# 职业生涯规划心得体会(通用18篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-03-14

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。职业生涯规划心得体会篇一职业生涯规划是每个人都需要考虑...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**职业生涯规划心得体会篇一**

职业生涯规划是每个人都需要考虑的重要课题。对于学生来说，选择自己未来的职业方向，需要进行充分的思考和筹划，而职业生涯规划团辅是一种有效的方式。我最近参加了一次职业生涯规划团辅，以下是我的体验和感受。

第二段：对团辅的描述。

职业生涯规划团辅是一种集体讨论和交流的方式。在这个团辅中，我和一些同学共同分享了自己对未来职业的期望和计划，并互相提供了宝贵的建议和意见。同时，在团辅中，我们也接受了一些专业的指导和帮助。导师们通过职业测试、个人分析和行业研究来帮助人们对自己的职业规划进行深入的思考。

第三段：团辅的价值。

职业生涯规划团辅对我来说具有很高的价值。首先，通过团辅，我能够获取一些新的想法和认识，这些观点都能为我未来的职业规划提供启示和灵感。其次，通过团辅，我能够了解到行业的发展趋势和变化，这对我未来的职业发展会有极大的帮助。最重要的是，通过团辅，我能够认识到自己的优点和缺点，这会对我未来的职业选择产生深远的影响。

第四段：未来的规划。

参加职业生涯规划团辅后，我意识到自己还有很多需要努力和改进的地方。在未来，我将更加关注行业的发展，认真了解职业的前景和变化。同时，我也会注意自己的个人素质及职业技能的提高，为自己获取更好的职业机会做好必要的准备。

第五段：总结。

总的来看，职业生涯规划团辅是一种非常实用的工具，它能帮助我们更好地认识自己，规划自己的职业生涯，找到自己的优势和缺点，为未来的职业发展提供指引。我相信，通过这种有效的交流和合作方式，我们能够找到自己想要的职业，实现自己的理想和价值。

**职业生涯规划心得体会篇二**

近一段时间以来，学习职业生涯规划，了解了职业对个人存在有着重要的意义，职业成功是人生成功的重要标志，获得职业成功是我们的理想。在竞争日益激烈的时代，社会的竞争就是人才的竞争，人才的竞争最终取决于人才的职业素质的竞争。

随着经济的迅速发展，社会对劳动者的综合素质要求越来越高。这就要求求职者不仅应具备良好的思想政治素质和就业技能，而且应具备较强的职业意识和适应职业变化的能力，树立正确的职业理想和就业观，养成良好的职业道德和行为习惯。只有具备了这些素质，我们才能更好的立足工作，适应企业，实现自我的发展。

首先，要认识自我，我的职业兴趣是什么，我感兴趣的类型是什么，我有什么样的职业能力，我的性格是什么样的，适合什么样的工作。

其次，要跟上时代的发展，社会在向前，经济在发展，工作所需的职业能力也在变化。个人所拥有的资源就是自己，这种“资源”就是人的潜能，它是人生的宝藏。我们要做的是把自已的潜能发挥出来，不断的添加和更新新知识、新能力，适应企业的新要求。

让自已的能力和企业的发展相适应，让自已的进步和企业的发展同步。

**职业生涯规划心得体会篇三**

我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益非浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：

现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量;生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

在现代信息社会中，大学教师对社会改革的高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才;第二发展科学;第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

三

高等学校师资队伍的培养与提高是一项十分重要的工作，是关系到办好大学，提高教学质量的关键性问题。从一般的规律来看，世界在发展，社会在进步，要求大学的教学内容要不断更新和提高，才能适应社会的发展。现代世界科学技术日新月异，从我国社会主义现代化建设的需要出发，必须尽快培养与提高大学的师资队伍。就我国当前的特殊情况来看，大学的师资队伍面临“青黄不接”和“断层”的情况。因而培养与提高大学的师资队伍的任务更显得十分紧迫。

在高等学校同样要提倡尊师爱生。学生尊重老师，老师热爱学生。教师和学生在社会主义高等学校中是民主平等的师生关系，教师应教学民主，与学生共同讨论问题，教学相长，共勉共进。学生应当尊重老师的劳动，自觉遵守课堂纪律，倾听老师的讲授，积极思考，提出问题，讨论问题。做到积极的发送信息和接收信息，倾听和应答，使关系融洽。大学生与大学教师的交往不限于课堂上，课外也应当相互关心，积极交往。大学教师于课后，应抽出时间到学生当中去，辅导学生的学习，关心学生的学习、思想和生活;大学生应当带着问题，拜访教师，主动争取教师的指导和帮助。这种课外的交往，探讨的问题一般比较广泛，师生做到互相帮助，共同进步。但是，有的教师除了上课之外，很少深入到学生当中，有的学生除了听课，很少拜访教师，这无疑是一种损失。

短短的培训 ，对于一个高校教师来说远远不够。但是，我要在以后的工作中，在对学生的管理和教学中，我将学以致用，不断完善自我走向成熟，做一名合格的高校教师。

**职业生涯规划心得体会篇四**

第一段：导言（100字）。

职业生涯规划是未来工作生涯发展的指南，所以，在大学期间制定好自己的职业生涯规划至关重要。在本文中，我将分享我在职业生涯规划中学到的一些心得和体会，希望这些经验能够对正在寻求他们的职业规划的大学生有所帮助。

第二段：了解自己（300字）。

了解你自己是做好职业生涯规划的第一步。为此，我们需要清楚自己的优势和劣势，以及我们的兴趣和价值观。这些元素将帮助你了解自己的职业方向。我的建议是，你可以与家人、朋友、导师和职业发展顾问交流，以帮助你了解自己的能力和兴趣。此外，我建议学生们积极参加相关的实践项目和课外活动，以在专业领域中寻找自己的兴趣和优势。

第三段：推进职业发展（300字）。

成功的职业生涯规划不仅仅在于了解自己并找到自己的职业方向，还需要学生们不断地积累经验和学习新技能。为此，我建议学生们寻找实习机会和纪律上的课外活动，以提高自己的技能和扩展自己的社交圈。同时，经常参加行业相关的聚会，听取行业大佬的经验故事和建议，并和他们建立连接，以获得更多的职业机会。

