

# 2023年就业指导课程 就业指导课程心得(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 就业指导课程篇一

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。

目前，就中国国内大学毕业生的就业情况来看，当今大学生的就业形势确实不太乐观。就好像许多人所说的那样，如今的大学生，毕业之后也就有可能意味着失业。这一情况至少是能折射出这样一个简单的问题：当今的大学毕业生与以前相比，在数量上大大上升了许多，然而在质量方面却是下降了很多。数量上升而质量下降是一个令人可悲可叹的事实。我们现在是大四的学生，即将要踏入一个全新的生活圈子，

我们该如何找一份好工作，更好地立足社会是我们面临就业的一个严峻的问题。所以，在这学期开展的一门《大学生就业指导》课程是很有必要，这是一盏明灯，他帮助我们毕业生释疑解惑，调整心理状态，为对以后就业问题很懵懂的我们指明了方向。

作为应届毕业生，我深切地感受到所面对的就业压力和严峻的就业形势。作为快要走出大学校门的毕业生，既然我们能认识到当前这一严峻的就业形势，我们就得做好迎接挑战的准备。只有正确地认识到就业形势，才能更好地不断锻炼自己，提高自己和充实自己，排除我们前进的障碍，抓住机遇发展自己。而大学生就业指导课正好为像我这样迷茫着的大学生提供了宝贵的信息，在课堂上老师所讲授的内容值得我们参考并应用到实际中去。我印象最深的一堂课是我自己作自我介绍和老师为我们讲求职材料准备。老师提供了机会给我们，让我们在课堂上作自我介绍，亲自感受一下面试时的情况。虽然只是一种模拟的`场合，在台上也只是一分钟的介绍，但是我并没有忽视，而是做好准备，因为我知道机会是留给有准备的人。站在讲台的一刻，我感受到无形的压力，同时也很紧张，所以说话不是很流利，但是因为做了准备工作，所以思路还是清晰的，不至于临场发挥时不知所措。其实，怯场和紧张感可能都是由于我们经验不足，缺乏在众人面前发言的机会而导致的，所以我认为，在踏入社会前，我们必须抓住每次机会去锻炼自己，表现自己，积累更多的经验，让自己在锻炼的过程中越来越强大，越来越优秀。作为一名应届毕业生，同时也是一位求职者，我们需要准备的最基本的就是自己的求职材料，如简历、求职信等。如何完善自己的简历，为简历锦上添花，让hr眼前一亮是我们要学习的内容。在课堂上老师也很详细地跟我们说明简历上每个要点该如何突出自己的优势，不能过于平淡也不能浮夸。简历需要创新，才能吸引眼球，赢得更多的面试机会。另外老师说到面试时的着装问题，说到如何注重自己的形象时，我也受益匪浅。

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。

在我们面对社会之前，我们要做的就是准备，因为有准备我们才不必盲目，也不必彷徨，才会成为自己的主人，这是个充满竞争的社会，胜利者往往是有所准备的人，所以要注重知识的积累。虽然知识不等同于能力，但没有知识很难说他是一个能力的强者，所以我们要不断积累，积累到一定的程度，当机会来临时，我们便可以迎难而上，也许机会不那么容易把握，但它总是留给有准备的人。

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，招聘方会在递交求职申请的众多大学生中选择最优秀的人才，如果专业水平不高，必定成为淘汰的第一批。另外，道德水平低的必定处理不好团队合作中的人际关系。最后，在招聘人数有限的前提下，招聘方必会择优选择，所以综合素质高的大学生，从主观上是拥有一定优势的。在就业大军沉甸甸的形势之下，许多毕业生会受不住就业压力，导致表现出自卑、自弃的心态，从而影响自己的前途。所以对于求职的大学生，我们要经得起挫折。在求职中遭受挫折并不可怕，可怕的是意志从此消沉，逃避求职就业。面对挫折，我们要沉着冷静，有足够的胸怀，及时调整自己的心态。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我们要以平和的心态从容应对挫折。

社会是很现实的，我们不能期盼社会能为我们做些什么，但是我们要知道能为自己做些什么，理想与现实往往有差距，所以我们要学会走出去，去接触社会并了解他，俗话说知己知彼方能百战百胜。大学生理论与实践难以结合是当前面对的主要问题，是否能把理论运用到实践中是企业选人的主要标准。所以我们要注重动手能力的培养，做到学有所用、学以致用，让行动证明我们的一切。

对一个有上进的人来说，自学能力永远都很重要，不论你学的是什么专业，没有一定的自学能力往往很容易被社会淘汰。所以，每个人都要有自我学习的意识和付之以行动的务实精神。社会也是一个大学堂，我们要学的还有很多，不是我们在学校学得好，出去就一定能找到好工作。所以我们要认清事实，并不断实现自我优化，自我提升。

