# 大学生个人成长分析报告(大全8篇)

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-02-20

*随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。通过报告，人们可以获取最新的信息，深入分析问题，并采取相应的行动。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。大学生个人成长分析报告篇一...*

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。通过报告，人们可以获取最新的信息，深入分析问题，并采取相应的行动。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**大学生个人成长分析报告篇一**

在每一段成长历程和人生经验中，每一步成长都是我学习积极面对人生的机会。在自我分析中也学会认识自我，完善自我。

(一)兴趣，偶像及对自己的影响。

在个人兴趣爱好上，我喜欢写作，音乐，但我并不是一个很有艺术细胞的人，只是很喜欢，并从其中获得快乐。

专业兴趣上，我比较喜欢贸易类的，也正是我现在所学的货运专业，我认为此专业可以让我接触到更多的人与事情。在《职业生涯规划》的课程中，我做过一次人格分析和职业分析，鉴于测评结果，我的优势职业类型为企业型，创业型。我认为这很符合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于交际、热情洋溢、富于冒险;通常具有领导才能，能够说服他人共同达到组织目标;为人务实，做事有较强的目的性。

我心目中的英雄，偶像是自己的朱镕基，海伦凯勒。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受能力都是我需要学习的，并且对我自己的影响非常大。

(二)性格及对自己的影响。

类型：外向，开朗，但很感性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。不会斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在集体中倾向于承担责任和担任领导。思维敏捷，头脑灵活。情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有一些情绪波动。能较好地协调自己的想法和别人的想法，一方面，对事物有自己的判断和想法，不会人云亦云;另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。通常活泼任性，轻松愉快，在集体中比较受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差。有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。客观理智，注重现实，独立坚强。遇事果断、自信。能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能会情绪失控或有所懈怠，但一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

(三)能力与品质。

我的人际交往能力很强，但创造性很一般，有领导和组织能力。

思想道德观念比较强，能考虑集体和他人，做事认真。

(四)人生观。

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

我还积极要求加入中国共产党组织，跟随党的脚步，严格要求自己，以自己的努力为社会，集体作出贡献，实现自己的人生价值。

(五)自身的优势和不足。

1.自身的优势。

有出色的观察力和对细节的关注能力。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。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，尊重约定，维护集体。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2.自身的不足。

压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂。创造性不强。

3.我需要改进的人生五方面。

性格的冲动性，耐心。

(六)自我奋斗目标。

完成学校里所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导能力，专业学习能力。

最后实现自己的企业目标，成为一个专业人才。

能够完成常规性的日常工作，并且进行劳复杂思维的工作;富于冒险、敢于竞争，经营、管理、劝服、监督和领导，并实现机构、政治、社会及经济目标的工作。在职业发展过程中，可以充分发挥自己在劝说、支配和言语方面的技能，以及自信、精力充沛、领导力强的优势;能克制自己冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

同学评价：是一个开朗的同学，有领导才能，做事认真，尊重约定，维护集体。

批评：做事太过急躁和死板，没有什么创造性。考虑太多，太有原则性。

这一篇自我分析报告到这里就告一段落了。我想每个人通过写这篇报告都再次了认识了自己吧!其实这个对于自我的分析还是很必要的，不断的完善自我才是美满的人生!非常感谢老师这一个学期内对我们的教导!我也会继续努力完善自己的。

**大学生个人成长分析报告篇二**

在没有泛起经济危机的时候，大学生的就业题目也是比较凸起的题目，从整个就业情况看，大学生的供应显著大于实际需求。不是总量的供过于求，而是结构性的供过于求，主要是培养的大学生的方向及大学生所应该学习的内容和社会的实际需求是脱节的。

企业用人的时候，首选是相关专业，其次是高潜质的人，由于企业在发展期需要大量的职员补给，有些人是可以在工作过程中逐渐培养的，这也为一部门专业分歧错误口的大学生解决了就业的题目。

当经济危机到来的时候，企业普遍实行的守旧的发展战略和紧缩的财务战略，一方面人力资源的补给大幅减少，另一方面用于培养与培训的用度也大幅减少，在招聘的时候会对相关专业的大学生优中选优。经济危机造成的结果是，不管是从结构看，仍是从总量上看，大学生的数目都是供过于求。

2.缺乏胜任力。

现在高校培养的大学生都是把握了一定的理论，实践非常缺乏，即便是对实践要求极高的技工类，良多学校由于种种原因取消和减少了实践的课程。大量理论的课程让学生在专业方向上的收益是有限的，缺乏实践能力的大学天生了空言无补的高手。

企业长短常现实经济实体，需要的人就是能够给企业直接带来绩效的人，而空言无补的大学生并不能马上给企业带来绩效，还要搭上老员工给为其辅导，从而影响了企业的整体绩效。现在良多企业都休止了招聘新员工，尤其是大学生，即便招聘也是有实力的公司进行的优中选优的战略性人才贮备;而有些有实力的公司，在进行人才的战略性调整，但愿通过现在的经济危机带来的变化，招募和贮备一批中高端人才和优秀的技术骨干，从而迎接经济危机过去后的新的发展。

由此可见，一些企业以为经济危机也是转机，在这个转机的过程中，良莠不齐的企业进行了天然而然的优越劣汰，使得企业乃至整个行业以后的发展会更加规范。而大学生没能在这一转机中受到青睐，其根本原因是大学生毕业后，不具备相关工作的胜任力。

1.负面影响。

首先是大学生本人，原本认为考上大学就是天之骄子，原本认为大学毕业可以养活自己，原本认为找个好工作赚钱可以孝顺父母;没想到考上大学后是“天之棋子”(自己的命运任天摆布)，没想到毕业后还没上岗就已下岗，没想到本应自力更生却还要父母牵肠挂肚，这些对大学生造成的心理压力不可谓不大。

其次是对大学生家庭的影响，本来大学期间就花了良多钱，大学毕业后还得为孩子承担一定的经济压力，更主要的是看到孩子找不到工作给孩子带来的精神压力。家长真想把这些压力都揽到自己身上，既着急又没有办法，有些家长甚至但愿孩子有点事干就行，哪怕一分钱不挣也行。

再次是社会压力，有那么多人不能就业本身就长短常大的社会题目，而且还有可能变成更多的其他社会题目。

2.正面影响。

大学生就业难已经成为社会普遍关注的题目，对教育的反思也愈发深刻，政府、高校、企业也都在自己的范围内进行着自己的思索。

政府从财政上予以支持，固然有些措施是短期的，有些效果是表面的，但究竟在一定程度上解决了部门题目，政府还应该在教育改革长进行更深入的探索和更有效的投入。

学校也在积极寻找教育改革途径，固然每个学校都在做着虚假的就业率统计和讲演，但是有些学校有些院系的教育探索已经在几年前就开始了，好比有些学校的计算机院系几年前就成立了实验室，引进了实训的教授教养模式，现在又在积极探讨本身引进企业的教育产品和模式，应该说这些学校已经开始思索教育本身的题目、解决途径和自身的价值了。

企业首要考虑的不是教育题目，却间接地促进了教育的改革和对教育本身的思索和探索。企业一开始考虑的是如何能获取更多更好的能快速胜任工作的人，于是一些企业在相关的高校建立了定制培养班，按照自己企业的要乞降实践培养大学生，然后招募其到本企业工作。而一些培训公司也应运而生，对学生进行技能练习，练习后的大学生相对会更快地胜任工作。有些民营教育机构更是集合这两种方式，直接模拟企业的技能环境，请企业的人来授课。这些企业和相关措施都在一定程度上起到了一定的效果，而跟着经济危机的到来，各种各样的教育形式及增补教育形式的优劣势凸显出来，这对教育本身的思索和探索无疑是一件好事。

良多培训机构以为09年将是就业培训的又一个转机，毫无疑问，对于找不着工作的大学生，培训确实是一种有效的方式，尤其是良多机构还承诺负责就业。朗沃教育作为西南地区首家java软件开发培训中央，以“一切为了就业”为根本目标，注重技能晋升，通过独创的项目实训，在短期内迅速进步大学生自身竞争力以及it行业经验，在3年内，朗沃教育已经成功的向社会输送出上千名软件工程师。

