

2023年职业生涯规划访谈经验总结(精选5篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

职业生涯规划访谈经验总结篇一

1、目的意义：了解大学生对未来职业的想法与规划及影响大学生自我规划的因素。

2、调查信息：

时间□20xx年6月27日至6月30日

地点：西安科技大学及西安工程大学

调查对象：在校大学生

调查内容：大学生职业生涯规划

3、调查方式：随机问卷调查、文献调查、网络调查

4、调查结论：经调查结果显示，大部分人通过各种途径对职业生

涯规划有一定的了解，并认为在大学期间做一个职业生涯规划是相当重要的。但真正有详细计划并且去实施职业生涯规划的人很少。

二、正文

本次调查活动本组总共发放70份调查问卷，回收55份有效问卷，根据调查结果，可从以下三方面进行分析：

1、大学生对职业生涯规划的了解、需求程度及制定

只有3%的人具有详细的职业生涯规划，53%的人只有简单构想，而没有仔细考虑过。

综合以上数据可得，当代大学生认为制定职业生涯规划是十分重要的，并且希望获得职业生涯规划的相关经验介绍。但是绝大多数人对其还不是很了解，甚至有人没有听说过。而且大部分人对自己的职业生涯规划只有简单构想，并没有做详细的制定。

2、影响大学生职业生涯规划的因素

本小组预测的影响大学生职业生涯规划的因素有：专业、亲友、社会现实、了解程度、从众心理、兴趣爱好、家庭教育、家庭背景、对自己的了解（特长、个人能力、思想道德）、外界信息（书刊、电影、专家指导等）。

据调查结果分析，从当代大学生选择专业和制定职业规划的依据来看，57%的人选择专业是个人兴趣所在，42%的人认为在制定职业生涯规划时，兴趣爱好是最关键的；从专业本身来看，25%的人是根据专业的热门程度及就业率高低来选择专业的，35%的人认为在制定职业生涯规划时所读专业是最关键的依据。而13%的人是听从家人建议，15%的人依据自己的特长制定职业规划。

此外，他们获得职业生涯规划的相关信息途径主要有相关讲座及演讲和周围亲友的经验交流，分别占27%和25%。也有一部分人，大约占35%是经由书籍、电影、电视及其他媒体获得相关信息的。

定职业生涯规划也有一定的影响。另外，外界信息，如相关讲座及演讲、书籍、电影、电视及其他媒体信息也对其有一定的启发。

3、职业生涯规划在实际未来发展中的可实现性

据调查数据显示，在看待专业与工作不对口的现象上，65%的人认为这会给就业造成一定困难，但可以克服；35%的人认为这种现象非常普遍，很容易适应。几乎没有人觉得工作与专业不对口就无法就业。从大学生毕业时的择业标准来看，有42%的人对工作未来发展空间较为看重；22%的人较为看重工作稳定性，然而，只有18%的人把个人兴趣作为择业标准，看重工作与专业的相关性的人就更少了。当代大学生认为企业在招聘员工时最注重的是工作能力、工作经验、交际能力以及工作态度。极少数人认为企业最看重学历及学习成绩。同样的，专业与工作的相关性仍很少被重视。

由此可得以下三点：

- (1) 当代大学生认为，专业与未来发展的联系并不大。
- (2) 社会现实造成了职业生涯规划与实际未来发展之间存在差距。
- (3) 大学生在大学期间为实际的未来发展所做的准备缺乏针对性。

因此，职业生涯规划在大学生实际的未来发展中的可实现性很小。

三、调研结论与建议

综合以上分析可得：当代大学生虽然认为职业生涯规划十分重要，但对其制定方法以及实际意义还缺乏一定的重视与了

解。根据影响职业生涯规划制定的因素，本小组认为，应该为大学生提供相关的专业指导，如开设相关讲座及培训、举办经验交流会等。其中需着重强调的是如何制定可实施性较强的职业生涯规划。

职业生涯规划访谈经验总结篇二

姓名：

性别：

班级：

学号：

合理的职业生涯规划可以使你更加了解自己，也是用人单位了解你的一种有效手段，大学生职业生涯规划报告书。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，势必会造成生命和时间的浪费。

职业生涯规划是每个大学生必须涉及的重要问题。这一方面是我国现今就业形势和就业制度所提出的要求，另一方面也是大学生根据市场经济社会对劳动者的素质要求，有目的、有计划地塑造自己的客观要求。成功的人生，从职业生涯规划开始。所以，我为自己拟定了一份职业生涯规划，合理的规划自己的未来。在大学期间向着自己规划的未来前进。有了明确的目标我相信我会更加努力。

