# 2024年大学生职业规划论文(优秀11篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-04-08

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。大学生职业规划论文篇一人力资源的...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**大学生职业规划论文篇一**

人力资源的竞争已经成为各个国家和各个领域最直接、最严酷的经济社会文化发展要素。职业生涯规划开始成为当代知识青年就业争夺战中的一把重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然两手空空的踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？有目标才有动力和方向。所谓“知已知彼，百战不殆”，在认清自己的现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估。

一、大学生就业现状分析

职业素质是指大学生在就业时应具备的与职业有关的性格、知识、能力、品质和价值观等方面的综合表现。它包括职业目标、职业理想、职业意识、职业品质、职业道德、职业价值取向等。当代大学生的职业素质由内隐的和外显的要素组成，表象的外显的是专业知识、技能，潜在看不见的职业动机、个性、价值观、态度、自我形象、社会角色等要素。大学生的职业素质高低将直接关系到他们职业选择成功与否的关键所在，如何科学的提高大学生的职业素质，是当下各高等院校不断探索的新课题。传统的经营模式下，制造大国的根基在短时期内将不会改变。我国劳动力资源丰富，当前和今后一个时期，就业再就业形势依然严峻，劳动力供大于求，供需矛盾仍然突出，主要表现在：

1.劳动力供需结构性矛盾突出

一方面，从新增就业来看，我国城镇近几年每年需要就业的人数仍将保持在2400万人以上，而新增岗位和补充自然减员大约只有1200万人左右，供大于求的缺口约在1200万人左右，高校毕业生逐年增加，达610万人，达630余万人，达640万人，预计将超过650万人，就业矛盾十分突出。

2.二元经济结构下农村和城市两个“市场”的非对称性

与一般发展中国家不同，我国的城乡二元结构并非主要取决于经济发展因素，而是明显受到体制和人为因素制约，在二元经济社会结构条件下，由于农业人口向非农领域转移的速度缓慢，使得农村劳动力转移就业任务十分繁重。我国尚有一亿农村富余劳动力需要逐步向非农领域转移，按照“十二五”规划目标要求，“十二五”期间计划实现转移农村劳动力就业4500万人，每年需要转移就业900万人。

3.劳动力供给过剩与供给不足并存

从总量看目前仍存在劳动力供给过剩状况，而另一方面，又存在着劳动力供给不足现象。随着科技的进步和产业结构的升级优化，一部分在职劳动力由于技能或经验知识即人才资本存量不能适应新的产业及其带来的新就业岗位，造成结构性失业，成为新的失业群体；()同时由于人力资本质量水平低下，造成就业风险率增大，工作稳定性减弱。

4.劳动力市场失灵

由于劳动力市场并不健全，形成劳动力市场信息不完全，劳动力供需双方信息不对称以及地理障碍的特点。一方面，增加了就业者职业搜寻成本；另一方面，在劳动力市场未充分发育的前提下，劳动力市场机制不能充分发挥优化配置劳动力的职能，造成劳动力市场“失灵”。

二、大学生在职业规划上的问题

职业能力是知识青年为适应未来职业发展需要所必须具有的一项基本能力。而职业规划，是大学生追求理想人生的核心素质，也是影响高校毕业生就业质量的根本要素之一。大学生作为国家培养的高层次专业型“准人才”，其职业规划能力以及潜能的高低，将直接影响到他们自身的发展前途，与培养质量的好坏息息相关，也对高校办学以及国家未来经济社会、科技发展有着深远影响。受到国家政策影响和高等教育改革的严峻挑战，当代大学生在职业规划方面还存在诸多问题。

1.大部分同学没有明确的职业规划，这会影响大学生的未来发展。

在我们的调查对象中，52.5%的同学仍在考虑具体的职业规划，30%的同学已经有了具体的职业规划，17.5%的同学完全没有具体的职业规划。可以看出，大部分同学仍在迷茫中，没有明确的职业规划，没有方向的努力是白费功夫，而且没有目标也会导致在学习、生活中缺乏方向而得过且过，会对未来发展造成滞后影响。

2.大学生选择就业地区局限，增大就业压力。

我们在调查中发现，48.6%的同学倾向于到东部沿海经济发达地区就业，35.9%倾向于回到家乡，剩下的少数同学倾向于北上广、中部和西部大中城市、支援中西部落后地区。大部分同学的就业地域选择都集中在东部沿海地区和自己的家乡，这种选择比较现实也比较符合中国人的恋乡情结。但去西部的人太少，不利于西部的发展，同时择业集中也会使大学生面临更大的就业压力。

3.考研、考事业编占比重大，存在盲目跟风现象。

我们调查的同学中60.6%的同学选择考研、考公务员、选调生、事业单位招考，32.7%的同学倾向于找一份合适的工作，4.9%的同学选择自主创业，还有1.6%的同学选择出国深造。很多同学都未曾考虑就业问题，他们的方向是考研或考公务员，这其中不免有跟风者，还有很大一部分人是为逃避就业压力。选择方向集中也会增加大学生的压力，出现万人挤独木舟的现象，增加大学生考研和考公务员的难度，也不利于我国经济多元化的发展。

4.大部分同学选择工作主要受当前需求影响，不利于长远发展。

调查同学中20%选择就业主要考虑工资待遇因素，19%主要考虑工作环境，17%考虑个人兴趣，17%考虑职业发展潜力，另外还有少数同学考虑是否稳定有保障、社会认可度是否较高、时间是否自由以及家庭需求。在调查同学中，57%能接受毕业后工资范围在―2500之间，27%能接受的范围在2500―3000之间，另外还有8%能接受的范围在3000以上，8%能接受1500―2024。在选择工作时将工作待遇、工作环境当做首要条件可以满足当前需求，这种现实的选择很不利于长远发展。

5.对找工作认识不够，影响找工作的成功率。

36%的同学认为知识丰富最重要，28%的同学认为丰富的阅历最重要，接下来是好口才、高学历和勤劳踏实。很多同学忽略了勤劳踏实的中华传统美德，知识业务水平、阅历、口才、学历等因素对找工作的确很重要，但没有脚踏实地的优良作风做保障，个人的能力很难发挥到极致，发展也会受到限制。

三、大学生职业规划的改进与优化。

以科学发展观为指导，紧紧围绕国家教育方针，贴近经济社会发展需要，敏锐洞察当代青年的价值取向和未来理想，创新大学生职业规划与导航的新方法、新渠道。不断完善和丰富大学生职业规划的科学内涵，从制度保障、创新形式、增加实践、提供培训等各个方面开展大学生就业、创业导航计划，将对高校毕业生工作起到重要的促进作用。

1.学校加大在就业方面的指导，让大学生树立正确的择业方向和就业观。职业规划应从大一入学就开始抓起，越早进行越有利于大学生自身的长远发展，可以减轻大学生没有目标方向的迷茫状态，让大学生在日常学习、生活中更有针对性、更有意义。

2.学校进行系列座谈，使大学生意识到当今就业现状。帮助大学生拓宽就业信息获取渠道，对大学生的生涯规划进行指导，在考研、考公务员、就业中做出适合自己的选择，让大学生避免跟风的思想，给自己确定合适的位置，避免大学生的就业方向、就业地区过于集中给大学生带来更大的压力。

3.增加大学生的社会实践，提高大学生的实践能力。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，只有理论知识是不足以应对飞速发展的社会的，增强实践能力才能在进入社会后能够适应社会并施展自身才能，让大学生们在就业前做好自身能力的充分准备，适应时代发展的要求。

4.给大学生提供更多就业培训的机会，让大学生掌握更多的求职技巧。通过讲座、培训、实习等多种方式给大学生提供就业培训的机会，让大学生在实训中增加求职技巧的掌握，为日后应聘工作打下良好的基础。

5.继续实施本科生职业导师配备制度，根据各高校学科特色，积极开展职业导师制度，选派一些有经验的教师担任大学生的职业规划导师，辅助大学生完成职业评估、定位和规划，拓展就业思路和视野，为大学生职业规划保驾护航。另外，大学生在求职、择业过程中产生的诸如经济纠纷、心理落差以及情绪偏执等特殊情况，也应该在学校、导师、大学生这一体系中得到更多的关怀和解决。

总之，大学生要对职业进行物质、心理、知识、技能等各方面充分的准备，还要根据各方面的分析与权衡，结合自己的专业与专长合理客观地对职业做出选择。对即将踏入的职业活动要有一定的合理的心理预期，包括工作的性质、劳动强度、工作时间、工作方式、同事以及上下级关系都要快速适应，迅速成为一个成功的职业者。

参考文献

[1]罗莹.大学生职业生涯规划教育的要点及实现途径[j].中国校外教育,(12).

[2]贾强,张建英,向颖博.心理和谐是当代大学生成长成才的基本要件[j].山东省青年管理干部学院学报,(2).

[3]郑颖.关于增强高校职业导航功能的思考与建议[j].教育与职业,(1).

[4]叶广锋,梁敏飞.大学生职业生涯规划教育的要点及实现途径――论全面价值观管理体系的构建[j].中国人力资源开发,2024(4).

[5]苏俊枝.关于大学生职业生涯规划问题的思考[j].中国大学生就业,(13).

