己的存在，实现自己有意义的既定目标-----当我想当的人，做我想做的事，说我想说的话，去我想去的地方。就像杨澜，大长今一样，做最好，最快乐的自己。

说虽说，但这需要切切实实的执行，执行力，就是竞争力。毕竟我们都是普通人，不过它能让我们或多或少的知道些前辈们给我们留下来的经验，让我们是真的会少走点弯路。

一方面，在校期间，要努力地提高自己的科学文化水平，学会为人出事的道理。为自己将来的就业打下坚实的基础。

成功永远留给有准备的人，一定要抓住机遇，机遇只垂青有准备的头脑，所以无论如何我们都应当做好充分的知识准备，把握恰当的机会。就业要取得别人的欣赏、信任，要“成才”，要让工作找你而不是你找工作。现在的竞争非常激烈，但只要你自己有能力，能向别人证明你的能力，那么担心与忧虑将不属于你。莫泊桑说：生活不可能像你想得那么好，但也不会像你想得那么糟！无论我们在哪儿工作，在哪个行业工作，都应当以“志存高远，脚踏实地”的态度来面对今后的人生。

大学期间学习毫无疑问，仍旧是而且永远是第一位的。兴趣是最好的老师，所以要对学习产生兴趣，就会事半功倍。不仅上课要认真地听课，而且课下还要主动地复习与预习。另外，要充分利用图书馆与网络资源，积极地扩大自己的知识面，开拓自己的视野。

大学期间的时间相对于高中时来说，宽松的多。而且，多姿多彩的活动会让我应接不暇。古语云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”“读万卷书，然后行万里路。”所以，也要有针对性地，参加自己喜欢的活动。另外对以后工作有帮助的活动要多参加一些为好，像大学生招聘会，简历设计大赛，等等。因此，在这期间，肯定会有同龄人的压力，不过，不要太在意自己的得与失。成功了固然好，失败了也不要气馁，权当是一次经验教训。须知“失败是成功之母。”只有舍，才会有得。

人际沟通----合作的基石。怀有一颗责任心，拥有强烈的使命感；待人以诚，言必信，行必果；懂得赞美他人，赏识他人；谦虚，虚怀若谷；幽默有同情心等等。

另一方面，学习了就业指导课后，我也认为职业生涯早规划，职业素质要早培养！从大一开始，我们就该为四年的求职做好准备！因为一个人若看不到未来，就把握不了现在；一个人若把握不了现在，就看不到未来。

知己知彼，方能百战不殆。在认识自我表现，了解职业的基础上，从自身的条件和社会的需求出发，确定职业的发展方向，明确职业目标，制定一系列的学习，培训，实践计划，不断的挑战自我，超越自我，一步一步的为总体目标的实现打好基础。

第一步，认识自己，探索自我。

一个有效的职业生涯设计必须建立在充分认识自己的基础上，对自己进行全面的评估和了解。比如：“我目前进入的学校和专业是否是我喜欢的专业？”、“我对这个专业是否有深入的了解？”、“我的兴趣和能力与所学专业的要求是否匹配？”、“我的长项是什么？”，“我最适合做什么？”在自我剖析的基础上，结合家长、老师和同学们的评价，借助一些职业兴趣测试和性格测试评估自己的职业倾向、能力倾向和职业价值观，弄清楚我想干什么、我能干什么、我应该干什么。

第二步，了解职业，探索职业世界。

在对自己进行深入了解后，还要对自己想从事的职业进行深入综合地分析，认识这些职业有哪些要求和特点，务必了解这个职业的学历要求、所需的专业训练、能力、身体、年龄、性格特点等要求，同时弄清楚职业的性质、工作环境、薪水待遇以及进一步发展的空间，当然还要考虑到就业竞争机会。对自己的需求、职业的发展前景及就业状况的了解，可以向老师和高年级同学咨询。此外，还可以利用图书馆借阅不同职业、不同专业的相关书籍来阅读，充分了解这个职业。

第三步，明确职业理想与成功的标准。

对自己有了进一步的探索，对职业有了进一步的了解之后，接下去要做的事情就是确定自己的职业理想目标，思考如何度过四年的大学生活了。一定要利用学校的各种资源充实自己，在喜欢自己的专业中多投入力量，在其他专业领域内可以选择辅修以锻炼自己多方面的能力，为实现自己的目标做出脚踏实地的努力。

