

# 最新大学生职业生涯规划调整评估(通用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 大学生职业生涯规划调整评估篇一

卢梭说过，选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来，只有有了明确的目标，才会激励人们努力奋斗，并积极创造条件实现目标。

经过两年的学习，我们现在面临了一个问题——毕业，意味着我们离开求学知识的殿堂，开始步入社会寻求职业。因此，现在规划好今后的发展目标尤为重要，职业生涯设计是一种人生的设计，也是命运的设计。大一的一年了解专业知识，熟悉环境，明确目标，适应大学生活，大一的目标实现了，拿到了一次国家励志助学金，学院优秀团员，大二应坚持自己的目标，为以后能快速的找到适合自己的工作而努力。同时由于自己各个方面的事，现在对大一的职业生涯规划做一下评估与调整。

专业技能：经过两年的学习，知识的汲取，各种证书的获得，使我变得成熟与稳重，从企业需要的人才来看，企业需求的有四方面的人才，专家型，技术型，决策型，管理型。从我自身的角度来看，我没有较高的学历。

也就代表着我没有较深的理论技术，随着长时间的接触专业，可能会成为一名专家型人才，但是，并不代表我现在是，决策型我们不是公司的高层，也不能成为我们的目标，可能在今后的工作中我们可以朝着那个目标前进，但是我们一定要

认清自己的发展方向与自身的情况。

所以我决定在技术性和管理型上发展。而且，随着就业压力的增加，我们不单单面对着我们要学好自己的专业知识，因为技术是你在企业的立足之本，还要在你学好自己知识的同时学习管理方面的知识，我们不能确定我们所学的专业就不会在以后的发展中淘汰，现在企业最缺乏的是管理型和营销方面的人才。我们学的是材料成型与控制技术，我们面临的是钢厂，钢厂的企业，要的是利润，同时还要节能减排，就需要我们有更多的能力，我们才能在企业中更好的发展，所以我在这学期开始报了会计班，想拥有一份除了专业以外的能力。

职业目标评估：

1、假如在公司内一直不被其中，一直被排挤，我们刚刚开始工作，好的报酬并不代表今后有一个好的发展环境和成长空间，我们现在至工作三年的任务不是为了挣钱而去工作我们是为了学习更多的知识，只有我们现在又更多的知识我们才能看清一个企业的发展前景和自己的发展目标。我们在学校学习的都是理论知识很少和实践相结合，所以，我们在以后的工作中要学会更多的实践知识，为我们的以后发展打下基础。然后我将重新选择公司。

2、假如公司在后期福利不好，或者工资水平与其他同等公司差距

悬殊时，我会选择离开公司，寻求新的公司。

3、假如公司倒闭，我会提前选好新的公司做准备，并且随时安排好自己以后的工作方向，至到公司结束运营后再到新的公司面试就职。

职业路径评估：

2、在工作初期，假如我发现我并不适合从事轧钢工作，我会考虑走管理方面还有会计财务方面发展方向。

3、在工作中期时，假如我发现我并不适合从事轧钢工作，争取机会，我会进一步提高自己在轧钢方面的知识，会考虑靠去钢铁方面的研究生。

4、在工作后期是，如果发现我并不适合从事高层技术管理工作，我会选择提前退休，或者到新的公司就职。

实施策略评估：

1、如果短期内工作过于劳累或者压力偏大时，过后我会选择请假，到外地散心修养

2、如果长时间处于过度劳累或者压力过大时，我会选择其他公司。其他因素评估

1、假如身体出现重大疾病时，我会选择辞职，带调理好身体之后，再度就业。

2、假如家庭发生重大变故，如需要大量资金时，我会酌情选择工资较高的工资就职或者是抵押贷款；如需要长时间陪伴家庭时，我会选择辞职，陪伴家庭度过难关。

3、经济状况不足以维持整个家庭的开支时，我会尽量缩减开支，同时寻找第二份职业填补家用。

计划往往赶不上变化，这要求我要做好职业目标的评估和调整，及时了解情况的变化，通过对实际情况和目标的实现程度分析，做好职业目标的考核，修改和调整，重新制定适合自身发展的职业目标，确保可行性，才能完成职业目标的实现。一般情况下，我会一年做一次评估规划，并在年头制定该年具体计划，并逐月修订，将具体计划按照年月周细分，

并做好总结工作。积极修正和合核查策略和计划，保证目标有效实施。

在特殊情况下，例如职位变更或者职业变更时期，我会随时评估并进行相应调整，我会酌情缩短规划周期，做到事事有计划。

## 1、成功标准

我的成功标准是个人事务、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(特别是经济目标)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。

## 2、差距

a.从事钢铁企业的经验和与同事之间的协调配合;b.作为技术人员所必备的专业理论知识、创新能力;c.身体适应能力有差距。

d.社交圈太窄。

## 3、缩小差距的方法

### a.教育培训方法

(1)充分利用在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等。

(2)充分利用公司给员工提供的培训机会，争取更多的培训机会。

### b.讨论交流方法

(1)在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。

(2)在工作中积极与直接上司沟通、加深了解;利用校友众多的优势，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

