

求职的技巧与方法心得体会(实用8篇)

读书心得是读者在阅读一本书后，对所读书籍的内容和感受进行总结和反思的一种书写形式，它能够帮助我们加深对书中知识和观点的理解，并将所获得的启示和体验应用到自己的生活和学习中。读书心得不仅可以巩固我们对书中内容的记忆，还可以培养我们的思维能力和文学素养。[教学反思范文7] 在评价学生作业时，我发现学生对作业要求的理解存在差异，于是我通过给予详细的反馈和示范，帮助学生理解并提高作业质量。

求职的技巧与方法心得体会篇一

辽宁省商检局研究决定把辽阳市商检局副局长孙玉刚调往抚顺市任商检局长。孙玉刚在抚顺市商检局干部、群众代表会上的就职演讲构思十分新颖，巧妙地借他物寓以深刻的意义，发挥自如。例如：

同志们：

省局把我交流到抚顺，我坚决服从，能熔入你们的火炉，我感到荣幸，但要说明：辽阳产的这块煤，灰分肯定不少，尽了努力，热值不一定很高，靠大家帮忙了。

演讲的开场白，构思新颖，不落俗套。“辽阳产的这块煤”，这是自比，寓以自己不是“闪闪发光的金子”的含义；把抚顺商检局比作为“火炉”寓有能锻炼人的含义；“灰分肯定不少，尽了努力，热值不一定很高”，这里寓有自谦的意思。这三个比喻都寓有深刻的含义。

演讲最大特色在于“来这里主持工作”，随身带来了第一件东西，即“一个碗”。以一个碗的三种形态构成三个比喻，寓于办事三条原则的深刻含义：以“碗口总是向上”，寓于

办事坚持走群众路线，广泛、悉心听取群众意见；以“碗口朝下”的比喻，寓于办事坚持民主集中制；以“装满‘水’，举起来”的比喻，寓于坚持办事公道。

求职的技巧与方法心得体会篇二

简历是一份资料，是个人生活、学习、工作、经历、成绩的概括集锦。

1、个人简历的格式一般有两种，一种是按年月顺序列出自己的学习工作经历；另一种是根据需要有选择地列出自己的学习、工作经历，充分表现自己的技能、品德。

2、个人简历的主要内容可分为两部分。第一部分应列出自己的姓名、性别、年龄、学校、院系及专业，获得何种学位及概括自己的愿望和工作目的等；第二部分可简述自己学习、工作经历，包括所学主要课程及学习成绩，在学校和班级所担任的职务、在校期间所获得的各种奖励和荣誉、业余爱好和特长、适宜从事的工作、通讯地址和邮政编码等。

3、拟写个人简历时，应尽量用简历表现自己的长处，应表达适度，富有个性。

4、个人资料的主要内容要全面、准确。一般包括个人简历、受教育程度、技能培训经历、相关工作经验、从事志愿者工作及其他社会活动经历、相关资格等级证书、研究工作及成果、说明部分、推荐信等九大部分。

5、拟写个人资料时要注意语言技巧，做到通俗易懂，语法正确，无错别字，文体规范，避免使用简语。

求职的技巧与方法心得体会篇三

所谓求职择业的技巧，主要是指求职择业过程中良好的人际

沟通，每位大学生要认真学习 and 讲求人际交往艺术，培养良好的人际沟通能力，为自己求职择业铺平道路。

- 1、要正确估计自己的实力和兴趣，充分了解自己的个人技能，做好自我评价。
- 2、要了解用人单位常用的招聘方法。
- 3、确定求职策略和方法，避免盲目匆忙求职。
- 4、毕业生可通过多种形式的渠道进行求职，诸如网上求职、投寄求职信、电话自荐、应征广告、职介所或亲友推荐等等。

求职的技巧与方法心得体会篇四

- 1、大学生尽可能从多渠道获取就业信息。一般可通过毕业生就业办公室、毕业生就业指导中心、新闻媒介、劳务市场、人才交流会、历届校友、因特网等来获取就业信息。
- 2、在对自己全面、客观、公正的评价和对用人单位详细了解的基础上合理的筛选就业信息。

求职的技巧与方法心得体会篇五

有一个广告专业的大学生，找工作四处碰壁，怎样才能把自己“推销”出去呢？他考虑了很久。一天，他再次闯进那家旅游公司的总经理办公室。总经理一看又是前天来的那个小伙子，便生气地说：“我再一次告诉你，我们的人已经足够了，不需要新手。”“那么你一定需要这个！”那个大学生边说边从包里掏出一块精制的匾额，上面写着：“本公司名额已满，暂不录用。”总经理一看笑了起来，他很欣赏这个小伙子求职方法的新颖、独特，便聘用了他，并委以重任。