第四、准确把握自身优势。

必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。我是汉语言文学专业的学生，运用语言词汇的能力较强，在语法、造句、阅读能力等方面表现出色，尤其是写作，更是我的特长。所以我可以在从事文字整理、编辑、翻译、播音员以及教育、接待洽谈等工作方面多多发展。

第五、职业化。

要把自己融入到组织中去-----树立良好的职业态度。保持敬业的职业态度；认同所服务的企业；责任、诚信、进取、团结、高效、创新等。

未来是掌握在自己手中的，起点决定终点，一定要摒弃浮躁和迷惘，从现在做起，科学规划自己的学习和未来。

唯有如此，才能在大学毕业求职时稳握胜券！

第六、努力克服心理弱点。

对于面临职业选择的毕业生来说.能否战胜自身心理弱点，直接影响到其择业的成败。所以我要努力培养良好的心理承受能力，勇敢地迎接选择未来生活的种种挑战。积极地做好各种思想准备、心理准备，增强心理的承受力，不要一遇到挫折就心灰意冷，自暴自弃。要知道，在择业中遇到挫折是很正常的事情，应该把挫折看成是锻炼意志、增强能力的机会，放下思想包袱，认真找寻失败的原因。求职择业的过程，是一个全面展示自己的过程，必须努力完善自己，提高自身的素质，要有展示自己才华的勇气。要坚持自尊、自信、自立。在心理上要有自信心，要相信自己和名校生一样有实力，要敢于竞争，克服自卑、胆小、怯懦等不良心理状态。另外，学习了就业指导课程后，我对这门课也有一些建议：

我认为，这虽然不是我们的必修课，但却是一门很重要的课。他对我们以后的择业无疑将起着举足轻重的作用。

（一）加强师资队伍的建设。

在就业指导课的课程建设中，重中之重、当务之急是建设一支高素质、专业化，相对稳定，的师资队伍。一方面通过引进高水平的专业人才，专职从事教学工作；另一方面，邀请校外各方面的专业人士、成功人士、人力资源部负责人等作为兼职教师，进行专题讲座。

（二）、改进教学方法。

就业指导课是一门实践性、实用性、参与性很强的课程，因此，教师不仅要有广博的理论知识，而且还应具备丰富的信息和实践经验。在遵循课程体系和课堂教学规律的前提下，引入资料分析法、参观讨论法、案例引导法、场景模拟法及模拟招聘会等活动，形式新颖、灵活多样地开展教学，有效激发学生的学习热情、主动性和参与性，提高教学效果。

学校在指导学生如何认识自己、树立择业观，到确定单位以及离开学校后如何得到帮助等方面，应该形成了系统化辅导内容。辅导形式新颖活泼，有贯穿学生就业全过程的讲座、就业咨询（包括招聘程序、对面试的辅导、短时问的面试建议、心理测试等），提高学生竞争力的培训课程（如市场拓展、语言、商业技能等），帮助学生确定求职意向和进行技能评估。

（四）加强校企沟通，让学生提前接触企业。

许多求职的毕业生对其所选择的行业和职位一点了解都没有，甚至对公司都不了解，就开始提自己的要求，对所从事的行业职位甚至公司完全不了解也去就业。所以，我认为，学校应在大学生一进校门就开始引导他们接触企业，思考就业问题，而不是到大四才开始“临阵磨枪”，应该让大学生从低年级就开始接触劳动力市场，了解企业的运行机制，才不至于到了毕业才发现自己都没准备好。

他山之石，可以攻玉。这些知识，就好比我人生之路上的鲜花，他帮我覆盖了荆棘和石子，使我一路走来，不再寂寞，并且走的更长更远！

**就业指导课的心得体会篇十三**

通过就业指导课的学习，我了解了目前就业市场的需求形势和国家、各省市有关大学生就业的制度和政策，了解了大学生的就业程序，把握了一定的就业技巧，重新树立了择就业观念和就业取向。同时也重新树立了我的自信息心，使我对就业不再恐惧，不再担心，我相信我的前途会因为我的努力而变得美好而精彩!

