# 大学规划心得体会6篇

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-07-02

*大家在写好体会之后，可以让自己的思维能力得到锻炼，想必大家都知道心得体会对于我们的个人思想有着很大的帮助，下面是小编为您分享的大学规划心得体会6篇，感谢您的参阅。职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来...*

大家在写好体会之后，可以让自己的思维能力得到锻炼，想必大家都知道心得体会对于我们的个人思想有着很大的帮助，下面是小编为您分享的大学规划心得体会6篇，感谢您的参阅。

职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个人实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

职业生涯规划可以说是一个复杂的，系统的，拥有压力和挑战、更要切合实际的对未来工作和生活的一种设想。它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须要考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况相结合起来。不仅要有对工作的.规划，也要有对生活的规划，因为职业活动也是一种生活，所以职业生涯规划中不能缺少生活规划。而说到生活规划，却又不是个简单的事。一般来说，我们的生活会受到工作、职业的的影响，所以职业生涯规划中生活得那一部分，得参照职业来规划。这一部分规划中，我们还要清楚自己要一个什么样的生活方式、要扮演的社会角色、如何处理生活与工作间的关系等，而这些，又同样影响到我们的工作。就所列举出的这些来看，我觉得做好一份职业生涯规划，不亚于完成一件大的工程项目。同时，重要的是，职业生涯规划，也是影响到一个人一辈子工作、生活的。所以，我觉得职业生涯规划，它是复杂的。我觉得职业生涯规划对个人来说，应该有以下几个作用：一、能够评估目前的成绩，也可以说是对目前的自我评价。二、帮助确定职业发展目标，我们通过自我评价、分析，确定自己的职业路线，正确制定自己的职业发展目标。三、有助于帮助抓住重点，职业生涯规划能让我们区分工作的轻重缓急，紧紧抓住重点，增加我们成功的可能性。四、能让我们努力奋斗，很多时候，当规划具体时，我们每做出一份努力，都能看到成绩。所以，职业生涯规划，有助于我们为目标而努力奋斗。五、有助于个人潜能的发挥，当我们拥有一个规划后，就会把主要精力放在实现规划的努力上。这个时候，我们会逐渐发挥出一些潜力，在不断努力下，越来越多的潜力会发挥出来。

我们的职业生涯规划，它是一个漫长的过程，其成功与否也是以其一生的标度来考量的。我们生活在一个变革的时代，一切都在变化，唯有变化是不变的。我们的职业生涯规划，就是用未来的目标来预示自己的变化。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。

学习了就业指导课后，了解到了职业生涯规划和它对我们的重要性，所以我很认真的为我自己的职业生涯做了规划。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

暑假期间我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益匪浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

一、大学教师的地位与作用

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的`希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：其一，大学教师的基本任务是培养高级专门人才，而高级专门人才在科学技术和社会的发展中起骨干的作用。现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量；生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的\'昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

其二，大学教师，既是文化科学的传递者，又是文化科学的创造者。历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

其三，大学教师，既是教育工作者，又是社会活动家，以其专家、学者的身分，对科学、文化、经济、政治的远见卓识，参与社会活动，直接为社会服务。在现代信息社会中，大学教师对社会改革的高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

二、大学教师的任务

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才；第二发展科学；第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

在上大学之前，很少认真地去想以后要做什么职业。但是自从开了职业生涯规划课后，我就开始思考自己的人生，上职业生涯规划课的时间虽不长，只有这半个学期，我却感到受益匪浅。听老师说，职业生涯规划课程在国外是很重要的一门课程，所以在课外除了完成老师要求的作业之外，我还在网上涉猎这方面的知识。 在课上，老师先是给我们教授了职业生涯规划的一些根本知识，之后给我们播放了一些乐于奉献的人所做出的职业选择的纪录片——卢安克，对我的影响很深。正是有了课后在作业中的反思，我对于我的职业规划有了更深的领悟。在一次次的作业中，看出老师对我们的引导——先认识我们自己，了解什么是职业规划，做出属于自己的职业规划，最后完善并从多方面为了实现自己的目标而做出的努力。

学了这门课后我有以下一些感受：

首先，为自己制定目标。如果没有目标的话，一个人就会活得很忙迷茫。只有有了目标我们才能在为到达目标的同时完善自己发现自己的缺乏和优点，可以更加的了解提升自己。同时，要学会管理时间，把握时机。我们可用的时间是很短暂的，就会觉得我们现在的浪费时间是件多么奢侈的事情。我们还有多少时间可以去为我们的事业目标去奋斗呢?因此，我们要合理的利用安排时间，把握时机到达自己的目标。

