

职业规划采访心得(精选8篇)

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

职业规划采访心得篇一

这个分析大多人都很熟悉，但很少有人去认真对待。分析的目地是不只是为了找出真相，而是为了寻找“改变”的途径和方法。改变的标准是什么，是目标。只有目标才是我们想要的结果，别的都只能看作是投资或方法。说起目标，很多人都会想到我们的企业都给我们讲过“成功学”讲过“梦想板”，这样很好，但还不够。无论你的梦想多清晰，多视觉化，但和能付之实际的行动是两回事。无论怎么样的激励都不能代替行动的问题。“取长补短”与“取长助长”的成长策略会是两种截然不同的结果。

合理的措施是实现目标的最佳手段，每个人的情况不同，措施也不可能完全一样。这里所说的措施不是企业做的那本“成功日志”或“行动日志”之类的东西，那只是措施中的方法之一。还应包括平台、机会、导师、学习等软硬件条件的选择和构建。

只有构建一个适合自己发展的个人成长系统才能不断的、持续的进步，顺其自然的达成目标。目标不是终点，是系统初步建立完成。系统是动态的，同样也是不断更新的，没有自我更新能力的不能称之为系统。当我们把人生的成长系统建立起来，也算正式步入了发展轨道，这个轨道就一定能让我们达到理想，赢得精彩。

职业规划采访心得篇二

近年来，电商行业蓬勃发展，成为了许多年轻人求职的首选。为了更好地了解电商行业的就业前景和发展方向，我参加了一场关于电商职业规划的讲座，给予了我很多启发和思考。在这篇文章中，我将分享我对这次讲座的心得和体会。

首先，讲座中提到的电商行业面临的机遇和挑战，让我对这个行业的前景有了更深入的了解。众所周知，互联网的普及使得电商行业得以快速发展。不仅商家可以通过电商平台拓展市场，消费者也可以在电商平台上享受更多的购物便利。与此同时，电商行业面临的挑战也不容忽视。诚信问题、售后服务、恶性竞争等等，都是电商行业需要面临和解决的问题。在讲座中，我了解到了如何应对这些挑战，比如加强品牌建设、提高售后服务质量、加强监管等等。这些对于一个电商从业者来说，都是应该了解和学习的重要内容。

其次，讲座中涉及到的电商职业的发展方向和技能要求，让我对自己的职业规划有了更明确的目标。随着电商行业的发展，越来越多的职位和岗位需求出现。例如，电商运营、电商推广、数据分析、供应链管理等等。讲座中，讲师重点介绍了这些职位的需求和技能要求。通过讲座，我对自己的优势和不足有了更清晰的认识，也知道了应该如何提升自己。我决定在电商推广方面进行深入学习和实践，同时加强数据分析的能力，以提高自己在电商职业中的竞争力。

第三，讲座中的成功案例分享，给了我很多启发和动力。通过讲座，我了解到了很多电商行业中成功的企业和个人。他们通过创新思维、精准定位、精细运营等手段，成为行业的佼佼者。比如，某知名电商品牌通过线上线下深度融合，实现了销售和服务的全面升级。某个电商从业者通过精准的推广策略，改变了消费者对某个产品的认知和购买习惯。这些成功案例让我明白，只有不断学习和创新，才能在电商行业中得到更好的发展。同时，这些成功案例也给了我很大的动

力和信心，相信只要努力，我也能在电商职业中有所建树。

第四，讲座中提到的实践机会和培训项目，让我看到了自己在电商职业发展中锻炼和提升的机会。讲座中，讲师介绍了一些电商行业的实践机会，如实习、实战项目等等。他还提到了一些电商培训项目，教授了一些实用的电商技能。这些实践机会和培训项目可以帮助我更好地理解电商行业的实际操作和运营方式，同时也能提升自己在电商职业中的竞争力。我决定积极参与这些机会和项目，以锻炼自己，为将来的电商职业发展打下坚实的基础。

最后，讲座中所强调的职业规划的重要性，让我意识到了规划自己的职业发展是至关重要的。电商行业的发展速度如此之快，竞争也越来越激烈。如果没有一个明确的职业规划，很容易迷失在职业的道路上。通过讲座，我了解到了职业规划的基本要素和方法，明确了自己的职业目标和发展道路。我决定制定一个详细的职业规划，并不断调整和完善，以确保我能在电商职业中达到自己的目标。