动画行业前景无限。动画行业也是年会关注的问题之一。目前，全球动画产业的产值为20xx亿-6000亿美元，已成为21世纪的朝阳产业。中国数字艺术虽刚刚起步，但据调查，“动画游戏产品”未来市场产值将超过20亿美元。我国已把游戏引擎开发纳入863计划。湖南电视台和北京电视台也正在筹划动画公司，央视动画公司将于年底挂牌，5到之后还将成立若

干个动画企业集团，动画业前景无可限量。我认为中国有关动画方面的市场还是有相当大的潜力的，因此我在认识的同时就需要做到术业有专攻、并且要博学。因此，动画专业市场非常广阔。

其实在我上大学之前，确切地说没有什么十分明确的目标与方向，都是走一步看一步，就是抱着这种心态，来到大学之后我曾出现过迷茫，听着师兄师姐们不尽如人意的求职经历，我愈发感到未来的艰辛却又不知所措。但是，在听了老师一个学期的选修课后，我茅塞顿开，仿佛一直在黑暗中摸索突然出现了一盏明灯为我指明了前进的方向！老师让我知道了机会永远是留给有准备的人，他的一句口头禅是“我的未来我决策”，自荐信《大学生职业生涯规划报告书》。短短的几个字包含的意义是非常深远的，是啊，每个人的未来都掌握在自己手中，别人无法替你设计未来，只有自己提早分析与作出决策，才能找准方向从而努力奋斗！以下是我的职业生涯规划：

大学四年规划

1. 职业目标□(20xx□20xx年)

(1) 职务目标：先从学生会干，勤工俭学，逐步了解企业对大学生的要求。

(2) 能力目标：掌握专业知识，了解其他方面对自己有用的知识。

(3) 经济目标：在校期间兼职及奖学金。

一年级：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设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大四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。大一学习任务不重，应多参加学校活动，增加交流技巧，但不要盲目地参加。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充实自己。

二，三年级：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，并确定自己是否要考研。要积极锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性；积极尝试并加入校友网络，了解往年的求职情况。

职业生涯规划访谈经验总结篇三

访谈人物1：张晶（化名）

职业：记者（在职三年）

访谈方式：电话

访谈时间：2020年11月20日

访谈内容：

问题1. 你喜欢这份工作吗？在这份工作中，你通常每天做些什么呢？

答：我挺喜欢记者这份工作的，我从小就想当一名记者，大学读的也是新闻学专业，现在我成了一名记者，实现了自己的梦想，所以我现在挺喜欢记者这份工作。当然，作为一名记者，每天都是很忙碌的，要看新闻材料，整理收集到的新闻报道，接打群众的爆料电话，一旦有紧急任务，就要立刻赶往线场。每天都要写新闻报道，有时一天写四五篇，虽然累，但因为热爱，也就乐在其中了。还会有负责做对话栏目的专版，从事新闻人物的采访，每天的工作挺机械的，而且随时待命，一接到任务，就得立刻赶往第一现场。新闻最讲究时效性和真实性，不容马虎，所以平时工作还是挺辛苦的。

问题2. 你认为记者这一行业应该具备怎么样的能力和素质？

答：首先，记者的专业知识要牢固，综合素质要强，且要非常热爱新闻媒体这一行业。同时对新闻报道有较强的敏感度要具备灵活的思维，较强的应变能力，良好的沟通能力，团队协作能力，较深的文字功底，较强的编辑排版能力等。总之，要做一个好的记者除了写作的能力强，还要有一颗永不满足的好奇心，随机应变的能力，善于总结经验的本领以及在截稿期限压力下工作的气质和接受客观事实的宽容心。要不怕苦，不怕累，热情饱满，意志坚定。

问题3. 目前记者这一行业的薪酬水平如何？你对记者这一行业有什么看法？

答：记者这一行业各个报社都不同，要看记者的薪水方面，主要看媒体和记者性质。比如我在云南电视台，做的挺杂的，一个月也就4000-5000。总的来说，记者收入差异很大，要根据不同的地区，不同的媒体报社，不同的类别做分析，但是作为基本记者，月收入大体在3000-8000之间。记者这一行业挺不容易的，希望国家出台更多的法律法规保护记者的合法

