# 最新就业指导课心得体会(大全15篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-07-13

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。就业指导课心...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**就业指导课心得体会篇一**

在这个竞争激烈的职场上，大学生如何能找到一份合适的工作呢？如何在众多应聘者中脱颖而出并成功就业呢？这需要我们积极掌握就业指导知识，善于总结经验，并不断吸取他人的建议和细节，以此提高自己的就业能力。本文分析了我在参加就业指导活动中的心得体会。

第二段：了解市场需求

就业指导活动为我们开启了了解市场需求的大门。在这个过程中，我发现了职场上人才需求的变化趋势，以及雇主对于员工的基本要求。通过这些了解，我明白了开拓职场的方法和技巧，提高了自己的就业成功率。

第三段：自我评估

就业指导活动还提醒我们进行自我评估，从而更好地把握自己的生涯优势、劣势、机会和威胁。通过自我评估，我发现了自己的性格特点、专业技能、职业兴趣等要素。随后，我制定了相应的人才培养计划、实习方案、自我提升计划以及职业规划，并在实践中不断调整和完善。

第四段：完善自我推销技巧

就业指导活动还为我们提供了许多案例，从而更好地推销自己，展现自己的奋斗精神和专业素质。比如，我们学会了如何在简历和求职信中突出自己的竞争力和亮点，如何在面试中回答问题、展示技能、体现个性，如何在社交场合中与雇主沟通、交流、合作和建立良好的关系。

第五段：总结经验

总之，在就业指导活动中，我获得了许多有益的启示和经验，并将其用于实践中。我相信，在改进自己的就业指导技巧方面，我们每个人都有许多可行性的想法和有效的行动计划。只要我们勇于探索、不断学习，坚持不懈地开展就业咨询服务，相信我们一定能找到自己理想的职业，为自己和社会做出更加卓越的贡献。

**就业指导课心得体会篇二**

第一段：引入中职就业指导课的背景和意义（200字）

中职生正处于人生的关键时期，他们需要通过获得相关知识和技能来准备进入职场。因此，中职学校开设就业指导课程是非常有必要的。在这门课程中，教师们向学生介绍了各种职业选择、就业技能等，以便他们在毕业后找到合适的工作。我在上这门课程时也获得了很多收获，以下是我对中职就业指导课的一些体会。

第二段：就业市场分析及职业规划建议（200字）

在课程中，老师给我们分析了当前就业市场的形势，告诉我们哪些职业更受欢迎，哪些行业可能面临就业难度。此外，他们还建议我们制定自己的职业规划，了解同行业的竞争压力，掌握市场需求。这些指导让我明白了我们必须要有一个明确的目标，才能更好地发展自己的职业生涯。

第三段：求职技能讲解及应聘演示（200字）

教师们不仅讲解了各种求职技巧，如简历制作、应聘面试技巧等，还针对不同职位进行了应聘演示，让我们更好地了解应聘实践和面试技能。在今后的求职过程中，我相信这些指导将有助于我提高成功的机会。

第四段：人际交往和职场礼仪（200字）

课程中还介绍了人际交往和职场礼仪。这些话题在市场上很受欢迎，因为这些方面直接关系到一个人在职场中的表现和发展。学习这方面知识使我更知道如何与人交往，并在工作场所中呈现出职业态度。

第五段：总结中职就业指导课体会（200字）

总的来说，中职就业指导课程为我们提供了一个解决现实问题的平台，让我们更好地了解实际职业需求和现实挑战，并提供了有效的职业规划和求职建议。我相信这些知识和技能将有助于我们未来的职业生涯。

**就业指导课心得体会篇三**

随着近几年高等院校扩招工作的展开，大学生越来越多，可是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，大学生似乎没有过去那么抢手了，他们也开始挣不到钱，也开始为找不到工作而发愁。今年我市的高校毕业大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。就在大部分学生还在为怎样才能够在千军万马中求一份安稳工作而着急上火的时候，我院组织老师给我们上了几堂有关就业指导的课程。它的出现，犹如一场及时雨，滋润着每一位即将毕业的大学生心田。作为其中之一的我，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多!

以前我总是对就业充满着恐惧，担心毕业找不到工作而无颜见“江东父老“，也害怕看到父母为我的就业担心。从由中国石油大学毕业的哥哥身上我也看到了就业形势的严峻，以前从来没有担心大学的哥哥也会找不到工作，何况我他一直以来都是比较优秀的人，可是他毕业之后的工作并不满意，春节之前就辞职回家了，回到家里，父母非常为他担心，到处托人找关系结果一无所获。这让我也对学习失去了信心，觉得念书没有用处，幸好哥哥通过努力在年初的招聘会上获得了一席之地。这虽然让我们所有人不再为他担心，可是却让我的心里蒙上了一层对工作恐惧的阴影，总是担心毕业后的就业问题，周围的同学也经常给我灌输一些毕业就等于失业的观念，这些外在的环境让我对就业有一种特别的恐惧感。幸好学校领导及时发现了我们的就业心理问题同时积极采取了措施，开设了就业指导课，这门课的开设彻底改变了我的就业观念，让我不再自卑不再恐惧也不再对前途失去信心。

在第一节课上，老师首先就给我们明确了就业指导课开设的意义即：对我们进行比较系统的择、就业思想和技巧的教育。帮助我们正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看和就业心理，树立正确的人生观、价值观、道德观和择、就业观念和就业取向，了解大学生就业程序，把握一定的就业技巧，增强适应社会的能力，以保证我们将来能顺利就业。同时，进行相关的职业知识、道德、素质教育，使我们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必须具备的素质和能力，使我们在毕业后能够进行独立创业，为国家排忧解难。

