2023年大学生职业生涯规划自我认知 大学生职业生涯规划书中的自我认知(精选5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

大学生职业生涯规划自我认知篇一

站在人生的十字路口上，面对滚滚人流，看事态炎凉，这样逼着自己不得不收起曾经的稚气与天真，开始深刻的思考未来的路。在现在的社会，只有真正的人才才能称的上是真正锋利闪亮的尖刀，想成为人才应该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通过不断的学习使之递增，为自己提供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），希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。

大学生职业生涯规划自我认知篇二

优点缺点自我评价和蔼友好；活泼；开朗；友善；勤奋；乐观；坚强；直率…责任心不够强烈；某方面自信心不足；家人评价勤奋；努力；懂事；体贴；体谅；坚强；直率；勤俭节约…在某些方面上太过于冲动老师评价亲密朋友评价勤奋好学；勤俭节约；心思细腻；乐于助人；善良；关心他人坚强；某些方面固执；自卑；悲观；某方面缺乏自信…同学评

价谦虚、助人为乐，虚心、热心乐于助人有时候太过于冲动其他社会关系评价谦虚，热心；乐于助人；幽默风趣有时候讲话过于坦白

2.基本描述:

·具有友善、负责、认真、忠于职守的特点，只要你认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做你认为毫无意义的事情。

·务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。善于单独思考、收集和考察丰富的外在信息。不喜欢逻辑的思考和理论的应用，拥有对细节很强的记忆力，诸如声音的音色或面部表情。

·与人交往时较为敏感，谦逊而少言、善良、有同情心，喜欢关心他人并提供实际的帮助，你们对朋友忠实友好，有奉献精神。虽然在很多情况下你有很强烈的反应，但通常不愿意将个人情感表现出来。

·做事有很强的原则性，尊重约定，维护传统。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，你依据明晰的评估和收集的信息来做决定，充分发挥自己客观的判断和敏锐的洞察力。

在工作中的优势:

·能够很好地集中精力、关注焦点;·强烈的工作热情，认真负责，工作努力

在工作中的不足:

·可能会低估自己的能力，难于坚决地维护自己的需要和利益

·不愿意尝试、接受新的和未经考验的观点和想法

·对反对意见过于敏感;在紧张的工作环境里感到很受压抑

·可能只关注细节和眼前之事，而对整体和将来重视不够，或看不将将来后果的征兆

·倾向于同时投入到过多的工作任务之中

·难以适应新境况，或者在不同的工作任务之间来回切换时会有困难

·易于被需要同时解决的太多的工作项目或任务弄得晕头转向、无所适从

·如果自己得不到充分的重视和赞赏，可能会感到灰心丧气

·一经做出决定，就不愿意从头考虑同一个问题

·对突然的变化缺乏适应

大学生职业生涯规划自我认知篇三

没有梦想对于每个人来说是非常可怕的一件事情，如同无头苍蝇似的到处碰壁。很多人现代社会由于商品经济的发展变化发展很快，很难对自己的人生进行一个长期的规划。佛家有云：“缘自性空”、“空无自性”。的确在现代社会，人们的生活节奏加快，社会更新换代发展非常快。如果如我们柔弱的个体，不加紧自己的脚步，跟随时代的步伐，不断学习，将很难有一个长足的进步。

那么对于在校大学生该怎样规划自己的职业生涯呢?众所周知，职业生涯包括内职业生涯和外职业生涯。对于在校大学生，首先要对自己有一个清醒的认识，知晓自己的优点、缺点等

等。另外在对自己有一个比较完备的认识的时候要明确自己的兴趣，明确自己的目标，通过目标的明确要找准自己日后的社会地位定位，履行好自己的社会角色。当然在这个过程当中必须不断提高和完善自己的能力，并对当代社会对自己的职业的要求和职业本身的发展前景要有一个清醒的认识。

针对我个人而言，在人际关系当中找准自己的位置是非常重要的。福柯有一著名的“话语权力”理论，提出的就是一个话语平台的问题，尤其是在中国这个人际关系复杂的社会必须懂得找准自己的角色。通过独善其身来达到一个更高的话语平台。