基金项目：本文为山东省研究生教育创新计划项目（sdyy11025，sdyc11016）资助研究成果。

**大学生职业规划论文篇二**

1、我的性格:大家都说我是一个活泼开朗的人，很善于与人交流，人缘也比较好，但是很多时候在一些场合缺乏自信，有的时候患得患失，总是考虑的太多，所以错过了一些很好的机会。从小到大都比较要强，不服输，总想必别人做的更好，不过来到大学，发现人外有人，天外有天，所以开始懂得只要自己努力了就不后悔，不管结果是不是第一，只要自己尽力了就是最好的了。性格比较直爽，有的时候容易伤人，虽然在尽力在改变，但是还需要进一步改善。我是个很好的合作伙伴，做事踏实认真，大家交给我的事情总能很好的完成，一丝不苟。

2、我的兴趣:喜欢看电视，看报纸，上网，逛街，打羽毛球等。很喜欢玩，但是也很关心时事和政治方面的新闻，可以说爱好广泛，但是没有什么很专一能做好的事情。

3、我自己认为所具有的能力:现在在班级里担任班长，所以在这一年里，自己的很多能力都有所提高。比如，在协调班级工作中，增强了合作意识，并提升了统筹规划的能力，在工作中，可能会遇到一些摩擦，在解决这些小摩擦的过程中，我也提升了解决问题和矛盾的能力。也具有了一定的与人交流沟通和组织各种活动的能力。

4、我的价值观:我自己感觉我的人生观和价值观都比较正确，信仰共产主义，而且一直坚信，人一生不能只为了钱去追逐，最有意义的一生是活的快乐幸福，而不是为了追逐金钱和奢侈的生活。

5、我的优势和劣势:优势，我的人缘还可以，善于与人交流，还有在组织活动等方面有一定的组织能力，性格比较开朗，能够很好的调节自己的心情。比较要强，做事踏实。劣势，缺乏恒心，自制力也比较差，不能很好的控制自己，有的时候性格太直了，有什么说什么，容易伤害到别人。

6、我的技能:英语比较好，计算机常用软件的使用，口语表达能力比较强，善于学习新事物。

二、专业就业前景分析

我所学的是自动化专业。与本专业就业领域相关联的行业在近年来借助市场经济的搞活和对外开放程度的加深，也获得了飞速发展。民航、铁路、金融、通信系统、税务、海关等部门的自动化程度越来越高，科研院所、高科技公司也借助强大的人才优势，发展迅猛。未来随着自动化技术应用领域的日益拓展，对这一专业人才的需求将会不断增加，自动化专业的毕业生也将借助这一技术的广泛应用而在社会生活的各个领域、经济发展的各个环节找到发挥自己专长的理想位置。虽然现在的自动化专业就业形势较为理想，但是如果在专业课程上没有很过硬的技术，就很难找到一个满意的工作。

由于对技术的要求较高，而在大学本科阶段有很多东西都学不到，所以我要考研，考本专业的研究生，继续深造，争取能够在对口专业找到一个工作。虽然，对于一个女生来说，学习自动化专业比较困难，但是如果坚定了信念，并努力把它学好，应该没有什么做不到的事情。“既然选择了远方，便只顾风雨兼程”，在今后的几年里，我也要努力的学习自动化专业就业时所要求的职业技能，争取能够在四年里有社会实践的机会，在实践中找到培养自己的专业技能。

三、职业选择分析

1、在选择职业时遇到的最大困难和困惑:我现在学习的专业是自动化专业，如果我从事本专业工作，那么就需要我有很扎实的专业基本功和基础，但是现在我所学习的编程等内容对我自己来说有一定的难度，不而且对这些内容并没有很深的兴趣，只是在一点点的培养。第二，现在全国开展此专业的学校有很多，而对于此专业我们学校并没有什么竞争力，所以不知道自己以后能不能找到合适的工作，也不知道今后能不能胜任自动化专业的工作。

2、我的职业选择:第一，是电力工程师;第二，是大学老师;第三，是考公务员。

3、我的选择路径:考研

4、swot分析

内部环境因素

优势因素(s)

1.有学习新知识的能力

2.目标明确

3.善于动脑思考

4.分析问题的能力比较强

5.英语水平较高

6.求职能力强

7.情商较高，综合素质比较强

弱势因素(w)

1.专业知识水平不够

2.做事毛躁，不耐心

3.自己努力不够

外部环境因素

机会因素(o)

1.所学专业很好。获得工作机会不错

2.工科专业缺口，需求量较大

3.我们毕业时，金融危机逐渐减轻

威胁因素(t)

1.女生工作不好找

2.全国开设此专业的学校很多，竞争压力较大

3.大学生就业形势紧张

swot分析:我的性格的严谨等方面都很适合这个职业，而且综合素质比较高，比较有竞争力，而且现在大环境上此专业有一定的缺口，因此就业相对比较容易。但是作为女生有一定的劣势，就需要我去学好专业知识，在其他方面超出男生，才能找到一份满意的工作。

5、我的职业目标选择的工作内容和胜任条件

工作内容:

1、研究指定电力系统的规划立项，进行投资概算。

2、负责电力设备的设计工作。

3、研究开发电力设备安装施工技术。

4、负责相关发电设备运行的技术督导工作。

5、分析和处理电力设备安装、调试、检修和改造中的技术问题。

职业概述:电力工程师是从事电站与电力系统的勘测、规划、设计、安装、调试、运行、检修、电网调度、用电管理、电力环保、电力自动化、技术管理等工作的电力专业工程技术人员。

胜任条件:我学习的专业和本职业的要求相关，如果研究生毕业后参与此工作，在专业上的知识应该就够用了。我比较认真，在技术工作中可以很好的完成任务。我的合作能力比较强，可以建立一个很好的合作团队。

6、与职业选择目标的差距:主要是在专业知识上，还有很大的差距。第二，是耐心做事的能力，工程师，以后的工作很可能会比较枯燥，比较复杂，这就需要我有很强的耐心，和对工作的热爱。这也需要我在今后的学习中不断努力提高。

四、未来三年的行动计划:

1、2024年暑假:进行实践活动，在活动中提升自己的吃苦耐劳和团队合作能力。并在世博会期间去参观，因为在世博会上所展出的很多是我们专业最高水平的产品，最高的技术展示，所以很有必要去参观并仔细了解它们，提高自己的创新能力。

2、2024-2024学年:大二是专业课最多的时候，因为我要从事本专业工作，并想考研，因此，大二一定要抓紧一切时间努力学习，并加深编程知识，如c语言和c++，这是以后学习的基础，一定要打好基础。大二的实验课程明显增多，一定要把学习与实验相结合，工科需要的是动手能力，一定要在实验里多锻炼多学习。争取参加数学建模大赛，并申请urtp项目，帮助老师做一些项目。

四六级:在12月份考过英语四级，在2024年6月考过英语六级，并争取考过计算机三级。

奖学金:争取在这一学年，每科成绩都过80，争取获得专业奖学金。

入党:好好表现，向党组织靠拢，起好带头作用，争取入党。

体育:加强锻炼，争取减肥15斤。提高体能，为了今后的考研的辛苦学习和高强度的工作提前锻炼好身体。

3、考验计划:2024-2024学年这考研的冲刺时刻，大部分的时间就要放在考研上，并参加考研辅导班，争取考上自己理想的专业的研究生。2024年6月开始，关注考研动态，在英语方面开始背单词和课文，报考研英语辅导班，开始向考研方向学习英语。报考争执辅导班。2024年8月开始，从头复习高数线代等，按章节排好复习，掌握复习时间。

实习计划:我们学院大三有金工实习，争取在这些实习过程中，提高动手能力，为以后的工作打好基础。要做一个有理论也有时间的大学生。

**大学生职业规划论文篇三**

职业规划是对职业生涯乃至人生进行持续的系统的计划的过程，它包括职业定位、目标设定和通道设计三个要素。下面为大家分享了大学生职业规划论文，一起来看看吧！

一、引言

职业生涯规划书帮助我客观认识自我、准确进行职业定位，确定前进的方向，制定奋斗的策略，将目标分解，从而激励我坚持走下去。作为一名大三的学生，规划无疑是有益而有必要的。

二、自我分析

性格：为人随和，极富同情心和正义感，有亲和力。善于表达，偶尔有点极端因子出现，做事比较理性，不轻易随波逐流，自我控制力极好。有明显的双重性格：

兴趣特长：羽毛球，篮球，桌球，看书，听音乐，骑自行车，黄昏时分吹风散步。

个人特质：洞察力强，我这个人有很强的责任心，因而对工作比较热情，能吃苦耐劳，并且秉着一旦开始，我就要努力做到最好的理念做任何事;总是试图用理论分析各种问题。

三、职业环境分析

前景分析：管理类专业是目前比较热门的专业之一，不管是在外企还是国企，高层管理人员价值越来越高。而人力资源管理又是管理类专业中兴起的一阙。在另一方面，我国的人力资源管理的专业知识人才十分稀缺。总的来说前景不错。但，这个专业的工作和财务、营销相比，还是有差距，而且发展也会比较慢，所以一定要有耐性。懂得用时间换空间。

企业分析：在这个人才是一切的新时代，许多企业将会以前所未有的努力去寻求人才和留住人才。而中国加入wto的新形势，客观上要求各个企业必须充分重视人力资源管理。但企业最重视的还是实践经验，因而，我可以选择在一个相对规范的企业从基层做开始，一步步慢慢积累经验。在校期间多考证件，拓宽就业领域。

薪金分析：人力资源行业新进人员的平均薪金水平在1500~2500之间，薪酬主体集中在3000~3999之间，4000~6000区间也占重要部分，做到经理总监级别可拿到10000元以上，工资不菲。

专业分析：本专业学生主要学习管理学、心理学、经济学和人力资源管理方面的基本理论和基本知识，受到人力资源管理方法与技巧方面的基本训练，具有分析和解决人力资源管理问题的基本能力。毕业生获得以下方面的知识和能力：

1、掌握管理学、心理学、法学、经济学及人力资源管理的基本理论、基本知识;

2、掌握人力资源管理的定性、定量分析方法;

3、具有较强的语言与文字表达、人际沟通、组织协调及领导的基本能力;

4、熟悉与人力资源管理相关的方针、政策和法规;

5、了解本学科的理论前沿和发展动态;

6、掌握文献检索、资料查询的基本方法，具有初步研究和实际工作能力。

总结：人力资源岗位的发展前景不错――一需求量越来越大，受重视程度越来越高;二薪资越来越好;三在企业位置越来越重要。

四、职业定位

综合前面的自我分析和职业环境分析两部分内容，我得出本人的职业定位的swot分析如下：

内部潜在优势(strengths)

1.职业兴趣和职业价值观都符合此职业。

2.性格开朗，为人随和，有亲和力。

3.有好的洞察力，良好的团队意识，做事认真有条理，责任心强。

4.沟通能力好，善于说服别人接受自己的观点

内部潜在劣势(weaknesses)

1.语言能力的掌握程度不够，当众发言时会紧张。

2.明显的双重性格，火和水的矛盾体。

3.性格有点散漫，偶尔优柔寡断。

4.对某些事和行为会持有极端看法。

外部潜在机会(opporunities)