其次老师给我们分析了目前的就业形势：我国是世界上人口最多的国家、劳动力资源最丰富的发展中国家，也是世界上就业压力的国家之一。由于人口众多，失业现象一直很严重，尤其是近几年，由于产业结构调整，大批生产线上的工人失业，官方统计的失业率一直在4~5%之间，在国际公认的失业率的警戒线上下。当然国家也在不断拓宽就业途径，尽力改善这种局面。

然后分析了大学生就业难的原因：

1、高等教育改革发展因素

在市场规模已经成为配置人才资源和劳动力资源的基础的今天，我国的高等教育在教学质量、培训结构和教学模式等方面，还存在许多与市场经济不相适应的地方：从学生的培养质量和模式上看，过于强调学科标准、知识灌输、静态评估，缺乏实际操作能力和创新能力，缺乏个性化特征。使学生难以适应生产力的发展变化和科学技术的不断进步;从学科设置方面看，专业的划分、招生比例和教学的组织缺乏应变能力，对专业及课程的设置去哦法科学的需求预测和规划，具有一定的盲目性，对当前电子信息、计算机科学、软件工程、电子商务、国际金融、市场营销等热门专业盲目追求，使这些专业的毕业生人数大量增加，导致学校专业失衡，加大了就业的压力与难度。另外，大部分高校还没有系统的就业引导机构，不能行之有效地为处于迷茫中的学生指路，从而使得原本就没有社会经验的毕业生找不到方向和目标。

2.、劳动力市场日渐饱和。

近几年国家大量的转业军队干部、退伍兵、志愿兵的安置，农村人口的大量涌入等使得就业岗位更加拥挤。再加上现存的十年以来累计的国有和集体下岗职工，使得城镇需要安排的就业劳动力不断膨胀，因此，今后几年劳动力市场都将呈现严重的供大于求的局面。

3、用人单位的要求不断提高，市场竞争不断加剧

当前用人单位对人才的知识结构和外语水平提出了更高的要求：要求员工具备综合素质高、专业素质过硬、懂外语、熟悉国际法律和懂得国际惯例，要求员工具有开拓创新的能力和对待工作持之以恒、坚韧不拔的态度，一些偏科的学生就会因为某一方面的不足而失去被录用的机会。在市场经济体制下，企业在员工的聘任、培训、评估、待遇、沟通、尊重等方面在逐步向国际接轨。

4、毕业生自身因素

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。

二是不能正确地评价自己。毕业生普遍的就业期望值偏高，导致很多大学生眼高手低，不切实际，从而失去了许多就业的机会。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“嫁不出去”。

三是社会因素的干扰。—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。

其五是价值观不够积极。由于受市场经济的某些负面影响，功利主义较突出，社会价值观淡化。现实主义倾向取代理想主义倾向，注重职业的经济利益，追求安逸舒适的工作环境，不愿去老少边穷地区、基层单位、中西部地区等等。另一方面就业观陈旧，希望进国企，享受医疗、养老保障制度等。

最后给我们提出了一些措施：

1、进行职业规划

在认识自我表现，了解职业的基础上，从自身的喜好、优势和社会的需求出发，确定职业的发展方向，明确职业目标，制定一系列长期的学习，培训，实践计划，拟定阶段性的目标，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。

2、准确把握自身优势

我们必须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。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。

3、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。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机会。

4、注意求职细节

首先写谋职信时尽量使用简洁明了的语句使你所求的工作在信中的以明析的表达。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。同时在简历中真实的写明自己的专业特长。其次，面试的时候要举止大方，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;在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。同时还要自信，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。同时还应该会说话，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。面试时还应该抓住时机主动提问，充分西显示自己对谋职企业以及职位很感兴趣。

5、多样化求职途径

社会关系介绍、电话求职、直接登门自荐等等方式。在求职过程中还可以好好运用自己的创意进行创意求职，为自己争取更大的求职成功率。

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!

**就业指导课心得体会篇四**

中职就业指导课是一门目前备受关注的课程，在中职生涯规划和职场实践中具有重要的作用。作为一名中职学生，我在这门课程中受益匪浅，收获了许多关于职业规划的知识和技能。在这篇文章中，我将分享我在中职就业指导课中所得到的心得体会。

第一段，介绍中职就业指导课的背景和意义。中职教育是职业教育的重要阶段，除了要求学生具备基本的学科素养和职业技能，更需要为他们提供了解职业行业和规划职业发展的教育。而中职就业指导课的出现，就是为了与时俱进，适应职业发展的新要求。它不仅教授职业发展知识，还提供就业指导和职业规划等服务，有助于提高学生的专业素养和职业能力。

第二段，谈论中职就业指导课的教学内容和形式。作为一门“应用性强”的职业课程，中职就业指导课的教学主要涵盖职业发展与规划、职场实践技能和职业形象打造等方面。课堂上，老师向我们介绍不同职业的发展前景和行业特点，讲解就业市场与岗位需求，并以课程实践为重要环节，引导我们通过参观企业、模拟面试等方式，增强职业素养和实践能力。

第三段，总结中职就业指导课的重要性。在这门课程学习中，我明确了自己的职业目标并根据个人兴趣、兴趣和优势进行了职业规划。课程中还让我了解到如何撰写简历和应对心理压力等职业实践技能。通过这些知识和技能，我得到了针对性的自我提升。