第二章、认识自我

个人基本情况：酷爱思考，以“我思故我在”为意识自己存在的信条。注重厚积薄发，对一切我所不了解的事情都具有强烈的兴趣和求知欲。适合于一份研究的工作。但本人实践能力也不错，曾在大一和几个朋友一直努力创建一个协会。由于协会所处理事务范围太大，涉及大学生素质这一大的方面，在团委那未活得批准。协会前期开展了很多的社会实践活动，包括联系商家，组织会员进行社会活动等等，活得了一些成功。同时从读书到大一一直担任着班委或者其他学生自治组织等社会活动。于高中获得过演讲比赛二等奖，优秀播音员等荣誉。具有强烈的社会责任感(可能是由于自己生活在农村有很大的关系)，曾和老爸一块去东部发达省份打过工，对农民工的社会状况有切身的了解和体会。

职业兴趣：通过从接近来的生活体验来看，我的主要兴趣还是集中在思考这一方面。具有着很强的抽象思维能力。因此，我的职业兴趣是一个研究性的学者，如果要有一个职业定位的话，我希望是大学教授。另外一方面，根据自己的专业或者未来的生活经历的变化，有预备不同的职业定向。

职业能力及其适应性：我具有很强的学术思辨能力，从来不

迷从于权威。已经阅览过哲学原著或者其他相关著作80部左右，从高中开始正式接触哲学。从小就喜欢思考问题，并善于发现问题。有一著名的学者说过“真正的能力不在解决收集整理]问题而在发现问题”。对于在岗位上的人际关系和升迁等问题，已经变的不重要了。我是一个真诚的人，我想以真诚待人必将活得别人同等的真诚。我并不看重别人的回赠够不够多，只在乎我帮助别人的够不够多。“注重回报的帮助从一开始就不是帮助”。另外，我的价值取向是“知乐行善”，因此也就不会存在多少人际关系上的困惑，如果人际关系上有困惑那是因为你做得不够好!我从小就没有在人际关系上有过多的纠缠。

职业价值观：正如我前面所说，我是一个具有强烈的社会责任感的人，我的职业价值也会偏向救济社会这边。以我的笔触去影响别人的灵魂，如果能够影响世人的灵魂，如果苦行僧可以作为一种职业的话，我很乐意去做一个苦行僧。学过哲学的人到最后都不会过多的去在乎自己的价值实现了没有，因为哲学的最高境界已经把价值这一概念从哲学家的头脑中给划走了。如果非要给一个价值的话，那就是我的思考有新的发现，如果能影响所在领域的进程，或者给人类的发展产生影响那就是我的价值。多少人穷其一生也只有微弱的发现，何况我等凡夫俗子呢。

胜任能力：这里就不在做过多的分析了。社会上最大的一个误区就是给世人宣扬了一种“一切皆有可能”的谎言，这会导致很多如我一样之凡夫俗子一个做梦的机会，但最终的结果是社会充斥着实际能力并不怎么样的，但却始终执着自己一个不能胜任的职业上。

自我分析小结：

哲学最大的悲哀是创设了“自我”，而人类最大的悲哀是强化了“自我”。

“生有涯，而学无涯”、“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。“我是一个在海滩上拾石子的人，偶尔拾到了一两块石头，但真理的海洋尚未被我们发现。”

我要加强不断学习，而另外一个主要限制点就是在不断学习的同时加强自己的身体锻炼，我身体很弱，从小就体弱多病。于大一还上了在成都住了一个多月院，“身体是革命的本钱”，因此有必要加强身体锻炼，加强营养。

第四章：职业生涯条件分析

家庭条件分析：我生活在国家级贫困县，而我们那村落处在高山上，虽然这座上就是著名的大别山。当地人生活水平很低，当然我们家也不例外。我很喜欢买书，可是总是得想着家里的经历条件，虽然现在生活水平有所提高，对于一个要支付庞大的大学学费的一个农民家庭来说是在是没有更多的经历去供养这个孩子其他的素质方面的培养了。由于我们家只有我还能称上是高级知识分子，同时父母对孩子的痛爱，父母总是砸锅卖铁为孩子的梦想尽自己的一切努力，哪怕是只剩下最后的力气——多么感人的父爱母爱啊——向父母致敬！

学校条件分析：对于一个在普通高校的学生总是喜欢贬低自己的学校，当然了社会的确给与不同学校的学生不同的礼遇。但很少有学生意识到这其实是自己的原因。我们学校其实不乏好老师，各种硬件设施都居全国首列。只要把自己的能力锻炼到最强，还怕找不到工作。而且我的一个初期目标是考上北京大学的西哲研究生，然后须通过司法考试，也就不存在以我们学校为一个终极判断了，也就是说在学校、律师证、北大西哲硕士生文凭三种可供社会挑选的评价的“纸器”(有人说我们现代的社会是一个纸器社会时代)，学校绝对就居于次要地位了，也就不在重要了。