在这次讲座中，我获得了很多有价值的信息和启发。对于一个即将步入职场的大学生来说，良好的职业规划至关重要。只有通过不断学习和努力进取，我们才能在电商职业中立足并取得成功。希望未来的电商行业，能够更加繁荣发展，给更多的年轻人提供就业机会和发展平台。

职业规划采访心得篇三

调查显示：在高校大学生群体中有不少人存在着学习兴趣不浓，学习动力不足，人生目标不明确，缺乏职业规划，求职经验和自信心不足的现象。同时也有一部分同学拥有自己的创意，却没有展示自我的平台。在当今这个知识大爆炸、科学技术发展一日千里的时代，各行各业对人才素质的要求已越来越高。作为一名大学生，如果不能从根本上提高自身的综合素质，有预见性地、科学地规划自己的学习生涯和职业

生涯，很难跟得上时代的步伐。

为了能够更好地帮助广大同学树立正确的人生观、学习观、成才观，确立正确的奋斗目标，同时也提高同学们的创业、择业、就业能力。我们精心策划了此次“规划未来，成就梦想”——我的物流职业生涯规划大赛。

二、大赛目的

(一)帮助广大同学明确学习目标，端正学习态度，增强学习动力，()树立和提高职业规划的意识和能力。

(二)提高同学们制作自荐书及参加职场应聘的技巧和能力。

(三)创建一种学校和社会相结合的互动模式，给广大同学提供认识社会，认识职场的机会。

(四)丰富同学们的课余时间，提供实践、交流和学习的平台。

三、大赛主题：

传播规划理念、拓展职业空间、打造锦绣前程

四、主办单位：

淮安信息学院信息管理系统物流教研室

五、参与对象及方式

1.参与对象：信管系物流管理专业07、08级学生。

2.参与方式：以个人为单位报名参加；参赛名单报至s2-519

六、活动内容及时间安排

第一阶段：筹备阶段4月10日—4月12日

第二阶段：宣传阶段4月13日—4月15日

第三阶段：征稿阶段4月16日—4月22日

第四阶段：评选阶段4月23日—4月26日

七、活动规则及说明

- 1、参赛作品以microsoftword文档格式制作□a4大小。
- 2、各参赛者必须认真结合自己的实际情况，进行科学合理的职业生涯规划。参赛作品主题是参赛者结合自己的实际情况，专业背景与社会需求，进行科学合理的职业定位，从专业、就业、职业等方面进行个人职业规划设计。
- 3、大赛严禁抄袭、剽窃行为，一旦发现，将取消参赛资格。

八、评奖办法：

- 1、评委会必须本着“公平、公正、公开”的原则进行评判；
- 2、按照统一的标准，使用百分制及统一的评分表格进行评分；

九、评审委员会组成：

十、奖项设置：

职业生涯规划设计之星1名：荣誉证书、精美礼品一份

最具潜力奖2名：荣誉证书、精美纪念品一份

最佳创意奖3名：荣誉证书、精美纪念品一份

优秀奖若干名：荣誉证书、精美纪念品一份

十一、大赛总预算：

300元

信息管理系统物流教研室

**年四月九日

职业规划采访心得篇四

在人生的旅途中，职业规划是必不可少的。在高中阶段，我们需要思考自己的兴趣爱好，性格特点，以及所学专业，来为将来的职业规划打下基础。

首先，我们需要根据自己的兴趣爱好来选择职业方向。对于喜欢护理他人，善于与人沟通的同学们，可以选择医学、护理、教育等方向；对于喜欢设计、创作的同学们，可以选择艺术、设计、广告等方向。总之，选择职业方向时，需要先了解自己的兴趣和能力，避免盲目跟风。

其次，我们需要认识到自己的性格特点。每个人的性格都是独特的，有些人喜欢独自思考，有些人更喜欢团队合作。因此，在选择职业方向时，需要根据自己的性格特点来考虑。比如，喜欢独立思考的同学可以选择独立性较高的职业，如研究员、独立顾问等；喜欢团队合作的同学，则可以选择与人合作较多的职业，比如企业管理、市场销售等。

最后，我们需要考虑所学专业是否符合职业方向。现在的社会竞争越来越激烈，一个好的专业可以大大提高我们的职业竞争力。因此，在选择职业方向时，需要结合自己的专业来考虑。比如，学习计算机专业的同学可以选择软件开发、网络安全等与计算机有关的职业。

总之，在职业规划上，我们需要深入了解自己，从自己的兴趣、性格和专业出发，选择适合自己的职业方向。此外，我们也要保持学习的态度，不断提升自己的知识和技能，以适应社会的发展和变化。