1.为曙光行业，发展前景很广阔。

2.正在被重视和关注中成长

外部潜在威胁(threats)

1.专业性不像技术型工作那样强，可能被别的人员替代。

2.有可能被重视程度还是不够

五、职业生涯目标规划

1、201x年~201x年

成果目标：进入某目标企业从事人力资源助理工作

学历目标：高校研究生毕业

能力目标：了解公司，将所学知识一定的用于实践

经济目标：2024~3500左右的月收入

2、2024年~2024年成果目标：人力资源专员

能力目标：熟悉部门运作，能为公司提出有效的建议，能熟练的将所学知识与实际相结合

经济目标：5000~7000左右的月收入、

3、2024年~

成果目标：该公司人力资源部经理

能力目标：熟悉公司运作，具有远见，能制定有效的人力资源战略规划，使部门发展与公司发展保持一致，能够与员工实现无障碍沟通。

经济目标：8000~12000左右的月收入

六、计划实施方案

1.大学期间:2024~201x

1)学好各科专业知识，掌握经管行业的基本知识。

2)努力学习英语，争取过六级。

3)假期实习(与本人专业相符合的工作)，积累工作经验。

4)与同学交流，从同学那里学到对自己有益的知识。

2.大学毕业后五年：201x年~201x年

继续努力学习，在学习专业知识同时利用空闲时间继续积累工作经验。

3.长期计划：

1)工作之余，不断学习各方面的知识，拓宽自己的视野

2)参加一些活动，与人多沟通，学会人际交流。建立良好的交流网。

3)努力工作，积极博得提升的机会。

4)多看书，在获得知识的同时不断提高自己的修养。

5)坚持锻炼身体，以保证自己能以最佳状态来面对任何事。

结束语

一个人要想获得人生的成功，没有规划是不行的，没有目标比死还可怕。就像推磨的驴一样，忙碌一生却只是在原地转圈圈。今天站在哪里并不重要，但是你下一步迈向哪里却很重要。这次的职业规划让我明确了自己的职业生涯方向，开始踏上了通往辉煌的道路。当然，仅仅有规划是不够的，日后的付出是最重要的，它决定了我以后的位置。世界上唯一不变的东西就是变化，此后我还要根据环境的变化，不断的评估和反馈，坚持不懈，从而保证计划得以实施。换言之，成功需要五大步：

(1)明确的目标;

(2)详细计划;

（3)立刻行动;

(4)修正行动;

(5)坚持到底。

[大学生职业规划论文2024字]

**大学生职业规划论文篇四**

职业是参与社会分工，利用专门的知识和技能，创造物质财富，精神财富，获得合理报酬，满足物质生活，精神生活的工作。

“生”是指活着的意思，“涯”泛指边际。“生涯”是指人的一生，或指个人一生的发展过程，也指一个人一生中所扮演的角色与职位。由此看来，为了我们的一生我们应该有一个明确的规划。

我是一名极其热爱生活，富于追逐梦想的大学生，对未来充满了无限的憧憬，然而面对现实却有太多的茫然，尤其是当今社会的竞争是科技的竞争，更是人才的竞争，竞争就像前进道路上的陷阱，如果我们不做好充分的准备，必将被其所连累，还有被推毁的危险，所以提前规划自己的\'生涯是比较明智的。

如果我们不能依靠自己的能力来改变我们的命运，那么我们的人生将是失败的，想想看，我们的一生毕竟是有限的，又有多少事是值得回忆和纪念的呢？我们未来的生活就像一座沉睡了已久的宝藏等待着我们去挖掘，其实规划就是我们进军宝藏的最佳手段，能够达到事半功倍的效果。

朋友们，人没有点滴量的积累，难成大功业；没有勤勤恳恳的刻苦钻研，难有震撼人心的成功喜悦。我们不能等花已凋谢才来珍惜，也不能等机会远去才来痛心，更不能等已经失败才来懊悔。所以提前为自己的将来做好规划，给自己一个明确的定位，为职业生涯做一个系统而全面的梳理，把命运牢牢地控制在自己手中将是我们人生中一个无悔的创举！

努力就有收获，付出就有回报。

激情成就未来，规划实现梦想。

二、确定志向

职业理想：作为学模具的，最大的志向就是走向企业的队伍当中去。结合自身独有的特点，理想是进入模具行业，从低层做起，最终实现自己的管理梦。

人生理想：最大程度的实现自我价值，最终成为在社会上具有一定影响力的高素质复合性人才。

三、自我剖析

1）兴趣爱好:

2）人格描述:

·谨慎而传统，重视稳定性、合理性；天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

·是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。

3）自我职业能力的判断

个人优势剖析：自己能很顺利的完成自己的任务；能一丝不苟、认真专注地对待具体问题、事实和细节；非常强的责任意识；对待事物有稳定平和的心态；在交流方面有一定的优势；有一定的组织能力；对新鲜事物喜欢去探索；动作协调能力和空间判断能力比较强。

个人劣势剖析：主观性弱，惰性较大；对事物总持怀疑的态度。

四、社会环境剖析

利处：从改革开放以来，中国经济持续快速稳定增长，到目前为止，中国经济仍然是处于高速发展时期。同时，模具行业的发展更是处于一个黄金时期，国家大力发展职业教育。

弊处：随着人民生活水平的提高，人们综合素质的改善，就业也跟随着出现了一定的危机。每年高校毕业生的不断增长与岗位供应不足的矛盾越来越明显。所以个人职业的规划也及其重要。

朋友，美好生活我们共同开启！

五、职业目标选择

根据我的个人兴趣爱好、性格和适合我的岗位性质，我初步定下适合我的职业有这些：

1、模具设计制造师：技术型工作，我所读的专业是模具设计与制造，应该朝自己专业方向发展。

2、营销人员：喜欢与人接触，善于交际。

3、检查员，客服人员：做事谨慎，细心。

八、结束语

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**大学生职业规划论文篇五**

在经济和科技的不断进步、社会的不断发展下，就业形势也日趋严峻，其中大学生面临的挑战最为巨大，而准确认识当代就业形势也变得越来越重要。通过对就业形势的认识和分析，我们可以更好的明确自我，根据自己的实际情况制定符合自己的就业计划，主动适应社会的发展。

一、当前大学生就业现状

据有关部门统计，2024年全国高校毕业生559万人，比2024年增加85万人，2024年高校毕业生达到破纪录的611万人，而2024年又创新高，达到630万人。高校毕业生人数逐年递增，还有100多万历年没有就业的大学生和社会上庞大的失业人群高校毕业生就业形势相当严峻。加之金融危机导致部分企业发展不景气，据2024年2月16日新华网报道，仅广东就有7万家出口导向型企业倒闭，很多企业招聘岗位锐减，甚至开始裁员减压，给处于寒潮中的大学生就业雪上加霜。

1、企业进校招聘明显萎缩，签约率大幅下降。

据了解，往年10月,各大企业都早早地启动了校园招聘计划,各大高校内也因此呈现一片欣欣向荣的景象，而09届毕业生的校园招聘在启动期便寒意阵阵。在走访调查中，校方人员介绍，08年10-12月的校园招聘跟往年相比冷清了许多,部分往年的招聘大户和积极分子不见了身影,甚至有企业宣布取消了校园招聘计划。

2、预期薪酬明显下降。

3、结构性矛盾突出。

据调查，各专业大学生就业情况出现了明显的“冷热不均”现象。各高校均表示，工科专业就业比较紧俏。例如：湖南科技大学的特色专业采矿、地质、路桥专业在5月签约率已达到90%以上；文科、经济管理类就业困难，以往的一些热门专业，由于高校盲目扩招，导致供需比例失调严重，就业困难，由“热门”变“冷门”，譬如外贸英语、计算机专业，尤其是学校知名度不高的毕业生就业困难。

4、就业呈现性别差异。

除了专业差异，高校就业市场还呈现了明显的性别差异，女生的就业难度远远大于男生。调查问卷显示，男生的正式签约率为14.5%，已有意向但未签约的比例为35.5%；女生的正式签约率只有5%，有意向未签约的比例也只有21.7%。两相比较，可以发现女生的签约率和意向率都远远低于男生。面对残酷的就业市场，有15%的女生表示“不想马上就业”或者“继续考研”，有21.7%的女生认为用人单位选拔不公导致自己求职遇挫。

虽然性别歧视现象已不复存在，但许多用人单位在招聘时仍然明确指出只招男性，原因有很多，其中最重要的有两点，一是受传统男尊女卑观念和惯性思维的影响，觉得女性不如男性；二是女性由于在生育哺乳期需要更多假期，需要分担更多时间精力照顾家庭，部分用人单位从企业效益最大化角度考虑，肯定是不愿意招女性。

5、定位城市，不愿去西部、下基层。

虽然在残酷的现实面前，很多大学生转变了观点，不再一窝蜂的涌向北京、上海等大城市，“孔雀东南飞”的景象也一去不复返，但是相当大比例的毕业生仍不愿去西部省份，不愿下基层工作。问卷调查结果显示，77.2%的学生在求职时优先考虑个人发展机会，尽管有95.6%的毕业生表示赞成“大学生志愿服务西部计划”及政府新近出台的大学生到农村基层担任“村官”计划，但是只有35.3%的学生表示愿意去西部或农村寻求个人发展，有45.6%的学生认为这会限制个人未来的发展，而且有35.3%的学生对相关措施的配套优惠政策缺乏信心，湖南科技大学08年还有5名通过了村官考试的毕业生出于种种顾虑放弃了当村官的机会。

6、考研、“考公”热持续升温。

在“找工作难，找好工作更是难上加难”的情况下，很多大学生将目光锁定在考研究生、考公务员（或是参加选调生考试）上，于是出现了熙熙攘攘的考研大军和蔚为壮观的考公务员一族。湘潭市08年、09年公务员招考职位数分别为195、77，报考人数分别为3528人、3306人，考试录取率分别为5.53%和2.33%，竞争激烈程度逐年加剧。浩浩荡荡的考试大军中有相当大比例的人为应届大学毕业生和往年未就业或是就业不稳定的大学生。