这学期的就业指导课上完了，就差这个总结了!整个课程学生的参与度还是不错，也觉得很有用，毕竟就业指导是一个工具，虽然我们现在已经大三了，不过我们大部分学生还是觉得找工作、求职、职业离自己挺远的，对自己的人生规划并还不是很清晰，对于就业准备等还不是充分了解，通过本门课程，坚定了大家的方向，让我们更加明确了目标和前进的动力。所以说，本门课程的开设是介绍是成功的。

我觉得，我们每个同学都是不一样的，同学与同学之间还是有分类的。

第一群人：有想法的，这是大部分人的状态，要么想法特别简单，就是做好眼前的事情，总之有想法的人非常多，因为简单。

然后第二群人：是能将想法写下来自己去思考的，这部人比第一群人少一些，毕竟有些人喜欢停留在脑海中或表面的状态，写下来说明自己挣扎过或认真思考过。

第三群人：是能去执行自己写下来目标和想法的人，毕竟很多人都是停留在未开始的状态，做的人是少数。

第四群人：做了之后拿到结果了，自然又会少一些，毕竟有一些会拿不到结果或者是坏的结果，或者又放弃了。

第五群人：是坚持做了，不管怎样都在坚持和调整，直至最后的成功，这部分人又会少之又少。毕竟这就是大学里既有自己思想，又有行动，同时有很好调整方向能力的人，最后就会与众不同!

不管怎样，就业指导是个理论，是对现实有用的东西，通过辅导员的授课，自己深有体会，深有感触。现在大学已经过去了近四分之三，有时候感觉作为一名老生了，有些同学还会有后悔。如果再选择一次，我一定会多参加社会实践;如果再选择一次，我一定去做一回深入的实习;如果再选择一次，我一定换个专业好好读;如果再选择一次，我一定锻炼好实验技能和操作能力……这就是对大学如何过最好思考的体现。我觉得这阶段以来是自己对大学最有思考的一阶段，是在不断与自己斗争中成长的。

通过就业指导课，我们知道了简历，为什么这么写?一般能写什么?为什么有的简历内容特别多?为什么有的简历特别消瘦?找工作都遇到什么问题和难题了?怎么解决的饿?如何去定位?如何平衡自己和家庭的选择?每一种选择后面都有对大学的思考，这就是结果导向的路径选择。

的确，这样做和不做的效果绝对不一样。记得我以前大一大二的时候，都是听别人说应该怎样怎样，很少主动去自己了解，所以听到的往往都是一部分信息，不会很全面。其实信息化时代的今天，很多资料和信息可以在网上或者书上可以找到一些答案的。

比如说职位的相关信息，一些职业工具书可以看看，还有就是一些职场人力资源或者相关岗位的人也会写相关的书，这些书就又很好的参考价值，另外就是招聘广告了，无价的，免费的，可以多看看，甚至不同级别相同职位的招聘广告，也可以了解一下发展需要的条件，别老想着，一毕业就做个经理。我觉得如果从现在开始，每周研究一份招聘信息，少浏览一个别人的空间，我相信今后一定会出类拔萃的。

其实大学里，在就业指导方面，除了辅导员老师，师兄师姐是最好的人脉资源，特别对于我们在校大学生而言。说不定自己将来的就业可能就是在某个师兄的帮助下找到的理想工作。所以我认为要跟能干的师哥师姐建立牢固关系。

需要指出的有两点，其一，师兄师姐们比我们高两级，甚至三级的，才是最好的人脉;而仅仅比你高一级的师哥师姐，在你开始求职的时候，可能自己还没有渡过职场迷茫期呢?那你们俩很可能要“执手相看泪眼，无语凝噎”了。其二，你的人脉，凭什么乐于帮助你?多和师兄师姐交流，互帮互助，可以提供一些就业信息，帮他们求职，给他们鼓劲，帮助师兄师姐浏览招聘广告，我觉得只用我们用心去做，就一定会赢得信任的。

在职场里永远要面临的问题就是你能做什么?一般自己具备比较好的能力，一般都是长期积累的结果。如果还没发现自己有什么了不起的能力，那就要好好参加一些实践和工作，要学会去挖掘自己的潜力和能力，而不是等待，需要勇敢的实践和尝试去穿越。这个世界上没有人一辈子能拯救你，所以不管三七二十一，你是个“积极向上”的人吗?反正，如果堕落，能拯救你的人就是未来，很未来的未来!

就像爬山一样，在山下我们很难看到这座山后面的风景，也就难以碰到我们喜欢的风景。因此，要做的就是积极地登眼前这座山，爬上去，你会看到：无比美好的风景。可能再去登更好的山，就会看到更好的风景。就算一个人真的目标不清晰，你首先可以做到积极向上，在充实的学习和实践中认清自己!如果选择低调甚至堕落，别说认识自己，别人都可能不理你!