职业规划采访心得篇五

职业规划是高中生必须要面对的一个问题，毕竟我们即将迈入人生的下一个阶段。在我看来，职业规划应该充分考虑个人的兴趣爱好和特长，同时要结合社会的需求，选定一个符合自己意愿的职业。

首先，我们应该了解自己的兴趣爱好和特长。高中生的兴趣爱好和特长非常多，比如音乐、体育、文学、科技等等。这些都是我们可以参考的方面，可以根据自己的兴趣来学习专业知识。但是，我们不能只看重兴趣爱好，还要考虑自己的特长，比如逻辑思维，语言表达，创新能力等。它们可以帮助我们更快的适应工作和职场。所以，我们需要认真思考自己的长处和短处，以此来确定职业规划的方向。

然后，我们还要结合社会需求来确定职业规划的方向。这里包括两个方面，一个是职业市场需求，另一个是国家整体发展方向。我们可以从多个角度来了解职业市场需求，比如关注招聘信息、与行业内人士交流，了解就业前景等。在了解职场需求的同时，我们也要密切关注国家整个发展方向，从而确定自己的职业方向和行业发展前景。

最后，我们还要定制一个职业规划的路线图。在确定职业规划的方向之后，我们需要进一步制定一个职业规划的路线图，包括需要具备的专业知识、培训方案、实习计划、职业发展的里程碑等等。通过全面的规划和精心的管理，才能更好地实现职业规划的目标。

总之，职业规划是高中生必须要面对的一个问题，需要充分

考虑个人兴趣爱好和特长，并结合社会需求来选定一个适合自己的职业方向。同时需要制定一个职业规划的路线图，全面规划和精心管理，才能更好地实现职业规划的目标。

职业规划采访心得篇六

职业规划，对于每一个职场人士都是必不可少的，它指的是根据自身主观条件和客观环境因素的分析，确立自己的职业生涯发展目标，选择实现这一目标的职业，以及制定相应的工作、培训和教育计划，并按照一定的时间安排，采取必要的行动实现职业生涯目标的过程，给职业规划中的迷茫族的一点建议。

对于大学生来说：一年级了解自我，二年级锁定感兴趣的职业，三年级有目的地提升职业修养，四年级初步完成学生到职业者的角色转换。人生做职业规划的最佳时期是在高中时代，因为高考是人生的第一次职业定位，这时如能清楚地知道自己的优势和劣势，兴趣和特长，以此为据选择志向，以后的各阶段可根据具体情况进行不断修改和完善。让职业规划从大学入校读大学的第一天就开始，与四年学习生活同步。到了大学毕业才不会“临时抱佛脚”，出现就业恐慌。特别是面对当前的就业形势，不早下手，就要晚就业。谁先专业化找工作，谁就先挖到第一桶金。

大学生进行“职业规划”、“职场定位”、“生涯设计”在大学时务必完成。我国高校中，就业辅导目前做得很不到位。尚有63.8%的学生填报大学志愿时，没有考虑将来从事的职业，50%的学生职业理想是在大学期间形成的，20%的大学生毕业时仍未形成比较明确的职业理想。导致有三分之二的大学生感到职业迷茫、看不到未来前途，属于迷茫一族。

一、甘愿留在茫区的迷茫一族

职业案例一：小寒刚上大一的时候，就从师哥师姐们那看到

了求职的狼狈相，自己也感到前途迷茫，还经常与职业咨询部门联系，可是一让他做职业规划，他就说：“我自己最了解自己，自己会做自己的规划。”可是真正做起来，又信不着自己，心中总是没底，所以，一直到今年大学毕业，也没有形成自己的奋斗目标，依然是个迷茫族，常常感到无所适从，找工作还是不知道自己做什么好。后来，看到做了职业规划的同学们都早早上班了，而自己毕业半年了还没有头绪，跑来找职业顾问，结果看到30多岁的白领补做的最多，有的人取得一定成绩甚至上升到一定高度之后，又发生职业瓶颈，走了弯路，深受当初没有规划之苦，才知道应该好好珍惜、规划后半生。小寒很受教育，这才感到这东西真的很有用。于是在职业规划师的指导下做了职业生涯规划，并拿到合适的office□