二、影响大学生就业的因素及大学生就业难的原因

1、金融危机对大学生就业的影响

自国际金融危机席卷全球以来，不仅影响想了全球社会经济的发展，同时也深深的影响到了就业形势，首先是跨国公司业务萎缩，减少了用人数量；其次是国内为国外多种产业提供零部件、原材料、半成品的制造业、出口型企业也受到影响；再次是影响到能源工业。我国金融、地产、外贸类企业以及位于珠三角、长三角的加工制造类企业的招聘岗位锐减，保险、汽车、航空、旅游、广告等行业也遭遇“寒流”，用人需求明显减少。受金融危机一方面使失业人员数量大大增加，一方面使企业招聘岗位减少甚至取消，使高校毕业生就业形势更加严峻。据浙江省统计局统计，浙江省企业用工大大减少，企业关停（减）产、休假和裁员现象普遍存在，企业用工需求趋于谨慎。一季度浙江省城镇单位从业人员不增反降，同比减少1.6%，浙江省城镇登记失业率为3.4％，比上年同期提高了0.2个百分点。另外，根据浙江省劳动力市场供求状况统计数据显示，2024年用人单位对大专及以上文化程度的用人需求占全部需求的8.0%，比上年下降了1.0个百分点，2024年一季度对大学生的用工需求占8.4％，比上年同期下降0.9个百分点。随着劳动力市场中大学生供求矛盾的加剧，使得当前大学生就业难问题日益显现。据2024年5月浙江省劳动力抽样调查数据显示，20-24岁青年大学生的失业率为5.7％，比去年同期提高了0.9个百分点。

2、理想与现实的落差仍是大学生就业难的主要表现

4.9％，与大学生的期望有较大差距。

3、缺少工作经验是影响就业的最大困难

在招聘通告上经常会出现这样一句话——“有工作经验者优先”，大量初次踏出校门的大学生们动手能力不足，缺乏一定的职业技能，这是将他们挡在了职业岗位大门之外的主要原因。调查显示，有71.3%的毕业生认为缺乏工作实际操作能力，不适应社会要求是大学生就业过程中最大的“绊脚石”。这与长期以来高校在人才培养中重理论、轻实践，重课堂、轻社会的倾向未得到根本改变有关，使大学生就业难度加大。其实这也一直是中国高校教育的一个弊端，目前，许多高校的教学工作与社会的需求还存在着较大的差距。调查显示，有50.8%的学生表示教育模式陈旧，学生的综合能力得不到有效提高，不适应社会需求。并希望在教学计划中大力强化实践环节，使高校教育与社会需求更紧密的衔接起来。

4、大学生自身价值观问题是影响就业的重要因素

有许多大学生的价值取向和社会需求之间存在不对称现象，他们往往把“外资公司”、“全球500强企业”当作首选，根本不愿意去中小企业、尤其是中小民营企业就业，这导致他们就业的道路越来越窄。事实上，随着国内中小企业、民营经济的迅速发展，近年来，中小企业为高校毕业生提供的就业机会已经远远超过了大中型企业。而许多大学生出于“求稳”的心态，看不上小型的私营企业，他们只愿意选择大中型企业，因此失去了许多原本非常好的工作机会。据湖南省教育部发布的资料显示，2024年到民营三资企业工作的毕业生有143万人，占已就业毕业生的40.7%。根据从市人事局和劳动局所了解到的，尽管目前经济大环境不好，但劳动局的劳动力市场仍比较活跃，经常有民营中小企业主动到劳动局摆摊设点，招聘一定数量的技术蓝领；与之相反，人事局的人才市场相对冷清，很少有单位前来招聘高级白领人才。面对严峻的就业形势，大学生应当主动降低身价，把自己定位于蓝领，积极到民营中小企业就业，踏踏实实从底层职位做起。

三、针对大学生就业困难问题的措施

1、大学生自身方面：

（1）、注重专业知识的学习。专业强、基础实、理论深、技能佳，是每个用人单位渴望的人才标准。所以大学生在校期间必须注重加强专业知识的系统学习，苦练内功，提升素质，培养能力，掌握技巧，为顺利就业打牢基础、创造条件、做好准备。

（2）、加强实践能力。各用人单位都看好有工作经验的人，所谓的工作经验便是对工作流程的熟悉，有丰富的社会经验，有广阔的人际关系，所以在大学期间要多接触社会活动，为将来就业竞争增加砝码。

（3）、调整就业心态。“物竞天择，适者生存”是社会竞争中亘古不变的道理，我们需要调整自己的心态去适应社会的要求，改变“一蹴而就”的就业心理，不要把考研、“考公”当成“救命稻草”，树立“先就业，后择业”的健康观念。

2、高校教育方面：

（1）、科学调整专业设置。高校教育必须和社会需求的轨道相结合，针对稀缺人才的专业进行重点培养，已达到高校教育是社会发展的有力的后备军。

（2）、加大社会实践力度。缺乏实践能力是高校毕业生就业的“致命伤”，各高校可以与各用人单位建立长期供需伙伴关系，用人单位为高校在校生提供实习地点，同时也可以解决有些时候各用人单位的“员工荒”的情况。建立教学、科研、实习、就业四位一体的培养模式。

参考资料：

**大学生职业规划论文篇六**

人力资源的竞争已经成为各个国家和各个领域最直接、最严酷的经济社会文化发展要素。职业生涯规划开始成为当代知识青年就业争夺战中的一把重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然两手空空的踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地?有目标才有动力和方向。所谓“知已知彼，百战不殆”，在认清自己的现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估。

职业素质是指大学生在就业时应具备的与职业有关的性格、知识、能力、品质和价值观等方面的综合表现。它包括职业目标、职业理想、职业意识、职业品质、职业道德、职业价值取向等。当代大学生的职业素质由内隐的和外显的要素组成，表象的外显的是专业知识、技能，潜在看不见的职业动机、个性、价值观、态度、自我形象、社会角色等要素。大学生的职业素质高低将直接关系到他们职业选择成功与否的关键所在，如何科学的提高大学生的职业素质，是当下各高等院校不断探索的新课题。传统的经营模式下，制造大国的根基在短时期内将不会改变。我国劳动力资源丰富，当前和今后一个时期，就业再就业形势依然严峻，劳动力供大于求，供需矛盾仍然突出，主要表现在：

1.劳动力供需结构性矛盾突出

一方面，从新增就业来看，我国城镇近几年每年需要就业的人数仍将保持在2400万人以上，而新增岗位和补充自然减员大约只有1200万人左右，供大于求的缺口约在1200万人左右，高校毕业生逐年增加，2024年达610万人，2024年达630余万人，2024年达640万人，预计2024年将超过650万人，就业矛盾十分突出。

2.二元经济结构下农村和城市两个“市场”的非对称性

与一般发展中国家不同，我国的城乡二元结构并非主要取决于经济发展因素，而是明显受到体制和人为因素制约，在二元经济社会结构条件下，由于农业人口向非农领域转移的速度缓慢，使得农村劳动力转移就业任务十分繁重。我国尚有一亿农村富余劳动力需要逐步向非农领域转移，按照“十二五”规划目标要求，“十二五”期间计划实现转移农村劳动力就业4500万人，每年需要转移就业900万人。

3.劳动力供给过剩与供给不足并存

从总量看目前仍存在劳动力供给过剩状况，而另一方面，又存在着劳动力供给不足现象。随着科技的进步和产业结构的升级优化，一部分在职劳动力由于技能或经验知识即人才资本存量不能适应新的产业及其带来的新就业岗位，造成结构性失业，成为新的失业群体;同时由于人力资本质量水平低下，造成就业风险率增大，工作稳定性减弱。

4.劳动力市场失灵

由于劳动力市场并不健全，形成劳动力市场信息不完全，劳动力供需双方信息不对称以及地理障碍的特点。一方面，增加了就业者职业搜寻成本;另一方面，在劳动力市场未充分发育的前提下，劳动力市场机制不能充分发挥优化配置劳动力的职能，造成劳动力市场“失灵”。

职业能力是知识青年为适应未来职业发展需要所必须具有的一项基本能力。而职业规划，是大学生追求理想人生的核心素质，也是影响高校毕业生就业质量的根本要素之一。大学生作为国家培养的高层次专业型“准人才”，其职业规划能力以及潜能的高低，将直接影响到他们自身的发展前途，与培养质量的好坏息息相关，也对高校办学以及国家未来经济社会、科技发展有着深远影响。受到国家政策影响和高等教育改革的严峻挑战，当代大学生在职业规划方面还存在诸多问题。

1.大部分同学没有明确的职业规划，这会影响大学生的未来发展

在我们的调查对象中，52.5%的同学仍在考虑具体的职业规划，30%的同学已经有了具体的职业规划，17.5%的同学完全没有具体的职业规划。可以看出，大部分同学仍在迷茫中，没有明确的职业规划，没有方向的努力是白费功夫，而且没有目标也会导致在学习、生活中缺乏方向而得过且过，会对未来发展造成滞后影响。

2.大学生选择就业地区局限，增大就业压力

我们在调查中发现，48.6%的同学倾向于到东部沿海经济发达地区就业，35.9%倾向于回到家乡，剩下的少数同学倾向于北上广、中部和西部大中城市、支援中西部落后地区。大部分同学的就业地域选择都集中在东部沿海地区和自己的家乡，这种选择比较现实也比较符合中国人的恋乡情结。但去西部的人太少，不利于西部的发展，同时择业集中也会使大学生面临更大的就业压力。

3.考研、考事业编占比重大，存在盲目跟风现象

我们调查的同学中60.6%的同学选择考研、考公务员、选调生、事业单位招考，32.7%的同学倾向于找一份合适的工作，4.9%的同学选择自主创业，还有1.6%的同学选择出国深造。很多同学都未曾考虑就业问题，他们的方向是考研或考公务员，这其中不免有跟风者，还有很大一部分人是为逃避就业压力。选择方向集中也会增加大学生的压力，出现万人挤独木舟的现象，增加大学生考研和考公务员的难度，也不利于我国经济多元化的发展。

