

2023年大学生职业生涯规划心得体会(优秀10篇)

培训心得是对培训活动的反思和总结，以便更好地应用所学知识和技能。分享一些优秀的学习心得范文，希望能够激发大家对学习的热情和动力。

大学生职业生涯规划心得体会篇一

要想能更好地就业就要对当前就业情况有较为全面而准确的了解。随着社会的变化，从事会计工作的人越来越多，竞争力随之也增加了许多。就目前招聘的情况来说，每年的竞争力逐年增加，很多企业几乎只招一个并且有工作经验的会计专业人员，所以说今年的就业形势更为严峻，竞争力更大。面对这样的就业形势，我们应该认真分析自己定位的目的地就业形势如何，不要像人家一样击破头脑都要去一个地方工作，我们应该去些如今就业形势不怎么严峻的地方，如佛三、清远等就业竞争力没那么大的城市，只要自己爱岗敬业、努力工作，我相信行行都会出状元的。

大学生职业生涯规划心得体会篇二

平心而论，很荣幸能够成为河南财经政法大学的一份子，在大三即将结束的日子里，更是清晰地认识到作为一名大学生应该认真规划职业生涯。正是因为再有两年的时间就要面临就业问题，大学期间规划自己的职业生涯已经成为一个迫切的任务。

人无本不可立，人无志不可活。我认为在毕业之前，专业知识对每一位学子都是必须掌握的，这个要求不仅仅是简单的学习，而是融会贯通，术业有专攻。专业性，学术性，研究性，也是有助于约束学习之人严格把握学习方向。注重学术课题的研究，加强专业技能的学习与交流，实践，尤其将来

在会计领域工作的人而言，那么平时就是要注意养成严谨，细致，一丝不苟的态度。“性格决定命运，态度决定一切。”会计知识掌握程度的深浅，一方面是实际工作实践的运用，另一方面是会计职称的高低。若想两者兼顾，则离不开刻苦，耐劳的心理素质。就个人的追求而言，职称获取的高低必然不一致，我对自己的指定的目标是取得高级会计职称，因此这个过程，不言而喻，是漫长而又精心的，是考验耐力和进取意识的，正是树立这样的目标，才孜孜不倦的学习。在竞争日益激烈的社会，学会生存是我们毕业生面临的问题，专业素养和知识恰好为寻找解决途径奠定了坚实的基础，进一步允许我们长袖善舞，扬长避短。

其次，在知识经济时代，人才之间的竞争，其核心是人的综合素质的竞争。大学生的综合素质通常包括思想道德素质、文化素质、专业素质和身体、心理素质。在思想道德素质中，当然包含着职业道德素质。在新的形势下，高等院校必须从学生思想实际出发，按照行业、企业、社会对高素质劳动者的要求，充分认识职业道德教育对学生成才、成长的作用，构建以职业道德为核心的高职院校思想政治教育新模式，为社会培养合格的社会主义建设者和接班人。尤为者甚，会计人员职业道德是其从业的基准，不可逃避，不可忽视，不可敷衍，明确什么可为，什么不可为。爱岗敬业精神教育，热爱和崇敬自己选择的职业和岗位，按照职业岗位要求认真负责地做好工作。职业道德情感，是从业者个人对从事的职业活动内心所持的态度。它是受职业道德理想、信念制约着。一个大学毕业生只要养成了爱岗敬业的职业情感，就会对自己所从事的事业产生热爱，事业心和责任感也不断增强，对待工作兢兢业业，对业务精益求精，在平凡的岗位上创造一流的业绩。

另外，诚信教育，诚信作为社会公民道德规范，其基本内涵是诚实、不欺骗、遵守诺言。它是人的一种最重要的品德之一，是一个社会赖以生存和发展的重要条件。“人无信不立。”，固然诚信是职业道德的核内容，也是每个大学生应有的

道德基础。加强大学生诚信教育，势在必行。高校要整合力量，完善体系，遵循规律，建立制度，形成长效机制，从而使学生逐渐养成崇高的诚信品质。职业纪律教育，随着现代社会分工的发展和专业化程度的增强，市场竞争日趋激烈，整个社会对从业人员职业纪律的要求越来越高。遵守职业纪律是职业道德的基本要求。每个企业都有一整套规章制度来规范、约束员工的行为，一个学生如果缺乏纪律观念，最终会因违反企业的规章制度而被企业淘汰出局。每个大学生都要走向社会，从事一定的职业，这要求大学生尽早必须了解和把握自己所从事的职业纪律和职业法律规范，明确自己所从事的职业应该遵循什么样的规则。

1. 自身因素。会计是具有一定会计专业水平，经考核取得证书、可以接受当事人委托，承办有关审计、会计、咨询、税务等方面业务的人员，它客观要求从业者有细心、责任心和对数字比较敏感，而我是一个性格严谨、内向的人，有较强的责任感、有耐心，有一定的逻辑思维能力，擅长烦琐复杂的工作，这些都适于做会计，而且我对会计专业有着浓厚的兴趣。

2. 家庭因素：我的父母完全的参与了我选择专业的过程，他们也认为我适合做会计，他们对于我能够胜任这方面的工作很有信心，我的亲戚中也有从事会计的，在这方面他们给予我一定的建议，使我对此有了进一步的了解，更加确定自己的决心要成为一名会计师，我的家人给予我的支持是我选择的动力。

3. 就业前景：现今男女平等的思想依然没有在中国完全被接受，所以就业时女生在某些方面没有男生优势明显，这使得我们不得不更加认真的选择职业，会计的就业前景非常可观，它比较稳定，收入较高，工作不会特别忙，没有很多限制，工作时间较为灵活，属于自由职业者的一种。而且现在会计的需求量很大，专业性人才短缺，对于会计专业的学生来说，找到一份满意的工作相对容易做。

