

大学生就业指导课心得体会(实用6篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

大学生就业指导课心得体会篇一

适应社会把握人生我们带着父母的期待，带着自己的理想来到了这个让我们期盼已久的地方——大学，当走进大学校门的那一刻起，我感到很新奇，早在来到这里之前我就无数次的憧憬过我的大学生活，那美丽的一幕幕，一直在我的脑海里翻滚，人们都说幻想是美丽的，让我很快乐，但是在快乐之后，我心里也有些许感慨，大学是我们学习生存技能的地方，在这里我们会掌握知识，武装自己，为了就是以后走向社会，适应社会，只有这样我们才能把握好自己的人生，才能让自己的成为社会需要的人，是每个大学生都必须面对的现实问题。

一、适应社会

当今社会所需要的人才大学时代是人生中最关键、最美好的时期，是世界观、人生观、价值观形成的重要时期，那么大学生怎样才能全面发展，度过有意义的大学生活，将来成为国家的栋梁之才呢？提升学习能力要做到主动学习、探索性学习，使学习成为一种习惯和生活方式，以适应当今时代知识不断更新的要求。诚实守信主要是指做人做事要讲诚心、讲信誉，人无信不立，尤其是在现代社会中，诚信二字尤为重要。大学生只要不断挑战自我，尽自己所能，真诚做人，努力做事，就一定会在社会上找到自己的位置，在投身建设社会的实践中成为全面发展的人才。社会是人的社会，大学生

群体扮演着独特的社会角色，承担着不同的社会责任，扮演好自身角色是大学生成长成才成功的关键。

二、如何把握我的大学

许多的大学毕业生在谈到自己的大学生生活时都曾讲道：“如果时间可以倒流的话，我会选择另外的方式度过大学生生活”。大学本该是人生中最值得回忆、最有价值的。可有些同学却碌碌无为的渡过。我认为大学生的第一角色是学生，主要任务是学习。首先：大学生要明确不同阶段的养成目标，把握不同学习生活阶段的重担，合理规划大学生生活。其次：大学生应该在学好本专业的的基础上掌握一门甚至两门平行的专业知识，建立一个较为科学的、文理兼备的知识结构。再次：大学生应该根据客观条件的变化，不断调整阶段目标，改进职业生涯规划，为未来的职业发展做好准备。

三、三年的大学生生活规划

人是不能够脱离社会的，或者说任何人最终都会走向社会。因此，人必须学会适应社会，并在社会中成就自己的事业，大学生也不例外。大学生毕业后必然要走向社会。我们每个人含辛茹苦的求学这么多年是为什么？这么劳命伤财的是为了啥？最终目的都是为了就业，找到一份理想的工作，实现个人价值。所以说我要好好的把握自己的人生，适应新的生活，让自己的大学生生活丰富多彩起来，让自己的生活有一个合理的规划才行。千里之行始于足下，做好每一天我该做好的事，终有一天成功的大门会向我敞开，我现在在做的就是让每一天过得充实有意义。首先，在正常的学习生活中我要每天保证充足的睡眠，不熬夜。经常参加体育锻炼，提高自身素质，保持健康的体魄和积极乐观的心态。然后，树立自主学习的理念，因为自主学习是学习者发挥自主性和创造性的出国留学一种学习过程或方式，其显著特征是学生自主确定学习目标，自己决定学什么；自主选择解决问题的策略，自己决定怎么学等，实现学习过程的自我导向、自我激励、自我监控。

最后，我发现走新大学这个小社会后，我觉得同窗之情是人类感情中最值得珍惜的一种感情。大学生为了一个共同的目标，从四面八方聚到了一起，成为了大学同学。

大学期间的同学友谊，对人的一生来说都是美好和难忘的。大学生来自不同地域、不同家庭背景，其生活习惯不同，学习生活在一起，发生分歧和摩擦是常有的。大学生对此要有宽宏的度量，要有理智的头脑，切不可意气用事。做一个宽宏豁达的人是需要培养锻炼的，但我们在日常的生活、交往中一定要注重这种品质的培养。在交往中，要多进行换位思考，要学会做有心人，善于体察别人的心境，主动关心他人，采取不同的方式使其感受到彼此的善意和温暖。只有将心比心，以诚换诚，才能达到心灵的沟通和情感的共鸣。很多人想等自己老了，要去环游世界；等自己退休，就要去做想做的事情；等孩子长大了，自己就可以……我们都以为自己有无限的时间与精力。其实我们可以一步一步实现理想，不必在等待中徒耗生命。如果现在就能一步一步努力接近，我们就不会活了半生，却出现自己最不想看到的结局。

四、从现在就要规划好自己的人生，提升自身技能，不然为时已晚。

就像《钢铁是怎样炼成的》里那句经典的话：“人最宝贵的是生命。生命每个人只有一次。人的一生应当这样度过：回忆往事，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而自愧。从上了这次新疆大学生职业发展与就业指导课，让我深深的认识到了，大学是人一生中的关键时刻，在这个时期，我们要学会生活，学会适应社会，学会融入这个新的集体，在慢慢的成长中学会各种有用的知识，学会各种专业技能，在这个可贵的时间段把握好自己的人生。

大学生就业指导课心得体会篇二

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仅仅是理论知识，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559万人，比xx年增加64万人。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611万人，比20xx年增加52万人。据统计[]20xx年毕业大学生实际就业率不到70%。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，人才市场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式的严峻和紧张，所以作为快要走出大学校门的毕业生，面临得是前所未有的压力。我们认识了这一严峻的课题，就得做好迎接挑战的准备。只有正确地认知就业形式，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！

大学生就业指导课心得体会篇三

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。

大学生就业指导课心得体会篇四

当我们经过反思，对生活有了新的看法时，通常就可以写一篇心得体会将其记下来，这样能够培养人思考的习惯。但是心得体会有什么要求呢？下面是小编帮大家整理的大学生就业指导课心得体会，希望对大家有所帮助。

时光飞逝，眨眼间两年的大学生活就过去了，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。

大学生就业指导课心得体会篇五

作为全国高等高校的，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。

大学生就业指导课心得体会篇六

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。