4.大部分同学选择工作主要受当前需求影响，不利于长远发展

调查同学中20%选择就业主要考虑工资待遇因素，19%主要考虑工作环境，17%考虑个人兴趣，17%考虑职业发展潜力，另外还有少数同学考虑是否稳定有保障、社会认可度是否较高、时间是否自由以及家庭需求。在调查同学中，57%能接受毕业后工资范围在2024―2500之间，27%能接受的范围在2500―3000之间，另外还有8%能接受的范围在3000以上，8%能接受1500―2024。在选择工作时将工作待遇、工作环境当做首要条件可以满足当前需求，这种现实的选择很不利于长远发展。

5.对找工作认识不够，影响找工作的成功率

36%的同学认为知识丰富最重要，28%的同学认为丰富的阅历最重要，接下来是好口才、高学历和勤劳踏实。很多同学忽略了勤劳踏实的中华传统美德，知识业务水平、阅历、口才、学历等因素对找工作的确很重要，但没有脚踏实地的优良作风做保障，个人的能力很难发挥到极致，发展也会受到限制。

以科学发展观为指导，紧紧围绕国家教育方针，贴近经济社会发展需要，敏锐洞察当代青年的价值取向和未来理想，创新大学生职业规划与导航的新方法、新渠道。不断完善和丰富大学生职业规划的科学内涵，从制度保障、创新形式、增加实践、提供培训等各个方面开展大学生就业、创业导航计划，将对高校毕业生工作起到重要的促进作用。

1.学校加大在就业方面的指导，让大学生树立正确的择业方向和就业观。职业规划应从大一入学就开始抓起，越早进行越有利于大学生自身的长远发展，可以减轻大学生没有目标方向的迷茫状态，让大学生在日常学习、生活中更有针对性、更有意义。

2.学校进行系列座谈，使大学生意识到当今就业现状。帮助大学生拓宽就业信息获取渠道，对大学生的生涯规划进行指导，在考研、考公务员、就业中做出适合自己的选择，让大学生避免跟风的思想，给自己确定合适的位置，避免大学生的就业方向、就业地区过于集中给大学生带来更大的压力。

3.增加大学生的社会实践，提高大学生的实践能力。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，只有理论知识是不足以应对飞速发展的社会的，增强实践能力才能在进入社会后能够适应社会并施展自身才能，让大学生们在就业前做好自身能力的充分准备，适应时代发展的要求。

4.给大学生提供更多就业培训的机会，让大学生掌握更多的求职技巧。通过讲座、培训、实习等多种方式给大学生提供就业培训的机会，让大学生在实训中增加求职技巧的掌握，为日后应聘工作打下良好的基础。

5.继续实施本科生职业导师配备制度，根据各高校学科特色，积极开展职业导师制度，选派一些有经验的教师担任大学生的职业规划导师，辅助大学生完成职业评估、定位和规划，拓展就业思路和视野，为大学生职业规划保驾护航。另外，大学生在求职、择业过程中产生的诸如经济纠纷、心理落差以及情绪偏执等特殊情况，也应该在学校、导师、大学生这一体系中得到更多的关怀和解决。

总之，大学生要对职业进行物质、心理、知识、技能等各方面充分的准备，还要根据各方面的分析与权衡，结合自己的专业与专长合理客观地对职业做出选择。对即将踏入的职业活动要有一定的合理的心理预期，包括工作的性质、劳动强度、工作时间、工作方式、同事以及上下级关系都要快速适应，迅速成为一个成功的职业者。

[1]罗莹.大学生职业生涯规划教育的要点及实现途径[j].中国校外教育,2024(12).

[2]贾强,张建英,向颖博.心理和谐是当代大学生成长成才的基本要件[j].山东省青年管理干部学院学报,2024(2).

[3]郑颖.关于增强高校职业导航功能的思考与建议[j].教育与职业,2024(1).

[4]叶广锋,梁敏飞.大学生职业生涯规划教育的要点及实现途径――论全面价值观管理体系的构建[j].中国人力资源开发,2024(4).

[5]苏俊枝.关于大学生职业生涯规划问题的思考[j].中国大学生就业,2024(13).

1.大学生个人职业规划论文

2.当代大学生的哲学论文

3.大学音乐专业论文

4.人生的选择作文议论文

5.大学数学建模论文

6.大学生美术论文

7.大学生调研论文

8.大学军事理论论文

9.理工大学课程论文

10.理工大学论文

**大学生职业规划论文篇七**

摘要：

大学生职业生涯规划教育对大学生活乃至整个人生具有重要的意义，目前大学生职业生涯规划教育存在许多的问题。本文从学校教育的角度，探索构建“全面、全程、全体”的大学生职业生涯规划教育体系，充分发挥职业生涯规划教育的效能。

关键词：

职业规划;教育;大学生;成长

自20世纪50年代以来，职业生涯理论推出全新的理念，认为职业生涯不只是拥有一份职业，更是贯穿人生决定如何生活的过程。到底什么是职业生涯规划呢?所谓职业生涯规划，是指个体和人生环境相结合，在对个体职业生涯的主观因素和客观条件进行测量、分析的基础上，再结合个体的兴趣、性格、能力和社会的实际情况等综合分析，根据自己的职业倾向，确定最佳的职业发展目标，并为此制定相应的工作、培训等行之有效的计划，进而采取行动实施职业生涯目标的过程。根据萨柏的职业生涯发展理论，在人的成长发展初期进行必要的职业意识引导，对将来的职业成长乃至整个人生的成长都是重要的。

1953年美国耶鲁大学对应届毕业生进行了一项有关目标的调查，被调查的学生中10%的学生确认有目标，只有4%的学生清楚地把目标写下来。20年后，耶鲁大学的研究人员追访当年参与调查的学生，结果显示，当年写下目标的那些学生，无论是事业发展还是生活水平，都远远超过那些没有写下目标的。这在一定程度上告诉我们，职业生涯规划本质上是一个人职业战略规划，它不仅是一个职业选择问题，而且对大学生整个人生成功与否有着深远的影响。鉴于我国大学生目前日益严峻的就业形势，大学生职业生涯规划教育显得尤为重要，既有利于大学生认识自我，发掘潜能，提高竞争能力，又可以有效控制大学生在人才市场的无序性高流动状况。

一、目前大学生职业生涯规划存在的问题

(一)职业生涯规划意识方面：知识欠缺，主观不重视

长期以来，高校的各项工作主要围绕教学和科研进行，这无疑是对的，但很少关注职业生涯辅导，也没有意识到职业生涯辅导的重要性和必要性，因此在政策、资金、设施、人员等方面投入很少，导致学生了解职业生涯理论的途径有限。另外，由于学生生活范围窄，社会经验少，对自己所学专业对口的职业要求了解不够深刻，他们当中不少人认为职业生涯规划是件费力而无用的工作，甚至错误地认为职业规划就是类似中小学生所写的新学期的打算，只是为了完成作业而写给老师看的，没有可行性和可操作性，根本没有认识到职业规划对自己未来人生和就业的意义。

(二)职业生涯规划目标方面：目标过高，不符合实际

调查发现，80%以上学生职业目标定位在“三大”和“三高”上，“三大”即大城市、大公司、大机关;“三高”即高收入、高福利、高职位。很少有人愿意主动到条件艰苦的地区、乡镇锻炼，也不愿到新兴行业、服务业、基层单位去工作。求职时，最关注的是眼前的薪金和福利待遇，而没有把发展空间或未来的职业发展前景放在第一位来思考，甚至还有一些学生为了留在大城市，不惜牺牲摆在面前的大好发展机遇，许多学生盲目地以考取许多没有职业相关性、目的性的职业证书作为未来发展的路径，甚至有些学生根本没有清晰的职业发展路径，或者有多个毫无内在联系的职业路径。职业发展路径的模糊必然导致择业过程中的彷徨和无助，这直接影响到职业目标的实现。

(三)职业生涯规划实践方面：脱离专业，目标不清晰

值得肯定的是，为了增加“工作经验”，不少学生在校期间选择了兼职和假期打工。但90%以上的学生所从事的兼职工作都跟自己的专业和职业目标不相关联，大多数是做家教、业务员、促销员等;还有的学生积极参加各种文体活动，其目的只是向用人单位证明自己多才多艺，具有较高的综合素质。因此，大学生的社会实践缺乏职业规划性，漫无目的，随意而为，只注重量的积累，却无视质的提高。

(四)职业规划认识方面：自我定位模糊，专业认识不清

调查显示，大学生对自己今后从事何种类型的工作，以及适合怎样的岗位等问题，在认识上显得比较模糊。只有20%的学生能对自己的发展方向有一定的认识，但是这些学生并不十分清楚自己现在具备的条件与理想工作的要求之间的差距具体体现在哪些方面;甚至还有四分之一以上的学生对此毫无意识，根本没有进行自我了解。

由于各种原因，学生对自己所学的专业缺乏客观而理性的认识。接近75%的学生对自己所学专业的就业前景没有很清晰的概念，甚至对本专业的未来发展领域也缺乏必要的了解，这在一定程度上会导致职业选择的盲目性和无计划性。

二、加强大学生职业生涯规划教育的对策

目前，所有高校都非常重视大学生的职业生涯规划教育，但仍存在着教育内容不全面、教师队伍不健全、教育过程不连贯等问题，针对目前大学职业生涯规划教育存在的问题，学校可构建“全面、全体、全程”的大学生职业生涯规划教育体系。

(一)拓展教育内容，树立大学生职业生涯规划全面教育的理念

学校在思想和政策上重视职业生涯规划教育的同时，应加强理论学习，使学生和教师都充分认识到，职业生涯规划教育不仅是讲授面试技巧、找工作的途径等问题，职业生涯规划教育的内容很广泛，不仅要进行观念层面的教育，而且要进行技术操作层面的教育，不仅要进行技巧方面的教育，而且要进行理念层面的教育。因此，职业规划教育应该自始至终地贯彻在学生的整个大学学习过程中，列入教育计划之中，并严格执行。目前所有院校都开设了就业指导课，但都存在“就业指导课就等同职业生涯规划教育”、“职业生涯规划教育就等同于面试技巧、就业信息等教育”这样一些错误的理念，存在只注重形式不注重内容、只注重数量不注重质量的问题，因此职业生涯规划教育应作为大学生就业指导课的核心内容，将科学的理念和科学的职业规划方法传导给学生，这有利于学生未来的职业生涯发展，甚至受益终生。

