

最新高中职业生涯规划 高中生职业生涯规划书(优质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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

高中职业生涯规划篇一

(一)要认识自我(要明白我能做，我会做，我想做等)

(二)在对环境进行分析(来自自己自己，亲朋好友，家庭，学校，工作环境等的分析)

(三)进行目标的分析(首先进行swot分析，在进行过去、现在、未来的分析)

(四)做完上述后，对自己规划作出评估

(五)做一下结束语就结了

高中职业生涯规划篇二

从我以前的专业转到会计专业已有两年，在这期间受到老师和同学的鼓励及帮助，学习成绩逐步提高，并多次获得奖学金。学习期间曾担任班委勤勤恳恳为班级做事也让自己得到了更大的锻炼，在人际关系处理和处事能力方面有很大的提升。同时我很喜欢从事会计方面的工作，专业知识水平较高，适应性较强，思维敏捷，有很强的学习愿望和能力。相信自己有能力从事会计相关的工作。

二. 职业认知

1. 专业分析：

会计学专业本身属于管理类，因此迄今为止我们也学了某些行业会计学如企业，银行，管理学，市场营销，税法和经济法审计等cpa教材，之后还有财政税收及其他行业会计学。正是由于这些综合学科就优先其他专科学院的经济专业学习，为以后做管理人员打下坚实的基础。在综合型大学会计专业同财务管理专业几乎无太大的差别，同样具备管理，经济，法律，理财和金融等方面的基础理论知识，掌握基本的财务信息搜集处理的方法，具有分析和解决财务，金融管理实际问题的科学研究和实际工作能力，能在企业，事业单位及政府部门从事财务，金融管理及教学，科研等方面的工作的工商管理学科高级管理人才。

2. 就业前景分析

根据老师们的分析和来自于报纸和电视报道，中国处于快速发展，会计基础人员已处于饱和状态，而会计管理人才却极其匮乏，由于中国的管理科学发展较晚，绝大部分源自于外国，需要很多的改善才能适合中国的企业，因此经过系统培训的高级管理人才市场广阔。要在中国发展企业就必须适合中国的国情，这就要求管理的科学性与环境动态适应相结合。中国企业要想与外国企业竞争同样的了解国内外的形势发展，因此在大型的国内企业有更多的机会提供给我们管理类的学生。

3. 目标职业分析

规划毕业后能够在国内著名企业从事会计方面的工作，为企业乃至国家发展尽自己微薄之力。在接下来的一年半时间里继续学好英语，关注财务方面的报道更好的完善财务理念和管理思想，利用实习机会分析实习单位的财务报表。

三. 自我规划

我将我的职业生涯大致规划为四个阶段：

第一阶段：基础学习阶段，在校专业知识学习阶段

第二阶段：探索阶段，实习和毕业后一到两年时间，对于个人能力和素质培养阶段。

第三阶段：发展阶段，拼搏阶段发展好人际关系攀登职业高峰。

第四阶段：稳定阶段，工作相对稳定，职业变动较谨慎。

第一阶段

充分把握大学四年时间，掌握必要的专业知识和技能，确立远期发展的目标，综合制定并不断完善大学四年的学习规划。在过去的两年多时间里，主要是踏踏实实的学习基础课程，逐步转变以前死背知识的观念，灵活运用专业知识解决实际问题。向大四的学姐师哥了解自己的专业，询问就业的情况，积极参加学校的活动增加交流的技巧，提高人际沟通能力。大二大三两年专业课逐渐增加，适当的选修其他专业课程，使自己知识多元化。由于现在的公司招聘的员工都需要一定的工作经验，因此在大一和大二期间我曾尝试兼职，社会实践活动，家教等培养坚强的毅力，提高自己的责任心和主动性。最重要的是大学；两年时间里通过英语四六级考试以及专业的基础考试科目，为以后发展打下基础。会计的专业课基本都在大三，没有基础课和通识课，这个阶段是最为重要的，一定要全身心投入，另外在大三下学期要多向师哥学姐打听求职信息和面试技巧职场需求，了解搜集工作信息渠道，请教写求职信，个人简历的经验，积极尝试以提高自己求职能力。并打算在大三暑假三个月里从求职信开始实践。大四那年应该是极其繁忙的一年，听学姐讲我们专业大四的课业不会很少，而其都还重要，在那时学习专业知识很重要，然而就业信息业同样重要，利用学校提供的条件了解就业指导中心提