1. 素质要求：会计人员需要有较好的数学功底，对数学能力要求较高，对数字的敏感度以及逻辑思维能力，经济学和管理学也是必要的课程，现在的会计主要是企业的管理会计，它的职责就是为企业处理帐目，为经营及投资提出建议，恰当评估企业资产，作出明确的会计报表，提供及时有效的信息，为企业的赢利目的服务。责任心是必要的，会计财务方面是企业的核心，会计人员有责任对企业情况有较为充分的了解，对企业提出合理的建议，帮助企业实现以最低成本实现最高收益。由于会计每天都要同数字打交道，严谨细心是基本素质，这样才能精准的处理好帐簿，保证信息准确无误。同时也要有较好的. 人际交往能力与团队合作能力，这些都需要好好锻炼。

2. 资格要求：做一名会计师是要通过严格考核并且颁发证书，证书对于一名会计来说是非常重要的，它们客观反映了你的能力，也能为你的薪酬提供保障。虽然不同地区考核方法有差异，但是会计正是被各处都认可的，它就相当于金饭碗了。目前国内的会计证分为初级、中级和高级会计师。国外在国际上比较有影响力的有[1]acca[英国特许公会会计师认证][2]aia[国际会计师专业资格证书][3]cga[加拿大注册会计师协会][4]cma[美国管理会计师认证考试][5]ascpa[澳大利亚注册会计师协会]，对于我们想做会计的同学，如果可以考到其中一项的话，前途会非常不错，所以我也把它们作为我的目标。

1. 大学期间：在大一下学期和大二上学期努力学习，掌握好基础知识，为大二下学期能考进会计班做充分准备，大三大四两年在保证学习成绩的基础上开始准备考研，目标是考取对外经贸大学或者中央财经大学的会计学研究生，进入会计专项更系统深入的学习。在此期间也要着重学好经济法、税法等考证科目，并且力争过英语六级。

2. 研究生期间：专攻《会计》、《审计》、《财务成本管理》、《经济法》、《税法》，为考证作好准备，以考

取acca[英国特许公会会计师认证)或aia[国际会计师专业资格证书)为目标。有精力的话会争取一下实习机会,积累实际经验,让自己能够毕业后能更快适应工作岗位。顺利完成学业得到学位证书。

3. 毕业后先找单位实习一段时间,锻炼自己,同时开始考证,等考到中级或高级会计师时,就会报名参加aia或acca的考试。经过几年的磨砺,我能够拥有会计证和实际工作经验,此时就会着手找一份满意的会计师工作,真正实现自己的职业理想。

良好的开始是成功的一半,只有确定自己的目标才能有前进的动力,坚定自己的职业理想,为达到它而持续不断的努力,秉承信念,顽强拼搏,乘风破浪,跨过一切艰难险阻,把汗水挥洒在成功的道路上,坚定脚步,我的未来不是梦。

最后,把职业道德教育和专业思想教育,人生观教育结合起来,全加强大学生职业素质的培养,树立崇高的职业理想,勤业、创业。学校方面,在具体措施上可采用专业介绍,所学专业的就业发展前景介绍,组织学生参观企业,请行业中有关认识做报告,师生座谈,学生写思想汇报等方式进行。提供便捷的途径加强大学生素质的培养。

人生观是人们在认识和评价人生目的、人生意义时所持的基本观点。科学的人生观是人生的指南,它制约着人的价值观,决定人们的职业道德观。改革开放以来,社会主义市场经济所带来的薪机制、薪思想、新观念强烈冲击着人们的传统意识和行为方式,使人们的人生观、价值观发生了很大的变化。有些学生认为:“革命太空理想太远,只有“大团结,最实惠”,“理想理想,有利就想,前途前途,有钱就图。”大学生树立科学的世界观、人生观,正确的职业价值观,合理的职业利益观,确立崇高的社会理想势在必行。同时,要注意培养大学生健康良好的心理品质,促使我们全面健康地发展。

正是这样的职业规划催生了我朝着目标不断前进的动力。或许它就是一道军令状，时刻提醒我不要误入歧途，而是完成每一次的自己超越。

大学生职业生涯规划心得体会篇三

进入大学最后一学年了，感觉刚开始在大一的时候都没怎么学习专业知识，大多数都是公共课程，对于自己的这个专业也不是很了解，所以对自己的未来也没怎么考虑过，只知道一个大致的方向，而且毕业以后不从事自己专业的人多了去了，也不知道自己究竟喜欢什么，擅长什么。确确实实，对自己的未来，我一点都没怎么考虑过，不是没有时间来考虑，而是我不知道该从何下手，也感觉这有点麻烦，所以就一拖再拖，一天一天，浑浑噩噩地过着日子，现在想起来，都觉得有点惭愧，花着父母的血汗钱，却一点也不知道怜惜，真是不孝之极。

“大学生职业发展与就业指导”，刚开始上这门课的时候，没什么感觉，也没想太多，只是觉得这节课真的有必要上吗？我们真的需要规划好自己的未来吗？上了这个课后，我受益匪浅，深深地反思了一下自己，我们确实应该规划好自己的未来，不仅让我顿悟了，还让我学到了很多知识，了解到了很多东西。

首先，什么是职业生涯？这是我们首先得确认的。

职业生涯又称职业计划或职业发展，是指人生的职业经历。大学生在校期间是准备参加工作的准职业人，参加了工作，就意味着职业生涯的开始。职业生涯是漫长的，从参加工作一直到退休，占据了人一生大部分的时间。

从经济的观点来看，职业生涯就是个人在人生中所经历的一系列职位和角色，它们和个人的职业发展过程相联系，是个人接受培训教育以及职业发展所形成的结果。

职业生涯是以心理开发、生理开发、智力开发、技能开发、伦理开发等人的潜能开发为基础，以工作内容为确定和变化，工作业绩的评价，工资待遇、职称、职务的变动为标准，以满足需求为目标的工作经历和内心体验的经历。

