# 2024年大学生职业生涯规划心得体会 大学生职业生涯规划心得(优质14篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-07-25

*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，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。大...*

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，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**大学生职业生涯规划心得体会篇一**

似乎是昨天，我们还在考场中，挥汗如雨，如今，我们已经踏上中南林这片沃土，在这里，我们学习了大学生职业发展与就业指导教程。

通过职业生涯规划，我学到了许多，也懂得了许多，还记得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，转眼间，我们便开始了职业生涯规划，使我深刻的认识到，进入大学学习是我们树立人生志向，扬起理想风帆的关键一步，是进行职业发展准备的重要阶段。在这样一个较高的职业发展乃至人生发展平台上，我们应正确把握当前毕就业形势与趋势，深入理解社会对人才的需求，主动参与职业发展的学习和实践活动，充分认识大学学业、生活与未来职业发展的关系，树立科学的事业观，以谋求在职业和就业中，找到发展自己事业的支撑点，为自己的精彩生涯铸就坚实基础。

岁月轮回，我该如何面对，我究竟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达到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发展，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发展！

机遇属于时刻准备着的人。因此，我们要时刻准备着，来面对新的机遇，勇于挑战，敢于创新，请相信我，天道酬勤，上天不会辜负努力的人。同时，我们要有团队协作精神，一个团队，它如果有高度的凝聚力，有生机的活力，将带动个人实现自我价值。因为要实现自我价值，光靠个人的摸爬滚打是远远不够的，还需要依靠他人、集体、乃至整个社会的帮助，团结进取，共同进步。

成功的人生需要正确的规划，合理规划自己的职业生涯，是每一个人迈向成功人生的第一步。

在职业发展的道路上，重要的不是你现在所处的位置，而是你迈出下一步的方向。

细节决定成败！

态度决定一切！

职业决定人生！

相信我们会在未来的就业选择和职业发展道路上披荆斩棘，勇往直前，实现自己的人生价值。

**大学生职业生涯规划心得体会篇二**

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。

坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

包容：从容维护尊严。面对未知的未来，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！

大学生职业生涯规划心得体会

大学生职业生涯规划课后心得体会

大学生职业生涯规划方案

大学生职业生涯规划【热】

【荐】大学生职业生涯规划

【热门】大学生职业生涯规划

大学生职业生涯规划设计

大学生职业生涯规划【荐】

【热】大学生职业生涯规划

大学生职业生涯规划【推荐】

**大学生职业生涯规划心得体会篇三**

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我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

**大学生职业生涯规划心得体会篇四**

本人是专插本学生，在应聘方面也是较有体会的，在面试过程中我觉得临场的表现也是非常重要的，第一、要注意举止有度。注意仪表注意动作，在面试过程中不要东摸摸西摸摸或东张西望，坐有坐姿，战有站姿。第二，要注意语言的运用。普通话是人与人之间沟通的语言，含糊不清或是咬字不清都会在一定程度上影响交流。在面试过程中不仅要做到回答清晰，而且要注意语言的运用，在适当的场合运用适当的语言，这也是在面试过程中特别注意的问题。第三，注意沟通的方式。在面试的过程中，应注意要用眼神和主考官交流而不是一味的背诵自己一早准备好的稿子，更应注意自己的身体语言，尽量显得精炼、有活力。

“物竞天择，适者生存”，只有我们去适应现在就业的激烈竞争现状并对现状做出改变和做好迎接挑战的准备才能更好的生存下去。虽然面对的挑战有很多，而且很严峻，但是只要我能认真对待并积极迎接挑战，我就能在狂风暴雨中站得更稳，走得更远。相信自己在做好就业的准备工作后，会找到一份称心如意的工作。

**大学生职业生涯规划心得体会篇五**

平心而论，很荣幸能够成为河南财经政法大学的一份子，在大三即将结束的日子里，更是清晰地认识到作为一名大学生应该认真规划职业生涯。正是因为再有两年的时间就要面临就业问题，大学期间规划自己的职业生涯已经成为一个迫切的任务。