### c.实践锻炼方法

(1)锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2)养成良好的锻炼、饮食、生活习惯。每天保证睡眠6-8小时，每周锻炼三次以上。

(3)充分利用自身的工作条件扩大社交圈、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，不论身份贵贱和亲疏程度。

## 大学生职业生涯规划调整评估篇二

上图是我在八种职业价值观中的得分，其中得分的三种是能反映我进行职业选择时首先看重的价值。所以，从上图来看，我的主要职业价值取向是：

服务型的人一向追求他们认可的核心价值，例如：帮忙他人，改善人们的安全，经过新的产品消除疾病等。他们一向追寻这种机会，这意味着即使变换公司，他们也不会理解不允许他们实现这种价值的变动或工作提升。

生活型的人期望将生活的各个主要方面整合为一个整体，喜欢平衡个人的、家庭的和职业的需要，所以，生活型的人需要一个能够供给足够弹性的工作环境来实现这一目标。生活型的人甚至能够牺牲职业的一些方面，例如放弃职位的提升，来换取三者的平衡。他们将成功定义的比职业成功更广泛。相对于具体的工作环境、工作资料，生活型的人更关注自我

如何生活、在哪里居住、如何处理家庭事情及怎样自我提升等。

挑战型的人喜欢解决看上去无法解决的问题，战胜强硬的对 手，克服无法克服的困难障碍等。对他们而言，参加工作或 职业的原因是工作允许他们去战胜各种不可能。他们需要新 奇、变化和困难，如果事情十分容易，它立刻变得十分令人 厌烦。

经过对职业规划测评结果的分析和总结，重新认识了自我： 我的职业兴趣在研究型、社会型和艺术型；我的主要职业本事 是算术本事，察觉细节本事和空间确定本事；我的主要职业价 值观取向是服务奉献型，生活型和挑战型。我的职业性格是 内向，有职责心，喜欢安静，独立思考，善于运用逻辑分析 得出结论，但在人际交往方面不足，处于被动，对于职业选 择不利。能够看出，我能够从事医疗方面的工作，对于我要 成为一名医生，我会充分发挥我的优势，在未踏入社会前努 力完善自我，让自我更适合做一名医生，做一名真正为人民 服务的好医生，才无愧于这神圣的职业。

### **大学生职业生涯规划调整评估篇三**

- 1、寻找任何的机会去锻炼提升自己的能力，多与 导员交流，交流经验。
- 2、学习专业课程和阅读课外知识，开阔视眼，多去图书馆查 阅书籍。
- 3、多听英语听力及英文歌，通过英语4级。
- 4、明确自己的兴趣所在，多参加社团，培养自己的兴趣。
- 5、以诚待人，以责人之心责己，以恕己之心恕人。培养真正 的友情。从周围的人身上学习，提高自身修养和人格魅力，

学习团队精神和沟通能力。

6、认真学习，拿奖学金。

7、组织并参加学校的各项活动，参加一些社团，学生会等。

8、学习专业课程，充分利用图书馆和互联网，多读书，读好书。

1、主要以学习为主，利用充足的时间去学习英语和计算机，争取一次通过英语6级，通过计算机2级。

2、多参加社会实践活动，做义工，培养社会实践能力3努力学习，拿奖学金。

4、努力学好英语，学习计算机基本操作如□word基本操作□excel表格处理□photoshop处理等，为专业做好准备。

5、学校周围找一份工作，锻炼自己的工作能力，挣一点外快。

2、锻炼自己的工作能力及应聘能力、继续学好各门功课；

3、继续对目标完成情况做出判断及总结并及时修正目标计划，使得各项准备更加科学化。

4、做符合奖学金规定努力。

## 大学生职业生涯规划调整评估篇四

研究型，期望日后能在科研方面工作。

逻辑推理的本事相比较较强，而信息分析本事也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

喜欢追求各种不明确的目标;观察力强,工作自觉、热情,能够吃苦耐劳;主张少说多做;爱学习;喜欢独立工作。

基于家庭条件,首先研究待遇较高的工作,对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会;当然,如果没有工资收入限制,我会先研究自我最喜欢的工作,同时研究这份工作是否能实现自我的目标或者自我的梦想;最终,也研究这份工作我是否适宜去做,我的本事是否能胜任,等等的一些相关的问题。

1) 本事优势:头脑灵活,有较强的上进心,逻辑推理本事比较强;相信自我行,能全神贯注,能够客观地分析和处理问题,对自我要求严格,经常制定目标。

2) 本事劣势:一件事做第二遍定会出错;做事过于理性,而有时候应当是按常规出牌的;有严重的个人中心主义,有时听不进别人的劝导;自我分析小结:

我认为自我明确职业兴趣及方向,有必须的本事优势,可是也有必须的本事劣势,所以要发挥自我的优势,培养自我不够的本事。平时要多对自我的不足进行强化的训练,譬如,要多练练写作,多看一些课外书,拓宽自我的视野,等等。

