

大学生职业生涯规划论文 学前大学生职业生涯规划论文(优秀6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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生职业生涯规划论文篇一

一、前言

“职业没有规划，你离失业只有三年。”初听此话，心底蓦然一动。作为一名生活浑浑噩噩的学生，每日三点一线，没有担忧与烦恼，没有竞争和压力。在这高墙里，一切使我如此颓废，日日如行尸走肉般活着……常常在想，几年后毕业时，即将迈入社会的我们却对职业一脸的茫然。这将是一个多么荒唐的悲剧！现在学会规划自己的未来，才是智者的选择，而职业规划似乎是位领跑者，引领着我们走正确的路，做有意义的事。所以现在，拿起手中的笔，认真地思考，记录下自己的梦想吧。

二、自我分析与评估

1、优点大盘点

(1) 在人际交往中：我是属于主动的一方，谦逊友好却又“一腔热血”，喜欢关心身边的人，喜欢和我的朋友们一起疯，一起闹，一起思考。我认为没有真正的坏人，他们的骨子里其实是善良的。不喜欢有城府的人，因为朋友之间不能有算计。人与人相处，以诚相待最重要。

(2) 在学校学习中：可能我并不是属于特别勤奋的孩子，但

是我喜欢将学习与兴趣融为一体，“在快乐中学习”是我的学习理念。喜欢积极的参加学校大大小小的活动，因为学习不应该是死板的，要在比赛中寻找自己的特长。

(3) 在生活自理中：也许一个人在异地求学的缘故，我必须学会将自己的生活打理得井井有条。自立自强是一个人生活的准则，我必须自己置生活用品，自己抽空整理衣柜，自己洗衣扫地……虽然会更忙碌、劳累，但我觉得一切更有挑战性，生活更充实。

2、缺点集中营

不得不承认，我易怒的性格经常会造成和朋友之间的矛盾。而我极端的情绪化有时会影响到我的生活甚至学习。其实，我也清楚的了解自己这个坏脾气，有时候我也会讨厌自己这样的性格，所以我立志一定要改掉这个坏毛病。

3、个人综合评估

(1) 学习综合测评：我虽不是一名学习的乖孩子，但是对于学习还是比较认真的，我清楚的明白自己的严重偏科现象。在文化课方面，还是比较感兴趣的，自然成绩不会太差，而专业技能课是我头疼的问题，因为起点低，底子薄，基础弱，我不太喜欢钢琴舞蹈，但是我依旧会认真地学习的。而我因为经常参加活动，所以现在还是小有收获的，这是我信心倍增，便对学习更有兴趣了。

(2) 职业价值观：虽然幕前的生活可以被幻光灯照射着，被漫天的新闻吹捧着，被万人喜爱羡慕着，但是幕后平凡宁静的生活才是我喜爱的。也许，为今天某个小朋友的调皮捣蛋而感到无奈，为某篇文章而绞尽脑汁，为某个新闻稿而彻夜不眠……这才是我要的生活。因此，不用哗众取宠，真实地展现自己才是我的职业追求。

(3) 职业性格：性格决定事业，能力决定成败。成为一名幼儿教师，我需要耐心、爱心和童心。和一群纯真无邪的孩子们在一起，自己也要心无杂念。而将幼师作为职业来看，认真严谨才是工作本色，严于律己，宽以待人才是职业人最好的职业性格。

三、环境评估与分析现今环境：

1、家庭环境：生于普通家庭，没有任何的家庭背景和所谓的社会地位，爷爷曾经也是师范院校的学生，二爷爷曾是中学英语老师，二叔叔和婶婶均是小学语文老师，也算是书香世家，但是以后的工作还是要靠自己去争取、努力、拼搏，实力才是立足社会的根本！

2、学校环境：马鞍山幼儿师范学校一直以来将专业与社会实践相结合，谨遵“一专多能，教学合一”的教学特色培养技能型人才，因材施教，因人而异。在校期间，学校鼓励我们积极参加活动，处处为学生考虑，合理安排学生的生活与学习，使学校成为我们心目中的第二个家。职业未来：近年来，经济不断发展，家长在教育上便不惜花费人力、物力、财力，国家也在大力兴办幼儿园，教育事业也随之蓬勃兴起，因此急需大量训练有素、专业的幼儿教师，但目前幼儿教师正处于空缺的'尴尬状态，所以未来的五至十年内，幼师专业则将成为热门职业。

四、目标确立及实施

1、短期目标：（在校期间）千里之行，始于足下。一切行动从现在开始。所以，短期计划则是我职业规划的开始篇。

(1) 知识学历：在校学习的知识是一切的基础。以严谨的学习态度学习基础的科目，在此之外，利用课余时间及时给自己“充电”，遍览中外名作，享阅各类书籍。关注世界时事，了解社会新闻，不拘泥于狭隘的知识见闻，不做井底之蛙。