二、把职业测评当作目的

就象到医院做各种检查，都是手段，通过检查，给医生提供结果分析，最终达到确诊、治疗的目的。一样，职业测评也是手段，不是目的。通过测评结果，给咨询师提供分析依据，使其对规划对象进行各项指标分析，发掘他们自身的优势和潜质，从而给他们科学定位，找到各阶段的发展平台。通过分析结果规划出一个发展目标 and 方向，确定职业每一步怎么走，每个平台怎么搭，然后根据主观原因和客观原因的变化，及时反馈和修正，使规划对象始终沿着一个方向，一步一步向前走，最后获得成功，这才是职业测评的最终目的。

职业案例二：小星不大懂测评的事，但却很关心自己的前途，就业参考《给职业规划中的迷茫族的一点建议》。看到大家找工作前都在忙着做职业生涯规划，自己也找到职业咨询顾问，说：“我不想做测评，只想请你帮我规划一下。”职业顾问耐心地告诉他：“关键是你没做过测评，我们不了解你的潜质，怎么对你下结论做科学定位？就象医生没有根据病情给病人分析、确诊，就没办法开药方一样，职业是人生最大事，不能胡侃乱说，误人不可，希望你能正确理解。职业定位就

是要为职业目标与自己的潜能以及主客观条件谋求最佳匹配。良好的职业定位是以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据的。职业定位过程中要考虑性格与职业的匹配、兴趣与职业的匹配、特长与职业的匹配、专业与职业的匹配等。”小星这才明白是怎么回事，欣然做了职业测评和职业规划，并拿着职业顾问提供的测评报告和咨询报告，高高兴兴去找工作。

三、找工作应该是职业生涯规划的一个平台

生涯发展要有计划、有目的，不可盲目地“撞大运”，很多时候我们的职业生涯受挫就是由于生涯规划没有做好。好的计划是成功的开始，古语讲，凡事“预则立，不预则废”就是这个道理。

每个时期都有各个时期不同的发展平台，找工作最好按照发展方向，应该是职业生涯规划的一个平台。主要作自己适合的工作，看发展前景。然后一个平台、一个平台的往上走，逐步走出自己的成功之路。每个人的职业主要根据个人的实际不同找到职业切入点，否则，糊里糊涂找份工作，不适合自己，导致职业错位。竟在边道上晃悠，始终没有步入正轨。由于方向不对，越走越错。几年之后回头一看，职业生涯轨迹脚步紊乱，走出一条蜿蜒小路，曲曲弯弯，来回周折。还有人十年之后又回到当初起步的原点，彻底迷路。经常发生渺茫、彷徨、瓶颈、无奈，站在十字路口，左右摇摆，迈不动步，赔上时间成本，浪费掉的青春再也找不回来。

职业案例三：小文是个有一定业绩的销售主管，但对于一个年近30岁的女性，职业青春期即将失去，马上面临的的就是职业瓶颈。于是，她就请咨询师为她做了职业规划。在原有做销售员和现在正在学习人力资源在职研究生的基础上，职业顾问建议她下一个发展平台是到猎头公司作客户服务，然后到一家大公司做人力资源经理，最后回到咨询公司做职业咨询师。但是，小文心里明知这样做适合自己的发展，可是又

舍不得做销售的工资，经过一番犹豫，最后还是拖拉半年。半年后，小文真的感到迈不动步了，后悔自己不该只盯着眼前的几百元钱，而忽视了未来的发展，再想执行方案已经赔上了半年时间。

四、 执行职业规划自作主张

有的人对职业规划有认识，但做出职业规划后，在执行上自作主张 或自己不去执行，就象到医院大夫给开了汤药，他怕苦不肯吃，开了药针，他怕疼不肯打，自己做主，结果病是看了，方是开了，但病没治好，出现开花不结果现象。比如你某一平台的职位需要的5个条件，你的简历中具备3或4条，所以你不能放弃，一定要登上这个平台。但是，你又电压不足，缺少竞争力，需要根据职位信息，补充一些知识，把这缺少的一条添上。有的人抓紧时间刻苦充电，尽快使电压上升、电流加大。有的人不在乎，当需要补充的知识有一定难度，下不了决心不肯学，所以就错过职位机会，使职业规划难以实现。