社会环境分析：的确，现代社会是一个理工科的社会，对于

文科学生似乎找工作很难。因为现代社会科学是一切价值的最终价值，只有第一时间转换成生产力的工作和技能才能被社会给认同。这是由于社会对经济发展的过度关注造成的。由于对经济的过度光注，很容易导致人的异化。而且如果对西方哲学有较多了解的人都知道，西方哲学现在根基已经受到了很大的打击，西方的思想家都在向中国的传统文化寻求帮助。对于未来社会来说，必然是一个中国文化的复兴之期，关于对“中国哲学之合法性”的问题的争论已经告一段落。因此只要你有足够的能力，未来的世界必然是你走在时代的最前沿——但必须要注意就是你要有能力!

职业环境分析：根据我接触的一些大学老师，根据我的一些体验。往往是有才的，就是有棱角的，有棱角的就不被官方思想者所认同，也很难活得在一个像样的职位(当然了，他都那么有才了还在乎这些职位么)。如果非要把思想者划分为官方思想者和民间思想者的话，那么民间思想者生存问题的确是一个很大的问题。中国的学术界做假现象相当严重，学校不是以老师的实际能力作为标准来衡量，即使是以实际能力来衡量一个老师，那也是规定某某老师要在多少年内完成多少多少论文等等，导致现在中国的学术界没有几篇像样的论文了。同时中国文化本身就对权威有很大的迷从，中国人从来就具有一个“英雄崇拜”的情结。王选说了这样一句话，“既然我已经无能为力了，我就要退下来将我的位置留给后生们”。多么了不起的人啊!有些人的能力实在是不敢恭维，还一直站在那个位置不肯退下来，中国就应该废出什么院士制度，或者完善院士制度。不过现代这个开放的环境，在中国不行，去外国发展去吧!

大学生职业生涯规划自我认知篇四

前言：

临床医学专业是一门实践性很强的应用科学专业。它致力于培养具备基础医学、临床医学的基本理论和医疗预防的基本

技能;能在医疗卫生单位、医学科研等部门从事医疗及预防、医学科研等方面工作的医学高级专门人才。该专业学生主要学习医学方面的基础理论和基本知识，人类疾病的诊断、治疗、预防方面的基本训练.具有对人类疾病的病因、发病机制做出分类鉴别的能力。

自我评估：

自己的性格偏内向，做事时认真踏实肯干，对于自己的分内、外之事都能做到认真对待，有较强的责任心，也有一定的同情心，我认为这些性格都比较适合自己的临床专业。同时由于自身比较胆小，导致与其他人的交流能力就稍有欠缺，但经过在学生会三年的锻炼，现在已经有了很大的改善。因为当一名临床医生是自己从小的心愿，所以在专业学习方面有浓厚的兴趣。

随着高等医学教育事业的迅猛发展，医学院学办学条件不断改善，招生规模不断扩大，临床医学专业毕业生的质量和数量都有大幅度提高。经过多年的不断培养和补充，特别是一二线城市的医疗人才状况得到根本改善，很多医疗机构正在进行人事调整和改革，用人指标有限，而大部分医学院校毕业生都渴望进入大城市的医院工作。但大医院对应聘者的学历要求比较高，而且人员数量多有饱和，想进入比较困难。虽然现在的就业形势不容乐观，但我们不能就此气馁而放弃学习，反而应该更加努力地学习、奋斗，为自己打造属于自己通向未来的阶梯。

目标树立：

(1)能在一家三甲医院工作，医院科室的性质属于中西医结合

(2)成为一名优秀的临床内科医生，最好是消化内科的临床医生

(3)能够成为科室的主治医师甚至是副主任医师

策略实施步骤：

大四：大四是已经可以接触临床的时间，加上学校所开设的大多数临床课，应该在学好课本知识的同时，积极去临床实践，获取属于自己的临床经验，为以后的工作打下最基础的铺垫。