题目在于能不能找到工作上了，这是企业的事情。但是目前情况下，守旧和收缩策略的大绝多数企业，不可能招聘大批没有经验的新员工，由于企业首要解决的题目是生存，为新员工支付的薪水是企业直接本钱，这可能会影响到企业的生存。

于是政府出头具名了，出台了一些财政政策，企业接纳大学生可以得到补贴等。这在一定程度上有一定的作用，但是政府要求半年后企业必需接收该员工，而大多数企业不能保证半年后经济形势会好转，因此不愿承担这样的用人风险，因此对于这一政策也并不敢尝试。

是不是可以将这些综合起来考虑呢?大学生要解决的是工作的题目，良多人只要是有个工作不赚钱也可以，企业也要考虑假如经济形势好转人才补给如何解决，政府考虑的是大学生有工作干可以解决一些凸起的社会题目。那么在此阶段，大学毕业后可以视为见习期，由企业接收并进行实际工作的练习，当经济好转的时候，企业就会贮备了一定的补给人才，而大学生不管选择是否留在该企业，都已经把握了一定的工作技能，求职也不再是一件难事了。而政府的补贴可以一部门用于补贴企业实训的人力本钱和场地设备本钱，一部门用于补贴大学生的见习期间的糊口用度，这就解决了企业的一部门题目，也解决了大学生家庭负担的一部门题目。同时一部门培训机构也将施展一定的作用，对于培训机构来说，真正要考虑的应该是毕竟能够给受训者带来什么样的价值，带来多大的价值，作为增补教育形式的上风是什么，考虑的不仅仅是就业难带来的收益机会，更应该是对教育本身的思索。

总而言之，目前既要解决大学生把握实际工作技能的题目，又要解决企业的后顾之忧题目。因此，政府的补贴的钱要花在刀刃上，避免钱花了，大学生只是延期几个月失业的情况发生。大学生自己花钱参加培训，更要花在刀刃上，要真正考虑能否学到真实的本领。

这是解决目前题目的途径之一，解决题目的根本办法仍是教育本身的探索和实践。题目一直都存在，经济危机只不外是让题目体得的更加尖利，假如能借助这次经济题目，加快对教育的探索，加快政府职能的探索，加强企业和高校的更深层次衔接，对于从根本上解决题目，对于未来中国的发展，也许是件好事。题目的产生不是一朝一夕的，所以解决题目的过程也不会是一挥而就的。需要从各个角度，不同的时间段有不同的侧重点，逐步来解决这一题目。

**大学生个人成长分析报告篇三**

人生的过程总是充满了喜怒哀乐。我已经踏入人生二十多年头了，我回顾自己的成长历程。通过这学期大学生心理健康教育和指导课程的学习，我们学习到了很多有用的知识，从心理学的定义到如何进行自我完善，如何进行情绪的调控，如何应对挫折和压力，如何塑造和培养人格和意志品质，学习心理到社会心理，非常的全面。在每一段成长历程和人生经验中，每一步成长都是我学习积极面对人生的机会。在自我分析中也学会认识自我，完善自我。

(1)成长历程。

我出生在八十年代末，我成长于一个普普通通的家庭。我拥有一个愉快的童年，拥有很多儿时的玩伴，所以我从小就比较开朗外向，没有感到孤单，寂寞，反而增强了自立能力。上小学之后，父母工作繁忙，但从不松懈对我学习上的督促和帮助，使我一直接受着良好的家庭教育和学校教育，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血。特别是我的母亲，在我看来她是一个真正意义上的女强人，不但事业有成，生活中更是一位贤妻良母。如果一定要我说出一个我最崇拜的人，那就是我的母亲。她坚强、乐观的性格无时无刻不在影响和激励着我。就这样，一直到初中毕业我始终是在掌声和鲜花中度过的，那时的成长道路可谓一帆风顺。中学的生活主要是学习，中学的时候同学之间的关系大多是单纯的，不过由于正处在青春期，男女之间彼此并不怎么来往。中学的生活是忙碌的，又是单纯的，在开心中我结束了我的中学生活，结束了我的单纯生活。经历了高考这个人生重大的转折点，迈进大学之后，接触的人和事大大的开阔了我的视野，我开始学着用相对客观的态度去评价自己和他人，开始用自己的眼睛去观察世界上的人和事，也许这就是所谓成长吧!此后，我渐渐拥有了成人的感觉―感到自己身上肩负着某种责任，自己理所当然地应该去承担生活中的某些东西。今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来审视自己成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。

(2)人生观念。

人的一生应当是不断的快乐的积累才构成幸福。其次选择高尚的人生观念。人生观念是可以选择的。不同的人生选择，决定着不同的人生。人们常说，苦难是的大学，古今中外，凡成就大事业者，无一不是从苦难中走来的。在逆境中，我们会经受各种考验与锤炼，百炼成钢，成就我们非凡的意志品质和能力，“苦费心志，劳其筋骨，增益其所不能”。逆境并不可怕，可怕的是你把它看成结局而不是过程。只要我们有乐观主义进精神,我们遇到的困难险阻也可看成财富.人是生活在现实和理想、物质和精神的世界之中的。我们主张每个人都应该有他一定的物质利益，反对的是将个人利益置于社会利益之上，唯利是图、损人利己。我们提倡的是将理想和现实、精神和物质统一起来，将个人利益和集体利益结合起来，把个人理想融入全体人民的共同理想当中，把个人的奋斗融入到为祖国社会主义现代化建设事业的奋斗当中。不同的选择表现出不同的人生态度，体现着不同的人生观。再次人应当追求高尚的品格。树立积极进取、乐观向上、厚德载物、自强不息的人生态度。

(3)自我评估。

我把学习当作自己的第一任务，从来不肯放松一丝一毫，作为一种动力促使着我进步，促使着我早日融入社会。回顾一学年的学习和工作，为了进一步提高思想认识，为了今后的工作再上新台阶。

二、职业兴趣规划。

(1)就业形势xxxx年中国社会形势。

报告。

会上，就业问题十分严峻,大学生的失业率超12%,是登记失业率的3倍左右。大学生的就业问题是社会上下关注并急待解决的问题。今年上半年22万高校毕业生在几个城市的考察和分析已经清晰的揭示出明显的特点。毕业时的就业率比实际低,但是半年以后实际就业率上升到85%左右。高校毕业生就业具有较为明显的结构性特征。自主创业型只有1.2%，专业与职业相关占多数,但专业不对口的也超过1/4。尚未找到工作的人绝大多数仍在寻找工作。大家可以看到没有工作,也没有准备读研的大概占到2.2%。如果今年也有这个比例,500多万的大学生里面可能有13万人会变成没有工业,有工作、与专业无关的占28.6%,有工作,与专业有关占55.1%。粗略估算截至年底,可能还将有150万大学生不能实现就业。

(2)就业规划。

驻足观望，铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。光阴似箭，转眼间我已经进入大三了，大学生活已经过半。我不由考虑起自己的前程。在机遇与挑战面前，作为一个市场营销专业的大学生，我将如何面对它们，我究竟能扮演一个什么样的角色呢?能否在未来创造属于自己的一片天地能?我知道我所学专业毕业时应具备的素质。市场营销专业培养与社会建设需求相适应的掌握从事营销方向的工作所需要的文化基础知识，专业技术知识，具有全面素质和综合职业能力的，直接在生产、服务、技术和管理市场的为祖国社会主义现代化建设服务的实用型专业人才和劳动者。牢牢掌握市场营销基本知识，具有一定的创新意识和能力。在毕业前充分利用校园环境及条件优势，认真学好市场营销专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为市场营销就业准备。xxxx-xxxx年:找到合适自己专业特长的工作，利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，适应工作，为将来更高的工作效率努力。现在为未来就业做好准备，多读市场营销相关书籍，积累市场营销基础知识和人力资源专业知识，并且参与相应实践，积累相关人力资源工作经验，提升自身人力资源知识水平，专业技能。完善个人发展、人际关系。水无点滴量的积累，难成大江河。人无点滴量的积累，难成大气候。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功的喜悦?没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果?只有付出，才能有收获。泰山不拒细壤,故能成其高;江海不择细流,故能就其深。一屋不扫，何以扫天下。只有从小事做起，任劳任怨，不断努力，才能换来最后的笑容。