第四段：持续进行自我发展（300字）。

生涯发展是一项持续的工作，需要持续不断地更新和完善自己的技能和知识，从而在不断变化的市场和职业环境中立于不败之地。为此，我建议学生们积极参加培训班、研讨会、研究小组和网络社区，以保持自己的竞争优势。此外，我还建议学生们独立思考，调整职业规划，保持自己的目标和价值观，并采取行动向这些目标迈进。

第五段：结论（200字）。

总之，好的职业生涯规划是未来成功的关键之一。了解自己、推进职业发展、持续进行自我发展是成就成功的重要步骤。在我的职业生涯中，我一直秉持着自我反思、探索自我、持续学习和行动追求的工作原则，帮助我保持了一个积极的职业生态系统。我希望我的经验能够对正在寻求职业规划的学生提供有用的帮助，帮助他们领导自己的职业生涯，推动自己向更高的目标迈进。

**职业生涯规划心得体会篇五**

随着我国经济社会的不断发展，职业选择的机会和压力也在不断增加，因此，高中阶段的职业生涯规划显得尤为重要。在高一这个阶段，我们不仅需要了解职业发展的现状和趋势，还需要深入思考自己的兴趣、优势和目标，从而有针对性地规划自己的职业生涯。下面，我将分享一下我的职业生涯规划心得体会。

第一段：了解职业发展的现状和趋势。

职业选择需要建立在对职业发展现状和趋势有充分了解的基础上。在高一这一年中，我们参加了多场招聘会，听了不少行业专家和企业代表的讲座，通过这些活动，我深刻地认识到，现代职场对人才的要求越来越高，只有具备广泛的知识、实践经验和综合能力，才能在激烈竞争中脱颖而出。

第二段：认识自我，发掘个人优势。

职业生涯规划是从自我认识开始的。通过填写职业测评表、参加职业咨询师的咨询、与同学交流等方式，我逐渐了解到自己的兴趣、价值观、性格特点、技能优势等自我信息，发掘出与自己优势相符的职业方向。

第三段：明确目标，规划路线。

职业生涯规划是一个持续的过程，要在短期和长期内制定目标和计划，并制订相应的行动方案。对于我个人而言，我既希望能成为一名优秀的职业管理人员，也希望有机会参与社会公益事业。因此，在高一这一年中，我朝着这两个方向，选择了相关的课程和实践项目，不断enrich自己。

第四段：实践锻炼，增强综合能力。

职业生涯规划不仅是纸上谈兵，更需要实践锻炼。在高中阶段中，我积极参加社会实践、校园活动，组织校园文化活动，担任志愿者等，不断锤炼自己的组织、沟通、领导能力，为将来的职业生涯打下坚实的基础。

第五段：不断学习，保持更新。

职业规划最后一个环节是不断学习，不断提升自己。在高一这一年中，我逐渐意识到职业发展是一个复杂多变的过程，要不断保持更新，关注行业动态和最新发展趋势。因此，我积极参加行业研讨会、订阅博客、阅读书籍、学习外语等，不断丰富自己的知识库。

高一职业生涯规划过程让我深刻认识到职业发展与个人发展是紧密相连的。了解现状、认识自己、明确目标、实践锻炼和持续学习是规划职业生涯的关键环节。当然，职业生涯规划也要因人而异，不能被固定的方向和路径所局限，要结合自己的兴趣、优势、市场需求和个人价值观多角度进行思考，从而找到适合自己的职业轨迹，开启自己的职业生涯。

**职业生涯规划心得体会篇六**

随着xx教育发展规划纲要的提出，对教师自身发展也是一个积极的挑战。积极构建终身教育体系，大力发展教育事业，提高教师专业化水平，已经成都市当今世界教育发展的主流。为保证教育改革规划纲要的顺利实施，特制定教师专业发展五年计划。

了解并认清自我是教师职业规划的首要步骤。认识自己很难，要清醒地认识自己，这是追求教师人格力量的前提。

1.优势

(1)忠于教育事业，热爱教育事业，尊重、信任、理解学生，相信每个学生都能成才。工作之余不忘充实自己，喜欢阅读与研究，包括理论知识和先进的教学理念。较容易接受新事物。勇于探索，能吃苦，有上进心。

(2)善于采集教学资源，能充分利用各方面的信息资料，丰富课堂教学，并能熟练的运用现代化的教学手段来辅助教学。

(3)能独立完成自己的本职工作，并能与有教学经验的教师保持频繁、有意义的支持性交流。

(4)考虑问题能从多角度去思考，周到细致且能集中注意力深入某个问题或观点，创新意识强。

(5)作为班主任，有较丰富的教育经验，对于班级管理有自己的思路与做法，能较好的培养学生的习惯，形成良好班风。

2、劣势

(1)对学生的了解还不够深入，这对我自身的教学经验的积累是不好的。

(2)在授课过程中，对教材外延度的把握不够，因而在课堂教学上不能那么得心应手，借鉴他人和外地教学经验不够。

(3)缺乏开拓创新的科研意识，教学科研能力有待提高。对于科研还是停留于表面，没有能够深入的实施，还走在科研型教师的起点上。

(4)常规管理工作缺乏相应的经验。至今为之，我班主任工作经历较少，因此对学生和班级的常规管理缺乏相关经验。

1.总体目标

教书育人，为人师表，加强师德修养;立足岗位，终身学习，提升专业素质;学以致用，转边教育教学方式，利用3—5年时间，成为研究型教师。

2.具体目标

(1)师德目标方面：教师职业作为一种以人育人的职业，对其劳动质量提出的要求是很高的、无止境的，所以，作为一名教师，我时刻告诫自己要追求卓越，崇尚一流，拒绝平庸，注重自身创新精神与实践能力、情感、态度与价值观的发展，使自己真正成长为不辱使命感、历史责任感的优秀教师，把自己的全部知识、才华和爱心奉献给学生、奉献给教育事业。我相信这也是每一个教师所追求的思想境界。

(2)学识目标方面：认真参加每一次的教研活动，主动向有经验、有先进教学理念的老师学习，多听同行的课，取他人之长，补自己之短。结合班级学生的实际情况，精心设计教案，备好每节课，课前做好充分准备，课后写好教学反思。课堂教学中，鼓励学生发现问题，质疑问难，使学生养成自主学习，独立思考习惯，指导学生开展研究性的学习活动。

