

2023年自我认识大学生论文 大学生职业生涯规划书自我认识(通用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

自我认识大学生论文篇一

自我认知

兴趣方面喜欢从事高度有序的工作，如规范性较强的工作，希望精确了解自己应该做什么，对于任务能很好的完成，不喜欢从事笨重的体力劳动，不喜欢过于复杂的人际关系。需要方面希望人身安全，健康得到保障，有稳定的社会地位，个人的能力和成就得到社会的承认最大限度发挥个人的能力，接受自己也接受他人。

价值观方面能够得到社会的承认，发挥自己的潜能，受到别人的尊敬。

能力方面有较强的逻辑性，做事客观善于分析，习惯从细节出发，关注现实，重视经验和感受，有计划，喜欢把事情安排的井井有条，按照计划和步骤行事。

气质方面属于黏液质型稳重，自制，内向的类型，喜欢把自己所掌握的有关情况在头脑中组合，计算，确定方针然后再这个范围内一个一个的把问题处理好。

性格方面属于思考型。乐于收集大量的资讯善于分门别类管理，观察敏锐，很快便能捕捉到问题的关键，善于理解，学

习能力强分析能力强，能提出见解深刻的解决方案，客观，公平，公正，追求真理，锲而不舍，自律能力强，勇于自我批评。

总体目标：顺利毕业，考研，之后成为一名安全工程师。

能力分析：知识上存在差距，书本知识的欠缺是一个方面，更重要的是实践的差距。专业能力需要提高。

大学一年级

完成从高中生到大学生的角色转变，认真刻苦的学习，树立拿奖学金的目标，建立良好的人际关系，通过网络，老师等渠道了解专业方向，加深对就业方向的认识。加强对外语的学习，为通过四级做准备，学习计算机知识，考到国家计算机二级证书。对自己的职业理想进行初步的规划，为将来打下基础。

大学二年级

大学四年级

进一步了解社会和职业的发展变化，参加职业生涯相关的活动。对考研的学校和专业进行选择，有针对性的进行知识、技能、综合素质的补充训练。通过各种渠道推荐自己。实现自己的目标。

职业社会认知

安全是构建和谐社会的基础，是社会文明与进步的标志，也是提高国家综合国力和国际声誉的具体体现。安全生产在国家安全、经济和社会发展中占据越来越重要的地位。在这种情况下，对安全工程专业人才的市场需求越来越大，目前中国安全监察人员只有2万多人，需求量很大。

希望自己有稳定的工作，有一定的社会地位。

评估

考研分数为108，工作分数为94，经过评估适合考研

职业生涯决策

沟通：社会就业压力大，本科生就业困难，待遇低，研究生的工作条件相对好一些。

分析：拥有强烈的责任心，能够及时发现不合逻辑，不可行的事。处理问题，可能思维比较单一，缺乏灵活性和多角度理解问题的意识。

1) 学校环境：沈阳理工大学历史悠久，班级同学团结，和谐，学习氛围浓厚。

3) 职业环境：安全工程专业起步晚，发展快；专业能力强，高素质人才紧缺。

综合：1) 认真学习专业知识，从事与本专业相近的工作，如质量监察、安全工程师。 2) 读研究生，提高自己的综合能力，之后再从事与本专业相近的工作。

自我认识

我性格外向、开朗、活泼，也比较热心，喜欢创新，动手能力较强，做事认真、投入，也比较有耐心，但是不是特别细致，以致一直以来成绩从来没有特别突出。有时还感觉自己缺乏自信心，一旦被别人批评就会很没有信心。我学过的东西很多，文艺的方面有二胡葫芦丝和书法，运动的方面有游泳羽毛球和排球，但是比较精一点的就只有二胡和葫芦丝，所以我的耐心可能也和我从小学乐器有关。我个人认为总的

来说我还是比较适合会计这个专业的，因为从大三上学期的会计实务课和本学期的会计软件课来看，我感觉我的实际操作能力还是可以的，而且就我的性格而言我并不适合特别外向的职业。其次，我个人的业余爱好也很广泛，除了正常工作外，我想，自己广泛的业余爱好也会为自己的工作增添一份精彩的。至于自己的劣势，我认为自己在某些方面的胆量有待增加，例如在大众面前发言能力，我想自己应该多多参加社会的各种社交，增加自己的社会实践，在各种活动中提高自己，使自己不断的进步，克服自己的缺点，发扬自己的优点，完善自我。

