

最新大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐 大学生职业生涯规划(精选7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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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访谈记录问学长学姐篇一

《鸡蛋宝典》里有这样一句话，每个求职者都是一个鸡蛋，最适合他的篮子只有一个，要想找到那只最合适的篮子，必须先弄明白，那是什么样的篮子。这就需要我们对自己的未来提早做好规划，凡事预则立，不预则废，一个人的成功除了机会的垂青外，更需要周密的准备。下面就是我结合自己的实际对我的职业进行的一番选择与规划。

以后的路很长，所以我们要对自己所要从事的职业进行一番慎重的选择。对自己职业曾经想到很多，汉语教师，翻译员，英语教师……但是这些职业只能发挥我所学的一半知识，我很不甘心。经过多方面因素的考虑，我最终选择了适合自己的职业——对外汉语教师。

(1) 浓厚的兴趣。不同的职业需要不同的兴趣特征。一个擅长技能操作的人在技能操作领域可以得心应手，如果硬把他的兴趣转移到书本理论上来，他就会感到无用武之地。不论是从教师这个职业还是外国留学生来讲，我对这二者都充满了兴趣和好奇。

(2) 有利的知识储备优势。本科四年对外汉语专业的学习，将会打下较扎实的汉语和英语基础，对中国文学、中国文化及中外文化交往有较全面了解，进一步开发自己的潜能，会成为高层次对外汉语专门人才，也可成为国内外有关部门、

各类学校、新闻出版、文化管理和企事业单位从事对外汉语教学及中外文化交流相关工作的实践型语言学高级人才。

(3) 职业的稳定性。教师这个职业对于女孩来说是个很稳定的职业，因为它有较为固定的收入及优越的待遇，有合理的节假日休息时间，并且会受到社会的尊敬。

(4) 家庭的支持。一份满意的工作不仅是自己的心头大事，也是家人十分关心的事情，甚至是关系到整个家庭和睦相处的重要因素，因此得到家庭的支持，是选择职业的必要因素。

(1) 对外汉语师资不足。相关统计数据表明，今年北京市学习汉语的留学生有4万，而到了20xx年这个数字至少达到8万。即使按照对外汉语教学的“大班教学”的标准，北京至少需要8000名汉语教师，而目前全国拥有对外汉语资格证书的只有3000到4000人。

(2) 提高中国世贸组织国际化程度的要求。为外国政府部门、国外著名机构和名牌大学培养高级汉语人才和汉语教师，方便和其他国家经济文化联系，促进中国世贸组织国际化程度的提高。

(3) 传播中国文化的历史使命需求。弘扬中华文化传统，传播汉语，让汉语走向世界，让世界了解中国是我们对外汉语人的光荣使命和艰巨任务。

我们都知道要想做好一份工作，必须明确自己的职责。而作为一名对外汉语教师就是要通过对留学生严格的、长期的系统教学，训练出对中文语言特征以及中国文化有一定了解的优秀外国学生，使他们能够熟练地运用汉语进行沟通和交流，能够把汉语作为一种工具来使用，以便世人了解中国走近中国。我为自己能够拥有这样一份神圣的职责感到无比的自豪，所以为了实现自己的理想我下决心为此奋斗为此拼搏。

要想成为一名优秀的对外汉语教师不是件容易的事，我的专业决定了我们要付出比其他专业学生更多的汗水才能成功。我们不仅要学习语言学和第二语言教育的基本理论，掌握扎实的汉语言文学基本理论和知识，还要接受中国文学、比较文学、英语语言文学、中西比较文化等方面的基本训练，熟练地掌握英语，具有从事语言或文化研究的基本能力。具体如下：

2. 掌握对外汉语教学的基本理论与方法，能进行课堂教学；
4. 有较全面的英语听、说、读、写、译的能力；
5. 了解对外交往的有关方针、政策和法规，具有一定的外事活动能力；
6. 了解本学科的理论前沿、应用前景与发展动态。

时光如梭，一眨眼已经将是大二学生了，我还没有做好心理准备，但是该来的终究要来，谁也阻挡不了。回想自己一年来的学习经历，有甜也有苦，有酸也有辣。学习对我来说并不是一件烦人的苦差，因为我清楚无论什么事都必须付出劳动付出艰辛，学习也一样。所以我一直很努力地学习，图书馆，自习室是我常常光顾的地方，然而，这样的努力距离我们专业所要达到的水准还远远不够。一年来我所接触的知识只是一些皮毛，并没有对专业进行深入地学习，而且我的英语基础不是很好，与其他同学有一定的差距，我想这将是以后努力的重点。之前的学习并不像我想象的那么乐观，由于地区的差异，我们陕西的英语教育没有重视过学生的听力，而对于我的专业来说英语听力是至关重要的，我的听力成为了我的拦路虎。