(3)教育教学方面：以学生为本，充分体现课改的精神。使学生整个身心投入学习活动，去经历和体验知识形成的过程，在教学中去感受学习的乐趣，去体会学习的方法。新课改特别强调的一点是，就是学生学习方法的习得……要求学生联系自己的经验、体验、以及收集到的新的知识信息，开发学生的原始资源，把学生的想法、问题进行交流，达成新的知识资源，不断综合、完善新的知识体系。多向互动，通过师生之间、个体之间、小组之间的学习、交流使课堂气氛活跃、激发了学生的学习热情。

(4)教育科研方面：加强人文底蕴，增强人文精神，做有反思能力的研究型教师。每个学期都要及时积累个案，归纳资料，撰写有实效的专题论文。

1、专业水平的提高

(1)学习教育理论，在理性认识中丰富自我

认真阅读《课程标准》《教学用书》等有关资料，钻研新教材，新课标，研究教法，体会新课程的性质、价值、理念，提高自己的业务能力。每学期读一本教育专著，如《教师心理健康教育》等，及时作好笔记，写出自己的心得，丰富自己的文化素养。多看权威性的教育类期刊杂志，如《小学数学教师》、《中国教育报》等，了解更多著名教育专家、行家的观点，了解当前的教改动态，这些对今后的教育教学工作都具有指导意义。

(2)专业素质的提高，在汲纳中充实自我

坚持教学相长，获得自我发展。勤听平行班级老师的课，通过课堂听课，与授课者进行交流与沟通;勤质疑，勇于提出自己的问题或不同观点，在共同探索中达到共同进步;从中得到真切的感受，不断完善自我，促进个人专业知识的提升，让自己与新课程同成长。

(3)加强提高班主任的班级管理能力。

创造和谐健康的人际环境，增强班集体的凝聚力;创造积极健康的舆论环境，增强抵制不良信息影响的能力;提高选拔、培养班干部的能力;提高组织班级活动的能力;增强培养学生合作精神的能力;培养学生良好的习惯，着眼于学生的长远发展。

2、日常教学常规的扎实与提升

精心备课，探索趣味性作业，创新性作业。上课有教案、不迟到、不提早下课、不拖堂、不挖苦讽刺学生等;尤其要多关注潜能生，切实促进潜能生各方面能力的提高。

3、善于思考，在实践中探求、感悟

学会思考教育问题，积极把先进的教育理念转化为教师的行为等，从反思中提升教学研究水平。每节课后，把自己在教学实践中发现的问题和有价值的东西记下来，享受成功，弥补不足。在总结经验中完善自我。坚持用脑子工作，力争做到：反思昨天——在反思中扬长;审视今天——在审视中甄别;前瞻明天——在前瞻中创新。时刻把工作与思考相结合，在思考中工作，在工作中思考，创造性地开展工作。

4、勤于思考，提升教育教学研究能力

教师参与研究是提高教师自身素质、促进教师专业发展的一条有效途径。在研究中，教师可以将理论与实践有机结合，更好理解课堂和改善教育实践，不断扩展自己的专业知识和能力。

(2)通过撰写论文，把自己的专题研究从实践层面提升至理论层面。不断提高论文质量，争取每学期在市级刊物有论文获奖。

5、利用信息技术手段辅助教学

(1)现代信息技能的运用是提高课堂教学的主渠道，是每个个现代教师所必须掌握的。在今后的五年发展中，能熟练使用多媒体形式表达信息、进行交流、创造性的使用信息的能力，从而达到利用信息实现自我更新的能力。

(2)充分利用网络优势，继续建设好个人博客，学习教育教学方面的新思想，掌握新方式，运用新理论，提高教学效果。

我相信一句话：用心去做，没有做不好的事。我想，只要自己用心，因不足而学习，因困惑而探索，我可以一步一个台阶，留下一行美丽的足印。

**职业生涯规划心得体会篇七**

近一段时间以来，学习职业生涯规划，了解了职业对个人存在有着重要的意义，职业成功是人生成功的重要标志，获得职业成功是我们的理想。在竞争日益激烈的时代，社会的竞争就是人才的竞争，人才的竞争最终取决于人才的职业素质的竞争。

随着经济的迅速发展，社会对劳动者的综合素质要求越来越高。这就要求求职者不仅应具备良好的思想政治素质和就业技能，而且应具备较强的\'职业意识和适应职业变化的能力，树立正确的职业理想和就业观，养成良好的职业道德和行为习惯。只有具备了这些素质，我们才能更好的立足工作，适应企业，实现自我的发展。

首先，要认识自我，我的职业兴趣是什么，我感兴趣的类型是什么，我有什么样的职业能力，我的性格是什么样的，适合什么样的工作。

其次，要跟上时代的发展，社会在向前，经济在发展，工作所需的职业能力也在变化。个人所拥有的资源就是自己，这种“资源”就是人的潜能，它是人生的宝藏。我们要做的是把自已的潜能发挥出来，不断的添加和更新新知识、新能力，适应企业的新要求。

让自已的能力和企业的发展相适应，让自已的进步和企业的发展同步。这是学习。

**职业生涯规划心得体会篇八**

通过学习职业生涯规划受益匪浅，正如老师说的：是一项双赢的举措，于企业于个人都是有好处的，但对于个人来说职业生涯规划是收益一辈子的。通过职业生涯规划重新认识自身的价值并使其增值。通过自我评估，知道自己的优缺点，然后通过反思和学习，不断完善自己使个人价值增值。

一、职业生涯规划可以分析自我，提供人生的方向，确立奋斗的目标。一份行之有效的职业生涯规划将会引导正确认识自身的个性特质、现有与潜在的优势，帮助重新对自己的价值进行定位并使其持续增值;引导对自己的综合优势与劣势进行对比分析;树立明确的职业发展目标与理想;学会如何运用科学的方法采取可行的步骤与措施，不断增强自身的职业竞争力，实现自己的职业目标与理想。

二、职业生涯规划有助于鞭策自己努力工作。对许多人来说，制定和实现规划就像一场比赛，随着时间推移，你一步一步地实现规划，这时你的思维方式和工作方法又会渐渐改变。有一点很重要，你的规划必须是具体的，可以实现的。正如老师所讲到的，影响职业生涯规划的因素有很多，所以我们要对自己的职业生涯规划不断地进行修正与评估，以适应职业发展的需要。

