# 大学生就业指导课心得体会(大全11篇)

作者：夜色迷人 更新时间：2024-04-01

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生就业指导课心得体会篇一**

在现代社会中，大学生就业已经成为一个备受关注的热点话题。就业市场竞争激烈，个人素质和技能的要求也越来越高，因此，一份优质的就业指导书就显得尤为重要。在阅读大学生就业指导书的过程中，我获得了很多收获和体会。以下就分享一下我的心得体会。

第一段：重视个人的职业规划和发展

大学生就业指导书中最重要的内容之一就是职业规划。无论你是大一的新生还是即将毕业的大四学生，职业规划都是十分必要的。首先，我们必须对自己有一个清楚的认识，了解自己的性格、爱好、专业和技能等方面。而后，结合市场的需求和发展趋势制定职业规划，定好职业目标和发展方向，有助于提升个人的竞争优势。同时，随着市场的变化和个人的成长发展，职业规划也需要不断调整与完善。

第二段：注重综合素质和技能提升

如今的职场竞争已经从专业技能单一发展，转向综合能力的全面提升。大学生不但要有扎实的专业知识和技能，还要有较强的沟通表达能力、团队合作精神、创新意识以及解决问题的能力。职业规划与个性选择相结合，不断锻炼自己的综合素质和技能，可以增加自己的机会和竞争力。

第三段：拓展视野和跨界学习

一份好的就业指导书不仅能够提供基于自身优势和职业目标的就业建议，还能够帮助学生拓展职场视野。尤其对于一些大学生来说，跨界学习和拓展职场视野有助于开阔自身的思维和眼界。我们可以把握机会参加各种校园活动、社会实践、课外培训等，积极了解各行业的发展趋势和发展前景，扩大自己的人脉圈，为自己的未来发展提前做好规划和准备。

第四段：重视实习和实践经验

实习和实践经验不仅是提升综合素质和技能、发掘个人优势的重要方式，更是排除实践未知分的过程。在个人的职业途径中，逐渐积累实习和实践经验，探索自己在一定岗位上的技能和潜力，了解自己的优点和不足。同时，积累实习和实践经验有助于扩大个人的人脉和接触机会，并为以后找工作打下坚实的基础。

第五段：总结与展望

通过阅读大学生就业指导书，我受益良多。职业规划、综合素质和技能提升、拓展职场视野、实习和实践经验等内容，都让我更加清晰地认识到自己的优势和不足。同时，也为我提供了一个拓展自己职场视野、规划个人职业生涯的重要途径。因此，我要珍惜“大学生就业指导书”这一实用的工具，积极实践并不断完善自我，为自己的未来奠定坚实的基础。

**大学生就业指导课心得体会篇二**

通过这四周就业就业指导课的学习，在这很短的时间里，了解到老师都专业又较多地联系实际，使我从这门课程中学到好多书本中没有的知识，确实受益匪浅。

作为一名大专学校的在校学生，我深切地感受到所面对的就业压力。但后来利用课余时间到新英思广告公司进行了专业的、系统的、全面的软件培训后，自己在技能上提升很多很多，在临近毕业之际，学校就业部组织的就业指导课正好为我们提供了宝贵的信息。

大专生求职，实际就是求职信息传播，就是中专生通过书信、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。我们大专生成功求职主要有以下四个方面：

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，因此很难做出理性的选择，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。

**大学生就业指导课心得体会篇三**

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。

**大学生就业指导课心得体会篇四**

随着社会经济的不断发展，大学生的就业越来越成为人们关注的热点话题。而针对大学生就业问题，各种就业指导书如雨后春笋般涌现。这些指导书的质量参差不齐，有些刻板陈旧，有些充满了时代气息。但不管怎样，大学生就业指导书都是为大学生提供就业方向和就业方法的重要工具。今天，我将结合我自己的经历，谈谈《大学生就业指导书》给我留下的一些心得体会。

第二段：介绍我的大学学业经历

作为一名大学生，我深刻体会到了大学生就业的压力和困难。在我的大学学业中，我曾经遇到了许多挫折和困难，尤其是在就业准备方面。那时候，我感到非常迷茫和焦虑。失落和无助让我逐渐放弃了自己的目标和理想。我开始感到大学生就业指导书的重要性，因为它们可以帮助我们解决一些关键问题和提供启示。