更重要的是，我们要肩负起我们的社会责任。看完这个卢安克的纪录片后，除了对卢安克的奉献精神的仁爱之心深深叹服之外，我对于人在这个社会中的价值和职业也有了更深层次的认识。我们大学生承受着最新的知识，文化熏陶着。我们一定要认清自己的责任和摆好自己的位置，在职业中实现自己的价值的同时也要想着回报和奉献社会。

职业生涯规划课让我认识到了自己的缺乏，也开始思考自己的人生，为我解释、指点了许多的迷津，大学是我们走向社会舞台之前的最后几个阶段之一，此时假设抓紧时间，提升素质，一定可以在经历风雨后看到最美丽的彩虹。

刚进入大学，我很多同学对自己的学校和所学习的专业是不太满意，都在报怨。现在知道，你现在在哪里并不重要，重要的是下一步要走向哪里而充满希望!我们要选择好方向，为自己的未来设计一个充满渴望的蓝图，给自己的`生活勾勒出一幅充满活力的谱稿。成功需要合理的规划，合理的规划自己的职业生涯，是迈向成功的第一步。

老师开始给我讲施瓦辛格做总统梦的职业生涯规划，一步一步的向它逼近，从中我明白很多。

首先，了解自己，我是怎么样的一个人，我的兴趣爱好更适合什么工作，老师进展了很多科学的测试。我该如何面对，我终究要怎样面对职业生涯规划的学习，我的内心深处受到了强烈震撼，无论是从思想、知识还是工作方面均受益匪浅。对职业的理解与对职业的目标，我都从一种模糊状态到达一种茅塞顿开的状态。在此，我想说的是，如果想把职业当成是事业去开展，责任使命是动力源泉，一个没有责任感的人，是不可能有事业心的，没有事业心就没有事业的开展!机遇属于时刻准备着的人。施瓦辛格为此锻炼自己的身体，让自己有能力，打好根底。职业生涯规划，指的是一个人对其一生中所承当职务的相继历程的预期和方案，这个方案包括一个人的学习与成长目标，及对一项职业和组织的生产性奉献和成就期望。

其次，了解世界工作。现在社会是怎么样的?现在需要什么样的人才?刚刚入校时我是多么的幼稚与可爱， 还沉浸在高中的美好岁月中， 我深刻的认识到，在这样一个较高的职业开展乃至人生开展平台上，我们把握当前毕就业形势与趋势，深入理解社会对人才的需求，主动参与职业开展的学习和实践活动，充分认识大学学业、生活与未来职业开展的关系，树立科学的事业观，以谋求在职业和就业中，找到自己事业的支撑点，为自己的精彩生涯铸就坚实根底。

我们的职业生涯规划简单的说也就是对一生的工作、生活的一个规划，这其实是一个设想。因为我们在设想我们今后的工作和生活，所以，我们在职业生涯规划中所提到的，根本是我们今后要去做的。正是如此，所以职业生涯规划充满了工作、生活等方面的挑战。职业生涯规划，是为我们今后工作、生活等的准备的，那我们应该要感觉到压力。

我们在规划我们的职业生涯时，要考虑到职业竞争、工作、生活等各方面的压力。在认真考虑到这些方面后，我们会感到，在规划自己的职业生涯的时候，也会有压力，就不敢随意的给自己定目标。因为有挑战和压力的存在，所以，我们的职业生涯规划就必须要切合实际。在规划时，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况相结合起来。除了这些，还因为职业生涯规划毕竟是对未来的设想，而未来有很多不确定性，所以我们的职业生涯规划也需要确立适当的变通性。虽然是规划，但也不是一成不变的，这样我们才能说切合实际。

我的传记，让我更深刻的了解自己的角色。这是第一次系统的回忆自己这么多年来所扮演的各种角色。一天天的成长中对职业的认识也逐渐加深，我更坚决自己去兼职是必要的，为将来积累更多的经历，我也会在进展科学的自己测试后进展以后的职业生涯规划，就像老师给我们看的那部电影《三个白痴》一样，我喜欢什么就应该去做什么，走适合自己的路。也不要因为生活中的压力而喘不过气来。说职业生涯复杂，是因为职业生涯不仅仅是一个单纯的概念，我们的职业生涯跟家庭、社会存在这很密切的关系。