三、职业生涯规划有助于自己抓住重点。通过职业生涯规划，能使我们紧紧抓住工作的重点，增加我们成功的可能性。

四、职业生涯规划有助于评估目前工作成绩。职业生涯规划的一个重要功能是提供了自我评估的重要手段，可以根据规划的进展情况评价目前取得的成绩，在中出现的错误及时作出更正。职业生涯规划的评估与反馈过程是个人对自己的不断认识过程，也是对社会的不断认识过程，是使职业生涯规划更加有效的有力手段。

五、职业生涯规划可以增强发展的目的\'性与计划性，提升成功的机会。职业生涯发展要有计划、有目的，可执行，不可盲目地撞大运，很多时候我们的职业生涯受挫就是由于生涯规划没有做好。机会偏爱有准备的人，你做好了职业生涯规划，为未来的职业做出了准备，当然比没有做准备的人机会更多。

职业生涯设计的目的决不只是协助个人按照自己资历条件找一份工作，达到和实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己订下奋斗目标，筹划未来，拟订人生的方向，进一步详细估量内、外环境的优势和限制，在衡外情，量己力的情形下设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

**职业生涯规划心得体会篇九**

通过这次的访谈，我了解了许多大学生所面临的选择与彷徨，在严峻的就业压力形势下，部分毕业生选择了读研，继续深造自己，也有的选择了就业，但我个人觉得这要视每个人的性格，兴趣，价值取向而定，无论哪种选择，最好是最适合自己的选择。

目前对大学生来说由于连年的扩招带来的毕业生人数急剧增加，政府机构改革、人员分流，国企深化体制改革、精兵简政，私企就业岗位少，全球性经济危机又雪上加霜，大学生就业仍然存在很大困难。所以有很大一部分的学生都转向考研，引起新一轮的“考研热”。也就是说现在的研究生情势也不乐观。因此只有脱颖而出的人才会有更好的优势考研进而就业。这也是组多大学生需要认清需要面对的现实问题。

对我个人而言，读研以后也不一定能找到一份好的工作，不一定能缓减就业压力，高学位并不等于高职位、高薪水。其实就业难不难，主要看个人能力与内心期望值之间的差距，综合素质很强，到哪里都是抢手货;但如果是眼高手低的话，现实与期望落差会很大，高不成，低不就的，自然很难找到工作。所以，给自己一个合理客观的分析，定位，是很重要的，克服浮躁情绪，踏下心来才能更好，更快的融入社会。

这次访谈的结果真的印证了老师在上课时所讲授的内容，可以称之为实用知识。这种实用知识相当于哲学上的理论知识。首先，一个人应当对自己的职业有个大致的规划，而不是毫无目标。只有这样确定了方向，我们才能更好的朝着目标努力。其次，影响人们选择职业的方面真的是多方面的，正如老师上课让我们选择的：待遇，福利，工作环境，发展前景，个人兴趣爱好。而我们需要根据自己的需求不同选择自己的职业。其实，我个人觉得，个人的兴趣爱好还是很重要的。试想，如果邵秀英对考研完全不感兴趣，那她又怎么会在丰富多彩的大学里，当周围的人都去忙于社团、交际、娱乐活动等时，而她却一直默默地学习，对考研矢志不渝呢。只有有了兴趣爱好，才后有动力，有进步，才会像邵秀英同学一样取得那么多的成绩，进而有更大的发展空间。最后，我觉得人应该认清自己，认清自己包括很多，比如明白自己的优势、劣势;知道哪些对于自己来说是机遇，哪些是威胁;更要明摆自己的方向所在。只有这样，我们才能抓住机会，勇往直前，达到我们自己想要的目标。而在我们确定了自己的目标后，就应该逐步向目标奋进了。应该有目的性的，一步一步向前走。明白将来那个工作所要求的是什么，我们需要具备怎样的知识、技能、素质。如果自己还有所欠缺，就应该抓紧时间做功课了。只有让自己足够配得上那份工作，我们才有十足的把握赢得那份工作。

然而，理论最终是要付诸到实践中去的。我们不能只靠理论生存。在现实中进行访谈是有根据性，有目的性的，跟自己所学的专业有很强的挂钩性，这样我们可以有针对性的去考察实际情况，比如借鉴他人的学习模式如何来提高自己的学习效率，增加也他人的交流，不闭门造车，打开我们的视野，多与实际接轨，这样才能更加提高我们自身的修养。

而课堂上所讲的毕竟不是我们的实际经验，所以不能完全依赖课堂。我们要把课堂的理论与实践更好地结合起来。当然，人的实践活动需要理论来指明方向。但是也不能唯理论是从，应以理论为指导，以实践检验理论。在这次访谈中，我了解到一个人的知识和技能不再是决定职业发展中达到的高度的唯一因素。就算我将来考取了研究生，有了高学历，获取了更丰富的知识，到头来我还得回归到社会实践中去，通过实践来检验我的实力。所以真正决定一个人能否成功的，是个人品质和能力。这是课程教授中所没有提到的。其实，现实访谈结果与课程讲授内容的差异性是我所预想到的，社会在发展，时代在进步，理论知识有时候有一定的滞后性，需要在实践中发现。这就更要求我们在掌握好专业知识的前提下，将理论应用于实践，理论与实践相结合更高效的做好本职工作。

一次简短的访谈到这就结束了，首先感谢我朋友能在百忙的学习中抽出时间接受我这个人物访谈，通过这个访谈我受益匪浅，以下是我的感受也收获。

想当初刚步入大学时，一心想着四年后一定会有一个属于自己的职场天下的，到时候就尽自己最大能力去实现自己的职业价值，并抱着这个信念努力着。那会儿的确很单纯，很天真，空有一腔热血并踌躇满志。等大学上到现在心绪开始慢慢沉淀，也开始认认真真的替自己的未来考虑了。那些不着边际的理想、空想也从我身上蒸发。我们所关心的不再是乌托邦，而是现实的世界。大学，一个从理想世界到残酷社会的跳板，让我们有幸生在理想之中，又可以目睹社会现实的残酷的一面。我想，对我们这群没有见过世面，整天呆在校园里的莘莘学子来说，就业是一个不能再遥远的话题。但是，我觉得，我们就更应该好好考虑就业这个问题，那样才不会被将来的就业打个措手不及。

**职业生涯规划心得体会篇十**

本文目录。

我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的。

谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益非浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量;生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