## 大学生职业生涯规划调整评估篇五

在大二期间已经经过了国家四六级考试;并且取得了会计从业资格证;并勇敢地尝试报考了本专业的权威证书cpa考试中的两门;具有较强的人际沟通本事;思维敏捷,表达流畅;在大学期间长期担任学生干部,并且已经成为了.....中的正式一员;有较强的组织协调本事;有很强的学习愿望和本事。

对经营事务很有兴趣,也十分喜欢与人打交道,有支配欲,喜欢影响和感染他人。可有效的控制别人,在日常生活中与同事友好相处,待人热情,乐于助人,善于与别人建立亲密



关系，行为大方慷慨，态度和蔼可亲，处事周密，得体，处理各种复杂人际关系游刃有余，对自我的行动、行为有职责感，受人尊重，受人欢迎。

整体描述我在“与他人的关系方面”、“决策本事方面”、“做事风格方面”、“心理健康方面”四个方面的表现如下：

与他人的关系方面：对待他人很热情，容易与人交往，外向。活泼，健谈，经常主动与他人交谈。在社交场合中较为简便，与人交往表现得不卑不亢，但又不会过分突显。对多数人能较为公开展示自我，比较直率。对他人有较强的依靠性，需要别人的支持才能维持自信心。

决策本事方面：思维敏捷，反应迅速，学习本事强。比较遵循常规，又能坚持必须的开放性。即关注事情的细节，又能从广阔的思路去研究问题。处理事情容易感情用事，不能冷静思考分析。

做事风格方面：做事时候，缺乏自信和独立性，容易依靠他人，遇到困难时喜欢寻求别人的支持，喜欢与人共同工作。不排斥新事物和新观念，同时能够研究到传统。倾向于理解外来强制标准和规则，但并不僵硬去遵从，经常能有效解决实际问题。能够克制自我，对事情能够进行事先计划和组织，有时候也会较为放任。

心理健康方面：情绪稳定，能够冷静应付现实，能振作勇气，维持团体的精神。生性多疑，不能信任他人。对自我的长处或缺陷有比较现实的认识，能为自我的失误承担职责。心平气和，很少紧张，对他人也很少感到不满或者厌烦。

适宜的工作类型：经营性活动，需要较多人际交往的工作，要求责权利的明确、统一，给予个人努力和成就的机会。

优势与不足：具有很强的影响别人、说服别人的倾向，也具备相应的本事，喜欢帮忙人，有职责心，对人慷慨，人际交往本事强，人们通常认为随和、有亲近感，喜欢跟你做朋友，所以朋友很多。同时也常为友情所累，不会拒绝别人的要求，过多的承担任务和职责，从而影响了自我的生活。

今后的发展方向：需要管理本事或者需要热心、社交本事强的工作中，兴趣维持的持久，工作动机和上进心比较强，容易取得成就。推荐的职业如：销售人员、管理者，人力资源管理者等。

研究发现：职业满足会使我的工作主动性更强，进取性更高，更愿意去工作。以下不是简单的告诉我什么样的工作适合我，而是细化的帮我分析工作中的哪些特质对我重要，我还需要从中选出我认为最重要的，因为不一样经历的人对特质的重要程度要求是不一样的。每个岗位的工作资料都在随企业的发展而发展，不是一成不变的，有时候岗位的发展方向需要我们自我去争取。所以找到适合的工作不如找到适合自我发展的岗位更直接。这些特质能够帮忙明确如何主动的发展或争取我岗位中的那些特质。

(1)我直率、果断，能够妥善解决组织的问题，是天生的领导者和组织的创立者。我擅长发现一切事物的可能性并很愿意指导他人实现梦想，是思想家和长远规划者。

(2)我逻辑性强，善于分析，能很快地在头脑里构成概念和理论，并能把可能性变成计划。树立自我的标准并必须要将这些标准强加于他人。我看重智力和本事，厌恶低效率，如果形势需要，能够十分强硬。我习惯用批判的眼光看待事物，随时能够发现不合逻辑和效率低的程序并强烈渴望修正它们。

(3)我善于系统、全局地分析和解决各种错综复杂的问题，为了到达目的，我会采取进取行动，我喜欢研究复杂的理论问题，经过分析事情的各种可能性，事先研究周到，预见问题，

制定全盘计划和制度并安排好人和物的来源，推动变革和创新。

(4) 愿意理解挑战，并期望其他人能够像自我一样投入。

(5) 我经常在没有了解细节和形势之前就草率地做决定。

(6) 我研究问题不是十分理智，有些喜欢感情用事，容易受无关因素影响。我们需要给自我一点儿时间来了解自我的真实感情，学会正确地释放自我的情感，而不是爆发，并获得自我期望和为之努力的地位。

(7) 我容易夸大自我的经验、本事。我需要理解他人实际而有价值的协助，才能更好的提高本事并获得成功。