职业案例四：小勇大学毕业后在一家企业做销售员，因各种问题犯了辞职找工作的毛病，半年后还是没有找到。来到职业咨询公司做了职业生涯规划，通过测评，小勇非常适合做销售，为其规划的下一个平台是做含金量更高级的销售员，最终目标是做销售经理。小勇对职业生涯规划做的相当满意，一个月过去了，当职业顾问进行跟踪问效时，同期作规划的几个人都按要求找到合适工作。只有小勇还原地立正，还说：“这也没什么用呀！”咨询师仔细询问原来小勇把做规划与实际执行脱了节，感到需要补充的知识有难度，就没有补充学习。咨询师启发他：“对职业生涯规划的正确理解是，行之有效的生涯设计需要切实可行的奋斗目标，这是制定职业生涯规划的关键，目标决定着你的方向，没有目标的人，永远也别想成功。目标是职业规划的出发点，同时也是促使一个人去实施规划的巨大动力。鼓舞和鞭策一个人排除一切阻力和干扰，不徘徊、不犹豫、不妥协，勇往直前，全心致力于

目标的实现。制定实现职业生​​涯目标的行动方案，要有具体的行为措施来保证。没有行动，职业目标只能是一种梦想。要制定周详的行动方案，更要注意去落实这一行动方案。比如：如何来提高自己的综合素质？如何提高自己的技能？如何弥补自己的弱项？如何创造晋升的机会？这些具体、详尽、可行的行动方案是实现目标的手段和工具，会帮助你一步一步地实现目标，走向成功。”在咨询师的帮助下，小勇下决心补上自己的知识缺欠，很快就按目标登上职业生​​涯规划的第一个台阶。

职业咨询顾问友情提示：

让迷茫一族走出茫区的有效办法就是早日做好职业生​​涯规划，心中有方向，努力有目标，职业之路顺风顺水，得到的职业生​​涯轨迹就是一条直线。否则，在茫区里饶来饶去，就会走出曲线，或饶了一个圆圈又饶回当初起步原点。

职业生​​涯规划是需要实践检验和不断完善的，因为人的认识是最复杂和多变的，不是一蹴而就的，要经过不断地实践确认，同时通过逐渐地调整，使得职业生​​涯规划更加清晰、明确。而人的多变性，也会导致人的职业生​​涯规划目标发生变化。因此整个职业生​​涯规划要在实施中去检验，看效果如何，及时诊断生​​涯规划各个环节出现的问题，找出相应对策，对规划进行调整与完善。其中，整个规划流程中正确的自我评价是最为基础、最为核心的环节，这一环做不好或出现偏差，就会导致整个职业生​​涯规划各个环节出现问题。

职业规划采访心得篇七

用我自己的话说，职业生​​涯规划就是：你打算选择什么样的行业？什么样的职业？想达到什么样的成就？想过一种什么样的生活？如何通过学习和工作达到你的目标？其实面对日益激烈的职场竞争，每个人都不得不面对这样的问题：我未来的路在哪里？如何找到我满意的工作？所以每个人都有潜移默化的在

心里想过自己的职业规划，但也许只是个很模糊的意识。

从理论上说，个人职业生涯规划是个人对自己一生职业发展道路的设想和规划，它包括选择什么职业，以及在什么地区和什么单位从事这种职业，还包括在这个职业队伍中担负什么职务等内容。一般来说，个人希望从职业生涯的经历中不断得到成长和发展。个人通过职业生涯规划，可以使自己的一生职业有个方向，从而努力地围绕这个方向，充分地发挥自己的潜能，使自己走向成功。

职业生涯规划首先要对个人特点进行分析，再对所在组织环境和社会环境进行分析，然后根据分析结果制定一个人的事业奋斗目标，选择实现这一事业目标的职业，编制相应的工作、教育和培训的行动计划，并对每一步骤的时间、顺序和方向作出合理的安排。

自我评估是对自己做出全面的分析，主要包括对个人的需求、能力、兴趣、性格、气质等等的分析，以确定什么样的职业比较适合自己和自己具备哪些能力。

人的性格千差万别，或热情外向、或羞怯内向、或沉着冷静、或火爆急躁。职业心理学的研究表明，不同的职业有不同的性格要求。虽然每个人的性格都不能百分之百地适合某项职业，但却可以根据自己的职业倾向来培养、发展相应的职业性格。近年来，一些教育学心理学研究人员根据我国的实际情况，将职业性格分为8种基本类型。