趁年轻，不要让自己后悔。心中有梦，敢于追求!

**就业指导课的心得体会篇十四**

时光飞逝，眨眼间两年的大学生活就过去了，接下来要面临的是紧张的就业了。作为一名应届毕业生，我无疑是还没准备好，甚至是迷茫的。学校考虑到我们的这种心情，以及缺乏经验的状况，特地为我们开了“职业生涯规划与就业指导”这门课程。以便于我们更早的了解近几年的就业形势和相关的知识、信息和端正我们的就业心态。

在这不长的时间里我学到了许多书本上没有的知识，也对就业形势和择业等各方面有了一定的了解。下面是我学习完这门课程的一些心得与体会。

第一，作为一名大学生，毕业后想就业的话，首先，必须正确的认识自我，客观、全面、综合的评价自己，主动的去适应社会，正确对待社会上的竞争压力。在选择职业时，既要考虑个人需要，还要考虑社会需要、市场需要，不能只凭自己的主观判断和意愿。多从“我是谁”、“我想干什么，我会干什么”、“环境支持或允许我干什么”、“我的职业生涯规划是什么”方面去考虑。针对自己的实际情况，比如：过硬的专业知识和技能、特长、爱好等，给自己一个正确的评价。深入了解自我，清楚自己的优劣势，尽量发挥自己的优势，避开自己的不足，这样，才能成功。眼光过高，择业期望过高，反而会错失很多机会。

第二，要根据自己的专业、技能、用人单位的要求，确定自己的职业方向。在投简历之前，要先上网了解该公司的基本情况，是否真的有这家公司，认真收集、分析聘用信息，辨别信息的真伪，以免上当受骗。假如自己和用人单位彼此都很满意，应该做出理性的选择，及时签订协议。且要有主见，不要人云亦云，别人觉得这家公司不好或者很好，你也这样觉得，患得患失，心里一片茫然，从而错过机遇。

第三，就业过程是一个复杂的过程，往往会遇到这样或那样的困难，处处碰壁。这就要求我们有良好的心理承受能力和端正心态，勇敢地迎接未来的种种挑战。更为重要的是要接受并适应自己从“学生”向“社会人”的转变，了解校园与职场的不同。不迷恋大城市，大企业，只要有真才实学，脚踏实地，一样有一番新天地。

第四，礼仪是帮助我们获得成功的“通行证”。所以在面试时我们要特别注意礼仪，言行举止得当的话不仅会为我们加分，还会加深面试官的印象。当然了，我们的综合素质、专业知识等一定要过硬才能事半功倍。然后就是面对聘用方说话时，能够心不慌，脸不红，说话流利，语言表达能力好，知道哪些该说、哪些详说、哪些简说，给人以诚实、谦虚的感觉。尽量在面试官面前展示自我。

第五，的书写和简历的制作。自荐信要扬长避短，重点突出，简明扼要，用词准确，能够引起聘用方的注意。简历除了基本的内容外还要写的简洁精练，措辞得体，浓缩大学生活的精华。站在聘用方的角度制作简历，使他们看到自己的价值，了解自己能为他们做什么。简历的格式篇幅要恰当适宜，不能太长。再经过精心编排打印的简历一定会令聘用方眼前一亮。不过，最重要的是要本着诚实的态度去制作简历，不能弄虚作假。

第六，我们在工作时，要遵守岗位的职业道德，不要为了一点点利益就违反公司规定和职业道德。作为一个劳动者在自己的岗位上连必须遵守的职业道德都做不到，还谈什么做好工作呢。