在我们的职业生涯中，不仅要有对工作的规划，也要有对生活的规划，因为职业活动也是一种生活，所以职业生涯规划中不能缺少生活规划。而说到生活规划，却又不是个简单的事。因为有非常明确的职业目标，所以就不会去漫天撒网。因为有对工作的认同，对所从事的职业的认同以及兴趣所在，所以，会更加地投入到学习中。虽然只有几次课，但是明灯似的，指引我今后的生活。

学习了这门课我想我至少学到了以下的几点：

1、定立目标,借助目标不断的修正完善自己。

没有目标的人， 不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

2、人生的路程是曲折螺旋线的,一定有风回路转的时候。

我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

3包容：沉着维护尊严。

面对的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧

地点：五楼会议室

这次能有机会与国新利用有限公司人力资源部焦英经理，共同培训学习，我感到非常荣幸。首先我要感谢国新利用相关领导，是你们给了我这个机会、给了我零距离接近、了解、认识{国新天然气利用有限公司}的一个平台。虽然只有短短的几个小时学习时间，但是在这段时间里，对于一些平常的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

现培训已经结束，静下心来回想这次学习感触颇深。通过这次培训学习，培养和锻炼我把理论和实践结合起来提高了自身实际能力，以下是我总结的几点：

第一，善于沟通，团结协作。

第二，要有坚持不懈的精神。

第三，要虚心学习，不耻下问。

第四，要明确目标，并端正自己的态度。

经过这次培训学习，我从中学到了很多以前没有学到的东西，在转型就业心态上我也有了很大的改变。所以我不能在像以前一样等待更美好机会的到来，在国新天然气利用有限公司这样一个新环境中，有我们很多值得学习的地方，值得思考的.地方，这就需要保持一颗学习，思考的心。首先在技术方面，要刻苦的补充自己的不足之处，认真地对待工作，时时刻刻的思考和学习，同时在国新天然气利用有限公司的环境中，更注重学习企业现代化的管理和企业文化，以丰富自己的社会知识和管理文化知识。这样，可以为自己日后的职业生涯打下良好的基础。

进入大学最后一学年了，感觉刚开始在大一的时候都没怎么学习专业知识，大多数都是公共课程，对于自己的这个专业也不是很了解，所以对自己的未来也没怎么考虑过，只知道一个大致的方向，而且毕业以后不从事自己专业的人多了去了，也不知道自己究竟喜欢什么，擅长什么。确确实实，对自己的未来，我一点都没怎么考虑过，不是没有时间来考虑，而是我不知道该从何下手，也感觉这有点麻烦，所以就一拖再拖，一天一天，浑浑噩噩地过着日子，现在想起来，都觉得有点惭愧，花着父母的血汗钱，却一点也不知道怜惜，真是不孝之极。

“大学生职业发展与就业指导”，刚开始上这门课的时候，没什么感觉，也没想太多，只是觉得这课真的有必要上吗？我们真的需要规划好自己的未来吗？上了这个课后，我受益匪浅，深深地反思了一下自己，我们确实应该规划好自己的未来，不仅让我顿悟了，还让我学到了很多知识，了解到了很多东西。

首先，什么是职业生涯？这是我们首先得确认的。

职业生涯又称职业计划或职业发展，是指人生的职业经历。大学生在校期间是准备参加工作的准职业人，参加了工作，就意味着职业生涯的开始。职业生涯是漫长的，从参加工作一直到退休，占据了人一生大部分的时间。

从经济的观点来看，职业生涯就是个人在人生中所经历的一系列职位和角色，它们和个人的职业发展过程相联系，是个人接受培训教育以及职业发展所形成的结果。

职业生涯是以心理开发、生理开发、智力开发、技能开发、伦理开发等人的潜能开发为基础，以工作内容为确定和变化，工作业绩的评价，工资待遇、职称、职务的变动为标准，以满足需求为目标的工作经历和内心体验的经历。

职业生涯是人

一生中最重要的历程，是追求自我实现自我的重要人生阶段，对人生价值起着决定性作用。

职业生涯就是一个动态的过程，是指一个人一生在职业岗位上所度过的、与工作活动相关的连续经历，并不包含在职业上成功与失败或进步快与慢的含义。也就是说，不论职位高低，不论成功与否，每个工作着的人都有自己的职业生涯。