人无本不可立，人无志不可活。我认为在毕业之前，专业知识对每一位学子都是必须掌握的，这个要求不仅仅是简单的学习，而是融会贯通，术业有专攻。专业性，学术性，研究性，也是有助于约束学习之人严格把握学习方向。注重学术课题的研究，加强专业技能的学习与交流，实践，尤其将来在会计领域工作的人而言，那么平时就是要注意养成严谨，细致，一丝不苟的态度。“性格决定命运，态度决定一切。”会计知识掌握程度的深浅，一方面是实际工作实践的运用，另一方面是会计职称的高低。若想两者兼顾，则离不开刻苦，耐劳的心理素质。就个人的追求而言，职称获取的高低必然不一致，我对自己的指定的目标是取得高级会计职称，因此这个过程，不言而喻，是漫长而又精心的，是考验耐力和进取意识的，正是树立这样的目标，才孜孜不倦的学习。在竞争日益激烈的社会，学会生存是我们毕业生面临的问题，专业素养和知识恰好为寻找解决途径奠定了坚实的基础，进一步允许我们长袖善舞，扬长避短。

其次，在知识经济时代，人才之间的竞争，其核心是人的综合素质的竞争。大学生的综合素质通常包括思想道德素质、文化素质、专业素质和身体、心理素质。在思想道德素质中，当然包含着职业道德素质。在新的形势下，高等院校必须从学生思想实际出发，按照行业、企业、社会对高素质劳动者的要求，充分认识职业道德教育对学生成才、成长的作用，构建以职业道德为核心的高职院校思想政治教育新模式，为社会培养合格的社会主义建设者和接班人。尤为者甚，会计人员职业道德是其从业的基准，不可逃避，不可忽视，不可敷衍，明确什么可为，什么不可为。爱岗敬业精神教育，热爱和崇敬自己选择的职业和岗位，按照职业岗位的要求认真负责地做好工作。职业道德情感，是从业者个人对从事的职业活动内心所持的态度。它是受职业道德理想、信念制约着。一个大学毕业生只要养成了爱岗敬业的职业情感，就会对自己所从事的事业产生热爱，事业心和责任感也不断增强，对待工作兢兢业业，对业务精益求精，在平凡的岗位上创造一流的业绩。

另外，诚信教育，诚信作为社会公民道德规范，其基本内涵是诚实、不欺骗、遵守诺言。它是人的一种最重要的品德之一，是一个社会赖以生存和发展的重要条件。“人无信不立。”，固然诚信是职业道德的核内容，也是每个大学生应有的道德基础。加强大学生诚信教育，势在必行。高校要整合力量，完善体系，遵循规律，建立制度，形成长效机制，从而使学生逐渐养成崇高的诚信品质。职业纪律教育，随着现代社会分工的发展和专业化程度的增强，市场竞争日趋激烈，整个社会对从业人员职业纪律的要求越来越高。遵守职业纪律是职业道德的基本要求。每个企业都有一整套规章制度来规范、约束员工的行为，一个学生如果缺乏纪律观念，最终会因违反企业的规章制度而被企业淘汰出局。每个大学生都要走向社会，从事一定的职业，这要求大学生尽早必须了解和把握自己所从事的职业纪律和职业法律规范，明确自己所从事的职业应该遵循什么样的规则。

1．自身因素。会计是具有一定会计专业水平，经考核取得证书、可以接受当事人委托，承办有关审计、会计、咨询、税务等方面业务的人员，它客观要求从业者有细心、责任心和对数字比较敏感，而我是一个性格严谨、内向的人，有较强的责任感、有耐心，有一定的逻辑思维能力，擅长烦琐复杂的工作，这些都适于做会计，而且我对会计专业有着浓厚的兴趣。

2．家庭因素：我的父母完全的参与了我选择专业的过程，他们也认为我适合做会计，他们对于我能够胜任这方面的工作很有信心，我的亲戚中也有从事会计的，在这方面他们给予我一定的建议，使我对此有了进一步的了解，更加确定自己的决心要成为一名会计师，我的家人给予我的支持是我选择的动力。

