

大学生职业规划与发展心得体会(汇总10篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学生职业规划与发展心得体会篇一

职业规划在大学生的成长中起着至关重要的作用。它帮助大学生明确自身的职业目标，并制定实现这些目标的计划。良好的职业规划不仅能够提高个人的就业竞争力，还有助于实现个人的人生价值和追求幸福的目标。本文将通过阐述个人的职业规划心得体会，介绍职业规划对大学生的重要意义和影响。

第二段：了解自我，明确目标

职业规划的第一步是深入了解自己。大学生需要关注自身的兴趣、特长、优势和价值观，以确定自己的职业发展方向。在大学期间，我积极参与各类实践活动和兼职工作，通过实践了解自己的兴趣和能力。同时，我也通过与身边的同学交流和观察，汲取他们的经验和教训，帮助自己更好地认识自己。通过不断地反思和总结，我逐渐明确了自己的职业目标，并为此制定了可行的计划。

第三段：寻找机会，拓展能力

职业规划的第二步是积极寻找机会，拓展个人能力。大学生可以通过参与社团、实习等活动，积累实践经验，提升自己的知识和技能。在大学期间，我主动参加各类实践项目，积极向教师请教和交流，努力学习专业知识和提高自己的综合

能力。通过这些实践和积累，我不仅加深了对专业领域的理解，还提高了自己的组织能力和人际沟通能力。这些能力的提升为我实现职业目标打下了坚实的基础。

第四段：制定计划，持续努力

职业规划的第三步是制定可行的计划，并坚持努力实现。在明确了自己的职业目标后，我制定了详细的计划，并将其分解为可行的小目标。我将长期目标分解为年度、季度和月度目标，并通过不断地追踪和评估来调整计划。我坚持每天给自己设定具体的任务，努力提高工作和学习效率。同时，我也在别人的帮助和指导下，逐渐积累了一定的经验和方法，能够更好地管理和执行自己的计划。

第五段：跳出舒适区，不断成长

职业规划的最后一步是跳出舒适区，不断挑战和成长。大学生在职业规划中，需要勇于接受各种挑战和困难，不断超越自己的能力边界。在大学期间，我主动参与各类竞赛和项目，不断锻炼自己的能力。虽然过程中遇到了无数的困难和挫折，但每一次的经历都使我变得更加坚强和成熟。通过经历这些挑战，我也更加清楚自己的优势和不足，有助于调整自己的职业规划和发展道路。在每一次的跳出舒适区中，我都能找到更多潜力和机遇，不断实现个人的成长和突破。

总结：

职业规划是大学生迈向成功的重要一步。通过了解自我，明确目标，寻找机会，拓展能力，制定计划，持续努力，跳出舒适区，不断成长，我们将能够为自己的未来铺好坚实的基础。在大学期间，我们要保持积极主动的态度，多与他人交流和合作，不断学习和成长，为实现自己的职业梦想奠定坚实的基础。正如古语所说：“前人栽树，后人乘凉”，我们要珍惜所拥有的资源和机会，为下一代学生提供更好的帮助

和引导。

大学生职业规划与发展心得体会篇二

职业规划(未来5至15年规划)

1. 基本目标(理想状况下): 富裕水平, 有房有车; 身体健康, 工作顺利; 家庭幸福和睦。

2. 具体规划

(一). 即日起至大学毕业

a. 认真修完大学所有学分, 拿到学士学位及毕业证书; 争取通过英语四六级考试。

b. 学好并掌握专业知识, 多参加些社会实践, 拓宽视野。

c. 锻炼身体, 以良好的体质迎接全新的挑战。

(二). 大学毕业后5年内

目标:

a. 找份较为理想的工作, 不一定要与专业对口, 能养活自己。最好能养活家人。

b. 尽可能在这5年里考取mba证书, 提升管理能力。

c. 往各方面了解。这期间要尽量多学习各方面的知识技能, 多接触各行业的人, 以建立更好的人脉。

d. 不排除经商的可能。

(三). 大学毕业后5/10年

目标:

- a.考取公务员，买套房子(不排除按揭)
- b.如果对原来工作不满意，则重新找工作。往金融方面发展，要精通该行业的运作方式及发展前景,使自己在与别人竞争中有优势。
- c.看准时机，抓住机遇，自主创业。也是一个不错的选择。
- d.这是非常关键的几年一定要好好把握。

(四). 大学毕业后10/15年

目标:

- a.买车;过富裕生活。
- b.在前十年的基础上，制定出正确的、适合自己的人生方向,从而更进一步

四、社会环境及就业环境分析

1. 社会环境:

当今经济全球一体化，我国已从工业化社会进入到信息化社会。加上我国加入wto之后国际竞争更加激烈,加上近期的国际金融风暴,造成有钱的不愿投资怕亏本，没钱的做什么都很困难。每当人类经过一次重大变革或一次金融风暴后，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先觉的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。

2. 就业环境:

我们将处于一个无固定化职业的社会，下岗及待就业人员已越来越多。大学毕业生越来越多，就业压力越来越大。再加上金融危机所带来的一系列的问题，我们至少要有一技之长，才能立于不败之地。行政管理专业具备行政学、政治学、管理学、法学等方面的基本理论和基本知识，受到行政学理论研究、公共政策分析、社会调查与统计、外语、公文写作和办公自动化等方面的基本训练，具备行政管理的基本能力及科研的初步能力，也具备了理论基础。

3. 职业分析及企业分析

a.职业分析：三百六十行，行行出状元。

b.企业分析：企业要有竞争力，口碑要好，最好是上市公司。

五、职业选择

1. 树立职业发展目标可以成为追求成就的推动力，有助于排除不必要的犹豫，一心一意致力于目标的实现。那么，如何确定职业发展目标呢？通常，在自我调查、评估、定位之后，根据社会的需要和环境的许可程度，将自我动机和需要以奋斗目标的形式与社会需要相结合，来制定职业发展目标。

2. 职业选择:公务员

3. 职业风险：公务员考试很多人都认为是行政管理专业就业的正宗领域。行政管理专业的确研究行政管理活动，研究公务员，研究如何做好一个公务员，但是在我国的公务员考试方面，行政管理专业并没有额外的照顾，考试的科目也没有什太强的行政管理专业色彩。复试很多单位的招聘职务都有很强的专业要求，因为公务员考试招聘的都是主任科员以下的非领导职务。对你的事实操作能力很高，所以一般都需要

中文系、计算机系、法律系及人力资源管理专业的学生，而行政管理专业的学生由于培训定位如何管理好社会事物，如何领导好行政机关的，这样的专业的学生虽然不适应非领导职务的具体要求的。所以行政管理专业的学生在公务员考试中要显示出你有特别的资质。

六、职业优化

我对自己感兴趣的事物会花心思去学习钻研;热爱自己的事业。自信，进取，奉献是我的所拥有的。学习，学习，再学习;实践，实践，再实践;锻炼，锻炼，再锻炼。这是给自己充电的最好方式，这要求我要有虚心，耐心，进取心，信心。我对自己有信心。父母，老师的社会经验及社会阅历要比我们丰富的多。在人生的旅途中，我们要经常请教他们。毕竟读万卷书不如行万里路，如行万里路不如阅人无数，阅人无数不如跟着成功者的脚步。俗话说：“天有不测风云!”“世事难料”每个人在自己的人生旅途中都会遇到许多难以预测的事情。职业规划固然好，但更重要在与其具体实施并取得成效。任何目标，只说不作到头来都会是一场空。而且职业规划归规划，实际归实际。定出的目标计划随时都可能遇到问题，所以为了自己的现实职业生涯规划行之有效，我结合自己在现实职业目标的过程中可能出现的实际情况对职业规划进行评估分析和作出相应的调整。

七、反馈与修正

这项工作只能在计划的实施当中进行，但是这里我觉得能够把握的是对近中期目标的实施策略过程。近期目标的计划主要应该考虑到的是自身的学习与工作状况的因素。由于自己还在担任学生干部的职位，所以这个过程还要考虑到学生工作因素，以及各种学习任务必须完成的情况。同时，在制订每年的计划时，还要考虑到自己的精力和效率问题。计划赶不上变化。随着客观条件的变化而不断的变化修改的。所谓实践出真知。应该在实践中不断的调整评估修改。在这份规