(2) 社会实践：俗话说：“实践是最好的老师。”书本知识只能给予我们枯燥的理论知识，而关于社会经验等必须要我们亲自接触社会，亲身体验才能得到。我以后会利用节假日打短期工或利用所学专业知识到幼儿园实习，提前接触社会，预习未来。

(3) 学校活动：发挥自己所擅长的，接触自己所喜欢的，接纳自己所排斥的。这是我未来三年参加活动的准则。积极参加活动，不仅仅要参加自己擅长的，对于从未接触过的舞蹈比赛、手工制作等也要热情投入，将一直讨厌又恐惧的三年级钢琴弹唱比赛转化为喜爱的活动。学会全面发展，以良好的心态挑战每一个比赛！更要经常参加集体活动，学会与他人合作及分享。

2、中、长期目标：活到老，学到老。此话已是老生常谈。社会在高速发展，我们随之成熟起来，走出校门，将要在社会底层摸打滚爬，积累人生经验，这是我们人生的黄金期。

中期目标（毕业——工作前三年）：

(1) 知识学历：为了长远发展，肯定不能局限于现在的大专学历。为提升个人素养，在工作之余，利用参加进修或成人自考等途径，努力争取本科学历。在参加工作后，积极积累工作经验，提高社会阅历，拓宽知识眼界，将自己提升到更高的知识层次。

(2) 人际交往：人际交往堪称一门学问。与人交往，也是生活与工作的一项重要活动。其实迈入社会，社会远没有校园般纯洁，我们仅存着“害人之心不可有，防人之心不可无”的信念。对待领导，顺从却又不卑不亢；对待同事，谦逊友好有原则。虽不能肝胆相照，但也可以友好共处。

长期目标（工作五至十年）：

(3) 生活爱好：身体是革命的本钱。现在生活节奏越来越快，压力也随之增加，因而我们的生活习惯就显得尤为重要。坚持锻炼，增强体质；百忙之中也要抽出时间，坐下来，饮一杯茶，静心读一本好书；合理安排自己的时间，调整个人的状态，培养高雅的生活情趣。

(4) 性格脾气：在社会中闯荡，做事就不可像开始那样毛手毛脚，而需几分稳重与内敛；亦不能像现在这样脾气古怪任性，要学会抑制自己的脾气，控制自己的情绪。戒骄戒躁，不卑不亢，才是在职场立足的根本。

3、个人发展：从事于工作五、六年，在职场上早已褪去了新人的青涩，取而代之的是几分老练与成熟。这时应该大展身手，结合自己前几年的工作经验，与时俱进，敢于创新，是自己在单位中脱颖而出，成为优秀的幼教工作者。

五、备选方案

计划赶不上变化，实事皆难料。总有一些出乎意料的事会打乱我们的节奏，打断我们前进的脚步。但上帝为你关闭一扇门，一定会为你打开一扇窗。

方案1：不能成为一名优秀的幼儿教师，也许我会根据个人兴趣，成为一名编辑或记者，我喜欢幕后的工作，喜欢别人看到我努力的成果时的喜悦。

方案2：也许我会考虑开一家书店，我喜欢有书的世界，喜欢前来看书的孩子，又可以为孩子们打造另一片天地，这不失为一个好选择。

六、结束语

我要做什么？我能做什么？我该做什么？也许从今天起，当我们写下对自己的人生职业规划的那一刻时，以后每天我们

都得问一遍自己这样的问题。我们现在就像活在梦里一样，常常找不到自己，但是给自己定一个目标，未来会清晰很多，我们可以明白此时我要做什么，能做什么，该做什么。一纸一笔规划职业前景，一举一动创造美好未来。现在对自己严格，是对未来的自己负责；现在执笔画蓝图，将来成功在眼前！

大学生职业生涯规划论文篇二

(1) 设置三、四、五题的目的在于，调查答题者对自身的性格，优势与劣势，能力是否清楚。因为认识自我的个性特征是对自己进行职业生涯规划的重要基础。性格是人对现实的态度和行为方式中表现出来的稳定的心理特征的总和。职业心理学的研究表明，不同的职业有不同的性格要求。可以依据自己的性格来看出一个职业是否适合自己，这与自身的才能在日后职业生涯的发挥程度，发展的顺利程度密切相关。三四五题的结果如下：

第3题您对自己的性格

第4题您对自己的优势与劣势

第5题您对自己的能力

上述三题中选择“比较了解”的答题者均占大多数，而“非常了解”的也有不少，“完全不了解”者几乎没有。这说明目前大学生对自身的了解程度比较好。结果较乐观，大部分人有为自已做好规划的基础。

(2) 第七题调查同学们是通过什么渠道来了解自己的，了解自己的渠道的多样性与正确性有助于对自己做出客观公正的评价。本题中大多数人选择了“自己体会”（66.2%），而“他人评价”仅有23.1%，没有人通过“测试”手段了解自己。这说明目前学生了解自己的手段太单一，也间接说明了自身与他人在这方面沟通太少，大多数人不愿去做测试或咨询。

