

最新生涯规划演讲稿分钟 职业生涯规划 演讲稿(实用5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

生涯规划演讲稿分钟篇一

大家晚上好！

我是09印刷工程2班的彭书麒。今天，能够站在这里和大家分享我的职业生涯规划，我感到很荣幸。

曾经看到过这样一句话：对于一艘没有目的地的船来说，什么风都是逆风。有了目标就有了方向，有了方向就不会迷茫，从而就能很好的把握在大学的四年时间，充实的度过，有目的、有针对性的去提高自己各方面的能力和素质。为自己将来职业生涯打下良好的基础。

那么，我的职业目标是什么呢？

按照“择世所需、择己所爱、择己所长”的原则，我给自己设立的职业目标是成为一名广告传媒人，具体来说，就是通过自己的努力最终创办自己的广告传媒企业。它将经过三个步骤来实现：先是做一名广告平面设计人员，继而晋升为一名媒体运营总监，积累从业经验和人脉关系，最终创办自己的广告媒体企业，大家在屏幕上看到这位面带微笑的成功人士，就是我的偶像与榜样，他是分众传媒的创始人江南春先生。

这样的职业路线规划是通过对自己的360评估□mbti职业性格

测试和霍兰德职业兴趣的测评结果分析，结合自己的兴趣爱好以及专业特长，作出的决策。

我的职业生涯规划书一共包含5个部分，分别是；自我认知、职业认知、详细执行计划、评估调整与备选方案以及结束语。

古语云：知己知彼，百战不殆！一个客观而全面的自我认知，是一个成功的职业生涯规划的基础。通过自己的亲人、老师、同学和亲密朋友的对我作出的评价，以及自己的剖析得出：我是一个有着强烈的上进心和事业心、外向开朗、善于交际、勤奋好学、吃苦耐劳、视野开阔、考虑事情全面，喜欢独立思考的人。当然金无足赤，人无完人。我也有我的缺点和不足，我是一个情绪容易激动，不够冷静的人，做事心急，是一个完美主义者，而且我还不够自信，有时候会沮丧，说话底气不够，有点自卑。对于这样的我，要想创办自己的广告传媒领域企业，应该充分发扬自己的勤奋好学、积极上进、视野开阔、善于交际的优点，克服自己的不够冷静和自卑感。

大家都知道，兴趣是最好的老师，一个人要是能够从事他所感兴趣的事业，他一定会全力以赴，比没有兴趣的人更加容易取得成功。相信大家想知道，我的兴趣爱好是什么。我是一个喜欢观察生活中遇到的各种广告的人，无论是电视上、报刊杂志上、还是网络上的广告，我都会认真观察，并用心思考广告的优点是什么，是否可以做得更好，广告是怎么做出来的，我是否可以做出来？另外，我是一个喜欢看书，喜欢阅读报刊杂志，关注社会最新动态的人，喜欢思考社会的热点问题，并独立思考作出自己的解读。高中毕业的时候，我将自己所购买的报刊杂志，如《南方周末》、《青年文摘》、《环球时报》、《南方人物周刊》等等，拿出来整理，摞在一起高度有将近1米6。我是一个非常热爱传媒行业，并希望将来能够从事传媒行业的人，也是一个热爱观察广告的有心人。

生涯规划演讲稿分钟篇二

大家好！

今天班会课的主题是“时代与职业生涯规划”，作为一名高三学生，植根于时代，我对自己的未来已有大致规划，我想将自己感兴趣的这门新职业——健康照护师介绍给大家。

当今时代正是飞速发展风起云涌的时代，许多既有职业面临更迭与淘汰。而健康照护师，大家恐怕会感到十分陌生，因为这是不久前才发布的新职业之一，其工作目的正在于提高人们日常身体素质。我之所以选择它，离不开对自身与时代的考量。

“在选择职业时，我们应该遵循的主要指针是人类的幸福和我们自身的完美”。马克思如是说。高中的学习让我逐渐找到自己擅长的学科，也逐渐发现自己的优势和长处，对于未来职业选择，实现和发挥自身价值应是最为关键和基础的步骤。就我而言，我擅长生物，这是医学的基础，便能为成为一名健康照护师奠定坚实基础。