理想不是写给别人看的，既然心中有了蓝图，就必须以实际行动来描绘。我很清楚自己目前的现状与我的理想所要达到的要求存在着很大差距，所以我必须有所规划有所准备。大

一已经茫茫然地走过，以后的路要走得清清楚楚，明明白白。所以我要做到：

1. 大二第一学期重点放在英语听力和口语的练习上。抓紧一切可能机会练习，相信功夫不负有心人。我觉得要提高听力能力，光用听力磁带是不够的，另一个方法便是去英语角，大家用英语聊天，发表言论。
2. 第二学期刻苦学习各门功课尤其是英语的学习要有很大进展，提高英语听、说、读、写、译的能力，赶上其他同学。
3. 平时注重英语写作和英汉翻译，多阅读英文书目。
4. 扎实学好汉语语法和教学理论，掌握汉语言文学学科的基本理论和基本知识，对有关的社会科学、人文科学与自然科学有一定的了解。
5. 大量阅读，掌握中国文化精髓，了解西方文化和习俗。
6. 了解对外交往的有关方针、政策和法规，培养一定的外事活动能力；了解本学科的理论前沿、应用前景与发展动态。

每个人都有自己的理想，我的理想职业就是成为一名优秀的对外汉语教师。我知道实现这个愿望并不容易，但是我有勇气接受这个挑战，我要用自己的实际行动来实现我的梦想，来证明我的能力。

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇二

在不断发展的社会环境里，科技进步、经济高速发展；高等教育也在快速发展，这些都增加了我们毕业后的竞争压力。我们面对这样严峻的就业压力，毕业后如何找工作？又怎样才能找到适合自己的工作？这些都取决于大学期间自己有怎样的业规划，是否为自己的职业人生创造了一个良好的起点。

很多人进了社会之后，因为没有做好职业规划，让自己的生涯路越走越迷茫。在课上，老师以多样化、形象化、生动化的授课方式，一步一步引导我们制定大学生职业生涯规划。现在，我懂得了确立自身发展目标的重要性，并开始思考未来理想职业与所学专业的关系，尤其，在那次为自己制定职业规划的过程中，我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了一条职业生涯。设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。

现在，我对职业规划有了明确的认识。职业规划就是全面、深入、客观分析和了解自己，对自己的职业生涯发展有明确的定位，并设立明确的职业目标，在通过各种积极的行动与措施去争取职业目标的实现，以及个人对生活需求及工作需求进行恰当地调整职业生涯规划是一个过程，规划的功能在于为生涯设定目标，并找出达成目标所需采取的步骤。职业规划是指个人发展与组织发展相结合，在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，确定一个人的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的成功。

大一的时候做的职业生涯规划曾规划大二上半年我要考计算机二级证；大二下半年我要拿到普通话一级甲等；大三上半年，锻炼自己的工作能力及应聘能力。这些我完全按照规划做到了。 我对自己指定的目标是做一名电子商务师。虽然我现在还不会实现这个规划，但是我一直在朝着这个目标前进。实习期间我尽力一家电商公司的推广部做了一名推广专员。由于主管是电子商务师，所以自己也一直朝着这个方向努力。目前做的微信营销，我相信只要按着对自己的规划一步步踏踏实实的一定会有所成就的。

在工作期间我认为有几点是非常重要的：

1. 第一个主管非常重要 。第一个主管能对个人产生深远的影响

响，好比职业生涯中的第一个启蒙老师，因为第一个主管的人品、办事风格、是否会培育教导员工，都将对你以后的工作态度和职业习惯产生重大影响。所以最好能在初期的面试中尽量多沟通，了解主管的风格和思想。

2. 待遇不是惟一考虑条件 。 一个人大学毕业大约22岁，60岁退休，可以工作的时间有将近40年，挣钱的机会其实很多，年轻人不要将待遇作为衡量工作的惟一标准，重要的是看是否有发展前景与学习机会，有热情的投入，为成功的职业道路累积深厚的能量。

3. 不要骑驴找马 。 一旦选好了工作，就是对公司有基本的承诺，没有把握在这家公司做足两年，建议在最开始就不要接受。否则不仅伤害公司，也伤害了自己，频繁调换工作实际是为自己未来设置更多的障碍。