第七，俗话说：活到老，学到老。在以后的工作生涯中，我们要继续保持着学习的心态，与社会接轨，不断学习新事物。继续努力完善自己，提高自身的素质以及职业能力。

一、自我定位是关键。

一般而言，影响毕业生自我定位有如下因素：其一是职业定位模糊。由于是初次择业，多自考毕业生大都抱着边走边瞧，边走边跳，走一步，算一步的想法，没有认真想一想自己的职业定位问题，也没有一个职业生涯规划。其二是不能正确地评价自己。有的毕业生在择业过程中总是过高地估价自己，自我定位过高dd工资看外企、职位看白领、单位看名气、环境看气派，因此总是找不到一个适合自己的就业岗位，到最后反而嫁不出去。其三是社会因素的干扰。d些毕业生往往受亲朋好友的影响较大，自己明明已看好某个职位，该职业也较符合自己的综合能力，可周围的亲友一有反对之声，自己就开始动摇了。现实生活中存在的社会职位竞争的不公平、操作的不规范现象，也常常使自考毕业生感到很迷茫，找不准位置，看不清方向。其四是心理素质不过硬。当前我国正处于深刻的社会变革时期，一些毕业生没有完全适应这种变革，在职业定位时往往为心理因素左右，因此很准做出理性的选择，在择业中或盲目从众，或消极逆反；不是过于自尊，就是过于自卑，凡此种种，都会对自考毕业生顺利就业形成巨大的障碍。

因此，毕业生在选择职业的过程中，首先要针对自己的实际情况，做好自己的职业定位，规划自己的职业生涯；其次，要根据自己的专业、技能、综合能力和社会用人单位的要求，确定自己的职业定位；另外，毕业生还要排除各种外界干扰，如果自己和用人单位彼此都很满意，就应该早做决断。尽快签订就业协议；再者，就业过程是一个复杂的过程，往往会遇到这样或那样的困难，这就要求自考毕业生努力培养良好的心理承受能力，勇敢地迎接选择未来生活的种种挑战。

二、准确把握自身优势。

由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，三类学校的毕业生在社会职业的选择上却常常处于劣势。由于一些用人单位对其抱有偏见，甚至明确宣布只要211工程学校，从而给广大三流学生择业就业带来了很大困难。事实上，无论专业知识积累还是动手能力，我们往往都名校生毫不逊色，甚至某些方面比其还更胜一筹。因此，我们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。

如果你运用语言词汇的能力较强，在语法、造句、阅读能力等方面表现出色，可以从事文字整理、编辑、翻译、播音员以及教育、接待洽谈等工作。如果你在形象思维能力以及思考问题的细致、周全上具有优势，可以去做形象设计等方面的工作。如果你知识较全面，并能广泛听取各方面的意见，又善于与他人合作共事，你可以从事机关和企事业单位的管理工作。如果你习惯在相对单调乏味的条件下仍能孜孜不倦地长期工作，耐心持久，态度认真，有较强的工作责任心，你可以在资料整理、图书情报、档案管理等工作中很好地发挥自己的优势。

三、努力克服心理弱点。

对于面临职业选择的毕业生来说。能否战胜自身心理弱点，直接影响到其择业的成败。一是自愧不如的心理。听大学生就业指导课心得体会。面对激烈的择业竞争，不少毕业生容易在本科生择业难的影响下产生自卑心理和示弱心态：我能竞争过研究生，名校生吗？要是碰钉子多丢人！万一失败了怎么办？这种自我设置的心理障碍，往往使自考毕业生缺乏竞争的勇气和获胜的信心。二是依赖心理。一些毕业生平时养成了对父母亲友的依赖心理，面临职业选择，也容易产生反正父母会给我想办法的依赖思想。试想。一个缺乏自立、自主、自强意识的毕业生，怎么能做出符合自己特点的职业选择呢？三是犹豫不决的心理。求职择业是人生的一个重要转折。面对这一转折，毕业生既应做到知己知彼、权衡利弊，又要不失时机，抓住转折机遇，当机立断。而毕业生优柔寡断、犹豫不决的心理弱点往往会产生这山望着那山高、不识庐山真面目的困惑与迷茫，以致白白失去择业的良机。四是自视过高心理。d些毕业生因自己的学习成绩好、家庭条件优越，或者因自己的能力强、具有一定的竞争实力，或者因自己容貌出众、多才多艺等，产生一种自命不凡的优越感，一种自视过高的心理。在求职时，过高地估计自己，这个单位瞧不上，那个单位也不遂心，而用人单位对这种缺乏自矢口之明、自视清高毕业生要想使自己在择业竞争中保持良好的竞技状态，自如地应付所遇到的各种问题，必须做好各种思想准备、心理准备，增强心理的承受力，不要一遇到挫折就心灰意冷，自暴自弃。要知道，在择业中遇到挫折是很正常的事情，应该把挫折看成是锻炼意志、增强能力的机会，放下思想包袱，认真找寻失败的原因。求职择业的过程，是一个全面展示自己的过程，必须努力完善自己，提高自身的素质，要有展示自己才华的勇气。作为一名毕业生，要坚持自尊、自信、自立。在心理亡要有自信心，要相信自己和名校生一样有实力，要敢于竞争，克服自卑、胆小、怯懦等不良心理状态。