划书下，我还应该结合自己的能力和实际情况制定每天或者每周的计划。或许，大学毕业以后不能马上找到和自己专业对口或是自己满意的工作，那时的我绝不会苦苦的搜索等待，我会先将就的找份工作安定，然后再专心寻找自己中意的工作。

八、对职业规划的看法

记得曾听说过：“一个人的悲哀不在于目标未达成，而在于没有目标可达成。”如果你对自己的人生毫无目标，毫无规划。我不敢说你不会走向成功，但有一点可以肯定的是：你将会比那些准备充分的人要走更多的弯路，遇到更多是挫折。成功没有捷径，但是有方法。选择比努力更重要，方向比速度更重要。记住：当规划好自己的职业生涯时，就相当于已经是从选择与方向这方面开始，再加上自己的努力与速度，人生将会飞黄腾达。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，要求时刻保持清醒的头脑。一个人要想获得成功，就必须那出勇气，付出努力，拼搏、奋斗。成功不相信颓废；成功不相信幻影，未来是要靠自己去打拼！要靠自己的努力。

一、前言

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。

二、自我盘点

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。但身高上缺乏自信心，且害怕别人在背后评论自己。

三、解决自我盘点中的劣势和缺点

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。

四、未来人生职业规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向化学和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步规划如下：

1、 - 年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学习专业知识，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、 - 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。

完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科走向研究生，专业技能熟练。英语四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉工作环境。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(3) 生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，如散步、跳健美操、打羽毛球等。

3、_ _年，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，拥有一个完美的家庭。

五、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！

p

大学生职业规划与发展心得体会篇三

作为一名大学生，职业规划对于我们来说是至关重要的。在大学期间，我们需要明确自己的职业目标，制定合理的计划，

并不断努力奋斗，以实现自己的梦想。在我个人的经历中，我意识到职业规划不仅仅是定义未来的职业道路，更是一种探索自我、发现兴趣和提高自我价值的过程。在这篇文章中，我将分享我的职业规划心得体会。

首先，职业规划需要突出自我优势和兴趣。每个人都有自己的优势和兴趣所在，我们应该在选择职业的过程中善于发现和利用。在大学期间，我开始观察和思考自己的优势和兴趣，并将其与不同的职业领域进行匹配。通过几次实习和社会实践，我发现自己喜欢与人打交道，并且在组织和规划方面具有出色的能力。因此，我决定将我的职业目标定为人力资源管理师，并为此制定了一系列的学习和实践计划。我相信，只有充分发挥自己的优势和兴趣，我们才能在未来的职业生涯中取得成功。

其次，职业规划需要不断学习和提升。现在的社会变化非常快，技能的更新和适应能力变得尤为重要。作为一名大学生，我们应该时刻保持学习的状态，不断积累新的知识和技能。我坚信，只有不断提升自己的能力，我们才能在激烈的职业竞争中立于不败之地。在大学期间，我积极参加各种培训和课外活动，提高自己的综合能力。此外，我还通过阅读相关专业书籍和参加行业研讨会，及时了解行业动态和最新技术。通过这些学习和实践，我感到自己的知识广度和深度正在不断提高，为未来的职业生涯打下坚实基础。

第三，职业规划需要灵活调整和适时调整。在大学期间，我们的职业规划不可避免地会面临一些挑战 and 变化。我们可能会发现自己的兴趣改变了，或者原本计划的行业发生了不可预测的变化。面对这些变化，我们不能固执己见，而应该理性分析和适时调整。在我的个人经历中，我曾经计划在大学毕业后进入一家大型企业工作。然而，随着经济环境的变化和个人兴趣的改变，我意识到自己更乐于从事创业和创新型工作。因此，我决定为此进行适当的调整和准备，如参与一些创业项目和学习一些创业管理知识。职业规划的灵活性和

适时调整能力是我们成功的关键。

第四，职业规划需要注重实践和经验。纸上谈兵是不够的，只有通过实践和经验积累，我们才能真正理解和掌握职业规划的要点。在大学期间，我们应该积极参加实习、项目和社会实践活动，争取更多的实践机会。通过实践，我们可以更好地了解行业的具体工作内容，感受工作的紧张和挑战。同时，我们还可以结识一些行业内的人脉，积累宝贵的经验和学习资源。在我的职业规划过程中，我参加了多次实习项目，学到了很多宝贵的经验和教训。这些实践经验让我更加明确自己的职业目标，认识到自己的不足之处，并为此努力改进和提升。

最后，职业规划需要坚持和勇于担当。在追求职业梦想的道路上，我们难免会遇到挫折和困难，但是我们不能轻易退缩，而要坚持不懈地追求。同时，我们还要勇于担当和负责，对自己的职业选择和发展负起责任。在我的职业规划过程中，我曾经面临过很多困难和选择，但是我始终坚持自己的原则和梦想。我深知，只有在面对困难时坚持和勇往直前，我们才能克服困难，实现自己的职业目标。

总之，大学生职业规划是一项复杂而长期的任务，需要我们付出努力和智慧。通过突出自己的优势和兴趣，不断学习和提升，灵活调整和适时调整，注重实践和经验，以及坚持和勇于担当，我们可以更好地规划自己的职业未来，并实现自己的人生价值和梦想。让我们共同努力，成为一名有职业规划意识和能力的大学生！

大学生职业规划与发展心得体会篇四

时光飞逝，时间在慢慢推演，我们的工作又将迎来新的进步，我们又会有新的机会了，来为今后制定一份计划。好的计划都具备一些什么特点呢？下面是小编为大家分享的大学生职业发展规划，希望对大家能有所帮助。

自我印象对于绝大多数人来说，自我评价显然不能做到完完全全的无私，但我仍要努力把最真实的自己展现给大家。我是一个不善于主动交际的人，经常是被动地参加一些社交活动。这一点对于所有人来说都是一个很大的忧患。但我在被动的加入之后，却能很快地融入到大家中去，我想这应当归功于我的亲和力，毫不自夸地说，我是一个绝大多数时候都很温和的人。当然，人总有生气的时候，但我很少会表现出自己的不满，所以在交际上，我其实不算失败；相反，只要我肯主动，就一定在所有人当中建立起自己的威信。我相信自己有令其他人信服的能力，也确信可以凭借自己的能力带给大家机遇与成功。并且，我也是一个能够承受得住打击的人，我有勇气去面对未知的世界，接受挑战。实践能力强，在我们机电行业尤其重要。

我也会经常反思自己有哪些不足之处，比如说在一些时候我会不自主地让感情控制了理智，做出一些事后让自己都很费解的决定。但这也恰好说明了我是一个感情丰富，但却不能很好地控制的人，因此，我需要的是更好地发展自己，完善自己，让自己变得更有能力。缺乏社会经验。

在一切预先工作都准备停当以后，就要开始迈入真正的职业生涯阶段了。

职业规划(未来5至15年规划)

1. 基本目标(理想状况下)：富裕水平，有房有车；身体健康，工作顺利；家庭幸福和睦。

2. 具体规划

(一). 即日起至大学毕业

a. 认真修完大学所有学分，拿到学士学位及毕业证书；争取通过英语四六级考试。

b.学好并掌握专业知识，多参加些社会实践，拓宽视野。

c.锻炼身体,以良好的体质迎接全新的挑战。

(二). 大学毕业后5年内

目标:

a.找份较为理想的工作，不一定要与专业对口，能养活自己。最好能养活家人。

b.尽可能在这5年里考取mba证书,提升管理能力。

c.往各方面了解。这期间要尽量多学习各方面的知识技能，多接触各行业的人，以建立更好的人脉。

d.不排除经商的可能。

(三). 大学毕业后5/10年

目标:

a考取公务员，买套房子(不排除按揭)

b.如果对原来工作不满意，则重新找工作。往金融方面发展，要精通该行业的运作方式及发展前景,使自己在与别人竞争中有优势。

c.看准时机，抓住机遇，自主创业。也是一个不错的选择。

d.这是非常关键的几年一定要好好把握。

(四). 大学毕业后10/15年

目标:

a.买车;过富裕生活。

b.在前十年的基础上，制定出正确的、适合自己的人生方向，从而更进一步

四、社会环境及就业环境分析

1. 社会环境:

当今经济全球一体化，我国已从工业化社会进入到信息化社会。加上我国加入wto之后国际竞争更加激烈,加上近期的国际金融风暴,造成有钱的不愿投资怕夸本，没钱的做什么都很困难。每当人类经过一次重大变革或一次金融风暴后，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先觉的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。

2. 就业环境:

我们将处于一个无固定化职业的社会，下岗及待就业人员已越来越多。大学毕业生越来越多，就业压力越来越大。再加上金融危机所带来的一系列的问题，我们至少要有一技之长，才能立与不败之地。行政管理专业具备行政学、政治学、管理学、法学等方面的基本理论和基本知识，受到行政学理论研究、公共政策分析、社会调查与统计、外语、公文写作和办公自动化等方面的基本训练，具备行政管理的基本能力及科研的初步能力,也具备了理论基础。

3. 职业分析及企业分析

a.职业分析：三百六十行，行行出状元。

b.企业分析：企业要有竞争力，口碑要好，最好是上市公司。

五、职业选择

1. 树立职业发展目标可以成为追求成就的推动力，有助于排除不必要的犹豫，一心一意致力于目标的实现。那么，如何确定职业发展目标呢？通常，在自我调查、评估、定位之后，根据社会的需要和环境的许可程度，将自我动机和需要以奋斗目标的形式与社会需要相结合，来制定职业发展目标。

2. 职业选择：公务员

3. 职业风险：公务员考试很多人都认为是行政管理专业就业的正宗领域。行政管理专业的确研究行政管理活动，研究公务员，研究如何做好一个公务员，但是在我国的公务员考试方面，行政管理专业并没有额外的照顾，考试的科目也没有什太强的行政管理专业色彩。复试很多单位的招聘职务都有很强的专业要求，因为公务员考试招聘的都是主任科员以下的非领导职务。对你的事实操作能力很高，所以一般都需要中文系、计算机系、法律系火人力资源管理专业的学生，而行政管理专业的学生由于培训定位如何管理好社会事物，如何领导好行政机关的，这样的专业的学生虽然不适应非领导职务的具体要求的。所以行政管理专业的学生在公务员考试中要显示出你有特别的资质。

六、职业优化

我对自己感兴趣的事物会花心思去学习钻研；热爱自己的事业。自信，进取，奉献是我的所拥有的。学习，学习，再学习；实践，实践，再实践；锻炼，锻炼，再锻炼。这是给自己充电的最好方式，这要求我要有虚心，耐心，进取心，信心。我对自己有信心。父母，老师的社会经验及社会阅历要比我们丰富的多。在人生的旅途中，我们要经常请教他们。毕竟读万卷书不如行万里路，如行万里路不如阅人无数，阅人无数不

如跟着成功者的脚步。俗话说：“天有不测风云！”“世事难料”每个人在自己的人生旅途中都会遇到许多难以预测的事情。职业规划固然好，但更重要在与其具体实施并取得成效。任何目标，只说不作到头来都会是一场空。而且职业规划归规划，实际归实际。定出的目标计划随时都可能遇到问题，所以为了自己的现实职业生涯规划行之有效，我结合自己在现实职业目标的过程中可能出现的实际情况对职业规划进行评估分析和作出相应的调整。

七、反馈与修正

这项工作只能在计划的实施当中进行，但是这里我觉得能够把握的是对近中期目标的实施策略过程。近期目标的计划主要应该考虑到的是自身的学习与工作状况的因素。由于自己还在担任学生干部的职位，所以这个过程还要考虑到学生工作因素，以及各种学习任务必须完成的情况。同时，在制订每年的计划时，还要考虑到自己的精力和效率问题。计划赶不上变化。随着客观条件的变化而不断的变化修改的。所谓实践出真知。应该在实践中不断的调整评估修改。在这份规划书下，我还应该结合自己的能力和实际情况制定每天或者每周的计划。或许，大学毕业以后不能马上找到和自己专业对口或是自己满意的工作，那时的我绝不会苦苦的搜索等待，我会先将就的找份工作安定，然后再专心寻找自己中意的工作。

八、对职业规划的看法

记得曾听说过：“一个人的悲哀不在于目标未达成，而在于没有目标可达成。”如果你对自己的人生毫无目标，毫无规划。我不敢说你不会走向成功，但有一点可以肯定的是：你将会比那些准备充分的人要走更多的弯路，遇到更多是挫折。成功没有捷径，但是有方法。选择比努力更重要，方向比速度更重要。记住：当规划好自己的职业生涯时，就相当于已经是从选择与方向这方面开始，再加上自己的努力与速度，

人生将会飞黄腾达。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，要求时刻保持清醒的头脑。一个人要想获得成功，就必须那出勇气，付出努力，拼搏、奋斗。成功不相信颓废；成功不相信幻影，未来是要靠自己去打拼！要靠自己的努力。

一、前言

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。

二、自我盘点

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。但身高上缺乏自信心，且害怕别人在背后评论自己。

三、解决自我盘点中的劣势和缺点

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。

四、未来人生职业规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向化学和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步规划如下：

1、_ _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、_ _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。

完成主要内容：

(1)学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科走向研究生，专业技能熟练。英语四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉工作环境。

(2)个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(3)生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，如散步、跳健美操、打羽毛球等。

3、_ _年，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力

量，拥有一个完美的家庭。

五、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！

在人生的路途上大学就是一个转折点，只要把握好了人生的船舵，认认真真地走好每一步，这就是你的人生。人生之路说长不长，说短也不短，但是想要走出一条属于自己的成功之路，一个好的人生的职业规划计划书是不可缺少的，有了好的职业规划计划书我们就能向着自己的目标奋发向上，有目标，就有动力；下面来谈谈我的职业规划书。

自我盘点

一、个人兴趣爱好

业余爱好：文学类书籍，喜欢看电影、听音乐，打羽毛球、长跑；喜欢的文学作品：《红楼梦》、《战争与和平》；喜欢的歌曲：《爱拼才会赢》、《义勇军进行曲》；心中的偶像：比尔盖茨、刘谦。

二、个人优缺点

1、本人做事情很有恒心，凡事都要做到最好；在心中早就有了理想，有了理想必定有了追求的方向；对事业热情很高，责任心强，做事很有原则，处事沉稳，考虑问题全面周到；面对

问题养成了独立思考的良好习惯;对朋友忠实厚道，能跟人相处得很好;唯一不足的就是有点内向，交际能力不强，不善于表达，这也是致命的一点。

2、解决自我盘点中的缺点:

所谓江山易改，本性难移。内向并非全是缺点，它使我少一分张扬，多一点内敛，但最好相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各项有益的活动，使自己多一分自信、激扬，少一分沉默、怯场。

三、个人对所专业的看法

职业环境分析

根据我自己所选择的专业来能确定好自己今后所要走的路，什么时候开展规划计划书、怎样发展自己的规划书，评估环境因素的评估也是必不可少的，毕竟不能脱离环境因素的影响，下面就来分析下我周围的环境因素。

一、家庭环境

二、学校环境

本人上的学校费用不多，生活学习的环境还算好，学习的氛围还算行，教学的设备还是比较齐全的，对于学习英语课来说，上的是书本上的知识，偶尔看看英文版的电影，教师师资力量还算强。

三、社会环境

现代社会，对于大学来讲已经是普及全国了，并且也将近饱和和状态了，因此企业对于大学生的要求也大大提高了，对大学生的各方面的素质要求也提高了，因此想要在这种复杂的

社会环境中生存下去，就必须学更多的知识。

四、职业环境

对于我们英语专业的人来讲，形式虽然还是可观的，但是挑战不断，首先，随着人们生活水平的大大提高，对于物质的需求已经满足了，因此对子女的要求也有所提高，所以我们这个行业的前景的十分可观了；其次，英语教育在农村的发展空间也是巨大的，它不仅仅适合小学儿童，同样也适合青少年、中年、老年等等，因此发展空间巨大；再次，商业界的各行业也要依赖于英语知识，这样一来英语专业的就面向了多元化、多途径的发展方向。

结论：

1、 目标

估摸自己的实力，量力而为地选择自己比较感兴趣和个人强项来做，努力成为一位教育领域的优秀人才。

2、 路径

自己先在学校学尽可能多的学习知识，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。

职业规划方案

一、短期计划

首先，在校期间，英语至少要过四级，普通话要拿二甲、计算机要过一级，所有的证件拿到，最重要的目的是拿教师资格证书，有可能的话通过自己不断的努力最好拿个英语六级。

其次，能很好的运用知识，通过见习、实习来培养教学能力，

多参加学校的活动。

再次，暑假期间，可以当家教进行实习，这样也可以多积累经验。

最后，如果在毕业时成绩优秀的话，就打算考研。

二、长期计划

在学业结束后，去外面找跟专业相关的工作，首先从小学教师做起，积累经验，借用学校这个很好的平台来寻求更适合自己的职位，逐步来实现我的目标计划：先当小学教师，再当中学教师，一层一层往上爬。

三、根据自己的兴趣和所学专业，本人特对未来五十年作初步规划如下：

a) 20__-20__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)

b) 20__-2年，熟悉适应期：利用3-4年左右的时间，经过不断的尝试努力和锻炼初步找到合适自身发展的工作环境、岗位，找到热情积极的工作状态，结交工作岗位上的好朋友，拓宽人际交往面。 要完成的主要内容：

(1) 学历、知识结构：毕业前提升自身学历层次，毕业后立即找工作，如果没有合适的就考虑考研究生甚至是博士硕士，熟练掌握专业技能。计算机一级、二级过关，英语四、六级过关、还有尽全力考取英语口语资格证书、普通话过级、开始接触社会、工作、熟悉工作环境。

(3) 生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加社交活动如聚会，还有必要的健身运动，如散步、打羽毛球等，条件允许的情况下多参

加回报社会的慈善活动，如积极参加救助贫困人群的捐助活动，献血活动等等。

c)[]-2059年：找到了能够实现自己人生价值的位置，在自己的热爱工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，兢兢业业地尽忠职守于自己的岗位，拥有很多莫逆之交，怀有感恩社会的情感去回报祖国人民的厚爱，拥有能和我顺境时相敬如宾、举案齐眉并且逆境时相濡以沫的知心爱人，可爱健康充满活力的孩子，一样生活美满的亲人朋友。

首先，职业生涯规划要进行自我定位。自我评估与定位是职业生涯规划中最重要的一环部分，它决定着个人职业生涯的寻求方向，同时也决定着职业生涯规划的成功。求职之前先要进行职业生涯规划，进行职业生涯规划之前先要进行准确的自我定位。先要弄清自己想要干什么、能干什么，自己的兴趣、才能、学识适合干什么。可通过自我分析，评估自己的职业倾向、能力倾向和职业价值观。

其次，职业生涯是一个时时变化的过程。当今社会竞争激烈，对于大学毕业生来讲既是机遇也是挑战，同时也要打破传统就业观念，不在一棵树上吊死，就业、就业、再就业，职业生涯规划计划书也要随之调整。因此身边各种环境变化了，我们也要跟着变化，这样才能生存下来。

再次，大学毕业生职业生涯规划的重点内容是职业准备、职业选择与职业适应。从职业生涯发展过程来看，职业生涯发展主要包括：职业准备期、职业选择期、职业适应期、职业稳定期、职业结束期。在各个阶段都要做好不同的思想准备，和应对方案来。

对于大学刚刚毕业的来讲职业生涯规划的侧重点在职业准备、职业选择、职业适应三个阶段。

结束语

我的整个职业规划计划书固然完美，但更主要的是看重自己的具体实践和最后的成效。无论事情，如果只说不做的话，到头来都会是空忙一场。什么都没得到。但是，现实生活是变化多样的，谁也料不到半路会有什么绊脚石，自己拟定的规划书必须要因时因地因事而变，不能顽固不化，也不能要求非常完美，并且要求头脑清醒。其实，每个人心中都有一个目标，印着自己的理想、信念、追求、抱负；同时也对自己的未来抱着成功的收获。人生道路上，若要获得成功，必须拿出十足的勇气，只有付出了辛勤的努力、拼搏、奋斗。那么，目标就离你不远。当你成功时，你会会心的一笑。再回想下一路的走来，一路的困难都踩在自己的脚下，很有成就感。未来，要靠自己去打拼！

今天站在哪里并不重要，最重要的是你下一步迈向哪里。职业生涯规划对于每个人来说都是必不可少的，对于大学生尤其重要。大学时代可谓是人一生中的黄金时代，也是一个人的性格形成和能力发展一个重要的阶段，大学生做好职业生涯规划规划，结合自己的职业生涯目标，才能使大学的学习更加有效，赢在起跑线上。

大学生就业问题成为了社会各界关注的问题，大学生就业心理准备不足，主要体现在自我角色转换不够及时和自我认识，自我了解不够准确，职业能力不足，知识结构相对单一，应聘前对公司了解不够，缺乏规范的职业指导与清晰的职业规划等。针对以上的就业形势分析，可见大学生做出科学合理的职业形势规划具有重大意义，科学合理的职业生活规划是大学生迈向成功的第一步。

一、自我认知

(一) 职业兴趣

我喜欢从事高效有序性的工作，包括企事业或行政单位的职业经理人具体的执行工作或是行政工作。愿意执行上级的命

令，自己也有意寻求担任领导工作，习惯于自己对事情做判断和决策。不喜欢那些模棱两可的指示。通常忠诚、可靠、自我控制能力强。既不喜欢从事笨重的体力劳动，也不喜欢在工作中与别人形成过于紧密的联系。对于明确规定的任务可以很好完成。

(二) 职业能力

通过的职业发展测评和分析，了解到自己有着较高的基本智能，有着良好的推理分析及比较不错的语言沟通能力，同时也具备了良好的人文素养和交际能力。经过长时期学校及社会的教育和培养，不论是相关的专业能力还是实践要求基本符合社会需求。相信对以后所选择的工作能够很快地适应和很好地胜任。

(三) 个人特质

我为人较宽容，能包容别人过失，并忘记不开心的事情，让生活轻松，会受别人观点影响，但也在他人观点中“取其精华”，不断自我完善，当不开心的时候，喜欢自己消化，尽量不影响他人情绪，有一定的自我防卫，会从实际出发，思考分析问题要害。比较稳重，基本不会做出冲动的事。同时也喜欢尝试新事物，喜欢创造，不喜欢生活千篇一律，在相对规律的一段时间后会乐于做与日常不同的事。

(四) 职业价值观

我的职业价值观主要包括家庭取向、经营取向及志愿取向。

(五) 胜任能力

我的优势能力主要在于推理能力、文字组织表达能力、敏知能力、自主学习研究和自我完善能力及领导能力、判断决策能力。但有时不够果断，对事情考虑到太细，到起了相反的

作用。

二、职业分析

(一) 家庭环境分析

家里经济条件不甚良好,家里基本上不能提够一些有利的条件,所以凡事都得靠自己去打拼。另外,家里基本上也没人能够在职业方面提够一些经验或是介绍。父母的受教育程度不高,但为人诚实通情达理,很重视本人的学习生活,体贴照顾,对本人的要求只简单地规为自强自立,拥有一份自己的事业,有完满的家庭。

(二) 学校环境分析

上饶师范学院经济与管理学院是上饶师范学院的二级学院,拥有比较先进的教学设备和精良的师资队伍。学院教学以理为主,重视对外交流与合作,制度创新,教学创新,为我们提供了如学习氛围及能力锻炼等良好并十分有力的外部条件,特别是本人就读的会计学专业,聘任的教师是会计专业的精英及拥有注册会计师证书的骨干教师,教学经验及在职经验丰富,上课生动灵活,并能结合其经验,提前我为我们的职场所须注意事项上了一课。

(三) 社会环境分析

我国现在大学生毕业渐渐增多,而且需求量渐饱和,对会计方面的研究不透彻,社会就业形势不明确,大学生自己也缺乏就业能力和指导,反而失业率有上升的趋势。给就业带来新的压力。

(四) 职业环境分析

随着社会经济的高速发展,会计行业已经开始和其它的专业

慢慢融合从而产生了很多新职业，这也为以后会计人员的发展提供了更多的选择机会。

会计是一个非常讲究实际经验和专业技巧的职业，它的入职门槛相对比较低，难就难在以后的发展。想要得到好的发展，就要注意在工作中积累经验，不断提高专业素质和专业技巧，开拓自己的知识面。以会计作为职业会获益很多。其中最重要的是，可以了解企业到底是如何运作的。会计领域为从业者提供了不断变化并富有挑战性的工作。所以很多商界成功人士最早都是从事会计工作的，同时，很多大企业的财务总监必须具有会计的背景。

会计专业四大职业方向：

第一种是“做会计的”，即从事会计核算、会计信息披露的狭义上的会计人员，全国大约有1200万人，其中总会计师或“cfo”级别的，全国大约有3万人左右。

第三种是“管会计的”全国估计不少于20万人

第四种是“研究会计的”，全国估计不超过3万人

厦门作为中国的经济开发区及经济腹地，与世界多个城市有贸易往来，工业有一定基础，文化教育比较发达，其建设具有国际国内双重良好的投资环境，中国加入世贸组织必将给厦门带来更加多的发展机遇和更为广阔的发展空间。厦门地区一年四季气候温和宜人，风景优美，环境整洁。目前来说我最想就业的一个城市。

三、职业定位

(一)综合自我分析及第二部分职业分析的主要内容得出：

优势因素(s)

弱势因素(w)

内部环境因素

一定的会计、计算机水平;涉及会计知识的学习;

对数字较敏感

交际能力有待提高;

对就业行业的细化了解不深

机会因素(o)

威胁因素(t)

外部环境因素

会计行业的发展及其人才的需求加大;经验学习渠道广

人才供过于求, 竞争激烈;

市场的发展对人才提出高要求

(二) 结论

职业目标

将来从事会计职业

职业发展策略

进入大中型企业 (到厦门地区发展)

职业发展路径

实务路线—管理路线

具体路径

一般会计—前期从事实务操作，中后期财务总监，再到企业总经理

四、计划实施

根据上一阶段所制定的各个目标进行计划，分析达到目标所需的条件，并在大学阶段开始实施。

(一)短期计划(大学)

1. 时间跨度：_年至_年

2. 总目标：完成大学学习任务，圆满取得毕业证书及学位证书；参与社会实践

3. 分目标：学好各科专业知识，掌握会计行业的基本知识。英语考级积极复习，强化英语，至少过四级，争取过六级。参加报考和会计相关的各种证书；关注各种经济信息，学习关于会计方面的书籍。假期打工积累社会经验。

4. 策略和措施：_年报考并争取通过会计从业资格证、计算机证书及英语四级证书；年报考并争取通过初级会计师证及英语六级证书，并参与暑期实践；年报考注册会计师两门并争取通过，参与和专业相关的暑期实践。_年报考公务员及注册会计师部分科目，完成论文答辩，获得毕业证书及学位证书。

(二)中期计划(毕业之后的五年计划)

1. 时间跨度：_年至_年

2. 总目标：进入企业后开始基础工作，考上cpa[]为高级管理

工作做好准备，成家立业。

3. 分目标：进入外贸企业，开始基础工作；努力看书，考上cpa；在五年中的后阶段开始学习高级管理运作所需知识，培养一个高级管理者所需要的各方面的素质；自由恋爱，找到最适合自己的人组建家庭，孝敬父母，报答父母二十几年的养育之恩；经济收入水平在此阶段的定位为：2000—5000元人民币。

4. 策略和措施：处理和与公司内部人员的关系，虚心请教经验丰富者，慢慢形成自己的一系列处事方法；养成毕业后仍坚持学习的习惯，多看书学习；处理好与爱人的关系，夫妻间相互体谅、相互鼓舞、相互帮助。

(三) 长期计划(毕业后十年)

1. 时间跨度：_年至2027年

2. 总目标：从事管理工作，争取做到高级管理者；经营好自己的家庭和生活并开始回报社会。

3. 分目标：生儿育女，重视儿女的身心健康教育，并重其文化素养，后期注意其个性的发挥，为其提供良好的深造的经济条件；在第十年要做到大中型企业的高级管理者，并在管理过程中表现优秀，深得民心；服务大众，回报社会，尽己所能捐助贫困学生，减少其在经济和精神方面的压力；经济收入在此阶段的定位为年薪十万左右。

4. 策略和措施：为小孩营造一个好的成长环境，做到高级管理者的同时不断学习和别人交流，多向优秀的人才学习，多走访高校；建立自己的基金会，为贫困学生尽自己力所能及的帮助。

五、评估调整

1. 职业目标评估

2. 职业路径评估

3. 实施策略评估

如果在进行过得中发现实际工作不如想像中理想，我就重新定位，分析，并找到更好的实施方案。

4. 其它因素评估

如果身体方面出现疾病导致不能如期实现规划任务，就适当地将完成期限延长；如果所从事的行业工资收入不如我意料的水平，那么要先尝试和上级沟通，如若不行，可以考虑到相应行业的其它公司求职。总之，我将立足实际深入分析出现状况的原因，再做出谨重的选择。

5. 时间评估

一般情况下，我定期一年评估规划。当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

六、结束语

人不可以没有理想，也不可以没有目标。良好的开端是成功的一半。现在完成根据我目前实际情况的职业生涯规划书，不仅为我的生活学习更加明确的明标，也为我今后的就业准备了不可缺少的一份指导方案。我希望自己在工作方面做得出色，敬重自己的岗位，对自己负责，也对社会负责，尽自己最大的力量改变一些社会上不公正的事情，做一个正直的人。同时也希望有个幸福美满的家庭，因为平平淡淡才是真，健健康康才是福。

我将会一如既往地向前探索着，走出自己的人生，走出自己

的辉煌。

在大学生就业形势越来越严峻的今天，职业规划开始成为大学生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，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和生命的浪费。

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？每当人类经过一次重大变革，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先结的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。在茫茫人海中，如何能先拔头筹，就看你是否准备充分了，所以，对自己个人职业生涯规划做个适当的规划是很有必要的。有了目标，才会有动力！

一、自我分析

1. 价值观

我崇尚自由自在的生活，不喜欢被拘束。舒服安逸富裕的生活，是我的向往。从小就被教育要有团体合作精神，所以我一直认为，人最可贵的就是能团结合作，全力以赴。这样可以做到事半功倍。

我的职业价值观(进行过职业价值观测试)：工作的目的和价值，在于不断创新，不断取得成就，不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事.. 获得优厚的报酬，使自己有足够的财力去获得自己想要的东西，使生活过得较为富足。希望一起工作的大多数同事和领导人品较好，相处在一起感到愉快，, 是一种极大的满足。是一种极大的满足。

2. 性格

比较外向，开朗，幽默，乐观的。也很率性。喜欢交朋友，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠。

3. 兴趣

平常喜欢打篮球，听音乐，逛街，交朋友。还喜欢上网，看些小说，喜欢看各种杂志类书籍。积极的培养各方面的兴趣，比如学吉他，对辩论方面的知识也很想去了解，想成为全方面人才。

4. 能力

计算机应用office软件应用，听从指挥，有计划有思考的去完成一件任务。有责任心，上进心，做事认真投入，擅长想象思维。可以充分发挥善于运用抽象思维、逻辑推理等能力来分析解决问题的优势，发扬独立钻研的学习精神。由于参加学生会和长期担任班干部，有丰富得管理经验，实践能力强。但缺乏耐心、毅力。

5. 职业兴趣

我的职业兴趣很广泛，由于我是学管理的，对管理方面的知识比较了解，可以学以致用。希望能够在企业人事行政管理方面有所发展，自我表现和体现我的价值所在。

6. 职业个性

喜欢独立地计划自己的活动和指导别人的活动，在独立的和负有职责情景中感到愉快，喜欢对将来发生的事情作出决定，想努力成位一位优秀的领导者。在工作中形成一定个人魅力，得到大家的肯定及尊重。软硬兼用，以身作则。对自己未来有信心。

7. 职业价值观

希望工作以团队合作的方式进行，大多数同事和领导在工作中有融洽的人际关系，相处在一起感到愉快、自然，认为这就是很有价值的事。重视工作中人与人之间关系，希望能建立良好的同事关系。愉快、协调的团队协作是我这种类型的人所追求的。

二、自我分析小结

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，及时指出自身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，以弥补体质不够带来的负面影响。要有温情，有同情心，反应敏捷，有责任感。非常关注别人的情绪、需要和动机。善于发现他人的潜能，并希望能帮助他们实现。能够成为个人或群体成长和进步的催化剂。忠诚，对赞美和批评都能做出积极地回应。友善、好社交。在团体中能很好地帮助他人，并有鼓舞他人的领导能力。

大学生职业规划与发展心得体会篇五

第一段：职业规划的重要性（引入职业规划的重要性）

大学生是国家的宝贵资源，同时也是未来社会发展的希望。在这个充满竞争的时代，职业规划尤为重要。大学学生应该明确自己的目标和方向，通过合理的规划，增强自身竞争力，备战未来的职业生涯。

第二段：职业知识的获取（职业规划过程中的信息搜集与分析）

职业规划的第一步是了解各个行业的就业前景和自身的兴趣

爱好。大学期间，我们要广泛参加各类职业讲座、实习和培训，积极了解不同行业的发展趋势和就业市场的需求。同时，多读一些相关的书籍、杂志以及参加一些拓宽眼界的活动，提高自己的职业素质和综合能力。

第三段：个人优势的发展（发挥自己的优势，实现职业目标）

在职业规划的过程中，我们需要准确地评估自己的优势与劣势，并根据自己的兴趣和能力选择适合自己的职业发展方向。每个人都有自己的特长和擅长的领域，我们要善于发挥自己的优势，为自己的职业发展打下坚实的基础。同时，我们还需要不断学习和成长，提升自己的技能和知识水平，与时俱进，适应社会的发展变化。

第四段：实践锻炼的意义（实践锻炼对职业规划的重要性）

职业规划需要我们通过实践锻炼来检验和提高自己的能力。大学期间，我们可以参加社团、学生组织、志愿者活动等，锻炼自己的组织能力、沟通能力、领导能力等。同时，我们还可以通过实习、兼职等方式，了解实际工作环境，锻炼自己的实际操作能力和解决问题的能力。只有通过实践锻炼，我们才能更好地了解自己的职业规划，掌握更多的就业机会。

第五段：职业规划的调整和完善（职业规划过程中的调整和未来的展望）

职业规划是一个动态的过程，随着自身的成长和社会的变化，我们的职业规划也需要不断地调整和完善。我们需要关注行业的发展动态和市场需求，根据自己的兴趣和能力做出合理的调整。同时，我们要有远见和未来的展望，不仅要关注眼前的就业机会，还要着眼于长远的职业发展，不断提高自己的职业素养和综合能力，为未来的职业发展奠定坚实的基础。

总结：通过不断地学习和实践，我深刻体会到了职业规划的重要性。只有明确自己的职业目标，并通过合理的规划和努力，才能在竞争激烈的职场中脱颖而出。大学生应该积极参与各类实践活动和实习，不断提高自己的能力和素质，为自己的职业规划打下坚实的基础。同时，我们还要保持警醒，不断调整和完善自己的职业规划，并有远大的未来展望，为未来的职业生涯奋斗，实现自己的人生价值。

大学生职业规划与发展心得体会篇六

来到重庆三峡学院已经有近一年的时间了，在这一年里，我体验了快乐的大学生活，也考虑了自己的未来，在上了大学生就业指导可之后，我对自己的未来更加明确了。近年来，随着高校的扩招，就业竞争日益的激烈，大学生就业问题成为社会关注的热点。一方面大学毕业生找工作难的呼声越来越高；另一方面大学生缺乏职业化素质、缺少职业规划意识导致自身缺少市场竞争力。通过就业指导课程，让我更加清晰了如何度过大学四年。

在课堂上，我做过了很多测试，我对自己有了更多的了解，清楚的认识了自己，对我以后的学习与工作有很大的帮助。

1. 我的性格

我的气质是兼具粘液质与胆汁质，我在生活中是一个坚持而稳健的辛勤工作者。由于我具有与兴奋过程向均衡的强的抑制，所以行动缓慢而沉着，严格恪守既定的生活秩序和工作制度，不为无所谓的动因而分心。粘液质的人态度持重，交际适度，不作空泛的清谈，情感上不易激动，不易发脾气，也不易流露情感，能自治，也不常常显露自己的才能。我这种人长时间坚持不懈，有条不紊地从事自己的工作。其不足是有些事情不够灵活，不善于转移自己的注意力。惰性使他因循守旧，表现出固定性有余，而灵活性不足。从容不迫和严肃认真的品德，以及性格的一贯性和确定性。我在面临压

力时，不但不会主动应对，反而容易采取回避。压力越大，他们越容易通过各种消极形式来放松自己，比如玩游戏聊天等等。我喜欢把事情拖到最后去做。稳重，考虑问题全面；安静，沉默，善于克制自己；善于忍耐。情绪不易外露；注意力稳定而不容易转移，外部动作少而缓慢。

2. 就业打算

现代社会发展需要很多的人才，社会需要决定着求职环境。社会需要、市场需要，就是就业选择方向。职业前途是与社会需要息息相关的，只有准确把握社会的需要，紧跟时代的发展步伐，选择的职业才有发展潜力。我打算继续考研深造，据国家教育部预测，今后5年内，我国高中教师缺口达到116万人，其中对数学、语文等基础学科的教师需求量最大。广东省许多市县甚至出现数学“教师荒”。全国37个大中城市人才市场的统计分析表明，数学教师十分抢手。如果可以读研，我打算继续学数学，可以转向金融或直接当人民教师。数学与应用数学专业属于基础专业，是其他相关专业的“母专业”。无论是进行科研数据分析、软件开发、三维动画制作还是从事金融保险，国际经济与贸易、工商管理、化工制药、通讯工程、建筑设计等，都离不开相关的数学专业知识。

以上两个心得让我认识到了自己的优缺点，也让我树立了一个近期目标，就是考研。很多人说考研很难，但我确立了目标，至少比那些没确立目标的人更有优势，在经过一学期的就业指导课后，我了解到了形式的严峻，但我对自己充满了信心，希望我能充实的过完大学，为以后的工作打下基础。

大学生职业规划与发展心得体会篇七

(一) 短期计划(大学)

1. 时间跨度：20_年至20_年。

2. 总目标：完成大学学习任务，圆满取得毕业证书及学位证书；参与社会实践。

3. 分目标：学好各科专业知识，掌握会计行业的基本知识。英语考级进取复习，强化英语，至少过四级，争取过六级。参加报考和会计相关的各种证书；关注各种经济信息，学习关于会计方面的书籍。假期打工积累社会经验。

4. 策略和措施：20_年报考并争取经过会计从业资格证、计算机证书及英语四级证书；20_年报考并争取经过初级会计师证及英语六级证书，并参与暑期实践；20_年报考注册会计师两门并争取经过，参与和专业相关的暑期实践。20_年报考公务员及注册会计师部分科目，完成论文答辩，获得毕业证书及学位证书。

(二) 中期计划(毕业之后的五年计划)