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。通过职业生涯规划的一步实施，我们从中得到了专业课中无法学到的知识。让我们一起自我定位，订立目标，走向目标！对自己的人生作一个生涯规划，在我们还似白纸一样的生命里描绘出最绚丽的色彩；在我们还空白的生命之歌中谱写出最动听的音符；在我们还单调的人生中留下最光辉的一页！

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇三

在不断发展的社会环境里，科技进步、经济高速发展；高等教育也在快速发展，这些都增加了我们毕业后的竞争压力。我们面对这样严峻的'就业压力，毕业后如何找工作？又怎么

才能找到适合自己的工作？这些都取决于大学期间自己有怎样的职业规划，是否为自己的职业人生创造了一个良好的起点。

很多人进了社会之后，因为没有做好职业规划，让自己的生涯路越走越迷茫。在课上，老师以多样化、形象化、生动化的授课方式，一步一步引导我们制定大学生职业生涯规划。现在，我懂得了确立自身发展目标的重要性，并开始思考未来理想职业与所学专业的关系，尤其，在那次为自己制定职业规划的过程中，我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了一条职业生涯。设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。

确定一个人的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的成功。

大一的时候做的职业生涯规划曾规划大二上半年我要考计算机二级证；大二下半年我要拿到普通话一级甲等；大三上半年，锻炼自己的工作能力及应聘能力。这些我完全按照规划做到了。 我对自己指定的目标是做一名电子商务师。虽然我现在还不会实现这个规划，但是我一直在朝着这个目标前进。实习期间我尽力一家电商公司的推广部做了一名推广专员。由于主管是电子商务师，所以自己也一直朝着这个方向努力。目前做的微信营销，我相信只要按着对自己的规划一步步踏踏实实的一定会有所成就的。

在工作期间我认为有几点是非常重要的：1. 第一个主管非常重要 。第一个主管能对个人产生深远的影响，好比职业生涯中的第一个启蒙老师，因为第一个主管的人品、办事风格、是否会培育教导员工，都将对你以后的工作态度和职业习惯产生重大影响。所以最好能在初期的面试中尽量多沟通，了解主管的风格和思想。 2. 待遇不是惟一考虑条件 。一个人大学毕业大约22岁，60岁退休，可以工作的时间有将近40年，

挣钱的机会其实很多，年轻人不要将待遇作为衡量工作的惟一标准，重要的是看是否有发展前景与学习机会，有热情的投入，为成功的职业道路累积深厚的能量。3. 不要骑驴找马。一旦选好了工作，就是对公司有基本的承诺，没有把握在这家公司做足两年，建议在最开始就不要接受。否则不仅伤害公司，也伤害了自己，频繁调换工作实际是为自己未来设置更多的障碍。

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。通过职业生涯规划的一步步实施，我们从中得到了专业课中无法学到的知识。让我们一起自我定位，订立目标，走向目标！对自己的人生作一个生涯规划，在我们还似白纸一样的生命里描绘出最绚丽的色彩；在我们还空白的生命之歌中谱写出最动听的音符；在我们还单调的人生中留下最光辉的一页！

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇四

为了帮助同学们了解所学专业及其就业前景，使同学们了解到职业规划的重要性，并为我系新生的职业规划提供不可或缺的指导。20xx年9月21日下午两点二十，轻工化工系“大学生职业生涯规划指导讲座”在我系6201教室进行开讲。有幸请来了教务处副处长兼我系副主任王珂佳为20xx级新生进行职业规划指导。

首先，王处长向同学们简单的介绍了自己。随后，他从“如何做一名合格的大学生？”开始讲起，我们作为一名大学生，首先应有一个清醒的自我认识，从思考中确立自我，从学习中寻求真理，从独立中体验自主，从表达中锻炼口才，从交

友中品味成熟，从实践中赢得价值。一一讲述了如何做一名合格的大学生？同时又告诉在场的新同学，在了解了怎样做一名合格的大学生之后，更重要的就是如何规划自己三年的大学生活，大一时，你要博业，就是说你要看大量的书，从中发现你喜欢的知识领域；大二时，你要通业，把你所学的专业知识学好，为以后就业打下坚实的基础。大三时，你要择业，就是在实习时要加强技能的学习，练好本领，同时还要学会自我推荐和找机会展示自己的才能，从而实现就业。