客观分析职业冷热在同一社会时期，不同的职业有不同的要求和劳动报酬，劳动者对职业的追求程度也不同，这就形成所谓热门职业和冷门职业。在d定条件下，热门职业会转变为冷门职业，冷门职业也会转变成热门职业。

求职时应客观分析和把握职业冷热，做出自己正确的选择：

一要实事求是地选多种职业组成的，不同的职业都需要适合的劳动力及人才。在市场经济中，求职者要选择职业，用人单位也要选择求职者，是双向选择。这就要求求职者从自己的实际出发，客观地分析、评估自己的文化素质、业务技能、性别特点、身体条件以及各类职业固有的标准、条件、要求，实事求是地选择自己力所能及的合适职业，并且选择的职业要有利于自己潜能的发挥和事业的发展。不要被一时、一地的热门职业所迷惑，盲日地去追求、高攀或低就热门职业，进而影响自己才能的发挥，影响自己的美好前程。

二要以发展的眼光看待冷门职业，不要轻易放弃冷门。有的职业，现在看起来属于冷门，但随着时间的推移，社会、经济需求的变化，很可能转变为热门。例如，教师职业就是山冷门变为了热门，因为教师这一职业相对较为稳定，工资待遇也较高。又如，由于前些年许多学生都想到企业当白领、搞管理，而轻视技工、技师等蓝领业，造成现如今蓝领职业人才的供不应求，以及其千资待遇的提高，技术蓝领职业也会成为热门职业。因此毕业生对冷门职业一定要用发展的眼光来看待，不要轻易放弃，在许多求职者都在热衷丁追求热门职业的时候，不妨选择有发展前景的暂时处于冷门的职业就业，这样当然也容易获得求职的成功。

三要注意把握职业的冷热变化，适时调整自己从事的职业。职业的冷热变化，决定了劳动者从事某一职业的发展前景。有的旧职业会逐步被社会所淘汰，有些新职位则会随着历史的发展而产生。劳动者选择从事某一职业，不论是热门的还是冷门的，只要是向衰退的甚全会被淘汰的方向发展，就要注意把握其变化，尽可能适时调整自己的职业，不必从一而终、死守到底。例如，专职打字员这一职业，在前些年还属于热门厂作，可如今电脑普及厂，这一职业将会被逐渐淘汰，原来从事专职打字员职业的人就应尽早改行。另外，为了适应未来职业的变化，毕业生还应不断地学习新知识、新技术、新技能，提高自己的综合素质，更新自己的知识与技能，这样才能保证自己不被职业淘汰。

四、精心打造个性品牌。

毕业生要打造个性品牌，必须进行个性品牌设计，也就是对自我有一个清醒的认识，只有这样才能克服在树立个性品牌上的盲目性。自我认识包括：我想成为类型的职员？个人特长在哪儿？我的个性适合从事什么样的工作？我这样了作是否有价值？等等。不同的人会有不同的自我认识。因此，找出自己与他人的不同点，也即找到自己在就业市场存在的独特价值，这是个性品牌设计的关键所在。一般而言，产品品牌定位的方法也同样适用于个性品牌定位，即别人认为我最大的长处是什么，最值得别人注意的个人特点是什么，如何使自己的技能和下作风格形成特色，具有不可替代的价值。自考毕业生还必须有一技之长，并能保证自己的丁作质量dd精湛的专业技能是个性品牌建立的要素。只有个人技术专而精，自己个性品牌才有价值，个人的发展空间才会更加广阔。

当然，打造个性品牌还必须强调个人的学习能力。要知道打造个性品牌是一个长期的过程，即使已经形成了个性品牌，要保持也须不断学习新知识、补充新内容。毕业生必须不断学习，但不要盲日跟风，而应学习那些对自己职业有用的东西。要学会包装、推销自己。包装就是要成功地展现品牌的个性和特色，让他人充分地认识到你的价值，但同时得注意包装要讲究适度，因为过分的包装会对个性品牌产生负面影响。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**就业指导课的心得体会篇十五**

作为一名当代大学生，知识分子的象征，应该具有解决问题的思维与能力，面临着就业危机，应当视危机为挑战，努力让自己脱颖而出。

大学是一个学习知识的地方。这里说的知识又分专业知识与综合素质。之所以每个大学生都有自己所读的专业，正是要实现未来人才专业化水平高的目标。现今招骋市场仍然需要的是人才，一名大学生，首先应当学好自己的专业知识，以高水平的专业与他人竞争。要具有不可替代性，你才能在众多的竞争对手中脱颖而出!!