在现代信息社会中，大学教师对社会改革的高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才;第二发展科学;第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

从事教学工作的大学教师还必须参加一定的科研工作，通过科学研究，不断提高自己的学术水平。科研的成果可丰富教学的内容，促进教学质量的提高。有的科研课题，教师可以组织学生参加，通过科研活动来培养学生的研究能力和动手操作能力。可见，教学与科学研究工作是相互促进的，对于专任科研工作的教师也应提倡兼做教学工作。这样有利于培养高级专门人才。

为社会服务是现代高等学校不可忽视的职能。现代的大学与社会的经济发展、科学技术的发展联系越来越紧密。科学技术是第一生产力。国家许多高科技研究在大学里进行。许多新的科技开发来自大学，然后转到生产部门进行生产。高等学校为社会服务的职能主要也是通过教师的工作实现的。

大学教师直接为社会服务，有利于深入了解实际、了解社会、了解国情，理论联系实际，增强解决问题的本领，从而能够更好地提高教学与科研的水平，提高教学质量。大学教师这三个任务，只要安排得当，必能起到互相促进的作用。

大学教师是培养高级专门人才的人才，因而对大学教师的素质，包括思想政治、道德品质、专业知识、科研能力，应有较高的要求。

高等学校的教师必须热爱祖国，热爱党，热爱社会主义，拥护党的基本路线，坚持四项基本原则。树立科学的世界观和方法论，在教学过程中能自觉运用马列主义的立场、观点、方法分析问题和解决问题，引导大学生正确认识世界。因为学校的教学内容和方向，只能靠教师来掌握。所以，必须要求教师有正确的政治方向。

要有事业心。有事业心才有动力，不论碰到什么困难，始终站在教学第一线，全面贯彻党的教育方针，坚持为办好社会主义的大学而奉献毕生的力量。

教师对学生要充满友爱的情感，要全面关心大学生，要对大学生进行全面的指导。要真正做到教书育人，没有爱心是不可能做到的。

教师必须精通自己所教的专业或学科，结合科研或者注意搜集本专业本学科的新成果，了解其发展趋势。认真备课，经常修改讲义，精益求精。多数教师是在职进修，结合科研和社会服务来提高教学质量，有条件时可脱产进修，不断提高教学的水平。

在高等学校里，不论是培养人才或科学研究，都要靠许多教师的共同努力才能完成。因此，大学教师团结协作，形成合力十分重要。在教学方面，互相通气，避免重复疏漏，互相学习，取长补短，共同提高是不容忽视的。在科学研究方面，现代科学技术的发明创造，往往需要多种学科协作，仅靠个人的力量，许多课题是很难完成的。必须组织许多校内教师，甚至校外专家，能力合作，才能完成。社会服务方面也一样，有许多项目也要靠集体的力量才能完成。因此，大学教师必须具备团结协作的精神。

这里，要特别强调教师的职业道德，即师德问题。教师工作对象是正在成长的青年学生，教师的一言一行，都会对学生起潜移默化的作用，必须有“诲人不倦”的精神，起“为人师表”的榜样，才能做到“教书育人”。

高等学校的三个职能确定了大学教师的三方面的工作任务，形成高等学校教师的工作特点：传授高深的文化科学知识和技能，经常注意本专业本学科最新成就与发展趋势，把教学、科研与社会服务结合起来，不断提高教学质量和科学研究水平以及社会服务效果，以较高的学术水平影响学生，并在促进社会进步方面起良好的作用。因此，作为一名大学教师必须兢兢业业地进行艰苦的脑力劳动，除了精通专业之外，还要求有比较广博的知识。这是需要长年累月地刻苦钻研的。教师必须具有“学而不厌”的精神。大学教师工作的特点，还表现在他们治学严谨，严以律己，既要为人师表，又要善于做大学生的知心朋友。大学教师要参与社会上各种学术团体的活动，进行学术交流工作，吸取新的科学信息，不断提高学术水平。因此，大学教师的工作不是封闭的，而是具有开放的特点。

高等学校师资队伍的培养与提高是一项十分重要的工作，是关系到办好大学，提高教学质量的关键性问题。从一般的规律来看，世界在发展，社会在进步，要求大学的教学内容要不断更新和提高，才能适应社会的发展。现代世界科学技术日新月异，从我国社会主义现代化建设的需要出发，必须尽快培养与提高大学的师资队伍。就我国当前的特殊情况来看，大学的师资队伍面临“青黄不接”和“断层”的情况。因而培养与提高大学的师资队伍的任务更显得十分紧迫。

在高等学校同样要提倡尊师爱生。学生尊重老师，老师热爱学生。教师和学生在社会主义高等学校中是民主平等的师生关系，教师应教学民主，与学生共同讨论问题，教学相长，共勉共进。学生应当尊重老师的劳动，自觉遵守课堂纪律，倾听老师的讲授，积极思考，提出问题，讨论问题。做到积极的发送信息和接收信息，倾听和应答，使关系融洽。大学生与大学教师的交往不限于课堂上，课外也应当相互关心，积极交往。大学教师于课后，应抽出时间到学生当中去，辅导学生的学习，关心学生的学习、思想和生活;大学生应当带着问题，拜访教师，主动争取教师的指导和帮助。这种课外的交往，探讨的问题一般比较广泛，师生做到互相帮助，共同进步。但是，有的教师除了上课之外，很少深入到学生当中，有的学生除了听课，很少拜访教师，这无疑是一种损失。

短短的培训，对于一个高校教师来说远远不够。但是，我要在以后的工作中，在对学生的管理和教学中，我将学以致用，不断完善自我走向成熟，做一名合格的高校教师。

返回目录。

暑假期间我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益非浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

一、大学教师的地位与作用。

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：其一，大学教师的基本任务是培养高级专门人才，而高级专门人才在科学技术和社会的发展中起骨干的作用。现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量；生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

其二，大学教师，既是文化科学的传递者，又是文化科学的创造者。历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

其三，大学教师，既是教育工作者，又是社会活动家，以其专家、学者的身分，对科学、文化、经济、政治的远见卓识，参与社会活动，直接为社会服务。在现代信息社会中，大学教师对社会改革的高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

二、大学教师的任务。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才；第二发展科学；第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