职业生涯是人一生中最重要的历程，是追求自我实现自我的重要人生阶段，对人生价值起着决定性作用。

职业生涯就是一个动态的过程，是指一个人一生在职业岗位上所度过的、与工作活动相关的连续经历，并不包含在职业上成功与失败或进步快与慢的含义。也就是说，不论职位高低，不论成功与否，每个工作着的人都有自己的职业生涯。

职业生涯，是一个人一生的工作经历，特别是职业、职位的变动及工作理想实现的整个过程。

其次，什么是性格？

性格是指表现在人对现实的态度和相应的行为方式中的比较稳定的、具有核心意义的个性心理特征，是一种与社会相关最密切的人格特征，在性格中包含有许多社会道德含义。性格表现了人们对现实和周围世界的态度，并表现在他的行为举止中。性格主要体现在对自己、对别人、对事物的态度和所采取的言行上。

对此，我们进行了自我性格的探索[mbti]通过测试，我是infp哲学家：沉稳的观察者、理想主义、忠实、看重外在的生活和内在的价值的一致。有求知欲，能迅速发现各种可能性，常常起到促进实行一些主张的作用。只要某种价值观不受到威胁，他们都善应变、灵活地接受；愿意谅解别人和了解充分发挥人的潜力的方法；对财富和周围的事物不太关心。

我们还进行了霍兰德的兴趣类型理论测试的互动，我的测试

结果是：传统型，研究型，艺术型，感觉还挺准的。

再者，能力与发展的关系究竟是什么呢？显而易见，你的能力越好，那么你的的未来发展就会越好，能力的好坏与自己未来发展的好坏有着密切的关系，所以我们要尽可能地提升自己的能力，知识都是其次。

人的能力是多种多样的，一般可分为以下几种：

1、一般能力和特殊能力

2、再造性能力和创造性能力

3、液体能力和晶体能力根据能力在人的一生中的不同发展趋势以及能力和先天禀赋与社会文化因素的关系，可分为液体能力和晶体能力。

4、认知能力、操作能力和社交能力

其中，技能的分类更是多种多样。

我在寒假还关注大学生就业现状和发展趋势；也十分清楚地了解如今就业形势的严峻？？但总觉得“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。没有亲身的经历，就无法清楚地了解当今就业形势的真实状况，就只能让自己继续隔绝于社会之外。社会的复杂多样，变幻莫测，是在书本、网络和学校里无法感受和洞悉的到的。而且我学的是材料专业，如果没有对自己所向往的职业和该行业对从业人员的要求有一定的了解的话，在学校自己就不能更有针对性地去学习，以后找实习单位、找工作或者创业势必会使我措手不及、困难重重甚至一败涂地。下面就我参加此次活动所体悟到的一些感受和收获进行一下总结：

（一）要重视和精通自己的专业知识。

中国的材料行业正在蓬勃发展，材料的生产与加工技术日新月异，但是中低层次的就业岗位已接近饱和，就业形势不容乐观，但是行业中仍然十分缺乏高、精、尖人才。所以我们要充分利用在校学习时间不断夯实我们的专业基础知识和提高自己的专业技能，要肯去学、肯去钻、肯去精益求精。而且我们要勤动手，多多培养我们的动手能力，此外广泛涉猎各方面报刊书籍，关注行业动态，确定自己的研究方向，提高自己的综合研究素质和专业竞争实力等，不断拓展自己的优势和成功渠道。

（二）要学好英语。

面对想在全球化的今天，特别材料专业，每天都要面对着日新月异的变化，一波有一波的技术浪潮，英语的重要是不言而喻的，你要学习国外先进的理论和技术，去国外留学等，英语就是必需品。成功的职业人给我们的建议是：要有更高的发展，那就学好英语吧。

（三）要多学会做人的方法并多花一些心思经营自己的人际关系网络。

大学不仅是学习的乐园，更是育人的圣地。学会做人是我们大学生必修的一门课程。如今在校学习的我们，交际圈仅限于亲人、部分同学和少许的朋友等，非常狭窄，对自己今后生涯的顺利发展非常不利。所以，我们应该从现在起就更加重视培养自己的为人处世能力及经营并维护好自己的人脉资源。

（四）要摆正心态，对工作要严谨、认真、负责，乐观面对未来所从事行业的发展前景。心态决定成败，细节铸就辉煌。我们去应聘工作岗位，是想施展自己的实力，更是想为所在公司创造利润和价值，而不是“三天打鱼，两天晒网”，成为公司的负担。在人才市场竞争如此激烈的当今社会，任何一个公司都不会接受一个心高气傲、做事磨蹭、对工作不认

真负责的员工。正如冠捷科技集团黄某所言：“其实那些从大学出来的毕业生更高傲，说的都很好听，叫他做一点事总是磨磨蹭蹭，而且还做不好。我们对员工都没有什么特别的、苛刻的要求，他们只要对自己有态度，对所在岗位认真负责，那他们做任何行业都是可以的，而且我们也是欢迎这样的员工的。”

大学生职业生涯规划心得体会篇四

在上大学之前，很少认真地去想以后要做什么职业。但是自从开了职业生涯规划课后，我就开始思考自己的人生，上职业生涯规划课的时间虽不长，只有这半个学期，我却感到受益匪浅。听老师说，职业生涯规划课程在国外是很重要的一门课程，所以在课外除了完成老师要求的作业之外，我还在网上涉猎这方面的知识。在课上，老师先是给我们教授了职业生涯规划的一些根本知识，之后给我们播放了一些乐于奉献的人所做出的职业选择的纪录片——卢安克，对我的影响很深。正是有了课后在作业中的反思，我对于我的职业规划有了更深的领悟。在一次次的作业中，看出老师对我们的引导——先认识我们自己，了解什么是职业规划，做出属于自己的职业规划，最后完善并从多方面为了实现自己的目标而做出的努力。