只通过“自己体会”难免太主观，不易发现自己的隐藏的优缺点，很难做出客观公正的评价。

(3) 六、八、九题主要通过学生对自己本专业，以及对打算从事的职业，行业的确定程度调查学生职业兴趣及职业定位（九题）是否明确。兴趣是人们积极地接触、认识和研究某种事物的心理倾向。求职者是否具有与所求职位相匹配的兴趣，是持续完成工作的重要动力之一。

正确认识自我的基础上，初步确定自己的职业生涯目标，明确自己的职业定位。职业生涯目标在职业生涯规划中有很重要的地位。如果目标不确定，则必然导致职业生涯之路不规律。典型的表现就是频繁跳槽，频繁更换工作，使职业生涯始终在低层次徘徊。调查结果如下：

第6题您知道自己喜欢哪些职业吗？ 第8题您是否喜欢现在的专业？

第9题您对自己的将来的发展方向是否明确？

以上结果显示，大多数同学对自己的爱好，职业定位的确定性处于中游水准（不能说完全不知道）。

(4) 第十题“您对自己的打算进入行业的趋势、背景是否了解？”本题限定为第六题选择“比较了解与非常了解”同学回答。对于确定了自己方向的同学，深入的了解做选择的行业与职业非常必要，这是真正的实现自己规划的第一步。本体调查结果：

从上表可以看出对此“非常了解”的相当少，“比较了解”和“不带了解”的占大多数，并基本持平，这说明同学们在这方面有大大加强。要落实职业生涯规划，实现自己的梦想这是非常重要的一步。

(5) 长远目标需要个人经过长期艰苦努力、不懈奋斗才有可能实现，确立长远目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑，使之既有现实性又有前瞻性。短期目标更具体，对人的影响也更直接，也是长远目标的组成部分。第十二题“您在大学中的学习生活中有明确的目标吗？”本题数据：

从以上数据可以看出：大部分大学生都有清晰的目标，但是很多的都是短期目标。明确的目标和兴趣一样，是努力和追求成功的动力。有明确的目标才能够不浑浑噩噩的度日，才能合理的安排自己的时间，才能清楚自己每个阶段的任务。

(6) 第十三、十四题“您知道什么是职业生涯规划吗？”“您认为职业生涯规划对大学生重要吗？”这两题主要调查“职业生涯规划”在大学生心中的分量以及了解程度。本题数据如下：

十三题十四题

从以上数据可以看出：目前大学生普遍认为“职业生涯规划”非常重要，认为其“不重要”

大学生职业生涯规划论文篇三

摘要职业生涯规划是指一个人一生职业发展道路的设想和规划。它可以使学生正确认识自我，帮助学生进一步了解社会，增强学生的自信心，促成学生自我实现。结合当前大学生职业生涯规划存在的问题，对大学生职业生涯规划设计提出了一些思路。

合理设计自己的职业生涯规划，是大学生通向成功的第一步。它可以使大学生充分地认识自己，客观分析环境，正确选择职业，采取有效的措施克服职业生涯发展中的各种困扰，从而实现自己的理想。然而，在当代大学生中，有一半以上的人没有进行过职业生涯规划，他们不知道自己将来要从事什

么样的职业或者对自己所选择的职业缺乏必要的了解。这种状况需要尽快改善。

1大学生职业生涯规划存在的问题

大学生在职业生涯规划过程中，从自我认识、环境评估、职业定位、计划执行以及评估反馈等环节都暴露出一些问题，其中比较突出的是认识不够客观、规划和实施有些脱离实际、带有理想化的倾向，具体表现在以下几个方面。

1.1职业发展期望过高，职业路径设计不合理

不少大学生只盯住“三大”（大城市、大企业、大机关）、“三高”（高收入、高福利、高地位）单位，很少有人主动愿意去欠发达地区。不少大学生选择以考取学位和证书作为发展主路径，以考研和考博来作为自己职业设计的职业目标，还有些大学生“为保险起见”准备了四条以上的发展路径，但这些路径的结果悬殊较大，路径之间也缺乏内在联系，发展方向和路径的模糊不清势必导致在实际选择中的犹豫不决，不利于核心职业目标的实现。

1.2社会实践的方向不够清晰

为了增加“工作经验”，不少大学生选择了兼职，做家教、促销员和业务员等；为了提高就业竞争力，不少大学生选择考证来增加“筹码”，整天忙着各种各样的考试；还有的大学生花了大量时间参加各种文体活动，只是为了向用人单位证明其兴趣广泛。总之，社会实践缺乏职业方向性，遍地开花，注重量的积累而忽视了质的要求，不仅使大学生疲于奔命，而且盲目性和风险性都增大。

1.3过于追求所谓的“最佳规划”

有些大学生对经济学上讲的“最小成本、最大收益”津津乐

道，花费大量时间和精力在寻找“最佳规划”上，希望“一次规划，终身受益”，在做规划时面面俱到，不愿舍弃，在行动中也不愿从小事做起，碰到困难就不知所措，不会灵活采取调整措施。实际上，由于诸多因素的限制，一个人几乎是无法做出一个十全十美的职业生涯规划，况且，由于外部环境变化和自身认识、能力的提高，职业生涯规划也是需要不断调整、与时俱进的。