从事教学工作的大学教师还必须参加一定的科研工作，通过科学研究，不断提高自己的学术水平。科研的成果可丰富教学的内容，促进教学质量的提高。有的科研课题，教师可以组织学生参加，通过科研活动来培养学生的研究能力和动手操作能力。可见，教学与科学研究工作是相互促进的，对于专任科研工作的教师也应提倡兼做教学工作。这样有利于培养高级专门人才。

为社会服务是现代高等学校不可忽视的职能。现代的大学与社会的经济发展、科学技术的发展联系越来越紧密。科学技术是第一生产力。国家许多高科技研究在大学里进行。许多新的科技开发来自大学，然后转到生产部门进行生产。高等学校为社会服务的职能主要也是通过教师的工作实现的。

大学教师直接为社会服务，有利于深入了解实际、了解社会、了解国情，理论联系实际，增强解决问题的本领，从而能够更好地提高教学与科研的水平，提高教学质量。大学教师这三个任务，只要安排得当，必能起到互相促进的作用。

三、对大学教师的基本要求。

大学教师是培养高级专门人才的人才，因而对大学教师的素质，包括思想政治、道德品质、专业知识、科研能力，应有较高的要求。

（一）要有正确的政治方向。

高等学校的教师必须热爱祖国，热爱党，热爱社会主义，拥护党的基本路线，坚持四项基本原则。树立科学的世界观和方法论，在教学过程中能自觉运用马列主义的立场、观点、方法分析问题和解决问题，引导大学生正确认识世界。因为学校的教学内容和方向，只能靠教师来掌握。所以，必须要求教师有正确的政治方向。

（二）要忠诚于社会主义的教育事业。

要有事业心。有事业心才有动力，不论碰到什么困难，始终站在教学第一线，全面贯彻党的教育方针，坚持为办好社会主义的大学而奉献毕生的力量。

（三）要热爱学生。

教师对学生要充满友爱的情感，要全面关心大学生，要对大学生进行全面的指导。要真正做到教书育人，没有爱心是不可能做到的。

（四）对自己所教的专业或学科，要精益求精。

教师必须精通自己所教的专业或学科，结合科研或者注意搜集本专业本学科的新成果，了解其发展趋势。认真备课，经常修改讲义，精益求精。多数教师是在职进修，结合科研和社会服务来提高教学质量，有条件时可脱产进修，不断提高教学的水平。

（五）要团结协作。

在高等学校里，不论是培养人才或科学研究，都要靠许多教师的共同努力才能完成。因此，大学教师团结协作，形成合力十分重要。在教学方面，互相通气，避免重复疏漏，互相学习，取长补短，共同提高是不容忽视的。在科学研究方面，现代科学技术的发明创造，往往需要多种学科协作，仅靠个人的力量，许多课题是很难完成的。必须组织许多校内教师，甚至校外专家，能力合作，才能完成。社会服务方面也一样，有许多项目也要靠集体的力量才能完成。因此，大学教师必须具备团结协作的精神。

这里，要特别强调教师的职业道德，即师德问题。教师工作对象是正在成长的青年学生，教师的一言一行，都会对学生起潜移默化的作用，必须有“诲人不倦”的精神，起“为人师表”的榜样，才能做到“教书育人”。

三、

大学教师工作的特点、职责和修养。

（一）大学教师工作的特点。

高等学校的三个职能确定了大学教师的三方面的工作任务，形成高等学校教师的工作特点：传授高深的文化科学知识和技能，经常注意本专业本学科最新成就与发展趋势，把教学、科研与社会服务结合起来，不断提高教学质量和科学研究水平以及社会服务效果，以较高的学术水平影响学生，并在促进社会进步方面起良好的作用。因此，作为一名大学教师必须兢兢业业地进行艰苦的脑力劳动，除了精通专业之外，还要求有比较广博的知识。这是需要长年累月地刻苦钻研的。教师必须具有“学而不厌”的精神。大学教师工作的特点，还表现在他们治学严谨，严以律己，既要为人师表，又要善于做大学生的知心朋友。大学教师要参与社会上各种学术团体的活动，进行学术交流工作，吸取新的科学信息，不断提高学术水平。因此，大学教师的工作不是封闭的，而是具有开放的特点。

五、大学教师的培养与提高。

高等学校师资队伍的培养与提高是一项十分重要的工作，是关系到办好大学，提高教学质量的关键性问题。从一般的规律来看，世界在发展，社会在进步，要求大学的教学内容要不断更新和提高，才能适应社会的发展。现代世界科学技术日新月异，从我国社会主义现代化建设的需要出发，必须尽快培养与提高大学的师资队伍。就我国当前的特殊情况来看，大学的师资队伍面临“青黄不接”和“断层”的情况。因而培养与提高大学的师资队伍的任务更显得十分紧迫。

六、大学教师与大学生的关系。

在高等学校同样要提倡尊师爱生。学生尊重老师，老师热爱学生。教师和学生在社会主义高等学校中是民主平等的师生关系，教师应教学民主，与学生共同讨论问题，教学相长，共勉共进。学生应当尊重老师的劳动，自觉遵守课堂纪律，倾听老师的讲授，积极思考，提出问题，讨论问题。做到积极的发送信息和接收信息，倾听和应答，使关系融洽。大学生与大学教师的交往不限于课堂上，课外也应当相互关心，积极交往。大学教师于课后，应抽出时间到学生当中去，辅导学生的学习，关心学生的学习、思想和生活；大学生应当带着问题，拜访教师，主动争取教师的指导和帮助。这种课外的交往，探讨的问题一般比较广泛，师生做到互相帮助，共同进步。但是，有的教师除了上课之外，很少深入到学生当中，有的学生除了听课，很少拜访教师，这无疑是一种损失。

短短的培训，对于一个高校教师来说远远不够。但是，我要在以后的工作中，在对学生的管理和教学中，我将学以致用，不断完善自我走向成熟，做一名合格的高校教师。

。

**职业生涯规划心得体会篇十一**

职业规划是指个人结合自身情况以及眼前的制约因素,为自己实现职业目标而确定的行动方向、行动时间和行动方案;下面是有个人职业生涯规划。

欢迎参阅。

暑假期间我参加了xx省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了xx教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益非浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

一、大学教师的地位与作用。

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

其二，大学教师，既是文化科学的传递者，又是文化科学的创造者。历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

