

最新安全指导心得体会(实用6篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。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。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

安全指导心得体会篇一

用药安全与健康息息相关，对于个人和社会健康具有重要的意义。在日常生活中使用药物，遇到不同的情况和问题，需要掌握一定的药物知识和安全用药指导。在自己的用药经历中，我深刻认识到了药物的重要性和安全用药的必要性，同时也总结出了一些心得和体会，希望能够对大家有所启示。

第二段：理解药物的作用与副作用

使用药物前，需要对药物的作用、特点、副作用等方面进行了解，针对自身的身体状况选择合适的药物和剂量。同时要注意药物的成分、用法、剂量等问题，避免通过使用药物错误或滥用而导致不良的后果。

第三段：做好用药准备工作

在使用药物前，需要做好充分的用药准备工作，包括搜集相关的药品知识和信息、咨询专业人士推荐，关注药品过期和存储环境等。特别是在患有疾病时，需要注意药品的配合及搭配，以发挥其协同治疗作用，同时也需要持续监测自己的身体状态，发现异常及时就医。

第四段：正确使用药物并合理范围

在使用药物时，需要遵守医嘱和使用说明书上的要求，特别是在药物使用过程中发现异常现象，需要立即停止使用并向专业人士咨询，以免病情加重。同时也需要注意药物的合理范围，避免因不当使用而导致身体健康受损。

第五段：加强药品使用安全意识

药品使用安全始终是大家都应该关注和重视的问题，通过持续的培训和宣传，加强药品使用安全知识和意识，提高个人与公众药品使用安全的意识与能力。另外，也应该对药品管理和监管加强力度，打击销售伪劣药品的违法行为，使得广大群众能够更好地享受健康和幸福的生活。

结论

总之，药品安全使用涉及多方面内容，需要大家共同努力和支持。在日常生活中，我们应该提升自己的药品使用安全意识，做好用药准备工作，正确使用药品，做好坚持治疗，同时也要加强对药品的监管力度。通过这些措施，相信我们能够真正做到药品使用规范，让健康生活更美好。

安全指导心得体会篇二

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的不断深进，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、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、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！

安全指导心得体会篇三

农药安全是农业生产的重要环节，关系到农作物的质量和农产品的安全性。为了指导农业生产中的农药使用，农药安全指导思想应运而生。通过对农药安全指导思想的学习和实践，我对农药安全有了更深入的了解，形成了一些体会和思考。

首先，农药安全指导思想告诉我，农药不能滥用。农药是一把双刃剑，可以为农业生产带来巨大的效益，但同时也存在一定的风险。滥用农药会导致农作物产量下降、农产品污染等问题。因此，在使用农药时，我们必须根据农作物的种类、生长阶段以及病虫害程度等因素综合考虑，科学合理地选择

农药种类和使用方法，确保农药使用的安全性和效果。

其次，农药安全指导思想告诉我，农药使用应注意剂量控制。农药的使用剂量过高不仅造成资源浪费，还可能对土壤、水源等环境造成严重污染。因此，在农药使用中，我们必须根据农药的推荐剂量进行合理施用，避免过量使用。同时，还要注意农药的使用时机，尽量选择农作物的重要生长阶段使用，以提高农药的利用效率，减少对环境的影响。

再次，农药安全指导思想告诉我，农药使用要注意防护措施。农药是一种具有一定毒性的化学物质，对人体健康和安全有一定的风险。因此，在农药施用的过程中，我们要佩戴好防护用具，如口罩、手套、防护服等，避免农药直接接触皮肤或被吸入呼吸道。同时，在使用农药的农田周边要进行及时的警示标识，以提醒过往人员注意安全。

再次，农药安全指导思想告诉我，农药使用要注意存储和处置。农药是一种易燃易爆物质，对环境和人体健康造成危害。因此，在农药的存储和处理过程中，我们要严格按照规定进行，避免存储在易燃易爆的地方，同时要确保农药容器的完好性，避免农药外泄。对于已经使用过的农药容器，要进行妥善处置，不能随意丢弃。