职业生涯，是一个人一生的工作经历，特别是职业、职位的变动及工作理想实现的整个过

程。

其次，什么是性格？

性格是指表现在人对现实的态度和相应的行为方式中的比较稳定的、具有核心意义的个性心理特征，是一种与社会相关最密切的人格特征，在性格中包含有许多社会道德含义。性格表现了人们对现实和周围世界的态度，并表现在他的行为举止中。性格主要体现在对自己、对别人、对事物的态度和所采取的言行上。

对此，我们进行了自我性格的探索，mbti，通过测试，我是infp哲学家：沉稳的观察者、理想主义、忠实、看重外在的生活和内在的价值的一致。有求知欲，能迅速发现各种可能性，常常起到促进实行一些主张的作用。只要某种价值观不受到威胁，他们都善应变、灵活地接受；愿意谅解别人和了解充分发挥人的潜力的方法；对财富和周围的事物不太关心。

我们还进行了霍兰德的兴趣类型理论测试的互动，我的测试结果是：传统型，研究型，艺术型，感觉还挺准的。

再者，能力与发展的关系究竟是什么呢？显而易见，你的能力越好，那么你的的未来发展就会越好，能力的好坏与自己未来发展的好坏有着密切的关系，所以我们要尽可能地提升自己的能力，知识都是其次。

人的`能力是多种多样的，一般可分为以下几种：

1.一般能力和特殊能力

2.再造性能力和创造性能力

3.液体能力和晶体能力根据能力在人的一生中的不同发展趋势以及能力和先天禀赋与社会文化因素的关系，可分为液体能力和晶体能力。

4.认知能力、操作能力和社交能力

其中，技能的分类更是多种多样。

我在寒假还关注大学生就业现状和发展趋势；也十分清楚地了解如今就业形势的严峻??但总觉得“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。没有亲身的经历，就无法清楚地了解当今就业形势的真实状况，就只能让自己继续隔绝于社会之外。社会的复杂多样，变幻莫测，是在书本、网络和学校里无法感受和洞悉的到的。而且我学的是材料专业，如果没有对自己所向往的职业和该行业对从业人员的要求有一定的了解的话，在学校自己就不能更有针对性地去学习，以后找实习单位、找工作或者创业势必会使我措手不及、困难重重甚至一败涂地。以下就我参加此次活动所体悟到的一些感受和收获进行一下总结：

（一）要重视和精通自己的专业知识。

中国的材料行业正在蓬勃发展，材料的生产与加工技术日新月异，但是中低层次的就业岗位已接近饱和，就业形势不容乐观，但是行业中仍然十分缺乏高、精、尖人才。所以我们要充分利用在校学习时间不断夯实我们的专业基础知识和提高自己的专业技能，要肯去学、肯去钻、肯去精益求精。而且我们要勤动手，多多培养我们的动手能力，此外广泛涉猎各方面报刊书籍，关注行业动态，确定自己的研究方向，提高自己的综合研究素质和专业竞争实力等，不断拓展自己的优势和成功渠道。

（二）要学好英语。

面对想在全球化的今天，特别材料专业，每天都要面对着日新月异的变化，一波有一波的技术浪潮，英语的重要是不言而喻的，你要学习国外先进的理论和技术，去国外留学等，英语就是必需品。成功的职业人给我们的建议是：要有更高的发展，那就学好英语吧。

（三）要多学会做人的方法并多花一些心思经营自己的人际关系网络。

大学不仅是学习的乐园，更是育人的圣地。学会做人是我们大学生必修的一门课程。如今在校学习的我们，交际圈仅限于亲人、部分同学和少许的朋友等，非常狭窄，对自己今后生涯的顺利发展非常不利。所以，我们应该从现在起就更加重视培养自己的为人处世能力及经营并维护好自己的人脉资源。

（四）要摆正心态，对工作要严谨、认真、负责，乐观面对未来所从事行业的发展前景。 心态决定成败，细节铸就辉煌。我们去应聘工作岗位，是想施展自己的实力，更是想为所在公司创造利润和价值，而不是“三天打鱼，两天晒网”，成为公司的负担。在人才市场竞争如此激烈的当今社会，任何一个公司都不会接受一个心高气傲、做事磨蹭、对工作不认真负责的员工。正如冠捷科技集团黄某所言：“其实那些从大学出来的毕业生更高傲，说的都很好听，叫他做一点事总是磨磨蹭蹭，而且还做不好。我们对员工都没有什么特别的、苛刻的要求，他们只要对自己有态度，对所在岗位认真负责，那他们做任何行业都是可以的，而且我们也是欢迎这样的员工的。”还有，中国的材料行业仍然是发展强劲的朝阳行业，仍然是一个生机勃勃而且更加合理健康发展的充满希望的行业。所以，我们不应该有太多的抱怨和悲观的心态，应该尽量多地去接触行业最新的发展概况。并做好充分的准备，待毕业时，积极投身材料行业的发展大潮之中。这也是我们作为未来的材料研究人员实现自我人生价值的努力方向和难得的机遇。