最后，我们择业要与社会需要相辅相成。许多大学生对自己未来就业的职业及薪酬定位较高，而在金融危机之下，招聘方提供的岗位远远不及大学生理想中的状况。所以，我认为对于毫无经验的我们应稍微放低要求，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。一个人的职业前途是与社会息息相关的，只有准确把握社会需要，紧跟时代的发展步伐，选择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，才能获得比较大的发展空间。所以，在选择职业时，我们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，将很难被社会接纳。只有把社会需要和个人的理想、抱负和志趣结合起来，才有成功的希望。

上了《大学生就业指导》课后，我获益良多，对于求职，我有了一个比较清晰的思路，感觉踏实了，也从一个迷惘的求职者渐渐变成一个有准备的求职者。现实不如理想般美好，我们不应该对现实渴求什么，而是要踏踏实实地走好每一步。作为当代大学生，面对如此严峻的就业形势，应当认清自己的方向，坚定信心，以自信、自强、自立的形象迎接挑战，实现自己的目标。

## 就业指导课程篇二

### 一、毕业生较多：

据教育部统计□20xx年，全国普通高校毕业生达xx万人，比20xx年增加了xx万人，而全国高校毕业生总量还将继续增

加□20xx年高校毕业生将达到xx万人，比20xx年增加xx万人。人力资源部和劳动保障部对劳动力市场供求信息调查显示，当前我国宏观就业形势趋紧，使得大学生就业面临很大的压力。

## 二、热门专业人才过剩：

我国高等教育的学科结构和培养模式不尽合理。在我国大学生在选择专业的时候主要根据当时该专业比较好找工作、薪水较高热门而定，而没有可考虑随时间发展其专业在社会的需求。学校也是不断的增加热门专业，对热门专业无限制的招生，根本没有考虑学校现实情况，导致学校培养的专业技能与市场需求不相适应，导致企业需要的具有一定技能的人才找不到。而所谓的热门专业由于人员过剩而找不到工作岗位。其热门专业也就变为了冷专业，造成该专业大学生就要让压力大，人才有所剩余。

## 三、应届毕业生不受欢迎：

据调查，绝大多数招聘单位明确表明不要应届生，除了他们没有实践经验、缺乏社会知识外，对工作、对同事的态度是招聘单位拒聘的重要理由。而且现代应届毕业大学生心态摆的不够正很多应届毕业生频繁跳槽，流失率较高，使得企业自己花费精力和时间以及金钱培养的人才无法为己所用，给企业带来不必要的损失。

## 四、大学生就业观念不对：

现在多大学生找工作很不够实际，过高的估计自己的实力，总认为自己是佼佼者，在任何方面都很优秀，在找工作时一定是抢手的人才。在找工作时挑三拣四，眼高手低，以候补精英、候补白领自居，非大机关、大公司、薪金高不去。在找到后却对自的工作岗位根本不珍惜，根本不去踏踏实实工作，总是向往更好的工作，更高的薪水，更舒适的工作条件。

从而对现有工作没有激情。这严重影响大学生的就业。

中国劳动学会副会长苏海南认为现在的大学主要是重知识培养，但是轻能力的锻炼，所以有学历没能力、有文凭没水平这种情况还是或多或少地存在。与此同时，大多数毕业生都想到大城市、大企业、大机关、大单位去就业，不愿到小企业、基层去就业。这是大学生就业一重要原因。

由以上数据和资料可以看出，我国大学生就业问题非常严峻，不容乐观

由于造成大学生就业难题的原因是多方面的，切实解决大学生就业难题是一个系统工程，需要用人单位、大学生、高校及社会共同努力。但是，归根结底，大学生自身才是主要原因。因此，我认为大学生需做好以下工作，为自己的职业生涯做好规划。

### 一、努力提高自己的综合素质：

大学生要争取知识广博，具备合理的知识结构，有一定的科学文化素养，具有创新精神，随机性、灵活性的思维方式，做到因人、因时、因事而异。有良好的心理素质，面临更加激烈社会竞争，能视变化为机遇，视困难为坦途，有顽强的自制力，坚定的信念，及对生活充满期望，充满热情。

### 二、要有良好身体素质：

健康欠佳会减弱人才的决策能力，因为如果要达到目标需要体力与耐力，一个人就可能因体力不支而放弃。身体健康是我们能够在事业上取得成功的前提条件，身体是我们革命的本钱。

### 三、注重能力培养：

能力才是判断一个人能否成功的最为有力的标准，只拥有一纸文凭在当今这个社会是难以生存的，因此必须注重能力的培养，能力是一个人素质的外在表现，是在社会中直接产生作用的那部分内容，当前社会大学生必须尽可能培养自己处理信息的能力、处理人际关系的能力、系统看待事物的能力、处理好人与资源的能力、运用技术的能力等。