(3)提升能力在心态上随时做好准备，机会是给有准备的人的!不断修正自己的市场营销专业方向，扩大自己的知识与能力的金字塔，对自己选定一个职业方向，就不轻易的放弃，坚持不懈。积极争取机会，要比别人付出的多，不断的充实自己的同时，要争取合适的机会。在自己工作之余可协助有需要的人。使自己变得不可替代，别人做到的你要做得更加好，别人做不到的你就要做到，要不断超越别人对你的期望!关注时代的进步，未来及相关行业的发展趋势。

没有规划的实践是盲目的。

计划。

固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。现实是未知多变的，定出的目标。

计划。

随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负;每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪;成功，不相信颓废;成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。

篇二。

(1)幸福的家庭，让我拥有正确的价值观。我是一个活泼开朗的女孩，今年我已经27岁了.1986年的冬天，我出生在一个湖北省十堰市市区的一个小山村。爸爸时一名退伍军人，村子里的事大同小异，不爱言语的他总是一帮到底，特别是村里的小学，到了冬天，寒风凛冽，滴水成冰，已经世袭罔替好几代破烂不堪的棉裤棉袄根本无法抵御风寒。它疯狂的吞噬着一切，我们的手脚如同冰冻的胡萝卜，又痛又肿，就连稚嫩的脸蛋、屁股、大腿它也不肯放过。村里的娃坐不住了，与其在这挨冻，还不如回家干活挣口饭吃。为了让每一个孩子都有学上，为了解决寒冷的后顾之忧，爸爸似乎每一天都在收集柴火，然后在冬天来临之时，分批送到学校。围着篝火学习-----是现在每一次都想起来的幸福!妈妈虽然文化水平不是很高，但却都有一颗热情，善良的心他们为人正直，豁达，做事认真负责，踏实肯干，在他们的教育和影响下，我也成长成为了一个活泼开朗、正直善良、热情真诚的女孩子。小时候家境不是很好，便养成了吃苦耐劳、勤俭节约的好习惯，并形成了乖巧、懂事、自立、忍让的性格特征。由于动手能力极强，尝试用自己的所能帮助身边的同学、朋友，建立了很好的人际关系，人际交往能力在这一阶段开始得到较好的发展。直到那一天，我们姐第两个一起躺在了病床，十分爱着我们的妈妈不忍心了，爷爷和奶奶在身后鼓舞:生活就是坚持!生活是残酷的，只有经历了才会明白，只有付出了才有收获。我感谢我的父母，因为是他们给了我机会和力量。如果说，成功是个坐标系，努力是横坐标，理想是纵坐标。只有通过努力，才能达到知识、逻辑与情感、愿望、目的等等的统一，才能实现崇高人生理想，才能实现人生命的的自我价值。感谢父母，给了我一个文化低蕴丰富的家庭环境，让我在那个一穷二白的年代，拥有了同龄人所未拥有的快乐童年，造就了可供我享受一生的品格。

(2)酷爱阅读，让我拥有正确的世界观。我爱读书，小学时就翻阅了爸爸的《红楼梦》、《岳飞转》、《水浒》、《李自成》、《三国演义》、、、、那时的读书仅限于故事情节的翻阅，全无思想含义的领会，以至于有了后来的第二次、第三次的细读、品度。中学时，老师向我推荐了一些国外名著《雾都孤儿》、《简爱》、《三个火枪手》、、、、再就是到后来的爱情小说、武打小说、散文、史记、诗歌等。喜欢心理学以后，目标又向心理学小说迈进，以至于毕淑敏老师一度搬上我的偶像舞台。我是平凡的一介草木，只是喜欢读书，喜欢写点东西。从日记、博客、到《省人口导报》、《中国人口报》、《中国现代散文诗刊》等，都记录着有关我的快乐人生足迹。读书并没有彻底的让我脱胎换骨，但的确潜移默化了我的人生，丰富了我的思想，让我拥有了正确世界观:能够唯物而辩证地、客观而全面地看待事物。为我的人生目的、人生道路的选择提供保证和服务，并且指引着我健康快乐的生活。

(3)真情和努力，铸造我的快乐人生观。上学时，我是老师眼中的好学生，不调皮，不惹事，不是最努力，但成绩却稳居班里前十名。由于贫穷和山区的狭隘思想所困，我踏上了中专的末班车。侥幸的是，分配时以优异成绩来到了东风总医院。于是就这样，怀揣着“救死扶伤”的理想踏进了医院的大门。工作后，争强好胜的自己，不甘于就这样“大专”到老，有用四年时间先后取得了湖北医药学院的临本科毕业证，并取得学士学位。期间，还因工作突出，文字功底扎实，先后兼任宣培科、科技科等工作。些许的成功再一次证明:知识改变命运!一路绿灯，执业护师考了一次性通过。事业成功而爱情给了我很大的帮助，尤其是幸福的婚姻给了我无限的力量，丈夫真情告白，在别人的眼里，是幸福无比的。当这所有事情都告一段落时，我真正过起了日出而作，日落而息------做一天和尚，敲一天钟的生活。可是，闲置下来的自己竟然没有预料中的自由快乐。王朔曾言:“人就是一导管，快乐流过，悲伤流过，导管就是导管。”当2024年的钟声即将敲响，想想印刻在脑海里每年都能拷贝的。

工作总结。

真正就有了导管的感觉无味、无为、生冷、生硬、、、、静坐下来仔细的思付一下自己。无味生活索然;无为生命悄悄然;生冷生硬生活生命飘飘然无踏实感无成就感。我曾资助过聊城的一所农村小学曾资助过湖南的一位贫困学生那时认为我给予他们这些就足够了但当四川地震之后才发觉这些是远远不够的该给自己定位了“该干点什么”“能为他们再做点什么”?这样的问题反复在我的脑海里出现。在家人的支持下再加上我对心理咨询职业的无比热爱我又参加心理咨询师培训班学习一段时间的学习生活让我仿佛又回到了大学时代心情变得简单、快乐、充实。在学习中我也慢慢地懂得:面对身边的人要学会接纳、包容少些嫉恨多些爱心少一些猜疑多一些信任努力创造真情的空间构建和谐的精神家园。对“成熟”也有自己的见解:我认为成熟的人是一个有“度”的人简约不简单、放松不放纵、成熟不世故、果断不武断;自信又谦虚;懂得坚持也懂得放弃。成熟的人还应是一个有价值的人有追求、有思想、有情趣、有智慧、有作为。有了新的目标和理想顿感踏实了许多。人生有真情、有努力就会有快乐!先强大自己再帮助别人这就是我的快乐人生观。

(二)个人人格类型的描述。

借助卡特尔16种人格因素进行分析，我性格总体是外向、热情，和蔼可亲;富于感性、喜欢幻想、工作生活富有创造力;好强、独立，常常有反抗意识，喜欢坚持自己的观点，但易变通;敏感、怀疑，遇事喜欢思考，能够客观地分析问题。乐群性、聪慧性、恃强性、兴奋性、敏感性、怀疑性、世故性呈高分倾向，情绪体验偏强烈，易生烦恼，稳定性呈低分倾向，有恒性、忧虑性、紧张性、自律性、实验性呈中等。我自认为拥有的五个品质是:真诚、善良、理解、积极、负责。因此我的朋友很多，他们对我的评价是:真诚、外向合群、积极向上、幽默，放松时给人带来无比欢笑，安静时给人带来深刻思考，是一个有情趣的人。同事们评价我是:性格外向随和，善解人意，待人真诚，易相处，为人热情善良富有同情心，聪颖，工作能力强，事业心强。人无完人，当然我也有我的缺点，大家这样评判我:有时太过于理想化、完美化，偶尔的行为个性化，过于敏感，太在乎别人对自己的看法。如果用三个形容词来描述自己就是:感性、积极向上、善解人意。