2大学生职业规划的要素

一份完整有效的职业生涯规划应包括自我评估、职业环境分析、职业目标的确定、实施策略与措施和反馈调整五个环节。

2.1自我评估

大学生职业规划的第一个关键环节是进行正确的评估。自我评估是个人职业生涯规划的基础，也是能否获得可行的规划方案的前提。一个人只有通过自我评估，正确深刻地认识和了解自己，才能对未来的职业生涯作出最佳抉择。如果忽略了自我评估，所做的职业生涯规划很容易中途夭折。

自我评估的主要内容是与个人相关的所有因素，包括兴趣、气质、性格、能力、特长、学识水平、思维方式、价值观、情商以及潜能等。简言之，要弄清楚我是谁？我想做什么？我能做什么？当然，一个人对自己的认识往往是片面的，所以在自我评估中还应善于听取他人的意见。

2.2职业环境分析

职业环境分析包括对社会政治环境、经济环境和组织（企业）环境的分析。要评估和分析职业环境条件的特点；发展与需求变化的趋势；自己与职业环境的关系以及职业环境对自己的有利条件和不利因素等。要弄清楚自己在这种职业环境条件之下，究竟能干成什么？这样你的职业生涯规划才会切实

可行，而不致流于空泛。

2.3 职业生涯目标的确定

制定个人职业生涯规划，就是为了实现某种职业生涯目标，进而获得自己理想的生活，所以目标抉择才是职业生涯规划的核心。一般我们可以首先根据个人素质与社会大环境条件，确立人生目标和长期目标，然后通过目标分解、分化成符合现实和组织需要的中期、短期目标。

2.4 实施策略与措施

所谓职业生涯策略与措施，是指为实现职业生涯目标而制订的行动计划。在我们确定职业生涯目标后，就要制订相应的行动方案来实现它们。实施策略措施要具体可行，容易评估。应包括职业生涯发展路线、教育培训安排，时间计划等方面的措施。

2.5 反馈调整

现实社会中种种不确定因素的存在，会使我们与原来制订的职业生涯规划目标有所偏差，这就要求我们不断地反省并对规划的目标和行动方案，作出修正或调整，从而保证最终实现人生理想。从这个意义上说，反馈调整就是一个再认识、再发现的过程。

3 对大学生开展职业生涯规划的思路

要解决大学生职业生涯规划存在的问题，必须从多方面入手。从大学生自身来说，首先要采取积极主动的态度，社会和用人单位也要伸出关心和帮助的援手，而作为学校则负有不可推卸的责任，应该尽快改变传统的就业指导工作思路，积极探索大学生职业生涯规划辅导的新路子。

3.1 普及职业生涯规划教育，帮助大学生树立正确的职业生涯规划观念

职业生涯规划教育能够帮助广大学生较为深刻地剖析自我，参照社会对人才素质的要求，不断修正自己的职业发展计划。因此，职业教育就应该自始至终地贯彻在大学生们的学习过程中，职业生涯规划应作为就业指导教育的重要内容之一，列入教育计划之中。目前许多高等学校已经开设了就业指导课。职业生涯规划应作为就业指导课的核心内容，将科学的理念灌输给学生，同时教给学生科学的职业规划方法，这对于学生步入社会和一生的职业生涯发展具有重要意义。

3.2 引进职业测评体系，帮助大学生客观了解自己

职业测评具有预测、诊断、探测和评估等功能，不仅可以帮助学生了解其职业兴趣、职业能力、职业倾向性，还可以评定其个性特征和动机需求水平，并提供其潜力不足及发展建议的指导。应该说，职业测评对帮助大学生客观认识自我、合理调整择业观有较大的现实意义。目前我国有些专业测评研发机构开发出来的测评产品信度、效度都比较高，也积累了足够多的常模，从使用反馈情况看还是相当不错的，受到广大学生和就业指导老师的认可。学校应充分认识到职业测评在大学生就业选择和职业发展中的作用，挑选和引进合适的测评工具，尽快让所有学生而不仅仅是毕业班学生接受职业测评服务。

3.3 开展职业咨询辅导，协助大学生进行职业发展定位

职业测评可以提供相对客观的评定和发展建议，对一般大学生来说可以起到参考作用，并不能完全反映每一个学生的真实情况。这就需要开展职业咨询辅导。在职业咨询辅导过程中，职业测评是基本依据，但不是惟一依据，还需要凭借咨询教师丰富的理论基础和实践经验，两者相结合才能取得较好的评估效果。从目前我国高校的实际情况来看，大部分高