不断的学习，不断的进步，不断的完善，以期望自己能够在未来有更大的发展。当然工作生活与日常普通生活必须协调好，身体健康也不容忽视，总而言之，自我认知，正确选择，兢兢业业，综合协调，和谐发展。

环境

在一般情况下，定期（半年或一年）评估规划。当出现特殊情况时，要随时评估并进行相应的调整。规划调整的原则：因时而动、随机应变。

成功标准我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现，我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。职业规划肯定要有，但是我觉得职业规划不可能现在就定下来，周围的环境随时在变，而且自己随着不断的成熟和接触不同的东西，也会变。我以前想当官，后来想当外企白领，现在想创业，所以我觉得这个很难就定下来，更何况是在校大学生，没有任何社会阅历。但是，虽然可能没有成型的职业规划，但是我觉得每个阶段的前进方向和短期目标要有，比如

这段时间我要好好补习功课以迎接考试。如果没有努力的方向和短期的目标，那就容易虚度光阴，浪费青春。为我加油吧！

自我认识大学生论文篇二

文章以另一个职业技术学院样本，采用问卷调查法，对大一、大二、大三近300名大学生进行问卷调查，从生涯规划、学习管理、资源利用、自我控制、工作管理、人际交往和身体管理等7个方面对大学生的自我管理现状进行调查，结果如下。

1.1部分大学生在目标管理模糊，规划状况堪忧部分大学生在学业、职业、生涯目标管理方面模糊，缺乏有效规划，有70.6%的学生等临近考试才想起不能挂科。3.2%大学生对成绩无所谓，有77.4%的学生不能很好地稳定自己的情绪，遇到不顺心的事，有47.3%的学生的不能有效调整自己的情绪状态。有28.5%的学生经常透支。有68.5%的学生对自己缺乏有效的目标激励措施。

1.2相当部分大学生不能有效利用大学时间，荒废现象严重相当部分大学时间安排不合理主要表现为：学生用于主动学习和参加社会实践等活动的时间很少，大部分时间荒废在聊天、睡觉、上网等琐碎小事，严重消耗了大学时光，大量实践证明有效的合理运用时间管理是成功地实现自我管理的关键，相当部分大学生在时间的管理和运用上存在严重失调现象，极大地影响了他们的行为的有效性，成为实现目标管理的巨大障碍。

1.3女性大学生在自我管理上明显优于男生从性别上看，男性大学生自我管理能力的均值略弱于女性大学生，女生相对于男生来说更稳定，在时间管理上有明确的时间安排，能更好的管理自己的生活和学习。且在自我认知维度、自我规划维度、自我评价维度上女性大学生也略高于男性大学生，但不

存在显著差异。在自我调控维度上男性大学生的均值高于女性大学生，且存在着显著差异。

1.4独生子女在自我规划和管理上优于非独生子女独生子女在资源利用、学习管理、工作管理、人际交往与自我表现以及身体管理等方面均高于非独生子女大学生，分析其原因主要是独生子女由于在家庭中受到的关注较多，承载的爱较多，除了在日食住行上由自己父母的照顾较多之外，在自我管理很多方面在很大程度上只能依靠自己，在家庭关系中即是老大，又是老小。多数事情都得身体力行，不存在几个和尚没水喝的尴尬局面的出现，形成较强独立自主和自我管理能力。

1.5不同年级的学生在自我规划与管理上存在差异不同年级学生在自我规划管理维度上各有各得优势，如在自我认知维度上，大一到大二、大三均呈现上升趋势。大二学生在行为管理上表现出比其他年级更好的能力，而大三学生在认知管理和时间管理上明显高于其他两个个年级，毕业后学生较毕业前学生的自我管理上也存在明显的上升趋势。毕业后的1-3年，3-5年以及毕业5年后没有明显变化。