供的用人单位的资料信息，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能的在作出较为充分的准备的情况下进行施展演练。求职时，编好个人的求职材料，多参加招聘活动，多在求职网和论坛看一看。从眼前就业形势来看，在校期间努力考取多个财务证书也能为毕业增加就业砝码，和就业的方向。

第二阶段

不断的问变化工作环境是避免不了的，根据自己的情况把握时机，找到适合自己的工作。由于我们专业基础考试可以在学校完成，像初级会计师，会计从业资格证，及其他证书。还有像中级会计师就需要在工作后拿到，工作之余不断学习，提高技能，尽可能的获得更多的财务资格证书。

第三阶段

事业发展的重要阶段，在知识和能力都基本具备阶段，个人学会应用专业知识解决实际问题，不断的增强工作能力，应变能力，为人处世能力，拥有较好的人际关系，在工作中积累丰富的经验，培养吃苦耐劳的工作精神，成熟稳重的工作作风认真严谨的工作态度，创新工作理念为公司做出大的贡献，也为自己的事业发展垫下基础，逐步向公司的中高级管理人才发展。

第四阶段

工作处于稳定阶段，在此时要定期参加技能培训，避免知识的老元化合落后，通过自己的努力，为公司发展壮大培养下一代优秀人才。

四. 结束语

以上个人的职业生涯规划，大学四年仅剩下的一年多时间里，我还有我自己的目标，但老师和同学的支持有着举足轻重的

作用。在我个人努力下也希望学校老师能够在以下方面提供帮助：

1. 学校自习室始终处于供不应求的状态，由于寝室始终不是学习的最佳地点，很多同学选在了图书馆和自习室，然而图书馆考研的有绝对的言语权，希望在大三及大四需要更多时间来充实自己的时间能有更好的环境和条件来支持我们。

2. 对于学生社会实践机会甚少，我们还是相对缺少经验，希望有更多机会向企业的前辈学习，多参加学校组织的专家讲座，了解最新的经济，法律信息，更多知名企业的招聘信息和求职途径。

3. 开办就业讲座，模拟应聘，提高求职技能。

高中职业生涯规划篇三

摘要：生涯人物访谈是大学生职业生涯规划课中的一种创新型教学方法，本文从生涯人物访谈在大学生职业生涯规划课中的可行性、操作要点和影响三个方面，阐述了生涯人物访谈在大学生职业生涯规划课中应用的重要意义。

关键词：生涯人物访谈；职业生涯规划课；大学生

随着高校毕业生人数的迅速增加就业形式的日趋严峻，大学生就业难已经不再是大学生的个人问题，逐渐演化成社会问题，引起社会、学校、家庭及学生高度关注。面对大学生就业难□20xx年，教育部办公厅下发了关于《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》的通知，明确提出将高校毕业生的就业工作作为一项重要的日常工作来抓，要求从20xx年起所有普通高校开设职业发展与就业指导课程，并作为公共课纳入教学计划，以提高大学生的就业能力。大学生职业生涯规划是促进大学生成才的有效途径，对加强大学生的知识探索和推动高校就业工作具有重要的作用。职业生涯人物访谈

是近年来在大学生职业生涯规划课中越来越常用的一种创新型方法，它主要使大学生通过与一定数量的职场人士（通常是自己感兴趣的目标职业从业者）面谈而获取关于一个行业、职业和单位“内部”信息的一种职业探索活动。

一、生涯人物访谈的可行性

（一）打破传统的教学方法

生涯人物访谈这种教学模式打破了以往教学中填鸭式灌输的教学方法，从传统的教学授课模式转化为融入社会实践的教学模式，展开以“提出问题”“寻找答案”“反思问题”为核心的教学模式，从而加强大学生职业生涯规划课的针对性、实践性和社会性。实践教学是培养高校人才的重要环节，人物访谈作为大学生职业生涯规划课的实践环节，让大学生在亲身体验和直面交流中对职业产生直观的感受，在互动教学的过程增强大学生职业生涯规划课的实践性，加深学生对访谈职业的认识。

