# 最新大学生择业与就业的心得体会(大全15篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-10-05

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生择业与就业的心得体会篇一**

关于今年就业难的问题我有自己也有一些想法首先，我想一个重要的原因是经济形势的影响，不少产业出现了产能过剩的问题，自然地吸纳劳动力就业的能力就下降了。产品市场上的过剩，一定会影响到要素市场。当产品难卖的时候，要素的所有者也会面临卖要素难的问题。

但是，“就业难”不等于“失业”，就业问题本质上是“收入”，或“价格”问题，只有讨论“某个收入(价格)水平上的就业”才有意义。为什么这么说呢?大学生当然不是找不到工作，而是他们不愿意接受某个收入水平上的工作，或者说是满足他们心目中的薪资水平、工作地点和工作环境的工作难找到的问题，而不是找不到不设定任何条件的工作的问题。

这是为什么没有民工和保姆的就业难问题，而有大学生的就业难问题的原因，因为前者的要求比较低，脏活、累活都愿意干，也不抱怨，而后者读了大学，是否就有理由要求获得某个收入水平和工作条件的工作了呢?没有。没有理由认为，读了大学就一定要做体面的工作。大学生首先是“人”，然后才是“大学生”。市场经济并不是根据你的投入(读大学)定价的，而是根据你的边际生产力，根据你在多大程度上满足雇主的要求定价的。不能说，我读了大学，花的钱多，所以我就应该得到体面的工作，不是这样。市场经济并不保证教育的投资就一定会获得某个水平的回报，教育投资和任何投资一样都有风险。

所以，“就业难”从根本上说是个“伪问题”。因为消费者的需求总是未得到完全满足的，因此，在市场经济中劳动力总是稀缺的，一般意义上的劳动力过剩是不存在的，某些类型的劳动力不被市场接受，也只是暂时的，劳动力不像专用的设备，就业的弹性比较大，并且可以再学习培训，适应新的岗位。市场经济中没有什么是容易的，厂家卖商品也很难，凭什么就业就应该容易。只不过现在的经济形势使找到一份“自己满意”的工作变得困难，但也决不至于毕业就失业。

一般来说，劳动力是跟谁资本走的，而不是相反，资本流到哪里，哪里就会创造出就业机会。这意味着要让资本充分流动，给资本更大的流动空间。现在的问题是很多行业不对民间资本开放，这就限制了就业机会在这些部门的创造。在当前的形势下，政府最需要做的，就是进一步开放市场，特别是服务行业我们看到电商行业近年来的兴起，解决了无数人的就业问题，而电商正是最为开放的行业，这说明市场越开放，就业机会就越多，根本不需要你政府去人为地刺激，市场的力量、资本的力量自然地会创造出就业机会来。

另外，政府人为地扭曲劳动力市场也是“就业难”的原因，比如劳动力市场分割为“体制内”和“体制外”，很多学生想进入工作稳定的政府部门和事业单位，而不愿意去中小企业，这就造成“就业难”的表象。当然学生有这个想法没错，错在政府对劳动力市场的扭曲。所以，应尽可能地将公共服务私有化，使收入水平和劳动的边际生产力挂钩，而不是和身份挂钩，这是劳动力市场化配置的关键，也是实现就业公平，减少“拼爹”现象的关键。

还有，“就业难”某种程度上说明学校生产的产品不合格，教育部门也要反思，教育并不独立于劳动力市场，首先要有教育的市场化，才可能有劳动力的市场化。

**大学生择业与就业的心得体会篇二**

就业是大学毕业生毕业后面对的首要问题，对于即将走向社会的大学毕业生来说，好的就业机会是他们最为关注的问题。不同的职业、行业、公司，都有着不同的特点和要求，在找工作的过程中，了解自己的个人素质和优势特别重要，这样才能更好地找到适合自己的职业方向，适应职业生涯中的种种挑战。

第二段：适应新环境的过程

进入职场后，我深刻地感受到了适应新环境的艰辛。不同的公司、不同的职位，都要求我们具备不同的专业技能和知识，而这些是我们在学校里没有接触过的。与此同时，企业文化的差异也让我感到了不同的文化冲击。但是，我很快意识到，适应新环境不仅仅意味着去学习新的技能，而且也要像一张白纸一样，放下既有的偏见和观念，融入新的文化和工作方式，才能更好地获得成长。

第三段：如何把握机会

在职场中，有时候机遇就在身边，但我们却并没有意识到。如果机遇来临时我们还处于懒散或自我满足的状态，那么就很有可能错失机遇。因此，我们必须时刻准备好自己，并积极主动地寻找机会。在企业发展中，有些项目需要人来负责，有的机会需要人来争取，如果我们不积极争取，那么机会就不会属于我们。

第四段：持之以恒的努力

职场并不是一个靠天赋就能获得成功的地方，成功需要我们不断地付出。在职业发展的每一步中，我们都需要持之以恒，不断学习、不断努力，让自己变得更好。只有通过不断地学习和积累，才能让自己在职场中保持竞争力，并长期保持自己的职业优势。

第五段：结论

就业是每一个大学毕业生必须面对的问题，而如何找到适合自己的职业方向，以及如何在职场中获得成功，是每个人必须思考的问题。适应新环境，把握机会，持之以恒的努力，这些都是实现职业成功必备的素质和能力。只有坚定地信心，积极面对，才能够在职场中获得更多的发展机会和成长。

**大学生择业与就业的心得体会篇三**

每个人对快乐的.感受是不一样的，有的人听到一句赞美的话感到快乐，有的人享受到一顿美餐感到快乐，有的人得到一件美丽的衣裳感到快乐，孩子能痛痛快快的玩感到快乐。无论从精神上，还是从物质上，我认为只要能愉悦的，放松的，有好心情的，回忆起来是那么甜美的，就是快乐的。