1.6科类在自我管理存在显著差异从文理科上看，理科专业大学生自我管能力均值比文科专业的大学生略高，在自我认知维度、自我规划维度、自我评价维度上理科专业的大学生管理能力均值也都高于文科专业的大学生，且在自我调控维度上，理科专业大学生的均值高于文科大学生的均值，且具有显著性的差异。1.7贫困学生群体的自我管理和规划情况需要关注在当前社会贫困大学生群体多存在于农村学生和部分单亲家庭。他们家庭的经济状况是相对于城市学生家庭有一定的差距。在这种情况下，他们对自己身体上的管理，与同伴或其他人进行思想交流以及工作管理上存在不同程度的影响。

1.8大学生自我规划与管理能力在是否担任班干部上存在显著差异性将调查发现大学生随着担任班干部的阶段数越多，在自我规划与管理能力上越强。这可能是因为在当学生们担任

班干部的时候，首先要管理好自己，才能去管理班级同学，才能担负了更多的责任，这种责任感会让自己更愿意反思自己进而自己有更多的认识自己，了解自己，不断锻炼自己的行为 and 情绪控制能力；再者，担任学生干部会让学生与班集体和学生群体有更多的接触与交流，增加了各种锻炼的机会，也更进一步促进了各种能力的发展。

自我认识大学生论文篇三

由一开始的空白无物，四年中，它被描上许多色彩。但是“时光荏苒，光阴似箭，工欲善其事，必先利其器”我学会了许多，也懂得了许多。毕业之即，对自己三年来的学习和生活作一个总结和自我鉴定。

在学习方面：刻苦钻研，勤奋好学，态度端正，目标明确，掌握了专业相关的知识和技能，拿到了《助理电子商务师证》，《计算机一级b证》，《英语中级证》，自学photoshop、flash、dreamweaver等软件。

在生活方面：在四年的校园生活中，自从我发现自己有缺点和问题后，我常常警戒自己，步入社会后也不能一心两用，这样让我成为一个乐观，自信积极向上，稳重，负责，善于交际的人，现在懂得擦干眼泪，收拾伤痕，站起继续勇往直前，前面的荆棘，不算什么，路上的障碍，我每攀登越过一次，便往云端靠近了一步。

我觉得自己的幸福来自社会，所以自己也要报答社会。生活在一个集体中，就要有广阔的胸襟和博大的胸怀。本着“迎难而上”的精神，我将凭自己的能力克服各种困难，更好地胜任将来的工作。

在思想上：在导师的指导下，积极参与各项教学科研活动，不仅增加了自己的阅历，道德素质的修养也得到提升，在学校遵纪守法、爱护公共设施、乐于关心和帮助他人，勇于批

评与自我批评，树立了正确的人生观和价值观。

我相信机遇定会留给有准备的人，正如是“千里马”定会有伯乐发现一样，我也深信自己能胜任新时代的岗位要求。

自我认识大学生论文篇四

大学四年以来，在学校老师的精心培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获。思想上，坚持四项基本原则，拥护党的各项方针政策，自觉遵守各项法律法规及各项加油站规章制度，自觉向党组织靠拢有幸成为了一名党员，学习上认真学习管理规范、积极开展创新。

二、学习方面

在大学四年期间，我严格要求自己、突破自己。大学的成绩名列前茅。除了掌握专业知识外，还不断的通过社会实践的方式来检验自身的能力。不管遇到什么问题，不管出现了什么问题，我都需要虚心诚恳的请教随时总结随时反省。在校丰富的课外实践有效的锻炼了我的设计才能。我曾参加了第五届全国大学生广告设计大赛，并获得了国家级优秀奖，广东省省级优秀奖，学校三等奖等殊荣。也参加了许多大赛，获得了一些肯定。例如：第七届全国大学生美术作品年鉴入选奖、广东省首届高校油画学院奖入围、美术作品留校等殊荣，我为了提高自己，用行动证明自己，用成绩证明自己在努力变得更好。

三、工作方面

在工作中我在前辈和老师的指导下尽心尽力的做好工作。在学校的工作中受到了很大的鼓励，曾经两年连续获得了学校“优秀学生干部”的称号，在实习期间也受到学校的表彰，赋予

了“优秀实习生”的称号。本人在工作中尽心尽职、认真负责、虚心向人请教。在工作中与同学和同事的关系融洽和谐。具有良好的沟通。

俗话说：“活到老，学到老”，本人一直在各方面严格要求自己，努力地提高自己，以便使自己更快地适应社会发展的形势。通过阅读大量的道德修养书籍，勇于解剖自己，分析自己，正视自己，提高自身素质为能保质保量地完成工作任务。