二、职业行为分析。

(一)为什么做咨询师。

1.从思想上看，我拥有了稳定的世界观、人生观、价值观。

2.从人格和能力上来看，我具有一个合格心理咨询师的条件。首先，我具有成为一名合格心理咨询师的个性品质。在心理健康的状况下，思想丰富、习惯内省、性格稳定、思维敏锐、洞察力强，在还没有拿起心理咨询书籍之时，就已经学会倾听，一度成为单位同事思想的解负者和烦恼的倾听者。其次，我从事临床工作十三年，兼职管理六年，能从不同的角度去观察别人。已能熟练的运用思考引导等这些最基本的咨询技术。所以我有一定的实践经验。

3.从客观现实看，我们所服务人群的心理问题令我担忧。与其说，工作六年中见证了特别区域行业医生的成长历程，倒不如说，兼职科技的两年，所面对的特殊人群给了我更大的触动。技术科所面对的都是特殊群体—曾经生育过一名病残儿的特殊家庭父母，曾经生育过一个优秀且生龙活虎孩子瞬间生命消失但却不能再生育的家庭父母。他们的眉头是紧皱的，言语是苍白的，眼神是无助的，心情是焦虑的，精神是压抑的。他们有对第一个孩子的伤心和想念，有再生育二胎的期盼和不能再生育二胎的无奈，或者年龄过大、遗传、环境等能否优生的焦虑，矛盾冲突让他们痛苦不堪、坐卧不安。我在同情他们的遭遇且想帮助他们的同时，也想让自己的人生价值再次得以实现。

4.从未来发展上看，心理咨询行业的前景对我有很大的吸引力。当今社会，心理问题已列为影响人们健康的首要问题之一，并且随着社会形势的不断变化，社会人群的心理问题越来越普遍，但心理咨询行业在我国才刚刚起步。无论是在理论方面，还是在实践应用方面，都不能满足社会急切需要的发展。所在，我想抓住机遇，努力学习，深刻实践，做一名优秀的心理咨询师，在帮助患者缓解心理压力、摆脱心理困扰的道路上，去实现自己更大的人生价值。

(二)从业方向。

我熟悉老年失子又不能再生育的这一特殊人群的现状和心理，并有条件进行实践，所以在今后的咨询者中，我希望面对这一特殊群众，而且希望引导青少年珍惜生命。

(三)从业期许。

1.首先期许在我们这个行业成立一个咨询门诊，让求助者每天微笑生活.

2.其次期许自己成为一名优秀的心理咨询师，拥有自己的心理咨询工作室，为每一个人生都架起一座快乐的桥梁。

(四)从业的影响因素。

1.人格特征的影响情绪化、感性过度的个性特征，有时会在咨询工作产生移情，反移情，或带有个人倾向性的诊断等。

1.自身的优势:有出色的观察力和对细节的关注能力。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。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，工作时愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2.自身的不足:压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂，喜欢把自己的思想想法强加给别人，强势性太厉害!

3.需要改进的方面:有时候会考虑不切实际的事情，会把复杂问题简单化。当我一个计划浮出脑海的时候，我会迫不及待的去实现它，带有冲动感和感性色彩。有太强的自信心.

4.未来努力的方向:不断的提高理论知识和咨询技能，克服性格上的缺点，努力做一名优秀、资深的咨询师，为每一个求助者克服障碍，快乐的生活。

。

。

**大学生个人成长分析报告篇四**

由于意外事故，我没能按时的来到学校和新的同学们一起学习，一起完成心理健康课程的学习任务，面对着这份3000字的分析报告确实无从下笔。好在热心的同学帮助了我，给我讲述了心理健康课程的主要内容，让我从中受益颇多。从心理健康的定义到如何进行自我完善、如何进行情绪的调控、如何面对挫折与压力、如何适应新的环境、如何处理人际交往中的问题等等。非常的详细、全面。我认为此次的成长分析非常重要，它可以让我以一个自我认知的过程全面的剖析自己、了解自己，从而更好地成长。

回忆曾经走过的路，有快乐也有悲伤，有委屈也有挫折，有幼稚天真的幻想也有远大的志向和高原的目标，生活中的点点滴滴构成了我绚丽的生活，我要感谢我的父母和所有关心爱护我的人，因为是他们给了我机会和力量。

童年，在我的记忆中，是非常快乐的，这要感谢我的父母，他们给了我无微不至的关爱，虽然我出生在一个普通的农民家庭，父母都是老实的农村人，他们非常重视我的`学习，但从来不像其他的家长一样逼着我学这学那，反而是给了我很多自由的时间，所以我的童年比起同龄的孩子还是很快乐很自由的。

在上学之前，我就已经学会了基本的加减法和拼音字母，现在已经想不起来自己当初是怎么学会的。但就是因为这样，我上学后很轻松，爸妈几乎没有管过我的学习，也常常因为这个而沾沾自喜，有时候还会有点小骄傲。由于成绩始终不错，同学们都很羡慕，老师也很喜欢我，也就是那时形成了我的一个性格特征：自信。（虽然有时候有点大）。

初中阶段应该是我的第一个转折点，初一的第二个学期，由于没有父母的约束，自己又认为自己很聪明，所以对学习就放松了，同时迷上了网路，结果就可想而知了。成绩大不如前，后来父母发现我迷恋上网，大发脾气，从这开始，原来自由的生活被约束起来了，但网络对我的吸引并没有减弱，自己还是偷偷摸摸的往网吧溜，爸爸第二次在网吧抓住了我，这一次我挨打了，虽然不疼，只是挨了两脚，但从小娇生惯养的我，从来没有被动过一根手指头，我也从来没看过父母这般的生气，也许是我天生性格的原因吧，我并没有怨恨他们，从那以后我又回到了最初的乖小孩，每天认真学习，初三时期，由于是外省人不能参加当地的中考，迫于无奈，我只能回到自己的出生地内蒙古去完成自己的初三学业，参加内蒙古的考试，离开了我从小长大的村庄，离开了一起玩到大的伙伴去了一个陌生的地方，当我下车的那一刻，我后悔了，呈现在我眼前的是破乱不堪的景象，弯弯曲曲的乡间土路，高低不平的小屋，尤其是父母告诉我这就是我以后学习的地方，我彻底失望了，我幻想的一切美好都没了，他们就把我一个人扔在了这陌生的土地上，起初的那段时间是很难受的，一切都是那么不自然，生活习惯与方式不同，课程进度不一样，这些都让我产生了厌烦，但慢慢地，我开始和那的一切熟悉了起来，才发现，其实也并不可怕，老师给我带来了一整套的教材，同学每天带我去这去那，熟悉那里。我的陌生感与孤独感都消失了，我很感谢他们，虽然仅仅在那里度过一年，但我结识了许多好朋友，虽然现在都已各奔东西，但我们的那份友谊是无法被抹去的。

高中，我来到了市里读书，又是陌生的环境，在那里我开始了真正的学习，高一的第二学期我们开始文理分班，由于个人的性格和各科目的成绩，我选择了文科，也就是从这时，我才认真地对待学习这件事情，因为小时候的优势已经不复存在了，一切都是从头开始。转眼间，我们步入了高三，到了高三，生活紧张而充实，每天都忙忙碌碌。做不完的习题，没完没了的考试，为的就是一个目标，考大学。我们近乎安于那种枯燥的生活，因为我们憧憬大学，每次听老师给我们讲大学，我们都非常的兴奋，觉得大学生活简直就是一种享受。大学，是我们熬过那段枯燥生活的精神信仰，虽然，高考并不理想，但最终我还是如愿以偿的来到了这所学校。

虽然我刚来到大学，但我已经体会到了人际关系的复杂，由于来自不同的家庭，每个人的价值观念不同，矛盾难念就会产生，但我明白，团结的重要性。无论是宿舍还是集体，都需要精诚所至，大家一条心。否则受害的只能是我们自己。同时在上大学之前的那段时间和近几天在学校的了解，明白了先做人在做学问的道理。在网上看到这样一段话：实现一个人的价值需要不断鞭策自己，完善和提高自己的思想道德和修养，从而成为一名优秀的人，这就需要加强许多方面，第一，坚持读书，读好书，多读书，与伟大的灵魂对话，从而使个人修养得到提高，确定自己终身学习的目标。第二，学会取舍，宽容待人。第三，完善人格，保持积极乐观的心态。

**大学生个人成长分析报告篇五**

成长的路途，永远没有尽头，但当你勇敢地走下去你自会发现，不知不觉间前方就是绚丽多彩的风景。本站小编在此整理了20xx年大学生个人成长分析报告，供大家参阅，希望大家在阅读过程中有所收获!