（二）搜集职业信息的有效渠道

目前，老师上课的讲解或网上资料的搜集是大学生了解职业的主要渠道，学生没有输出信息，大多的是被动接受，所以导致流通信息不足。职业生涯访谈是学生自己通过与职场专业人士面对面的访谈，有效帮助他们检验和修正以前获得的信息，并了解与未来工作有关的特殊问题或需要，而这些宝贵的信息是通过其它渠道难以获得的。

（三）锻炼学生各方面的能力

生涯人物访谈法可以对学生各方面的综合能力进行锻炼，基于此种方法的过称较为复杂，需要学生自己想办法，通过利用各种社会资源联系愿意接受访谈的生涯人物，并需要学生通过各种途径、事先搜集访谈所需资料并列好访谈提纲，这

些是准备阶段，做好所有准备后，更重要的是需要学生在访谈沟通中做好详细记录，并在访谈结束后对访谈结果的信息进行提炼加工和总结。这整体的过程可以说对学生获取信息的能力、社交能力、表达能力、逻辑思维能力、概括和反思的能力等等都是一种锻炼。而且，由于访谈资源有限，学生多以小组为单位进行访谈，可以让学生在访谈过程中在团队中学会沟通协作、增强团队凝聚力，并且互相分享心得、承担结果，充分体验团队学习的氛围和特点。

二、生涯人物访谈法操作要点

（一）访谈之前引导学生进行自我探索

职业生涯规划教育的基本原则和理论基础是“人职匹配”，提高学生“知己知彼”的能力是课程的一个重要目的，大学生职业生涯规划教育倡导大学生在认识自我基础上寻找适合自我的工作岗位。

生涯人物访谈是“知彼”的方法之一，要想真正实现人职匹配，知彼必须建立在“知己”的基础上，所以学生进行必要的自我探索是访谈成功进行的基础。只有通过深层次的自我探索和自我剖析，对自我有了较深刻全面的认识时，大学生在进行生涯人物访谈的过程中才能收放自如，交流时对症下药，把握和收集自身所需的职业信息，使得该方法对学生的职业规划真正起到现实性的指导作用。

（二）合理选择生涯人物

生涯人物的选择要结构合理，不仅要考虑个人兴趣和专业相关度，而且要思索年龄和职位的比例性，既要有刚入职场的新手，也要有一定工作年限并取得了一定成绩的资深人士，并且后者更重要。由于学生社会资源有限，容易选取一些与他们同龄的师兄师姐们作为访谈对象，这种访谈对象虽然有助于学生了解作为新人可能会遇到的困惑和某个职业的进入

门槛等，但由于这些人在职场中都还处于适应和摸索阶段，对职业的认知可能不够成熟，因此他们提供的信息只能作为一种参考。所以，选择访谈人物时应该优先考虑行业中的佼佼者或者是经验丰富的资深人士，他们工作时间长，心智更成熟，有较全面的职业认知，给出的建议和意见也会更为理性和客观。

决定了访谈对象，进行正式访谈之前，教师应指导学生通过各种渠道搜集了解生涯人物的相关信息。信息的搜集可以帮助学生了解访谈对象，有助于访谈过程中的互动，使生涯人物在接受访谈时愿意积极主动地透露更多有用的职业信息。访谈结束时，还可以请访谈对象再给自己推荐一些其他相关的生涯人物，这样可以以网状的方式拓展自己的职业认知领域，并积攒不同的社会资源。

（三）要善于掌控访谈过程

作为一个采访者，对访谈过程的掌控是非常重要的，这样才能获得自己想要的信息。在实际操作时，部分学生会面临一个问题：访谈对象非常健谈，喜欢按照自己的思路接受采访，并且这些人的经历往往非常丰富和有趣，此时学生要么是听得忘了自己的目的，要么是根本找不到转入正题的时机。访谈过程中，最关键的是学生应非常明确生涯人物访谈的目的，并且在访谈过程中要牢记这个目的。事先认真列出访谈提纲，一旦发现访谈对象将话题扯远了，应对照提纲适时地将访谈拉回原有轨道。在访谈中，由于信息量较大，要善于抓住要点，做好记录，以便过后整理。