点评：如试时如何顺利过关是一件很头疼的事情，如果你在

众多循规蹈矩的求职者中，不能显现出自己的特长，不被人重视时，不妨另辟蹊径，耍些小聪明，反其道而行之，用另类求职面试技巧，以此吸引老板的注意，这样你或许会有意想不到的收获。

入乡不随俗

南京大学天文学系一名女毕业生在参加宝洁公司最后一轮面试时，大胆地指出宝洁公司的不足并列举国外的事例加以佐证，使主考官不得不折服，结果她被首先选中。

点评：通常情况下，求职面试总是要说恭维话，以引起对方的好感而达到谋职的目的。但一味说好话也未必能打动人，指出对方的不足之处，且令对方口服心服，常常也能达到成功求职的目的。求职应聘不附和、不随俗、不从众，是有主见的表现，也是胜过别的应聘者的长处。

无薪求职

杂志社同意了他的要求。两个月后，小李在工作中证明了自己的实力，顺利地同这家杂志社签下了正式的聘用合同。

点评：面对越来越善于自我包装、越来越会作“秀”的求职大军，许多用人单位也是心存疑虑，只有靠亲眼所见才能相信你的才能。如果你真是一个人才，建议不妨找个为对方“义务”打工的机会来表现表现自己，一时的“免费”试用也许会给你带来长久的收益。

先入为主

毕业于北京工商大学的小王学的是工商管理专业，但他的理想却是做一名广告创意人员。在一场大型招聘会上，小王相中了一家广告公司，但对方只招聘营销员，并要求市场营销专业毕业。小王决定主动出击。轮到小王面试时，他并没有

先递上简历，而是简单地作了个自我介绍：“我毕业于北京工商大学，精通计算机，对设计、编排等也很熟悉；另外，我每年暑期都在外地一家广告设计公司实习，并用挣来的钱交学费。”招聘人员一听，对小王很感兴趣，便要求看他的简历。小王仍然没有递上自己的简历，而是询问：“我发现贵公司要招聘市场营销专业的学生，我想知道，贵公司看重的是市场营销专业学生哪方面的特质？”招聘人员告诉他，因为公司要扩大业务，所以需要能开拓市场的学生，他们认为市场营销专业的学生比较专业。小王立刻声明：“我的开拓能力很强，对市场营销方面的知识非常熟悉。招聘人员再次提出要看小王的求职简历时，他才告诉对方：“我们学校没有市场营销专业，我是学工商管理的，但市场营销课，我得了96分。”三天后，小王拿到了复试通知书。

点评：在应聘过程中，很多求职者一看到和自己专业不对口的工作，一般扭头就走，可是如果你非常喜欢并适合这个工作，你不妨在与面试官对话的过程中，充分展示你这方面的才能，让他相信你具备胜任这项工作的能力。

求职的技巧与方法心得体会篇六

俗话说，条条大路通罗马，这句话用在大学毕业生“求职”上，是否还适用？近日，记者在本网“上海频道”挂出了一则网络调查——“最有效的求职方法”，其中“参加人才招聘会”不仅得到了最高选票，而且和其余6个选项拉开了显著的差距。在多数大学生或普通求职者的眼里，参加招聘会的成功率似乎更胜一筹！

招聘会

[5颗星*****]

优点：机会多！

缺点：太消耗体力！

招聘会的热闹不亚于“菜市场”，还常常会上演人满为患的“井喷”事件。这就需要求职者既具有“讨价还价”的本事，还必须有足够的体力，挨家挨户地交简历、作自我介绍，顺带着花九牛二虎之力拨开人群，挤进挤出！一场“搏斗”之后，口干舌燥，身心俱疲。

然而，参加招聘会的确是一个比较有效的求职途径。主办方一般都会挑选体育场、展览馆等足够大的场地，以容纳下几百家企业。对于招聘企业而言，他们更愿意面试那些亲自送上简历的求职者，一旦遇到条件相符的就会在简历上留下记号，作为下次面试的后备人选！对于求职者来说，通过和“首轮”面试官们的初步交锋，也可以直接感受到企业的“规模”和“文化”。为了让招聘会的成功率更高，如今的人才市场不但走上了专业分类的道路，且日渐人性化功能化，例如今年年初的女性求职专场，就是一个很好的典范！招聘会这种传统的求职方得票率之高，就无可厚非了。

靠家人朋友

[3颗星***]