我常常一个人静下来，花时间写自我反思。

日记。

在反思中，我细心体会自己在成长中每一次经历带给自己的认知和体验，在越来越长的年岁中，我能反观自己当时的处境和表现，看到自己的心理状态这对我来说不仅能够更好的缓解压力，改善自我的情绪和社会生活方式，同时，我也清晰的构建出一个自己成长的轨迹，更好的认识了自己的人格，和优缺点，让我感受到一种乐趣，这也是心理——这一科学领域的奇妙之处。

我的两种生活造就了我两种截然不同的个性表现。

在我的成长中，我一直是一个成绩良好，听话懂事的孩子。我在学习方面的自我管理能力较强，很少用父母和老师操心，学习有毅力有韧性，在课堂上能较快吸收老师所讲的知识，学习成绩一直较为稳定，高中就读于重点中学，因此，在求学经历中，我几乎是在老师和父母的表扬中长大。

学习方面的表现带给了我这样一些个性特点。

我对自己的能力很自信，也影响到我对生活一直抱有热情而自信的态度。我能积极认真，踏踏实实对待工作，和任务，并且愿意大胆尝试，挑战自己，同时喜欢懂脑筋想办法解决问题，引入新思路。每当我接触到新的事物，新的思想，会迅速投入到工作和生活中。

我非常有韧性。记得初中时，面对政治考试。我能坚持一个月每天背政治课本和习题，我的政治成绩一直非常好，并且考过100分。这样的体验，让我在做事时，有不服输的劲头，一定坚持到底，克服困难。

而这样也造成了我的一些负面个性。面对不熟悉的问题时，容易产生灰心的挫败感，表现出敷衍抗拒的心情。或许是体验过成就的甜美滋味后，让我不能面对失败的苦涩。每当我接触一件新的工作，如果我能在很短的时间内迅速做好，我会对这项工作表现出非常浓厚的兴趣，并且能全情投入，但如果我一时做不好，就会出现退缩，回避的状态。所以有些时候我不适合做要下工夫，长期坚持的工作。但随着年纪的增长，我认识到了这个问题，能够开始克服自己的浮躁心态，耐心细致的面对新的领域。我也认识到这种特质，会造成保守性，不利于工作的发展。

我的个性很沉静，感受细腻，有耐心，愿意倾听他人，理解他人。我喜欢阅读，这种兴趣培养了我静下来思考问题的习惯。我愿意就生活中出现的问题，和一些现象，研究它们背后的规律和成因，思考，让我能看到不一样的世界和人生，从而感受到一种从容和豁达的快乐，如阳光一样快乐的心态。我相信每个人有自己独特的内心世界，所以我在倾听时一直保持一种尊重感，愿意去理解每个人作为个体的独特感受，这使我赢得了许多真诚的朋友。

然而我在人际交往中有一些回避和退缩，这一直是我生活中的一点小困扰。

在我的成长经历中，我的父亲是一个感情充沛，柔和而率性的人，他对我寄予了全部真挚的爱。他随和的个性，和对我寄予充分的支持和交流，使我成为一个非常愿意亲近他人的人，并且在后来的自我反思中，我发现，我对男性一直没有害怕和威严感，很容易沟通，没有一般的距离感。我的母亲是一位非常勤劳而严格的人，她对工作尽职尽责，但不喜欢和孩子们嬉戏玩耍，脾气略有一点暴躁。母亲生我的年纪比较小，我是一个非常有主见的孩子，因此在小时候表现出比较不听话，母亲因为年轻耐心不足，使我常常受到母亲的管教，这使我形成一种内心非常狂热，但外在表现规规矩矩的状态，我曾经一直怀疑母亲是否爱我，这很快在读大学。

军训。

时，母亲因为在电话中想念我流泪，完全化解。在母亲教养方式的影响下，我也很少和朋友同学很亲昵的相处玩耍，显出一些孤僻。并且一直对女性长辈有一种既依赖又非常敬畏的感觉，使我在交往中，又很矛盾的常常和别人保持一种距离感。

父母相反的教养方式，使我在人际交往中，出现一个圈。和熟悉的人，我会非常亲切，随和，坦诚沟通，表现出一种热情而温暖的状态，而在交往初期，我常常抱有一种畏惧的心态，使人感到冷漠而抗拒。

二、职业行业分析。

我想我是天生的心理学家。我认为我沉静细腻的情感方式，和爱思考研究的习惯，以及愿意真诚而热情待人的特点，让我对从事心理学充满自信与兴趣，我相信我能在这里找到自我的安逸。

第一次接触科学心理学，源自初中时，一位语文老师讲的一件事，这位漂亮而讲课精彩的老师，提到“教师心理学”这个概念，她讲到，一位教师，如果在自己的着装风格，或者发式上出现变化时，要在上课之前，先到教室里和同学们做一会儿沟通，再上课，这样同学们不会因为老师的变化，而转移接下来的学习注意。刚好两个月后，我的一位数学老师剪了新发型，当她微笑着在课间活动时走进教室和我们说话时，同学们都会心的笑了。这个回忆一直留给我对心理学美好而神圣的认识，我看到了心理学在我们生活中的重要意义，也从中看到了心理学天生自带的一种慈悲与关怀。

高中后，学校开设心理课程。在高中二年级，同学们思想由懵懂少年向日渐稳重的青年转变时。心理课程一直像一抹温暖的阳光，像一盏灯塔，引导者我们的成长。心理老师总是用温暖，真诚，轻松的语气来给同学们上课，在课上，我们认识了自我，悦纳自己，学会欣赏别人，感受生活的快乐，同时，通过心理作业，我们一直和老师保有良好的交流，老师每次会认真回复我们的所有心理烦恼。面对高考时，心理老师会定期为同学们做放松引导，讲解焦虑来源，缓解大家的压力。心理课在我的知识体系中，生动的打开了一扇窗户，让我更直观的看到了心理学在我们生活中的价值和带给人的帮助，也使我对心理学产生了向往。

读大学后，我的专业课有一些是心理学课程。这个时候，我开始有系统的认识心理学这们学科，初步接受心理学的知识，对心理学有了一个科学而良好的认识。我接触到了普通心理学中，大脑对心理产生的作用，感觉，直觉，对我们日常一些心理活动的描述。感受到一个自然人，在从出生到衰老死亡的整个过程中，心理活动时一个动态变化的过程，感受到人格形成和发展的奇妙。也更加清晰的看到，我们生活中许多不良心理和情绪出现的原因，心理学知识在现代社会生活有着越来越重要的意义。

这些，使我深深的感受到作为一名心理工作者，一名咨询师的责任感和使命感。回顾我的成长历程，心理学一直陪伴在我身边，我愿意把以后的人生用在对这门古老而年轻的学科的学习研究上，也把自己的职业规划，事业目标，定在了心理工作上，我想把我人生的意义和价值，静静的安放在心理这份充满关爱的工作上，努力用科学的态度和知识，去帮助生活中遇到心理难题的人，帮助他们找到更好的自我，体验快乐，感受生活的幸福。

成为一个优秀心理咨询师的路，对我来说只是刚刚开始。成为一个出色的心理咨询师，要有丰厚的心理学知识，良好的人格魅力，不断积累的工作经验，专业的咨询技巧，和一颗高尚而关怀的心，这些都是我今后要不断努力的方向。心理学一直给予着我快乐，我也愿意将这份快乐与他人分享。

在一直从事的心理辅导工作中，我也认识到，一名心理咨询师，首先自己要有强大的心理能量。我将在生活中不断培养积极向上的生活习惯，适时调整自己的生活态度，形成乐观，开朗，豁达的个性，不断充实心理知识，增强生活的信念，多与周围人进行沟通，注意积累对生活中心理现象的认识，结合理论知识，发现科学规律，以便更好的完成咨询工作，帮助每一个在心理上遇到困难的人。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。愿心理学温暖而快乐的阳光播撒到每个人的心田。