第三段：大学生就业指导书帮助了我什么

《大学生就业指导书》可以帮助我们了解各种行业的基本情况和就业趋势，发现自己真正的兴趣和天赋。例如，《就业蓝皮书》告诉我们，随着互联网技术的迅速发展，互联网和移动互联网行业成为大学生就业的首选。于是我开始系统地学习计算机知识，并参加了各类IT培训和比赛，获得了丰富的实践经验。同时，指导书还为我们提供了一些就业技巧，如自我介绍、简历制作以及面试技巧等，帮助我们全面了解自己的优势和不足，针对自身情况量身打造就业计划。

第四段：大学生就业指导书如何提高我们的就业竞争力

在现实生活中，大学生就业面临着巨大的压力。指导书可以帮助我们提高就业竞争力。相比于刚毕业的大学生，我们还具有更多的优势。例如熟练的语言技能、丰富的文化素养和优秀的逻辑思维，这些优势可以帮助我们在就业市场上占据更多的优势。而大学生就业指导书可以让我们更好地发掘自己的特长，提高自己的职业素养和综合素质。通过这样的努力，我们可以获得更多的机会，拥有更好的职业发展前景。

第五段：结论

总之，大学生就业问题是我们必须面对的重要问题。然而，我们不必因此失去信心和勇气。相反，我们应该更加积极地主动去寻求解决问题的方法和渠道，给自己一些指导和帮助。大学生就业指导书为我们提供了这样的方向和参考，在我们的人生旅途中起着十分重要的作用。我相信，如果我们认真地读这些指导书，逐渐掌握它们的精髓和方法，最终必将找到我们自己的职业道路，并在这个道路上不断前行。

**大学生就业指导课心得体会篇五**

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：

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。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。

第一，自己首先是合格的大学毕业生。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、有无过硬的专业知识和技能，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、是否具有巨大的发展潜力，如有何特长爱好，当过学生干部没有，是否吃苦耐劳，是否是共产党员、三好学生等。

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。

**大学生就业指导课心得体会篇六**

“职业没有贵贱，但却有高低。”第一次上“大学生职业发展与就业指导”课程的时候罗院长就这样教导和提醒我们。仔细想来，确实如此。如果职业没有高低，辛苦又漫长的学医之路培养出来的合格医生岂不是和培训上岗的普通工人处在一样的高度，那我们的专业性和优越感何在？这种优越感，是经历漫长过程成长以后的自我满足；是对精致生命品质生活的追求。既然我们选择了学医，并已经在这条路上走了这么远，的出路也就是继续辛勤并隐忍的走下去了。是的，和同龄人相比，我们看起来更加苦逼，也更穷。他们都在问心无愧在的自食其力之时，我们还在拼搏、挣扎、依靠父母、最后努力寻求出路。但穷和达是相对的。心若不欺，必将扬眉吐气。

身在校园，心系天下。当下，以互联网飞速发展和应用为代表的新的生产方式带来了新的产业升级。传统低效高耗产业的式微恰景象如食尽鸟投林，大众创业万众创新成了人人都想进的大观园。人们不难有这样一种印象：如今大学里最热门最投机取巧的专业都是与经济直接有关的，毕竟大家有这样那样现实的考量。于是，迈进医科大学大门的第一天起，老师就语重心长地告诫我们，医生永远是最令人尊敬的职业。从皇亲国戚达官显贵到平民百姓、新时代人民共和国的公民，无论社会形态如何变化，人对“大医精诚”的期待和尊敬是颠扑不破的真理。学习了“大学生职业发展与就业指导”这门课程，我更加懂得了虽然医路艰辛但总会柳暗花明的道理。因此，医学生不必苦于学医之路的默默无闻，必须要学会忍耐和接受。“君子务本，本立而道生”，只要我们扎扎实实学好本领，不断提高业务能力，做好了本职工作，医生就是最闪耀最潮流的职业。