再者，综合素质也是非常重要的。综合素质包括综合知识水平及人的自身道德修养、心理健康素质及专业外的其他技能。

在招聘方为买方市场的前提下，招聘方自然会在递交求职申请的众多大学生选择最优秀的人才。此时，专业水平不高的必定成为淘汰的第一批，再者，人是社会性动物，道德水平低的必定处理不好团队合作中的人际关系，再淘汰。最终，在招聘岗位有限的前提下，招聘必会择优选择，故综合素质高的大学生，从主观上是拥有一定优势的。

综合素质，也包括了心理健康素质。在就业大军沉甸甸的形势之下，许多高校大学生承受不住就业压力，表现出自卑、自弃，甚至结束自己年轻的生命等等悲剧道路。一个真正优秀的高校大学生，应该是拥有较高的综合素质的，应该能迎接困难的挑战，而非在挫折之下一蹶不振的。因此，在此严峻就业形势之下，提高自己心理素质，也是重要的一点。

此外，有许多大学生对自己未来就业职业及薪酬定位较高，而在金融危机之下招聘的岗位少之又少的的情况下，招聘方提供的岗位及薪酬远远不及大学生理想中的状况。就业市场已成买方市场，在此前提下，大学生不妨稍放低要求，选择先就业再择业，获得工作后积累经验，再慢慢向理想中的工作进军。做为拥有较高技能我们，再就业后又得到了良好的就业素质培养，这使我们更有把握去择业，就业给我们提供了丰富的经验，这对我们在择业中，就拥有了比别人多出的砝码。

在此就业形势之下，除提升自己，还有另外几条路可以选择。

一是考研，暂时避开就业大军，开始深造，获得更高水平的知识，提高自己的竞争力;二是自主创业。在这自主创业方面，各地区政府有不同的扶持政策，自己给自己提供就业岗位，也不失为一条好道路。

总的来说，做为当代大学生，认识到如此严峻的就业形势，应当认清自己的方向，坚定信心不动摇，以自信、自强、自立的形象迎接挑战，在金融危机之下的就业大军中脱颖而出、为建设人力资源强国做出实质性贡献!

文档为doc格式。

**就业指导课的心得体会篇十六**

第一，作为一名大学生，毕业后想就业的话，首先，必须正确的认识自我，客观、全面、综合的评价自己，主动的去适应社会，正确对待社会上的竞争压力。在选择职业时，既要考虑个人需要，还要考虑社会需要、市场需要，不能只凭自己的主观判断和意愿。多从我是谁、我想干什么，我会干什么、环境支持或允许我干什么、我的职业生涯规划是什么方面去考虑。针对自己的实际情况，比如：过硬的专业知识和技能、特长、爱好等，给自己一个正确的评价。深入了解自我，清楚自己的优劣势，尽量发挥自己的优势，避开自己的不足，这样，才能成功。眼光过高，择业期望过高，反而会错失很多机会。

第二，要根据自己的专业、技能、用人单位的要求，确定自己的职业方向。在投简历之前，要先上网了解该公司的基本情况，是否真的有这家公司，认真收集、分析聘用信息，辨别信息的真伪，以免上当受骗。假如自己和用人单位彼此都很满意，应该做出理性的选择，及时签订协议。且要有主见，不要人云亦云，别人觉得这家公司不好或者很好，你也这样觉得，患得患失，心里一片茫然，从而错过机遇。

第三，就业过程是一个复杂的过程，往往会遇到这样或那样的困难，处处碰壁。这就要求我们有良好的心理承受能力和端正心态，勇敢地迎接未来的种种挑战。更为重要的是要接受并适应自己从学生向社会人的转变，了解校园与职场的不同。不迷恋大城市，大企业，只要有真才实学，脚踏实地，一样有一番新天地。

第四，礼仪是帮助我们获得成功的通行证。所以在面试时我们要特别注意礼仪，言行举止得当的话不仅会为我们加分，还会加深面试官的印象。当然了，我们的综合素质、专业知识等一定要过硬才能事半功倍。然后就是面对聘用方说话时，能够心不慌，脸不红，说话流利，语言表达能力好，知道哪些该说、哪些详说、哪些简说，给人以诚实、谦虚的感觉。尽量在面试官面前展示自我。