近期，老师给我讲述了心理健康课程的主要内容，让我从中受益颇多。从心理健康的定义到如何进行自我完善、如何进行情绪的调控、如何面对挫折与压力、如何适应新的环境、如何处理人际交往中的问题等等。非常的详细、全面。我认为此次的成长分析非常重要，它可以让我以一个自我认知的过程全面的剖析自己、了解自己，从而更好地成长。

回忆曾经走过的路，有快乐也有悲伤，有委屈也有挫折，有幼稚天真的幻想也有远大的志向和高原的目标，生活中的点点滴滴构成了我绚丽的生活，我要感谢我的父母和所有关心爱护我的人，因为是他们给了我机会和力量。

童年，在我的记忆中，是非常快乐的，这要感谢我的父母，他们给了我无微不至的关爱，虽然我出生在一个普通的农民家庭，父母都是老实的农村人，他们非常重视我的学习，但从来不像其他的家长一样逼着我学这学那，反而是给了我很多自由的时间，所以我的童年比起同龄的孩子还是很快乐很自由的。

在上学之前，我就已经学会了基本的加减法和拼音字母，现在已经想不起来自己当初是怎么学会的。但就是因为这样，我上学后很轻松，爸妈几乎没有管过我的学习，也常常因为这个而沾沾自喜，有时候还会有点小骄傲。由于成绩始终不错，同学们都很羡慕，老师也很喜欢我，也就是那时形成了我的一个性格特征：自信。

中学，我来到了市里读书，又是陌生的环境，在那里我开始了真正的学习，高一的第二学期我们开始文理分班，由于个人的性格和各科目的成绩，我选择了文科，也就是从这时，我才认真地对待学习这件事情，因为小时候的优势已经不复存在了，一切都是从头开始。转眼间，我们步入了高三，到了高三，生活紧张而充实，每天都忙忙碌碌。做不完的习题，没完没了的考试，为的就是一个目标，考大学。我们近乎安于那种枯燥的生活，因为我们憧憬大学，每次听老师给我们讲大学，我们都非常的兴奋，觉得大学生活简直就是一种享受。大学，是我们熬过那段枯燥生活的精神信仰，虽然，高考并不理想，但最终我还是如愿以偿的来到了这所学校。

虽然我刚来到大学，但我已经体会到了人际关系的复杂，由于来自不同的家庭，每个人的价值观念不同，矛盾难念就会产生，但我明白，团结的重要性。无论是宿舍还是集体，都需要精诚所至，大家一条心。否则受害的只能是我们自己。同时在上大学之前的那段时间和近几天在学校的了解，明白了先做人在做学问的道理。在网上看到这样一段话：实现一个人的价值需要不断鞭策自己，完善和提高自己的思想道德和修养，从而成为一名优秀的人，这就需要加强许多方面，第一，坚持读书，读好书，多读书，与伟大的灵魂对话，从而使个人修养得到提高，确定自己终身学习的目标。第二，学会取舍，宽容待人。第三，完善人格，保持积极乐观的心态。

在以后的日子里，我会积极地去学习知识，开阔自己的眼界，同时用相对客观的去评价自己和他人，同自己的眼睛去细心地观察世界上的人和事。积极进取，按照计划定期行动，一点一点去实现。成功，来源于前进道路上的每一小步，不要幻想凭借好运一步登天，所以就要把精力放在短期目标上，相信最后一定能实现那个伟大的目标。坚持不懈，每天都为实现目标而努力，不管取得的成就多么微小，着也许就是成长吧!今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来重新审视自己的成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。现在的我，对周围的人和事，有了更多的包容，更多的理解，而不再执迷于个人的得失，所以有人说“挫折、痛苦的背后才是成长的空间”。

看一眼来路，看清了成长中一深一浅的脚印。成长需要我们自己去体味，自己去感受，在这一过程中我们会不断地摔跟头，但需要我们不断爬起来，每一次爬起来，就证明又长大了一些。悲欢离合、生老病死，成功与失败，时刻与人相伴。这个世界上，没有哪一个人总是一帆风顺，也没有哪一个人从不经历痛苦与悲伤，挫折与打击从来不会与人预约，它会突然降临，让人措手不及，甚至会徘徊很久，与人形影不离，所以我没有必要不切实际的幻想它与我无缘，正视它，它就会迎刃而解，而我又成长一些。

这篇个人成长分析报告写到这里就结束了。我想每个人通过写这篇报告都再次认识了自己。个人认为经常地自我分析是非常必要的，因为不断完善自我才能塑造人格的魅力。在这里分析了自己，已经对自己有了一个比较全面的认知，以后会努力并坚持着使自己的品德与言行趋于完美!

在每一段成长历程和人生经验中，每一步成长都是我学习积极面对人生的机会。在自我分析中也学会认识自我，完善自我。

一、自我分析。

(一)兴趣，偶像及对自己的影响。

在个人兴趣爱好上，我喜欢写作，音乐，但我并不是一个很有艺术细胞的人，只是很喜欢，并从其中获得快乐。

专业兴趣上，我比较喜欢贸易类的，也正是我现在所学的货运专业，我认为此专业可以让我接触到更多的人与事情。在《职业生涯规划》的课程中，我做过一次人格分析和职业分析，鉴于测评结果，我的优势职业类型为企业型，创业型。我认为这很符合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于交际、热情洋溢、富于冒险;通常具有领导才能，能够说服他人共同达到组织目标;为人务实，做事有较强的目的性。

我心目中的英雄，偶像是自己的朱镕基，海伦凯勒。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受能力都是我需要学习的，并且对我自己的影响非常大。

(二)性格及对自己的影响。

类型：外向，开朗，但很感性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。不会斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在集体中倾向于承担责任和担任领导。思维敏捷，头脑灵活。情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有一些情绪波动。能较好地协调自己的想法和别人的想法，一方面，对事物有自己的判断和想法，不会人云亦云;另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。通常活泼任性，轻松愉快，在集体中比较受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差。有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。客观理智，注重现实，独立坚强。遇事果断、自信。能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能会情绪失控或有所懈怠，但一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

(三)能力与品质。

我的人际交往能力很强，但创造性很一般，有领导和组织能力。

思想道德观念比较强，能考虑集体和他人，做事认真。

(四)人生观。

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

我还积极要求加入中国共产党组织，跟随党的脚步，严格要求自己，以自己的努力为社会，集体作出贡献，实现自己的人生价值。

(五)自身的优势和不足。

1.自身的优势。

有出色的观察力和对细节的关注能力。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。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，尊重约定，维护集体。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2.自身的不足。

压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂。创造性不强。

3.我需要改进的人生五方面。

性格的冲动性，耐心。

(六)自我奋斗目标。

完成学校里所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导能力，专业学习能力。

最后实现自己的企业目标，成为一个专业人才。

二、我的成熟标准。

能够完成常规性的日常工作，并且进行劳复杂思维的工作;富于冒险、敢于竞争，经营、管理、劝服、监督和领导，并实现机构、政治、社会及经济目标的工作。在职业发展过程中，可以充分发挥自己在劝说、支配和言语方面的技能，以及自信、精力充沛、领导力强的优势;能克制自己冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

三、评价。

同学评价：是一个开朗的同学，有领导才能，做事认真，尊重约定，维护集体。

批评：做事太过急躁和死板，没有什么创造性。考虑太多，太有原则性。

四、结束语。

这一篇自我分析报告到这里就告一段落了。我想每个人通过写这篇报告都再次了认识了自己吧!其实这个对于自我的分析还是很必要的，不断的完善自我才是美满的人生!非常感谢老师这一个学期内对我们的教导!我也会继续努力完善自己的。

。

**大学生个人成长分析报告篇六**

这学期学习了大学生心理健康与自我成长这门课程，感觉从中受益匪浅。的确，从自我认知到与人交往再到融入集体，我对事物的认识又提高了一个层次。从我自己的角度来讲，在学习方面我得到了最大的收益。

这个问题萦绕了我很久，与其说是不知道学什么，不如说是选择什么。因为大学里可以学的东西实在是太多了，面对要花缭乱的课余生活，我们没有时间把所有的东西都尝试一遍，只能有所取舍，于是，选择什么就成了最纠结的问题。北京体育大学与其他大学有所区别，这是一所体育院校，所以有很多东西是别的学校所没有的。比如说我们有棒球社，橄榄球社，武术协会等等等等，看上去所有的社团都是那么吸引人，所以我曾经就纠结于选择哪个社团这个问题。但是结合自己课程紧而且要有自己的时间学习别的东西，所以我选择了一个社团，即使这样还是有些不甘心。

还有一点就是书本以外的知识。在这方面我深有体会，在学生会里，我不仅认识了朋友，还学会了一些书上没有的东西。比如说与人交际方面的经验，我想这一点是很重要的，生活里面到处都要与人交际，而要做到愉快的与人交流并且了解别人的观点和看法并不容易，这就需要学会倾听，并且用商量的语气与别人讨论。还有一些礼貌的做法都会给别人留下一个好印象。

怎么学?