个人在选择职业时，除了考虑自身优势，更应着眼时代，放眼未来。我国目前正在致力于培养科技人才，发展高科技，以治疗“芯”痛，提高综合国力。当今时代，越来越多的国人投身于科学研究以及提高科学素养方面的工作，长时间的脑力劳动或体力劳动，对国人原本并不太强壮的体质提出巨大挑战。我自知无能力为我国高科技发展做出贡献，但至少我可以担任后勤工作，成为一名健康照护师，为需要的人提供相应食谱，监测身体指标，提升国民身体素质。

“求木之长者，必固其根本；欲流之源者，必浚其泉源”，魏征如是说。身体素质也是通过一朝一夕的点滴积累的。我们应当树立职业平等观，不能轻视看似与医生相差较大的健康照顾师。反观不久前的新冠疫情，我们更应该对日常饮食

与身体健康加以重视，因为国家富强离不开人才，而身体健康则是人才发挥能力的保障。

或许有人会说，新职业相较于传统职业，充满更多未知与挑战，为什么要去尝试这种职业？的确，我目前对它没有深入了解，而唯有尝试和实践，利用好时代与社会提供的客观条件，方能促进自己的个性发展。我坚信，自己能实现个人与社会的统一。

因此，此刻的我应脚踏实地，深入挖掘自己的价值与潜能，找到时代的需求，才能在未来的劳动与奉献中实现自我价值，砥砺前行，努力奋斗，“为同时代人的完美，为他们的幸福而工作，才能使自己也达到完美”。

也许，同为高中生的你仍在迷茫，也许你也有自己的梦想，我想以鲁迅的话与你共勉：“你们所多的是生力，遇见深林，可以辟成平地的；遇见旷野，可以栽种树木的；遇见沙漠，可以开掘井泉的。”凡益之道，与时偕行。

我的发言完毕，谢谢大家。

生涯规划演讲稿分钟篇三

大家好！

非常感谢老师能给我一个作为学生代表的演讲机会，也同样感谢同学们对我的支持和鼓励，尽管我只是一名新生，但是我会尽自己的努力去完成这次的演讲。

那么来说说这次的主题，今天的演讲会上，我给大家带来的主题是“大学职业生涯的规划”！

首先，请让我先恭喜我们这些新生，恭喜我们顺利的度过了高考，结束了我们的高中生活！如今，我们凭借着自己的努

力来到了xxx学院，这值得我们感到自豪！

如今，我们的同学们都已经成年，并且成为了一名真正的大学生！在此，我相信大家都已经成熟了，对我们的目标，我们的责任，都有了非常深刻的了解。那么，大家也一定知道我们来到大学的目标是什么……没错，是为了我们能学到更多的本领，在未来有更好的生活！就是这么的现实，也是这么的重要。

如今的我们已经走上了大一的生活，对我们来说，是一个刚刚开始的全新生活。但是，同样对我们不少的同学来说，这也是我们最后的四年学生生活！我希望还没有对这方面有所思考的同学们要注意一下了，在未来的四年里，我们不仅仅要学习，还有在最后一年的实习，也就是外出工作！而在之后，在我们将真正的离开学校，走到社会中，靠我们自己在这四年来收获的能力来维持我们的生活！

现在，相信大家明白了，我们现在的时间其实并不多！进入大学并不代表着我们可以完全的放松自我。休息是必要的，但我们不能不为之后的人生做打算。

在此，我提倡大家好好的规划自己未来的时间，对自己的在大学的未来，甚至是在社会的未来做出自己的期望和规划！像我，同样作为一名大学生，我也早早的对自己的职业生涯做好了规划！

在大学的第一年，我决定让自己好好的适应大学的生活，感受大学的风采，并积极的在大学中去体会，去感受过去所没有的精彩！但是在学习上，我也要养成良好的习惯，放松中也不忘对自己保有最低的要求。

而在第二年，我将努力的学习，通过一切手段来掌握自己专业的知识，并且好好的利用空闲时间去锻炼自己的能力。

而在第三年，我要让自己去慢慢的去感受社会，适应社会，为实习和未来的工作打好基础！

最后的第四年，我会在社会中进一步的去完善自己，改进自己。

我明白，现在我的规划还不够完整，但是我会在未来通过自己的经验去完善自己的规划！我也同样希望大家在大学的生活中都能有自己的规划，不用太过焦急，但也不要一事无成，让我们一起在未来的大学生活中，边感受大学的青春，边完成自己的未来的拼图！为了我们能在未来真正的展翅高飞，让我们一起加油！