优点：省力

缺点：人情债

有不少人还是会选择“走后门”的方法，觉得这既省力又可靠。通过父母亲朋的关系得到的工作，一般都不会很差，而且也较为稳定。某高校的大专生小斌告诉记者，他和他的同学们都自认为“杀伤力”不够，因此不愿意走进招聘会，而“托关系”才是求职的捷径！不过这样的关系究竟是否牢靠，安全系数有多高就因人而异了！而且欠下的人情债，最终还要靠求职者的努力去还，并非一劳永逸！

甘当实习生

[4颗星****]

优点：成为后备人才

缺点：长期免费苦力

然而，面对严峻的就业世态，能预先多储备一些工作经验，又何尝不好？如果表现出色，还有机会成为该公司的后备人才。

尤其是，目前许多知名企业都会放下身价，进入校园招募各类实习生，方便从中挑选顶级人才。不过，能进入百强企业实习并被相中的优秀人才实在是凤毛麟角，这些机会基本只是重点高校学生们的专属！所以不适合大部分求职者。

买报纸、上网投简历

[3颗星***]

优点：便捷

缺点：开销大、滞后

不少人在最初寻找工作的时候，都会选择这个方法。买一份才市的专业报刊杂志，圈出有意想的企业，然后根据地址投递个人简历！这的确是一个比较轻松的办法，然而成功率或许就不是那么高，此外买报纸、买信封邮票、复印大堆简历等开销都不算很小。

随着网络媒体的异军突起，登陆专业求职网也是个可取的办法。只要有台可以上网的电脑，弹指间你的简历立马就进到用人单位的电子邮箱！虽然网络一直被喻为最具时效的媒体，可惜事实往往相反，它出人意料的迟缓性让许多求职者乍舌。

因为你不得不担心，对方的邮箱是否已经被挤爆？你的邮件从此石沉大海。更令人苦笑不得的是，不少人在已经工作2年后，某天突然接到某公司人事部要求参加面试的电话通知，据说是看到这位同志在网上投递的简历且非常符合公司要求！因此，这样的迟缓性和不安全性，又使得网络的最大优势变成最大的弱势！

毛遂自荐：

[1颗星*]

优点：吸引眼球

缺点：高回头率低回报率

从最初在报纸中缝刊登个人求职信息，发展到上电视节目展现“自我风采”，“招聘”已成为众多媒体增加卖点的筹码。不过，毛遂自荐的方式是可以赚到许多眼球，当然更需要绝对的自信和勇气。如中央电视台生活频道的一档节目——“绝对挑战”，曾一度也创下很高的收视率。台上的三个“应聘者”，以模拟地方式考验各路选手的实际操作能力、抗压能力、以及人际关系处理的能力。被逐一“刁难”后，最终胜出者则有机会被企业录用。但毕竟是上电视，多少有点“做秀”之嫌，更何况有点被“娱化”的节目，有多少人会有勇气上去一试呢？如果真有这样的胆量，或许就不用担心找工作的事了！这种方法更不适合大学生，更适合已有多年经验的职场中人。

职场贴士：工作不该只是“为五斗米而折腰”的权宜之计，而是发挥、体验自己内在价值的最佳场域。在选择进入职场时，应该抱持谨慎、并将此份工作视为终生职志的态度来看待，才能乐在其中、接受挑战。

求职的技巧与方法心得体会篇七

随着教育体制和人事体制改革的不断深入和完善，大学毕业生自主择业、双向选择，当前就业形势严峻，竞争越发激烈。用人单位在录用毕业生时，除了要看学校的推荐表和毕业生个人的简历、自荐信和成绩单外，大多数用人单位都要对毕业生进行面试。面试是求职过程中关键一环，对于能否获得所谋求的工作具有重要的、直接的影响。也可以认为，面试是求职成败的关键。求职者要想谋职成功，就必须在面试中表现出色。相当一部分求职者缺乏面试必要的心理准备和求职择业的技巧，导致了择业的失败。因此，大学毕业生应充分认识面试的重要性，认真对待、了解掌握面试的基本技巧，做好充分的面试准备。

一、大学毕业生面试中普遍存在的问题

第一，面试前的准备不充分。原因：思想上不重视、准备不细致、存在侥幸的心理。主要表现在：一是自我定位不准，期望太高；二是自荐书上弄虚作假，如获奖记录和社会实践内容上进行夸大；三是对面试中可能涉及的问题准备不充分；四是心理准备不足，面试时情绪紧张，缺乏自信。