校还不具备开展职业咨询的条件，因此，学校当务之急就是加快对就业指导人员的职业测评和职业咨询实操培训，以满足学生日益增长的职业规划咨询需要。

3.4 加强和引导大学生的社会实践活动，增强其专业性和职业针对性

大学生开展社会实践活动，要增强其专业性和职业针对性，在了解社会的同时，对其所学专业的应用以及将来可能从事的相关职业有一个比较清晰的感性认识。通过这些专业性和职业针对性强的参观、考察乃至实践，使大学生不仅在心理上接纳自己将要从从事的工作，也进一步明确自己今后的努力方向。因此，学校应加大力度建立相关的专业社会实践、实习和就业基地，组织和安排相关专业的大学生到相关工作岗位上锻炼，这应成为学校今后加强职业指导的一个努力方向。

3.5 大学生职业生涯规划必须以社会为导向

社会的需求在不断变化发展，只有密切关注职业的发展变化，学会收集、分析社会需求信息，使自己职业的选择与社会的需求相适应，并根据社会的变化调整职业生涯规划才不至于被淘汰出局。

3.6 加强职业生涯规划指导队伍的专业化培养

大学生职业生涯规划指导既是一项神圣的事业，又是一项专业性很强的工作，它充分体现高校的教育功能，需要一支具有较强专门知识、能力和素质的队伍。这就需要通过集中培训和学习，建立一支专业化、专家化、科学化的职业生涯规划指导队伍，经常开展毕业生的职业指导、咨询、推荐和服务工作，成为大学生的“职业导航师”。只有这样才能满足大学生求职的需求，才能帮助大学生确立正确的职业意识。

大学生职业生涯规划论文篇四

毕业实习期是大学生学习生涯结束和职业生涯开始的交替时期，在此过程中，大学生合理地进行职业生涯规划，正确地定位与发展自己，不仅有助于缩短其职业适应期，减少职业试错过程，且对其成功地走上职业生涯规划之路及今后的职业成功发展、社会贡献等方面都有很大益处。毕业答辩是高校毕业生完成大学学业，告别校园，走入社会，进行人生奋斗的另一阶段的开始。开启这一阶段的第一步，就体现在就业。就业，是大学生实现从学习到实践的过渡，更是开启其人生职业生涯的重要一环。拥有明确的理想目标，清晰的自身定位，良好的个人素养，端正务实的态度等是制定一份合理且切实可行的职业规划所必不可少的基础条件。于大学生而言，职业生涯规划不单是个人职业的一个选项，更是其锻炼自我、融入社会的必需生存手段。同样，就业不单是个人一份职业的开始，更是贯穿人生生涯中的一个系统的、可行的、巨大的社会化工程。大学生经过四年的理论学习和实践技能的训练，完成相关的检验与考核，初步具备了适应社会生存，满足社会需求的入门资格。在通往社会就业大门的必经之路上，大学生仍有着各种各样的未知的挑战。本文就《职业生涯规划对大学生就业影响调查问卷》活动所得结果展开论述与分析。

近年来，职业生涯规划的理念逐渐在国内高校传播，职业生涯规划愈发重要。此次调查活动主要是为了解南京高校大学生对职业生涯规划在就业方面是否会产生影响的想法与态度，通过所得数据及相关资料的整理分析，对职业生涯规划基于大学生就业的影响度展开重要分析。

3.1 研究对象

本次调查主要在南京部分高校学生中展开，学生所读专业在文科、理工科、艺术及体育类方面均有涉及。按年级高低划分，高年级学生占总人数的78.52%（大四实习及已就业占总

数的32.21%)，低年级学生占21.48%。(如下图1)(图1参与人员年级划分)

3.2研究方法

3.2.1问卷调查法本次调查活动以现场及网络途径共向南京部分高校大学生发放400份问卷，收回有效问卷298份。3.2.2数据分析法对收回的有效问卷进行数据统计整合及对比分析。

3.2.3文献资料法本次研究查阅了南京体育学院图书馆，浏览了中国期刊网、万方数据知识网，搜集并整理了大量与职业生涯规划等相关的资料。为职业生涯规划基于大学生就业的影响度展开深入分析，明确了本次研究的研究目标。

基于实际调查研究发现，南京部分高校的绝大多数大学生对于职业生涯规划的概念都较为模糊，理解也不够充分全面，因而本次调查将职业生涯规划划分为四个维度，从专业喜好、认知态度、执行程度和个人取向这四个方面展开，同时将四个维度分别进行细化，这样有利于大学生直观感知调查内容，同时也利于课题的充分开展。

4.1专业喜好

同择校一样，就业的首要步骤在于择业。择业，是就业的首要决定。大学生关于专业的选择、喜好程度及个人追求对其在职业规划及后期就业方面存在着较大影响，一份基于个人兴趣爱好的职业生涯规划对大学生就业的重要性不言而喻。在大学生职业生涯规划过程中，父母的想法与喜好总是占据着较大的比重。在此情况下，对社会仍是多半未知与了解的大学生多是听从父母的建议与安排，个人对关于自己的职业生涯规划更是缺乏兴趣与热情。4.2执行程度“众口难调”、“高不成低不就”……已是大学生择业就业的普遍现象。除上述个人关于就业态度的差异外，大学生就业前的筹备工作更是需要在已有的完备的职业生涯规划的指导下进行，顺利完成大学生个人从毕业实习生到职场新人的角色过渡。在已