第五，自荐信的书写和简历的制作。自荐信要扬长避短，重点突出，简明扼要，用词准确，能够引起聘用方的注意。简历除了基本的内容外还要写的简洁精练，措辞得体，浓缩大学生活的精华。站在聘用方的角度制作简历，使他们看到自己的价值，了解自己能为他们做什么。简历的格式篇幅要恰当适宜，不能太长。再经过精心编排打印的简历一定会令聘用方眼前一亮。不过，最重要的是要本着诚实的态度去制作简历，不能弄虚作假。

第六，我们在工作时，要遵守岗位的职业道德，不要为了一点点利益就违反公司规定和职业道德。作为一个劳动者在自己的岗位上连必须遵守的职业道德都做不到，还谈什么做好工作呢。

第七，俗话说：活到老，学到老。在以后的工作生涯中，我们要继续保持着学习的心态，与社会接轨，不断学习新事物。继续努力完善自己，提高自身的素质以及职业能力。

最后，最为一名大学生，初入社会工作，要多听，多看，多做，少说，尽量积累多点经验。不要好高骛远，眼光高，也不要自我期望过高和物质要求高，那样的话会得不偿失的。谁不想有份好的工作呢，但重点是自己要有那个能力。能力是靠我们自己在社会工作中长期积累的，不是一朝一夕就可以形成的。相信自己，从基层做起，从零开始，我们会找到自己的位置，活的很精彩。

进入大学后，渐渐褪去来时的一腔热血、踌躇满志。心绪开始慢慢沉淀，也开始认认真真的替自己的未来考虑了。那些不着边际的理想、空想也从我身上蒸发。我们所关心的不再是乌托邦，而是现实的世界。大学，一个从理想世界到残酷社会的跳板，让我们有幸生在理想之中，又可以目睹社会现实的残酷的一面。

我想，对我们这群没有见过世面，整天呆在校园里的莘莘学子来说，就业是一个不能再遥远的话题。但是，我觉得，我们就更应该好好考虑就业这个问题，那样才不会被将来的就业打个措手不及。听了《大学生就业指导》，很有感触。似有与君一席话，胜读十年书。原先的天真烂漫的想法从脑海中浮现，又消失，替代的是新的观念，稳重了，踏实了，似有惊醒梦中之人。这才发觉，现实不如理想般美好，我们也不应该对现实渴求什么，踏踏实实的走好每一步路，理想和现实是有着不可越过的鸿沟，但经过细心经营也会别有洞天，让人痴迷、让人向往。从这堂课中得到的最大收获不仅仅是理论知识，现在想想，理论知识，在脑海中的印象似乎荡然无存。但让人记住的是那些老师向我们讲的身边实际经历的事情，身边的事情总是最真实、最具震撼力、最让人有一种与社会接触的感觉。我觉得，读他人的故事，就像读历史一样，一页一页的翻开，一页一页品味，有一种使人明智的感觉，知兴衰，知得失，更知已知彼。

在全球金融危机的影响下，我国就业形式相当严峻。在此背景之下，据教育部的统计，20xx年，全国普通高校毕业生达559万人，比20xx年年增加64万人。而全国高校毕业生总量压力还将继续增加，20xx年高校毕业生规模达到611万人，比20xx年增加52万人。据统计，20xx年毕业大学生实际就业率不到70%。每年高校毕业生数量不断增加，再加之历年未就业的毕业生数量，20xx年大学生就业市场将十分拥挤。随着经济的发展，社会各行业的分工也精细起来。对于招收员工的要求也逐渐高了，所以造成了现在社会人才市场竞争场面变得热火朝天起来。|||每到就业季度，人才市场就聚集了成千上万的择业者、就业者。这足以证明当前就业形式的严峻和紧张，所以作为快要走出大学校门的毕业生，面临得是前所未有的压力。我们认识了这一严峻的课题，就得做好迎接挑战的准备。只有正确地认知就业形式，我们才能更好地为自己迈出第一步铺下平砖；只有正确地认识就业形式，我们才能更好地不断训练自己，提高自己和充实自己，为自己在迎接挑战前做好武装；只有正确地认识就业形式，我们才能趋利避害，排除我们前进的障碍，抓住机遇发展自己。因此，对当前就业形势的认识，对于我们每个在校大学生来说是尤为重要！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找