

就业心得体会(大全10篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。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，我们一起来看看吧。

就业心得体会篇一

我到了云南德胜钢铁有限公司，云南首家民营企业!在这学习了一年半的时间，让我认识到了，一个技术工人最不能缺少的就是技能!只有不断的提高技能水平你才能不会淘汰!

做为一名刚迈出校门走入社会的我，选择了省内就业实习。有了省外顶岗实习轻工业企业实习经过。这次我选择了省内的重工业企业。通过两次实习让我认识到轻重不同企业的差异!

轻工业企业上班算轻松，上班时间叫长，主要电子产品为主，工作环境好。重工业企业正常8小时制，上班正常，环境没轻工业好。

在重工业企业非常的危险，常常发生重大工伤事故，甚至导致死人。一分钟前活笨乱跳，一分钟前一命呜呼。人的生命是那么的脆弱，人生是那样的短暂，让我学会了珍惜!

两次实习的不同让我不断的了解社会这个大染缸，让我不断的完善自己!在以后的求职路上，不管到什么岗位我都会爱岗敬业，珍惜现在所拥有的一切!两次实习体会也将是我认识最美好的回忆!

就业心得体会篇二

社会实践，就是为我们能更好的步入真实社会而做贡献的。虽说大学就是个小社会，但是其毕竟有限，真正的体验社会生活，还得深入其中。此次农村社会实践，帮助我们真实的了解了一些社会情况，意识到不同地域人们的真实生活。真是受益匪浅呀！

我们到的枫顺乡，是处在深山里，四面环山，交通很不方便。但是，我们体验到的生活令我们难忘！都说农村人，尤其靠山的很纯朴。这确实如此啊。对于他们，我们做社会调研的时候，绝大多数都是知无不言，言无不尽的。不时还问我们的生活怎么样，对我们也挺好奇的，虽然语言上有点问题，但是他们保证我们听懂，或是多重复几遍，或是带点动作，我们感到特别高兴，也很感动。在我们调研还有送孩子回家时，他们总是留我们在那吃饭，而且说了就去做，我们也只能极力推辞，而且得好些时间，因为我们吃饭都是一起的，算是纪律吧。到最后，即使我们不吃饭离开，也会给我们拿点自家产的水果等。真的好感动！都是好客之人啊。

虽然这里交通不便，老乡们住的都比较分散，分散倒置的是无论是孩子们找同学玩，还是大家聚一下都是比较难的。但是他们硬是过的很幸福，有声有色的。孩子们自己找乐趣。没事了，到学校去玩，打乒乓球，篮球，那着自己的滑板到处转，个个滑的都特别棒。

我们在这的实践活动，大家也都特别的支持，尽最大可能满足我们的需要。我们住在学校，被褥床单被单等都是学校提供的，他们能做到这样我们已经很满足很高兴了。还能为我们打开两个教室的门，其中还有一个多媒体教室。还为我们提供了校长室专门供我们办公。体育器材也给了好些。这些在我们来之前就没敢设想，他们的准备工作，还有他们的行动使我们难忘！毕竟在山里，能提供这么多已经是很不容易了。在此感谢你们！

这次实践的劳动成果是我们大家的，也是整个山区人的。我们在此次实践中，大家都能够团结起来，用自己的实际行动证明了我们没有白来。

这次实践，我们同学彼此之间的友谊又增进了不少，大家好像一家人了一样。大家也能够互帮互助，干什么都没有任何怨言，唯恐安排工作时落下自己，搞得自己无事可做。大家表现的总是那么积极，即使再苦再累大家都能够坚持下来。

这次实践留给我太多太多美好的记忆，我将会永远铭记。用大家留给自己的精华来塑造自己的美好人生，来勾画自己的蓝图。可爱的孩子们，永远与你们同在，幸福的彼岸永远向你们招手。

就业心得体会篇三

时光如梭，岁月如歌。眨眼之间，三年的大学生活就过去了。面对毕业，我们该何去何去何从？面对毕业，有的同学选择了离开校园，步入社会——就业；有的同学选择了自考，大学后继续教育；而我，则和身边的许多同学一样，选择了插本，继续接受教育。但无论如何，我们最后都必须面对一个问题——就业。就业，是人生的必经之路。

我想，对我们这群即将毕业的大三学生来说，就业是一个不能再遥远的话题。面对毕业，我们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，学校为我们安排了就业指导课。

“大学生就业指导课”主要是对学生进行比较系统的择业、就业思想和技巧的教育。通过对本课程的学习帮助学生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，树立正确的择业观念和就业取向，了解大学生就业程序，把握一定的就业技巧，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，使学生在毕业后能够顺利地就业。

通过对就业指导课的学习，我得出以下几个观点：

通过对近年来就业形势和就业情况的了解，让我们感受到就业问题的严峻。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。当今时代对人才的要求虽然各种各样，但是最基本仍然是专业职业技能，这是最基本的要求。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，充实自己，为以后的就业工作打下一个良好的基础。

现在的用人单位除了看基本知识水平的同时，对综合能力也有很高的要求。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、学习如何处理人际关系、增加个人日常生活见识等等。因此，除了学习好专业科学文化外，我们还要积极地参加各种活动，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。

简历，顾名思义，就是对个人学历、经历、特长、爱好及其它有关情况所作的简明扼要的书面介绍。简历是个人形象，包括资历与能力的书面表述，对于求职者而言，是必不可少的一种应用文。

简历是职业设计的驱动力。然而，有意思的是，最重要的不在于简历本身；而在于简历创作背后的精力、计划、策略和奉

献。对一位职业运动员或者演员来说，是预先的准备工作决定他能否实现或者超越自己的发挥和表现。在职业设计中，你为准备简历所付出努力程度将会对你发起的这场运动所能取得的最终结果起到至关重要的作用。如果你倾注高质量的时间与精力创作出内容全面、重点突出的简历，你就会赢得高质量的结果！反过来说，如果你没有经过充分的研究和思考，简简单单地记录下你的人个资料，草草堆砌出你的简历，就把它散发给未来的雇主，那么你几乎不可能获得激动人心的回报。事实上，你很可能被迫接受一个实在让人无法羡慕的职位，沦落80%俱乐部的一员——那些对工作牢骚满腹的人。因此，我们要认真对待自己的简历，要精心设计简历，格式要规范，内容要结合实际，实事求是。

随着中国高校教育的发展，大学生的数量急剧增加，大学生就业问题也日益凸显，大学生就业难问题已成为社会热点之一。据人力资源和社会保障部公布的数据□20xx年我国将有2400万劳动力需要安排就业，其中将有超过700万大学毕业生需要解决就业问题。数据显示□20xx年高校毕业生规模达到611万，比20xx年增长52万；而据预测□20xx年这一数字将达到峰值758万。可以预见，在未来相当长时期内大学生就业压力不会减弱。

因为就业压力而产生心理问题的大学生越来越多，就业压力给大学生心里产生焦虑的心态。一般来说，适度的焦虑会使我们产生压力，消除自身的惰性，增强自我的进取心，产生求胜的心理和行动。但是并不是每个人都能够控制自己的情绪，也有很多原因影响者大学生的就业心理。如果过度焦虑而产生沮丧不能化解这些情绪的话，就会影响人的心理健康，埋没了自己的才华。用人单位在录用程序上也会在条件上给大学生很多的限制，很多的学生都因为这样那样的原因产生不同的心理问题，会给求职带来不必要的困难。要克服这些心理问题，就必须打破事事求稳，求顺的想法，增强竞争意识，不怕风险和挫折，更不要害怕失败，正视现实，正视社

会，正视自我。同时我们又要克服择业心切，急于求成的思想，否则越急就越容易择业失败，而失败也会强化沮丧焦虑的程度。因此，遇到失败和挫折可以适当去宣泄，或者找方法进行自我的放松。

就业心得体会篇四

时间如白驹过隙，不知不觉中已经到了大三第二学期，如今的我们再一次站在了人生的十字路口，考研or就业？成为了我们人生中继高考以后又一个艰难且重要的选择题。身边的一部分同学努力学习积极备战2015考研之战，还有一部分同学开始投简历实习找工作，无论哪种选择最终都将会面临就业，于是学校为我们准备了就业指导课程。

20xx年的毕业季，毕业人数达到了六百九十九万，是新中国成立以来毕业人数最多的一年。20xx年人社部的教育部组织展开了高校毕业生就业调研。调研显示，从学历上，研究生初次就业率最好，本科生初次就业率略低，高职高专初次就业率最低。人社部部长尹蔚民对“十二五”期间大学生就业形势用的“严峻”两字，正如第一堂课老师现身说法一样，老师的学历、专业知识水平已经不低，但在就业过程中依旧面临极其残酷的竞争。因此，在大学阶段开展就业指导是很有必要的，对我们大学生以后就业会起到很好的引导作用。

在短短的几周里，我有以下几点收获：

第一，我们要对自己有一定的认识，我们要对自己有一个定位，树立良好的就业心理。正如《开讲啦》视频里任泉说的我们要勇敢迈出第一步，不要逃避，要勇敢的面对，走出学校，走进社会，正确面对就业。还有格力集团总裁董明珠说的大学生找工作，要带着平常心。我们要认识好自身的优劣势，弄清企业需要我们什么，我们能为企业贡献什么，更多的关注企业的文化而不是规模的大一。同时有目标是好的，但目标不要不切实际，不要要求过高。而且要保持一种激情，