#### 四、加强社会实践：

利用假期积极参加社会实践，将所学的理论知识与实际工作相结合，提高处理实际问题的能力，积累工作经验。

#### 五、正确就业定位：

求职择业应当面对现实，根据市场实际状况更新观念，转换思路，到最适合自己的岗位上工作，而不应过分关注工资水平及地理位置等，只有这样才能充分发挥自己的聪明才智，最终实现人生价值。

#### 六、设定调整方案：

在竞争如此激烈，生活节奏如此快，生活过于紧张的社会现实生活中，我们都知道社会在不断的进步，在不断的发展，人生也是一个动态，所以我们的职业生涯规划也是一个动态的过程，一个人要想在事业上取得成功就必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估，不断地自我探索和对职业的探索，整个职业生涯规划要在实施中去检验，看效果如何，及时诊断生涯规划各个环节出现的问题，找出相应对策，对规划进行调整和完善。来修正和完美我们现在的选择及自己的职业规划。

合理规划职业生涯，以便创出一片属于自己的蓝天！

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，以增加成功率。

## 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。

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知之明、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。

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，盲目地去追求、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于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行业，可如今电脑普及，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，也就是对自己有一个清醒的认识，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，并能保证自己的工作质量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，但不要盲目跟风，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。

就业指导在某种程度上说是对学生提升综合素质、培养创业素养、提高就业能力有一定的指导作用。在日复一日的生活

中，大家都对心得体会很是熟悉吧，心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么一篇好的大学生就业指导心得要怎么才能写好呢？以下是工作总结之家小编收集整理的“大学生最新就业指导的心得体会”，仅供您在工作和学习中参考。

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。觉得应当好好的总结一下，以求为自己即将到来的择业工作带来一定的帮助。

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、登记或引荐等渠道，向可能的聘用单位，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。

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，认清搜集、分析何利用聘用信息。

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。第三，要具备一定的求职技能，尽管求职技能多种多样，错中复杂，但对大学生而言，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、详细说，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。

大学生就业既要掌握天时地利

一是能够较准确地鉴别信息的真伪，防止受骗上当；

二是能够捕捉最佳决策时机，不宜局限在某个行业或某些单位，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“两会”：

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。

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路。

上完大学生就业指导课之后，我就自己的一些心得体会在下面谈谈。

作为一名大学生，如果毕业后想要直接就业的话，首先，必须要正确面对社会上的竞争压力，正确认识自我，客观地评价自己，学会主动去适应社会。不少人考虑“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己，最终导致自己陷入择业期望值过高的误区，从而错过一些机会。在选择职业时，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，才有成功的希望！

因此，我们应当给自己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；既要对其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；既要考虑全面的整体因素，又要考虑到其中占主导地位的重点因素。

第一，我们要针对自己的实际情况，做好自己的职业定位，具有针对性和方向性，深入了解自我，清楚自己的优劣势，规划自己的职业生涯；要抓住自己的特点，发挥自己的优势，尽量避开自己的不足，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，我们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；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能力，勇敢地迎接选择未来生活的种种挑战。信心是成功的第一要诀。要相信自己的能力，相信自己能够胜任工作，要发挥自己的优势，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，现在，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。面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达到超饱和状态的矛盾，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，才是就业选择的方向。”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，选择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。一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，可能从你的简历，你的面试，你的为人处事等方面表现出来。

第三，职业选择还要符合自己的实际。每个人的性格不同，每个人都有自己的兴趣爱好，因此每个人要根据自己的实际和需求来选择职业。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，只要我们把个人选择与社会需要相结合，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。

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！

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。

### 就业指导课程篇三

大学就业指导教师作为毕业生和就业间重要的搭桥人，作用亦越来越显著。目前我国的就业指导处于边实践边改革的阶段，指导学生实习教学，今天本站小编为大家精心挑选了关于就业指导课程教师总结的文章，希望能够很好的帮助到大家。

时光飞逝，眨眼间两年的大学生生活就过去了，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，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。

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？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！

共2页，当前第1页12

## 就业指导课程篇四

xx年xx月xx日星期x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。同时心里也有了的想法，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学校领导上的，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！

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`最大收获不是理论部分，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，更知己知彼。

在全球金融危机的影响下，我国就业形势相当严峻！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xx万人，比xx年年增加xx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xx万人，比20xx年增加xx万人。据统计□20xx年毕业大学生实际就业率不到xx%□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□xx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，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势的严峻和紧张。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式，分析就业形式，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！

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。现今招聘市场仍然需要

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！

## 就业指导课程篇五

这学年的就业指导课上完了，就差这个总结了！整个课程同学的参与度还是不错的，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，不过我们大部分同学还是觉得找工作、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很了解，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？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，这些书就有很好的参考价值，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！