制定职业生涯规划的大学生中，保持严格执行的占14.09%，大致执行的占35.57%，没有但发展方向稳定的占32.89%，余下的则为“没有且无任何进展”。（如下图2）就实际而言，一直严格执行着职业生涯规划的大学生实属难得，但大致执行确是当今大学生职业生涯规划的主流现象；对于“没有但发展方向稳定”的大学生，考虑到社会就业形势多样性及易变性的实际情况，在此不做讨论与褒贬；而“没有且无任何进展”的一类大学生着实令人堪忧。

4.3个人取向

4.3.1工作追求从“毕业”到“就业”，中间的过程始终无法逃开“专业对口”这一关键要素，且在当今大学生就业的、相关度、适配度、满意度等评析对比方面占有较大比重。找工作时是否要追求“专业对口”？数据显示，绝大多数大学生的观点也存在着明显差异，表示要“专业对口”和“尽量专业对口”占比例之和为65.10%，表示“不重要，工作适合就行”则为34.8%。可知，追求“尽量专业对口”多于追求“专业对口”的大学生，“尽量”一词更是在无形中体现着大学生在职业生涯规划下对就业形势的客观看法。4.3.2因素倾向在决定就业重要性选项的排序上，南京部分高校大学生整体结果为：“综合实力（技能）”居首位，“学历”排第二，“人际关系”、“金钱地位”、“运气”依序次之。

（如下图3）相比高考填写志愿时追求“985”、“211”类高等院校，“综合实力”当之无愧地成为大学生公认的关于就业选择的首要因素。在“金钱地位”“运气”等非客观因素面前，绝大多数的大学生依旧选择与接受“综合实力”这一评判标准。

5.1分析

（图3决定就业的重要性因素排序）数据统计显示，南京部分高校大学生中虽有少数在认知理解就业方面存在问题，但不乏也有已制定出完备的职业规划且一直严格执行的部分群体。

通过调查发现，多数大学生皆意识到职业生涯规划于就业有着极大的重要性，对制定完善的职业生涯规划更是表示出多方面的关注与重视。本次研究调查发现，南京部分高校大学生对于职业规划于就业的重要性持肯定态度，认为一份合理的职业生涯规划对个人就业及发展在一定程度上有着明确目标、提供方向的重要指导意义。多数大学生认为大学开设《大学生职业生涯规划与指导》的相关课程具有一定的必要性，且愿意向相关专业人员进行咨询。

5.2总结

通过四个维度的展开，在对大四学生的跟踪调查中发现，对专业的喜好程度较高的、对所读专业的职业方向、发展计划明确的、对职业生涯规划严格执行的以及对自身职业目标追求清晰的，在最终就业时，就业的质量相对而言都较高，就业的满意程度也较好。大学生职业生涯规划是在指导大学生就业的基础上，使大学生在离开校园，步入社会前再次认识自我、了解自我、完善自我的一种宝贵地系统地指导。大学生通过设计自身的职业生涯规划，根据自身实际条件和现实情况，及时地做出调整、完善知识结构、提升素质能力、从容应对择业、就业。真正的职业规划是一个系统性的、可行性的、贯穿性的社会化工程，是大学生突破自我，主动选择、积极抗压、发展能力、提升自我的建设工程。想要成功完成这一复杂的工程，强烈要求着大学生个人、高校、社会、家庭等多主体地参与，更要在就业观念、制度、政策等方面多管齐下，在帮助大学生全方位、多角度、客观地认识自己的同时，准确地选择与决定自己未来的职业，演绎出属于自己的社会人生。

大学生职业生涯规划论文篇五

正确的择业和创业是当代社会的需要，作为当代大学生，在择业和创业时既要追求自己的职业理想，更要符合国家，符合社会的实际需要。

我国是人口大国，劳动力比较多，需要就业的人多，就业高峰持续的时间也就比较长。当前我国比较重视教育，各大高校积极响应国家的号召，在大规模扩大招生，我国的高等教育正在由“精英教育”转向“大众教育”，大学生就业与全社会就业重叠到一起，加大了大学生在就业方面的压力，大学毕业生的就业形势不容乐观。面对严峻的就业形势，我们想要成功，要首先明白我们的目标和详细的规划。只有合理的规划才能有一个正确的方向，我们才不会浪费有限的生命。

据教育部统计，2012年，全国普通高校毕业生达680万人，比2011年增加了20万人，而全国高校毕业生总量还将继续增加，2013年高校毕业生将达到699万人，比2012年增加19万人。人力资源和社会保障部对劳动力市场供求信息调查显示，当前我国宏观就业形势趋紧，使得大学生就业面临很大的压力。