第四段，谈论自己在中职就业指导课中的成长变化。在中职就业指导课的帮助下，我增强了自我认知，意识到自己的优势与不足。我也知道了自己的职业趋势、职业意愿和职业方向。而且课程中老师的互动式授课方式，使我更加自信和积极面对职业未来。

第五段，总结中职就业指导课对我的影响。中职就业指导课开启了我职业规划的第一步，提高了我的职业素养和实践能力，这对我的职业成长有着长远的意义。在这门课程中，我也认识到就业市场竞争的激烈程度和个人职业规划的重要性。在未来的职业发展中，我将继续注重自我提升和职业规划，用所学所得提高自己的职业竞争力。

以上就是我在中职就业指导课所得到的心得体会。中职就业指导课不仅可以帮助我们了解职场实践技巧和职业形象打造，更重要的是可以提高我们的职业方向和规划能力。将所学所得转化成职业发展中的成长与实践，才是最有价值的收获。因此，我们应该珍惜和利用好这门课程，充分提高个人职业素养和实践能力。

**就业指导课心得体会篇五**

这次实践活动在xx街二社区居民委员会进行，据了解，二社区隶属于xx市xx区xx街道办，座落于美丽的“光谷腹地”，南依南湖，北邻雄楚大道，地理位置十分优越,交通便利，环境优美，小区绿化面积比例大，公共设施完善。小区的教科文卫条件也相当优越，周边有中南民族大学、中南财经政法大学、xx中学等大中院校;附近有省荣军医院、光谷医院等。社区总面积有八万余平方米，小区功能齐全，配备有比较完善的娱乐健身设施，有50余栋居民楼，近100个楼号，98个楼组长，居住有1300多户3000余人，分设有两个社区居委会，辖于xx街道。这次实习所在的二区居委会现有委员五人，设置书记主任一人，其余则分管文教妇代、老年工作与援助员、综合治理与调解、计划生育、民政与卫生等。另有xx街街道办下派的助残员，负责社区的残疾人工作。居委会的委员由居民选举产生的,社区居委会每届任期三年,届满后换届选举工作由湖北省政府统一部署。

xx小区实习过程及感受

一、小区实习的前期工作

这次实习由黄俏牵头，黄俏、杨胜根和本人前去联系，因为黄俏所在的绿色环保协会以前在这个社区开展过一系列活动，所以洽谈这事很顺利。不过，在后来安排同学们去实习的时候遇到了一些些小的困难，主要是临近毕业了，大家都有很多事情要去做，有考研的，考公务员的，找工作的……很难调动大家的积极性去认真地参与到实习活动中。好在在我们的努力下，实习活动总体来说开展的比较顺利，小区居委会的工作人员也很能理解我们，为我们的实习活动提供了很便利的环境，非常感谢他们的支持和理解。xx小区范围比较大，划分为两个子社区(在这里，我称之为子社区，不知道恰当不恰当)，为了让参与此次实习的同学们能够很顺利地找到具体的实习地点，我还特意用电脑绘制了一张简易的地图，有点夸张，肯定是说不上精确了，不过，依着地图，总是能找到那个位置的，这也就足够了。

二、实习过程及感受

这次的实习时间不是很长，为期一周，在这短短的一周时间里，让我们走出了课堂，走出了校门，去亲身体会了一下外面的世界，开阔了我们的眼界，同时也巩固了我们所学的专业知识。

在这个过程中，相信我们都能够深切地感受到社会才是一所更能锻炼人的综合性的大学。临近毕业的我们，更应该适时的走出校门，把从现在到明年七月份毕业的这段时间作为一个从学校跨入社会的过渡期。这样的一次实习机会，让我们学有所用，在实践中成才，把社会工作的理念跟实际工作相结合，真正为社会服务,不仅仅是学院领导、专业老师对我们的要求，也是社会对我们当代大学生的要求。反过来，在实践和贡献中实现自身的价值，不断地拓展实践活动的范围，充分挖掘自身的潜力,则是我们对自己的要求，在当前，也可以说是为我们以后能够更好地参加工作打下坚实的基础。

我是这次实习活动第二小组的组长，其他成员有：、。我们第一天去实习的时候，受到了社区居委会办事人员的欢迎，我们很感动。在实习的几天里，我们五名成员首先约法三章——不迟到，不早退、严格遵守居委会的工作纪律。因为我们深知，我们的一言一行不仅仅是代表着我们自己，同时也关切到我们民大学子几采。在那几天里，我们确实做到了，深感欣慰，其中有个别同学因为有事，确实不能去的，也提前对小区主任说明，请个假。

我们在那几天的主要工作是做关于青少年的法制宣传工作，在正式去实习之前，我已经在网上搜集了许多有关青少年法制宣传的资料，为我们更好地开展实习工作作好了准备。我们几名成员或分散开来或集中在一起工作，负责相应的项目。每天上午、下午我们准时到居委会的时候，主任都会为我们安排好要完成的工作，比如整理一些文件，处理一些资料等，工作量不大，很多时候是一些小的事情，但是我们每个人都很认真地去完成它。因为我们知道，事情看上去是简单的，琐碎的，但是却与许多社区居民的日常生活有着密切的关系,稍有不慎，可能会造成很大的差错。

社区宣传栏上，吸引着一簇一簇的社区居民前去观看。我们的成员还对其中的某些内容作了一些讲解，以便社区居民能够更加深刻地理解。在社区办事人员的指导和支持下，我们的工作取得了成效，大家都很高兴。