1，变化型 在新的和意外的活动或工作情境中感到愉快，喜欢有变化的和多样化的工作，善于转移注意力。

适合的职业：记者、推销员、演员。

2，重复型 适合连续从事同样的工作，按固定的计划或进度办事，喜欢重复的、有规律的、有标准的工种。

适合的职业：纺织工、机床工、印刷工、电影放映员。

3，服从型 愿意配合别人或按别人指示办事，而不愿意自己独立做出决策，担负责任。

适合的职业：办公室职员、秘书、翻译。

4，独立型 喜欢计划自己的活动和指导别人活动或对未来的事情做出决定，在独立负责的工作情境中感到愉快。

适合的职业：管理人员、律师、警察、侦察员。

5，协作型 在与人协同工作时感到愉快，善于引导别人，并想得到同事们的喜欢。

适合的职业：社会工作者、咨询人员。

6，机智型 在紧张和危险的情况下能自我控制沉着应付，发生意外和差错时不慌不忙出色地完成任务。

适合的职业：驾驶员、飞行员、公安员、消防员、求生员。

7，自我表现型 喜欢表现自己的爱好和个性，根据自己的感情做出选择，能过自己的工作来表现自己的思想。

适合的职业：演员、诗人、音乐家、画家。

8，严谨型 注重工作过程中各个环节、细节的精确性。愿意按一套规划和步骤工作尽可能做得完美，倾向于严格、努力地工作以看到自己出色完成工作的效果。

适合的职业：会计、出纳员、统计员、校对员、图书档案管理员、打字员。

每个人都需要选择职业，每个人都渴望成功，许多人并不知

道什么职业最适合自己，怎样设计才容易事业有成。比如“经商热”时，一些并无商业才能的人也纷纷“下海”去办公司；研究生、大学生毕业时，大多首先选择经济发达地区和大单位，然后才考虑专业及个人所长。这种“随大流”、“随热门”的职业选择方式，由于欠缺对自身特点和环境的认识，往往难以在事业中有所发展。要想成就一番事业，就必须规划自己的职业生涯。

如果不先认识自己、分析需求，将难以进行职业发展计划，自我剖析与定位，是确定人生战略选择的前提。按照关键性，应该从以下三个序列进行，才能选对方向走对路。

个人天赋是首要考虑因素。天赋是与生俱来的人类特质，与可以后天培养、发展的兴趣不同，但我们往往不晓得自己的天赋所在，以至于无法出类拔萃，盖洛普公司所发展的优势理论恰如其分地证实了这个观点。不同的职业有不同的天赋要求，也决定了每个员工的工作业绩，从运动员、音乐工作者的表现可以明显地看出。如果属于严谨型的人，个性上比较注重工作过程中各个环节、细节的精确性，愿意按一套规划和步骤，倾向于严格、努力地把工作做得完美，以看到自己出色完成工作的效果，此种性格则合适担任会计、审计、档案管理员等等。

其次，是兴趣因素。在工作中找不到乐趣是大部分人转换工作的主要原因，有些人喜欢从事具体的工作，并且希望很快看到自己的劳动成果，从完成的产品中得到满足，那么从事室内装饰、园林、美容、理发、手工制作、机械维修、厨师等则非常合适。反之，要他们仅仅参与作业的过程，并在短期内得不到评价的工作，则在缺乏激励诱因之下，会因而逐渐丧失工作的驱动力。在《选对池塘钓大鱼》这本书里，作者雷恩·吉尔森将“钓鱼”和“生涯规划”进行比较分析，他举了一个例子：你刚刚大学毕业，摆在你面前的有两份工作，一份工资待遇高，但与自己的兴趣并不吻合，另一份工资待遇低，却是自己喜欢的，你该如何选择呢？大多数人的答案是：

“我会选择自己喜欢的工作”。但是，一旦面对现实，当收入水平的高低差距超出了我们心理承受能力时，大多数人都不会心理失衡，反而大多数人真实的想法是：“先接受那份待遇高，而自己不感兴趣的工作，积累一定的财富后，再去追求自己的兴趣爱好也不迟”。作者认为，仅仅是为了一点点的差距使我们放弃选择一个正确方向的机会，实在是很愚蠢。事实上，低薪水本身就是对个人心态的一种考验，许多人为了得到高薪的工作，往往习惯性地模糊自己的追求和兴趣，并且强迫自己和他人相信，这就是最佳的选择。

最后一个因素才是个人的专业。但是对一个刚踏入职场的新鲜人来说，在学校花了数年所学习的专业知识其实并不管用，充其量只是基础知识，更多的隐性知识要在工作中慢慢积累取得。为了迁就专业，有时会失去更多的机会成本，毕竟在实际工作中的职业类别比起学校里有的专业丰富多了，见树不见林反倒会漏失了不少触类旁通的机会。进入一个新的工作*iq*的确重要，这是在对方还不熟悉你的情况之下唯一接受你的指标，而*eq*是决定晋升的关键，这与专业无关，却与工作环境去留产生联系，证明了心理素质与性格，比专业在职业上的表现更值得重视。