（五）要积极投身实践中去，去经历，去感受，去领会。

获取知识和提高技能有两条途径：一是从前人的经验中去获取；二是从自己的实践中去获

取。而最重要最可靠最有价值的还是自己在实践中所获得的知识和技能等。实践出真知，这是千古以来不变的真理。再说猜测带有很多的主观想像的成分，比如对未来找工作难度的过分渲染而造成的对自己所学专业的失望等。如果你能积极投身实践，在实践中学习，在学习中实践。你会发现生活或工作不是想像中的那么难，很多事情不是能否做到的问题，而是想不想去做的问题。你若想做，你会去找方法，你若不想做，你会找一大堆理由。而且实践特别锻炼人，练你的技能，考验你的专业知识，练你的勇气等。不论结果成功与否，所获得的体会和阅历是你一生受用不尽的财富。这就是实践的魅力所在！

（六）要积极培养自己的独立意识、独立决策和执行的能力。

常求于人有利于人，少求于人有利于己。八十年代出生的我们，从小有的吃，有的穿，没吃过什么苦，没经历过什么挫折，凡事都依赖父母，独立意识弱，独立办事能力差等是常有的事。张总经理认为，一个人如果一直依附着别人，那么他就一点用处都没有。人一旦不能独立自主，人生很多事情都将无法完成。比如说公司给你一个项目，你若没有独立完成的能力，那么在很多方面都将受制于人，不仅项目很难完成，而且你最终也很难得到领导的重用。

我们都已成年，都到了自己对负责的年龄，很多事情自己完全可以独立地去决定和处理，无需依赖别人。而且我们也不想一直生活在别人的世界里，我们就是我们自己，我们掌控着自己的人生发展轨迹。而且经过这样有意识的培养，我们不仅独立决策、执行能力会大有提高，而且自信心、自尊心也会大有增强，走向一个更加成熟的自我，也能更加坦然地面对和处理人生中的起起落落。

接着，我们评估了自己的决策风格，我的是谨慎的、直觉的、依赖的、易受他人影响、感觉的、悲观的、犹豫的。

总之，上了大学生职业生涯规划与就业指导这个课使我正确地认识了自己，也使我确定了人生的方向。从现在就要规划好自己的人生，提升自身技能，不然为时已晚。就像《钢铁是怎样炼成的》里那句经典的话：“人最宝贵的是生命，生命每个人只有一次。人的一生应当这样度过：回忆往事，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。”

在接下来的就业指导里，我相信我会学到更多，我也会坚定的朝着自己的职业规划方向走，我相信我会有一条很好的职业生涯路。

我一直认为“机遇总是降临于有准备的人”是要有职业生涯规划做前提的，有一份大学生职业生涯规划对我的人生有莫大的帮助，毕竟把人生掌握在自己手里比随遇而安的感觉要好的多。一份职业生涯规划，它所代表的是我想发展的大体框架。他所起的作用是鞭策我向自己的理想加快脚步，换言之，它是一种加大动力的催化剂。我坚信“成功之秘诀乃为目标之有恒”，设计一份好的职业生涯规划将成为职业成功的前提与基础。

一、规划前感想

和许多大学生一样，刚开始我并不知道什么是“职业规划”，更没有接触过“大学生职业规划”。上了大一，我选修了《大学生就业指导》课，这时我才初步了解到了有关职业规划的有关知识，并知道了它的重要性。一直想做一份自己的规划，但总是没有一个客观的依据，更不知到该如何去做!为此，我感到非常苦恼。因为我没有一个明确的人生目标，我越来越感到自己好像是在“混日子”。

二、规划前自我分析

我的社会角色：大学一年级学生

性格：脾气暴躁，爱沉默思考，重感情，好与同道人交往，好强。

兴趣爱好：游泳、音乐、旅游。

优势盘点：做事有计划、有条理，时间观念非常强，工作中有种不完事不罢休、锲而不舍的态度和精神;忠诚，有责任心，有说服人的能力和较强的领导才能;好强的性格形成了我越挫越勇的工作态度，凡事力求完美。