在实习活动结束的时候，我们一一对社区居委会的办事人员表示了感谢，感谢他们对我们的理解和支持，办事人员也对我们的工作能力表示认可，并且表示如果有机会，希望我们下次还能再去。

**就业指导课心得体会篇六**

就业指导课是目前大学校园里备受青睐的一门课程，作为大学生对于入职和就业形势的第一手资料，就业指导课的学习显得尤为必要。然而，很多学生可能会抱怨这门课程的内容单一、枯燥，对此我想说：如果你遇到了一位好的就业指导课老师，你会发现这门课程并没有你想象的那么平淡无奇。

第二段：就业指导课老师的基本职责

作为一名教师，就业指导课老师肩负着许多职责。首先，他们必须了解市场情况，这包括政府制度和招聘趋势；其次，他们必须熟悉不同行业的招聘标准和应聘要素；第三，他们需要深入了解学生的特点和能力，确定每个学生就业的方向和技巧。通过正确认识老师的职责，我们可以更好地理解他们所做的努力和为我们提供的帮助。

第三段：就业指导课老师的指导方式

好的就业指导课老师会针对不同学生的个性特点和就业需求，制定不同方案的指导方式。他们会充分利用自己在职业前沿的经验和知识，手把手地教你怎样制定简历、找到自己的目标、在面试中充分展示自我等。在课堂中，他们也会利用形象、直白易懂的语言和实际的工作场景，让我们更容易吸收和理解这些指导技巧，避免困扰大家的枯燥和抽象。

第四段：就业指导课老师的培养方法

老师不仅仅是传授知识，更要培养同学们的“授人以鱼不如授人以渔”的思想意识，挖掘出同学们具备的潜力和优势。在遇到困难和瓶颈时，老师会引导我们分析原因，找到方案解决问题；在我们得到好工作机会时，他们还会指导我们如何施展自己的实力，在工作中更加突显自己的职业素养。

第五段：就业指导课的改善方向

虽然就业指导课老师的作用是相当重要的，但是我们仍然需要寻求更深入和有效的改进方式。比如，校企合作可以为同学们提供更多实践机会；聘请优秀的校友或行业内高质量的讲师或专家授课，也能更好地提高同学们的职场敏感度和判断能力。但无论如何，老师的指导和帮助是不容忽视的一部分。

总结：就业指导课老师的作用是无可替代的。他们不仅提供了就业市场方面的知识，也启发学生的创新思维，增加了自信心。在向就业指导课老师寻求帮助和建议的同时，我们也应该积极地对这门课程开展反思和改进，希望能够激发更广泛的参与和更大的影响。

**就业指导课心得体会篇七**

高校生求职，实际就是求职信息传播，就是高校生通过书信、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。高校生怎样才能胜利求职呢?从信息传播胜利关键因素分析，主要有以下四个方面。

第一，自己首先是合格的高校毕业生。也就是，自己本身是有用之才。是才或非才，主要体现在三个方面：

1有无过硬的专业学问和技能，如外语、计算机等级证书是高或低，有无其他的如编程、会计、律师等任职资格证书或获奖证书。

2是否具备较强的敬业爱岗和开拓进取精神，如为什么向贵单位求职。专业学习中取得了哪些成果如文章、论文、作品等。

3是否具有巨大的进展潜力，如有何特长爱好，当过同学干部没有，是否吃苦耐劳，是否是xxxx、三好同学等。

其次，能够较精确地找到自己与聘用单位的共同点。即自己的志向、学问、力量、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高校毕业生的方案、指标。若要能够比较精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，仔细搜集、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，以增加胜利机率。

第三，要具备肯定的求职技能，尽管求职技能多种多样，错综简单，但对高校生而言，最常见和最主要的技能就是“两会”:一会写自荐书信，写出的自荐书信能扬长避短，重点突出，简明扼要，措辞奇妙、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，哪些该回避、简谈，说话当中能给人以诚恳、虚心、稳重和成熟之感等。

第四，要有肯定的抗干扰力量。干扰高校毕业生正常求职的因素，目前还不少，如不正之风，设骗欺诈，信息泛滥等等。因此，高校生胜利求职，还应具备抗干扰力量。抗干扰力量当中，最重要的有两项：一是能够较精确地鉴别信息的真伪，防止受骗上当;二是能够捕获决策时机，防止因脚踏两只、三只船等丢失机遇。

然而高校生总会陷入几个就业心理误区：

误区一：自我期望值过高。

不少高校生自认为学识渊博，从政、经商、做学问不费吹灰之力，伸手就可以出成果。因此，他们在择业时极简单消失“高不成，低不就”的现象，自然择业困难。陕西来的陈先生到深圳多年了，他原来在一家合资企业找到一份人事文员的工作，但是他认为这是一个高中生就能胜任的位置，假如让他屈驾于此企不是“铺张人才”?于是，一个星期不到就主动拜拜了。后来几经辗转，他靠着“丰富的理论学问”在一家台资厂找到份做行政主管的“美差”,但由于他没有大型外资企业的实际管理阅历，不能顺当开展工作，试用期一到就被老板炒“鱿鱼”了。

误区二：过多的物质要求。

很多高校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，假如用人单位稍不满意他们的要求，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高校生，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：痴迷大型企业