最后，农药安全指导思想的学习让我明白，农药安全工作是一个系统工程。要保障农药安全，需要农业部门、生产企业、农民等各方共同努力。农业部门应加强对农药市场的监管，加强农药登记审批制度，确保农药的质量和有效性。农药生产企业要加强农药质量管理，确保农药符合标准。农民要加强农药知识的学习，科学使用农药，提高农药使用的安全性和效果。

农药安全是农业生产中不可忽视的重要环节。通过学习农药安全指导思想，我深刻认识到农药的重要性和风险，了解到科学合理使用农药的方法和注意事项。在今后的农业生产中，

我将严格按照农药安全指导思想的要求，提高农药使用的安全性和效果，为农业生产的发展做出贡献。

安全指导心得体会篇四

新一轮的课程改革已经走进了校园，新的课程需要新型的教师。教师是实施新课程的主体，是推行改革的关键。青年教师作为最具活力的一部分，更应该成为新型教师的主体。

走上工作岗位十六年的我，在做好初中语文教研员的同时，注重与青年教师共同探讨，把自己在教学经验、知识结构、技能等方面微薄的经验，与我们的青年教师共同分享。

我经常在教学常规、教学研究、教学思想等各方面，全面关心和指导青年教师，帮助青年教师掌握备课、上课、考试评价等教学常规工作的要领，展开对教材、教法和学生学习情况的研究分析，指导青年教师选择和确定教研、科研课题，深入领会并具体体现学校优秀教育文化和先进教育思想。还经常给予青年教师以具体的教学指导，每两周至少听青年教师一节随堂课，并及时给予分析、评述和指导。

其次，对学生学习习惯的把握、学生学习年龄特征的研究也十分重要。我经常指导青年教师要抓住继续学习机会，因为随着社会的发展、时代的进步，学科的知识结构、认知体系都在不断变化，教师只有不断的学习充实自己、更新自己的知识体系才能以更全面的视角、更新的观点、更丰富的知识来面对学生。

另外，由于青年老师还缺乏相关的教学经验，我就指导青年教师要经常通过自己的反思，将自己的心得与教学理论结合起来，不断修正自己的学习和教学行为，促进自身的不断发展。如在以前的学习中，青年教师往往重视对知识的获取，忽视对知识的管理。比如在教学过程中，经常会遇到这种情况，某一节课自己上的很差，差在哪里，这些问题很少去追

问。在意识到反思的重要性以后，我引导青年教师注意寻找这些问题的答案，尝试写点读书笔记和教学反思。通过这种经常性的反思，把平时那些隐性的知识不断的外显化，然后再用这些显形的知识来指导自己的教学。

还有，我经常指导青年教师要思考如何才能加快自身的成长，促进自身的专业发展？课改的一个很重要的内容就是我们的教育要适应当今社会的这种变化，我要求青年教师要做一个终身学习者，不断地在磨练中吸取营养，不断的提高自己，那么就能加快自身成长，促进专业发展。

在指导青年教师的过程中，我自身也得到了不断地进步。以后，我要一如既往地在做好自身工作的同时，开展好师徒结对工作，注重与青年教师共同探讨，把自己在教学经验、知识结构、技能等方面微薄的经验，与我们的青年教师共同分享，同时也不断提升自己。

安全指导心得体会篇五

疫情的爆发带来了巨大的社会压力和危机，各国纷纷采取措施对疫情进行防控，其中最常见的一项措施就是设立疫区并发布相应的安全指导。作为疫区的居民，遵守安全指导是保护自身和他人安全的重要方式。在我居住的疫区，我深有体会地感受到了安全指导的重要性和有效性。以下，我将就疫区安全指导的心得体会进行探讨。

首先，确保个人卫生。疫区安全指导中对个人卫生的要求非常严格，如勤洗手、戴口罩及时清洁等。而这些举措对遏制病毒传播起到了至关重要的作用。在实际操作中，我养成了勤洗手的好习惯，不仅是回家、上厕所等场合，就是在家门口，我也会用充足的清水和肥皂将自己的双手洗干净。同时，我还经常使用消毒液对自己的日常用品进行消毒，保证家庭生活的卫生状况。通过这些措施，不仅有效地避免了病毒的