3．就业前景：现今男女平等的思想依然没有在中国完全被接受，所以就业时女生在某些方面没有男生优势明显，这使得我们不得不更加认真的选择职业，会计的就业前景非常可观，它比较稳定，收入较高，工作不会特别忙，没有很多限制，工作时间较为灵活，属于自由职业者的一种。而且现在会计的需求量很大，专业性人才短缺，对于会计专业的学生来说，找到一份满意的工作相对容易做。

1．素质要求：会计人员需要有较好的数学功底，对数学能力要求较高，对数字的敏感度以及逻辑思维能力，经济学和管理学也是必要的课程，现在的会计主要是企业的管理会计，它的职责就是为企业处理帐目，为经营及投资提出建议，恰当评估企业资产，作出明确的会计报表，提供及时有效的信息，为企业的赢利目的服务。责任心是必要的，会计财务方面是企业的核心，会计人员有责任对企业情况有较为充分的了解，对企业提出合理的建议，帮助企业实现以最低成本实现最高收益。由于会计每天都要同数字打交道，严谨细心是基本素质，这样才能精准的处理好帐簿，保证信息准确无误。同时也要有较好的.人际交往能力与团队合作能力，这些都需要好好锻炼。

2．资格要求：做一名会计师是要通过严格考核并且颁发证书，证书对于一名会计来说是非常重要的，它们客观反映了你的能力，也能为你的薪酬提供保障。虽然不同地区考核方法有差异，但是会计正是被各处都认可的，它就相当于金饭碗了。目前国内的会计证分为初级、中级和高级会计师。国外在国际上比较有影响力的有：1．acca（英国特许公会会计师认证）2．aia（国际会计师专业资格证书）3．cga（加拿大注册会计师协会）4．cma（美国管理会计师认证考试）５．ascpa（澳大利亚注册会计师协会），对于我们想做会计的同学，如果可以考到其中一项的话，前途会非常不错，所以我也把它们作为我的目标。

1.大学期间：在大一下学期和大二上学期努力学习，掌握好基础知识，为大二下学期能考进会计班做充分准备，大三大四两年在保证学习成绩的基础上开始准备考研，目标是考取对外经贸大学或者中央财经大学的会计学研究生，进入会计专项更系统深入的学习。在此期间也要着重学好经济法、税法等考证科目，并且力争过英语六级。

2.研究生期间：专攻《会计》、《审计》、《财务成本管理》、《经济法》、《税法》，为考证作好准备，以考取acca（英国特许公会会计师认证）或aia（国际会计师专业资格证书）为目标。有精力的话会争取一下实习机会，积累实际经验，让自己能够毕业后能更快适应工作岗位。顺利完成学业得到硕士证书。

3.毕业后先找单位实习一段时间，锻炼自己，同时开始考证，等考到中级或高级会计师时，就会报名参加aia或acca的考试。经过几年的磨砺，我能够拥有会计证和实际工作经验，此时就会着手找一份满意的会计师工作，真正实现自己的职业理想。

良好的开始是成功的一半，只有确定自己的目标才能有前进的动力，坚定自己的职业理想，为达到它而持续不断的努力，秉承信念，顽强拼搏，乘风破浪，跨过一切艰难险阻，把汗水挥洒在成功的道路上，坚定脚步，我的未来不是梦。

最后，把职业道德教育和专业思想教育，人生观教育结合起来，全加强大学生职业素质的培养，树立崇高的职业理想，勤业、创业。学校方面，在具体措施上可采用专业介绍，所学专业的就业发展前景介绍，组织学生参观企业，请行业中有关认识做报告，师生座谈，学生写思想汇报等方式进行。提供便捷的途径加强大学生素质的培养。