劣势盘点：暴躁的脾气常使我与他人产生矛盾;有时会毛毛躁躁，考虑问题不够周全细致;有时有些懒惰，太好强，有些急功近利;缺乏团队精神。

三、接触职业规划、职业测评结果分析

个性特点：我的人格类型为infj型(内向直觉情感判断)“促使事情正面转化的催化剂”。做事有计划、有条理，喜欢遵照固有的模式处理问题，具有很强的说服力，可以成为伟大的领导者;非常重感情，忠于自我价值观，倾向于拥有小范围的而深长久远的友谊。

动力类型：追求成就类型为主宰型(自我实现的意愿高，希望在人群中出人头地并且发挥重要作用。既关注个人成就，也希望通过影响和带动他人达到组织目标);逆境承受类型安定型(尽量避免做没有把握的事情、避免造成无法控制的局面，寻求安全感，在遇到障碍时退而求其次)。

职业兴趣：根据霍兰德的六边形理论，我的职业兴趣测评结果为艺术型(a)62%，常规型(c)55%，企业型(e)91%，调研型(i)86%，实际型(r)97%，社会型(s)89%。喜欢和物化过程和经营活动打交道，乐于从事经营活动，有雄心抱负，精力旺盛;希望能从事创造性经营，好表现，喜欢户外工作;动手能力相当强，也喜欢领导和支配他人。

工作中的优势：诚实正直，从而鼓励着人们重视你的想法;对于那些你认为很重要的项目专注且执着，对自己信仰的事业尽职尽责;坚决果断，有说服力的领导，并有高度的组织能力;有创造力，能提出独树一帜的解决问题的办法;能透视看到事情发展的宏观图像以及意识与行动间未来的潜在联系;有做出成绩、不达目的不罢休的干劲。

工作中的劣势：不够灵活，思维单一，有时过分的专心致志，结果可能导致死板;很难做与自己价值观相冲突的事;易于仓促下判断，且一旦做出决定不愿再回头过来审视一下，更不愿撤销决定;

不会处理矛盾，易于忽略不快;交流方式可能太复杂，或很难把复杂的想法简明地表达出来，令他人不易理解;有时过份关注自己的观点是否被尊重和采纳，而不是以结果为导向;在压力和挫折面前不够坚持。

适合的职业类型：你对事情较有使命感，尽职尽责，因此愿意解决个体或社会问题，这类工作也是你需要考虑的。(例如：人力资源人员、营销人员、策划人员、口译/笔译人员、项目经理)。在商业领域里，与人打交道解决以人为本的问题，营造有效的工作环境也是你所喜欢的。而从事营销方面的工作你可以发挥创造性解决问题的能力记住：商界只有某些领域才能使你独特的天赋才能得以施展。(例如：企业组织发展顾问、企业培训人员、职业顾问、技术顾问等)。

个人发展建议：培养坚决果断的风格，以便更有实效的促进事情的正面转化;学会自我鼓励和激励;和他人一起检讨自己，更客观对待自己的不足和进步;

需要放松，对于目前情况下能够完成的事情，应当报有更开放的态度;如果你能够针对不同的\'人、不同的情境采取不同的指导方式，你会在人际合作中发挥更好的作用;尽量思考成熟后再采取行动，碰到困难时，你需要坚持。

对以上描述，我觉得非常客观，也非常符合我的实际。它非常系统的对我进行了全面的描述，并提出了很好的建议。这为我制定自己的职业生涯规划提供了一个比较客观的理论依据。

四、具体职业规划

20xx年～20xx年取得了高中学习深造的机会，人生开始又有了新的开始与追求。

20xx年～20xx年取得高中文凭，拿到高中毕业证、以及很多的证书，积极参加社会实习工作，积累实践经验，全面提高自身素质。

20xx年～今接受了大学的学习氛围，接受到了不少的新鲜事物，领悟到不少人生哲理。至今，其他什么证书也都还未能取得，马马乎乎取得了大学英语{二}级证书，充分接触社会，利用一年的时间来掌握大学生步入社会应具备的基础知识，包括一些电脑办公软件的应用、公关礼仪、社交礼仪等，这些都需要自己找专业培训机构进行培。现在，正想利用暑假期间给自己一个实习，接触社会，充分展现自己机会。

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！