总之，四年来取得了一定的成绩，但与优秀党员的要求相比，仍存在一定的差距，我将在今后的工作中不断努力克服和改进。更加努力，力争如期转为正式党员，并努力成为一名优秀的共产党员。

怀着自己憧憬的梦想，我如期的进入了大学。很完美的从一个懵懵懂懂的高中生成为了一个大学生。当时的心情应该是非常的激动，当第一天踏入自己的校门起，一种优越感不由自主在心中升起，天之娇子！象牙塔的生活充满想象！

在新开学来之前，我参加了学校的骨干班培训，虽然有点累但是我觉得很充实。新的学期开始，我开始忙碌于接待新生，然后学会自己独立的生活。大学的生活主要是在寝室里，高中的时间是献给了课堂，而大学我觉得既忙碌又快乐。我还进入了学校的体育部，还参加了很多工作，在这些经历中我渐渐的获得了很多经验。然而我也希望能在这些日子里渐渐的充实自己，让我能够在职业生涯中创造一片辉煌。我认识了一群志同道合的朋友，这使得让我非常的高兴。

我从小是一个性格开朗的孩子。我其实我觉得我也是一个有能力的孩子，我有时候也能够很稳当的处理一些事情。我运动细胞很强，我热爱运动，热爱篮球。我够义气，能很好的和朋友们相处。我性格还算是蛮好的，我喜欢接触一些新的事物，我也喜欢刺激。我觉得自己是一个有主见有能力的人，我的职业目标就是创业，我喜欢自己能够干出一片天地来。

我喜欢用自己的手打造一片天空，俗话说的好就是：“自己动手丰衣足食。”然而目前的我，对生活也不知道如何着手，可能是我的心太急，又或许在这个陌生的环境我还是需要时间去适应。在学习上，我能够很主动的去认识问题，或许高中的学习方法和大学的不一样。但是我也正努力的克服，因为我知道知识是自己的，这些知识也是为了我以后能够更好的生活。有时候我也会有点学习动力不足。人在不断的经历中成熟，我想那些能力也会随着时间而改变的。高三的那段生活虽然被考试与作业压的喘不过气，但是它让我的生活充满了希望，相信阳光总在风雨后，更让我能以一种积极乐观的态度去面对生活。我一直想成为一个有能力的人，虽然这条道路很坎坷，但是我相信有付出就肯定有收获，而我也相信自己的人生只要精彩过就好。

苏格拉底曾经说过：“认识自我。”回顾这个学期我其实收获了很多，我很高兴自己来到这个大学来接受高等教育。通过老师的谆谆教导我已经很好的养成了各种生活习惯与良好的学习方法。我们时刻都在与自己相处，一个大学生必须认识并接纳自己，对自己有合理的期望，善于利用每个成长机会改进自己、完善自己，这样一生就会快乐、充实，有意义。反之如果你未能建立良好的自我形象就会产生一种角色混淆的感觉，你会不知道自己是谁，不知道自己属于谁，与人相处也困难。大学阶段是一个人从青春期向成年期转变过渡的重要时期，也是人的自我意识发展、完善的重要时期。正确地认识自我、评价自我、悦纳自我、有效地控制自我、科学地发展完善自我，有助于增强自信心，健康地生活。

大学的生活还有很长，我不该碌碌无为，我们必须得有自己的目标和理想。在高中的生活上划上一个完美句号的时候，我们也应该在大学里积极的搏一搏。新的征途也会有新的精彩。我们都应该在深刻了解自己的情况下，制定不同的目标与计划。在大一，我必须好好地学习，为以后的知识打下基础，准备好计算机二级的考试。大二的时候，我们精力要主要放在英语四级上，在这个熟悉自如的大二生活，我们得

必须好好地学习专业知识。大三，我想应该忙碌自己的学业了，考上会计证，花一定的时间去应聘工作。大四的生活我想应该也是时光如一世吧，这是展翅高飞的时候，展现你的梦想的年代。我们将要带着自己的梦想和思想离开。很多时候发现自己只是一艘漂在海上的独木舟随波逐流，不知道自己要的是什麼，想的是什麼。在每一次的惊喜中发现灿烂，这就是我需要的。