有相当一部分高校生认为，只有到大型企业去干，才能充分发挥出聪慧才智。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，更谈不上什么进展前途了。其实，有些大型企业里面人才济济，竞争非常激烈，而一般的小企业，对人才的需求如饥似渴，事实上近年，大企业里的高校生“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、财会是高校生追求的热门，可究竟僧多粥少，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，在人才市场就消失了“热门难进，冷门更冷”的怪现象。高校毕业生的择业误区，是在社会、个人双方合力下形成的。其实，作为高校毕业生的我们，此时应当多一点“大丈夫能屈能伸的豁达”,不要过分计较一时的顺逆，坚信“天生我材必有用”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。

**就业指导课心得体会篇八**

通过老师的讲解，我意识到未来不能只有天马行空的虚无，更重要的是要从现在开始去行动，去亲手缔造自己的未来和人生。大千社会，无奇不有，作为大学生，我应做好心理准备，坚信“天生我材必有用”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。

听了今天的讲座后，觉得自己非常幸运，能有这样一个机会，来学习这么多东西，遇到那么多认真负责，满腹经纶的老师和企业家来指点我，我相信为期一周的高校毕业生就业培训指导班，在接下来的课程里将会更精彩，更让我有所顿悟，从而对自己有所改变，期待着。

本学期我们开展了学生就业指导这门课程，通过一学期的学习感触颇深，从中学习了很多。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。通过阅读《应届生求职攻略》系类丛书，我了解到作为应届生求职应注意的问题有很多。

主要是在面试当中的一些技巧，一般情况下公司录用员工都会经过两轮面试，第一次面试主要是公司的人力部们的相关人员进行，主要会询问一些个人情况相关的问题，介绍一下公司的情况，及工作的内容等。第二轮面试一般是有一些专业部门的主管进行面试，主要会向求职者考察一些专业技能的情况。

进入面试室后，其实是一场商务谈判的开始，如果你身边带有包袋之类的东西，不要把它们放在桌上而是放在地上，自己坐的椅子旁边，这样一方面能让桌子上看起来干干净净，另外一方面也不至于分散hr的注意力，曾经我把我的包放在桌子上，面试结束后hr说我那个包看起来不错，问我在哪里买的，我就知道这次面试泡汤了，hr的注意力全放在我那包上了，坐着的时候采取自然的姿势，不要让人看上去很懒散也不要笔直的像盖世太保无论hr进来的时候态度怎么样，你的脸上都应该带着微笑，注意是微笑，不是别的什么笑，如果实在笑不出来可以想一些让你觉得有趣的事情，hr走进来的时候，就算你是坐着的，你也应该站起来致意一下，等她入座后你再入座，面试其实就是一个销售过程，hr是采购员，而你只是个销售员，只要把你自己这个产品销售出去了，你的任务也就算完成了，想想看，最多一个小时的聊天就能为自己带来一个月薪丰厚的工作机会，这应该是世界上最容易的赚钱方式了hr也有好多种，有些hr会不苟言笑，有些hr比你还客气，笑得比你还开心，遇上这种很客气、笑得很开心的hr你要留意了，她客气她开心并不意味着她比较容易对付，这种人往往比10个不苟言笑的hr加起来还难对付，在她客气的表面上，一个本来应该你对着她笑的人反过来对着你笑了，这事你想想有多恐怖，她观察你的眼神是很犀利的，你的任何不足都逃不过她的眼睛，有时候会同时进来几个人面试，面试的时候问你话最多的，通常不是对你的录用起决定性作用的人，因此你在面试中不要忽略其他人，回答问题时也应该用眼神关注一下别的面试官。

**就业指导课心得体会篇九**

随着社会的发展，就业形势越来越严峻，对大学生来说，能够顺利就业变得越来越重要。为了帮助大学生更好地应对就业问题，学校开设了综合就业指导课程。经过一学期的学习和实践，我对综合就业指导有了更深入的了解，并从中获得了一些宝贵的经验和体会。

首先，综合就业指导课程为我提供了许多就业信息，使我对不同行业的就业形势有了更全面的了解。课程中，老师经常邀请各行各业的专家来讲座，他们分享了自己的求职经验，解读了当下就业形势以及未来发展趋势。通过了解不同行业的就业情况，我对自己的目标有了更清晰的认识，也知道了自己需要提升的技能和知识。

其次，综合就业指导课程帮助我培养了一些实用的就业技能。在课程中，老师教给我们如何撰写简历、写求职信，以及如何进行面试等实用技巧。我在课后根据老师的指导，结合自己的实际情况进行了实践，逐渐提高了自己的求职能力。例如，我通过多次面试的经历，逐渐摸索出了适合自己的面试技巧，并在实践中不断完善，最终成功地找到了一份满意的工作。

第三，综合就业指导课程给我提供了一些机会，让我更好地了解企业文化和工作环境。课程中，老师安排我们进行企业实地考察和实习。我有幸参观了一家知名企业，并与工作人员进行了面对面的交流，这样的经历让我更加深入地了解了企业文化和工作要求，为我选择合适的工作提供了有力的参考。

此外，综合就业指导课程还注重培养我们的职业素养和团队合作意识。在课程中，我们经常组织分组讨论和合作项目，在团队中共同解决问题，培养了我们的团队合作能力和沟通协调能力。同时，课程还注重培养我们的自我意识和自我认知，让我们了解自己的优势和劣势，为今后的职业规划提供有力的支持。

最后，综合就业指导课程还提供了一些就业资源和平台，使我更容易找到合适的工作。课程中，老师会定期发布一些就业信息和岗位招聘信息，并提供一些求职技巧和经验分享。此外，学校还为我们提供了一些求职平台和就业咨询服务，让我们更方便地与企业进行对接，并获取更多的求职资源。