所谓的生涯的成功或成功的生涯就是指“你能够在生涯的过程中，真正去活出你个人很主观所认定的价值观，而同时又能对你所工作(投入)的领域有贡献”我们从生涯(*career success*)的定义中不难发现生涯规划(*career planning*)重点有三：

一、 你的信念、你的人生观、价值观究竟是什么？有的人一辈子都没想过这样的问题，所以生涯比较难有好的发展。

三、 你做事的动力是什么？

假设你能创建一种工作方式，满足下列三个条件。第一，你对从事的工作具有与生俱来或上帝赐予的天赋，并且运用天

赋有可能成为最好的(“我觉得我生来就是干这个的”)。第二,你从事的工作有丰厚的回报。第三,你对从事的工作充满激情,完全乐意去干,享受工作过程本身带来的乐趣。(“我希望一起床就立刻投入工作,并且笃信我做的一切。”如果你能向三环的重叠部分努力,把它转变成一个简单而明确的概念,用来指导你的人生选择,你就得到一个属于自己的理念。

1. 什么事是你永远有兴趣的,不论你心情再不好也都愿意去做的?

2. 你不一定能找到完全合乎自己的兴趣的,但你的生涯规划至少不能与你的兴趣相矛盾。(好歹总要有些关连)

1. 我们不一定要求荣华富贵,但至少一定不能挨饿。(贫贱百事哀)

2. 所以我们要找出我们生活至少要有多少的收入才够用。

3. 用你自己的标准去找出这个答案,不必管别人的看法如何,你的标准比别人高很多或低很多也没关系,但你一定要有自己的认定的一番道理就是了。(也就是说不能是胡乱说个数字)

当你决定在生活中保持愉快,在工作中保持效率并为此付出努力时,你可能用两种不同的需要作为动力。比较普遍的一种是所谓的缺陷或不足动力,如你需要公司的某种奖励比如晋升或加薪来取得对自身能力与价值的肯定。另一种则更为积极,源于自身内在发展的需要,叫做发展动力。如一个技术人员升为主管后,他就必须使自己掌握相应的管理能力,才有可能胜任新的角色。

你生涯中的动力应当是要求自我完善、自我发展的迫切愿望,而不应是那种外在的弥补不足的被动需要。只要你认识到自

己还需要发展提高，并能不断的使自己的生活动充实起来，就足够了。只要选择以发展为动力，你最终一定能够支配自己的生活。有了这种支配能力，你便可以主宰自己的命运，既不会感到无能为力，也不会人云亦云。有了这种支配能力，你便能够决定自己的外部环境。

职业规划采访心得篇八

摘要：

即将走上社会，面对多彩而纷杂的行业和职位，我们应该认真思考一下自己的职场人生，，要为实现人生理想而努力奋斗，为实现理想的道路做好铺垫、积累经验。为今后的事业发展作全面、长远的打算，认真规划一下自己的职业生涯。

关键词：

个人职业规划、就业方向、坚持不懈。

正文：

通过十四周的学习，对职业生涯规划有了一定的认识。所谓职业生涯规划是指一个人对其一生中所承担职务相继历程的预期和计划，包括一个人的学习，对一项职业或组织的生产性贡献和最终退休。个体职业生涯规划并不是一个单纯的概念，它和个体所处的家庭、组织以及社会存在密切的关系。同时，随着个体价值观、家庭环境、工作环境和环境的变化，每个人的职业期望都有或大或小的变化，因此它又是一个动态变化的过程。

对每个人来说，职业生涯规划的好坏必将影响整个生命历程。我们常常提到的成功与失败，不过是所设定目标的实现与否，目标是决定成败的关键。每个人的人生目标是多样的：生活质量目标、职业发展目标、对外界影响力目标、人际环境等

社会目标……整个目标体系中的各因子之间相互交织影响，而职业发展目标在整个目标体系中居于中心位置，这个目标的实现与否，直接引起成就与挫折、愉快与不愉快的不同感受，影响着生命的'质量。对于个人职业生涯规划，分为以下几个步骤：