人生观是人们在认识和评价人生目的、人生意义时所持的基本观点。科学的人生观是人生的指南，它制约着人的价值观，决定人们的职业道德观。改革开放以来，社会主义市场经济所带来的薪机制、薪思想、新观念强烈冲击着人们的传统意识和行为方式，使人们的人生观、价值观发生了很大的变化。有些学生认为：“革命太空理想太远，只有“大团结，最实惠”，“理想理想，有利就想，前途前途，有钱就图。”大学生树立科学的世界观、人生观，正确的职业价值观，合理的职业利益观，确立崇高的社会理想势在必行。同时，要注意培养大学生健康良好的心理品质，促使我们全面健康地发展。

正是这样的职业规划催生了我朝着目标不断前进的动力。或许它就是一道军令状，时刻提醒我不要误入歧途，而是完成每一次的自己超越。

**大学生职业生涯规划心得体会篇六**

俗话说“计划赶不上变化”，影响生涯规划的因素诸多，有的变化因素是可以预测的，而有的变化因素难以预测。在此状况下，要使生涯规划行之有效，就须不断地对生涯规划进行评估与修订，及时对自己的职业生涯规划进行评估反馈，在不断地调整完善过程中进步。确定适合自己的职业生涯规划，树立主体意识，化压力为动力，主动迎接变化与挑战，你走的弯路也就越好，你的机会也就越多。

**大学生职业生涯规划心得体会篇七**

刚听老师通知要上这门课的时候，大家都很疑惑。为什么我们这些刚刚踏入大学大门的新生要上这门课。当然，教务处提供的课程表上仅有的“就业指导”四个大字更让我们不知所以然，毕竟就业对我们来说还是比较遥远的事情。

在听过芮老师的这门课之后才知道，我们所学的这部分其实是职业生涯规划，是就业中必不可少的一部分。而在大一开设这门课，除为以后的真正的就业指导做准备外，更多的是让我们学会规划自己大学四年的生活，不让时间被浪费掉，有效充分的利用大学时间来有针对性的对就业而学好自己的专业，同时也可对自己重新作一番全面深刻的审视,剖析了自我特性,明确了人生定位,把握了发展方向，激发学习热情，对自我有一个崭新的认识。

人生是一个旅程,要想走好就必须有一张地图。古往今来无数航海家都是凭着他们的毅力和一张地图完成他们漫长而艰难的旅程。我们的人生路上要经历许多的风浪,就好比扬帆远航，如果盲目的在这片大海上飘荡,这样的远航永远都看不到彼岸美丽的风景。我们身边有无数的身影,在人群中徘徊,他们没有目标,只追求一时的满足。职业生涯规划,是我们实现自我人生价值的第一步,就如同为我们的人生画一张地图，让我们在将来的学习生活中有一个奋斗目标，然后向着这个方向,在这张地图的指引下,为实现目标而奋斗。

人的一生将面临三大抉择——求学、求职、求偶，其中求职是十分重要的。职业是人的生活重要组成部分，它影响着个人的整个事业发展，影响着个人的家庭幸福程度。它不仅是谋生的手段，它也应该给人们带来最大的精神满足。它不仅满足衣食住行的基本需求，而且满足个人潜能发挥自我价值的实现。职业生涯规划使我们了解只有对自己未来的职业进行完整地规划,才能找到一份好工作，不会被社会淘汰，在社会上有立足之地，才能实现我们的人生价值。

大学生职业生涯规划，就是在大学生明确自己兴趣、爱好的前提下，在认真分析个人性格特征的基础上，结合自己专业特长和知识结构，对将来从事工作所做的方向性的方案。大学生在走向社会前，将现实环境和长远规划相结合，给自己的职业生涯一个清晰的定位，是求职就业乃至将来职业升级的关键一环。

职业生涯活动将伴随我们的大半生，拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。因此，职业生涯规划具有特别重要的意义。首先，职业生涯规划有利于促进个人努力工作。其次，职业生涯规划有利于大学生提升就业竞争力。最后，职业生涯规划有利于激发个人潜能，增强个人实力。而要设计一个适合自己的职业生涯规划，就必须扬长避短，考虑自己的兴趣爱好、价值观念、人格特点、能力素质等方面的因素来设计自己的职业生涯规划。