(二)树立系统理念，构建大学生职业生涯规划全程教育的体系

职业生涯规划教育是系统工程，是一项科学、系统、全面、有计划的教育活动，要把职业生涯规划教育系统地、有计划地贯穿于大学生活的全过程。

第一，在新生刚入学，就要渗透职业规划教育的内容，主要进行职业规划理念和意识的教育。如请高年级的学生代表讲述自身的规划和实施状况，请校企合作的企业专家来学校讲授单位对人才的要求和需求状况等，请教师对各个专业的特点、性质、就业领域等进行教育，使学生从踏进大学校门的那一刻就接受大学生职业生涯规划教育。

第二，在整个大学阶段，对大学生要进行职业生涯规划教育，主要进行职业生涯规划的方法、技巧、专业认知等教育。如加大投入引进合适的测评体系，尽早最大范围的让学生接受职业测评服务，不仅可以帮助学生了解自己的职业兴趣、职业能力、职业倾向，还可以了解自己的个性特征和动机需求水平。专业课教师可以根据课程的安排，循序渐进地对学生开展职业生涯规划教育，首先结合专业理论课，让学生了解自己的专业特点及就业去向，引导学生初步认识个人职业生涯规划方向，其次通过完成专业课的理论作业、专业实训、专业见习等，培养学生的职业意识，提高学生的职业能力，明确学生的职业志向。

第三，大学最后一年，对学生进行职业生涯规划教育，主要进行面试技巧、制作简历、就业信息等方面的教育和服务。就业指导课教师讲授面试技巧、简历制作等就业技巧方面的内容，除招生就业部门为大学生提供各种就业信息和服务外，全校教职员工要充分利用自身的资源，为学生提供各种市场就业信息，并引导学生进一步明确职业目标，确定合理的职业定位和择业期望标准，并为实施自己的职业目标而努力。

第四，大学生毕业后，学校还应该对毕业生的就业状况做好跟踪服务，以便总结教育经验，提升职业规划教育水平，为后来的毕业生就业服务积累经验，同时还能更好地掌握市场人才需求的第一手资料。

(三)加大宣传力度，树立大学生职业生涯规划全体教育的理念

加大宣传力度，树立大学生职业生涯规划全体教育的理念，建设一支以专业教师为主、其他成员为辅的职业生涯规划教育的教师队伍。大学生职业生涯规划教育是一项专业性工作，从事规划教育的指导教师既要有一定的理论水平，又要有一定的实践水平，这就需要通过脱产学习和在职学习相结合、集中培训和自主学习相结合，建立一支具有较高理论素养和实践经验的职业生涯指导教师队伍。以此为依托，在全校制度化、常规化地开展毕业生的职业指导、咨询、推荐和服务工作。同时，我们也要摈弃狭隘的观念，不能错误认为职业生涯规划教育只是就业指导老师的职责，全体教职员工都应该成为大学生职业生涯规划教育的主体，每位员工除身教之外，还可以结合自己的岗位和学科特点，随时随地对学生进行职业生涯规划教育。如思想政治理论课教师可以结合《思想道德修养与法律基础》中关于职业道德、人生观等内容，加强学生的职业意识教育。专业课教师可以结合专业课，让学生了解自己的专业特点及就业去向，引导学生初步认识个人职业生涯规划方向，通过完成专业课的理论作业、专业实训、专业见习等，培养学生的职业意识，提高学生的职业能力，明确学生的职业志向。

总之，通过构建“全面、全程、全体”的职业规划教育体系，各高校就能克服目前大学生职业规划中存在的问题，实现大学生职业生涯规划教育的实效。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**大学生职业规划论文篇八**

[论文关键词]大学生 就业形势 职业生涯规划

[论文摘要]近年来高校毕业生的就业形势日趋严峻，对大学生个体的综合素质和就业竞争力要求日益提高，因而大学生职业生涯规划的重要性也日益凸显。然而部分大学生对职业生涯规划的认识却存在一些误区。本文的目的就是要阐明大学生职业生涯规划的重要意义，消除部分认识误区，引导大学生选择正确有效的途径规划自己的职业生涯，提高自身综合素质和就业竞争力，以应对日益严峻的就业形势。

一、从当前严峻的就业形势看大学生职业生涯规划的意义和重要性

1.当前大学毕业生面临日趋严峻的就业形势

从1999年以来为了给我国经济发展提供智力支持和人才保障，我国高等教育招生规模迅速扩大，高校毕业生与就业市场的供需矛盾也日显突出。自大学扩招以来，我国大学毕业生的数量持续增长。据有关资料统计，我国高校大学毕业生数量2024年为115万，到2024年则达到559万，不到10年足足增长了近5倍，预计2024年的大学生毕业人数将达到610万，就业人数达到历史高峰。然而受从去年开始的全球金融危机影响，社会就业岗位和就业机会相对减少，再加上国家对大学毕业生的相关帮扶政策措施和服务体系还亟待完善，以及大学教育和市场需求部分脱节等问题，当前的就业形势可以说非常严峻。如何应对日益沉重的就业压力，如何顺利就业无疑成了当前大学生最为关注的问题之一。

2.大学生职业生涯规划的意义和重要性

面对严峻的就业形势和用人单位越来越高的聘用条件，如何才能在千军万马的就业大军中脱颖而出？良好的就业观念和出色的综合素质无疑成了大学生提高就业竞争力的基础，而这些素质和能力的养成很大一部分来源于大学生良好的职业生涯规划。凡事“预则立，不预则废”。大学生只有认清就业形势，准确定位自我，不断发掘自身潜力，方能做到心中有数、处惊不乱。

那么何谓职业生涯规划呢？“职业生涯规划，就是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。”[1]职业生涯规划对大学生未来人生职业生涯的发展和社会人才供求齿轮的顺利衔接具有重要意义。

首先，职业生涯规划有利于大学生更早地接触职业世界和进入职业角色。 职业生涯规划有助于大学生将学业与职业结合起来，激发学生学习的动力，使学生在学习期间主动探索自己未来的职业方向和要求，引导大学生在日常生活中有意识地与目标职业要求趋同，以职业的要求来规范自己，来规划自己的学业与大学生活，从而在无形中大学生就适应了目标职业的要求。当大学生进入目标职业时，就无须再重新适应和磨合了，这种无形的财富又会为其职场成功起到巨大的加速作用。

其次，职业生涯规划有利于培养大学生个性才能，增强大学生应对社会竞争的能力。目前，我们正处于知识时代，同时中国社会也正在社会转型期，这两个方面都对个性人才的培养提出了要求。大学生职业生涯规划教育能够帮助大学生在大学期间正确认识自身特点，确立符合自身爱好的职业目标，不断丰富该目标下的知识与本领，从而帮助大学生增长自身的优良个性。大学生在职业生涯规划中发展自我优良个性，能够满足社会对人才的多样化需求，从而提高大学生就业的竞争力。

业目标所要求的能力与素质。在毕业选择工作时，大学生能够根据自身的条件选择适合的工作和适合的单位。另外，用人单位也会倾向于选择那些进行了自我职业生涯规划的毕业生，从而实现合理的双向选择，有利于提高大学生的就业质量。

二、部分大学生对职业生涯规划存在的认识误区

笔者在从事大学生思想政治教育辅导员工作实践过程中，通过日常的观察思考和与一些学生的交流，发现部分大学生对个人职业生涯规划的认识存在一些误区，比较普遍的是以下三点：

认识误区一：职业生涯规划仅仅是为找工作而准备的。

很多大学生在进入大学之前，都对大学怀有美好的设想，认为大学是一个完善自我、塑造自我的精神殿堂，而非功利的只为了毕业后找到工作，因而对职业生涯规划不太重视。从一定角度上讲，这种看法是对的，大学的确是个追求自由、完善自我的地方，但也不是孤立地把职业生涯规划单纯的理解为找工作，有这种理解的学生本身就是对职业生涯规划不理解。众所周知，人的自我实现就是找到一个适合自己的位置，这个位置就是你适合的职业。而职业生涯规划是为了找到适合自己的职业，如果可以在大学阶段充分地为日后的职业发展做准备，那就可以相应地加快个人的\'职业发展历程，职业生涯的发展也会促进个人生涯的发展。职业生涯成功的过程也就是人不断完善自身的过程。从这个角度上讲，职业生涯规划是站在自我实现的高度上来探索职业、规划职业的，并不仅仅是为找工作做准备，也不是功利的为了一时的成就而忽略了自身的发展。可以说，在大学阶段科学合理地规划职业生涯也是为人生负责的一种表现。

认识误区二：职业生涯规划靠听讲座等能速成。

目前，大学校园里经常举办各种形式的职业生涯规划教育讲座，一些大学生也认为职业生涯规划无非就是听听一些职场成功人士的报告和专家教授的讲座。诚然，在此类讲座的教育引导下，大学生对自己的职业前程会有一定程度的关心和对职业环境的初步认知。但职业生涯规划是一个必须经过实际验证的漫长历程，必须经过全面考虑才可以确定适合于自己的职业。而讲座、报告等更多是大学生在没有实践或者实践不充分的条件下参与的，因为这里有几个重要的认知方面因素是在讲座和报告上无法体现的，诸如“个人在工作情境中的真实表现，个人对工作方式和企业文化的实际认同，个人在职业生涯中的实际修正等等，况且就是在实际的职业探索中这些因素也是不断变化的。”[2]所以说，讲座和报告本身能达到的作用、能解决的问题是有限的，职业生涯规划是必须要以实际职业经历和职业能力来塑造的，职业生涯规划和职业潜力开发等过程是无法通过理论来速成的。认识误区三：职业生涯规划是高年级才考虑的事。