共2页，当前第2页12

自我认识大学生论文篇五

大学毕业生的个人评价是对自己的一个自我认识的方式，也是对自己多年来学习生活的一个肯定。下面是本站小编为大家带来大学毕业生自我认识和评价，相信对你会有帮助的。

四年大学生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下大学四年的得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我考进大学时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快我就明白了，大学仍需努力认真的学习。看到周围的同学们拼命的学习，我也打消了初衷，开始大学的学习旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。

由于大学的授课已不再像高中时填鸭式那样，而是一节课讲述很多知识，只靠课堂上听讲是完全不够的。这就要求在课下练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去图书馆查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考。要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古话说的好，授人以鱼不如授人以渔，我来这里的目就是要学

会“渔”，但说起来容易做起来难，我换了好多种方法，做什么都勤于思考，遇有不懂的地方能勤于请教。在学习时，以“独立思考”作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。随着学习的进步，我不止是学到了公共基础学科知识和很多专业知识，我的心智也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。

在大学的生活中我学会了很多，这也将成为我人生当中的重要回忆。

进行直接的自我评价，首先要熟悉到自己的自然条件，包括健康情况、心理状态、情感特点、爱好倾向、知识水准、专业特长、智力情况、能力特点，还可以测定一下自己的生物节律周期、智商指数、气质类型、性格类型等作为参考。其次，是用自己在不同领域的实践中(如对各个科目的学习)取得的不同成绩相比较，以发现自己的优点，确定奋斗的目标。间接的自我评价法，是指通过与他人行为的对照及情况的对比，发现自我熟悉的错位。

一。当事者迷，那么就不妨用与他人相比较的方法及用自己在不同领域中取得的不同成果比较的方法鉴别一下。

有的人可能不会琴棋字画，但酷爱大自然，精于园艺；有的人或许记不住很多外语单词，但有一副动人的歌喉，擅长文艺。正确的自我评价是帮助我们作出正确的奋斗方向的条件。在实践的鉴别中，在与他人的比较中，要使思维方法尽可能地全面些、辩证些、灵活些。人的知识、才能通常是处于离散、朦胧状态的，需要人们不断地挖掘、发现和开发。从个人爱好爱好、思维方式的特点、毅力的恒久性、已有的知识结构、献身精神与果敢魅力等多方面进行全面的考察和测试，将为你作出科学的自我评价提供有益的帮助。

大学生活似弹指一挥间，从刚跨入大学时的迷茫，到现在即将走上工作岗位的从容、坦然，自我评价及求职意向。我知

道，这又是人生中的一大挑战，角色的转换。这除了有较强的适应力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于大学里的学习积累和技能的培养。

生活中，对师长尊敬有加，和同学相亲相爱，和睦相处。集体生活使自己懂得了要主动去体谅别人和关心别人，也使自己变得更加坚强和独立。我觉得自己的事情就应该由自己负责，别人最多只能给你一些建议，自我评价。遇到事情要冷静地思考，不要急躁。不轻易的承诺，承诺了就要努力去兑现。生活需要自己来勾画，不一样的方式就有不一样的人生。

在学习上，圆满地完成本专业课程。一直都认为人应该是活到老学到老的自己对知识、对本专业一丝不苟，因而成绩一直非常优秀。在课外空余时间，本人阅读了大量的文学作品，提高了自己鉴赏水平，关注时事政治，跟上时代步伐，也学习了为人处世伦理哲学，以提高自己的道德修养。所有这些，使我越来越深刻地感觉到人生追求的意义。

就业意向：在工作上，责任心强，有较强的组织管理能力和交际能力，注重团队合作精神和集体观念。作为积极乐观的新时代青年，自信是不可欠缺的，但是在以后的道路上自己会更加迫切地要求自己充实，充实，再充实，完善自我。用心一定能赢得精彩！

在这即将挥手告别美好大学生活、踏上社会征途的时候，整装待发，将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感去迎接新的挑战，攀登新的高峰。“良禽择木而栖，士为伯乐而荣”，将以勤奋的态度，不怕输的韧劲融入社会。愿借您的慧眼，开拓我人生的旅程。