总的来说，综合就业指导课程对我的就业问题起到了积极的促进作用。通过课程学习和实践，我在就业方面获得了一些宝贵的经验和技巧，更清晰地了解了就业形势和自己的目标。同时，课程还培养了我的职业素养和团队合作意识，提升了我的综合素质。最重要的是，课程提供的就业资源和平台让我更容易找到合适的工作。综合就业指导课程是我大学生涯中的一份重要财富，我将继续努力并发挥所学，为自己的职业生涯打下坚实的基础。

**就业指导课心得体会篇十**

随着这几年高等院校扩招工作的展开，大学生越来越多，可是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，大学生似乎没有过去那么抢手了，他们也开始挣不到钱，也开始为找不到工作而发愁。今年庞大的毕业大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。 就在大部分学生还在为怎样才能够在千军万马中求一份安稳工作而着急上火的时候，我院招生就业处的领导给我们上了几堂有关就业指导的课程，它的出现，犹如一场及时雨，滋润着每一位即将毕业的大学生心田。作为其中之一的我，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多!

从指导课中，我总结出了以下几点内容：

(一)制定好近几年的职业计划，并拟定阶段性目标：

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。

(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。

(四)面试时要注意的几点：

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，在主试人随着这几年高等院校扩招工作的展开，大学生越来越多，可是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，大学生似乎没有过去那么抢手了，他们也开始挣不到钱，也开始为找不到工作而发愁。今年庞大的毕业大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。 就在大部分学生还在为怎样才能够在千军万马中求一份安稳工作而着急上火的时候，我院招生就业处的领导给我们上了几堂有关就业指导的课程，它的出现，犹如一场及时雨，滋润着每一位即将毕业的大学生心田。作为其中之一的我，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多!

从指导课中，我总结出了以下几点内容：

(一)制定好近几年的职业计划，并拟定阶段性目标：

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。

(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。

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――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。―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。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。―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。

**就业指导课心得体会篇十一**

作为即将步入社会的新一代，我们对就业问题的关注越来越多。为了更好地适应就业市场的需求，学校开展了综合就业指导活动。在参与这些活动的过程中，我收获了许多，同时也对自己未来的就业有了更清晰的思考。以下是我对综合就业指导的一些心得体会。

首先，综合就业指导活动为我们提供了全方位的就业信息。在就业指导讲座中，专业人士与我们分享了各行各业的发展潜力和就业前景。通过展示实际案例和数据解读，他们生动地描绘了不同就业路径的可能性。此外，就业指导中心还定期发布最新的就业信息和招聘信息，让我们及时了解各行业的招聘要求和就业动态。通过这些信息的收集和学习，我们能够更加全面地了解就业市场，从而为自己的就业决策提供有力支持。

其次，综合就业指导活动提供了个人职业规划的指导。在就业指导课程中，我们学习了如何制定个人职业目标和制定可行的计划。通过深入了解自己的兴趣、能力和价值观，我们可以找到最适合自己的职业道路。在职业规划的过程中，我们还学到了如何提升自己的就业竞争力，例如如何撰写简历和面试技巧等。这些指导对我们未来的就业起到了积极的推动作用，让我们明确了自己的目标，并为实现这些目标做好了准备。

再次，综合就业指导活动提供了实践机会。通过参与实习和校园招聘等活动，我们有机会将课堂学习与实际工作相结合。实践经验对于我们的就业至关重要，它不仅能够锻炼我们的专业能力，还能让我们更好地理解职业发展的实际情况。在实践中，我们能够体验到工作的压力和挑战，学会应对和解决问题。这些经历不仅可以提升我们的综合素质，还可以为我们今后的就业打下良好的基础。

此外，综合就业指导活动还加强了我们与社会企业的联系。通过与各类企业的交流和合作，我们有机会了解企业的运作方式和管理模式。在企业的讲座和座谈会上，我们可以近距离接触到企业的高层管理者，了解他们的职业经验和求职心得。同时，一些企业还提供了实习和招聘机会，让我们能够更直接地与企业接触和合作。这种联系和合作对于我们了解企业的需求、提升自己的就业竞争力非常有帮助。

最后，综合就业指导活动让我们认识到就业不仅仅是为了生存，更是为了实现自己的价值和梦想。在综合就业指导的引导下，我们不再满足于平庸的生活，而是积极地思考和探索自己的职业发展。我们渴望通过自己的努力和付出，赢得一份更有挑战性和发展空间的工作。同时，我们也明白了就业并不是一蹴而就的过程，而是需要长时间的努力和积累。因此，我们会在综合就业指导的指引下，不断地完善自己、提升自己，以更好地应对未来的就业挑战。

总之，综合就业指导活动让我们更加充分地了解就业市场，明确个人职业目标，并为实现这些目标做好准备。通过实践机会和与企业的联系，我们能够在学校阶段就为就业做好准备。在综合就业指导的引导下，我们从不再对就业望而却步，而是积极面对就业挑战，并为实现自己的梦想努力奋斗。希望我们的综合就业指导活动能够不断优化和完善，为更多的学生提供优质的就业服务。

**就业指导课心得体会篇十二**

面试是每个求职者走向职场的一道门槛，高效的就业指导能够帮助求职者提前了解面试环节，提升自身竞争力。在刚刚参加了一场就业指导的面试后，我对面试过程有了更深刻的理解，也获得了一些宝贵的经验。以下是我对就业指导面试的心得体会。