明确了学习的目标后就剩下付出努力完成目标了。但是要是学习的时候不注意方法反而会耽误很多时间。上大学后因为时间比较宽裕，所以大大小小的讲座我倒是听过不少，其中不乏一些学习经验交流会。一些好的经验我就会拿来借鉴。比如在学长说过要提高学习效率，集中精力放在当前做的事情上。还有英语学习方面，要多重复，比如单词，单词量是一个逐渐积累的过程，我们最容易出的问题是背的单词第二天忘记了一半，这无疑是个难点，更是对自信心的巨大打击，于是学长就教我们如何背单词，在如何复习，反复看，这些经验让我在英语学习方面少走了许多弯路。

的目标。有一个坚定的目标是指导大学生活的标准。但我们累了倦了，想想自己的目标，这时就会精神百倍;当我们迷茫了，想想自己的目标，这这时我们就会信心百倍。我想我的目标已经很明确，就是想出国。这样我就要保证我在成绩方面有一个好看的gpa，每科都取得一个较高的分数，同时托福成绩和gre成绩也要考得很好才能去一个好的大学。每当我抗不住的时候，我总会想想自己的目标，想到了达成目标后的喜悦和热泪盈眶的激动，总是会重整旗鼓投入到学习中去。我想着就是学习方面最大的收获了，学习怎么学习应该也是大学四年最应该弄懂的事情了。学习本身不是目的，真正的目的是为了你的目标一直努力下去，而且还要在失败中不断总结教训，找到一个完全符合自己的方法来指导、鞭策自己的生活，我想，在面对一切困难时，我都不会轻易地被打败。再想想心理书上的话：发展，从学习开始。

学习使人一辈子的事，不管自己的地位学识有多高，人需要的也还是不断学习。我很喜欢的学者钱钟书先生就是这样一个人。在学识方面，他可以说是中国第一人，通晓古今，文学造诣极其高深，但是他却是个低调的人。一生都在学习中渡过，从不炫耀自己的学识。七十五岁高龄还奋斗在文学界的一线，出版书籍。钱老一生都在不断学习中渡过，直到八十八岁钱老去世，在新华社播出的新闻通稿中，出现“永垂不朽”字样。这样的文豪况且如此爱学，我们反而就应该更加努力了。

业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。我将不断鞭策自己的学习生活。

**大学生个人成长分析报告篇七**

成长中，我们都会受伤，都会疼痛。伤过，就会明白，人生并不是一马平川;痛过，就会懂得，生活不会一帆风顺。本站小编在此整理了大学生个人自我成长分析报告，供大家参阅，希望大家在阅读过程中有所收获!

1、成长轨迹，重要事件或重要人物对我的影响。

在我成长的人生之路上，对我产生最大影响的莫过于我的父母，我的家境贫寒，但人穷志不穷，这是我父母从小就教育我的，他们对我严格管教，只希望我有一天能有所为，而不是像他们一样一辈子面朝黄土，背朝天。所以不管是在学习还是生活上，他们从不松懈对我的监督和鼓励，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血，而我从小就懂得了父母的苦心，多年来的努力也只为有一天能出人头地，让他们过上无忧无虑的生活。

2、兴趣爱好对我的影响。

我喜欢打篮球，因为它让我知道了团队合作的重要性;我喜欢赛跑，把别人远远的落在后面而拼命的追赶我是我的目标;我喜欢听歌，因为它能陶冶我的性情，能让我静静的思考人生;我喜欢挑战一些难事，即使失败了，至少它能让我明白，只要努力了，结果并不重要，重要的是参与的过程，乐在其中就好。

3、性格及对我的影响。

从小我就乐观坚强，无论遇到多大的难事，我都能勇敢的面对，因为我深知，即使输掉了一切，也不能输掉微笑，只要嘴角上扬，希望就还会有。我始终坚信世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人，越过那一道坎，前面就是铺满鲜花的康庄大道，前面就是胜利的彼岸，掌声永远只属于那些不甘失败的人。

4、能力与品质。

一个孤立存在的个体，要学会与人沟通，待人友善，重视与他人接触，这样才能得到更大的进步。

5、自身的优势、不足与改进。

不足：遇事不够冷静，有时行事鲁莽，大大咧咧的。

改进：以后遇事之前要冷静思考，学会分析，制定一定的计划。

6、自我奋斗目标。

锻炼自己的组织，交际，领导能力，结交更多的朋友，学习更多的专业知识，拥有一份很好的工作，创造一个美好的未来!

二、职业期望及实现途径。

我希望能从事自己喜欢的工作，兴趣是最好的老师，我相信它能让我发挥出自己最大的优势，或许在这份喜悦来临之前，我还要经历更多的曲折，但是我不怕，人生哪有一帆风顺，在逆境中体验不一样的人生，那才是不平凡的人生。

在成功还没有到来之前，我会继续努力做好一切，不断地提升自我，让自己变得更强大，在平凡的生活中做一个不平凡的人。

三、

自我总结。

人生就是记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受能接受的。人不会因为做过什么而后悔，更多的时候，是因为没做过什么而后悔，只要尝试了，即使失败，那也是一种经历。所以我要学会用自己的头脑从自己的经历中体验不一样的人生，收获不一样的精彩。

(一)兴趣，偶像及对自己的影响。

在个人兴趣爱好上，我喜欢写作，音乐，但我并不是一个很有艺术细胞的人，只是很喜欢，并从其中获得快乐。

专业兴趣上，我比较喜欢贸易类的，也正是我现在所学的货运专业，我认为此专业可以让我接触到更多的人与事情。在《职业生涯规划》的课程中，我做过一次人格分析和职业分析，鉴于测评结果，我的优势职业类型为企业型，创业型。我认为这很符合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于交际、热情洋溢、富于冒险;通常具有领导才能，能够说服他人共同达到组织目标;为人务实，做事有较强的目的性。

我心目中的英雄，偶像是自己的朱镕基，海伦凯勒。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受能力都是我需要学习的，并且对我自己的影响非常大。

(二)性格及对自己的影响。

类型：外向，开朗，但很感性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。不会斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在集体中倾向于承担责任和担任领导。思维敏捷，头脑灵活。情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有一些情绪波动。能较好地协调自己的想法和别人的想法，一方面，对事物有自己的判断和想法，不会人云亦云;另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。通常活泼任性，轻松愉快，在集体中比较受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差。有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。客观理智，注重现实，独立坚强。遇事果断、自信。能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能会情绪失控或有所懈怠，但一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

(三)能力与品质。

我的人际交往能力很强，但创造性很一般，有领导和组织能力。

思想道德观念比较强，能考虑集体和他人，做事认真。

(四)人生观。

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

我还积极要求加入中国共产党组织，跟随党的脚步，严格要求自己，以自己的努力为社会，集体作出贡献，实现自己的人生价值。

(五)自身的优势和不足。

1.自身的优势。

有出色的观察力和对细节的关注能力。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。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，尊重约定，维护集体。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2.自身的不足。

压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂。创造性不强。

3.我需要改进的人生五方面。

性格的冲动性，耐心。

(六)自我奋斗目标。

完成学校里所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导能力，专业学习能力。

最后实现自己的企业目标，成为一个专业人才。

二、我的成熟标准。

能够完成常规性的日常工作，并且进行劳复杂思维的工作;富于冒险、敢于竞争，经营、管理、劝服、监督和领导，并实现机构、政治、社会及经济目标的工作。在职业发展过程中，可以充分发挥自己在劝说、支配和言语方面的技能，以及自信、精力充沛、领导力强的优势;能克制自己冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