我的演讲结束，谢谢大家！

生涯规划演讲稿分钟篇四

大家好！

如何选择未来的职业？马克思道出真谛：“只有为同时代人的完美、为他们的幸福而工作，才能使自己也达到完美。”今天我发言的题目是《岂曰无衣，与子同袍》。

新时代飞速发展下，涌生出许多新行业。21世纪，人类进入了一个全新的“大健康时代”。而有这么一种职业，自始至终都被人所需要，那便是白衣天使——医生。他们勇敢善良，他们悬壶济世，他们急人所困。在病毒来袭时，在细菌肆虐时，在健康危机时，我愿“修我矛戟，与子偕作”。成为一名医生，亦是我的心之所向！

他们身体力行，留下创世著作，影响至今。李时珍每日翻山越岭，采集药材，中过无数次毒，无数次与死神擦肩而过，仍坚持写作，最后留下《本草纲目》，为后人所敬仰；张仲景自小接触医者学说，稍年长时亲身投入实践，收集记录下

伤病症状及调理方法，整理得《伤寒杂病论》，直至今日都对中医调理有很大的参考价值。同学们，我们应庆幸今日“有病即可医”的生活保障，而同时，我们也应为这些医学道路上的奠基人感到深深的敬意。

她们不惧流言，巾帼不让须眉，只为救百姓于水火之中。妇科奠基人林巧稚终身学医，创办妇科致力于为妇女育儿而服务，她终身未曾婚配，却亲自接生了五万余名新生儿，被誉为“万婴之母”。意大利人南丁格尔，是一位博爱的母亲，她用自己的爱去帮助他人，成为世界上第一位真正意义上的护士。世界上为了纪念她的功劳，以她的生日定为“全球护士日”。她们都是铁骨铮铮的“女汉子”，而同为女子的我，亦应不断向看齐。

他们逆风前行，勇守抗疫一线，是人们心中的“守护神”。新冠迅猛肆虐如暴风雨，而他们支是摸黑前行的“逆行者”，坚韧如钟南山，耄耋之年仍奋斗一线，以赤诚之心报效祖国，时隔多年初心不变；沉稳如李半娟，以精准的信息技术安抚慌忙，是百姓的“强心剂”；勇毅如李文亮，坚守哨岗刻不松懈，以大智救百姓，以身殉职。同学们，我们都才智，春天总会来临，但我们定当记得，有这么一群人，在危难时挺身而出，而在和平安定时却只留下匆匆的背影。

基辛格有言：“中国人总是被他们中最强大的那部分人保护得很好。”而我也愿成为其中一员，向前辈们看齐。岂曰无衣，与子同袍。而今，我定当心之所向，素履以往，不负韶华！

我的发言完毕，谢谢大家！

生涯规划演讲稿分钟篇五

大家好！

我是机械工程系112401班的周兆云，很高兴有机会在这儿展示我的“职业生涯规划书”。我规划题目是“月作玉盘青云端，心为飞鸟映苍穹”！这意思也就是，愿我能像皎月一般徐徐上升，挂至青云之端。展示属于我的光亮，达到我所预定的目标——质量控制工程师！让我的人生绚丽多彩！

首先是自我探索阶段，评价自我时我用了“细致、谨慎、有原则、果断”这四个词语概括自己，但是这可以成为好多人的特点，到底哪一个才是真正的我呢！经过360度评析后，在老师，父母，朋友，同学眼中的我是一个“有魄力、有毅力、重细节、爱思考”的人。

根据霍兰德职业兴趣测试结果显示，我是属于传统型、现实型、社会型(crs)的人，而这个类型的人适合许多方面的职业，比如说机械管理方面、机械装置与运转方面的职业等。这些就更加坚定了我的追求，又因为我学习的是专业的检测，所以我的检测专业知识非常的深厚。我具备亲和力、待人热情诚恳、善解人意、做事有条理、原则性很强等，这些个人特质对成为一名质量控制工程师是非常必要的。