首先，在参加就业指导面试前，我特意做了充分的准备工作。我通过研究公司的背景，了解公司的发展规划和人才需求，以帮助我更好地回答面试官的问题。此外，我还准备了一些常见的面试问题，并针对每个问题进行了思考和准备。这样的准备让我更加自信和镇定地应对面试中的各种情况。

其次，在面试过程中，我意识到重要的是要保持良好的沟通和表达能力。面试官最关注的是求职者的能力和沟通技巧，因此，我在面试中注重与面试官进行互动和交流，以展示自己的才华和优势。同时，我还注重语言表达和肢体语言的协调，尽量避免出现紧张和局促的情况。这样的表现给予面试官一种积极主动主动求职和合作的印象。

此外，我还发现在面试中，自我介绍是一个十分重要的环节。自我介绍是求职者向面试官展示自身能力和特长的机会，因此，我在准备自我介绍时，注重突出自己在相关领域的经验和工作成果。并且，在面试过程中，我还在介绍完自己的基本情况后，加入了对公司的赞美和对未来发展的展望。通过这种方式，我可以更好地吸引面试官的注意，增加自己的竞争力。

另外，我在面试结束后，及时总结和反思自己的表现。我记录下面试中的问题和自己的回答，并对回答的效果进行评估。通过这样的总结和反思，我可以发现自己在面试中的不足和需要改进的地方。例如，我发现自己在回答某些问题时没有充分展示自己的经验和能力，因此，在下次面试中，我将更加注重这一点，并准备更多的实例和故事来支持我的回答。

最后，我认为良好的心态和自信是成功面试的关键。在面试过程中，我保持乐观的态度，并相信自己具备足够的能力和潜力来胜任该职位。这样的自信和积极性让我在面试中表现更加出色，并给予面试官一个积极主动的印象。因此，我相信自信心和积极态度是实现成功面试的关键。

通过这次就业指导面试，我深刻体会到了面试的重要性和准备的必要性。良好的准备工作、积极的表达和自信的态度是成功面试的关键要素。我将继续加强自己的面试准备和沟通能力，不断提高自己的求职竞争力。

**就业指导课心得体会篇十三**

六月二十五日，今天开始我们的暑假社会实践正式拉开了序幕，暑期社会实践心得：

今天的任务格外轻松，主要是昨天傍晚组长梁一召开了一个工作部署的会议，会议上她一丝不苟地讲解明天要注意的细节，把工作内容安排得井井有条，提前联系好了要采访的老师。

今天实践的内容，主要安排是采访学校招生就业办以及人事组织部的老师。昨晚说好的九点半在十五号楼下集合，出乎意料的是，大家都早早地在楼下集合了。

可能是第一天大家的热情高涨吧。我们先去采了招生就业办的叶老师，从他那里了解了当今大学生就业的形势、当我们面对\"专业不对口\"这个问题所需要保持的心态以及解决这个问题的一些技巧，比如说提高自身的素质，努力做一个水陆空多栖全面发展的人才或者提高自己的技巧以此是自己能够在不利逆势中处于较有利的地步。

接着我们去了人事组织部做了一个简单的采访，基本上向老师了解了学校在招聘人才中所关注、看重的内容。在采访结束的时候，老师还给我们这个活动几点建议，大致方向主要是走访企业，从企业入手。

经过这一天的忙碌，我从中学到了不少。在面对专业不对口这个逆境时，我们必须要沉着应对。这个问题在当今大学生中普遍存在，我们应该摆正心态，尝试着提高面试技巧，提高个人自学的能力，做一门学一门的能力。

据我初步了解，能从事自己所学专业的大学生还是属于少数，所以，我觉得通过这个歌课题的调查，能够使我清楚地了解当今形势以及从中总结方法，以致于使自己在求职的道路上处于相对有利地位。这天的调查，我们也充分发挥了团队精神，以及使自己在实践中得到锻炼。

**就业指导课心得体会篇十四**

随着这几年高等院校扩招工作的展开，大学生越来越多，但是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，大学生似乎没有过去那么抢手了，他们也开始挣不到钱，也开始为找不到工作而发愁。今年庞大的毕业大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。就在大部分学生还在为怎样才能够在千军万马中求一份安稳工作而着急上火的时候，我院招生就业处的领导给我们上了几堂有关就业指导的课程，它的出现，犹如一场及时雨，滋润着每一位即将毕业的大学生心田。作为其中之一的我，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多！

从指导课中，我出了以下几点资料：

（一）制定好近几年的职业，并拟定阶段性目标：

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。

（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，但选取的余地不大。

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、社会关联说，人际关联十分重要，广交朋友建立关联。利用自己的社会关联网搜集就业信息和进行求职活动，许多用人单位也喜爱录用经人说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。

4．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透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）面试时要注意的几点：

大学生就业指导心得(2)这几年高等院校扩招工作的展开，大学生越来越多，但是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，大学生似乎没有过去那么抢手了，他们也开始挣不到钱，也开始为找不到工作而发愁。今年庞大的毕业大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。就在大部分学生还在为怎样才能够在千军万马中求一份安稳工作而着急上火的时候，我院招生就业处的领导给我们上了几堂有关就业指导的课程，它的出现，犹如一场及时雨，滋润着每一位即将毕业的大学生心田。作为其中之一的我，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多！