为了使同学们更好的理解职业规划，王处长将职业规划分成了三大步骤：第一步、自我认识，学习理论；第二步、职业评估，学习技能；第三步、职业定位，人职匹配；王处长详尽地讲解了每一步，并结合实际向同学们阐释了原理。

最后，王处长给大家总结职业生涯规划：树立职业精神；建立目标意识、规划意识；学会学习、做事、做人。

本次讲座在现场同学热烈的掌声中圆满结束，同学们纷纷表示受益匪浅。王处长的精彩讲座不仅消除了同学们对于专业前景的迷茫感，同时也让同学们更加明确自己如何进行职业规划。愿我系20xx级同学都能开创出自己的一片天地！

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇五

在这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为就业争夺战中的另一重要利器。

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，势必会造成时间和精力上的浪费。

作为当代的大学生，若是一脸茫然踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？

因此，我为自己拟定一份职业生涯规划。有目标才有动力和

方向。所谓“知己知彼，百战不殆”，在认清自己现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。

一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估，包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职位面前我会选择什么等问题。所以要想成功就要正确评价自己。

生命是短暂的，人生是漫长的。只有做好规划，才能在激烈的竞争中成就自我，才能活出精彩的人生！

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇六

为了让同学们更好的完善自己的职业生涯规划书，深入分析自己、分析职业发展，做好职业规划书，特给出大学生职业生涯规划书的结构。具体如下：

结合职业测评及其他自我分析方法，对自己进行全方位、多角度的分析。

- 1、职业兴趣—喜欢干什么
- 2、职业价值观—最看重什么
- 3、职业能力—能够干什么
- 4、性格特征—适合干什么
- 5、胜任能力—优劣势是什么
- 6、自我分析小结

1、家庭环境分析 如经济状况、家人期望、家族文化等以及对本人的影响

2、学校环境分析 如学校特色、专业学习、实践经验等

3、社会环境分析 如就业形势、就业政策、竞争对手等

4、职业环境分析

如行业现状（行业现状、发展趋势、人业匹配分析）、职业分析（职业工作内容、工作要求、发展前景、人岗匹配分析）、企业分析（单位类型、企业文化、发展前景、发展阶段、产品服务、员工素质、工作氛围等，人企匹配分析）、地域分析（地域发展前景、文化特点、气候水土、人际关系、人城匹配分析）

优势因素[s] 弱势因素[w]

机会因素[o] 挑战因素[t]

例：王导的学生辅导员工作swot分析

优势因素[s] 弱势因素[w]

锻炼组织协调能力、提高综合素质 专业学习时间少

加深对人的管理和领导艺术感悟 压力过大、精力、体力付出明显

从学生成长中获得满足感 流于日常琐事，实际能力提高有限

高校环境受尊重，自我实现等高层次需求易得到满足

机会因素[o] 挑战因素[t]

锻炼决策能力机会多 如何平衡专业学习和工作

接触不同类型学生机会多 如何即让学生喜欢也让领导满意

社会认同度大 如何高效的做好各项事务工作，对工作有更多思考

培育自信心、责任心 如何使工作充满创意和出类拔萃

结论：

职业目标：如，将来从事□xx行业的□xx职业

职业发展策略：如，进入xx类型的组织（到xx地区发展）

职业发展路径：如，走专家路线、管理路线等

具体路径：如□xx员—初级xx—中级xx—高级xx

计划名称 时间跨度 总目标 分目标 计划内容 策略和措施

备注

毕业五年计划

毕业十年计划

制定完大学生涯规划书后，一定要进行先期论证，这样可以避免少犯错误，论证时可以考虑以下几个方面：

1、具体性

个人职业发展规划必须具体。表现再自我探索、目标设定、行动方案等诸多方面。

自己究竟有什么特点？长处在哪里、短处在哪里？兴趣与爱好、能力与技能、性格与价值观、成长经历究竟如何？近期、中期、长期的职业目标是什么？准备如何行动和保证行动计划的实施？等等所有内容均须具体化。

2、可行性

可行性包括现实的主观条件、现实的客观条件、可创造的条件三个方面。一个好的职业发展规划光有具体性是不够的，还必须现实可行。

3、发展性

一切尽在变化发展中，要以发展性原则来看待职业生涯规划，大二制定发展规划书不是一成不变的，要将职业发展与生涯发展联系起来，在不断探索、不断进取和不断调整中实现自己的人生价值和社会价值。