三、生涯人物访谈对大学生职业发展的影响

（一）重新审视自我，激发学生主动学习的兴趣

进行访谈前，学生需要重新认识自我，了解自己的兴趣爱好、性格和价值观等，由于人物访谈的对象一般是在职业生涯发展

道路中比较突出的优秀人士，所以对于模仿欲较强、可塑性强、渴望成才、思想活跃却又缺乏人生经验的大学生来说，生涯人物访谈可从内部激发学生的学习主动性，使得学生以这些优秀的受访者为例，他们的社会阅历、创业历程、人生体验以及为人处事之道，对于在校大学生而言具有很强的针对性和说服力。正所谓：内因是事物发展的根本原因，决定着事物发展的方向、速度。这些访谈人物和访谈内容在不自觉的情况下将会成为大学生可借鉴的人生和职场资源。

通过实践教学方法的创新，使学生的学习状态由过去的被动接受变为主动探索，从而更好地接受知识。职业生涯规划要充分认识到了解相关的社会环境，评估社会环境因素对个人职业生涯发展的影响，分析其特点以及发展变化情况，把握其优势与限制，了解本专业、本行业的地位、形势以及未来发展趋势。

(二) 增强职业认知，提高就业能力

职业生涯规划人物访谈能帮助学生进行职业探索和职业环境认识，有效进行职业生涯规划。这对于没有工作经验和社会阅历的大学生来说，是了解职业的一个比较好的方法。职业的认知，可以对从事岗位的信息更加了解，更应该包括对敬业、乐业的理解和发自内心的对众多普通劳动者的尊重，使初入职场的大学生拥有积极、乐观、自信的心态。大学生的就业资本包括人力资本、社会资本和心理资本，他们共同决定了个体的竞争力。通过生涯人物访谈，大学生了解了一些岗位所需要的知识、经验、所需证书、技能等方面，增加了获取就业机会的可能性；大学生还可以拓展社会关系网络，有助于获得更多的就业机会；更可以通过选取人物的自信、乐观、坚韧、勇于创新等良好心态对一些学生产生强烈的冲击力和感染力，激发了大学生职业生涯发展的自主意识，促使大学生理性规划自身未来的发展，并努力在今后的学校过程中不断自觉提高就业能力。生涯访谈是大学生积累就业资本的有效途径，是提高大学生求职竞争力的一种方法。

（三）优化学生求职状态，调适求职心理

就业是关系到高校毕业生个人前途和社会稳定的大事，是对大学生综合素质尤其是心理素质的一次考验。双向选择制度的确立，让大学生容易产生自负与保守两种极端心理。人物访谈有助于降低大学生上述的两种不健康心态，有助于学生对“三百六十行，行行出状元”产生实实在在的体验。

当代大学生就业压力大也导致了毕业生一系列的心理问题，大学生处于人生发展的初期，求职心理容易在经历挫折后出现沮丧自卑的心理。生涯人物访谈是利用成功职业人士分享人生和职场经历，并现身说法的对职业生涯中所遇到的挫折、失败提出自己的观点，甚至分享自己曾经的失败经验，在培养了大学生良性求职心态的基础上，更加深了大学生对抵抗挫折的信心，避免了求职过程中异常的心理。

大学生群体比一般群体对自我有更高的要求，对于环境和自身的要求有时候难免过于理想化。当现实与理想生活出现差距时，相当一部分大学生不能正确调节好理状态，容易产生偏差甚至出现自杀的现象，这种现象也给我们带来警醒。人物访谈帮助学生在朋辈交流与榜样示范的作用下获得鼓励，激励自我奋斗，在职业生涯发展的道路上以积极、自信的心态笑对人生。学校应该重视与更多有能力的校友进行联系，特别是聘请在社会上做出一定成绩的校友来现身说法，以各种手段调动在校学生的生涯规划的意识，发掘存在学生内部潜在的内驱力，通过现场实践的教学，使他们对未来可能从事的职业发展更加的自信。

综上所述，采用生涯人物访谈法使得职业生涯规划课真正实现理论与现实的充分结合，将知识点的教学融入社会实践中，创新了教学方式，提高了大学生学习的主动性，在关注就业引导的基础上，更引导大学生健康、乐观、积极的求职就业心态，督促大学生及早进行自我审视和自我探索，提高学生进行职业生涯规划的意识，促使学生从内由外的完善自身，