其三，大学教师，既是教育工作者，又是社会活动家，以其专家、学者的身分，对科学、文化、经济、政治的远见卓识，参与社会活动，直接为社会服务。在现代信息社会中，大学教师对社会改革的高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

二、大学教师的任务。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才;第二发展科学;第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

曾经追着彩云的梦，伴随青春的脚步，我们义无反顾。十二年的期盼，十二年的寒窗，十二年的笃行，使我们收获许许!终于踏进了那个梦寐以寻的，常为之茶不思，饭不想的大门，此时我欣然!我离家千里，继续踏上求学的征程，我谂知我的肩不轻!大学是美好的，也是辛苦的。首先摆在面前的是对我职业生涯的规划，我有我的想法。我常常自问，我的一生到底在追寻什么，我想要什么，怎么做。每次思考都无功而返，总是陷入自我的妄自菲薄，也常常感觉到惶恐和无助。进入大学之后，这样的思考便显得浅薄。

转眼之间大二生活也只剩下短短的一个多月，我也即将走到生命中的第二十二个年头，看当今世界，数码、网络发展日新月异，知识经济迅猛增长源源不断，人才竞争日趋激烈，年轻的一代凭借自己的一技之长在社会大潮中奋力打拼，我不由考虑起自己的前程：在机遇与挑战面前，作为一个地理信息系统的大学生，我将如何面对，我究竟能扮演一个什么样的角色呢?在此，我们学校为了解除我们的困惑，让我们用职业规划来定位自己的目标。在做规划之前我很认真的询问了自己的同学和好友，先请他们对我们的性格做了些评价，以人为镜嘛~~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。一室不扫，何以扫天下。只有从小处做起，任劳任怨，才能换来最后的笑容。这样的道理也许人人都懂，未来不是梦，她掌握在自己的手中。但是，回忆自己走过的岁月，我不禁自惭形秽。自从上小学，我就是在老师家长的监督之下一步步学习，这样一直走过了十二个年头，如今上了大学，学习的自觉性全来自自己，我大惰性于是暴露无遗。平日里总有些倦怠、懒散，学习、做事精力不够集中，效率不高，态度也不够专注。倘若不及时改正，这很可能会导致我最终庸碌无为，导致一生的遗憾。想到这里这些不由得让我不大吃一惊。不过还好，现在正是人生的黄金时代，我还有改进的机会。工欲善其事必先利其器，欲行千里，先立其志，否则，漫无目的浑浑噩噩的得过且过，岂不延误时机，浪费年华。于是我把自己今后六年的目标及计划大致规划一下，以便时时鞭策我在变幻莫测的人生旅途中稳健前进。

通过写职业生涯规划，我意识到这确实是一个必须要写的东西。首先，人在江湖，有些规矩是必须要遵守的，如果不去写职业生涯规划，那就是不做作业。在大学课堂，不做作业跟偷税漏税有着一样的下场——当你偷偷漏到一定程度时或者一次性漏了很多，其结果必然是被和谐掉，直接表现在，你会被挂科。作为一个学生，而且是一个不坏的学生，这是不能够容忍的。其次，职业生涯规划的确能够帮助我更多的进步，确定一个又一个的小目标，最终去实现我的大目标，我的梦想。它能够帮助我并且时时刻刻提醒我去努力。

白驹过隙，人的一生是很短暂的。在这短暂的一生中，我可能会错过很多。如果没有职业生涯规划，当我意识到自己已经过了这个年纪的时候，会否觉得自己曾经遗失或者遗憾于是，职业生涯规划就显得尤其重要。

制定职业规划固然是好的，但更重要的是要付诸于行动和坚持不懈地进行下去。无论眼底闪过多少美丽憧憬，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼博、奋斗。任何目标，只说不做都只是竹篮打水一场空。然而现实社会不是编好的程序，而是未知多变的，制定的目标可能会受到各方面的影响，这一点，我应当有充分的心理准备。因此，在遇到突发因素和不良影响时，应当保持头脑的清醒冷静，从而做出正确的分析，果断拿出对应方案，以至于尽量和既定方案接轨。

虽然这些的内容每个学子都希望自己的职业生涯能够前程似锦，有人说成功属于有准备的人，有人说成功属于勤奋的人，而我觉得成功是属于有准备的奋斗者，我决心以这份设计书的作为我的准备，在大家的监督下努力拼搏，走出一个无悔的人生!俗话说的好:一年之计在于春,一日之计在于晨。计划总是赶不上变化。以上只是我实现职业目标在大学期间的准备(目标)，一旦踏上工作岗位，我将会结合面临的各种环境作出进一步的规划。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，我相信，只要坚持心中的信念，每一个人都能实现自己的职业目标。

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，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!

前言：人生本没有意义，每个人都要给自己规定一个人生的意义，我要思考的结果是：我用我的生命去做我热爱的事情，它不仅让我快乐，而且对人类有帮助。在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的重要利器。对企业而言，若何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段;而对每个人而言。职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和生命的浪费，作为当代青年，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地?因此，我们要为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好设计一下。有了目标，才会有动力。

光阴荏苒，日月如梭，岁月涟漪，木雕流金......

通过职业生涯规划，我学到了许多，也懂得了许多，还记得刚刚参加工作时我是多么的幼稚与可爱，还沉浸在大学的美好岁月中，转眼间我们便开始了职业生涯规划，是我深刻的认识到，进入三友工作是我们树立人生志向，扬起理想风范的关键一步，是进行职业发展准备的重要阶段。在这样一个较高的职业发展乃至人生发展平台上，我们应正确把握当前工作形势与趋势，深入理解社会对人才的需求，主动参与职业发展的学习与实践活动，充分认识大学学业、生活与未来职业发展的关系，树立科学的事业观，以谋求在职业和就业中，找到发展自己事业的支撑点，为自己精彩的职业生涯铸就坚实基础。

岁月轮回，我该如何面对，我究竟要怎样面对职业生涯规划的学习，我的内心深处收到了强烈的震撼，无论是从思想、知识还是工作方面都受益匪浅。首先，对职业的理解与对职业的目标，我都是从一种模糊状态达到一种茅塞顿开的状态。再次，我想说得的是，如果想把职业当成是事业去发展，责任使命是动力源泉，一个没有责任感的人，是不可能有事业心的，没有事业心就没有事业的发展。

机会给予时刻准备着的人，因此，我们要时刻准备着，来面对新的给予，勇于挑战，敢于创新，请相信我，天道酬勤，上天不会辜负努力的人。同时，我们要有团队协作精神，一个团队，他如果有高度的凝聚力，有生活的活力，将带动个人实现自我价值。因为要实现自我价值，光靠个人的摸爬滚打是远远不够的，还需要依靠他人、集体、乃至整个社会的帮助，团结进取，共同进步。

成功的人生需要正确的规划，合理规划自己的职业生涯，是每一个人迈向成功人生的第一步。

在职业发展的道路上，重要的不是你现在所处的位置，而是你迈出下一步的方向。

细节决定成败!