三、评价。

同学评价：是一个开朗的同学，有领导才能，做事认真，尊重约定，维护集体。

批评：做事太过急躁和死板，没有什么创造性。考虑太多，太有原则性。

四、结束语。

这一篇自我分析报告到这里就告一段落了。我想每个人通过写这篇报告都再次了认识了自己吧!其实这个对于自我的分析还是很必要的，不断的完善自我才是美满的人生!非常感谢老师这一个学期内对我们的教导!我也会继续努力完善自己的。

上初中之后，大多一人在外读书，但父母从不松懈对我学习上的督促和帮助，使我一直接受着良好的家庭教育和学校教育，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血。特别是我的父亲，在我看来他是一个真正意义上的大男人，不但事业有成，生活中更是一位慈父。如果一定要我说出一个我最崇拜的人，那就是我的父亲。他坚强、乐观的性格无时无刻不在影响和激励着我。就这样，一直到初中毕业我始终是在掌声和鲜花中度过的，那时的成长道路可谓一帆风顺。刚入高中，一切都是陌生的。陌生的校园、陌生的同学、陌生的老师。不变是，天仍那样的蓝、树仍那样的绿、花儿仍是那样的鲜艳。随着时间的流逝，渐渐地一切都变得熟悉了，校园不再陌生，同学和老师也都成为了朋友。于是，走过了陌生，一切都变得快乐起来了!中学的生活主要是学习，那时候我最讨厌的就是英语课，从第一节开始的时候，我就深深的讨厌上了这门课，还为自己找了个“满意”的借口：我相信我很爱国，所以我不学英语。现在想起来真是可惜，长大了还是得学。中学的时候同学之间的关系大多是单纯的，不过由于正处在青春期，男女之间彼此并不怎么来往，往往喜欢一个人却老是和她作对，喜欢她却老在别人面前说她的坏话。现在看来，这也是青春期的一个特征，出现对异性的好感和接近异性的欲望。又由于环境和舆论的限制，这种朦胧的好奇心和欲望感不得不被压抑，还要在他人面前进行掩饰。中学的生活是忙碌的，又是单纯的，在开心中我结束了我的中学生活，结束了我的单纯生活。在经历高考这个人生重大的转折点前，由于高中生活紧张而充实，但我却陷入地谷，后来才发现初中的学习只是自己耍小聪明，靠考试的突击来学习，而没有扎扎实实的一步一个脚印的学，没有掌握好学习方法基础知识。所以与其他同学的成绩拉开了很大的距离。渐渐的觉得老师没那么关心自己了，不再那么受宠爱了，不再那么骄傲了。想赶上却找不到前进的动力。觉得自己很很失落觉得自己很没用，但在老师的鼓励下，我终于鼓起勇气，相信自己，还不能放弃。我决定一定要努力考上大学。

迈进高等学府之后，接触的人和事大大的开阔了我的视野，在如饥似渴的汲取丰富知识的同时，我开始学着用相对客观的态度去评价自己和他人，开始用自己的眼睛去观察世界上的人和事，也许这就是所谓成长吧!此后，我渐渐拥有了成人的感觉――感到自己身上肩负着某种责任，自己理所当然地应该去承担生活中的某些东西。今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来审视自己成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。今天的我，对周围的人和事，有了更多的包容、更多的理解、更多的关怀，而不再执迷于个人的得失。所以有人说“挫折、痛苦的背后才是成长的空间。”大学生涯的头一年，也使我第一次有机会接触到了心理这个领域。在学校这个群体中，每个学生的个性特点千差万别，但也有着共同的群体特征，比如文化水平较高等特点。社会心理学家认为群体是表露个人才能、表现个人特征的领域，是在社会价值、观念和规范影响下促成个体社会化的领域。在一个组织中，群体是实现组织目标、完成组织任务的基本单位。认识并注重这一点，对于我今后进入工作，具有极其重要的奠基作用。

二、我的基本的人生观：

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

这么多年来，我形成了善良、宽容、单纯和积极向上的品质，也恰恰因为这些良好的品质，使我从小到大一直都有着良好的人缘，得到了太多人的关爱和帮助。但也正是因为周围家人、朋友的宠爱，使得我在生活中有一些理想主义，同时又有些依赖性。因此，朋友们对我的评价是善良、开朗、单纯，他们总是批评我太过于理想主义了、太傻了、不够圆滑。我个人对此部分赞同，我觉得自己有时候的确应该变得现实一些、聪明一些、圆滑一些，但绝对应该要分时机、场合和对象。

我相信人性本善，所以即使一个人作恶多端，我也相信他一定是有着一些可以被宽容和理解的理由的。也因此，我总是更容易能够理解和谅解他人。

三、评价：

同学眼中的我：开朗，有幽默感，真诚对人，较积极面对生活。批评：没有恒心，有时候很懒，很急躁，没有什么创造性。有时候会莫名其妙地生气。

四、结束语：

曾听说过：在大学里先学作人，其次是作学问。也在大学生活中体会和实践着这句话。逐渐的发现一个人对生活的价值，于是不断鞭策自己，完善和提高自己成为一个优秀的人。我觉得自己还有许多当面还需要加强，第一，坚持读书，读好书，多读书。与伟大的灵魂对话，从而使个人修养得到提高。终身学习确定自己的目标。第二，学会取舍，宽容他人，第三，完善人格，保持积极乐观的人生观。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”!

。

**大学生个人成长分析报告篇八**

在我成长的人生之路上，对我产生最大影响的莫过于我的父母，我的家境贫寒，但人穷志不穷，这是我父母从小就教育我的，他们对我严格管教，只希望我有一天能有所为，而不是像他们一样一辈子面朝黄土，背朝天。所以不管是在学习还是生活上，他们从不松懈对我的监督和鼓励，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血，而我从小就懂得了父母的苦心，多年来的努力也只为有一天能出人头地，让他们过上无忧无虑的生活。

2、兴趣爱好对我的影响。

我喜欢打篮球，因为它让我知道了团队合作的重要性;我喜欢赛跑，把别人远远的落在后面而拼命的追赶我是我的目标;我喜欢听歌，因为它能陶冶我的性情，能让我静静的思考人生;我喜欢挑战一些难事，即使失败了，至少它能让我明白，只要努力了，结果并不重要，重要的是参与的过程，乐在其中就好。

3、性格及对我的影响。

从小我就乐观坚强，无论遇到多大的难事，我都能勇敢的面对，因为我深知，即使输掉了一切，也不能输掉微笑，只要嘴角上扬，希望就还会有。我始终坚信世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人，越过那一道坎，前面就是铺满鲜花的康庄大道，前面就是胜利的彼岸，掌声永远只属于那些不甘失败的人。

4、能力与品质。

一个孤立存在的个体，要学会与人沟通，待人友善，重视与他人接触，这样才能得到更大的进步。

5、自身的优势、不足与改进。

不足：遇事不够冷静，有时行事鲁莽，大大咧咧的。

改进：以后遇事之前要冷静思考，学会分析，制定一定的计划。

6、自我奋斗目标。

锻炼自己的组织，交际，领导能力，结交更多的朋友，学习更多的专业知识，拥有一份很好的工作，创造一个美好的未来!

二、职业期望及实现途径。

我希望能从事自己喜欢的工作，兴趣是最好的老师，我相信它能让我发挥出自己最大的优势，或许在这份喜悦来临之前，我还要经历更多的曲折，但是我不怕，人生哪有一帆风顺，在逆境中体验不一样的人生，那才是不平凡的人生。

在成功还没有到来之前，我会继续努力做好一切，不断地提升自我，让自己变得更强大，在平凡的生活中做一个不平凡的人。

三、自我总结。

人生就是记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受能接受的。人不会因为做过什么而后悔，更多的时候，是因为没做过什么而后悔，只要尝试了，即使失败，那也是一种经历。所以我要学会用自己的头脑从自己的经历中体验不一样的人生，收获不一样的精彩。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！