我国高等教育的学科结构和培养模式不尽合理。在我国大学生在选择专业的时候主要根据当时该专业比较好找工作、薪水较高热门而定，而没有可考虑随时间发展其专业在社会的需求。学校也是不断的增加热门专业，对热门专业无限制的招生，根本没有考虑学校现实情况，导致学校培养的专业技能与市场需求不相适应，导致企业需要的具有一定技能的人才找不到。而所谓的热门专业由于人员过剩而找不到工作岗位。其热门专业也就变为了冷专业，造成该专业大学生就要让压力大，人才有所剩余。

据调查，绝大多数招聘单位明确表明不要应届生，除了他们没有实践经验、缺乏社会知识外，对工作、对同事的态度是招聘单位拒聘的重要理由。而且现代应届毕业大学生心态摆的不够正很多应届毕业生频繁跳槽，流失率较高，使得企业自己花费精力和时间以及金钱培养的人才无法为己所用，给企业带来不必要的损失。

现在多大学生找工作很不够实际，过高的估计自己的实力，

总认为自己是佼佼者，在任何方面都很优秀，在找工作时一定是抢手的人才。在找工作时挑三拣四，眼高手低，以候补精英、候补白领自居，非大机关、大公司、薪金高不去。在找到后却对自己的工作岗位根本不珍惜，根本不去踏踏实实工作，总是向往更好的工作，更高的薪水，更舒适的工作条件。从而对现有工作没有激情。这严重影响大学生的就业。

中国劳动学会副会长苏海南认为现在的大学主要是重知识培养，但是轻能力的锻炼，所以有学历没能力、有文凭没水平这种情况还是或多或少地存在。与此同时，大多数毕业生都想到大城市、大企业、大机关、大单位去就业，不愿到小企业、基层去就业。这是大学生就业一重要原因。

由于造成大学生就业难题的原因是多方面的，切实解决大学生就业难题是一个系统工程，需要用人单位、大学生、高校及社会共同努力。但是，归根结底，大学生自身才是主要原因。因此，我认为大学生需做好以下工作，为自己的职业生涯做好规划。

大学生要争取知识广博，具备合理的知识结构，有一定的科学文化素养，具有创新精神，随机性、灵活性的思维方式，做到因人、因时、因事而异。有良好的心理素质，面临更加激烈社会竞争，能视变化为机遇，视困难为坦途，有顽强的自制力，坚定的信念，及对生活充满期望，充满热情。

健康欠佳会减弱人才的决策能力，因为如果要达到目标需要体力与耐力，一个人就可能因体力不支而放弃。身体健康是我们能够在事业上取得成功的前提条件，身体是我们革命的本钱。

能力才是判断一个人能否成功的最为有力的标准，只拥有一纸文凭在当今这个社会是难以的生存的，因此必须注重能力的培养，能力是一个人素质的外在表现，是在社会中直接产生作用的那部分内容，当前社会大学生必须尽可能培养自己

处理信息的能力、处理人际关系的能力、系统看待事物的能力、处理好人与资源的能力、运用技术的能力等。

利用假期积极参加社会实践，将所学的理论知识与实际工作相结合，提高处理实际问题的能力，积累工作经验。

求职择业应当面对现实，根据市场实际状况更新观念，转换思路，到最适合自己的岗位上工作，而不应过分关注工资水平及地理位置等，只有这样才能充分发挥自己的聪明才智，最终实现人生价值。

在竞争如此激烈，生活节奏如此快，生活过于紧张的社会现实生活中，我们都知道社会在不断的进步，在不断的发展，人生也是一个动态，所以我们的职业生涯规划也是一个动态的过程，一个人要想在事业上取得成功就必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估，不断地自我探索和对职业的探索，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，对规划进行调整和完善。来修正和完美我们现在的选择及自己的职业规划。

合理规划职业生涯，以便创出一片属于自己的蓝天！

1 《就业指导》

2 《思想道德修养与法律基础》

3 有关数据从教育网和获得

大学生职业生涯规划论文篇六

本研究将基于对职业生涯规划内涵，利用德国首创的目标导向项目管理理论[zopp]的问题—优势—目标分析方法，对大学生职业生涯规划课堂教学中存在的问题进行了归纳，并结

合政策层面、高校层面、师资层面现有的优势，围绕提高大学生职业生涯规划课堂教学效果进行项目识别。

职业生涯规划最早发源于欧美国家，我国古代基本上没有出现真正意义上的职业生涯规划教育理念，中华民国建立后，这一理念才逐渐从欧美国家深入到内地。关于职业生涯规划的概念，目前，学界的观点各有不同。大多数职业心理学家较为认同美国生涯理论专家super的观点：职业生涯规划是生活里各种事件的方向；它统合了个人一生中各种职业和生涯的角色，由此表现个人独特的自我发展形态；它也是人生自青春期至退休所有有报酬或无报酬职位的综合，除了职业之外还包括与工作有关的各种角色。

职业生涯规划则是一个连续不断做准备、做决定、做评估的过程，通过对自我、机会、限制、选择与结果的了解，确立与职业生活有关的目标。并根据个人在工作、教育与发展方面具备的经验，规划出具体的履行步骤。