作为一名幼儿幼师，生活在一群天真活泼的孩子中间，随时会让你感到无比的幸福和快乐。让我们一起走近孩子，体验、感受孩子们带来的幸福与快乐吧。

现在的孩子都是宝贝，是父母的宝贝，是爷爷奶奶的宝贝，是老师的宝贝，身为老师的我宝贝信任我、崇拜我、我爱他们喜欢他们，同时也在教育他们。

在我带班的过程中我也遇到了很多难题，最难的是跟家长的沟通问题，我是一个很开朗的人可是对于只见过一面的，没有怎么沟通过的家长我会不知道该跟他们说些什么。有一次，也是我刚开始带班没多长时间我们班上的一个宝贝不愿意来上幼儿园，爸爸妈妈两个人一起来送宝贝，宝贝哭得很伤心，家人看得很难过我站在旁边束手无策不知道要干些什么，这是院长正好进来，她看见宝宝后马上就开始哄宝宝，还让我们班的小朋友跟他拥抱和她一起跳舞，宝宝的情绪一下子就平稳了下来，看见家长脸上的表情也有了一些变化。家长走后才发现自己身上有那么多的不足。

后来院长也跟我说明了一切，才意识到严厉不是对孩子的爱，要把自己改变成像水一样柔软，这样孩子就会慢慢的认可我，我也在带班的路上不断的摸索不断的学习。

同时也在院长的身上学习到了一些经验，如果在遇到这样的事情我也知道该怎么去处理。为做一名优秀的幼儿幼师打下良好的基础。

生活在这样一群孩子中间，我忍不住要亲亲这个，逗逗那个，他们的一个亲昵动作，一段天真的话语，一个奇特的想象，浸透着他们的机灵，活泼和纯真，正是孩子们特有的灵性让我们的童心永驻，让我们的眼睛不时地一亮，让我的心灵不时地得到愉悦，让快乐不时地围绕在我身边。

**大学生择业与就业的心得体会篇四**

随着社会的发展，人们就业的压力越来越大。无论是在学校准备就业还是毕业后开始就业，都需要一定的心态和技能。作为就业生，我的不断探索和实践让我有许多体会和收获。

第一段：勇于尝试，勇于拒绝

我在学生时代就曾经历过失败，只有从失败中汲取教训并跨越自己，才会变得更加强大。在找工作的过程中，尝试是必须的。尝试不同的路线和企业可以帮助我们了解自己的职业规划，避免一错再错的局面。与此同时，我们也必须在合适的时机拒绝不适合自己的工作机会，保护自己的职业发展。拒绝不等于放弃，只是让我们更好地掌握机遇。

第二段：沉淀自己，不断完善

一旦获得了理想的工作机会，最重要的就是提高自己的专业技能。我们不能满足于现有的知识和能力，必须不断地学习和提高。这需要我们进行沉淀，将知识转化为自己的能力和创新的思维方式。这样才能接受更多的挑战，取得更多的成绩。

第三段：争取机遇，自我推销

机遇永远不会出现在你的面前，我们必须积极争取。这意味着我们必须对自己进行积极的推销。我们要建立和维护良好的人际关系，增加自己的曝光度和机会。同时，我们也要学会自己推销自己，使自己的优势得到更好的展现。只有这样，我们才能获得机遇，获得工作的满足感和成就感。

第四段：工作与生活相平衡

事业和生活是相辅相成的，我们必须实现平衡。拥有良好的工作习惯和氛围，尊重自己和他人，与同事建立良好的人际关系是实现平衡的重要途径。我们也应该为自己的生活和兴趣寻找合适的时间和空间，这样我们才能获得充实的生活和工作的平衡。

第五段：坚守信念，不断前进

要想在职场获得成功和成就，坚守信念是必须的。我们要相信自己的能力和人生价值，追求自己的理想。即使遇到挫折和危机，我们也要努力保持积极的心态，相信未来能够更加美好。只有不断前进，我们才能获得更多的机遇和实现自己的职业理想。

就业是每一个人必须面对的问题，如何找到理想的工作和实现自己的价值，是需要每一个人认真探索和实践。我通过不断的尝试和沉淀自己，争取机遇和自我推销接受挑战，相信职业生涯能够更加充实多彩。

**大学生择业与就业的心得体会篇五**

就业是每个人生活中一个重要的部分，选择适合自己的职业能够给人生带来更多的幸福感与满足感。在我认为，选择适合自己的职业需要考虑自身的兴趣、能力和价值观等方面的因素。首先，兴趣是一个人最重要的动力，只有对某个领域有着浓厚的兴趣，才能追求更高的成就。其次，能力是决定一个人能否胜任某个职业的关键，只有在自己具备相关的技能和知识时，才能更好地在工作中表现出色。最后，价值观是指一个人对职业所追求的价值和意义，只有与自己的价值观相契合的职业才能给人生带来真正的满足感。

第二段：积极面对职业发展的挑战

在职业发展的道路上，挑战是不可避免的。无论是新的职位、新的项目还是新的工作环境，都可能带来一系列的问题和难题。然而，我认为面对这些挑战的态度和应对方式是决定成功与否的关键。首先，积极的态度是克服挑战的基础，只有保持乐观、积极的心态才能够勇敢面对困难并找到解决问题的方法。其次，不断学习与提升自己的能力也是战胜挑战的关键之一。职业发展需要不断学习和适应新的知识、技能和工作方式，只有不断提升自己才能在竞争激烈的职场中立于不败之地。

第三段：合理规划个人职业发展

一个成功的职业发展不仅仅依靠机遇和运气，更需要合理规划与良好的执行力。在我看来，规划个人职业发展需要有一个明确的目标和清晰的计划。首先，明确的目标能够帮助人们在职业发展的道路上有所侧重和方向，指导个人的努力和决策。其次，清晰的计划是实现目标的具体行动方案，包括时间、资源和行为的安排等等。最后，良好的执行力是保证规划能够顺利实施的重要保证，只有付诸行动才能真正取得成果。