像许多刚进大学的同学一样，我不知道自己想做什么、能做什么。我每天除了上课之外我不知道该干什么、怎样分配我的时间，我对自己的将来没有什么规划。我总是想船到桥头自然直，想那么多干嘛。但是自从上了职业生涯规划课程之后，我才知道自己是多么的愚蠢。智者创造机会,强者把握机会,弱者坐等机会。机会是给有准备的人的。我不能做一天和尚撞一天钟，浑浑噩噩、没有目标、方向的过日子，我应该有一个前行的领路人——理想，我应该树立远大的理想，有了理想我就会像在百米冲刺一样向着自己的目标努力的拼搏。我们大学生面临着工作就业压力,进行职业生涯规划设计能使我们更好地进入社会。

21世纪是一个变幻莫测的世纪,一个催人奋进的时代,有希望也有困惑,有机遇也有挑战。在这个高速发展的社会中,大学生已经越来越多,面临着各种各样的挑战。在这个充满竞争的社会中,怎样才能更好地立足呢？大学生职业生涯规划,使我对自己的未来有了一定的规划，使我有了一定的目标，而我也会在接下来的这三年里，努力学习专业知识，为实现这个目标打下坚实的基础。我相信有了目标的指导，今后我们在面对众多优秀的对手时,能够在竞争激烈的社会中立于不败之地，闯出一片属于自己的.天地。

**大学生职业生涯规划心得体会篇八**

所谓职业规划，是职业生涯规划的简称，就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、通道设计三部份内容。通常所说的职业生涯设计实际上是指对职业通道的设计。

我们都知道职业规划包括职业定位、目标设定、通道设计三部份内容，下面我就详细解释一下，这些理论如何具体应用在个人职业规划中:

1.职业定位

首先你先要明确目标：你希望做什么?例如：你喜欢销售行业，还是喜欢做什么?职业定位是进行职业规划的最关键步骤，它会影响你的整个职业规划进程。

2.目标设定

在完成了大体的职业定位后，要先制定一个短期的计划。例如：3年规划，由于一开始进入工作的时间相对较短，如果去应聘的话，估计基层员工的概率会比较大，但是如果你有计划，那么你朝一个目标去努力，就像是愚公移山一样，只要你朝一个目标去努力就会有积累，当积累到一定程度大家就看到了。

3.通道设计

所谓通道设计也就是计划的执行，你要通过什么样的途径来实现你的规划。重点是制定好计划后一定要认真的执行，不要朝令夕改，也不要制定了就放在哪里，要认真落实，贵在坚持!

**大学生职业生涯规划心得体会篇九**

我很高兴在大一就学习了职业生涯规划课，什么样的生涯是成功的？心之所安！是啊，心之所安，这个答案解开我这么久以来的困惑。

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，老师进行了很多科学的测试。我该如何面对，我究竟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达到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发展，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发展！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，打好基矗职业生涯规划，指的是一个人对其一生中所承担职务的相继历程的预期和计划，这个计划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贡献和成就期望。

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发展乃至人生发展平台上，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，主动参与职业发展的学习和实践活动，充分认识大学学业、生活与未来职业发展的关系，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基础。

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，基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顾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，我更坚定自己去兼职是必要的，为将来积累更多的经验，我也会在进行科学的自我测试后进行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：

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。

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”

面对未知的未来，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。

**大学生职业生涯规划心得体会篇十**

如今，社会有越来越多的就业渠道，所以我们么要有一定的抗干扰能力。干扰大学生正常求职的因素，目前还不少，如不正之风，设骗欺诈，信息泛滥等等，因此，大学生成功求职，还应具备抗干扰能力。抗干扰能力当中，最重要的有两项：一是能够较准备地鉴别信息的真伪，防止上当受骗；二是能够捕捉最佳决策时机，防止因脚踏两只、三只船等丧失最佳机遇。现在我们毕业生用的最多的就业渠道是网上投简历，当我们投简历成功后要有鉴别面试公司的真伪能力，如上网查查公司是不是真的存在或者实地去考查一下公司，或者去网上工商局查一下公司是否注册过，在做好鉴别信息的真伪准备工作后，我们才能安安心心的面试。

