

大学生就业讲堂心得体会(精选6篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。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。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。

大学生就业讲堂心得体会篇一

这几年高等院校扩招工作的展开，中职学生越来越多，可是社会需求却并没有明显的增长。人们发现，中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。今年我省中职、高校大军更是让人见识了什么是人才市场的供过于求。就在大部分中职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，我校老师给我们上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中职学生心田。作为其中之一，听了这几堂就业指导课，颇有受益，感触良多！

听了《中职学生就业指导》，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。

通过这一学期就业指导课的学习，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。

的生活艺术。

就业指导课上老师对于就业的各方面工作把握得十分准确。如对于各地区的就业状况进行十分全面的分析，指导课给我们从内到外进行一次十分彻底的清洗，让我们大家明白了自己存在的不足，尤其是我自己。

首先，要正确地认识自己，给自己一个准确的定位，“兴趣是最好的老师”。其次，在平时加强积累，并认真做好求职准备。在学好本专业知识的同时，多了解相关专业以及新的行业知识。这里所说的积累不仅仅是学习知识上的积累，还包括社会活动、兼职工作、社会经验以及人生阅历的积累。我们现在所受教育很注重理论基础，但是缺乏理论与实际应用的结合，导致培养出的人才与市场需求脱节。所以我们要在学习的过程中参与实际工作，经验学习较纯粹的课堂学习来说，学习效果也会更加深刻。

并且加强实践。另外，一定要抓住机遇，机遇只垂青有准备的头脑，所以我们都应当做好充分的心理准备，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。再次，在求职的过程中要有执著的精神、败而不馁的意志。

最后，自信在求职过程中是至关重要的，不能只看到自己身上的缺点，而把优点掩埋。

总之，我们从中知道择业成功的关键还要从本身的实际出发，灵活选择。但不管怎样，绝不能一味高挑，慢等。因为无论是对自己还是对家庭、对社会，毕业的大学生早日就业是硬道理。《就业指导》它很多的讲到了很多我们以后会遇到的问题，即将遇到的问题，告诉了我们很多普遍的应对方法，但我们不能光只看，不动手，必须实践才能在以后的困难中从容的对待，以获得成功。

大学生就业讲堂心得体会篇二

当积累了新的体会时，可以寻思将其写进心得体会中，这样有利于培养思考的习惯。到底应如何写心得体会呢？以下小编在这给大家整理了一些就业指导心得体会，希望对大家有帮助！

几节就业指导课下来，原本焦躁不安的心态似乎有所改善。一直以来，面对就业我总会有一种恐慌、逃避以及无奈的消极状态，担心自己毕业之后会找不到好的工作，甚至是找不到工作，没有容身之所。但如今听了各位老师就就业方面对我们的指导与分析，聆听了他们自身的经历，再次直面“就业”这个沉重的话题，似乎能够冷静的分析自己的未来了。

一是考公务员。因为公务员的福利和收入虽然不是最好，但是最为稳定。今年报考人数急剧增长，其中以高校毕业生为主力。

二是继续升学。诸如考研究生，其中一部分同学是真心爱好学习，想通过学习来提升和充实自己；而另一部分同学则是为了暂避当下就业的压力，为了获得更高一级的学历罢了。

三是创业。俗话说的好：“瘦死的骆驼比马大”，给人打工还不如自己当老板，加之国家对大学生创业的扶植，一部分学生准备“下海”试试。

四是确定目标，迎面直击。很多大学生会选择自己中意的企业，投掷简历，在困难于竞争面前毫不退缩，力争取得一席之地。

五是要求简单，只要有工作不靠父母就好。相比之下，这也比那些整日无所事事、不可求上进的“啃老”一族来的光明磊落。

冷静的分析自己可能走向的就业方向后，我才恍然大悟，其实往往我们所谓的“就业压力大”、“就业竞争大”，无非是自己强加给自己的，只要自己饱含激情，不畏险阻，选好方向，确定目标，定能为自己在这社会上谋得一席之地。要相信“天生我材必有用”，这偌大的社会，一定有那么一份责任在等待着我们去担当。相信自己，相信未来！