权益，同时还希望能给战斗在一线现场的记者同仁们增加薪酬，因为记者的工作相对比较累。

问题4. 你对未来有什么打算？

答：记者这一行业只是我的理想职业而已，满足我的兴趣爱好和工作需要。但我不可能干一辈子，记者可以说是吃青春饭的职业，工作很忙很幸苦需要投入太多的时间和精力，年纪大了也吃不消。所以，在记者行业之余，我尝试点其他的工作，为将来做打算。

问题5. 非新闻传媒等方面的专业人员想从事这个行业，你有什么建议吗？

答：有必要阅读一些专业书籍，了解新闻传播的基本规律，懂得基本的采访和写作技巧，提升综合素质，也可以选择双学位或者是考从事新闻工作的资格证书，多参加社会实践或社团活动，培养良好的人际交往能力和团队协作能力，学会总结和反思参与活动的经验和教训，在实践中不断培养新闻敏感性。

访谈人物2：李瑛（化名）

职业：文秘(在职四年多)

访谈方式：电话

访谈时间：2020年11月21日

访谈内容：

问题1. 请问您的工作性质及工作内容是什么？

答：这份工作是服务于领导，主要是为领导撰写讲话稿、做相关会议行程的安排，承担公司的日常事务管理和来访接待。

问题2. 请您谈谈工作目前的薪资范围及未来规划?

答:目前来说, 薪资范围是4000~5000元。至于未来规划, 作为一名公务员, 本身这个工作就很稳定我从毕业后就一直干这行已经四年多了, 所以, 我对未来的规划主要是安职守己, 努力做好自己的工作, 直至退休为止。

问题3. 请问如果从事这个工作我们大学生现在需要必备些什么技能或特质?

答:一方面, 需要有优异的成绩, 专业知识的基础要牢固, 比如文书写作能力, 计算机操作能力就非常重要。秘书这一行业没有扎实的专业基础知识, 在工作中就会比较吃力, 平时工作量还是很大的, 最讲求效率, 所以扎实的专业知识基础很重要。另一方面, 注重实操课的训练, 比如秘书日常事务管理、会议组织与管理等课程的实训在今后工作中最提现个人能力, 还要多参加社会实践活动, 提高综合素质, 提高人际交往能力, 学会合作, 这些在走上工作岗位之后是相当重要的。最后, 还需要磨砺自己的性格, 就秘书这份工作本身来讲, 是非常细致繁琐的, 我们需要一个是遇事要冷静并学会果断处理, 为人处事沉稳而不浮躁的性格。再就是对待工作要保持足够的激情, 做到尽职尽责。还要和同事之间注重团结, 处理事情以大局为重, 要有谦虚谨慎的态度。

问题4. 能和我们聊聊您工作这么长时间以来对工作的看法吗?

答: 从事这份工作四年多, 我还是很满足目前的现状, 这份工作给我带来了足够的满足感, 让我觉得日子过得很充实和稳定, 我觉得我挺满意的。

问题5. 大三的我们都在烦恼读完大学后就业还是考研?对于就业与择业问题您怎么看?

答:的确, 这是所有大学生都会面临的重要的人生选择。在我

看来,大学生考研与否,这一点应该从个人出发,每个人的情况不一样,选择就不一样。如果想继续深造或者对目前的专业不喜欢的话,那么读研是不错的选择,毕竟因为疫情影响,目前找工作压力更大。如果选择就业的话,我个人认为大学生可以选择先就业,再择业,做长远的打算。在不同的岗位上磨练自己,然后再强大自己,再去选择适合自己的或是与自己专业相符的工作。

问题6. 最后,作为一个过来人,对我们大学生有什么建议?

答:第一,要有很强的时间观念,学会规划自己的大学四年。从大一开始珍惜时间,利用有限的时间不断提升自我,让自己交上一份满意的毕业答卷。第二,大学仍要努力学习。充分利用学校的教学资源,打牢专业基础知识,提升综合素质,为就提高自我竞争力。第三,多参加社会实践,不断磨砺自己的品质和能力,提高人际沟通能力,学会合作,在实践中不断总结经验和教训,为就业做铺垫。

人物访谈总结:

一、要重视和精通自己的专业知识。要充分利用在校学习时间不断夯实我们的专业基础知识和提高自己的专业技能,广泛涉猎各方面报刊书籍,关注行业动态,确定自己的研究方向,提高自己的综合业务素质和专业竞争实力等,不断拓展自己的优势和成功渠道。

二、提高情商,学会经营自己的人际关系网络。提高人际交往能力是我们大学生必修的一门课程。大三的我们必须更加重视培养自己的为人处世能力及经营并维护好自己的人脉资源。

三、要摆正心态,培养责任感和敬业精神,对待学习和工作要有耐心、勇气、纪律、同情心、自信心等。以后工作中会遇到很多困难,乐观向上的心态和严谨认真的工作态度和很

强的抗压能力非常重要。要多方位地认识自我，有针对性地改善自我，全面地提高自身能力，增强自己的竞争力。

四、要多参加社会实践，努力提高自身技能。实践磨砺性格，锻炼技能，考验专业知识，同时实践培养我们的独立意识、独立决策和执行的能力。在实践中获得的经验教训和阅历是我们一生的财富。

五、要善于发现并抓住机遇，机会是留给有准备的人。发展自己的兴趣特长，找准定位，集中精力培养自己感兴趣的工作所需的能力和素质，多去参加相关的实践和比赛，提高自己的含金量，多关注这方面工作的就业信息，不断改造自己，为大四就业提高自我竞争力。

职业生涯规划访谈经验总结篇四

大学只不过是一座象牙塔，我们进入了这里，总有一天要走出来，想在这个社会上安身立命，一份稳定的工作必不可少，然而，无数的大学生毕业之后走进社会，在应聘求职甚至对于自己的职业发展方向方面，都觉的迷茫，面对汹涌的社会大潮不知所措。其中一个重要原因在于，在大学期间，他们心中并没有为自己的未来做一个清晰明朗的、可量化的打算。为了避免这一重复过无数的局面发生在我的身上，从现在开始，我就要对自己的将来做一个明确的打算，为了更好地对自己的未来做规划，获知就业的相关信息以及认识职场、了解职场，我选择了人物采访的方式，我们宿舍的同学一起采访了江门职业技术学院05级政治教育师兄——黎瑞。和我自己采访了我的一位表哥大学生职业生涯规划人物访谈录总结大学生职业生涯规划人物访谈录总结。下面是我们的采访录黎瑞师兄是个比较乐观活泼的人，他对我们对他的采访表示很欢迎，他现任鹤山肯德基餐厅助理，经过两年的奋斗，他从见习助理升到了餐厅副经理。

下面是我们的访谈录：

问：师兄您好，谢谢你接受我们的采访。您是如何找到这份工作的？主要职责是什么？

答：喜欢和客人交流，和同事一起努力工作；不喜欢和做事不负责的人

对于生活来说我还是比较积极的，我觉得我的事业是刚刚开始，我日后要更加努力！！

问：就您的工作而言，您最喜欢什么？最不喜欢什么？对生活有怎样的影响？

答：喜欢和客人交流，和同事一起努力工作；不喜欢和做事不负责的人。对于生活来说我还是比较积极的，我觉得我的事业是刚刚开始，我日后要更加努力！！

问：您在这个职位上，如果想获得成功必须拥有并保持什么样的能力？

答：对内就是管理，对外就是沟通大学生职业生涯规划人物访谈录总结职业规划。

问：您认为做好这份工作应该具备哪些知识、技能和经验？

答：要全面了解自己工作的岗位要求和公司的概况，这样做起事来就可以得心应手。具备管理技能，语言表达能力，与人沟通的能力，至于经验就是要靠自己在工作当中不断地积累和总结！

问：目前，行业内要求从事这份工作的人应该具备什么样的教育和培训背景？

答：要想在肯德基做到组长以上的职位，就必须具备大专以上学历，培训的话，餐厅会针对你本人进行专门的培训。

问：这种职业需要什么样的技能和其他能力?有什么样的要求?

答：其实我的专业和我现在的工作可以说是不对口的吧，但是我觉得我对于管理方面还是有很大的能力的，对于管理方面的能力是要餐厅里面各种理论知识的. 熟练，与客人之间的沟通能力;要求都没什么，最重要的就是能吃苦。

职业生涯规划访谈经验总结篇五

专业：城市规划（城市建筑师） 班级：11城规1 姓名：任莹莹

访谈人物：学校的设计初步课老师

访谈内容：

问1：请问您当年怎么想到要从事这个行业的？

答：当初是因为觉得建筑行业比较好找工作，毕业之后比较好就业。再加上自己有一点兴趣，喜欢设计一些建筑。

问2：您在设计院工作过，为什么会想到来学校当教师呢？

答：因为在设计院的工作挺辛苦，挺累的，我想找一份相对比较轻松又跟我学的专业有关的工作。所以我想到了来高校当老师，既可以让自己的专业知识得到运用，又可以和学生们一起学习，在学校不仅是教学生们，自己也还可以从中发现一些问题，得到提升。