第四段：建立良好的职业关系与网络

在现代社会，良好的职业关系和网络能够为个人的职业发展提供更多的机会和资源。首先，建立良好的职业关系能够为个人的工作带来更多的支持和激励，从而提高工作的效率和质量。其次，广泛的职业网络能够为个人提供更多的信息和机会，从而与更多的人交流和合作，扩大自己的影响力和资源。因此，积极主动地与同事、上司、合作伙伴建立良好的关系，并参加相关的行业活动和社交场合，是建立起良好的职业关系与网络的重要手段。

第五段：保持职业生涯的持续发展

一个成功的职业发展是一个持续发展的过程，并不是一蹴而就的。因此，保持职业生涯的持续发展是每个人都应该关注和重视的。在我看来，保持学习和不断进取是持续发展的重要保证。只有不断学习和提升自己的能力，才能更好地适应职业发展的需求和变化。此外，定期反思和调整职业规划也是保持持续发展的必要手段。职业发展是一个动态的过程，需要根据个人的变化和环境的变化进行相应的调整和规划。

总结：

就业类心得体会是人们在职业发展过程中的经验总结和心得体会。选择适合自己的职业、积极面对职业发展的挑战、合理规划个人职业发展、建立良好的职业关系与网络以及保持职业生涯的持续发展是实现成功职业发展的关键因素。通过积极地思考和行动，我们可以更好地找到适合自己的职业，并在职业生涯中取得持续的进步和成功。

**大学生择业与就业的心得体会篇六**

第一段：引言（150字）

就业难一直是一个备受关注的社会问题。随着经济全球化的深入，职位竞争的激烈程度越来越大，许多毕业生们感到就业的压力越来越大。在我亲身经历了就业难的过程之后，我深感到这种艰辛和焦虑。然而，在这段经历中，我也积累了一些心得体会。接下来，我将分享这些感悟。

第二段：掌握专业知识与技能（250字）

在竞争激烈的就业市场中，掌握优秀的专业知识和技能是我们最有力的竞争优势。通过读书学习，我们可以接触到各种各样的知识，提高自己的综合素质。此外，以实践为基础的技能培养也至关重要。在校期间，我积极参加实践活动和实习，通过这些经验不断提升自己的实践能力。这些努力在我面试时发挥了巨大作用，让我在众多竞争者中脱颖而出。

第三段：培养自身素质（250字）

除了专业知识外，培养自身的素质也是就业中不可忽视的要素。沟通能力、团队合作能力、领导力等都是我们需要关注和培养的素质。我曾参加一些相关的培训课程，并主动参与学校社团组织，这些经历让我在面对困难时更加沉稳，同时也获得了与他人合作的宝贵经验。通过这些努力，我发现自己在面试中展示出的个人品质对雇主的影响非常大，因此，培养自身素质非常重要。

第四段：积极并全面发展（300字）

在解决就业问题时，我们可以尝试广泛的就业渠道和方式。不仅要关注大型招聘会和就业网站，还可以考虑参加线下的招聘活动、网络平台上的自由职业者项目等。这些都有可能成为我们找到理想工作的途径。此外，我们还可以考虑跳出自身熟悉领域的舒适区，积极获取不同领域的知识和经验。培养多样化的能力和兴趣，可以为我们的就业提供更多的机会。

第五段：保持乐观积极的心态（250字）

就业难时往往伴随着挫折与忧愁，但是保持乐观的心态是重要的。我从自己的经验中发现，积极的心态可以让我更好地应对困难，并主动地开拓新的机会。这个过程中，我时刻告诫自己要坚持努力，不断提高自己的竞争力。与此同时，充分利用自己的社交网络，与朋友和学长学姐交流经验和感悟，也帮助了我战胜困难，增强自信。

第六段：总结（100字）

就业难是一个全社会都面临的问题，但我们可以从自己的角度积极应对。掌握优秀的专业知识和技能，培养自身素质，积极并全面发展，保持乐观积极的心态，这些都是我们在求职过程中可以注意和改进的方面。通过不断学习和积累，我们一定能够克服就业难，找到称心如意的工作。

**大学生择业与就业的心得体会篇七**

先就业再择业后创业，是大多数人就业后的心得。以下是由小编整理关于就业

心得体会

的内容，希望大家喜欢!

先就业再择业后创业，目前毕业生在择业过程中正在打破一步到位、从一而终的旧的就业观。毕业生也不必急于在短时间内找一个固定的“铁饭碗” ,要树立不断进取的职业流动观念,并学会在流动中发现机会、抓住机会、把握机会。

提倡自主创业，自主创业是通过采取单干、合伙等方式创办公司或其他企事业单位,并依法获得劳动报酬的就业方式。自主创业给具有创造力和活力的大学生提供了就业和深造以外的“创新之路”。

走向基层和农村，在目前我国大中城市、主要机关事业单位提供的就业机会日趋饱和的情况下,毕业生如果能结合农村的实际情况,利用专业所学,奉献青春和智慧,将会在当前紧张的就业形势下开创新的天地。

发挥专业所长，毕业生在择业时首先要考虑所学的专业,以做到专业特点与职业要求相配, 发挥专业优势;同时也要考虑综合素质和能力,一味强调专业对口,会使毕业生在激烈的竞争中失去很多机会。

二、做足就业前的准备

明确目标，在选择职业时,一定要认真分析自身专业、爱好、特长,多方倾听家长、师长及朋友的意见等,有目标地选择用人单位,既要考虑多选择几个单位,全面权衡,目标确定后咬定青山不放松。

掌握技巧，求职技巧包括自荐技巧、面试技巧、心态调整技巧等等。自荐材料要根据用人单位特点、全面介绍自身情况,详略得当。面试时要调整好心态,对应聘单位有详细了解,做到形象大方,充满自信,语言清晰,思维清楚,有的放矢。