1. 时间跨度：20_年至20_年

2. 总目标：进入企业后开始基础工作，考上cpa[]为高级管理工作做好准备，成家立业。

3. 分目标：进入外贸企业，开始基础工作；努力看书，考上cpa；在五年中的后阶段开始学习高级管理运作所需知识，培养一个高级管理者所需要的各方面的素质；自由恋爱，找到最适合自我的人组建家庭，孝敬父母，报答父母二十几年的养育之恩；经济收入水平在此阶段的定位为：2000—5000元人民币。

4. 策略和措施：处理和与公司内部人员的关系，虚心请教经验丰富者，慢慢构成自己的一系列处事方法；养成毕业后仍坚持学习的习惯，多看书学习；处理好与爱人的关系，夫妻间相互体量、相互鼓舞、相互帮忙。

(三) 长期计划(毕业后十年)

1. 时间跨度：20_年至20_年

2. 总目标：从事管理工作，争取做到高级管理者；经营好自我的家庭和生活并开始回报社会。

3. 分目标：生儿育女，重视儿女的身心健康教育，并重其文化素养，后期注意其个性的发挥，为其供给良好的深造的经济条件；在第十年要做到大中型企业的高级管理者，并在管理过程中表现优秀，深得民心；服务大众，回报社会，尽己所能捐助贫困学生，减少其在经济和精神方面的压力；经济收入在此阶段的定位为年薪十万左右。

4. 策略和措施：为小孩营造一个好的成长环境，做到高级管理者的同时不断学习和别人交流，多向优秀的人才学习，多走访高校；建立自我的基金会，为贫困学生尽自我力所能及的帮忙。

大学生职业规划与发展心得体会篇八

时间过得真快，转眼间我都已经大四了，现在面临的的就是紧张的就业了，学校充分考虑到了我们信息不足、缺乏经验的情况，为了让将要毕业的大学生能够提早对近年的就业形势和就业的相关重要知识和信息有所接触和了解，开展了《大学生职业发展与就业指导》课程，在这段期间，我确实学到了很多，对就业形势以及有关就业的各方面的情况都有了一个系统的了解。

在就业之前，了解当前社会就业情况，社会对求职者的要求，自身的职业特点及求职的相关经验对即将走进社会，进入职业生涯的我们是非常实用的。首先，能帮助我们更好地认识社会就业现状。其次，我们要对自己有了一个更深入的认识，对自己的未来和前途有个明确的目标和计划。最后，我们要

不断地丰富自己，为就业早做准备，这样我们就不会找不到方向了。

大学阶段是大学生学习知识、培养能力、发展智力、丰富阅历、积累经验、准备承担成人责任的过渡期，也是大学生步入社会的准备期。对每一个大学生来说，大学阶段都是一生中最重要的时期之一。大学生既要适应前所未有的生活，又要对未来做出展望。作为一个大学生将来要面对的大多是找到一个好职业，我觉得自己应当好好的总结一下自己学到了什么，自己会做什么，对自己有个全面的了解，为自己即将到来的就业工作带来一定的帮助。

有职业的冷热变化，决定了就业者从事某一职业的发展前景。有的旧职业会逐步被社会所淘汰，有些新职位则会随着历史的发展而产生。就业者选择从事某一职业，不论是热门的还是冷门的，只要是向衰退的甚全会被淘汰的方向发展，就要注意把握其变化，尽可能适时调整自己的职业方向，不必从一而终、死守到底。因此，毕业生在选择职业的过程中，首先要针对自己的实际情况，做好自己的职业定位，规划自己的职业生涯；其次，要根据自己的专业、技能、综合能力和社会用人单位的要求，确定自己的职业定位；另外，毕业生还要排除各种外界干扰，如果自己和用人单位彼此都很满意，就应该早做决断，尽快签订就业协议。再者，就业过程是一个复杂的过程，往往会遇到这样或那样的困难，这就要求毕业生努力培养良好的心理承受能力，勇敢地迎接未来生活的种种挑战。

就中国目前状况来说，就业形势是不容乐观的，在这个就业形势严重的社会，我们仅凭自己的专业去找符合自己的工作，可以说很难。我们都知道几年来各高校陆续扩招，造成大学生数量快速增多，使高校毕业生就业问题更加尖锐，直接影响就业局势的稳定。同时，由于企业裁减人员的现象，失业人员和零就业家庭将进一步增加，长期失业者、各类困难人员和残疾人就业将更加困难，竞争形势更加严峻。在这种情

况下，创业是一个很好的选择，不仅我们自己有工作，如果我们创业成功，我们还能为社会提供工作岗位，为社会做一份贡献，何乐而不为呢，这就需要我们未雨绸缪，牢牢掌握职业生涯规划技能，为未来的道路做好铺垫。

现在，经济全球化进程日益加快，科学技术发展迅速，知识经济浪潮汹涌，给大学生的就业以及职业发展带来了机遇，也提出了挑战。任何一名大学生在规划自己的职业生涯时，都应考虑现实的条件。职业世界的变化，对人才素质的要求越来越高，也给大学生的职业发展提出了新的要求。因此，作为当代大学生的我们要勇于正视职业世界的机遇和挑战，正确认识、准确把握大学生就业形势，了解职业发展的趋势，为选择并迈向正确的职业发展道路打好牢固的基础。可是大学毕业生有很多就业误区是在社会、个人双方合力下形成的。其实，作为大学毕业生的我们，此时应该多一点“大丈夫能屈能伸的豁达”，不要过分计较一时的顺逆，坚信“天生我才必有用”的信念，从“零”做起，从基层做起，最终定能在社会上找到自己的位置。总之，我们知道就业成功的关键还是要根据自己本身的实际出发，灵活选择一条适合自己的道路。

在《大学生职业发展与就业指导》课程中，老师讲到了很多我们以后会遇到的问题，即将遇到的问题，告诉了我们很多的应对方法，我们要灵活运用知识，在以后遇到困难时从容的对待，遇到困难，面对困难，挑战困难，战胜困难。虽然课程结束了，但是我们在就业的道路上才刚刚开始，我们不能空有一腔热血，踌躇满志，我们应该沉淀自己，好好的思考规划一下自己的未来。人生和做事一样，要有计划，要思考全面，要做到有备无患，有条不紊，尽善尽美，让我们的人生更加精彩。

大学生职业规划与发展心得体会篇九

站在人生的十字路口上，应对滚滚人流，看事态炎凉，这样

逼着自己不得不收起以前的稚气与天真，开始深刻的思考未来的路。在此刻的社会，只有真正的人才才能称得上是真正锋利闪亮的尖刀，想成为人才就应是每个年轻人的理想。但是混混噩噩的度日子是做不到这点的，只有做一份适合自己的人生规划，正确的准确评价个人的特点和强项才能定准职业方向，重新认识自己的价值并且透过不断的学习使之递增，为自己带给前进的动力并在职业中发挥个人优势。所以，我试着为自己拟定一份职业生涯规划(什么才是职业生涯规划)，期望她对自己的系统的职业生也规划能有领航的作用，为处于迷茫中的自己指明一条路。

二、自我分析

我此刻在读大二，性格总体上偏外向，但有时也很文静内向，业余时间喜欢看电影听音乐，上网还有看书，尤其喜欢研读任务传记。我比较喜欢国际政治，喜欢用自己拙劣的政治敏感分析一下当前的形式，并偶尔发表点文章，观点有时会很偏激。平时与人友好相处，但是由于自己的性格偏直，常常由于心直口快无意中把朋友们惹生气，导致知心的好友并不是十分的多。我的优势在于我对于问题能构成自己的观点，并且经过理论证明认为它是正确的就会一向走下去，坚持自己的观点，绝不随波逐流。所幸我并不是一个顽固的人，在发现自己在这方面确实有认识的偏差和理论的错误后会真诚的道歉并虚心的理解教导。我的缺点是缺乏进取心，常常把“知足者常乐”挂在嘴边，所以用心性较差，进而导致在自己本该擅长的方面不能取得就应取得的成绩。由于从小时候构成的不良习惯，在看书尤其是自己喜欢的分析议论类书籍时只求看明白其中的意思而其中一些精华的语句等并没有尽力将其存入脑中，这就致使我日后尽管有稍微好与同龄人的分析潜力，但是在撰写文章和口语表达上相对较差。口头上的不善交际又使我在与人交往中往往处于被动状态；不太活跃，不参加用心性高能够拓宽自己人际交往圈的活动如晚会，比赛等。缺乏锻炼，导致体质相当虚弱，健康是影响自己的未来的很大的问题。感情方面有所牵挂，不能完全像其他同