传播，还让个人的身体健康状况得到了极大的改善。

其次，遵守社交距离。疫情期间，亲密接触是病毒传播最常见的途径之一。因此，疫区安全指导要求居民保持一定的社交距离，不要聚集在一起或进行大规模集会。在我居住的小区，居民们严格遵守着这一指导，避免了过多的人员聚集。人们之间相互关心却又保持距离，通过线上社交工具互相交流，充分体现了大家的团结和配合精神。这种做法有效地遏制了病毒的传播，为疫情的防控工作做出了重要贡献。

第三，加强体温监测。疫情防控期间，体温监测是一项常见且有效的措施。在我居住的疫区，居民每天都要上报自己的体温情况，并及时向相关部门汇报。这一措施的目的是为了尽早发现疑似病例，隔离确诊病例，及时采取相应的措施，如追踪接触者、消毒等。通过体温监测措施，我们有效地控制了疫情的蔓延，让居民们在安全的环境中生活。

第四，密切关注疫情动态。疫区安全指导中要求居民密切关注疫情动态，及时了解疫情的变化和最新的指导措施，并按照相关规定做好自我保护措施。在疫情的持续防控中，社区会通过各种渠道向居民发布疫情信息，包括疫情的发展趋势、应对措施和重点区域等。我们通过不断学习和了解疫情动态，更好地理解疫情的严重性和复杂性，增强了对疫情的敏感性，并做好自我保护措施。

最后，心态的调整也非常重要。疫情期间，人们的心理压力往往会增大，而良好的心态调整可以帮助人们面对困难和逆境。疫区安全指导在心理调整方面也提出了一些建议，如保持积极的心态、参加线上活动、多和家人朋友沟通等。在我居住的疫区，我们积极参与线上交流，分享心得体会，互相支持和鼓励。通过这些交流，我逐渐调整了自己的心态，保持了积极乐观的心态，并坚定了战胜困难的决心。

总而言之，疫区安全指导是我们战胜疫情的重要法宝，能够

指导我们做好个人防护、保持社交距离、加强体温监测、密切关注疫情动态和调整好心态。通过遵守指导和措施，我深深感受到了安全指导的重要性和有效性。希望疫区安全指导能够更加严格和完善，为我们提供更全面和有效的防护措施。只有大家以团结一心的态度，共同努力，我们才能战胜这场疫情，建设一个更加安全和健康的世界。

安全指导心得体会篇六

三了，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。

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。听了《学生就业指导》，很有感触。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。

随着我国市场经济的建立和完善，经济全球化不断深入，综合国力竞争日益激烈，高校毕业生就业制度改革不断深入。因此，在高校开设就业指导课，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。

1、1就业政策指导政策指导是的基础。它系统地向学生介绍国家对学毕业生就业问题的宏观指导政策、劳动人事法规。通过具体的就业制度、政策、方针和有关劳动人事法规、个人在择业过程中所享受的权利和应尽义务的学习，引导学生深刻领会国家关于毕业生分配的政策，摆正自己的位置，找到适合自己的角色，走出择业的误区；要让学毕业生加强对国家就业鼓励与倾斜政策的了解，使学生就业能在政策范围内有的放矢地进行，克服择业的随意性和盲目性，完成毕业生资源合理配置。

1、2就业心理教育心理问题是心理不健康的现象或倾向，是心理压力和心理承受能力相互作用，学生的心理产生了不良影响，出现了攀比、盲目求高、自卑、自负、依赖等就业心理问题。就业指导课通过对学生在求职择业中应具备的心理素质，使学生了解自己的心理特点、自身素质和个性特征，树立正孺对现实，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。

掌握自荐方式和面试的有关礼仪，掌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。

1、4就业信息指导就业信息的获取是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，了解和掌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，为学生就业铺路架桥。另一方面，通过就业指导课的指导，助和指导学生会主动地搜集就业信息的方法，掌握信息渠道，有针对性地进行职业选择。

影响毕业生自我定位有如下因素：其一是职业定位模糊。初次择业，多自考毕业生都抱着“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。其二是不能正确地评价自己。有的毕业生在择业过程中总数高地估价自己，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。其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，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，可周围的亲友一有对之声，自己就开始动摇了。其四是心理素质不过硬。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