从指导课中，我总结出了以下几点资料：

（一）制定好近几年的职业计划，并拟定阶段性目标：

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。

（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，但选取的余地不大。

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、社会关联说，人际关联十分重要，广交朋友建立关联。利用自己的社会关联网搜集就业信息和进行求职活动，许多用人单位也喜爱录用经人说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。

4．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透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）面试时要注意的几点：

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，整个过程要持续良好仪态。

2、对方说状况时要面带笑容、认真聆听，并适时点头、答话，一般不好打断主考官的说话，更不能抢问抢答；交谈时要简单自如目光对接；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资料，或转移话题，引对方的注意。

3、自信，坦率诚恳。在回答问题时要据实回答遇到自己不知或不懂的问题，不好闪烁其辞，默不做声，牵强附会，不懂装懂，就应诚恳的承认自己的不足或表示自己以前学过但一时想不起来，这样反而会赢得主考官的明白、信任和好感，千万不好夸夸其谈，更不好锋芒毕露，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，应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。

（五）珍惜每一次次面试的机会，抓住时机充分的展示自己的才华，把自己推销给应聘单位。

（六）在各种方式应聘中，要注意各种欺骗手段，必要时利用法律手段保护自己的权利。

（七）职场如战场，胜败乃兵家常事。不好收到书面拒绝信就心灰意冷，就应清楚的意识到，收到回绝信在这天已经是很普通的事。

越是有竞争，越能体现自我，不好为压力所难，应化困难为动力！作为一位应届毕业生应做好心理准备，坚信“天生我才必有用”的信念。地上本没有路，只要我们敢问路在何方——路在脚下！没请你坐时切勿急于落座，坐下时应道谢，整个过程要持续良好仪态。

2、对方说状况时要面带笑容、认真聆听，并适时点头、答话，一般不好打断主考官的说话，更不能抢问抢答；交谈时要简单自如目光对接；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资料，或转移话题，引对方的注意。

3、自信，坦率诚恳。在回答问题时要据实回答遇到自己不知或不懂的问题，不好闪烁其辞，默不做声，牵强附会，不懂装懂，就应诚恳的承认自己的不足或表示自己以前学过但一时想不起来，这样反而会赢得主考官的明白、信任和好感，千万不好夸夸其谈，更不好锋芒毕露，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，应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。

（五）珍惜每一次次面试的机会，抓住时机充分的展示自己的才华，把自己推销给应聘单位。

（六）在各种方式应聘中，要注意各种欺骗手段，必要时利用法律手段保护自己的权利。

（七）职场如战场，胜败乃兵家常事。不好收到书面拒绝信就心灰意冷，就应清楚的意识到，收到回绝信在这天已经是很普通的事。

越是有竞争，越能体现自我，不好为压力所难，应化困难为动力！作为一位应届毕业生应做好心理准备，坚信“天生我才必有用”的信念。地上本没有路，只要我们敢问路在何方——路在脚下！

**就业指导课心得体会篇十五**

第一段：引言（120字）

就业指导面试是每位求职者都必经的一道关卡。在这个竞争激烈的就业市场中，如何在面试中展现自己的优势、脱颖而出，成为了许多求职者的焦点。作为一名经历过多次就业指导面试的求职者，我不禁对面试中获得的经验和感悟有所总结。在这篇文章中，我将分享一些我在就业指导面试中得到的心得体会。

第二段：面试前的准备工作（240字）

在面试前，充分的准备工作至关重要。首先，了解公司的背景和文化是必不可少的。通过研究公司的网站、搜索新闻报道和阅读相关资料，我能够深入了解公司的发展历史、核心价值观和业务模式，从而在面试中针对性地展现自己的知识和技能。其次，准备面试常见问题的答案。我通过参考自己的工作经历和个人发展，整理出了几个常见问题的回答，并进行了反复练习，以便能够清晰、有条理地表达自己的观点。最后，注意形象和礼仪。我在面试前会选择合适的服装、保持良好的仪态，并预先规划好到达面试地点的路径，确保不会迟到。

第三段：面试中的表现（240字）

在面试中，展现自己的能力和潜力是非常重要的。首先，要注意自信和积极的态度。我会保持微笑、坚定的目光和自信的声音，以表达出对自己的信心和对面试机会的珍视。然后，要注重沟通能力和团队合作精神。在面试中，我会积极参与讨论，展示我良好的沟通技巧和宜人的合作态度，使面试官能够看到我具备团队合作所需的能力。另外，我还会展示自己的问题解决能力和创新精神，通过分享自己在工作中遇到的问题并提出解决方案，以突显自己的能力和独到见解。

第四段：面试后的反思和改进（240字）

每一次面试结束后，我都会对自己的表现进行反思和总结。首先，我会回顾面试过程中的亮点和不足，并思考其中的原因。其次，我会针对不足之处制定改进计划，并通过多次模拟面试来提升自己的表达能力和自信度。此外，我也会向已经通过面试的朋友请教并寻求建议，以获取更多的指导和帮助。面试是一个不断进步的过程，通过持续反思和改进，我相信我能够越来越好地应对面试挑战。

第五段：结语（160字）

通过多次就业指导面试的经历，我逐渐认识到面试是一种技巧和艺术，而不仅仅是回答问题的机会。准备工作、自信态度、沟通能力和持续改进是在面试中脱颖而出的关键因素。通过不断学习和尝试，我相信我能够在未来的面试中更好地展示自己的潜力和能力，最终成功获得理想的工作机会。这些心得体会有助于我个人进步，也希望能够帮助更多的求职者在就业指导面试中取得成功。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn