

最新高三生涯规划 职业生涯规划心得体会 (优秀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？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

高三生涯规划篇一

对于未来的职业，我觉得每个人都会想过，自己未来应该要做什么，当然我也不例！我也自己从小时候开始就不断的想自己未来是当什么！但是随着年龄的增长，而且加上现在上了这个职业生涯规划这门课之后，我慢慢了解到自己之前想的都是一些美好的幻想而已。知道自己未来要当什么，这只是一个目标而已，而之后要做的工作才是真的。有了一个明确的目标，这只是人生中的一个开头，而要达到这个目标首先要有一个可以让自己去奋斗的计划，加上努力，最后就是要无论遇到再苦的事情都要坚持下去。

以前的我，所谓的“规划”我的职业，是完全没有根据的，只是有时候从电视上看到别人工作，觉得很好，或者是听父母、哥哥姐姐他们说现在什么工作好，感觉自己是随波逐流。一开始我去上这么课的时候我还觉得学校怎么这么早就开这么课呢，我们才大一呀！但是现在坐下来仔细的想想，其实一点都不早了，规划，不仅仅是确定自己未来的职业方向，我们还要去做准备的，可以让我们提前去锻炼我们以后工作所需要的能力。我觉得越早开课我可以越早的根据自己的目标，去做相关的准备。我可以从这个方向去努力，我想这样我大学四年应该不会过的颓废吧。

现在我念得是师范类的专业，我自己不太确定是不是以后就是当一名老师，我也有听过专业不一定对口这些说法。

同时我也有想过考研跟考公务员。我真的觉得我自己真的需要坐下来仔细的想一想我以后的路该怎么走!真的要为自己定下一个长远点目标,我敢说我现在是有一定目标或者一个计划,但是都是一些短期的,有时候一旦做完这个,就结束了,我有时候真的是不知道自己接下来要干嘛的!然后就在那里浪费时间。现在想想都点怕怕的。

目前来说,最要紧的是先准备好期末的考试,至于我说我毕业后是当一名老师,还是去考研还是考公务员,这个我要等暑假回家,再上网去看看这三个方面的未来前景是什么样,加上我自己的兴趣,自己有一定的想法之后,再去找哥哥姐姐,还有老师聊聊,最后定下来,那么从大二就开始准备将来需要的技能。(首先是四六级英语考试)

在这里我学到的东西不一定很多,但是我知道人要好好过生活,不浪费时间,首先还是要有一个计划(包括短中长期的计划)。可能订计划的时候有人说也在浪费时间,但是磨刀不误砍柴工,有一个好的计划,我在进行我的学习或者工作的时候就可以一气呵成而不用做一下想一下。

在这里,我想给自己一点压力,以后的路还是自己走下去的,所以宁愿停下来不走,站在那里好好想清楚接下来的该往哪个方向走,也不要随波逐流了,不要别人走哪就跟哪!

高三生涯规划篇二

引导语:生涯规划师是从事人类生涯发展规划的专业基础人员。下面是小编为大家带来的职业生涯规划师培训,希望对大家有所帮助。

首先,在过去由体制分配劳动力的年代,根本不可能出现生涯规划的概念,如今,人们选择的权利和范围都在不断增加,几乎不会有人像以前那样存在着“从一而终”的想法,据统

计，在美国，一个人一生平均要更换7份工作，并且，先如今这个数字处于不断上升的状态。我国的劳动力工作状态的切换虽然不如美国那么多，但是也已经出现了明显的上升趋势。伴随着生涯规划概念逐渐为大众所接受，生涯规划师的就业前景越来越明朗。

同时，生涯规划又不只是一次性消费品。人们在不同的年龄段会有不同的生涯课题，只要存在着自我成长，就存在生涯课题。例如：在人们1-15岁，存在着亲子关系的课题；15-18岁存在着考大学专业选择的课题；18-22岁存在着学业规划的课题；22-24岁存在着大学毕业、就业规划的课题；22-35岁存在着职业发展的课题；28-45岁存在着生命愿景的课题；50-75岁存在着退休后老年规划的课题等。而根据业内专家的看法，15-18岁专业选择的课题、24-35职业发展课题、50-75老年规划课题已经具有很明显的爆发趋势。

其次，市场供求存在巨大缺口。2013年，美国平均1个生涯规划师面对3000人，总所周知，中国是世界上最大的劳动力市场，那么假设中国每1500人需要1个生涯规划师，那就有87万的需求量，而我国如今拥有生涯规划师资格认证的尚不足2万人，经验丰富的生涯规划从业者更是不足500人。

掌握职业规划基本知识，理解中国职业规划师的相关从业规范，了解职业规划咨询领域的一般规律，了解职业咨询的流程。

理论课：24课时

导的根本性不同，学会职业咨询的常用过程性技法。

熟悉职业规划中最常用的测评工具，掌握mbti人格类型测评的使用方法，理解职业测评与职业规划的内在逻辑。

掌握职业咨询面谈的结构与方法。学会使用职业规划咨询中

的14项常用面谈技术。

深刻理解产业发展与人们的职业机会之间的关系，懂得掌握产业发展趋势，增强职业规划及对未来的预见性。

通过成熟案例的讲解及真实案例的课堂实战，了解职业咨询案例的分析过程，学会提炼问题要点，展开一般性的职业规划咨询。

通过将个人的职业规划与事业发展问题融入整个课程的教学过程中，使得学员吸引更充分。最终形成个人的事业发展计划，开启全新的人生征程。

训后：6课时

面授后通过课后作业及2个真实案例的实践与专家督导，进一步深化课程内容的吸收。帮助学员走向专业之路。

高三生涯规划篇三

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。对企业而言，如何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的职业生涯规划，势必会造成生命和时间的浪费。作为当代大学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？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。有了目标，才会有动力。

我是一个当代本科生，（平时）是家里最大的希望——成为有用之才，性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看

杂志类的书籍，心中偶像是周恩来，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，喜欢创新，动手能力较强做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”，以致一直不能成为尖子生，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。

所谓江山易改，本性难移，虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

1□20xx-20xx年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。（具体规划见后）。

2□20xx-20xx年，熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

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。

高三生涯规划篇四

人生本没有意义，每个人都要给自己规定一个人生的意义，我要思考的结果是：我用我的生命去做我热爱的事情，它不仅让我快乐，而且对人类有帮助。在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的重要利器。对企业而言，若何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有

效的手段；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，势必会造成时间和生命的浪费，作为当代青年，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？因此，我们要为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好设计一下。有了目标，才会有动力。

光阴荏苒，日月如梭，岁月涟漪，木雕流金.....

通过职业生涯规划，我学到了许多，也懂得了许多，还记得刚刚参加工作时我是多么的幼稚与可爱，还沉浸在大学的美好岁月中，转眼间我们便开始了职业生涯规划，是我深刻的认识到，进入三友工作是我们树立人生志向，扬起理想风范的关键一步，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工作形势与趋势，深入理解社会对人才的需求，主动参与职业发展的学习与实践活动，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，为自己精彩的职业生涯铸就坚实基础。

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，我的内心深处收到了强烈的震撼，无论是从思想、知识还是工作方面都受益匪浅。首先，对职业的理解与对职业的目标，我都是从一种模糊状态达到一种茅塞顿开的状态。再次，我想说得的是，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，是不可能有心事业的，没有事业心就没有事业的发展。

机会给予时刻准备着的人，因此，我们要时刻准备着，来面对新的给予，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，他如果有高度的凝聚力，有生活的活力，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。只有不断的努力奋斗、积累经验，给自己的人生做个完整的规划，才能去获得成功，赢得自己想要的人生。

职业生涯规划心得体会二：职业生涯规划心得体会（1967字）

曾经追着彩云的梦，伴随青春的脚步，我们义无反顾。十二年的期盼，十二年的寒窗，十二年的笃行，使我们收获许许！终于踏进了那个梦寐以寻的，常为之茶不思，饭不想的大门，此时我欣然！我离家千里，继续踏上求学的征程，我谥知我的肩不轻！大学是美好的，也是辛苦的。首先摆在面前的是对我职业生涯的规划，我有我的想法。我常常自问，我的一生到底在追寻什么，我想要什么，怎么做。每次思考都无功而返，总是陷入自我的妄自菲薄，也常常感觉到惶恐和无助。进入大学之后，这样的思考便显得浅薄。

高三生涯规划篇五

职业生涯规划心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的职业生涯规划心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【职业生涯规划心得体会精品5篇】，供你选择借鉴。

一、前言

有人说过这么一句话：想到和得到中间还有两个字，那就是做到，只有做到才能得到。不经意间，大学生活即将过半，却发现自己一直处在一个迷茫的状态，对社会上的种种状况知之甚少，甚至连自己想要做什么，想要得到什么都很模糊，自己好像再用每天的学习来逃避现实。这个暑假见到了好多的朋友，有人已为人父母，有人也已开始赚钱养家，甚至自己的表弟表妹都已经有了工作或是自己创业。这给了我很大的震动，甚至有很强的挫败感。也让我好好的想了想自己的未来，我到底想要什么？我该怎么做？通过此次的生涯人物访谈让我收益匪浅！

二、访谈内容

(一)访谈一：

1. 访谈人物：刘跃，毕业于上海交通大学，任职于南方。
2. 访谈方式：当面访谈
3. 访谈问题：

(1)您是如何找到这份工作的？

在网上投了简历结果就被选中参加了面试，后来就顺利通过

了。

(2) 我知道现在很多公司都很看重工作经验，您面试的时候公司有提到过吗？答：提到过，我大学期间课余时间还有寒暑假都有去做兼职，像家教，做销售，服务员等等，也和同学帮别人设计网页。所以面试的时候对于工作经验这方面他们对我还是比较满意的。其实你们大学期间也可以试着去做一些兼职，即使与专业无关，但是很能锻炼你们的人际交往能力。

(3) 目前，行业内对毕业大学生的证书有硬性要求吗？

工作能力，最重要的还是你的实际运用能力。

什么学历，能很好地掌握相关的理论知识并能很好地运用到实际工作中是最重要的，我觉得自己最弱的还是实践能力，所以学习期间要注意多动手实践。其实任何工作都需要一个人全身心投入，即使自己真的不喜欢这份工作，试着去接受它而不是要它来适应你，进入工作时要抱着一种开放、包容、谦虚的态度慢慢学习。

职场的一个新人吧，其实我最想的是自己有自己一个软件公司，目前只是在为以后自己创业积累知识和经验，也算是在积累资本吧！家里面对我的工作挺满意的，他们就希望我有个稳定的工作。

4. 访谈体会：

因为该访谈人物是父母朋友的孩子，所学专业和我一样相近，在竞争如此激烈的时代，他算是一个很幸运的人，没有在求职的过程中感受到太大的压力，而且他在学校的成绩也非常优异，大学期间他也很努力参加各种实践活动，对他的求职路打了很好的基础。或许在走出大学的那一刻我们会面临各种各样的困难和挫折，我们没有他那样幸运，但我们可以像他那样努力，不断完善和充实自己，机会总是留给有准备的

人，如果我们能做好充分的准备，相信我的在今后的求职路上也会有所收获。良好的准备是踏入社会上的第一步，也是整个人生的重要一步，这是我最大的启发。

职业规划目前越来越受大学教育的重视，同时也引起了社会的广泛关注，因此也产生了与之相关的新职业——职业规划师。那么什么是职业规划呢？简单的说职业规划就是每一个人对其人生确立明确的职业目标，同时制定与该目标相关的具有可行性并且能实现该目标的行动方案。

对于大学生，制定符合自己的职业规划是目前的当务之急，尤其是刚进大学的大一同学，尽早的制定职业规划，对今后的人生有着举足轻重的意义，据了解，现在的在校大四学生中有相当一部分群体并没有明确其自身的职业目标，因此在校方与企业为应届毕业生举办的双选会中发生了对多个不同类型的企业进行面试的广撒网的现象，然而这样毫无准备的与不同的企业进行交谈也毫无效果，最终的结果也是面试失败，而在不断的失败中无形的打击了不少毕业生的求职就业的积极性，这样双选会上产生了在大四上学期求职的学生人满为患，而到了下学期的双选会就门可罗雀了，虽然有部分原因是之前已应聘成功的毕业生，同时那些没有明确的职业规划的毕业生也失去积极性，可见制定一份符合自己的职业规划是现在校大学生特别是大一新生必做的事情之一了。