心态健康，有竞争就有风险,参与竞争就难免要受到挫折。对于就业竞争中的大学生来说,尤其要注意提高遭受挫折后的心理承受能力,把挫折看成是锻炼意志、增强能力的好机会。保持良好的竞争心态,主动摆脱受到挫折后的颓丧情绪,认真分析失败原因,调整心态和择业目标,鼓足勇气,争取新的机会。

三、树立正确创业观

认清自己,认清社会，人离不开社会,一个人的工作方向也离不开社会的要求,从而人才能更好地适应社会,改造社会。鲁滨逊被困孤岛,与世隔绝,多年后返回故土,已恍如隔世。一个大学生如果不了解社会需求,恐怕只会在创业道路上连连碰壁。自从国家在1993年2月13日颁布了《中国教育改革与发展纲要》。明确提出了大代大学生\"自主创业\"地要求。且与1998年8月29日,第九届人民代表大会第四次会议中通过了《高等教育》.进一步对当代大学生自主创业进行明确的要求与规定。这就要求大学生要学会自主择业和主动创业。

大学生要充分了解自己，认识到自己兴趣和长处之所在。\"三百六十行\"，当前社会的各行各业人才需求量都很大。当代大学生不可盲目为赶时代潮流全都一股脑儿挤到热门专业，其实专业无热冷，只怕学艺不精。不管你的专业是什么，只要你在这个领域确实学有所成，你就一定能利用你在这个领域的知识成就一番事业。大学生毕业以后能有多大的发展空间，并不取决于他的专业是否热门，而是取决于他在专业学习中是否已掌握了分析问题解决问题的能力。

不要固步自封,要有积极创业的准备。创业是艰难的，有思想准备还是不够的，还要有创业勇气。1998年10月，在法国巴黎召开的世界高等教育大会通过的《21世纪的高等教育:展望与行动世界宣言》中指出，为方便毕业生就业高等教育应培养创业技能和主动精神。创业需要勇气，但需要的是智勇，而不是蛮干。大学生要打破以往旧的观念，树立创新意识，努力提高自主创业能力。

临近毕业了，一年一度的就业大潮也接近了尾声，对于应届毕业生找工作我有很多话想给大家说，现在将自己在找工作过程中的一些感悟陈述如下，希望能够对那些即将找工作的学弟学妹们有所帮助。

一、评价自己，做好职业规划。

择业对于每个同学来说，都是人生当中的一件大事。俗话说：“男怕入错行，女怕嫁错郎。”这句话虽然有一定的片面性，但也从某种程度上说明了择业的重要性。

要想做到正确择业，首先得正确了解自己：一方面要清楚自己的性格等特点，另一方面要明确自己想要从事的行业对这方面的要求，分析你是否适合此项工作。大家都不愿意以后从事自己不喜欢不适合的工作，所以，在你还有选择余地的时候，一定要做好职业规划，并朝规划方向努力。客观的讲，大学时期在雅芳的兼职经历给了我一个全面了解这个公司的机会，也给了公司了解我的机会。加上我本人对美丽行业很感兴趣，所以我当时就希望以后能进公司。特别提醒大家：很多外企每年都有些实习职位出来，希望大家留意一下!

其次，根据大学三年来的综合表现和特长，正确调整自己的就业期望值。期望值过高，可能会屡屡碰壁，每次无功而返，自信心遭受打击甚至会一蹶不振。期望值过低，则显得缩手缩脚，甚至都不敢去应聘而错失良机。这些对择业来说，都是不利的。还有，很多平时学习成绩好的同学找不到好工作，而成绩不怎么样的同学却能找到不错的工作。这是因为就业更重要的是综合素质与能力，而不只是学校的文化课成绩。跟用人单位交流让我很清楚的认识到了：学历只是入职的敲门砖，除此之外，学校的经历在用人单位几乎都是“0”，他们要的是“学习和适应工作的能力，而不是多年来应试考试的能力”。这方面的经历我们的同学很缺乏，希望大家有机会的话能多锻炼。

第三，自己择业的标准是什么?是城市(工作地点)更重要，还是个人发展，或者是福利待遇等等。就我而言，会首先考虑城市，选择最适合自己的城市。我选择无锡的理由是：1，无锡位于中国最有生命力的长山角经济圈，区位优势明显，这也是我高考时就考虑到了的。2、我在无锡学习生活了四年，对这个城市的了解及我所收获的人际关系这是其他城市无法比拟的。同时，我考虑了个人兴趣和发展。我喜欢美丽事业，非常想从事这个行业。公司有终身正规的员工培训(包括岗位培训、语言培训等等)，职业发展前景也非常好。当然，公司给了我非常很有竞争力的薪水及福利待遇，还有人性化的假期安排及很多出国机会，且雅芳无论在哪个国家都是同行业中以最支持当地政府而闻名的。这些都让我非常满意的选择了雅芳，愿意为这个公司工作。

三、做好吃苦的思想准备。

就象歌中唱的那样“不经历风雨，怎能见彩虹”。做任何事情都一样，找工作也是如此。下面以我为例子来讲下入职前的考核经历：实习开始后，经理首先给了我第一个任务：五天内访问100个陌生人，要求尽量不是学生，且从这些人中找到公司所要的sp。这关是要锻炼我与陌生人交流的能力。凭着出生牛犊不怕虎的冲劲，加上之前也做好了充分的思想准备，我访问了120个陌生人，发掘出6个sp，这个任务完成的还算圆满。正当我以为这样就算是通过了考验时，经理给了我另外一份更难的工作：到月底招幕12个sp。我当时压力很大，因为只有一周了。想起来之前做的那份任务还都有点后怕，何况这次难度更大。在招了几个之后，我深深的感觉到了那种苦口婆心去说服别人的艰难，但我没有放弃，因为我想经理也是从销售开始慢慢做到这个位置上的，没有人会一步登天!接着，我忘我的工作，有时会忘了时间，一天只想起来吃一顿饭。记得有一天雨下的很大，晚上天气很冷，我又有些感冒，我在回校的公交车上我一边掉眼泪一边给我爸发信息诉说我的委屈，当时爸爸鼓励我说：“只要尽力了，就不会有后悔!现在正是锻炼的时候，一定要坚持住，不要留下遗憾!以前你能够做到，现在也可以，爸爸相信你!”就这样，每天我睁开眼睛第一件事情就是对自己说：“你行的，要加油，加油!”最终，我又超额完成了任务。在这个过程中，我还有个体会就是尽量自己订的目标比公司给你的指标高，这样很容易赢得公司的好感和信任!通过这次找工作的经历，我感觉做任何事情都不是那么容易的。坦白讲，现在的大学生多是眼高手低，不能吃苦耐劳，缺乏毅力，这样很难适应现在激烈竞争的社会。我认为，只要你严以律己、尽心做事情，工作就会完成的很出色，你就能赢得用人单位的赏识!