很多大学新生都认为，大一大二就进行职业生涯规划言之过早。的确，大学生的职业生涯一般都是在大四毕业后才开始的，那这是否就说明了大一大二和职业生涯规划没有关系呢？首先，我们都知道，职业选择与专业是紧密相连的。然而大学生在高考填报专业时，由于种种原因造成选择的专业与兴趣错位，而这个错位的弥补只能由上大学后的大一大二来纠正和确定。所以，大学生要在大一大二时通过实际的专业学习和探索来发现并选择自己喜欢和适合的专业，然后去深入学习这个专业（这里所选定的专业往往不一定是自己所学的专业），最大限度精通自己所喜欢和选择专业的一个细分领域。其次，学生上大学很大一部分是为了选择一份好职业，而当意识到职业选择时就已经客观上产生了职业生涯规划的需要，这个时间是完全可以由升入大学的大一开始。所以说，如果你深谋远虑，未雨绸缪，那你就应该在大一时规划你的职业生涯，安排大学生活。

三、大学生如何做职业生涯规划

1.准确的自我定位

任何一个具体的职业岗位，都要求从事这一职业的人具备特定的条件，并不是任何一个人都能适应任何一项职业的，这就产生了职业对人的选择，于是就要求大学生必须准确定位自我。一方面，大学生可以根据科学方法，如借助职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价来认识自我、了解自我，清楚自己的职业兴趣、能力、特征，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。另一方面大学生可以多参加实践活动，如参加暑期“三下乡”社会实践活动、志愿服务活动、校园创业活动等，这些实践活动不仅能够锻炼大学生的能力，还能使大学生在活动中发掘自身潜在的优势资源，进一步认识自身的个性特质。总之，自我定位时要客观、冷静，不能以点带面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免职业生涯规划中的盲目性，做到规划设计高度适宜。

2.清晰的职业定位

职业生涯规划时除了要准确定位自我，职业定位也十分重要，它就是职业生涯的“镜子和尺子”。大学生可以通过社会兼职、实习，或者参加校园招聘会等形式，了解某项职业所需要的职业素质要求和非职业素质要求，了解所需要的一般能力和特殊职业能力，以及该职业人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等等。大学生也可以通过社会调查，听专业人士的讲座等了解目标职业的现状和发展前景，深入了解职业环境、了解各行业竞争发展机会、了解目标行业或机构的人才、资本、服务等。这样才能够对最适合自己的行业和目标进行合理化分析，提炼出进入这一行业或机构所需的要素。

3．有效的行动措施

有了准确的定位和良好的目标，如果没有切实的行动计划做保障，那一切都是空谈。因此在实践中，不仅要制订详尽可行的计划，而且要落实目标的具体行动措施。这个行动措施主要包括教育、培训、实践等方面的措施。它有两方面的内容，一方面是直接的措施，也就是为实现职业生涯规划目标所需要具备哪些知识，掌握哪些技能，开发哪些潜能等；另一方面是间接的措施，通过哪些方式和渠道提高自己，也就是为了保障职业生涯规划目标的实现而需要去做的事情。这些“行动措施”是职业生涯自我规划能否顺利实施并实现目标的关键。这些具体且可行性较强的行动方案会帮助你一步一步走向成功，实现目标。

总之，面对越来越严峻的就业形势，大学生要想在就业时脱颖而出，必须要做好自己的职业生涯规划。然而职业生涯规划是一项长期而复杂的工程，大学生要想建立科学、清晰的职业生涯规划，一定要有韧性，有耐心，并为之付出辛勤的汗水。这样才能在未来职场这个大舞台上演奏出自己美妙的乐章。

参考文献

[1]徐昶斌．职业生涯规划在大学生就业指导中的应用初探[j].惠州学院学报，2024(5).

**大学生职业规划论文篇九**

教师职业生涯规划对教师适应教育工作、减少职业倦怠、推动专业发展具有十分重要的意义。在实践中，教师要正确认识自己的职业角色，做好自我评价，明确发展目标，制定职业生涯规划，而学校则要为教师职业生涯规划的落实创造良好的氛围。

近些年来，对大学生的职业生涯规划进行指导已成为众多教育机构及教育工作者热衷于探讨与研究的问题，这无疑会推动大学生就业工作的顺利开展。然而，在学校教育工作中，教师也在接受教育，他们与学生一样属于发展中的个体，特别是当今处于教育改革背景下的教师，将面临更多的成长压力。“机遇从来只青睐有准备的头脑”。制定有效的职业生涯规划可以使教师更好地利用教育改革的契机实现自己专业发展的目标。

职业生涯指一个人终身职业经历的模式。职业经历包括职位、工作经验和任务，受到价值观、需求与情感的影响。教师的职业生涯是与教师在学校教书育人的一系列职业经历相关联的模式，如在学校的从教经历、教研活动与教学经验的丰富、教育理想与愿望的实现以及得到学生与社会的认可与尊重等。

职业生涯规划简称生涯规划，又称为职业生涯设计，是指个人与组织相结合，在对职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

苏格拉底说：“当我们为奢侈的生活而疲于奔波的时候，幸福和生活已经离我们越来越远了。做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。”作为刚刚上岗的新教师，做起学问来确实感觉永远也不能知足似的。要学的东西太多太多，面对一次次突如其来的考验总会让我措手不及，甚至力不从心。刚迈上讲坛的我心里清楚自己想成为一位优秀的教师，一定要让自己不断地发展，不断地进步。为此，我觉得为自己设计一个三年的人生发展规划是必要的，也是特别重要的。具体如下：

一、个人现状分析：

(一)优势分析：一开始工作就让我与一年级的孩子一起学习，孩子们那天真单纯的眼神，那似有若无的认真，那时常只想靠你近一点的亲切都是我喜欢我渴望的自然。我态度比较认真，工作负责，乐于学习，喜于探索，勤于反思。

(二)劣势分析：对小学英语教学经验和班主任工作经验比较缺乏;个人的基本功还要不断发展与提高。具体可以从这样几个方面来看：

(1)研究教材的能力还不够，不能准确地与文本对话，挖掘适合儿童的东西，不能结合学生的具体情况进行备课。

(2)教学实践经验不足，如提问技巧、过渡语言、评价语言、应便能力等还需要好好加强训练。

(3)教学研究能力较薄弱，不能把自己平时教学中遇到的问题转化为文字，不善于总结、积累经验。

(4)专业书籍及教育教学书籍读的较少，实践与理论常常不能对应起来学习，以后要多多加强阅读的数量和质量。

**大学生职业规划论文篇十**

摘要：

随着市场经济快速发展，高校扩张，大学生面临严重的就业压力，如何提高大学生就业竞争力，是摆在高校乃至全社会面前的重大课题。因此，高校应结合社会现实，学生实际，认真做好大学生职业规划。该文试从大学生职业规划的含义和现状出发，重点阐述了大学生就业指导的认知定位，并在此基础上，提出了提高高校就业指导水平的策略。

关键词：

大学生职业规划就业指导

随着高校扩招，我国的高等教育从精英化向大众化转变，大学毕业生人数增多，而近年来全球大环境下的经济形势变化，使大学生就业形势愈发严峻，人才供需矛盾更为突出。因此，为增强大学生综合能力，提高大学生就业率，高校需要认真做好大学生职业规划与就业指导。大学生职业规划不仅存于理论方面，更多的是需要在对大学生职业性格、职业能力进行科学合理评价的基础上，结合大学生个体差异、性格特征等方面有针对性地开展职业规划教育，增强大学生的职业素养，提高大学生的就业能力。

1、大学生职业生涯规划的现状

1.1大学生职业生涯规划的基本含义

职业生涯规划，就是对个人的职业生涯进行的规划，指对一个人的性格、兴趣、技能和价值观等各方面因素进行分析，结合社会各种职业需求，确定自身的职业分动目标，并为实现该目标而制定的各种安排、规划。职业规划不仅仅停留在理论层面，它对整个社会、家庭和大学生都具有重要意义，大学生应当根据自身实际情况制定科学合理的职业生涯发展规划。

1.2大学生职业生涯规划的现状

随着我国经济的快速发展，近年来，在社会上也应运而生了一些专门从事职业生涯规划的服务机构，但是由于创立时间不长，理论与实际结合不足，缺乏经验等各种原因，在实践发展过程中，往往会出现一些不适应的现象。职业生涯规划服务机构作为一个新兴行业，在我国从事这类服务的机构和专业人员比较少，无法满足市场需求，因此，大学生的职业生涯规划的指导和服务，主要是依托高校内部的机构和部门展开的。

同时，为了更好地对大学生进行就业指导，我国高校大多设立了大学生就业指导中心，但其主要功能都是为大学应届毕业生进行就业临时指导，较难做到“量体裁衣、系统规划”，有些学校缺乏专门的指导老师，通过学校行政人员进行简单粗放式管理。从内容上来看，一些就业指导中心实际上的主要工作就是解答毕业就业合同的相关问题和就业政策咨询，很少会开设针对性较强的就业指导课程，对学生的就业起到就业管理与服务工作为主，较少指导作用。尽管近年来许多高校逐渐重视学生的就业指导，但很多还处于起步阶段，因此，各高校必须加强职业生涯规划观念，并成为大学生教育的必备内容，而不是仅仅针对毕业班学生进行管理与服务而已。

大学阶段是职业生涯规划的准备阶段，也是职业生涯规划的重要初始阶段，这一阶段的主要任务是制定大学生的职业生涯规划并为未来从事某种职业打下基础，也就是说，大学生应当在大学期间就制定职业生涯的发展规划。但由于各种原因，如大学生对自身情况认识不足，实际工作中高校就业指导出现了一些定位偏颇，没有发挥好自身引导作用的情况，没有做好职业规划准备，使得许多大学生没有制定职业生涯发展规划，在面临毕业时，迫于社会、家庭等各方面的压力，而随大流、听家长或被迫选择了不喜欢或不擅长的工作，这是近年来出现的部分大学生在毕业较短时间内就进行了二次择业现象的原因之一。进一步来看，大学生没有做好职业生涯规划，对职业抱着走一步看一步的心理，这样不仅造成大学生就业目标不明确，也影响了大学生的长远发展，因此，做好大学生职业生涯规划，不仅是学生自己的事情，也是高校素质教育面临的重大课题。