依照社会和职场需要储备自身能力，促进就业能力的提升。

参考文献：

(1) 黄薇. 浅析基于生涯人物访谈的大学生职业指导案例建设[J]. 中小企业管理与科技职业教育[20xx](9)

(2) 黄晓梅. 大学生职业生涯规划课程体系建设的思考[J]. 黑龙江科技信息[20xx](26)

(3) 朱启臻. 职业指导理论与方法[m]. 北京:首都师范大学出版社, 1996

高中职业生涯规划篇四

据哈佛大学商学院60年代对哈佛大学学生的调查，10%的大学生具有详细的职业生涯规划，70%-80%的大学生只有简单的规划，而10%-20%的大学生则没有规划。而在90年代的追踪反馈调查中发现，具有详细规划的大学生大部分成为美国社会的各行业的精英，只有简单规划的大学生则大部分成为中等阶层，而没有规划的大学生有76%依靠领取救济金生活。这一例子说明进行职业生涯规划的重要性。

自航天杯全国首届大学生职业生涯规划大赛以来，许多高校的生涯规划类比赛进行得如火如荼。传统意义上大学阶段是职业生涯的起点，而来自专家的意见认为，随着大学生就业面临新的选择时竞争的加剧，培养职业规划意识应当从中学开始，中学生已经处于自己职业生涯的起点。

清华大学教育研究所樊富珉教授认为在高中阶段进行职业规划尤为重要。因为中学阶段是认识自我的重要时期，职业规划与中学生的身心发展相一致，学生可以根据自己的具体情况设计自己的职业取向，使学生明白设计自己的未来人生不是老师和学校的事，而是自己的事。

一、规划目的

旨在引导中学生认识自己，了解职业，设计自己的未来人生，从而激发同学们的学习热情和学习动力，提高各方面综合素质。

二、内容及要求

根据自己的具体情况设计自己的职业取向，设计自己的未来人生，拟定职业生涯规划书。具体要求如下：

职业生涯规划书应包含的部分

职业生涯规划简而言之就是：知己、知彼，择优选择目标和路径，并用高效行动去达成目标。您可以有多种方式阐述自己的生涯规划，但主线结构应从以下几方面考虑：

(1) 自我评估

对自我的评估包括兴趣、价值观、综合素质、能力特点优势与劣势。

这一部分是进行职业生涯规划的关键一步，良好有效的规划都是建立在对自身特点的深刻理解上，自我探索的不够主动和深入将直接影响规划的质量。

例如：什么能引起您的强烈兴趣？

什么能激发您的活力？

您的优势是什么？

您喜欢与人还是物打交道？等等

(2) 环境评估

包括家庭影响(如经济状况、家人期望、家族文化等)、社会形势。(如市场供需状况、就业政策、需求分析、地理环境等,并与自己的实际相结合)

例如:有些地方您过去不喜欢或者至今不喜欢的原因?

父母及亲友对您的希望以及对您的重要性?

您的家庭经济情况是否允许您做这样的选择?

高中职业生涯规划篇五

我一直认为“机遇总是降临于有德行、有准备的人”是要有规划做前提的,有一份职业生涯规划是对我的人生有莫大的帮助,毕竟把人生掌握在自己的手中比随遇而安的感觉好多了。一份职业生涯规划,是一种有效的手段,它所代表的是我想发展的大体框架,所起的作用是鞭策我向自己的理想加快脚步。而对每个人而言,职业生命是有限的,如果不进行有效的规划,势必会造成生命和时间的浪费。作为当代高中生,若是带着一脸茫然,走在求学的路上,是很可怕的事。因此,我试着为自己拟定一份职业生涯规划,将自己的未来好好的设计一下。

机会永远偏爱有准备的人

1、我有“是非”标准吗?是什么?

5、你如何理解品德修养与实现理想之间的关系?

3、对不良的环境、有不良习惯的人,做好自己该做的,同时积极地去改变、感

化,绝不随波逐流,坚守原则,我是这样做的吗?

机会一定眷顾有践行力的人

- 1、形成稳定的品德修养目标
- 2、形成优秀的学习习惯目标
- 3、培养终身的学习力目标
- 4、理想专业与理想大学目标

- 1、未来我心中理想的“我”的形象
- 2、我服务于社会、服务于国家的设想

懂得评价的意义才能走得更远

结束语

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼！

中专《职业生涯规划》

职业规划800字中专