四、关于面试及简历制作

对于面试，我没什么好说的。该注意的细节大家在一般的报纸杂志等媒体上都能了解的到。面试没有大家想象的那么恐怖，因为用人单位是非常珍惜人才的，面试只是对为了对你有一个大概的了解。从某种程度上来说，这一关只要你不是让他们感觉很“不能接受”，用人单位一般都会给你一个机会去体验工作，这个体验(考核)的过程才是让单位决定你去留的关键!而你如果能在这个阶段作出成绩，那么这份工作就不是单位要不要你，而是你要不要单位的问题了。我再重申一边，用人单位很珍惜人才，关键要看你要不要做“千里马”!

还有就是

个人简历

，我觉得没有必要把简历做的很华丽。单位看的是内容，不是封皮或里面花里胡哨的彩页!对除了设计外的专业来说，我发现，越是学历高，有才能的应聘者简历做的越是简单，只有一页纸。建议大家也多多为我国的节约型社会建设考虑，只要把该写的内容写到了，有闪光点能让用人单位对你感兴趣，就不用那么浪费money大张旗鼓的搞那么多页出来了!

六月二十五日，今天开始我们的暑假社会实践正式拉开了序幕，暑期社会实践心得：有关大学生就业采访心得体会。

今天的任务格外轻松，主要是昨天傍晚组长梁一召开了一个工作部署的会议，会议上她一丝不苟地讲解明天要注意的细节，把工作内容安排得井井有条，提前联系好了要采访的老师。

今天实践的内容，主要安排是采访学校招生就业办以及人事组织部的老师。昨晚说好的九点半在十五号楼下集合，出乎意料的是，大家都早早地在楼下集合了。

可能是第一天大家的热情高涨吧。我们先去采了招生就业办的叶老师，从他那里了解了当今大学生就业的形势、当我们面对\"专业不对口\"这个问题所需要保持的心态以及解决这个问题的一些技巧，比如说提高自身的素质，努力做一个水陆空多栖全面发展的人才或者提高自己的技巧以此是自己能够在不利逆势中处于较有利的地步。

接着我们去了人事组织部做了一个简单的采访，基本上向老师了解了学校在招聘人才中所关注、看重的内容。在采访结束的时候，老师还给我们这个活动几点建议，大致方向主要是走访企业，从企业入手。

经过这一天的忙碌，我从中学到了不少。在面对专业不对口这个逆境时，我们必须要沉着应对。这个问题在当今大学生中普遍存在，我们应该摆正心态，尝试着提高面试技巧，提高个人自学的能力，做一门学一门的能力。

据我初步了解，能从事自己所学专业的大学生还是属于少数，所以，我觉得通过这个歌课题的调查，能够使我清楚地了解当今形势以及从中总结方法，以致于使自己在求职的道路上处于相对有利地位。这天的调查，我们也充分发挥了团队精神，以及使自己在实践中得到锻炼。

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;既要对某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。

**大学生择业与就业的心得体会篇八**

如今，面对激烈的市场竞争和就业压力，很多大学生都陷入了找工作的困境。就业难成为了一个普遍存在的问题，让不少年轻人感到困惑和焦虑。就业难到底为何难？本文将从五个方面对就业难的原因进行探讨，并分享一些心得体会，以帮助大学生更好地应对就业难问题。

二、教育和就业市场不匹配

近年来，高等教育的大规模扩张导致了学历泛滥问题。然而，随着毕业生数量的快速增长，就业市场并没有跟上步伐。许多毕业生发现，即使有着优秀的学历，也很难找到一份合适的工作。因此，教育和就业市场的不匹配造成了就业难的一个主要原因。

三、缺乏实践经验和专业技能

在求职竞争激烈的当下，仅仅依靠学历是无法获得理想工作的。很多雇主更看重应聘者的实践经验和专业技能。然而，大学生在校期间往往缺乏多样化的实习和实践机会，无法提前获得相关专业技能。因此，缺乏实践经验和专业技能也成为了就业难的一个重要原因。

四、态度和心态问题

要想成功找到一份理想工作，积极的态度和正确的心态是至关重要的。然而，很多应届毕业生对于就业困难抱有消极的态度，缺乏自信。对于稳定性、薪资待遇和个人发展，他们的要求过高和不现实。这种不切实际的期望和消极的心态，往往成为他们找不到工作的拦路虎。

五、解决就业难的策略

面对就业难，大学生需要采取积极的策略来应对。首先，要提升综合竞争力，不仅仅依靠学历，而是通过参加社会实践、积累实践经验，掌握相关专业技能，提升自己的职业竞争力。其次，要调整心态，保持乐观和冷静。要理性对待就业的不确定性和压力，时刻保持积极的信念，勇敢面对挑战。最后，要寻找合适的就业渠道。除了通过网络、招聘会等传统途径外，还可以关注就业信息平台，积极参与社交活动，扩大人脉关系。因为很多工作都通过人际关系获得，通过多种渠道，增加找工作的机会。

六、总结

总之，就业难困扰着许多大学生，但是我们不能因为困难就放弃，应该积极面对和应对。教育和就业市场的不匹配、缺乏实践经验和专业技能以及态度和心态问题都是导致就业难的原因。面对就业难，大学生应该提升自己的综合竞争力，调整正确的心态，并寻找合适的就业渠道。只有不断提高自身的能力和增加机会，才能在就业难的环境中立于不败之地。

**大学生择业与就业的心得体会篇九**

或许闲暇的生活总是令人遗忘时光，不知不觉来到泰国已经五天了，现在想想犹记得初坐飞机的新奇，大伙一起又激动又紧张地感受飞机的起飞。那一刻，觉得自己轻离地面。看着一团团的云往下掉，有种飞翔感。直至飞机升到云层上方，心也才平静了一点点，看着窗外洒着阳光的云海，感受着美丽空姐甜甜的笑，品尝着泰餐，人生中的许多第一次啊！别提多享受了。

一下飞机，一股热气瞬间包围了我们，大家开玩笑的说正在蒸包子呢，此言不假。连续几天我都有种喘不过气的感觉，慢慢才适应。接下来，我们又变成刘姥姥了，因为机场实在是……我也只能用“大”跟“豪华”这两个词来形容了。等待安检时我们蹩脚地练习着“撒哇滴卡”加上大笑引来不少注目礼。

很快就与孙总他们会合了，一起拍照留念，然后各自就被所在学校的负责人接走了。我们也赶往佛统府三潘县那巴西龙成学校，走了一小时后，我直感叹：哇！好直的路啊，基本没拐弯，坡也只有一米左右高，可能大家累了加上离开家乡的不舍，除了我们学校的三个唧唧哇哇的欣赏着窗外的风景和互相打趣，其他人都进入了沉默状态，我们也染上了一些些离家的`惆怅。

来接我们的乐玉是个漂亮、随和、并且能讲一口流利汉语的老师，她来过中国多次，对许多美食都赞不绝口，对昆明也是印象深刻。吃晚餐时我发现泰国人爱吃薯条，因为多种套餐里都配有。吃到最后，大家没动薯条了，她以为我们不吃了，叮嘱我们要吃完，不能浪费。这让我升起了对她的尊敬，回去的路上，她给我们讲解了学校的情况。

住的地方是两层小别墅，院子就是停车库，进家必须脱鞋子，家里很干净整洁，这里住着个中国人，已经在泰国四年了，对我们很照顾。

后来学校领导请我们吃正宗的泰国菜，有点偏西方化。吃饭时她们为几个中国人布菜，这让我感受到他们的友好和热情，喝了当地有名的椰子汁，品尝了冰淇淋蛋糕，都很不错。

这些都是不错的开头，一切都觉得身在异乡，又觉得不是在异乡，对以后的日子充满了期待。

**大学生择业与就业的心得体会篇十**

如今，就业市场越来越激烈，对于即将毕业的大学生来说，进入理想的公司已经不再是一件容易的事情。在找工作的过程中，也会有很多弯路和心路历程。但是，通过不断的实践和探索，我总结出了一些有关就业的新心得和体会，这些经验或许可以为正在找工作的同学提供一些借鉴。

第二段：多方面学习和提升自己

在这个时代里，不断的学习和提升自己已经成为了一种必然趋势。当面对就业市场竞争激烈的现状，我们必须有一个全盘的知识体系和深厚的知识储备。因此，在大学生活期间，要出门多走走，多了解社会上的热点问题，时刻保持自己的好奇心和学习能力，并保持更新和提升。同时，还要积极参加各种课外活动和实践机会，吸取经验和锻炼自己的身体和心理素质，打造自己的核心竞争力。

第三段：正确的职业定位和求职渠道

在就业策略上，正确的职业定位和求职渠道也是必不可少的。在找工作之前，我们必须了解自己的兴趣和优势，并对自己的职业规划做出明确的目标定位。同时，我们也需要积极地了解各种求职渠道和就业机会，尽量广泛了解公司的背景和就业环境，并从中选择适合自己的就业机会和岗位。此外，我们还要注重对招聘会、校内招聘以及招聘网站的关注度，及时看到招聘信息和就业政策动态。

第四段：完善自我表达和人际交往技巧

不论是就业前的求职准备，还是面试过程中的表现，一个好的人际交往技巧和精准的表达能力都是必备的。在和公司的招聘官员或者其他面试相关人员交流时，我们不能过于紧张或者敏感，应该保持冷静和自信，相信自己能够充分展示自己的实力和优势。同时，我们还要时刻保持谦逊和真实的态度，积极学习别人的优点和转化自己的不足。只要不断的修炼和实践，相信自己必然能够拥有出色的人际交往能力和自我表述能力。

第五段：充实而有乐趣的就业生活

最后，在喜好和兴趣的保持上，我们也不能忽视这一点。在大学生活中，我们应该保持自我情趣和爱好，面对工作也要有一种积极和乐观的心态，用满满的乐趣和自信去拥抱未来的就业生活。可以尝试多参加一些兴趣小组或者自己长期喜欢的事业，让自己保持充实的生活状态。同时，在工作中，我们也要创造积极的氛围和友好的团队氛围，保持对工作的热爱和生活的激情。

总之，走向就业生活不易，但是只要能够保持心态的平衡和自我提升的不懈努力，相信自己一定能够实现梦想和追求，过上充实和有趣的精彩人生。

**大学生择业与就业的心得体会篇十一**

在个人看来，这是最重要的也是最先确定的，就像修建一栋大厦，先得有设计图一样。想找什么样的工作，想去哪个城市，想要未来拥有什么样的生活等等，都必须有一个初步的目标。\"结业\"最好是结合自己最擅长、最适合、最喜欢于一体。当然现实是残酷的，当遇到这种情况的时候，就要靠自己用理智去权衡。对就业过程中出现的问题提前有个预知，是对自己的负责。

每个人的选择不一样，有人考公务员，有人考电网，有人普通就业。这就需要我们对考试时间以及单位的招聘时间密切关注，并采取相应措施。例如准备资料，提前复习。

作为当代大学生，在就业过程中，我们应提高防范意识。在广泛了解信息的时候，就业信息应在正规网站了解，例如各大高校就业服务平台，公司官网招聘平台等正规信息网站。在已就业的学姐眼里，工作是不会天上掉下来，我们需要各地奔波去面试，去考察。在一路上需要注意个人安全和财产安全。

找工作是一个坚持的过程，工作是需要我们去争取，去努力。当四周的同学考研考入理想的大学时，我们会动摇；当同学签了好工作时，我们会羡慕；当自己工作未定，未来迷茫时，我们会沮丧。这时，\"不忘初心\"便是最好的\'鼓励，继续坚持。唯有爱和梦想不可辜负。加强和同学老师的交流，了解就业的不同观点，加强自己的就业素质。

工作是大学的终点。大四处理好参加宣讲会和大四课程的关系很重要，和课堂老师讲明情况请假；外出就业，对辅导员，老师，以及家人说明动向，目的，不可让爱自己的人担心。

作为一名受过高等教育的成年人，遇事冷静，沉着应对。

生活是一个人的战场，我们规划策略，赢得一场美美哒的战役。未来路还很长，生活如此美丽，继续带着爱与梦想上路。

**大学生择业与就业的心得体会篇十二**

先就业再择业后创业，目前毕业生在择业过程中正在打破一步到位、从一而终的旧的就业观。毕业生也不必急于在短时间内找一个固定的“铁饭碗” ，要树立不断进取的职业流动观念，并学会在流动中发现机会、抓住机会、把握机会。

提倡自主创业，自主创业是通过采取单干、合伙等方式创办公司或其他企事业单位，并依法获得劳动报酬的就业方式。自主创业给具有创造力和活力的大学生提供了就业和深造以外的“创新之路”。

走向基层和农村，在目前我国大中城市、主要机关事业单位提供的就业机会日趋饱和的情况下，毕业生如果能结合农村的实际情况，利用专业所学，奉献青春和智慧，将会在当前紧张的就业形势下开创新的天地。

发挥专业所长，毕业生在择业时首先要考虑所学的专业，以做到专业特点与职业要求相配， 发挥专业优势;同时也要考虑综合素质和能力，一味强调专业对口，会使毕业生在激烈的竞争中失去很多机会。

明确目标，在选择职业时，一定要认真分析自身专业、爱好、特长，多方倾听家长、师长及朋友的意见等，有目标地选择用人单位，既要考虑多选择几个单位，全面权衡，目标确定后咬定青山不放松。

掌握技巧，求职技巧包括自荐技巧、面试技巧、心态调整技巧等等。自荐材料要根据用人单位特点、全面介绍自身情况，详略得当。面试时要调整好心态，对应聘单位有详细了解，做到形象大方，充满自信，语言清晰，思维清楚，有的放矢。

心态健康，有竞争就有风险，参与竞争就难免要受到挫折。对于就业竞争中的大学生来说，尤其要注意提高遭受挫折后的心理承受能力，把挫折看成是锻炼意志、增强能力的好机会。保持良好的竞争心态，主动摆脱受到挫折后的颓丧情绪，认真分析失败原因，调整心态和择业目标，鼓足勇气，争取新的机会。

认清自己，认清社会，人离不开社会，一个人的工作方向也离不开社会的要求，从而人才能更好地适应社会，改造社会。鲁滨逊被困孤岛，与世隔绝，多年后返回故土，已恍如隔世。一个大学生如果不了解社会需求，恐怕只会在创业道路上连连碰壁。自从国家在1993年2月13日颁布了《中国教育改革与发展纲要》。明确提出了大代大学生\"自主创业\"地要求。且与1998年8月29日，第九届人民代表大会第四次会议中通过了《高等教育》。进一步对当代大学生自主创业进行明确的要求与规定。这就要求大学生要学会自主择业和主动创业。

大学生要充分了解自己，认识到自己兴趣和长处之所在。\"三百六十行\"，当前社会的各行各业人才需求量都很大。当代大学生不可盲目为赶时代潮流全都一股脑儿挤到热门专业，其实专业无热冷，只怕学艺不精。不管你的专业是什么，只要你在这个领域确实学有所成，你就一定能利用你在这个领域的知识成就一番事业。大学生毕业以后能有多大的发展空间，并不取决于他的专业是否热门，而是取决于他在专业学习中是否已掌握了分析问题解决问题的能力。

不要固步自封，要有积极创业的准备。创业是艰难的，有思想准备还是不够的，还要有创业勇气。1998年10月，在法国巴黎召开的世界高等教育大会通过的《21世纪的高等教育：展望与行动世界宣言》中指出，为方便毕业生就业高等教育应培养创业技能和主动精神。创业需要勇气，但需要的是智勇，而不是蛮干。大学生要打破以往旧的观念，树立创新意识，努力提高自主创业能力。

**大学生择业与就业的心得体会篇十三**

第二段：关注新兴职业

随着技术的发展和社会的变迁，一些新兴职业逐渐受到大家的关注。例如，人工智能、大数据分析和网络营销等行业都成为了各大企业争相求才的领域。如何在众多求职者中脱颖而出呢？除了不断充实自己的专业技能和行业经验，还应积极参加社交网络并加入相关的社团和协会，扩大自己的人脉和资源。还应该关注一些新兴行业的新闻和趋势，及时获取信息和掌握最新的技能和工具。