2、大学生就业指导的认知定位

大学生择业是社会普通关注的问题，就业指导是一项复杂的综合性工作，需要根据大学生自身的性格、兴趣、能力、价值观以及外部社会环境等各方面因素综合判断。

2.1大学生就业指导的目的

大学生就业指导应当贯穿于整个大学阶段，高校在指导过程中，要结合社会实际情况，在了解不同阶段学生的特征、性格、爱好等方面的基础上，帮助学生制定行之有效的职业生涯规划，并在规划基础上，增强今后职业能力和职业素能，因此，大学生就业指导的目的是根据各种主客观因素，结合个体差异、爱好、能力等因素，指导学生制定科学合理的职业生涯发展规划，并帮助和服务学生逐步实现。

2.2大学生就业指导的本质

大学生刚从中学期间进入大学校园，对社会充满好奇，自我意识还不成熟，对今后职业方向还不明确，但大学时期是进入社会的预备阶段，从全国范围来看大部分大学生毕业后都会直接进入社会工作，然而，由于大学生职业意识观念不强，容易受到外界影响，因此，高校必须对大学生进行就业指导，其就业指导的本质在于培养大学生的职业意识和职业荣誉感，帮助大学生做好职前准备工作，使其在进入社会参加工作前，具备一定的职业技能和职业素质。因此，为了更好地做好大学生职业规划，必须结合社会职业需求实际和学生自身特征，进行有针对性地就业指导，帮助学生判定自己的职业就业方向。

2.3大学生就业指导的原则

大学生就业指导的原则主要有系统性原则和整体性原则。大学生就业规划指导是一个系统性规划，贯穿于整个大学阶段，不仅是要指导学生制定职业生涯发展规划，还要帮助学生树立职业意识和职业观念;同时，大学生就业指导也是一个整体性规划，不是针对应届毕业生毕业时的临时指导，而是要将大学生就业指导列入大学教育体系规划中，针对不同年级的学生开展不同的就业指导。比如，针对大一新生，可结合新生入学教育的契机或大学生涯规划等课程，先了解大学生的性格特征，引导学生正确认识自己，培养他们的职业意识，帮助学生进行试探性的职业规划;针对二年级学生，可以重视拓宽专业学习领域，试探性确认职业目标;针对三年级学生，可以结合学生自身专业和性格、能力等因素，通过就业能力、求职技巧提升等课程，培养学生的就业优势及就业的社会适应性;针对四年级学生，可以通过就业政策讲解、就业技巧训练、实习调查等方式加强学生择业指导等。

3、提高高校就业指导水平的策略

就业指导是帮助大学生制定职业生涯发展规划，增强大学生就业能力的重要举措，也是高校素质教育的重要课题。

3.1开展终身教育，培养学生职业意识

职业规划是一项长期复杂的系统工作，其本质在于培养大学生的职业意识和职业观念，提升大学生的职业素养。高校在开展大学生就业指导时，需要结合社会主客观因素，职业需求，在了解学生个体差异、性格、能力等各方面基础上，帮助学生指导其制定行之有效的职业发展规划，并在此基础上提升大学生职业能力。大学生职业规划贯穿于整个大学阶段，高校要开展各种形式的就业指导工作，利用大学课堂、专题讲座、调查实习等方式开展个性化指导。近年来，我国经济形势变化，就业压力愈发增大，因而高校引导学生树立正确的职业观念和职业意识，帮助学生摒弃不良的职业观念显得尤为重要。

3.2加强职业测评，提高职业规划的科学化水平

大学生是职业规划的主体也是职业发展的实践者，然而由于每个人的性格、兴趣、能力等有所不同，对大学生的职业规划指导也不能一概而论，需要结合每个大学生的个体差异，有针对性地制定职业生涯发展规划。这就要求高校的就业指导工作者要充分掌握各种职业评估方式和测评工具，借助其准确把握大学生的各种特征，针对大学生的实际情况，制定科学合理的职业发展规划，增强高校职业指导的科学化水平。

3.3开展就业信息库建设，提高职业规划的社会化程度

近几十年的教育发展，我国高校已初步形成以政策指导、就业咨询服务为主要形式，校园招聘、个别就业指导为主要方式的职业就业指导模式，但随着社会的快速发展，传统就业指导模式已不再适应高校教育的发展。部分大学生已对传统就业指导模式和教学方式的满意度有所下滑。目前高校在就业指导机构和指导人才方面的专业度仍有较大的提升空间，可以进一步将大学生就业指导纳入高校素质教育体系中来，而非零星地对部分学生进行指导，形成更加系统科学的指导模式，针对性就业指导不够。因此，高校应结合社会职业供需实际，结合高校自身情况，在了解学生特征、职业意愿和能力等基础上，辅以科学的测评技术和测评方式，对学生的职业生涯进行科学合理地指导和规划，帮助学生正确认识自身特点和能力，增强学生的职业意识，提升大学生的职业能力和职业素养。高校需开展就业信息库建设，针对不同年龄、不同性格的学生制定行之有效的就业信息库，努力提高高校学生就业率和就业质量。同时，在信息库内容结构上，还需包含对就业市场进行正确的预判，畅通就业信息渠道，与就业市场和各类企业建立相互衔接的就业服务机制。只有这样，才能更好地为大学生制定科学合理的职业生涯规划，增强大学生职业意识，提高大学生就业技能，为大学生择业提供更广阔的选择空间。

参考文献

[1]胡雪飞.我国高等教育中的职业生涯设计[j].社科纵横，2024(4)：120.

[2]罗双平.积极行动：实现职业生涯规划的途径[j].中国青年研究，2024(8)：43.

[3]苟萍，丁伟.高等院校开展学生职业生涯设计初探[j].中国流通经济，2024(增)：23.

[4]刘更生.新形势下大学毕业生思想政治教育的三点思考[j].齐齐哈尔师范高等专科学校学报，2024(4).

[5]罗双平.青年职业生涯规划的基本步骤[j].中国青年研究，2024(8)：25.

**大学生职业规划论文篇十一**

俗话说：行行都出状元郎。当今社会竞争日益激烈，各类人才如雨后春笋般破土而出，在综错复杂的社会里生存和发展是最为简单的两个目标，可是终极命运却有天壤之别，更多的事物不再只是偶然，更多的是必然。随着大学生普遍化和综合素质的不断提高，让我们在校生有种危机感和紧迫意识，怎样在立足于社会的同时能创造出必须价值是每个人生必须思考的现实问题。在行动之前的准备工作和事物正常发展同等重要，任何人都赞成想好了在做比不想就做或边想边做要更切实际。每个人对未知的命运都期待关注，当听到这个活动时，就觉得是个严肃的人生话题，平静的内心又起波澜，反省的机会再次降临。鉴于此也觉得走好人生第一步也至关重要。

“正确认识你自我”

1.自我描述（1）兴趣爱好：看书、写作、音乐、运动等等

2.职业兴趣：喜欢从事多变的职业，排斥只做一件事。例如从政、作家、经商等，只要是能有所建树的事情都是比较感兴趣的职业。能胜任的工作期望是管理，可是需要时间和机遇。

3.价值定位：虽然金钱不是万能的，但没有金钱也是万万不能的。自身价值的体现很大程度取决于你拥有的物质财富，这是人生的第一个追求，当得到时就应当有兼济天下的胸怀，成功转型。对于刚从大学走出社会来说，第一步就是能够立足社会，同时建立可靠人脉和社会经验，在条件允许的情景下，能够有一笔储蓄，当做以后的创业资本。我一向相信，其实每个人都是人才，关键是需要创造机遇去培养，很多时候能改变我们自我的不是别人，就是你自我。

“当我没有本事去改变环境时，要适应环境，改变自我”

我的家庭条件不梦想，父母的期望就是多学知识去改变家庭现状。说实在的在大学期间真的没有学到什么，这与个人意志和学习氛围有关。所以不打算继续深造专业，寻求别的梦想职业，只要能创造人生的一个制高点即可。

当今社会，政策开放，无处不充满商机，同样有人群的地方就有他们需要的财富，社会依然残酷和竞争，有作为的人大都摸索出了社会发展的潜在规律，并结合一些实际情景具体执行而已。

“有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴”

很多梦想和志向像流水一样消失在现实长河里，以往立志当警察、教师、作家、哲学家，但在现实的考验下都荡然无存。此刻呢？最合实际的职业是销售和物流。

残酷的现实就是一个弱肉强食的社会，适者生存永远是自然界的不变法则。所以选择一个能锻炼自我的企业部门，学些真本领比一味的追求物质财富走的更远更长久。

“期望本是无所谓有，无所谓无的，正如这地上的路，其实地上式没有路的，走的人多了也便成了路。”

人生的路，是走出来的`，历史，是人写出来的。人的每个历程都在抒写着自我的历史。所以，针对自我的实际情景给自我做个合理的规划。

（1）大学期间。含蓄的说就是不求有功，但求无过，能够顺利毕业就好，剩下的时间能够多了解社会，学些实用性强的知识，尽管学业不梦想，但还是应当每一天提高点，相信不管学什么，总有一天用的上的，只是时间的问题了。

（2）毕业三年。这个时候人生第一份工作应当定位下来了，能够熟悉自我工作的业务和处事本事，也积累了一点财富。等到自我性格成熟稳重，各方面条件具备后应当进取规划下一个人生目标。

（3）30岁之前。这是人生黄金时段，已经确定了自我的未来十年奋斗目标，就是能开个公司，逐渐扩大市场占有率，以良好的人脉和可靠的品德赢的财富。

（4）50岁之前。当自我的公司规模壮大了，在社会上有必须的影响力后，我会尝试成功转型，从商业到参政，因为企业的管理在官场上也有用武之地，这个年龄段已经饱经沧桑，看淡红尘，凭借扎实的为人处事的基本功，定有一番建树。

术发展迅速、人才流动加快的今日，就业单位与职业岗位发生变化是很正常的。如果时间充分利用，会有很多时间发展业余爱好，甚至能够身兼数职，但这些需要良好的环境和学习心态，同时应注意主次轻重，循序渐进的过程。

我的职业生涯规划在此就告一段落了，具体的细节靠的是平日里去注意，始终为人生目标奋斗不息。凡事心中有杆秤，其实成功捷径，只可是不要走冤枉路就好了，人生每一步走的稳妥点就已经足够了，更多的事需要时间，时间能证明一切。最终引用苏东坡的一句话：古之成大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。以此自勉。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn