

专家：明确自身定位是大学生健康就业的第一步 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/394/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_EF_BC_9A_E6_c123_394507.htm 新华网长春 1 2 月

1 1 日电（记者宗巍）针对近期因为就业问题进行心理咨询的高校毕业生增多的现象，吉林省长春市心理卫生研究所所长郑晓华表示，做好自身定位是大学生健康就业的第一步。这些天，到长春市心理卫生研究所进行心理咨询的大学生比往常大幅增长。在治疗过程中郑晓华发现，一些毕业生在求职过程中缺乏明确的自身定位，对于自身能力和就业单位工作缺乏了解，盲目投递简历，不仅浪费了精力，耽误了时间，而且容易产生心理焦虑。同时，他还表示，自身定位不明确导致的后果已经日益凸现，目前很多高校毕业生刚工作没多久就感觉不适应而选择辞职，这就是当初缺乏明确的自身定位造成的。对此，郑晓华建议，高校应该加强毕业生的就业心理指导，尤其是职业规划、自身定位方面的指导。另外，毕业生自身也应该积极调整心态，在明确自身定位的基础上去选择更为适合自己的职位。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com