每次上门走访小区内无业，失业人员家庭，我都是一次次不厌其烦地为他们推荐就业岗位。同时我尝到了自己工作的艰辛，也尝到了成功的喜悦。每当小区内就业“老大难”人员被我历尽艰辛地推荐到工作岗位上时，比我自己的孩子找到工作还要感到安慰和自豪，并为他们感到高兴。这时我就觉得自己的工作特别重要，也特别有价值。x岁的x中专毕业以后一直闲散在家，无所事事，整天围着电脑。每每夜深人静、万籁俱寂时，他驰骋在网络的天地里；而当阳光明媚、每个人都在为生存辛勤劳作时，他却沉醉在梦乡里。荒废学业、虚度青春。日夜颠倒的生活，使他的父母很着急，我看了心里也很难过。我为他推荐过几次工作，他都以各种理由回绝了。我知道这样下去，他真的要“报废”了，我看在眼里，急在心里。于是我一次次的上门和x沟通和聊天，先从拉家常说起，让他先融入社会，找到自己在社会的立足点，慢慢来，这样才不会被社会所淘汰，要有地位，先要有作为。听了我一

席话，他终于愿意“尝试”去找份工作。看到他心有所动，我趁热打铁，到处奔波，与用人单位联系。经过我多处的奔走，好不容易为x找到一份在加油站为车子加油的工作，他有工作我也很开心。可是没料到，才做了两天，他就不愿意做了，说是工作太吃力，做不动，就这样他又失业回家了。

得知情况后，我及时去和x沟通。我告诉他，刚刚工作肯定很辛苦，坚持下来就好了，要脚踏实地，路是自己走出来的，一份耕耘、一份收获。一步登天和不劳而获都是不切实际的。x心里开始有点动摇了。趁热打铁，很巧x区急需招一批秩序维护员，各方面的要求他都很符合。于是我激励他，推荐他去面试，最终他被录用了。经过两个多月的工作，x逐渐适应了工作的环境，并且整个人都变得容光焕发了，生活也变得很有规律，每次在路上碰见我，他都会说：“x阿姨，我很感激你，现在的工作我很喜欢。”他父母看见他“终于”走出了家门，心里非常高兴。看见他离我远去的背影，我的心里有说不出的快乐。是啊，解决了一个人的就业，等于挽救了一个家庭。这也是平安社区、和谐社会的基础。

像这样的故事很多，也很平凡。每次为小区内失业、无业人员推荐工作成功，我就特别高兴，也觉得自己的工作特别的有意义。正像我对x说得那样：一份耕耘、一份收获。

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。

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。

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。

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。

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。

开设大学生就业指导课的目的

“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，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。

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。

开设大学生就业指导课的目的

“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，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。

首先，自我分析：我是个什么样的人？

我的心理年龄等同于自己的生理年龄，甚至有点过于成熟。我通常会按部就班中规中矩地走着人生的每一步，脚印还算是扎实。有些时候，我也会回忆起我的过去，无论是美好还是伤感，现在都已经远离而去。我所在意和把握的是我现在

的时间和岁月。我的朋友们有事情会来征求我的意见，因为，我很能给人一种依靠感。

我具有还算强的想象力，总是会站在别人的立场思考，这使我做事很有效果，想象给我带来的好处是显而易见的。但我知道我的想象力还为我的见识和阅历所限制。所以我应努力扩大视野，向更高级迈进。

我多思多虑，有点自我主义，但善于保护自己，有时显得有些反覆多变，会犹豫不决，常有标新立异的行径。

我善于在创造性与习惯做法之间找到均衡，具有一定的创新意识，并不墨守陈规，经常会提出一些新颖的想法。但同时我也很注意尊重人们的传统习惯，不会做出过于惊世骇俗的事情。我这种个性或许对于管理岗位十分适合，同时也适合从事其他许多与人打交道的工作，如市场人员等，因为人们在与我交往时会觉有趣，又不会因为过于激进而不能接受。

同时，我爱好比较广泛，文体娱乐皆有涉及。对商业很感兴趣，在市场分析定位与扩展普及、搜集整理信息与整合利用等方面比较擅长，即可以确定自己在策划营销这块较有潜力。

还有需要说明的是我很看重自己的感情，在投入前，总会陷入思考，思索我和对方的适合度，等到确定那真的是我想共度一生的伴侣时，我的心就会放在对方身上，毫不动摇。所以在感情方面应该不会对职业生涯产生多少不好的影响。

总得说来，我是个积极乐观的人。我知道怎么去面对和解决压力以及烦恼，即能正确掌握心态调整，而以积极乐观的心态拥抱压力。正如法国作家雨果曾说过的那样：“思想可以使天堂变成地狱，也可以使地狱变成天堂。”我们要认识到危机即是转机，遇到困难，产生压力，一方面可能是自己的能力不足，因此整个问题处理过程，就成为增强自己能力、发展成长重要的机会；另外也可能是环境或他人的因素，则可