完成职业生涯规划书后，请同学们完成一份简短的课程小结，对于大学生职业生涯规划课程学习有些什么收获、体会。

大学生职业生涯规划访谈记录问学长学姐篇七

参赛者资料

姓名：黄亮波

性别：男

年龄：21

籍贯：湖南郴州

所在学院：化学化工学院

专业及班级：化学工程与工艺专业工艺一班 学号□11060401xx

联系电话□1519728xxxx

e-mail:

目录

一、自我分析

二、环境分析

三、职业定位

四、计划实施

五、评估调整

结束语

职业规划

一、自我分析

（一）职业爱好

对于自己，爱好比较多，比如篮球、乒乓球、网球、羽毛球，此外喜欢玩电脑，喜欢玄学类的书籍，喜欢看些中医类的现代的和古代的书籍，喜欢音乐，喜欢好莱坞电影，喜欢交朋友，对于新闻只喜欢看时事政治。

（二）职业能力

交友能力强，适应能力强，容易配合别人工作

（三）个人特质

工作环境要轻松、友好，能和他人在一起积极地工作

工作需要满足我来动员大家合作，处理人际关系和争执冲突，消除紧张气氛

（四）职业价值观

我希望能促进team的发展和别人的进步，并因此得到认可，我认为这是实现自我价值的基础，我的个人成就也往往是在对别人的影响互动的中取得的。我善于组织、协调和管理，不喜欢单打独斗，各自为政。我会很自然地表达自己的观点，使别人接受。我看重权威，常借助权威性增强自己观点的说服力。我热爱新尝试，面对挑战性新任务或者结果还不确定的时候我会奋发进取，争取每一个可能的机会，不畏风雨，不惧怕风险和失败，不抛弃不放弃，用意志顽强来形容我再合适不过。所以我常常能抓住一些特别的机会。将来在需要面临巨大挑战或开拓新领域的工作，只要是能给我带来新鲜的刺激的，都能激发我源源不绝的活力和动力。

（五）胜任能力

职业规划

敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战

对各种事情都非常好奇，以致于总是分心，导致工作受到干扰

自我约束力不强，做事容易拖拉，显得不那么尽职尽责；不喜欢提前准备，时间管理较差

不喜欢过多的条条框框和官僚作风

倾向于将失败当作对个人的批评和负面回应

常常不会拒绝他人的要求

当缺少支持时，做事的动力会减弱

自我分析小结：性格类型为：表演者型-有我在就有笑声；我的动力类型：“寄托型”、“开拓型”。

二、环境分析

（一）家庭分析

家庭经济状况一般偏下，上有老，下有小，只有父亲有收入。家人期望我能够自食其力，没有别的太大期望和要求，家里爷爷奶奶一辈以上都为农民，没什么文化，父亲一辈读书也不多，从小教育我们，要努力学习，为自己奋斗，家里人不用担心。但是我更加看重家里人，虽然自己真的没有什么雄心斗志，只愿同亲人平平静静度过一生。

（二）学校环境分析

学校学习氛围良好，校风学风都很好，认真学习是可以学到所有东西的，专业学习方面，软件硬件方面都不错，对于学习帮助都很大，实践方面也不错，有不少实践操作。

（三）社会环境分析

职业规划

还是很严峻的。

（四）职业环境分析

职业分析：化工专业技术人员的工作要求技术能力强，工作

内容精细，发展前景不错；化工企业在国内很多，发展前景不错，各方面发展已经成熟，产品服务已经成熟，员工素质很高，工作氛围很好。化工专业为日不落专业。

职业分析小结：咱化工方面职业为低不成高不就。

三、职业定位

我的职业就为化工厂技术员，之后发展为化工工程师

四、计划实施

本人现在正就读大学一年级，我的大学总目标：大学毕业时要拿到毕业证书、学位证书等，要有良好的化工技术员基础和基本经验。大一以适应为主，并且学好文化基础，奠定好技术基础；大二以考证为主，努力考证，计算机二级、英语四六级等其他证；大三努力学习专业知识，并且为考研而努力；大四进行一定的技术实践训练。

中期计划是：毕业后第五年要成为一个技术熟练的老技术员工。假如考研成功，就继续深造，努力学习深入的技术，毕业后进入社会，进入化工企业发展；假如考研不成功则直接出社会，进入化工企业努力学习发展。

五、评估调整

职业生涯规划毕竟是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。一切以现实出发，根据自己的性格和实际的发展为基准，进行必要的变化和适应。

结束语：任何计划都有可能是一场空，但是我不能打没有准备的战争，相信自己，相信未来，好好学习天天向上！