

参加就业指导集市活动感想

姓名：白永乐

学号：202011150087

学院：数学科学学院

2025 年 5 月 30 日

最近，我有幸参加了一场以“就业指导集市”为主题的活动，这次活动设置了生涯体验互动、就业权益、生涯指导、简历指导、就业政策五个主要板块。作为一名即将踏入社会的大学生，我深知就业对于每一个人来说都是一个重要而又充满挑战的课题。通过这次活动，我不仅获得了许多实用的信息和技巧，更对自己的未来有了更加清晰的认识。以下是我对这五个活动板块的具体感想。

首先，生涯体验互动给我留下了很深的印象。这个环节通过一系列趣味化、互动式的小游戏和测试，让我们了解自己的性格类型、兴趣取向以及与之匹配的职业类型。以前我对自己的认知比较模糊，只是大致知道自己对某些领域感兴趣，但没有系统地分析过。通过这次互动，我参加了 MBTI 性格测试以及职业兴趣匹配，得出的结果让我发现自己其实更适合某些之前没有考虑过的岗位，比如涉及创意策划、跨领域沟通的工作。这让我意识到，职业规划不仅仅是盲目跟风或听从家人建议，而是需要结合自我特质去做出理性选择。

接着，就业权益板块让我学到了许多以前不太了解的法律知识。在过去的印象中，求职和就业更像是一种单方面的选择，即用人单位挑选我们，而我们只是被动接受。但在这次活动中，讲解老师详细介绍了劳动合同、试用期、工资支付、加班费、社保等方面的权利和义务，并通过真实案例让我们明白，作为求职者和未来的员工，我们是有权利去保障自身合法权益的。比如，如果用人单位在试用期内随意辞退员工、或是随意延长试用期、克扣工资等，都是违反《劳动合同法》的行为，是可以通过法律途径维护的。这些知识让我在未来面对职场问题时多了一份底气，也提醒我在签署任何合同之前要仔细阅读，避免吃亏。

第三个环节是生涯指导。在这个板块中，有专业的生涯规划老师和我们进行了一对一或者小组的交流，帮助我们理清生涯发展的思路。老师引导我们回顾大学期间的成长、分析所学专业的优势和不足、结合个人兴趣和价值观，去思考未来的职业方向。特别令我感动的是，老师不仅仅给出了“就业”的建议，还鼓励我们放眼更长远的生涯发展，比如继续深造、出国留学、创业等多种选择。以前我总觉得就业就是大学毕业后的唯一出路，但通过这次交流，我发现生涯的选择其实非常多元，没有唯一的标准答案。重要的是，我们要认识自己、找到最适合自己的道路，而不是人云亦云。

简历指导板块是整个集市中最实用的环节之一。活动现场有专门的老师帮我们修改简历，指出了很多细节上的问题，比如简历格式是否规范、语言是否简洁有力、经历描述是否突出亮点、是否使用了量化成果等。我之前写的简历比较简单，基本就是把自己做过的事情罗列出来，没有太多重点。通过老师的指导，我学到了如何用“STAR 法则”去描述经历，即情境（Situation）、任务（Task）、行动（Action）、结果（Result），这样才能让用人单位看到我们在特定环境下的具体表现和成效。老师还强调了简历内容要与应聘岗位高度相关，不要把所有经历一股脑堆上去，而是要有选择地展现最能匹配岗位需求的部分。这个环节让我受益匪浅，我也打算回去以后好好修改和完善自己的简历。

最后一个环节是就业政策解读。这个板块内容丰富、信息量大，包括国家和地方的最新就业政策、毕业生就业优惠政策、基层就业、参军入伍、研究生扩招等内容。讲解老师还详细介绍了国家针对应届毕业生推出的一些就业补贴、见习岗位、创业扶持等措施，这些以前我基本都没有了解过。通过这次解读，我发现国家和地方政府其实在就业方面投入了大量资源，只是很多时候我们信息不对称，错过了许多机会。老师提醒我们要多关注学校的就业信息网、各级人社部门发布的政策，积

极申请各种补贴和岗位，这对我们顺利就业有很大帮助。

总的来说，这次就业指导集市是一场干货满满、收获颇丰的活动。不仅让我学到了简历修改、法律维权等实用技巧，也让我更全面地认识了自己、看清了就业和生涯发展的多种可能。我认为这样的活动对大学生来说非常重要，它不仅帮助我们提升就业竞争力，也让我们少走弯路、少踩坑。我希望未来还能多参加类似的活动，让自己在步入社会前做好更充分的准备。

通过这次活动，我也深刻感受到：就业不是一场单纯的“找工作”行动，而是一个系统的、生涯性的规划过程。我们需要综合考虑个人兴趣、能力、价值观、社会需求、政策环境等因素，做出既理性又符合内心选择的决定。我相信，只要我们愿意学习、愿意探索、愿意努力，未来一定是充满希望和机会的。