**大学生职业生涯规划心得体会篇十一**

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。

**大学生职业生涯规划心得体会篇十二**

3.职业目标定位：职业生涯目标是指人们对未来职业表现出来的一种强烈的追求和向往，是人们对未来职业生活的构想和规划，确立目标可以成为追求成功的驱动力，。因此在制定职业生涯规划时，关键是要确立好目标。

4.培养职业需要的实践能力：大学生的综合能力和知识面是用人单位选择大学生的依据。用人单位不仅考核其专业知识和技能，而且还考核其综合运用知识的能力、对环境的适应能力、对文化的整合能力和实际操作能力等。大学生进行职业生涯设计，除了构建自己合理的知识结构外，还具备从事本行业岗位的基本能力和某些专业能力。一般来说，大学生应重点培养满足社会需要的决策能力、创造能力、社交能力、实际操作能力、组织管理能力和自我发展的`终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

5.反馈修正：现实社会中种.种不确定因素的存在，会使我们与原来制订的职业生涯规划目标有所偏差，这就要求我们不断地反省并对规划的目标和行动方案，作出修正或调整，从而保证最终实现人生理想。从这个意义上说，反馈调整就是一个再认识、再发现的过程。

从现在开始做好职业生涯规划有利于我们从现在开始一点一滴做起，认识和弥补我们不足，发现和发展我们的长处，充分挖掘自身能力，为以后有一份美好职业和人生做好准备。

**大学生职业生涯规划心得体会篇十三**

正如我们听讲的这门课程一开始第一局话介绍的，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。

我想，所谓职业生涯，就是是一个人一生中所有与职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程，也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作理想的实现过程。简单的说，职业生涯就是一个人终生的工作经历。职业生涯开始于工作前的职业学习和培训，终止于退休。在学习这门课后，我觉得，一个人的职业生涯，跟他个人的职业生涯规划有着密切关系。

在网上看到过，职业生涯规划现在在国外很流行，很多人在自己很小的时候或者即将踏上社会的时候都会接受职业生涯的培训，选择一条适合自己的道路。但是在国内，这些目前还不是很重视，我们传统的思维抑制了我们选择自己将来人生道路的想法，被动的去接受喜欢或者不喜欢的职业，直到有一天或许我们会发现我们在这个岗位上一无是处、毫无兴趣的时候，我们可能已经失去了选择职业的激情，这就是中国的职业生涯现状，更多的是自由式的自主选择职业。系统的科学的职业生涯的规划目前还不是很普遍的被大家接受，但是不管是传统的职业生涯选择，还是现代的职业生涯规划，我想都不能脱离个人本身的一些特性。而开设的这门课，让我可以学习着认识自我，从而对自己的未来，自己的职业做下个准备，规划，进而去实施。

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。

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：从容维护尊严。

面对未知的未来，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!

**大学生职业生涯规划心得体会篇十四**

初进大学，觉得与想象中完全不一样，大学不是温室，不是游乐场，而是一个炼丹炉，每天睡的比高三还要晚，我曾经有段时间很压抑，但是因对未来还保有美好的憧憬，所以每天努力地调整自己，以适应和高中闷头学习完全不一样的生活模式，我希望自己能更专业化，更职业化，更社会化，更国际化，这一点我想我和萨老师不谋而合。我从萨老师的课上学到了很多很多，但我想对于我来说，学到的最重要的两点就是行动力和应变力。

我原本是一个不太喜欢描绘蓝图的人，没有什么特定的目标，就是把眼前的事情做好，这样一步一步走，即使对未来有什么想法，也是觉得我还没有什么资本去实现这个想法。可是在上完萨老师的课之后，我才发现自己错的有多么离谱。是的，我现在的确还没有足够的资本去实现我的目标，但是资本是需要积累的，人是需要历练的，没有行动，哪来的结果，坐等天上掉馅饼是不可能实现的事。我的不自信，皆因行动力的不足，人只有经过了一次次的历练，一次次的挑战才能对自己的实力和潜力有着最清晰的认识。