第三段：学会自我营销

在求职过程中，自我营销变得越来越重要。市场上的竞争已经变得非常激烈，员工的属性和素质已经不再是唯一的标准。如何在竞争中凸显自己的亮点，成为创造价值，满足用人单位的最佳选择呢？首先，我们需要为自己建立一个专业的品牌，展示我们的实力和价值。其次，我们要注意自己的形象和言谈举止，尽可能让人感觉舒适和自信。最后，我们还需要展示出自己的成果和业绩，加强自己的说服力和信誉度。

第四段：注重个人成长

除了专业技能，个人素质也成为了企业招聘过程中越来越重要的因素。企业希望雇佣的员工不仅具备专业技能，在沟通能力、团队协作和创新思维等方面也有出色的表现。因此，求职者不能只关注专业技能的提升，还要注重提高个人综合素质。这包括加强语言和沟通能力，提升自己的团队协作和人际关系处理能力，以及注重自身思维方式和创新能力的培养。

第五段：总结

在当前就业市场，只有不断学习和提升，才能适应市场的变化和需求。除了技能的提升和成长，注重自我营销和展示，以及关注个人素质的提高也是非常重要的。在未来的就业市场中，求职者需要更加全面和全方位的的发展，才能在激烈的竞争中胜出。

**大学生择业与就业的心得体会篇十四**

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。作为其中之一的我，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）写谋职信，自荐信简历时应注意的问题：

1.写谋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。

d、直接登门自荐，成功率高达xx%。

e、中介机构代理。

4.综合求职：

a、上网求职，充分利用网上招聘信息，把自己的简历挂在网站人才库中通过电子邮件投递到相关企业争取更多机会，这以是大学毕业生十分重视的\'求职方式。

b、创意求职，成功率xx%。

（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。作为其中之一的我，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）写谋职信，自荐信简历时应注意的问题：

1.写谋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。

d、直接登门自荐，成功率高达xx%。

e、中介机构代理。

4.综合求职：

a、上网求职，充分利用网上招聘信息，把自己的简历挂在网站人才库中通过电子邮件投递到相关企业争取更多机会，这以是大学毕业生十分重视的求职方式。

b、创意求职，成功率xx%。

（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，在主试人没请你坐时切勿急于落座，坐下时应道谢，整个过程要保持良好仪态。

2、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。忌用口头禅，同时要言观色，注意对方的反应，适时调整自己的语言语气和陈述内容，或转移话题，引对方的注意。

3、自信，坦率诚恳。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、信任和好感，千万不要夸夸其谈，更不要锋芒毕露，这样会给人不安分守己，难以管教的感觉，会觉得你难以合作，会造成一种抢饭碗的威胁。

4、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。

（五）珍惜每一次次面试的机会，抓住时机充分的展示自己的才华，把自己推销给应聘单位。

（六）在各种方式应聘中，要注意各种欺骗手段，必要时利用法律手段保护自己的权利。

（七）职场如战场，胜败乃兵家常事。不要收到书面拒绝信就心灰意冷，应该清楚的意识到，收到回绝信在今天已经是很普通的事。

越是有竞争，越能体现自我，不要为压力所难，应化困难为动力！作为一位应届毕业生应做好心理准备，坚信天生我材必有用的信念。地上本没有路，只要我们敢问路在何方——路在脚下！

1、没请你坐时切勿急于落座，坐下时应道谢，整个过程要保持良好仪态。

2、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。忌用口头禅，同时要言观色，注意对方的反应，适时调整自己的语言语气和陈述内容，或转移话题，引对方的注意。

3、自信，坦率诚恳。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、信任和好感，千万不要夸夸其谈，更不要锋芒毕露，这样会给人不安分守己，难以管教的感觉，会觉得你难以合作，会造成一种抢饭碗的威胁。

4、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。

（五）珍惜每一次次面试的机会，抓住时机充分的展示自己的才华，把自己推销给应聘单位。

（六）在各种方式应聘中，要注意各种欺骗手段，必要时利用法律手段保护自己的权利。

（七）职场如战场，胜败乃兵家常事。不要收到书面拒绝信就心灰意冷，应该清楚的意识到，收到回绝信在今天已经是很普通的事。

越是有竞争，越能体现自我，不要为压力所难，应化困难为动力！作为一位应届毕业生应做好心理准备，坚信天生我材必有用的信念。地上本没有路，只要我们敢问路在何方——路在脚下！

**大学生择业与就业的心得体会篇十五**

六月二十五日，今天开始我们的暑假社会实践正式拉开了序幕。

今天的任务格外轻松，主要是昨天傍晚组长梁一召开了一个工作部署的会议，会议上她一丝不苟地讲解明天要注意的细节，把工作内容安排得井井有条，提前联系好了要采访的老师。

今天实践的内容，主要安排是采访学校招生就业办以及人事组织部的老师。昨晚说好的九点半在十五号楼下集合，出乎意料的是，大家都早早地在楼下集合了。

可能是第一天大家的热情高涨吧。我们先去采了招生就业办的叶老师，从他那里了解了当今大学生就业的形势、当我们面对\"专业不对口\"这个问题所需要保持的心态以及解决这个问题的一些技巧，比如说提高自身的素质，努力做一个水陆空多栖全面发展的人才或者提高自己的技巧以此是自己能够在不利逆势中处于较有利的地步。

接着我们去了人事组织部做了一个简单的采访，基本上向老师了解了学校在招聘人才中所关注、看重的内容。在采访结束的时候，老师还给我们这个活动几点建议，大致方向主要是走访企业，从企业入手。

经过这一天的忙碌，我从中学到了不少。在面对专业不对口这个逆境时，我们必须要沉着应对。这个问题在当今大学生中普遍存在，我们应该摆正心态，尝试着提高面试技巧，提高个人自学的能力，做一门学一门的能力。

据我初步了解，能从事自己所学专业的\'大学生还是属于少数，所以，我觉得通过这个歌课题的调查，能够使我清楚地了解当今形势以及从中总结方法，以致于使自己在求职的道路上处于相对有利地位。这天的调查，我们也充分发挥了团队精神，以及使自己在实践中得到锻炼。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！