问3：那现在你自己怎么看待之前在设计院的工作？

答：我从一开始的单纯按照甲方的意图做设计到现在渐渐体现自己的意图。我想做一个设计，你首先要让自己满意，然

后就是需要灵感和创意，有创新，才能吸引别人的眼球，有自己的独特风格。

问4：您认为从事建筑这个行业应该具备那些知识、技能和经验？

答：既然是专业，专业知识肯定不能少，理论虽然很乏味，但是理论是实际的支撑。所以必须要学习好专业的理论课。还需要考到证书，比如建筑师证。现在我们建筑行业在不断的规范，只有拿到了国家认证的证书，走到哪都不怕。只有拿到了证书，你才能更好的在这个行业里发展。

问5：这项工作需要什么样的个人品质、性格和能力？

答：首先这是个内涵博大的行业，牵扯到艺术、社会、历史、技术。它是一个有很强艺术表现力的行业。另外建筑行业还可以创造、自由发挥自己的想法，而且想法多变，想从事这个行业最好有以上这些性格能力。这个行业还一个重要的品质，就是需要吃苦耐劳，因为建筑工地的环境恶劣，只有吃的了苦，才能在这个行业里干出一番事业。

问6：你热爱你的工作吗？谈谈你对这份工作的感受。

答：我觉得工作本身与自身喜欢与否没有太多关系。我觉得建筑工作从两个方面谈起，第一是工作环境，众所周知，建筑工作的工作环境不太好，常年都必须呆在工地上，和同事一起过集体生活，每天也都是准点上下班，日常生活肯定不能跟呆在家里比，加上可能工作地比较偏远，交通有时也不是很便利，但是谁年轻又不吃苦呢，城市的学生一开始可能不大习惯，但是日子久了也习惯了，对我的意志也是一种磨练。其次就是工作的待遇和前景，我个人感觉是比较好的，建筑行业工作往往都是要靠丰富的经验，所谓越老越吃香，我想，随着时间的推移与自身的提高，越往后路会越好走。

问7：想大学生活，你最大的收获是什么？

答：学到了很多理论性的东西，很大的丰富了自己的知识体系及内涵，接触了很多著名建筑师的作品，而且在大学打下了很好的建筑基础，为现在的工作提供了很大的方便，当然也使我现在设计时的思路非常丰富。

问8：你觉得现在的你和刚走出校园的你相比，最大的改变在哪里？

折与困难，这个时候你的精神面貌很大一部分都取决于你的自我心态调整。心态的成熟可以让你更好的面对这些。

答：这种状况是肯定会有的，但是如果有足够的技术(条件)支撑，那么设计者的想法最终可能会变成一种艺术，艺术其实就是让人去感受的，所以好的建筑只要让人感受好就可以了。高水平的建筑师会把使用者考虑进来，他总要想尽办法让使用者感觉舒服。

问10：会不会遇到技术实现不了设计的时候？您怎么处理这种问题？

答：肯定是有实现不了的情况。那我会及时去调整这种状态，因为你自己头脑里的东西跟现实情况总会有一些差异，这个时候就需要调整，调整到跟现实更贴近更容易实现。如果设计出的作品脱离实际，那这个设计的意义就不大了，即使再美观，再实用，也是无法现实的一个梦而已。对现实来讲，最好的东西是可以实现的设计，而头脑与现实发生碰撞也可以让我不断提高。

问11：你认为做好建筑这方面工作，最需要的是什么？

答：做好一份工作我觉得最重要的还是恰当的处理各方面的关系，有时候专业知识还显得不是那么的重要，当然真材实

料的. 底蕴是肯定要具备的，当这些都充足之后，你做人的能力就显得尤为关键了，可能你避免不了在工作中得罪一些人，如何跟这些人处理好关系，在建筑这个行业里，特别锻炼人与人之间的关系，一个设计者，需要跟下层劳力者沟通，需要跟中层管理者沟通，还需要更上层领导者沟通，跟各个阶层的人都需要打交道。如何搞好这些关系，这都是很重要的。

《职业生涯规划人物访谈总结报告》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。