反复提到大一新生应做好自己的职业规划，是因为目前在中国的教育体制下，大多数大学生将大学当做“天堂”而忘记了自己学生的身份，缺少了主动学习的动力，在高中时期，每一位学生的学习动力都源自于希望考上一所大学，当考上大学后，目标实现了，但是没有确立一个新的目标，也就失去了学习的动力，浪费了时间，早日得制定出职业规划，明确自己的职业目标，学习才会有动力，同是可以激发出自己内在的潜力吸收更多的知识，其实每一个人都有大量的内在潜力，只是没有被激发出来而已，有个故事是这样的：一次拿破仑去山中打猎，在一个湖边发现一名落水者，落水者全

身无力了，所以拼命呼救希望拿破仑可以救一下他，而拿破仑却执意要他自己爬到岸边，可是落水者死活不干，最后拿破仑举起枪，对着落水者说在不上岸就打死你，落水者最后还是自己将自己救了。任何人的潜力在压力之下必然被激发。

但是无论自己有怎样的学习成果，最终指向都是就业，并承担社会责任，每个人的出身不同，有的出身在富裕的家庭中衣食无忧，但有的家境贫寒，家庭环境的改善这是寄托在这些大学生的身上，只有靠自己找到一个好的职业，才能改变自己的命运，通过适合自己的职业，来丰富自己的人生，尽早的树立职业目标，也就需要自己掌握所要从事的职业必须具备的相关专业素质，以及从事行业对人才得普遍要求，现在的企业对应聘者主要注重两个方面：“职业忠诚度”和人际沟通协调的能力，而职业忠诚度在刚走进社会的大学生上表现并不突出，因此企业会注意到大学毕业生应聘者是否具有良好的修养以及正确的道德素质，这些长期培养出来的习惯不是一两天就可以改变的，所以早日改变自己不良习惯对自己将是终身受益，现在社会已经发展成一个合作性社会，一个人是不可能成功的，因而企业会很注重合作能力，所以具备好的人际沟通协调能力也是求职中的有力法宝。

如何为自己制定一份符合自己情况的职业规划呢?这可以从一下几方面进行实施，自我判断自我认知，清楚地认识自己来制定一个职业规划，通常我们制定的职业规划为3-5年的短期职业规划，并且随时更改内容使之符合自身的发展，如果自身条件较好则为自己定一个大规模的规划，而自己认为自身条件一般，则定一个符合自身实力的职业规划。接着认清目前的就业形势，其实目前的就业形势普遍较好，找到一份工作的难度不大，而找到一份理想工作则有一定的难度，因此我们制定的职业规划就是以提高自己素质能力，满足用人单位的人才需要，明确我们在大学中的生活和学习方式，这样找到一份理想工作是没问题的。再者我们要制定一个行动方案，并将其相近细化到每一周每一天该做什么，该看什么书，该提升哪一方面的不足。最后我们一定要寻求专业帮助，正

所谓当局者迷，主观偏差可能是所制定的计划不准确，为此我们在校大学生最好的帮助就是老师，通过老师多年的经验指导分析你的规划中不足之处，同时你的父母和身边的同学也对你的了解也对制定自己的职业规划有一定的帮助性。

在大学中，尽早的制定自己的职业规划对即将进入社会的大学生有巨大的帮助。

我们开了职业规划课，时间不长，课程也不多。但这门看似简单的课程，却意义重大，可以说事关今后我们的未来，容不得马虎。学习这门课后，真的很有感想，在这里，也大概的说一些自己的感想。

在学这门课前，对职业生涯的理解就是一个人的工作的经历。在学习和查找资料后，才对职业生涯有了个新的认识。职业生涯，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。一般可以认为，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。就我现在认为，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。下面，我要就我这么个认识，说说我的看法，也是我学习这门课程后的感想。

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。一般来说，我们的生活会受到工作、职业的影响，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。

以上，是我个人对职业生涯规划的看法。听过书记的课后，及课后查找资料，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对它的重要性，我也想想该为自己的职业生涯规划。但是，实际上，我只能想，我不敢现在就在书面上做我的职业生涯规划，因为这必须要慎重，我要尽可能多了解现在的现状，不管是社会还是自我。有时修改某些东西比重新再去做它更困难，我觉得，与其做好一份职业生涯规划，而后发现问题再去改，还不如在做之前考虑好，想全面点，然后再去认真的规划。

我觉得，我们上这堂课，还是晚了点，再早点就好了。但上了总比没上好，至少，我现在已经有感触了。虽然说对这个明白的不是很多，但我清楚，我现在就要为职业生涯规划作准备了，以前没有这个意识，现在必须要有，也同时要拿出行动来。

学习完本课程，我最大的感受就是一定要先了解自己。以前，我也会问自己：“我是谁？我想做什么？”我也给出过自己无数的回答。但是那些回答都没能实现。现在我知道了，不是我问的不对，而是我回答的不对。以前我关于这个问题的种种回答都是基于我自己的感觉，而感觉往往是冲动的，心血来潮的，所以光靠感觉得到的回答是不可靠的。

了解自己，要靠前人积累的方法。比如通过霍兰德职业兴趣测试了解自己的兴趣，就比我们自己感觉要可靠的多。今天我们可能感觉自己喜欢唱歌，过一段时间又可能感觉自己喜欢表演。虽然这两个兴趣并不矛盾，但是如果太多这样的兴趣，就会让人无所适从，就会觉得做这个也行，做那个也行；或者做这个不合适，做那个也不合适。

第二点感受是要重新认识社会，认识社会分工。我们从小就被教育社会是某种样子的。有人认为社会是简单美好的，有人则觉得社会上很复杂很乱。这些固有的意识阻碍了我们对真实社会的认识。真实社会有庞大复杂而又具体的分工，而许多分工只有它们的从事者才知道具体做什么工作。因此，我们切不可望文生义，凭空揣测某种分工做什么工作。这样，当我们去进入这个分工后，发现完全不是自己原先想的那样，那就后悔莫及了。因此，在我们打算从事某个行业之前，我们一定要通过各种可以利用的渠道去了解这行业的具体情况。

学完本课程，我做了霍兰德职业兴趣测试。结果是ri型，既是实用型和研究型。综观这两个类型的典型职业，一个是注重动手能力，一个是注重学习能力。而我发现我在这个两个能力方面都欠缺。这大概恰好验证了——兴趣与能力高低无关。

因为只有工作和兴趣有一定的耦合度，才能工作得快乐，而能力是可以培养的。因此，我先不考虑能力大小而选择考研，为的就是满足我的兴趣，并培养我的学习能力。而且就算是考不上，用考研期间培养学习能力也是利大于弊的。因为就算是找工作，我同样还是要学习相应的知识来使自己达到岗位要求，现在培养学习能力也算是磨刀不误砍柴工。在制定学习计划的时候我会遵循smart原则，而在实施的过程中，我会根据pdca循环(计划，执行，检查，处理)来逐步提高我行动的效率。从而使自己最大限度的接近自己的目标。

通过这次的访谈，我了解了许多大学生所面临的选择与彷徨，在严峻的就业压力形势下，部分毕业生选择了读研，继续深造自己，也有的选择了就业，但我个人觉得这要视每个人的性格，兴趣，价值取向而定，无论哪种选择，最好是最适合自己的选择。

目前对大学生来说由于连年的扩招带来的毕业生人数急剧增加，政府机构改革、人员分流，国企深化体制改革、精兵简政，私企就业岗位少，全球性经济危机又雪上加霜，大学生就业仍然存在很大困难。所以有很大一部分的学生都转向考研，引起新一轮的“考研热”。也就是说现在的研究生情势也不乐观。因此只有脱颖而出的人才会有更好的优势考研进而就业。这也是组多大学生需要认清需要面对的现实问题。