以理性沟通解决，如果无法解决，也可宽恕一切，尽量以正向乐观的态度去面对每一件事。如同有人研究所谓乐观系数，也就是说一个人常保持正向乐观的心，处理问题时，他就会比一般人多出20%的机会得到满意的结果。因此正向乐观的态度不仅会平息由压力而带来的紊乱情绪，也较能使问题导向正面的结果。从这点看，我可以很好地处理工作与生活之间的平衡，可以使各方面都朝着良性的方向发展，而不必担心自己会因为工作不顺而影响自己甚至身边人的心情。良好的心态是成功的先决条件！

大学生就业讲堂心得体会篇三

一直都想出去走走，看看外面的世界，想过要去西藏、大理、丽江、北京、西安……，但从没想过我的第一站会是泰国，感觉它是那么的遥远，其实还没有到北京那么远吧！它是那么近，近得我手里的一张机票。

泰国人的热情就如同他们这的阳光一样的热烈，他们十指合并，微笑欢迎我们的到来。一直都怀着好奇愉快的心情，此刻，我担心我们的交流问题，没想到来接我们的是一个中文说的很好的老师，并告诉我们，我们将会和一个在这工作了好几年的一位中国老师住在一起，这儿也有好几个志愿者。我的心放下一截，期待着和他们的见面。

因为洪灾的原因，我们的小别墅将住进一个泰国的中文老师，雪林（中国老师）、丽莎（泰国老师）、老马和我住在一起，从丽莎来以后，几乎每晚我们都在学习泰语，互相交流汉语。在这小屋里，最热闹的时候要数晚餐的时候，苏娟姐（中文老师）和欢（另一个实习生）就要加入我们的团队，我们都来自不同的地方，吃到不同口味的菜肴，呵呵，怪味也挺多！

这的风景很美，很原生态的感觉，蔓延的绿色、湿润的空气、繁茂的花草，还有许多小动物，宁静而闲适。这里的城市设

施完备、井然有序。我从未看到在中国高速公路上的车速竟可以在这里市区的街道上行驶，行人都自觉地遵守规则并不急于过马路。也许这也是出发前李副校长提到的地域文化差异的一种吧。

泰国不愧是一个旅游国家，几乎每一个地方都有外国人，本地人大多都会基本的英语，特别是在曼谷表现得尤为明显，大街上随处可见的外国人，几乎随处可听到泰语、英语和汉语。这就是为什么当地的学校大都从小学就开始教授汉语和英语的原因吧。

生活在继续，我们的汉语教学工作也在继续，接下来的日子，我期待着它给我带来的更多的奇迹。

大学生就业讲堂心得体会篇四

近年来，大学生创业就业一直是社会热点之一，这次的暑期社会实践就是以大学生创业就业为服务平台，为更多的大学生提供机遇。多数大学生依然希望选择体制内就业，受传统观念的影响，比如政府机关、事业单位、国有企业以及垄断行业。因为总体而言，这些部门和行业就业稳定性相对较高，收入相对稳定，也有较好的个人发展空间，所以成为多数大学生的就业首选。当前我国地区发展差异较大，特别是东部地区与西部地区发展差异较大，大学生大多依然趋向于选择发达地区的城市作为就业选择地，而这些地区的人才相对饱和，这也是造成大学生就业难的原因之一。同时，当前吸纳就业能力较强的企业总体上对知识和素质要求相对较低，很多工作岗位对劳动者的技能水平要求不高，普通劳动力就能应对，这在一定程度上冲击了大学生的就业机会。

业，只有为创业的毕业生营造好的创业培训和创业环境、才能使他们真正实现创业。当然，三百六十行行行出状元这句话也是没有错，无论学的是什么专业，从事的是什么行业；不管是就业还是创业，只要充分的发挥出聪明才智，就更接

近成功。

但创业就业的前提是你自身素质和实践能力。为此凸显了大学生社会实践的必要性。在其中你会看到自己的不足和惰性。心理学家声称：人都有惰性，希望舒适的生活，希望得到的更多而忽略付出。在社会实践中不同于在大学生活中的放松，更多的有纪律、原则、职业道德、生活习惯等等的体现。在社会实践中，会接触到很多你以往嫌少接触的，甚至会让你认识到你人格中黑暗面。当然，这黑暗面不是指暴力等等，而是你的耐心挑战，品格挑战等等，你在大学生活中没有被发现的。在大学生活中，你多数是被发现，而人的眼光总是带有主观色彩，不易让你发现真正的自己。

在社会实践中，你的搭档也许是你陌生的，甚至只有你一个人，你有足够的时间和足够的空间来思考和发现真实的自己，考虑未来的路，知道怎样改善自己。通过社会实践活动，能看到自己和社会需要之间的差距，看到自身知识和能力上存在的不足，比较客观地去重新认识、评价自我，逐渐摆正个人与社会、个人与人民群众的位置。同时会产生一种紧迫感和危机感，不断地去提高自身素质和能力，以适应社会发展的需要。

在这次的社会实践中，我也认识到自己的不足，大学生普遍存在问题之一，心不够静。实践可以磨练人，让人浮躁的心平静，得到安宁，提高自己的素养。现代的我们，对我国的国情、民情知之甚少，社会的复杂程度，远不是仅凭读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践则为我们打开一扇窗口。大学生走向社会参加实践，亲身体会生活，在与人民群众的接触、了解、交流中受到真切地感染和体验，从活生生的典型事例中受到深刻的教育和启发，使社会责任感和使命感得到加强。

在实践期间，我看了不少报刊杂志，了解当前局势；接触了不少大学生，一起讨论大家的问题，互相交流，体会不同的

生活；了解不同的人，不同的事，不同的梦想。

在实际的生产生活中，许多问题单靠某一方面的知识是难以解决的，需要考虑诸多因素，运用多方面的知识的技能才能解决得了。社会实践使大学生接近社会和自然，获得大量的感性认识和许多有价值的新知识，同时能够把自己所学的理论知识与接触的实际现象进行对照、比较，把抽象的理论知识逐渐转化为认识 and 解决实际问题的能力。创业就业依然是社会的热点，但无论你想创业还是就业，你自己必须有一定的能力。随着社会的不断发展，对各种人才的要求也随之不断变化，竞争已成为社会的基本特征。因此，专业面窄、社会适应性差、综合能力不强的人才在市场竞争中必然处于劣势，社会实践使我们广泛地接触社会、了解社会，不断地参与社会生活，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。

大学生就业讲堂心得体会篇五

我们的实习能够顺利进行的根源在于我们有过硬的基本理论知识，我们组的同学学习成绩都不错，平时学习也比较认真，一组，实在是太棒了。其他同学也对仪器的使用十分正确和熟练，对数字处理特别认真，并且严格按照基本规定。大家平时的努力学习是这次实习得以顺利进行的基本保证。

虽然，我们平时感觉学习得不错，但是，到了动手实践的时候，我们开始真的是有点老虎吃天无从下手。不过，我们敢于实践，敢于摸索，勇于创新，终于，我们完成了一份又一份作业。最终达到了预期的目的。我为我们能够勇于实践、勇于创新的精神感到高兴、自豪。在以后的工作中更应该好好利用这份财富！

在前两天的制图实习当中，我们为了赶进度，各项工作进行

的都很快，没有及时处理好图样，结果，到了出图时，我们发现我们的图样根本不能用，然而，我们并没有放宽自己，我们大家一致要求重新再做，经过我们再三测量，我们终于得到了合理的图样，交了一份满意的作业。我想，我们搞机械的人不只是在搞制图时一定要求真务实精神，在搞任何工作都要有求真务实的精神。只有这样才能做一名合格的机械方面的人才。

经过一次次的错误，一次次的重测，一次次的计算，我们对仪器的操作水平得到进一步得提高，测量的速度也在愈来愈快，数据的准确性越来越高。这也多亏了一次次的失败，一次次地重整旗鼓，一次次地练习。同时，失败也磨练了我们的意志，越搓越勇。

小组内要充分发挥民主，又要实行民主之上的集中。一个人不是万能的，要靠大家，一个人的知识不可能全面的，要靠集体，一个人有错误是不可怕的，要敢于在大家面前暴露错误，接受大家的批评。在不断的争论中我们才能发现问题，研究问题，解决问题，形成小组内最正确的意见。这应该叫做在团结基础上要敢于批评，又以团结地工作为目的吧！当然，小组内的“团结互助”就不用说了吧。

暑假之前的班会上我们把这次社会实践的口号定作：赢在起跑线！大家有了这一个暑假的经历并且交流过各自的感受之后，每一个人还是对当前就业的形势有了一个较为全面的了解。然而就这些对我们的就业而言，我们还没有任何优势。要想真正的赢在起跑线，我们还必须把握好剩下的两年，学习补充更多更广泛的知识，做更强的自己！

大二伊始，看到大家明显忙碌了好多，因为我们看得到，机会虽然不多但终归是有的，而且机会也只会留给那些有准备的人。既然选择了远方，就不怕风雨兼程，热动10-3班，我们准备好了！

大学生就业讲堂心得体会篇六

调查就业形势，探寻职业发展之路，了解就业环境、政策和形势，分析状况，寻求未来职业发展之路。

二月

（一）就业形势

当代大学生面临着相当严峻的就业形势，近年来，随着我国高校毕业生就业制度的改革和高等教育规模的迅速扩大，高校毕业生的数量迅速增加，就业难的问题日益突出，按照教育部公布的数据计算，我国高校毕业生的数量由20xx年的333万人增加到20xx年的630万人，年平均增长率高达47.1%。毕业生就业压力已经越来越大。毕业生人数与就业岗位相比供大于求，待就业人数与社会有效需求短期内增幅有限的供需矛盾日益突出，同时就业结构性矛盾依然存在。

（二）应具备的能力

1. 沟通能力，尤其是英文沟通能力。五家企业在招聘普通高等学校毕业生时对英语等级的基本要求都在六级以上，个别企业要求毕业生的英语达到专业八级水平。在外企，有一些中国员工专业技能相当优秀但是英文水平较差，这样的员工很少有发展的空间，因为有的外国同事评价员工的标准首先就是可以互相沟通。在国企，英语交流同样重要。随着中国的迅猛发展，国与国之间的合作越来越密切，企业将经常与外国交流技术、合作开发产品，不懂英语步步维艰。

2. 学习能力，又称自学能力。专业技能是基础，是求职者参与竞争的敲门砖，同时，科学技术日新月异，单凭在学校学习的技能远远不能满足企业的需求。企业将会对员工进行培训，比如英特尔公司会在前六个月对员工进行大量培训，这时要求员工善于学习，随时保持充电状态，尽快掌握技术。

学习能使人增长知识、才干，以便协助公司达到所企望的目的。只有善于学习、不断学习，才能紧跟社会时代的脚步，才能适应企业不断发展的要求。

高低不同在本质上并没有区别，都是没有经验的某专业学生。掌握的专业知识可能相差不大，差别大的往往是在其他知识构成上。企业会很注重学生的实践经验，比如曾在工厂实习过、在学校曾组织过大型活动等。

4. 团队合作能力。当前无论是生产、管理或服务第一线在社会化大生产的条件下，工作岗位越来越需要团队合作和沟通，这是胜任工作的一个重要条件。学习在很大程度上是自己的事，然而在工作岗位上往往一份工作的成功完成需要一个团队的共同努力，这要求员工不仅要出色完成自己的工作，还要在团队里推动其他人达到他们想要的结果。

1. 专注学业，专业知识要牢固，打造核心竞争力。正如上海电气集团风电公司的郑总经理所说：“每个人都有自己该干的活儿，学生的活儿就是学习，这是对自己负责得体现，一个学习好的大学生将来更有可能将本职工作做好。”除此以外多方面学习也很重要，不能局限于专业领域。比如管理学、经济学、法学、数理统计学，方方面面都要学，这样的复合型人才更能适应企业发展需要。上班后虽然企业也会提供相关培训，但是工作环境其实已经不如学校安静，而且工作繁重。走上工作岗位后运用知识的时间多、学习知识的时间少，在大学里多看多学，以免工作时学习仓促。

2. 多参加课外活动，提高综合素质。用人单位透露，在应聘人数众多的情况下，招聘者的一个快手段删选的方法就是浏览简历上的课外活动记录。在校做过学生会主席、义工、协会会长、勤工俭学……思科公司负责人力资源的总监王先生强调，他偏向于录取参加课外活动多的学生，因为在活动中他的组织能力、协调能力、主观能动性和团队意识都得到了相关锻炼，这些都是将来在工作中不可缺少的素质。此外，

多参加社团活动可以锻炼对突发事件的处理能力、沟通能力等等，这些都是用人单位在招聘没有工作经验的大学生时极为看重的。

（4）就业求职，心态放正

一是要调整自己的就业心态，树立正确的就业观。不要随大流。

（1）开拓视眼

在校期间，大学生一定要注重对就业素质的培养，这其中包括合理的知识结构，扎实过硬的专业知识，良好的择业技巧以及交际表达能力，应变能力和心理素质等。

专业知识的培养和锻炼要求我们不仅要学习好书本和课堂上能够得到的理论知识，也要求我们在专业方面有相当的自己的认识和更加广泛深入的了解，包括专业周边的链接，我们都应该涉及到，惟其如此，我们才有一个更加广阔的施展空间让我们游刃有余。