1职业生涯规划正是对实现自己人生目标的详细安排，小到每天要吃什么饭，看什么书，大到对职业方向的把握。每节课上萨老师都会鼓励我们去参加“挑战杯”、社会实践、讲课大赛、urtp、现场写作大赛诸如此类的对职业生涯有帮助的比赛，而我也相信萨老师，也想多锻炼自己，于是就报名参加了其中的urtp项目，下学期想参加现场写作大赛，希望会有个好成绩。同时，我也跨出了走向社会的第一步，作为一名英语翻译专业的学生，我在家乡联系了一家英文报社，准备寒假回去实习，一方面可以看看自己的专业知识程度怎么样，就近发表几篇文章，更重要的是锻炼自己与人交际的能力，为以后积累经验。

我自认为是个理性思维比较强的人，做事情很有条理，很严谨，但是我的缺点是我不是一个特别能交际的人。面对陌生人时，我还是有些拘谨，不知话该从何谈起。萨老师的课是一门很给力的课，给力在它的实践性很强，每节课都有案例分析和情景模拟，在一个个鲜活的例子中，我们学到的不是死板的理论知识，而是实用的操作办法，是新潮的语录，例如“细节是魔鬼”，“趴在地上做事”、“我要感动死你”。萨老师是一位经验特别丰富的老师，而当代大学生缺的就是经验，就是办法，就是灵活程度，所以我觉得大学里就是缺少这样的老师，缺少能告诉我们到底该怎么做的老师，而不是说教。

每次的案例分析或是情景模拟，我们都可以听到教室里因为上台同学的为难、拘谨而传来的阵阵善意的笑声。但是我每次在笑完之后，我都会反问自己，你能比她们做的更好么？如果是你，你该怎么做？萨老师的点评像一支利箭，正中红心，入木三分。正是在这样一次次的分析中，在一次次的反思中，我开始比原来更注意细节，更懂得如何与人交往，如何做一个有职业性、有社会性和国际性的人。现在回过头来想想，半年之后的我真的比半年之前的我成熟多了，褪去了原来的那一份青涩，多了一丝睿智和灵活，虽然现在的我还是看起来不像个职业人，但是我相信在萨老师的指导下，终有一天，我会成为一个完完全全的合格的有职业素养的人。

2我是一个绝对的以兴趣为导向的人，对我来说做一个自己不喜欢的工作是件痛苦的事情。那如何找到最适合自己的，同时对此有浓厚兴趣的工作呢？这一切的疑惑将我引到了职业规划的面前。与其在进入职场后叹息迷茫，不如现在进行职业规划的探索。职业规划是要依据个人的特殊情况、特殊才能，考虑社会背景等多方面主客观因素，结合职业发展的阶段，提出相应的发展目标、拟定实现目标的工作和教育的一个综合体系。做一个适合自己的、合乎现实的职业规划，不仅能帮助我们学生在进入职场时省时省力，还能帮助我们能健康发展职业能力。在大学阶段，为自己规划一条职业之路是很有帮助的。

我是学习工程造价专业，英语水平可以，能流利沟通；造价专业扎实，略通经贸知识；具有较强的人际沟通能力；思维敏捷，表达较流畅；在大学期间担任学生干部，有较强的组织协调能力；有很强的学习能力。很有热情为自己的将来奋斗。

（1）学历目标：大专毕业（时刻还有为自己\"充电\"）。

（2）方向：企业高级管理人员建立自己的公司（建筑）

1、社会一般环境

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

2、建筑职业特殊社会环境

由于中国的建筑科学发展较晚，建筑知识大部分源于国外，中国的建筑管理还有许多不完善的地方。中国急需建筑人才，尤其是经过系统培训的高级建筑人才。因此企业建筑职业市场较为广阔。