价值观决定一个人的一生取向，我的价值观测试显示：我更多倾向于安全、稳定的职业环境，通过mbti性格测试，我是一个内向、感觉、思考、判断型的人，尤其是判断性，这是一个质量控制工程师所必须要具备的。在这个过程中，我了解了我有许多优点，比如说：做事精确、有原则、有毅力、独立、责任意识强、通情达理、善解人意、有雄心和志向，魄力强，善于影响他人。但是美和丑通常是一起出现的，世界上没有十全十美的人，有一部电影是用来论证这个观点的，各位观众朋友可以猜一下啊？是的，它叫十全九美。所以说我也有许多的缺点，比如说：固执、守旧、不愿尝试、挑剔他人，强势、不自信，有自卑心理、对没把握的事情感到紧张。针对这些缺点，我做了改正方案：多和别人接触、交流，尝试着接受别人的思想：每天对自己说“我能行”、“我可以”来增强自信。

接下来进入第二环节职业认知阶段，质量控制工程师是协助质量控制主管进行货物检验并负责对检验员的工作进行指导的一种职业。在当今的职场中，机械类人才市场出现紧缺现象，特别是高级技工，而我就是一名检测专业的高级技工，所以能够很好的与就业市场接轨。这也就为我成为一名质量控制工程师做了市场铺垫，使它更有可能实现。

目标只是一个框架，还需要具体路径的支撑，接下来进入第三环节职业目标与路径。从我的职业路径分析图中可以看出，我应该从车间质检员做起，努力积攒专业经验，从而达到精密检验员的标准，再进一步提升自己能力与学识，最终达到质量控制工程师的要求。

有了明确的目标和工作岗位，下面就让我们了解一下质量控制工程师的岗位胜任模型，作为一名质量控制工程师的要求是非常高的，有这样的7点要求。（理工科类毕业、教育水平本科以上、有计算机/外语/等其他技能、熟练掌握办公自动化操作技能、良好的英语听说写技能，专业知识扎实，熟练掌握质量控制理论和方法、质量体系标准及iso等法律法规）。这些都会是我要在现有基础上学习加强的。

划。我的规划方案一共分为三个部分——学习期、适应期和发展期。在学习期中我需要加强专业知识的学习，具备一定的英文读写能力，可以每天花早上2小时、下午2小时以及睡前进行英语专项口语、笔试的练习。

(2) 要考取高级技工证书，这样就要求我在实习及理论课上要认真做好笔记，理解当天的专业内容。

(3) 考取普通话证，努力锻炼自己的交际能力，并且在日常生活中坚持用普通话与他人对话，还要不时进行普通话测试。

(4) 针对我的语言交际能力不佳，我将通过加入学校社团来锻炼我的语言沟通能力。

(5) 学习质量体系标准及iso等法律法规，熟练掌握办公自动化操作技能。

(6) 更重要的是我要学习求职方法，了解就业途径，再经过自己的努力来实现这个目标。

希望在学校的时间里，我可以将自己提升到一个新的高度，为就职打下坚实的基础。

适应期是讲述我踏出校门，进入工厂的那段时间，这期间肯定会或多或少的遇到一些困难，比如说专业知识与实践的不衔接，这就需要我向工厂里的老师傅学习，毕竟经验也是一种阅历。我需要更多的适应工厂里的工作流程，了解企业的经营模式，生产模式，以及各个生产环节，拓展自己的知识面。

而发展期就是要将自己提升一个层次，要学会用最简单的方法测量出精确度较高的产品，还要提升自己的能力，推进事业发展，拓展自己的生存空间。这些努力都为自己成为精密检测工程师做了经验和专业认知的铺垫。

而如今，经济在迅速发展，社会也在不断进步。或许我的计划并不能与时俱进，还需要进一步的评估与修正，我也制定了这样的一些动态的调整方案。是啊！谁都不是永远转动的机器，谁也不能保证前路一帆风顺，职业瓶颈或是经济危机都是我们职业生涯中的一个插曲。

虽然，过去，带着虚幻的美好。未来，有可能不会发生。但我毫不怀疑我正朝我的目标走去。就像艾科卡说的那样：奋力向前，即使时运不济。永不绝望，哪怕山崩地裂。其实只要肯坚持不懈的努力，那么一切皆有可能。我相信，我的未来不是梦！