很准做出理性的选择，在择业中或盲目从众，或消极逆；不数于自尊，就数于自卑，都会对自考毕业生顺利就业形成巨大的障碍。

因此，毕业生在选择职业的过程中，首先要针对自己的实际情况，规划自己的职业生涯；其次，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，毕业生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；再者，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，这就要求自考毕业生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。

如果你运用语言词汇的能力较强，在语法、造句、阅读能力等方面表现出色，可以从事文字整理、编辑、翻译、播音员以及教育、接待洽谈等工作。如果你在形象思维能力以及思考问题的细致、周全上具有优势，可以去做形象设计等方面的工作。如果你知识较全面，并能广泛听取各方面的意见，又善于与他人合作共事，你可以从事机关和企事业单位的管理工作。如果你习惯在相对单调乏味的条件下仍能孜孜不倦地长期工作，耐心持久，态度认真，有较强的工作责任心，你可以在资料整理、图书情报、档案管理等工作中很好地发挥自己的优势。

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。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信心。二是依赖心理。一些毕业生平时养成了对父母亲友的依赖心理，面临职业选择，也容易产生“正父母会给我想办法”的依赖思想。试想。一个缺乏自立、自主、自强意识的毕业生，怎么能做出符合自己特点的职业选择呢？三是犹豫不决的心理。求职择业是人生的一个重要转折。面对这一‘转折，毕业生既应做到知己知彼、权衡利弊，又要不失时机，抓住转折机遇，当机立断。而毕业生优柔寡断、犹豫

不决的心理弱点往往会产生“这山望着那山高”、“不识庐山真面目”的困惑与迷茫，以致白白失去择业的良机。四是自视过高心理。一些毕业生因自己的学习成绩好、家庭条件优越，或者因自己的能力强、具有一定的竞争实力，或者因自己容貌出众、多才多艺等，产生一种自命不凡的优越感，一种自视过高的心理。在求职时，过高地估计自己，这个单位瞧不上，那个单位也不遂心，而用人单位对这种缺乏自知之明、自视清高毕业生要想使自己在择业竞争中保持良好的竞技状态，自如地应付所遇到的各种问题，必须做好各种思想准备、心理准备，增强心理的承受力，不要一遇到挫折就心灰意冷，自暴自弃。要知道，在择业中遇到挫折是很正常的事情，应该把挫折看成是锻炼意志、增强能力的机会，放下思想包袱，认真找寻失败的原因。作为一名毕业生，要坚持自尊、自信、自立。要敢于竞争，克服自卑、胆小、怯懦等不良心理状态。

客观分析职业冷热在同一社会时期，不同的职业有不同的要求和劳动报酬，劳动者对职业的追求程度也不同，这就形成所谓热门职业和冷门职业。

求职时应客观分析和把握职业冷热，根据就业指导做出自己正确的选择：一要实事求是地选多种职业组成的，不同的职业都需要适合的劳动力及人才。在市场经济中，求职者要选择职业，用人单位也要选择求职者，是双向选择。这就要求求职者从自己的实际出发，客观地分析、评估自己的文化素质、业务技能、性别特点、身体条件以及各类职业固有的标准、条件、要求，实事求是地选择自己力所能及的合适职业，并且选择的职业要有利于自己潜能的发挥和事业的发展。不要被一时、一地的热门职业所迷惑，盲目地去追求、高攀或低就热门职业，进而影响自己才能的发挥，影响自己的美好前程。

二是要以发展的眼光看待冷门职业，不要轻易放弃冷门。有的职业，现在看起来属于冷门，但随着时间的推移，社会、经

济需求的变化，很可能转变为热门。例如，教师职业就是山冷门变为了热门，因为教师这一职业相对较为稳定，工资待遇也较高。因此毕业生对冷门职业一定要用发展的眼光来看待，不要轻易放弃，在许多求职者都在热衷于追求热门职业的时候，不妨选择有发展前景的暂时处于冷门的职业就业，这样当然也容易获得求职的成功。

总的来说，做为当代学生，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，在金融危机之下的就业中脱颖而出、为建设人力资源强国做出实质性贡献！