大五：在上好本科最后几门基础课的同时，在临床科室进行实习，在带教老师的指导下认真努力学习各种临床技能，丰富自己的临床经验。由于自己的专业不涉及考研，用节省下来的时间，多向老师求教，了解所在实习科室的一些最新前沿诊疗技术和概念，空暇时锻炼自己的身体，为以后的工作打造一个结实的革命本钱。

研一：认真学习该阶段的学校课程，同时在导师的带领下，更加认真对待医院工作，仔细了解老师的课题，开始为自己的毕业课题着手准备，考虑自己毕业后希望工作的临床科室，收集该科室的用人需求，同时更加完善自己，锻炼自己在各方面的能力。

研二：认真完成自己的毕业课题，争取在最后一年考取执业医师资格，同时开始寻找工作医院，要是不能找到合适的医院，就先选择基层医院，为以后积累工作经验，同时利用空闲时间锻炼身体。

评估和反馈：

梦想总是美好的，现实却不一定会如意，所以我们只有梦是不够的

在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识临床医学专业。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择

才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。作为医生这个特殊的行业，实践能力更是我们需要锻炼的技巧，所以要加强实践。在学习之余，给自己找个医院实地观察和学习，很多临床经验使我们在书本上学不到的。现在制定的规划与现实还有很大的差距，在整个过程中，我们需要不断对自我和职业探索，来及时修正我们的计划。

大学生职业生涯规划自我认知篇五

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的关系，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。

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。

二、职业分析

家庭环境分析

我的家乡在人杰地灵的安徽文都古城——桐城。我的父亲是一位普通的农民，母亲在因癌症病逝。奶奶已年逾八旬。由于家中经济比较困难，亲朋好友都希望我以后能够摆脱农业，从事商业活动，改变家庭现状。我个人的奋斗目标也是做一名成功的商业人士。

学校环境分析

我现就读于北京交通大学。北京交通大学是教育部直属全国重点大学。学校位于首都北京，东邻奥运会的西部交通枢纽--西直门立交桥，西伴灵秀博雅的国家图书馆。学校占地64万平方米，迄今已有1的历史，她的前身--北京铁路管理传习所是中国第一所专门培养管理人才的高等学府。北京交通大学是1961年国家首批确定的重点大学，是首批拥有博士、硕士学位授予权的高校，也是首批有资格培养外国留学生的大学。“九五”期间学校首批获准启动“211工程”建设，首批被评

为全国本科教学优秀学校。

社会环境分析

人民大学劳动人事学院院长曾湘泉指出，大学生就业难的问题在去年得到了进一步的凸显，全国高校毕业生是495万人，比增加了83万人，毕业生的总量和增量都是最大的一年。但去年有144万未能如期就业，未能实现就业的人数比年同期增加了28万人。

曾湘泉表示，大学生就业难使得大学生择业观念和社会观念在发生变化，一度对工作比较挑剔的大学生开始将条件放得越来越低。

全国各地高校每年都在扩招。大学生越来越多，而社会提供的岗位严重不足。大学生就业难已经成为当代大学生最为关注和头疼的问题。

职业环境分析

光电子信息产业是一门新兴的产业。由于全球的经济不景气，全球光电产业整体的产值呈现衰退的现象，产值从的2344亿美元，衰退到20的2212亿美元的状况，而因景气持续的低迷，全球光电产业整体产值的表现依然没有太大的起色，产值为2161亿美元，直到，光电子的产值在个别子产业带动下有微幅的成长，产值达到2215亿美元。全球光电产业延续了20的动力成长，产值达2430亿美元。

从其主要的产业来看，显示器部分是近几年来表现最好的产业，由于平面显示器的盛行，使得整体的产值快速增长，20增长了19.3%，年也有17.7%的增长速度。

光电组件部分，由于是一些重要产品的关键零组件，因此一直都保持平稳的成长，这几年都有10%左右的增长。光信息产

业由于包含光储存、光输入及输出产业，因此在光电子产业中所占比重最大，而且在光信息产业中有许多新兴高成长的产品，如cd-rw光碟机□dvd-video播放机与数字相机等，年增长了2.7%，2003年增长4.8%。

光电子技术是目前全球公认的发展最快、应用最广泛的高新技术之一。光电子信息产业已经成为21世纪的支柱产业。据预测，到年底，光电子产业的产值将达到传统电子产业产值的水平。到，以光电子信息技术为主导的信息产业将形成5万亿美元的规模，成为21世纪全球最大的产业，到年至，光电产业可能会取代传统电子产业。