第一步，分析自己的性格。每个人的性格都是不同的。有的人性格外向，善于言谈，人际关系能力强，喜欢在公众面前发表自己的言论；有的人则性格内向，忠厚老实，喜欢独立地去思考问题；有的人对事情执著，遇到挫折不气馁；有的人则脆弱，容易被失败击垮；有的人喜欢挑战性的工作，压力越大斗志越旺盛；有的人则喜欢安定平稳的生活，不能忍受过大的压力……任何事情都具有双面性，有好就有坏。热情、善谈的反面就造成稳重不足；忠厚脾气好容易变成没有主见……先要分析自己的性格，看看自己到底具备上述性格中的哪些方面，看看自己性格中的长处、短处，如果是热情、善谈、喜欢有挑战的人，相对来说比较适合做营销、公关等工作；如果自己内向、认真，可能适合做财会工作。准确分析自己的性格，一方面便于找到适合自己的岗位，另一方面可以提醒自己在工作中注意克服性格的不足。

第二步，分析自己掌握的知识、技能。每个人都有自己擅长的知识、技能。有的人喜文，有的人喜理；有的人动手能力强，有的人操作能力弱；有的人思想跳跃跨度大，有的人逻辑思维能力强……分析自己学习过和掌握的知识技能，罗列出哪些是自己精通的，哪些是自己熟悉的，哪些是自己的弱项。然后再分析自己所从事的工作，胜任岗位要求需要具备哪方面的知识和技能，结合自己的实际，确认自己和岗位相吻合的条件，以及不足之处，如果岗位要求具备较高的计算机水平，而自己这方面欠缺，就可以通过参加学习班或找人传授相关知识，来提升自己这方面的知识和技能，只有做到上述这些方面，才能让自己在工作中立于不败之地。

第三步，分析自己掌握的或能够调配的资源。这里的资源不

但包括金钱，还包括自己在社会上的人脉。俗话说的好“有多大的能力办多大的事“，也就是说要尽可能去做力所能及的事情。我们都知道如果要开办公司，就要有一定的资金，最少要保证10个月没有利润还能维持公司的运营。同样的道理，如果从事一项工作，不可能所有的事情都是自己擅长的，如果碰到自己不擅长的事情，就要想自己能够调动的资源，自己的同学、朋友、亲戚中，有谁擅长此类事情或从事过相关行业，自己就可以去取经，直接掌握问题的关键点，避免工作中走弯路。

第四步，确认自己的发展目标。并不是说一旦确定了目标就不跳槽。但是跳槽一定是有目的、有选择的跳，先要确认了个人的发展目标，围绕这个目标，有目的、有选择的跳，这样才能让自己更快的接近或实现目标。如果没有确认自己的目标，盲目的跳槽，特别是频繁换行业的跳槽是最不可取的，因为当今社会，工作经验和行业优势已经成为获取成功的必不可少的条件之一，所以确认个人的发展目标尤为重要。

第五步，坚持不懈走下去。世上没有不劳而获的事情，任何人的成功都不是偶然的，一定有了很长时间的积累，一定具备了一定的实力才能成功。所以，认准了自己的目标，一定要坚持不懈的走下去，不管遇到什么挫折，都不要放弃，同时一定要认真学习，只有这样，才能获得成功。

通过以上五个步骤，对自己进行了分析。

我的发展优势：

- 1、性格外向，喜欢结交朋友，适应能力强。
- 2、计算机技术和管理知识都有学习，能够很好的融合。
- 3、有恒心，能坚持。

发展劣势：

- 1、有些粗心。
- 2、计算机技术不够专业化，应继续学习。
- 3、缺乏社会经验。

存在问题

- 1、实际操作机会少。工作经验为零。
- 2、为人处事不够圆滑，办事略显稚嫩。

结合以上内容，我认为我可以朝着网路编辑、经理助理等方向发展。

水无点滴量的积累，难成大河。人无点滴量的积累，难成大气。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果？只有付出，才能有收获。未来，掌握在自己手中。一书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待我们去描绘，去谱写。而如今，身为大学生的我们，在一天天的消磨时光的日子里，不如抓紧时间多学一些知识来充实自己。人的大学时光一生中也就一次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。

有人说计划赶不上变化，担忧计划总比盲目强，几十计划会随时间而改变。每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而

不可及。一个人，若是获得成功，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；成功，只垂青有充分付出的人。未来，掌握在自己手中，未来，只能掌握在自己手中。人生好比海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠拼打，爱拼才会赢！我知道，从这一刻，我必须对自己的人生负责，我的计划不会成为一纸空文，也不会成为纸上谈兵。加油！