国家教育部早在2007年12月就颁布了《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》（以下简称《教学要求》），为各高校进一步规范职业指导课的开设，把握职业指导课程教学各个环节的基本要求，明确职业指导课应实现的教学目标作了详细的要求，是开展大学生职业指导课程教学的纲领性文件。

2-1zopp及其问题—优势—目标分析简介

zopp是德语zielorientiertepro—jektplanung的缩写，即目标导向项目规划。zopp始创于德国，是德国项目管理理论体系的核心。它是针对区域经济发展项目（以及其他项目），在其调查、分析、诊断、项目设计、项目规划、项目实施、项目监测与评估和项目管理，提出的一套理论体系、一套操作工具和一套工作技术。其应用程序为：问题分析—优势分析—目标分析—项目规划—项目选优排序—项目实施规划—项目实施。其中，问题—优势—目标分析正是整套方法最为重要

的三个步骤。

问题是现存条件与人们的欲望之间的差异，要达到预期目标遇到的一个障碍就构成了一个问题。“树”的关系是描述问题间因果关系的最佳模式。运用“树”的关系以核心问题为出发点，寻找造成核心问题的直接原因和核心问题产生的结果，建立问题“树”。

优势与劣势就如同硬币的两个面，是相对的，又是每个问题都存在的。充分开展调查、分析，利用问题的固有优势，规避其劣势，将在有效利用资源的前提下保证问题的快速解决。

目标是对未来的描述，是未来打算实现的、解决问题后将达到的未来状态，是未来的方向。目标的确定离不开问题的存在，问题为目标的确立打下基础。在问题分析的基础上，将问题翻改为相应的目标，就产生了“目标树”。

2-2大学生职业生涯规划课堂教学问题—优势—目标分析

2-2-1问题树构建

如前所述，近年来，在工作实践的基础上和教育部统一部署下，鉴于职业生涯规划课程的特色和内容需要，各高校的职业生涯规划教育主要采取课堂教学的手段开展。笔者基于校基金课题——“a校me学院本科生全程、全面的职业生涯规划课堂教学实施方案设计研究”，利用问题矩阵分析法，分析得出在国内大部分高校开展职业生涯规划课堂教学过程普遍存在的34个问题中，最主要问题是：职业生涯规划课堂教学效果不理想。

2-2-2优势分析

目前，各高校在组织开展大学生职业生涯规划教育，提高课堂教学效果方面有诸多优势：职业指导理论与实践的发展正

处于繁荣与发展期；国家教育部《教学要求》的颁布；各高校在毕业生就业指导工作中积累的大量经验及可供借鉴的教学模式；由相对稳定的高校辅导员和相关学科专职教师构成的师资优势；社会网络资源、专业培训机构、测评系统等；以及大学生自身优势等。

2-2-3目标树构建

结合问题树进行问题和目标的转换，将问题“树”翻改成目标“树”。课题组研究表明，如要解决在教学过程中存在的34个问题，达到提高大学生职业生涯规划课堂教学效果的目的，实现开展大学生职业生涯规划教育的总体目标，就必须开展全程、全面的大学生职业生涯规划课堂教学。

开展全程、全面的大学生职业生涯规划课堂教学，重点在于突出其全程性和全面性。全程性指职业生涯规划教育应贯穿大学教育的全过程，这既是由职业指导课程教学目标所决定，也是课程改革的一个重点；全面性旨在针对学生进行职业意识、职业适应、职业选择、职业发展等全方位的教育。设计全程、全面的生涯规划教育课堂教学实施方案的意义在于：它是高校就业指导工作高效开展的需要；通过全程、全面的生涯教育可以帮助大学生避免盲目就业；通过全程、全面的生涯教育可以降低毕业生求职过程中的成本，增强大学生应对社会竞争的能力；通过全程、全面的生涯教育有利于促进大学生的全面发展；通过全程、全面的生涯教育有助于大学生对生活需求和工作需求进行恰当的调整。

在完成目标“树”逻辑关系分析后，将目标“树”中相似或相近的目标归类，就可建立目标“群”，一个目标“群”也就是一个项目：

项目群a□树立正确的大学生职业生涯规划教育理念项目

项目群b□明确课程定位项目

项目群c□课程内容模块化及教学方案设计项目

项目群d□本科生全程、全面的职业生涯规划课程指导教师专业化建设项目

分析表明：要达到提高大学生职业生涯规划课堂教学效果的目的，实现开展大学生职业生涯规划教育的总体目标，就必须从树立正确的生涯规划教育理念、明确课程定位、课程内容模块化及教学方案设计、指导教师专业化建设等四个项目入手，开展全程、全面的大学生职业生涯规划课堂教学。鉴于此，笔者将在后续研究中将秉承这一思路，也建议志在提高大学生职业生涯规划课堂教学效果的各地高校结合自身特色，沿着上述四个项目的方向不断实践下去，帮助大学生通过科学的生涯规划实现高质量的就业，并在职场上实现人职和谐。