对我个人而言，读研以后也不一定能找到一份好的工作，不一定能缓减就业压力，高学位并不等于高职位、高薪水。其实就业难不难，主要看个人能力与内心期望值之间的差距，综合素质很强，到哪里都是抢手货；但如果是眼高手低的话，现实与期望落差会很大，高不成，低不就的，自然很难找到工作。所以，给自己一个合理客观的分析，定位，是很重要的，克服浮躁情绪，踏下心来才能更好，更快的融入社会。

这次访谈的结果真的印证了老师在上课时所讲授的内容，可以称之为实用知识。这种实用知识相当于哲学上的理论知识。

首先，一个人应当对自己的职业有个大致的规划，而不是毫无目标。只有这样确定了方向，我们才能更好的朝着目标努力。其次，影响人们选择职业的方面真的是多方面的，正如老师上课让我们选择的：待遇，福利，工作环境，发展前景，个人兴趣爱好。而我们需要根据自己的需求不同选择自己的职业。其实，我个人觉得，个人的兴趣爱好还是很重要的。试想，如果邵秀英对考研完全不感兴趣，那她又怎么会在丰富多彩的大学里，当周围的人都去忙于社团、交际、娱乐活动等时，而她却一直默默地学习，对考研矢志不渝呢。只有有了兴趣爱好，才后有动力，有进步，才会像邵秀英同学一样取得那么多的成绩，进而有更大的发展空间。最后，我觉得人应该认清自己，认清自己包括很多，比如明白自己的优势、劣势；知道哪些对于自己来说是机遇，哪些是威胁；更要明摆自己的方向所在。只有这样，我们才能抓住机会，勇往直前，达到我们自己想要的目标。而在我们确定了自己的目标后，就应该逐步向目标奋进了。应该有目的性的，一步一步向前走。明白将来那个工作所要求的是什麼，我们需要具备怎样的知识、技能、素质。如果自己还有所欠缺，就应该抓紧时间做功课了。只有让自己足够配得上那份工作，我们才有十足的把握赢得那份工作。

然而，理论最终是要付诸到实践中去的。我们不能只靠理论生存。在现实中进行访谈是有根据性，有目的性的，跟自己所学的专业有很强的挂钩性，这样我们可以有针对性的去考察实际情况，比如借鉴他人的学习模式如何来提高自己的学习效率，增加也他人的交流，不闭门造车，打开我们的视野，多与实际接轨，这样才能更加提高我们自身的修养。

而课堂上所讲的毕竟不是我们的实际经验，所以不能完全依赖课堂。我们要把课堂的理论与实践更好地结合起来。当然，人的实践活动需要理论来指明方向。但是也不能唯理论是从，应以理论为指导，以实践检验理论。在这次访谈中，我了解到一个人的知识和技能不再是决定职业发展中达到的高度的唯一因素。就算我将来考取了研究生，有了高学历，获取了

更丰富的知识，到头来我还得回归到社会实践中去，通过实践来检验我的实力。所以真正决定一个人能否成功的，是个人品质和能力。这是课程教授中所没有提到的。其实，现实访谈结果与课程讲授内容的差异性是我所预想到的，社会在发展，时代在进步，理论知识有时候有一定的滞后性，需要在实践中发现。这就更要求我们在掌握好专业知识的前提下，将理论应用于实践，理论与实践相结合更高效的做好本职工作。

一次简短的访谈到这就结束了，首先感谢我朋友能在百忙的学习中抽出时间接受我这个人访谈，通过这个访谈我受益匪浅，以下是我的感受也收获。

想当初刚步入大学时，一心想着四年后一定会有一个属于自己的职场天下的，到时候就尽自己最大能力去实现自己的职业价值，并抱着这个信念努力着。那会儿的确很单纯，很天真，空有一腔热血并踌躇满志。等大学上到现在心绪开始慢慢沉淀，也开始认认真真的替自己的未来考虑了。那些不着边际的理想、空想也从我身上蒸发。我们所关心的不再是乌托邦，而是现实的世界。大学，一个从理想世界到残酷社会的跳板，让我们有幸生在理想之中，又可以目睹社会现实的残酷的一面。我想，对我们这群没有见过世面，整天呆在校园里的莘莘学子来说，就业是一个不能再遥远的话题。但是，我觉得，我们就更应该好好考虑就业这个问题，那样才不会被将来的就业打个措手不及。