第二，礼仪修养欠缺。原因：时间观念不强面试迟到、不注重仪表的修饰、面试过程中不注意运用恰当的肢体语言、注意力不集中、言行不礼貌。毕业生事先未对应聘单位和目标工作没有进行深入细致的了解，注重薪金，便盲目投简历，面试时对招聘公司的历史、现状和工作内容等基本问题都一问三不知，使得招聘者因此失望，即使毕业生的学历经验和各项素质令人满意。

第三，自我能力的展示欠缺。有些自我吹嘘严重，有的展示不足，缺乏自信。

二、面试前准备

1. 心理建设

(1) 审时度势，合理定位。高校逐年扩招，应届毕业生的数量一年多过一年，毕业季就业难现象越发严重，就业市场呈现饱和状态，应届大学毕业生在就业市场由过去被视作精英逐渐地沦落为弱势群体，面临着极大的就业难问题。而如今大学毕业生普遍存在自负心理，对自身评价和社会定位过高，不了解社会现实，往往对自身的职业定太高。这就要求大学毕业生应时刻保持一颗清醒的头脑，不能脱离社会，要认清现实，审时度势，认真研究未来就业前景，对自身素质进行系统的分析，扬长避短，制作最合理的职业定位和评估，理性的做出自己的职业发展规划。

(2) 把握时机，勇于竞争。毕业年是应届毕业生求职的最重要时机，在此阶段，无数的机遇和挑战出现和消失，这个阶段，毕业生要像弦上之箭，时刻把握机会，和无数对手竞争。竞争意识是大学生在择业时最基本的心理准备，首先要在正确定位评价的基础上，敢于通过竞争去实现目标，不断提高自身竞争实力。其次，拜托旧观念，告别“铁饭碗”心理，自觉地正视社会现实，根据职业规划时刻准备好竞争。

(3) 树立信心，越挫越勇。求职过程，饱含成长和磨砺，既是一个考验人的过程，也是求职者因为获得经验变得优秀的过程。所以面试之前，应调整好心态，树立信心，从失败中总结教训和经验，继续为实现目标而战。

2. 信息了解

(1) 掌握就业政策信息。大学毕业生应时刻关注国家的就业政策，国家就业政策是大学生就业的方向标，是求职择业的'指导方针。就业政策很大程度上反映了人才市场的需求动态，影响人才市场需求流动，了解当下的国家就业相关政策是大学毕业生求职择业的关键。

(2) 了解用人单位信息。求职者在衡量自身条件了解自身能力的同时要充分了解面试单位的背景、类型、规模、组织结构、特点、发展前景等情况，准确把握其主要职能等。若面试之前不能对单位做好充分的了解，面试时会处于被动地位，不仅在面试时给面试官留下准备最足诚意欠缺的印象，而且自身而言不能做到理性求职也是对自己的不负责任。

3. 应聘材料准备

包括毕业生推荐表、求职信、个人简历、成绩单、各种奖励证书等。材料要进行适当包装，要求美观大方，内容筛选编辑恰当详略得当，突出重点。

4. 仪表形象

发型简单优雅，梳理整齐，穿着整洁整齐，颜色和谐搭配，仪表神情精神有活力。整洁端庄的仪表是一个人基本素质的外在表现。面试官对求职者的印象常常在前15秒内就已经形成，他们更注重求职者的精神状态。仪表着装适宜，不仅给人以美感，而且还为建立良好的第一印象打下基础，更重要的是它是一种礼貌。

三、面试原则

第一，讲述简明扼要，有条理。事先认真计划，要求内容简短，实事求是，突出重点。第二，语气自信，口齿清晰。语气速度适中，口齿要清晰，语气里充满自信和感染力。第三，诚实谦虚，避免炫耀。第四，不要突然打断对方的说话。第五，小心地谈工作和报酬。面带微笑，保持自信，热情不过分。第六，用心倾听，配合对方的语气，提出自己的意见等。第七，保持适宜姿势。第八，控制自己的思绪，不同其争辩。第九，摆脱视觉上的干扰。第十，自我推销。

参考文献

[1]罗芳. 大学毕业生求职面试印象管理策略研究[d].江西师范大学,

求职的技巧与方法心得体会篇八

一般说来，择业的过程应包括以下几个方面：

首先，要尽可能多地获取就业信息，包括当年的就业政策、用人单位需求信息等；

其次，要对搜集到的信息进行筛选，根据自己的情况，选择好适合自己的就业方向；

第三，向用人单位发去自荐信或委托别人推荐；

第四，参加用人单位组织的笔试；

第五，参加用人单位组织的面试或主动拜访用人单位；

第六，用人单位试用或录用。