学了这门课后我有以下一些感受：

首先，为自己制定目标。如果没有目标的话，一个人就会活得很忙迷茫。只有有了目标我们才能在为到达目标的同时完善自己发现自己的缺乏和优点，可以更加的了解提升自己。同时，要学会管理时间，把握时机。我们可用的时间是很短暂的，就会觉得我们现在的浪费时间是件多么奢侈的事情。我们还有多少时间可以去为我们的事业目标去奋斗呢？因此，我们要合理的利用安排时间，把握时机到达自己的目标。

更重要的是，我们要肩负起我们的社会责任。看完这个卢安

克的纪录片后，除了对卢安克的奉献精神仁爱之心深深叹服之外，我对于人在这个社会中的价值和职业也有了更深层次的认识。我们大学生承受着最新的知识，文化熏陶着。我们一定要认清自己的责任和摆好自己的位置，在职业中实现自己的价值的同时也要想着回报和奉献社会。

职业生涯规划课让我认识到了自己的缺乏，也开始思考自己的人生，为我解释、指点了许多迷津，大学是我们走向社会舞台之前的最后几个阶段之一，此时假设抓紧时间，提升素质，一定可以在经历风雨后看到最美丽的彩虹。

刚进入大学，我很多同学对自己的学校和所学的专业是不太满意，都在报怨。现在知道，你现在在哪里并不重要，重要的是下一步要走向哪里而充满希望！我们要选择好方向，为自己的未来设计一个充满渴望的蓝图，给自己的生活勾勒出一幅充满活力的谱稿。成功需要合理的规划，合理的规划自己的职业生涯，是迈向成功的第一步。

老师开始给我讲施瓦辛格做总统梦的职业生涯规划，一步一步的向它逼近，从中我明白很多。

首先，了解自己，我是怎么样的一个人，我的兴趣爱好更适合什么工作，老师进展了很多科学的测试。我该如何面对，我终究要怎样面对职业生涯规划的学习，我的内心深处受到了强烈震撼，无论是从思想、知识还是工作方面均受益匪浅。对职业的理解与对职业的目标，我都从一种模糊状态到达一种茅塞顿开的状态。在此，我想说的是，如果想把职业当成是事业去开展，责任使命是动力源泉，一个没有责任感的人，是不可能拥有事业心的，没有事业心就没有事业的开展！机遇属于时刻准备着的人。施瓦辛格为此锻炼自己的身体，让自己有能力，打好根底。职业生涯规划，指的是一个人对其一生中所承当职务的相继历程的预期和方案，这个方案包括一个人的学习与成长目标，及对一项职业和组织的生产性奉献和成就期望。

其次，了解世界工作。现在社会是怎么样的?现在需要什么样的人?刚刚入校时我是多么的'幼稚与可爱，还沉浸在高中的美好岁月中，我深刻的认识到，在这样一个较高的职业开展乃至人生开展平台上，我们把握当前毕就业形势与趋势，深入理解社会对人才的需求，主动参与职业开展的学习和实践活动，充分认识大学学业、生活与未来职业开展的关系，树立科学的事业观，以谋求在职业和就业中，找到自己事业的支撑点，为自己的精彩生涯铸就坚实根底。

我们的职业生涯规划简单的说也就是对一生的工作、生活的一个规划，这其实是一个设想。因为我们在设想我们今后的工作和生活，所以，我们在职业生涯规划中所提到的，根本是我们今后要去做的。正是如此，所以职业生涯规划充满了工作、生活等方面的挑战。职业生涯规划，是为我们今后工作、生活等的准备的，那我们应该要感觉到压力。

我们在规划我们的职业生涯时，要考虑到职业竞争、工作、生活等各方面的压力。在认真考虑到这些方面后，我们会感到，在规划自己的职业生涯的时候，也会有压力，就不敢随意的给自己定目标。因为有挑战和压力的存在，所以，我们的职业生涯规划就必须切合实际。在规划时，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。除了这些，还因为职业生涯规划毕竟是对未来的设想，而未来有很多不确定性，所以我们的职业生涯规划也需要确立适当的变通性。虽然是规划，但也不是一成不变的，这样我们才能说切合实际。

我的传记，让我更深刻的了解自己的角色。这是第一次系统的回忆自己这么多年来所扮演的各种角色。一天天的成长中对职业的认识也逐渐加深，我更坚决自己去兼职是必要的，为将来积累更多的经历，我也会在进展科学的自我测试后进展以后的职业生涯规划，就像老师给我们看的那部电影《三个白痴》一样，我喜欢什么就应该去做什么，走适合自己的路。也不要因为生活中的压力而喘不过气来。说职业生涯复

杂，是因为职业生涯不仅仅是一个单纯的概念，我们的职业生涯跟家庭、社会存在这很密切的关系。

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。因为有非常明确的职业目标，所以就不会去漫天撒网。因为有对工作的认同，对所从事的职业的认同以及兴趣所在，所以，会更加地投入到学习中。虽然只有几次课，但是明灯似的，指引我今后的生活。

学习了这门课我想我至少学到了以下的几点：

1、 定立目标,借助目标不断的修正完善自己。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

2、 人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。

我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

3包容：沉着维护尊严。

面对的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说

出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧

大学生职业生涯规划心得体会篇五

根据中国职业规划师协会的定义，大学生职业生涯规划是指大学生在大学期间进行系统的职业生涯规划的过程。以下是为大家整理的关于, 欢迎品鉴!

第一，端正了我的就业观念。正如上面所说的，自此之前，我都是对未来一片茫然，觉得一切与工作相关的事情都可以留在以后找工作的时候再去考虑，有着“船到桥头自然直”的想法。但是上了这门课程以后，我意识到比别人早走一步就越能靠近成功一点，晚一步就可能遭到淘汰。

因此，现在就应该为以后做好准备，各种择业和就业的条件从此刻就应该去创造和实现。通过这门课程我知道：没有兢兢业业的辛苦付出，就没有成功的喜悦；没有勤勤恳恳的钻研，就不可能有震撼人心的累累硕果。如今，身为大学生的我们，站在了人生的十字路口，我们即将离开校园进入自己的职业生涯，迎接人生的第一份工作的挑战。虽然有“先就业，再择业”的说法，但对涉世未深，缺乏职业规划能力的我们来说，第一份工作能否选好并且做好是至关重要的。

第二，培养了我良好的职业道德。通过这门课程学习，我清醒的认识到：职业道德是大学生职业发展的根本，也是大学生职业素养的根基。在大学生职业发展的不同阶段，职业道德发挥着不同的重要作用，现代社会与职业市场的迅速变化对大学生提出了更高的职业道德要求，加强职业道德修养可以帮助我们大学生坦荡地驰骋于职业疆场。

我们大学生在校期间，通过这门课程的学习，达到了形成良好的职业道德素养，并使之不断发展，就业之后就可以迅速

转化为良好的职业道德行为。

第三，形成了我良好的职业心理。在上此课程之前，我认为一个人职业生涯的成功主要取决于职业能力、知识素养等因素，而忽视了职业心理的作用，但当我学习了本课程之后，我明白了加强职业心理的准备与修炼，努力提高自己的心理调试能力，形成未来职业发展所必需的心理品质，对大学生可持续职业发展也是至关重要的。在职业心理方面，我收获最大的是职业心理的自我调试。我认为，每个大学生在自己的职业生涯中都会遇到职业心理问题，而正确解决心理问题的能力是我们职业发展不可或缺的“良药”。在这门课程的帮助下，我的职业心理得到了强化，使我更加有勇气和信心面对将来的工作职业。

第四，增加了我很多就业知识和技巧。在课程中，老师讲述了很多的面试技巧、就业注意事项，而且介绍了许多学长的求职经验，还有企业成功人士的任职或创业的卓见，课件与媒体文件结合，使这门课程丰富多彩。这对于我们这些还没有过多接触社会的大学生而言，无疑是一个很好的了解社会的有效途径。在职业发展教育课程学习获益的过程中，我也对该课程的改革产生了一些不成熟的看法和意见，希望能得到大家的关注和批评指导。

首先，职业发展教育课程应与有效的测评方法、手段相结合。例如在美国，高校会按照学生规模配备足量的专职和兼职教师，负责心理测试、能力评估、求职咨询等工作的学生职业顾问。主要任务是借助心理学测量科学的研究成果和经验，通过科学的手段对学生的职业能力倾向、气质类型、人格特征、职业适应性等进行测评，并做出解释，以帮助学生建立一个更为科学、客观的自我观念，为学生进行职业决策提供依据，并指导他们将职业规划战略融入其终生规划之中。

职业测评是提高大学生职业发展的有效手段。但是，该方法在我国高校中还很稀缺。因此，在大学职业发展教育中各高

校应加大这方面的投入。

第二，理论与实践相结合。理论与实践相结合在开展大学生职业生涯规划与就业指导过程中尤其重要。我觉得最好应该通过典型案例分析、专题讨论、模拟演练等一系列实践活动，完成职业生涯规划的内容，有效提高就业指导的实际效果。

第三，紧随社会发展脚步，抓住职业变化趋势。我国现正处于经济高速发展时期，社会的变化日新月异。各专业领域也会产生变化，尤其对技术含量高的高科技专业领域更是如此。因此，职业发展教育课程应加强结合职业现状及发展趋势，拓宽学生观察社会的视野，培育学生自身知识及技能的增长与社会发展需要相结合的思想。以上就是我上这门课程的体会及一些建议。我相信在这门课程学到的知识将会使我在职业生涯中受益匪浅。

职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

职业生涯规划可以说是一个复杂的，系统的，拥有压力和挑战、更要切合实际的对未来工作和生活的一种设想。它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。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。所以，我觉得职业生涯规划，它是复杂的。我觉得职业生涯规划对个人来说，应该有以下几个作用：

一、能够评估目前的成绩，也可以说是对目前的自我评价。

二、帮助确定职业发展目标，我们通过自我评价、分析，确定自己的职业路线，正确制定自己的职业发展目标。

三、有助于帮助抓住重点，职业生涯规划能让我们区分工作的轻重缓急，紧紧抓住重点，增加我们成功的可能性。

四、能让我们努力奋斗，很多时候，当规划具体时，我们每做出一份努力，都能看到成绩。所以，职业生涯规划，有助于我们为目标而努力奋斗。五、有助于个人潜能的发挥，当我们拥有一个规划后，就会把主要精力放在实现规划的努力上。这个时候，我们会逐渐发挥出一些潜力，在不断努力下，越来越多的潜力会发挥出来。

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。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。

学习了就业指导课后，了解到了职业生涯规划和对我们的

重要性，所以我很认真的为我自己的职业生涯做了规划。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

包容：从容维护尊严。面对未知的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个人实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

职业生涯规划可以说是一个复杂的，系统的，拥有压力和挑战、更要切合实际的对未来工作和生活的一种设想。它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑

战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。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。所以，我觉得职业生涯规划，它是复杂的。我觉得职业生涯规划对个人来说，应该有以下几个作用：

一、能够评估目前的成绩，也可以说是对目前的自我评价。

二、帮助确定职业发展目标，我们通过自我评价、分析，确定自己的职业路线，正确制定自己的职业发展目标。

三、有助于帮助抓住重点，职业生涯规划能让我们区分工作的轻重缓急，紧紧抓住重点，增加我们成功的可能性。

四、能让我们努力奋斗，很多时候，当规划具体时，我们每做出一份努力，都能看到成绩。所以，职业生涯规划，有助于我们为目标而努力奋斗。五、有助于个人潜能的发挥，当我们拥有一个规划后，就会把主要精力放在实现规划的努力上。这个时候，我们会逐渐发挥出一些潜力，在不断努力下，越来越多的潜力会发挥出来。

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。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。

学习了就业指导课后，了解到了职业生涯规划和对它的重要性，所以我很认真的为我自己的职业生涯规划做了规划。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

包容：从容维护尊严。面对未知的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

职业生涯规划，是一个人在对职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析、权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

合理设计自己的职业生涯是大学生走出学校面向社会，走向成功重要的第一步。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。合理的职业生涯规划不尽是帮助自身找到一份合适的工作的，这也是整个人生规划的基石。它有利于我们找到自身向往的人生。

大学生职业生涯规划的基本步骤包括：自我评估、职业环境分析、职业目标定位、培养职业需要的实践能力、反馈修正等五个环节。

1. 自我评估：评估自我是为了更好的认识自我、了解自我。要通过科学认知的方法和手段，如借助于职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价等，对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。评估自我时要客观、冷静，不能以点代面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。

2. 职业环境分析：职业生涯规划设计时要考虑到职业区域的具体特点，比如该地区的特殊政策、环境特征；职业角色的发展与职业所在的行业的发展有着密切的关系，职业生涯规划时，不能仅看重单位的大小、名气，而要对职业所在的行业现状和发展前景有比较深入的了解，比如人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等；不同的职业岗位对求业者的自身素质和能力有着不同的要求，在职业生涯规划时，除了解所需要的非职业素质要求外，还要了解所需要的职业素质要求，除了了解所需要的一般能力外，还要了解所需要的特殊职业能力。

3. 职业目标定位：职业生涯目标是指人们对未来职业表现出来的一种强烈的追求和向往，是人们对未来职业生活的构想和规划，确立目标可以成为追求成功的驱动力，。因此在制定职业生涯规划时，关键是要确立好目标。

4. 培养职业需要的实践能力：大学生的综合能力和知识面是用人单位选择大学生的依据。用人单位不仅考核其专业知识和技能，而且还考核其综合运用知识的能力、对环境的适应能力、对文化的整合能力和实际操作能力等。大学生进行职业生涯设计，除了构建自己合理的知识结构外，还具备从事本行业岗位的基本能力和某些专业能力。一般来说，大学生应重点培养满足社会需要的决策能力、创造能力、社交能力、实际操作能力、组织管理能力和自我发展的终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

5. 反馈修正：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。

从现在开始做好职业生涯规划有利于我们从现在开始一点一滴做起，认识和弥补我们不足，发现和发展我们的长处，充分挖掘自身能力，为以后有一份美好职业和人生做好准备。

刚听老师通知要上这门课的时候，大家都很疑惑。为什么我们这些刚刚踏入大学大门的新生要上这门课。当然，教务处提供的课程表上仅有的“就业指导”四个大字更让我们不知所措，毕竟就业对我们来说还是比较遥远的事情。

在听过芮老师的这门课之后才知道，我们所学的这部分其实是职业生涯规划，是就业中必不可少的一部分。而在大一开设这门课，除为以后的真正的就业指导做准备外，更多的是让我们学会规划自己大学四年的生活，不让时间被浪费掉，有效充分的利用大学时间来有针对性的对就业而学好自己的专业，同时也可对自己重新作一番全面深刻的审视，剖析了自我特性，明确了人生定位，把握了发展方向，激发学习热情，对自我有一个崭新的认识。

人生是一个旅程,要想走好就必须有一张地图。古往今来无数航海家都是凭着他们的毅力和一张地图完成他们漫长而艰难的旅程。我们的人生路上要经历许多的风浪,就好比扬帆远航,如果盲目的在这片大海上飘荡,这样的远航永远都看不到彼岸美丽的风景。我们身边有无数的身影,在人群中徘徊,他们没有目标,只追求一时的满足。职业生涯规划,是我们实现自我人生价值的第一步,就如同为我们的人生画一张地图,让我们在将来的学习生活中有一个奋斗目标,然后向着这个方向,在这张地图的指引下,为实现目标而奋斗。

人的一生将面临三大抉择——求学、求职、求偶,其中求职是十分重要的。职业是人的生活重要组成部分,它影响着个人的整个事业发展,影响着个人的家庭幸福程度。它不仅是谋生的手段,它也应该给人们带来最大的精神满足。它不仅满足衣食住行的基本需求,而且满足个人潜能发挥自我价值的实现。职业生涯规划使我们了解只有对自己未来的职业进行完整地规划,才能找到一份好工作,不会被社会淘汰,在社会上有立足之地,才能实现我们的人生价值。

大学生职业生涯规划,就是在大学生明确自己兴趣、爱好的前提下,在认真分析个人性格特征的基础上,结合自己专业特长和知识结构,对将来从事工作所做的方向性的方案。大学生在走向社会前,将现实环境和长远规划相结合,给自己的职业生涯一个清晰的定位,是求职就业乃至将来职业升级的关键一环。

职业生涯活动将伴随我们的大半生,拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。因此,职业生涯规划具有特别重要的意义。首先,职业生涯规划有利于促进个人努力工作。其次,职业生涯规划有利于大学生提升就业竞争力。最后,职业生涯规划有利于激发个人潜能,增强个人实力。而要设计一个适合自己的职业生涯规划,就必须扬长避短,考虑自己的兴趣爱好、价值观念、人格特点、能力素质等方面的因素来设计自己的职业生涯规划。

像许多刚进大学的同学一样，我不知道自己想做什么、能做什么。我每天除了上课之外我不知道该干什么、怎样分配我的时间，我对自己的将来没有什么规划。我总是想船到桥头自然直，想那么多干嘛。但是自从上了职业生涯规划课程之后，我才知道自己是多么的愚蠢。智者创造机会，强者把握机会，弱者坐等机会。机会是给有准备的人的。我不能做一天和尚撞一天钟，浑浑噩噩、没有目标、方向的过日子，我应该有一个前行的领路人——理想，我应该树立远大的理想，有了理想我就会像在百米冲刺一样向着自己的目标努力的拼搏。我们大学生面临着工作就业压力，进行职业生涯规划设计能使我们更好地进入社会。

21世纪是一个变幻莫测的世纪，一个催人奋进的时代，有希望也有困惑，有机遇也有挑战。在这个高速发展的社会中，大学生已经越来越多，面临着各种各样的挑战。在这个充满竞争的社会中，怎样才能更好地立足呢？大学生职业生涯规划，使我对自己的未来有了一定的规划，使我有了一定的目标，而我也会在接下来的这三年里，努力学习专业知识，为实现这个目标打下坚实的基础。我相信有了目标的指导，今后我们在面对众多优秀的对手时，能够在竞争激烈的社会中立于不败之地，闯出一片属于自己的天地。

首先，端正我的就业观念。就像上面说的，从此以后，我对未来一片茫然，觉得一切与工作相关的事情都可以留在以后找工作的时候再去考虑，有船到桥头自然直的想法。但上了这门课之后，我意识到比别人早走一步就更接近成功，晚走一步就可能被淘汰。

所以，现在就应该为以后做好准备，各种择业和就业条件从此就应该去创造和实现。透过这门课我知道：没有兢兢业业的努力，就没有成功的喜悦；没有勤奋的钻研，就不可能有令人震惊的累累硕果。如今，作为大学生，我们站在人生的十字路口，即将离开校园，进入职业生涯，迎接人生第一份工作的挑战。尽管有先就业，再择业的说法，但是对于涉世

不深，缺乏职业规划能力的我们来说，第一份工作能否选好并做好是非常重要的。

以帮助我们大学生坦荡地驰骋于职业疆场。

我们大学生在校期间，通过这门课程的学习，达到了形成良好的职业道德素养，并使之不断发展，就业之后就可以迅速转化为良好的职业道德行为。

第三，形成了我良好的职业心理。在上此课程之前，我认为一个人职业生涯的成功主要取决于职业能力、知识素养等因素，而忽视了职业心理的作用，但当我学习了本课程之后，我明白了加强职业心理的准备与修炼，努力提高自己的心理调试能力，形成未来职业发展所必需的心理品质，对大学生可持续职业发展也是至关重要的。在职业心理方面，我收获最大的是职业心理的自我调试。我认为，每个大学生在自己的职业生涯中都会遇到职业心理问题，而正确解决心理问题的能力是我们职业发展不可或缺的“良药”。在这门课程的帮助下，我的职业心理得到了强化，使我更加有勇气和信心面对将来的工作职业。

第四，增加了我很多就业知识和技巧。在课程中，老师讲述了很多的面试技巧、就业注意事项，而且介绍了许多学长的求职经验，还有企业成功人士的任职或创业的卓见，课件与媒体文件结合，使这门课程丰富多彩。这对于我们这些还没有过多接触社会的大学生而言，无疑是一个很好的了解社会的有效途径。在职业发展教育课程学习获益的过程中，我也对该课程的改革产生了一些不成熟的看法和意见，希望能得到大家的关注和批评指导。

首先，职业发展教育课程应与有效的测评方法、手段相结合。例如在美国，高校会按照学生规模配备足量的专职和兼职教师，负责心理测试、能力评估、求职咨询等工作的学生职业顾问。主要任务是借助心理学测量科学的研究成果和经验，

通过科学的手段对学生的职业能力倾向、气质类型、人格特征、职业适应性等进行测评，并做出解释，以帮助学生建立一个更为科学、客观的自我观念，为学生进行职业决策提供依据，并指导他们将职业规划战略融入其终生规划之中。

职业测评是提高大学生职业发展的有效手段。但是，该方法在我国高校中还很稀缺。因此，在大学职业发展教育中各高校应加大这方面的投入。

第二，理论与实践相结合。理论与实践相结合在开展大学生职业生涯规划与就业指导过程中尤其重要。我觉得最好应该通过典型案例分析、专题讨论、模拟演练等一系列实践活动，完成职业生涯规划的内容，有效提高就业指导的实际效果。

第三，紧随社会发展脚步，抓住职业变化趋势。我国现正处于经济高速发展时期，社会的变化日新月异。各专业领域也会产生变化，尤其对技术含量高的高科技专业领域更是如此。因此，职业发展教育课程应加强结合职业现状及发展趋势，拓宽学生观察社会的视野，培育学生自身知识及技能的增长与社会发展需要相结合的思想。以上就是我上这门课程的体会及一些建议。我相信在这门课程学到的知识将会使我在职业生涯中受益匪浅。

大学生职业生涯规划心得体会篇六

通过对当今就业情况的了解，让我们感受到就业形势的严峻。本着良好的结合自身职业追求件与社会需求宗旨，有计划有目的的进行学习，做好职业规划。

想想当今时代对人才的要求，虽然要求各种各样，但是最基本的仍然是专业职业技能，可以说这是对每一个求职者最基本的要求，也是各种工作的最基本需要。试想一个人连自己

领域的基本知识都一窍不通，那么还怎么去开展工作？因此，我们首要的任务仍然是努力学习专业知识，不断提高自己的专业知识水平。不能被所谓的“大学学习的很多东西以后基本用不到”这种思想所迷惑。现在我们所学的可能以后不能直接用到，但是大部分工作时的后续课程都需要现在的知识，想一想有多少我们熟悉的人，在走向社会进入工作以后后悔自己当初没有学好基础东西，所以不管在什么情况下，我们都要巩固自己的专业知识，掌握最基本的专业技能。

大学生职业生涯规划心得体会篇七

正如我们听讲的这门课程一开始第一局话介绍的，职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个人实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

我想，所谓职业生涯，就是是一个人一生中所有与职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程，也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作理想的实现过程。简单的说，职业生涯就是一个人终生的工作经历。职业生涯开始于工作前的职业学习和培训，终止于退休。在学习这门课后，我觉得，一个人的职业生涯，跟他的职业生涯规划有着密切关系。

在网上看到过，职业生涯规划现在在国外很流行，很多人在自己很小的时候或者即将踏上社会的时候都会接受职业生涯的培训，选择一条适合自己的道路。但是在国内，这些目前还不是很重视，我们传统的思维抑制了我们选择自己将来人生道路的想法，被动的去接受喜欢或者不喜欢的职业，直到有一天或许我们会发现我们在这个岗位上一无是处、毫无兴趣的时候，我们可能已经失去了选择职业的激情，这就是中国的职业生涯现状，更多的是自由式的自主选择职业。系统

科学的职业生涯的规划目前还不是很普遍的被大家接受，但是不管是传统的职业生涯选择，还是现代的职业生涯规划，我想都不能脱离个人本身的一些特性。而开设的这门课，让我可以学习着认识自我，从而对自己的未来，自己的职业做下个准备，规划，进而去实施。

它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。

学习了这门课我想我至少学到了以下的几点：

1、定立目标,借助目标不断的修正完善自己。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

2、人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

3、包容：从容维护尊严。

面对未知的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，

难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

大学生职业生涯规划心得体会篇八

时光飞逝，转眼间已大四了。在这个学期，我们开了《大学生职业生涯规划》这门课程。何为职业生涯呢？从定义上说，职业生涯规划是指针对个人职业选择的主观和客观因素进行分析和测定，确定个人的奋斗目标并努力实现这一目标的过程。换句话说，职业生涯规划要求根据自身的兴趣、特点，将自己定位在一个最能发挥自己长处的位置，选择最适合自己的能力的事业。职业定位是决定职业生涯成败最关键的一步，同时也是职业规划的起点。那为何在这个学期开着这门课？我百思不得其解，我认为一个人的职业生涯主要是由大学四年来写成的。按理在我们大一或大二时，就该安排我们学习这门课程。

现在才开这门课程，虽然是晚了点，但是我也开始慢慢思考“我今后要什么样的工作，选择怎样的生活？”等问题了。突然感觉很迷茫，但经过了一段时间的思索，心中也有一些答案了。

通过为期两周（八节课）的《大学生涯职业规划》课程学习。我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了适合自己的职业生涯之路。同时，设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。我思考的问题也得到了答案。例如以下的两个思考问题：

对于这个问题，我哥哥一直劝我去考公务员和事业单位，而我却比较喜欢自己的专业，所以我一直都很纠结如何去选择。通过课程的学习后，我结合自己的性格、喜好和背景等

方面，我知道自己不是很适合做公务员和从事事业单位的相关工作。选择了与自己喜爱的专业相关的工作，可能使我生活更加快乐。

当我选择了从事于与专业相关的工作的时候，我很难去选择做一线的施工还是选择去做造价或资料管理这方面的工作。通过这课的学习和网上查询有关的资料，更加了解这些职业的发展与我所需。我现在很明白我该怎么走，怎么选择适合我的职业，然后怎么规划我的职业生涯。我得到的答案就是：我先去熟悉建筑工程的施工工序（做好施工员）才能做好造价（做好造价员）或做好资料（做好资料员），最后才能做好一个工程项目（做好项目经理）。因为这是我目前的职业规划。

如此等等问题，通过这课程的学习与思索，我都一一得到了我想要的答案了。我更加明确了我目前的求职目标和职业规划。我知道大学生择业成功的关键还要从本身的实际出发、灵活选择，但不管怎样、绝不能一味眼高手低，时时刻刻都要认清自身的情况。然而多加思索，不断更新自己每阶段的任务。而我现在的任务就是好好地把建筑工程施工相关的知识学好，才能进自己想进的公司。因为机会都是留给有准备的人，我准备好了才能争取得到自己想要的工作，积累到自己所需的知识与经验，为下一目标做好准备。无论走到哪个阶段都要不断总结并完善自己，找出最适合自己的职业生涯路。今后我会坚定的朝着自己的职业规划方向走，并坚信能走向成功。让时间来考验我吧！

大学生职业生涯规划心得体会篇九

大学生就业如此严峻，就业指导课也就如此的重要。为了引导大学生更好的就业，我校特地开设了大学生就业指导课这一科目，辅导员石老师给我们提供了很重要的就业信息和就业指导。为我们在就业的过程中减少了盲目性，让我们对就业有了更清晰而明确的了解。

辅导员石老师负责了多年毕业生就业跟踪调查工作，所以在这一方面有很深入而专业的知识，他为我们分析了往届毕业生的就业情况和最新的会计专业就业形势，让我们了解到会计专业的就业前景和就业的严峻性。本来想着大四第一学期，就业还是那么的遥远，但是自从上了辅导员石老师的课，我明白到就业已经迫在眉睫了，我应该为能顺利和更好地就业做好一系列的准备了。

大学生职业生涯规划心得体会篇十

职业生涯规划，是一个人在对职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

合理设计自己的职业生涯是大学生走出学校面向社会，走向成功重要的第一步。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。合理的职业生涯规划不尽是帮助自身找到一份合适的工作的，这也是整个人生规划的基石。它有利于我们找到自身向往的人生。

大学生职业生涯规划的基本步骤包括：自我评估、职业环境分析、职业目标定位、培养职业需要的实践能力、反馈修正等五个环节。

1. 自我评估：评估自我是为了更好的认识自我、了解自我。要通过科学认知的方法和手段，如借助于职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价等，对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。评估自我时要客观、冷静，不能以点代面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。

2. 职业环境分析：职业生涯规划设计时要考虑到职业区域的具体特点，比如该地区的特殊政策、环境特征；职业角色的发展与职业所在的行业的发展有着密切的关系，职业生涯规划时，不能仅看重单位的大小、名气，而要对该职业所在的行业现状和发展前景有比较深入的了解，比如人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等；不同的职业岗位对求业者的自身素质和能力有着不同的要求，在职业生涯规划时，除了解所需要的非职业素质要求外，还要了解所需要的职业素质要求，除了了解所需要的一般能力外，还要了解所需要的特殊职业能力。