努力奋斗。

第二，以前没写过简历，也不会写简历，如今的我初步学会了写一个可以入眼的简历。首先，要分析工作要求，工作要求告诉你你要向人事部门展现你哪方面的特点。其次，简历的重点越少越好，人事部门拿到简历以后，他们希望迅速的了解你这个人是不是适合这项工作。如果你把所有的特点都当做重点，你的简历将显得没有主题，也看不出你适合这项工作。最后，重要的是写好简历的首尾，任何一篇文章、任何一个段落的首尾是最能给人留下深刻印象的，这是心理学中所研究的短时记忆的特点，最能代表你的能力的经历一定要放在开始的位置，末尾更加注重你的态度和语气，为了显示出自己的谦虚和真诚，你需要在末尾添加一些自身的缺点，并且，表达出自己希望得到面试机会的愿望。

第三，我学会了如何真正的去面试，学会了一些面试注意的事项，面试的基本礼仪。如面试时第一印象时非常重要的，所以我们要注意面试穿着，男生要穿正装，而且西服的礼扣要扣正确，尽量不要穿白色袜子，而且要注意个人卫生，不要胡子拉碴的。进门的时候，要先敲门；进屋后，要说老师好；面试时，尽量保持自然，坐姿要正确，不要带包包什么的；出门时，不要背对面试官；还有各种握手礼仪等等。还有注意自己的情绪，不要像视频里的杨威一样情绪激动，磨去自己的棱角，不要让自己太尖锐，让周围的人不舒服。

虽然就业指导这门课程课时不是很多，但是让我们对就业有了一定的了解，让我们知道什么是三方合同，让我们学会如何写简历，让我们了解面试的基本礼仪等等。只要我们上课或多或少的听啦，就会有一些收获，对我们的未来有一定的帮助。就业指导这门课程对我们今后就业有很好的指导作用，希望老师以后能加入一些大学生面试的实例，或者试探性开展下大学生模拟面试，让我们大学生更好的应对就业。

就业心得体会篇五

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)写求职信，自荐信简历时应注意的问题：

1. 写求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)写求职信，自荐信简历时应注意的问题：

1. 写求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。

就业心得体会篇六

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。以下是本站小编为大家整理的关于大学生就业指导课的心得体会，欢迎大家阅读，更多精彩内容请关注本站。

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。

就业心得体会篇七

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。以下是本站小编为大家整理的大学生参加就业指导课心得体会，欢迎大家阅读，更多精彩内容请关注本站。

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。通过对本课程的学习帮助学生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，树立正确的择业观念和就业取向，了解大学生就业程序，把握一定的就业技巧，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。

指导和帮助学生了解职业发展趋势，树立公道的择业观念高校学生接受的是专业化教育，将来面临的就业方向与所学专业密切相关，因此，很有必要通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。帮助学生树立公道的择业观念，使学生萌动的、安闲状态的求职期看，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己的特长，干出一番事业，达到人才资源的公道配置。

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一定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，各部分也根据国家当年颁布的有关政策并结合本地区、本部分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非常关键的环节。

指导毕业生把握求职对策，促进顺利就业求职是高等学校毕业生走出校园的第一步，面对着社会上形形色色的招聘会和用人单位，他们必须做出选择，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，他们经常无所适从。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提供了一些解决求职对象和应聘规则的途径和办法，从而为帮助毕业生顺利就业创造条件。

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，把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。

就业心得体会篇八

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业、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、道德观和择业、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。一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。

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

首先写求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 and 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,充分显示自己对求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！

就业心得体会篇九

一、学生就业指导的目的

二、就业指导的内容

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. 主要是通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，调整择业期看值，正确选择和对待职业，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，实现自己的人生价值.

2. 就业政策指导

3. 就业心理教育

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.

择业技巧的把握对大学生求职成功与否影响较大. 通过讲授求职择业的方法和技巧, 目的是使学生把握应聘、就业的程序, 把握机遇, 顺利就业. 通过对写求职信, 参加供需见面会、口试的技巧、择业前的预备等内容的学习, 使学生把握自荐方式和口试的有关礼节, 把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己的表达能力、交往能力和应变能力, 使学生避免由于方法不当而带来的求职择业障碍, 使其在求职择业中保持主动地位.

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, 标志着选择就业机会的多或少. 通过就业指导, 一方面, 学校通过各种形式与社会用人单位建立广泛的联系, 了解和把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, 为大学生就业展路架桥. 另一方面, 通过就业指导课的指导, 帮助和指导大学生学会主动地搜集就业信息的方法, 把握信息渠道, 学会筛选有价值的信息, 有针对性地进行职业选择.

6. 就业安全教育

三、学习就业指导的体会

从指导课中, 我总结出了以下几点内容.

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、等任职资格证书或获奖证书.

- 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；

第三，写自荐书应该注意的方面：

3. 在简历中真实的写明自己的专业特长.

第四，要放低心态. 以正确的心情去面对就业和社会. 要积极的进取而不是无意义的攀比行为. 身为毕业生要了解自己的心理特点、自身素质和个性特征，树立正确面对现实，克服心理障碍，走出心理误区，增强心理调适能力和择业的自信心。

就业心得体会篇十

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表示认可，并且表示如果有机会，希望我们下次还能再去。