大一学期：为试探期和定向期：首先要适应由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求；其次，要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯规划设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职3业认识方面可以向高年级学生尤其是即将毕业的毕业生询问就业情况；积极参加各种各样的社团活动，增加交流技巧；在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语、计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的.最基本技能；要初步了解职业，提高人际沟通能力。虽然感觉大一的学习任务不重，但应多参加学校活动，增加交流技巧。在定向期，应考虑未来是否深造或就业，通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的能力，同时检验自己的知识技能；提高自己的责任感，主动性和受挫能力，并开始有选择地辅修其他专业的知识来填充自己。

大二学期：为准备期。加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道，并确定自己是否要升本或考研。要积极锻炼自己得到独立解决问题的能力和创造性；积极常识并加入校友网络，了解往年的求职情况。

大三学期：为分化期（冲刺就业）：目标应锁定在工作申请及成功就业上。这时可先对前两年的准备做一个总结：首先检验自己已确立的职业目标是否明确，前两年的准备是否充分；然后开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备；最后，预习或模拟面试。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。在撰写毕业论文的时，可大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力和创造性。另外，要重视实习机会，通过实习从宏观上了解单位的工作方式、运转模式、工作流程，从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范，为正式走上工作岗位奠定良好的基础。

（1）目标分解：目标可分解成两个大的目标——一个是顺利毕业，一个是成为一个有一家公司的建筑方面的技术人员。

对于第一个目标，又可分解为把专业课学好和把选修课学好，以便修完足够的学分，顺利毕业。接下来，还可以细分：在专业课程中，如何学好每一门课程（精通一两门自己喜欢的课，如建筑力学）；在选修课程中，需要选择哪些课程，如何才能学得更好。

4对于第二目标，又可分解为接触社会阶段，了解市场阶段、熟悉公司运营阶段。接下来，还可以细分：在接触社会阶段，要采用什么办法，和哪些公司保持联系，如何锻炼自己……。

（2）组合目标：顺利毕业的前提是学好专业课程，而专业课程的学习则对职业目标（成为一个有一家公司的建筑方面的技术人员）有促进作用。

我的成功标准的个人事物、职业生涯、家庭生活的协调发展。

只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（特别是收入目标）我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

为了家庭牺牲职业目标的实现，我不这样认为，在30所以之前能够拥有自己的家庭就ok了。

当今社会处在变革的时代，到处充满着激烈的竞争。物竞天择，适者生存。职业活动的竞争非常突出，尤其是我国加入wto后。要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地，必须设计好自己的职业生涯规划。这样才能做到心中有数，不打无准备之仗。而不少应届大学毕业生不是首先坐下来做好自己的职业生涯规划，而是拿着简历与求职书到处乱跑，总想会撞到好运气找到好工作。结果是浪费了大量的时间、精力与资金，到头来感叹招聘单位是有眼无珠，不能“慧眼识英雄”，叹息自己英雄无用武之地。这部分大学毕业生总认为找到理想的工作学识、业绩、耐心、关系、口才等条件，认为职业生涯规划纯属纸上谈兵，简直是耽误时间，有那时间还不如多跑两家招聘单位。这是一种错误的理念，实际上未雨绸缪，磨刀不误砍柴工，有了清晰的认识与明确的目标之后再把求职活动付诸实践，这样的效果要好得多，也更经济、更科学。

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自己的职业锚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。

结束语：

5通过对职业自我的分析和职业信息的搜索，我对自己、对职业有了一个初步的了解。通过将职业自我和职业信息的匹配，我初步判断出自己的优势领域和合适的工作方向。进一步规划，让我对适合自己的行业和公司类型有了了解。思索自己的职业环境要求和职业目标计划，让我对职业有了一个细致的描绘。现在我比较清晰的理清了自己的职业系统，进行了相应的职业规划，拨开迷雾，第一次清晰地看到了自己的职业之路。但是我也了解现实变化很多，不可能完全按照自己的职业规划进行，所以我有了心理准备，面对不同的情况适时调整职业规划的细节，长期目标是明晰的，职业自我系统是明确的。我会有原则的根据现实实施自己的职业规划。

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