每年从医学院校毕业的大学生数十万，仍旧难以满足社会对医疗资源的巨大需求。这个形势，既是我们的机遇，也对我们提出了更高的要求。曾几何时，小小的血吸虫竟让伟大领袖发出“绿水青山枉自多，华佗无奈小虫何”的感叹，弹指一挥间，山河旧貌换新颜。前人的精神可歌可泣，但如今的医疗形势早已经不用实行革命的人道主义了。社会整体上飞速发展，疾病谱也相应悄然改变。保全生命活下来已不再是难题，预防疾病和追求生活的高质量才是医学的主要使命。肿瘤、慢性疾病、遗传代谢性疾病已然成为了摆在全人类面前的巨大医学难题。

多年以前，专科类院校培训毕业或者师承家传而行医者大有人在，时过境迁，我想，如今没有任何一个患者不愿意把自己的健康交付到更专业、医技更精良的人手里。有鉴于此，目前尚在理论学习阶段的我们需要更广阔的知识面和更高水平的学历。另一个角度来说，从现在到研究生以至于以后的更长一段时间里，我们能做的只能是学习和应用目前已有的知识和技能来武装自己。高山仰止，景行行止。若有志于促进医学卫生的事业发展，为全人类的健康护航，恐怕路漫漫其修远兮矣。九成之台起于垒土。坚定信念，医学之路还长，我们永远在路上。

青年马克思在中学的毕业论文中写道“如果我们选择了最能为人类福利而劳动的职业，那么，重担就不能把我们压倒，因为这是为大家而献身；那时我们所感到的就不是可怜的、有限的、自私的乐趣，我们的幸福将属于千百万人，我们的事业将默默地，但是永恒发挥作用地存在下去，而面对我们的骨灰，高尚的人们将洒下热泪。”百年之后，立德立言的马克思早已远去，每每读到这段话依旧觉得振聋发聩掷地有声。斯人已逝，风骨犹存。这样一种感觉在我的头脑里越来越强烈和清晰：选择医学之路是正确的，我将更加踏实奋进地朝前走去。因为我深知:医学是为健康服务的，为大家的健康而服务，我们的幸福不也属于千百万人么？人都会有老去的一天，但当我老去，健康不再之时，我将因曾经为万千生命的健康助力护航而无怨无悔。

**大学生就业指导课心得体会篇七**

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：

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。

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。

1.校内途径

a、参加校园招聘会，这是最常见，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。

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%。

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，坦率诚恳

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。

抓住时机充分的展示自己的才华，把自己推销给应聘单位。

必要时利用法律手段保护自己的权利。

不要收到书面拒绝信就心灰意冷，应该清楚的意识到，收到回绝信在今天已经是很普通的事。越是有竞争，越能体现自我，不要为压力所难，应化困难为动力！作为一位应做好心理准备，坚信“天生我材必有用”的信念。地上本没有路，只要我们敢问路在何方路在脚下！

**大学生就业指导课心得体会篇八**

xx年xx月xx日星期一晚，上完最后一节就业指导课后，我连笑都笑不出来。时光匆匆，说这么快，我也要面临就业这个问题。虽然现在还是大三升大四，但也已经算是一个准大四生了，能在校学习的时间已经不多，加上上完这个就业指导课以后，心情变得更加紧张了。同时心里也有了很多想法，现在想把这些想法都敲下来，以便它日再作回顾之用。

就业指导课的第二讲是冯书记上的，她所讲的内容都是针针见血，甚是现实。记得当时她就说过这样一句话“这节课就是要拿针刺啊，同学们。”，那一讲下来，我已明显觉得这句话是真的，当时我的心就被狠狠的刺了一下。接着今晚这第四讲也是她来上的，整整两节课下来以后，我是笑不出来了。心里突然就慌了。

很快地，我就要从校园走向社会，每次我都会静下心来认真的问自己一句“我真的准备好了吗?”，是的，我真的准备好了吗?一直都呆在学校，这么多年过去了，虽然自己平时在寒暑假期都有去打一下工，但那都只是暂时性的，也没能真正透彻的接触了解这个社会。而现在自己即将毕业，即将步入这个社会，却感到无比的彷徨。突然间就要从学生角色转换成职业角色，从一个校园人转换成职业人，从一个自然人转换成社会人。一切都将发生大的变化，想想都压力倍增。我知道自己不该彷徨，我知道自己该给自己的人生定位。可是当自己再一次扪心自问的时候，我发觉好多东西都变得遥远且不清晰了。曾经的梦想会被现实打败。我知道应当给自己做梦的机会，我知道自己应当勇敢的去追求。但是心里还是不安，这样的不安或许更多的来自于自己对自己的不确定。说白了就是缺乏自信吧。虽然学习了这么多年，本该能很好的胜任自己所要从事的职业，但是说真的，这些年学的都是些理论的东西，华而不实，没有很好的实践经验。想想自己将要拿着这些未被自己实际操作过的东西去操作，想着想着心里就发毛。但或许现实并没有自己想象的那么糟糕，只要自己心态放端正，肯继续虚心学习，肯吃苦，我想很多问题都应该能有更好的解决方法。所以，即便想到未来心会慌，但我还是鼓励自己，希望自己能在所剩不多的大学时间里更好的学习，吸收更多知识，好好规划，希望能以更好的心态去迎接步入社会这一天的到来。或许只有自己做得更好了，只有自己有底气了，我才能有力量的说一句：“我准备好了。”

同时想要提的是，在任何群体里都有自己看不惯的人和事。希望自己能以更加阔达的心胸去面对这一切。因为就连在学校、班级、乃至宿舍这么小的群体都能有让自己心里不顺畅的事情发生，那么在如此混杂的社会群体中，也必然会有更多的人和事在冲击着自己的眼球。有时候选择忽视也是正确的，因为眼不见为干净吧。同时也该低调的做好自己本分，少惹是非口舌为好。冯书记也说了，只要你认真实干，领导是看在眼里的。切记娇柔做作，只做实事便好。所以说，培养脚踏实地和吃苦耐劳的.精神是何等的重要。

自知者不怨人，知命者不怨天;怨人者穷，怨天者无志。这句话值得琢磨，记住它，以便它日用以警醒自己。

还有一句就是，只有知道自己以后要做什么，才能知道自己应该学什么。我想这句话大家都懂，也就不多说明。现在我要做的就是给自己一个适合自己的定位，再一次用心决定好自己想要做什么，想要有怎么样的发展，然后再好好规划通往这个目标的每一段路该怎么走。就像坐公车一样，只要上对了车，一站又一站，终有你到站的时候。希望自己能将确定好的目标与计划持之以恒的去实现，切不可三心二意。须记住“终身只挖一口井”这个道理。生活处处皆道理，这些道理我们都懂，主要就看我们的行动了。即便过程是多么的艰辛，我也应当学会忍耐，学会在苦难中成长。

生活容不得怠慢，此刻一生的梦想!有想法就应当有行动，希望自己不再畏惧路途的艰辛，希望自己能坚守自己的信念，迈出第一步，紧接着是第二步，第三步。希望自己能按着自己想要的生活方式来活出生命的精彩。希望今夜能彻底唤醒我那曾几度迷茫的心，希望这些话语能给予我更多的力量，希望自己能以实际的行动来支付我心中的梦想!今天下午听了两个让我印象非常深刻的讲座，一个是点石老师的“企业发展与学生成长”专题辅导，另一个是佰鸿电子厂刘俊弟厂长和富崎塑胶厂林郁坤总经理助理两人一起讲的“到基层去，到企业去”毕业生就业创业专题报告会。讲座结束后，留给了我很多的思考。

点石老师风趣幽默的讲话方式使课堂的气氛非常的热烈内容也很精彩，特别是他的案例让我听得很入神，非常有感触。老师主要讲述了一些大学生的思想误区;什么叫素养;工作态度怎样表现;中国人执行力不够的原因;成为伟大具备的因素等等。每一个问题，每一个案例都让我感觉好像在讲我自己似的，因为他讲得非常的到位和贴切，让我知道了自己原来这样做是不好的，以后应该要怎么做。例如听了老师的课后我才知道工作时，不仅要按时按量地完成任务，还要按质地把它完成，同时还要自动地发现问题，自动地解决问题，这是非常重要的。一堂课下来真的获益匪浅、回味无穷。

而刘俊弟厂长和林郁坤企业家的讲座，也别有一番滋味，他们主要结合自己的个人阅历和一些故事，对我们做出了很多忠告，告诉我们：要强化知识储备，积累工作经验，为成就梦想奠定基础;要用于应对挑战，善于抓住机遇，为成就理想而不懈努力。还提出了很多对大学生就业的建议，让我深切地体会到企业、农村的发展天地非常的广阔，我要大胆地迈出我就业创业的第一步，去探索与众不同的领域，在当今社会，自信自重必能成功，对于未来，我要一直充满信心!

**大学生就业指导课心得体会篇九**

马上我们就要面临毕业，下期就是双选会了，也就是说我们很快就要进入社会，进入职场。这对于我们来说是一个严峻的考验，这是检验我们这么多年来学习成果的时候了。而大学，是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。作为一名即将毕业的在校大学生，我深切地感受到所面对的就业压力。学校的就业指导课正好为我们在校大学生提供了宝贵的信息。

这学期学校为我们专门开设了一门《大学生就业指导》课程，就是为了让即将参加双选就业的我们能更好的认清社会的就业形势，认清自己。也能促进和培养我们面对就业和社会的能力和勇气，以及参加双选会的面试经验和应聘后的各项手续的办理和就业合同的签订的了解。

《大学生就业指导》主要是对学生进行比较系统的择、就业思想和技巧的教育。通过对本课程的学习帮助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，掌握一定的就业技巧，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必须具备的素质和能力，使学生在毕业后能够进行独立创业，为国家排忧解难。指导和帮助学生完毕学业，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，指导和帮助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、能力上和心理上预备求职。

学完这门课程后，我也有了一定的体会。我觉得重要的有几点：

（1）首先要有过硬的专业知识和能力。我们在学校学习的时候，必须要认真的学好我们的专业知识，培养好专业技能。为未来就业打好基础。

（2）要在思想上做好准备。心中要有个规划，大学毕业后去干什么，也许这个规划是肤浅的，但是它是个方向，要经过不断地修正，努力去实现。要做好面对困难的心理准备，在择业的路上，充满荆棘和坎坷，要有面对困难的.勇气和战胜困难的决心。

（3）必须充分认识自身的特点，能够较准确地找到自己与聘用单位的共同点。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。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。

（4）在心理上要坚持自尊、自信、自立。在招聘工作中要有自信心，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。

（5）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。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。

（6）不要一味的最求高薪高待遇的职位，不要眼高手低！因该放低自己的眼光，从企业底层做起，累积经验，逐步成长。无论做什么工作都要把它做好，做一行爱一行。

（7）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。

（8）要了解关于应聘后的应该办理的各项手续，签订就业协议，与单位签订就业合同的注意事项等。

通过《就业指导》的学习，让我学到了很多东西，它让我了解到现在的就业的压力，还有它让我对自己有了一更加全面的认识，让我了解到我的优势与不足。

它使我了解了现在就业的激烈竞争现状，物竞天择，适者生存，只有强者才能生存下去。中国本来人口就多，就业职位稀缺，所以我们应该知危而进，好好学习，努力提高专业知识和技能，做好人生规划，抓住机遇，取得一个合适的就业岗位。并让我能够更好地面对以后的就业，在接下来的一段时间里加紧学习和提高自己。武装好自己成为一个优秀的大学毕业生和一个优秀的会计工作者。

**大学生就业指导课心得体会篇十**

20xx年x月x日星期一晚，上完最后一节就业指导课后，我连笑都笑不出来。时光匆匆，说这么快，我也要面临就业这个问题。虽然现在还是大三升大四，但也已经算是一个准大四生了，能在校学习的时间已经不多，加上上完这个就业指导课以后，心情变得更加紧张了。同时心里也有了很多想法，现在想把这些想法都敲下来，以便它日再作回顾之用。

就业指导课的第二讲是冯书记上的，她所讲的内容都是针针见血，甚是现实。记得当时她就说过这样一句话“这节课就是要拿针刺啊，同学们。”，那一讲下来，我已明显觉得这句话是真的，当时我的心就被狠狠的刺了一下。接着今晚这第四讲也是她来上的，整整两节课下来以后，我是笑不出来了。心里突然就慌了。

很快地，我就要从校园走向社会，每次我都会静下心来认真的问自己一句“我真的准备好了吗？”，是的，我真的准备好了吗？一直都呆在学校，这么多年过去了，虽然自己平时在寒暑假期都有去打一下工，但那都只是暂时性的，也没能真正透彻的接触了解这个社会。而现在自己即将毕业，即将步入这个社会，却感到无比的彷徨。突然间就要从学生角色转换成职业角色，从一个校园人转换成职业人，从一个自然人转换成社会人。一切都将发生大的变化，想想都压力倍增。我知道自己不该彷徨，我知道自己该给自己的人生定位。可是当自己再一次扪心自问的时候，我发觉好多东西都变得遥远且不清晰了。曾经的梦想会被现实打败。我知道应当给自己做梦的机会，我知道自己应当勇敢的去追求。但是心里还是不安，这样的不安或许更多的来自于自己对自己的不确定。说白了就是缺乏自信吧。虽然学习了这么多年，本该能很好的胜任自己所要从事的职业，但是说真的，这些年学的都是些理论的东西，华而不实，没有很好的实践经验。想想自己将要拿着这些未被自己实际操作过的东西去操作，想着想着心里就发毛。但或许现实并没有自己想象的那么糟糕，只要自己心态放端正，肯继续虚心学习，肯吃苦，我想很多问题都应该能有更好的解决方法。所以，即便想到未来心会慌，但我还是鼓励自己，希望自己能在所剩不多的大学时间里更好的学习，吸收更多知识，好好规划，希望能以更好的心态去迎接步入社会这一天的到来。或许只有自己做得更好了，只有自己有底气了，我才能有力量的说一句：“我准备好了。”

同时想要提的是，在任何群体里都有自己看不惯的人和事。希望自己能以更加阔达的心胸去面对这一切。因为就连在学校、班级、乃至宿舍这么小的群体都能有让自己心里不顺畅的事情发生，那么在如此混杂的社会群体中，也必然会有更多的人和事在冲击着自己的眼球。有时候选择忽视也是正确的，因为眼不见为干净吧。同时也该低调的做好自己本分，少惹是非口舌为好。冯书记也说了，只要你认真实干，领导是看在眼里的。切记娇柔做作，只做实事便好。所以说，培养脚踏实地和吃苦耐劳的精神是何等的重要。

自知者不怨人，知命者不怨天；怨人者穷，怨天者无志。这句话值得琢磨，记住它，以便它日用以警醒自己。

还有一句就是，只有知道自己以后要做什么，才能知道自己应该学什么。我想这句话大家都懂，也就不多说明。现在我要做的就是给自己一个适合自己的定位，再一次用心决定好自己想要做什么，想要有怎么样的发展，然后再好好规划通往这个目标的每一段路该怎么走。就像坐公车一样，只要上对了车，一站又一站，终有你到站的时候。希望自己能将确定好的目标与计划持之以恒的去实现，切不可三心二意。须记住“终身只挖一口井”这个道理。生活处处皆道理，这些道理我们都懂，主要就看我们的行动了。即便过程是多么的艰辛，我也应当学会忍耐，学会在苦难中成长。

生活容不得怠慢，此刻一生的梦想！有想法就应当有行动，希望自己不再畏惧路途的艰辛，希望自己能坚守自己的信念，迈出第一步，紧接着是第二步，第三步……希望自己能按着自己想要的生活方式来活出生命的精彩。希望今夜能彻底唤醒我那曾几度迷茫的心，希望这些话语能给予我更多的力量，希望自己能以实际的行动来支付我心中的梦想！

**大学生就业指导课心得体会篇十一**

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：

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。

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。

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。

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%。

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：

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。

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。

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。

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%。

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，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。

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。

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。

职场如战场，胜败乃兵家常事。不要收到书面拒绝信就心灰意冷，应该清楚的意识到，收到回绝信在今天已经是很普通的事。

越是有竞争，越能体现自我，不要为压力所难，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，整个过程要保持良好仪态。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com