学一样自由去追逐自己的梦想。在以后择业的路上，我需要顾忌的是远在家乡重病在身的爸爸和至今仍昏迷在床的妈妈，我不能离开他们。这要就同时在必须程度上限制了自己的求职方向及地点。

三、解决自我分析中的劣势和缺点

尽管自己有的时候缺乏信心，恒心和毅力，但是凭借自己的热情和对未来的比较清醒的认识，我相信我会逐渐的培养起自己的恒心。自己在未来的发展中就应充分重视一下性格的转化，就应正确处理内向与外向的关系。在人际交往中就应发挥自己外向的一面，争取拓宽人际关系，这样既能广交朋友又能为未来铺路。在阅读自己喜欢的对自己有帮助的书籍是既要掌握书中的观点又要学习作者的精华语言，增强自己的表达潜力和写作潜力。注意加强体育锻炼，增强体质，以程度减少体质虚弱给自己带来的负面影响。

四、择业选项，决策理由

就自己而言，自己是一个冷静的女孩，能客观的看待一些问题而不掺杂任何的个人感情色彩，能较快的抓住事情的本质，不断调整自己，相比较一些多愁善感的女生更适合从事法律方面的工作。而同时自己的性格又偏向好动，所以想比较整日端坐在书桌前更喜欢忙碌一点的生活，这样从另一方面来说能够强迫自己去工作从而取得成绩。而律师这一职业多数时间需要四处采证，处于奔波状态，而又有一部分时间安安静静研读相关材料。这个集动静一体的工作和我的偏外向而又时又内向的性格十分合拍。

也许是跟家庭背景有关系，我出身于一个父母都是教师的知识分子家庭，所以尽管性格好动，但是受父母影响，自己已经习惯并且喜欢上来有节奏有规律的生活。律师是一个需要对自己所掌握的业务及实证信息进行整理加工的工作。它同时也要求作为一名律师能严格遵守职业道德规范，客观冷静

的分析问题，按照法律法规工作。所以在日常生活中更要注意这方面潜力的培养，争取对任何问题都做到公正公平，尽量克服个人好恶在决定中的障碍。

然而此刻社会在不可思议的速度发展着，21世纪真正稀缺的是人才，而社会对于人才的定义也随之发展，贴合型人才越来越得到各大用人单位的青睐。而社会的竞争的激烈性更说明了职业的变动性。这也就要求我们要掌握至少两种求生技能。如果因为以后我发现自己并不适合律师这一行业或者在这一行业并没有到达自己预期的成绩，那么我会坚决的选取转行，而第二次的职业选取我会选取从事外贸行业，做一名外贸人。随着全球经济一体化的逐渐加强，中国的经济对外的交流越来越广泛，有相当的一部分国家开始意识到中国这个庞大的经济市场所能创造的惊人利润，所以中国的对外贸易发展相当迅速，这也在另一个侧面要求我国要培养出更多的贸易人才这样才能在对外事务中处于优势地位。

尽管我此刻乃至以后的专业不会选取对外贸易经济，然而我想这并不与我想从事外贸方面有任何的冲突。我的一位师兄同时也是我的亲戚，此刻做某公司外贸部做经理，他以前对我说过，外贸做的好的人并不是因为你读书的时候学的这方面的理论知识比人家多，而是靠你的经验。能真正做好这一行的人是法学和外语都学的好的人，因为对外打交道，外语的重要自不必说。和其他国家和地区签署贸易合同更要求你有扎实的法律基础这样才能保证合同的合法性进而保证自己公司的盈利。至于经验则完全靠自己的成熟及实践增长。

我相信中国在国际经济事务中会扮演一个影响力越来越大的主角，所以我坚信外贸业也会越来越兴盛，所以外贸方向人才会成为炙手可热的职位。所以如果我真的进行二次择业的话，我会选取做一个外贸人。

五、未来人生职业规划

此刻的我已经是步入大学后的第二个年头，根据自己这一年多来的对自己专业的了解和对字节兴趣的分析，我大概确定了自己要助攻法学方向，但是作为以后生存的技能，英语这一工具学科不能看清。围绕这两个方面，我大致做了大致的规划如下：

1、20__~20__年：充分利用校园环境及自身的优势条件，认真学好专业知识，培养自己的工作潜力和人际交往潜力，全面提高自己的综合素质。

2、完成的主要资料：提高自己的知识素养，走向研究生，熟练自己的专业技能，透过国家司法考试，以优良的成绩透过英语专业四级八级考试。

并在其中透过实习兼 职等方式接触社会

法学方面：认真对待自己在学校理解的每一门法律教育，尤其是主干课，分析自己的擅长方向选取自己将来的考研和就业方向。

多多利用国家图书馆这一便利的资源查阅自己不懂的问题，多研读案例以培养袭击的法律思维和法律敏感度。多像老师和学长同学们请教，各科都取得优异的成绩，尽量都不低于85分。在大三之前制定出完美的严密的考验及司考计划，在大三上学期进行初期备战。并在大三下学期和 大四上学期进行系统的准备，力求以优异的成绩透过。

英语方面：从此刻开始用心备战专业四级考试，每一天早上晨读20分钟，晚上联系听力20分钟，增加词汇量，做专四的训练题增强题感以争取在下学期的专业四级考试中获得优异的成绩。提高自己的口语水平增强英语表达潜力。

健康方面：合理饮食，不暴饮暴食，不节食。进行定期的体育锻炼，增强体质。

提高方面：利用好每一个寒暑假，个性是09年的暑假，在此之前务必列出一个详尽的考研计划，以为大三和大四的准备开辟一条道路，并在暑假中着手开始对过往的知识进行回顾和整合。

大学生职业规划与发展心得体会篇十

这学期我们上了就业指导课，感触很深。时光如梭，转眼我已在大学的校园里奋斗了两年的时光，回想从前的那些稚嫩，无比温暖，没错，这是我们奋斗来的成果，大学，那个完成梦想的地方。今天的我们还有多少像以前那样无忧无虑的日子让我们依靠，还有多少青春可以让我们拿来肆无忌惮的挥霍，我想，没有多少了，给自己的人生一个规划，带着梦想起航，演一场完美的人生！以下简单谈谈我学习了这门课之后的感想。

职业是指人们在社会生活中所从事的以获得物质报酬作为自己主要生活来源并能满足自己精神需求的，在社会分工中具有专门技能的工作。职业是对人们的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映，也是一个人的权利、义务、职责，从而也是一个人社会地位的一般表征。不同的职业，通常意味着不同的发展机会与空间，也决定了不同的生活方式。它影响着个人事业的发展，影响着个人的家庭幸福感，影响生命质量和人生的`满意度。

每个大学生都希望自己拥有称心的职业。但随着社会主义市场经济体制的逐步推进和高校改革的深化，大学生不再是“皇帝的女儿不愁嫁”。当前，“选择职业的恐慌”已经成了大学生中普遍存在的问题之一。有些大学生因为多次求职的失败经历和在职场中的挫败，对个人前途和未来感觉渺茫。还有一些大学生对自己就读的大学感觉不理想，不去积极努力地改变现实，而是去抱怨、放任自己，消极对待学业和生活。

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。

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。

总之，上了大学生职业生涯规划与就业指导这个课使我正确地认识了自己，也使我确定了人生的方向。从现在就要规划好自己的人生，提升自身技能，不然为时已晚。就像《钢铁是怎样炼成的》里那句经典的话：“人最宝贵的是生命，生命每个人只有一次。人的一生应当这样度过：回忆往事，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。”