而良好的交际表达能力，应变能力和心理素质则在学生在大学学习之余索要锻炼的方面。本次问卷调查结果显示，参加社团活动和学校组织的各种社会实践活动对就业有正面影响。作为大学生进行能力锻炼、施展个人才华的重要舞台，社团活动和各种社会实践活动在引导学生走向社会，培养学生的兴趣、技能和才能，充当学生与社会交往渠道方面的作用不容忽视。因此，在不影响专业学习和专业实习的基础上，大胆地走向社会、参与包括兼职在内的校外活动是大学生提升自身能力的有效途径。

（2）正确认识自身

大学生择业时会产生许多心理问题，发现主要存在如下心理：

1、焦虑心理：由于担心不能达到预期目标或因为盲从、自负、自卑等原因，求职时遭受拒绝或失败等挫折而形成的紧张不安的情绪状态，它是由心理冲突或遭受挫折而引起的，是一种复杂情绪的反应。

2、自卑心理：一些大学毕业生自我评价偏低，过低估计自己的知识和能力水平，过低评价自己的意志力。表现在择业过程中，悲观失望，抑郁孤僻，不思进取，不敢参与择业市场的激烈竞争，等等。

3、自负心理：与自卑心理相反，有的大学毕业生在择业过程中自我评价过高，择业条件苛刻，形成自负心理。

4、盲从心理：有些毕业生，尤其是独生子女毕业生，虽然接受了高等教育，但在很多事情上还是缺乏一个大学生应有的分析问题、解决问题的能力，表现在求职择业时，从不按自身具体条件独自思考、分析，盲目效仿，即使是求职材料，也是千人一式，众笔一辞，没有自己的特点和重点，因而很难受到用人单位的垂青。

5、攀比心理：青年学生大多血气方刚，喜欢争强好胜，虚荣心较强，容易引起攀比心理，形成了较高心理期望值，这种攀比心理使得不少毕业生在择业过程中四处碰壁，迟迟无法签约。

6、依赖心理：在就业过程中，一些大学生缺乏主动参与意识和竞争意识，而寄希望于学校、家庭或就业主管部门，缺乏择业的主动性等，思想和依赖心理严重，使自己在就业中处于劣势。

面对与日俱增的就业压力，以上六条不良心理显然是犯了大忌。沉迷于其中的最终结果只能是浑浑噩噩，找不到工作又错过了考研，最终一事无成。

(3) 丰富自身

政治课本上多次提到一句话，“实践是检验真理的唯一途径”，或者我们可以说的简单一点，叫做实践出真知，因此实习或者兼职在大学期间是不可小觑的一件事情。据了解通过实习我们可以学以致用，把课堂的知识有效运用到实践中去，当然在实践中的锻炼也能让我们更好的复习课堂知识，总之这是个良性互动的过程；通过实习你可以近距离的接触你心仪的公司，对公司有更客观的了解，也可以结合自己的职业生涯规划作个判断，为你以后的就业选择提供参考；你在实习的时候毕竟是真实的工作环境，你可以发现自己哪些方面的能力或者知识还不够，及时的补缺补漏；如果发现了自己工作的时候有些能力比较强，那么它就是你以后求职时候的优势，总之实习能够让你提前客观的看清楚自己，为以后最终进入公司打好基础；要根据自己的实际情况来考虑。二要将简历认真做好。简历应避免普遍内容冗长，而且，简历中要绝对不能出现拼写、语法错误和措辞不当，把企业、收件人和职位名写错等现象。此外还应该将你的优点与强项在简历上明显地表现出来。

通过此次暑期实践活动，我学到了就业方面我所要了解的很多东西。能力，必须与正确的态度，良好的心态，积极的自信想连接，才能发挥最大的功效。在择业的过程中，必须表现出自信的朝气和不卑不亢的态度，用自行打动面试官，用热情感染面试官，最终用能力征服面试官。这才是我在大学期间所需要学习的真正的东西，这才是大学真正成就了我能够成为一个合格的成人投入社会的因素。

无论社会就业现状如何严峻，或者不如说正因为它如此严峻，所以我更应该保持一个良好的心态，以沉稳应对，展现自我。