态度决定一切!

职业决定人生!

相信我们会在未来的就业选择和职业发展道路上披荆斩棘，勇往直前，实现自己的人生价值。只有不断的努力奋斗、积累经验，给自己的人生做个完整的规划，才能去获得成功，赢得自己想要的人生。

。

**职业生涯规划心得体会篇十二**

暑假期间我参加了xx省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了xx教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益匪浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：其一，大学教师的基本任务是培养高级专门人才，而高级专门人才在科学技术和社会的发展中起骨干的作用。现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量；生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

其二，大学教师，既是文化科学的传递者，又是文化科学的创造者。历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

其三，大学教师，既是教育工作者，又是社会活动家，以其专家、学者的身分，对科学、文化、经济、政治的远见卓识，参与社会活动，直接为社会服务。在现代信息社会中，大学教师对社会改革的`高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才；第二发展科学；第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

从事教学工作的大学教师还必须参加一定的科研工作，通过科学研究，不断提高自己的学术水平。科研的成果可丰富教学的内容，促进教学质量的提高。有的科研课题，教师可以组织学生参加，通过科研活动来培养学生的研究能力和动手操作能力。可见，教学与科学研究工作是相互促进的，对于专任科研工作的教师也应提倡兼做教学工作。这样有利于培养高级专门人才。

为社会服务是现代高等学校不可忽视的职能。现代的大学与社会的经济发展、科学技术的发展联系越来越紧密。科学技术是第一生产力。国家许多高科技研究在大学里进行。许多新的科技开发来自大学，然后转到生产部门进行生产。高等学校为社会服务的职能主要也是通过教师的工作实现的。

大学教师直接为社会服务，有利于深入了解实际、了解社会、了解国情，理论联系实际，增强解决问题的本领，从而能够更好地提高教学与科研的水平，提高教学质量。大学教师这三个任务，只要安排得当，必能起到互相促进的作用。

文档为doc格式。

。

**职业生涯规划心得体会篇十三**

职业生涯规划是个人职业生涯开始的第一步，与个人职业发展息息相关，本学期我有幸聆听了前程无忧论坛组织的一场职业生涯规划讲座，对自己的人生有了新的思考好领悟，让我有种豁然开朗的感觉，对我以后的学习生活，都有很大的帮助。下面谈谈我的一点心得体会。

职业生涯规划，是指个人与组织相结合，在对一个人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，确定其最佳的奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。古人云，凡事“预则立，不预则废”好的开始就等于成功了一半。

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。

职业生涯活动是将伴随每一位就业者甚至是每一个人的大半生，要想能适应现今社会的需要，要想在一生中实现自我人生价值的最大化，要想在实践中达到成功的彼岸，认清职业生涯规划的意义，明晰目标是撬起成功人生的支点。因此，确立科学的职业生涯目标，是职业生涯开发的重要内容之一，职业生涯开发是人生事业获得成功的一种有效方法。但是目标的确立，有个幅度问题，幅度太宽，就难以实现，要将目标细化到能够轻易实现和达成，聚焦于一点。在当今时代，职业生涯开发不仅对人生目标的实现有重要作用，而且对一个人的职业稳定性更为重要。

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。

在听本次讲座前，我对职业生涯的理解就是一个人的工作的经历。现在才对职业生涯有了个新的认识。职业生涯，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。一般可以认为，职业生涯开始于工作前的职业学习和培训，终止于退休。我觉得，一个人的职业生涯，跟他个人的职业生涯规划有着密切关系。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。本次讲座给出了一个职业规划的大纲，职业生涯规划的实现，首先要给自己做一个职业生涯坐标；然后，要进行职业方向和总体目标的设定；最后要进行社会环境和职业环境的分析生涯设计。

工作多年以来，其实很多时候都是顺势而为，并没有认真思考过自己适合做什么，需要做什么，想要做什么。不过多年的工作经历也给了我一定的经验，从现在开始思考自己的职业生涯规划还为时不晚。进行职业生涯规划一定要先了解自己。了解自己，可以自我感知，也可以通过前人积累的方法来测试，毕竟人的感觉是这个世界上最不靠谱的东西，通过一定的科学方法检测出的。比如通过霍兰德职业兴趣测试了解自己的兴趣，就比我们自己感觉要可靠的多。今天我们可能感觉自己喜欢唱歌，过一段时间又可能感觉自己喜欢表演。虽然这两个兴趣并不矛盾，但是如果太多这样的兴趣，就会让人无所适从，就会觉得做这个也行，做那个也行；或者做这个不合适，做那个也不合适。对于我个人来说，首先要规划的是我的时间，人都是有惰性的，没有明确的目标和计划，就容易脚踩西瓜皮，滑到哪里是哪里，今天的事情推给明天做，我也经常如此。我觉得这是我第一个需要改进的地方，也是我必须改进的地方，在一个没有时间观念的情况下，很多事情都是做不好的，所以，要把自己的学习、工作、生活时间安排好。再来就是要有自己的目标，确立好自己的目标，有助于自己的学习，制定好自己的短期、中期、长期目标，把自己武装起来，让自己的生活充实起来。通过这次职业规划讲座，也让我知道了，我自己的职业性格。通过霍兰德职业兴趣测试，我是属于实用性的，我也一直坚持从实际出发，实事求是，我相信，那样我的职业路上会走的更远，更高。心态决定成败，想要有一个好的职业生涯，首先必须摆正自己的心态、明确自己的定位、避免不必要的挣扎。路不一定要规规矩矩、死板地走下去。人不能活在没有梦想的世界，尤其是年轻人。人生短暂，青春更是稍纵即逝。但是光会做梦是不行的，光想不做，梦永远是梦，想象永远都只是“空想”。

在认识自己的基础之上，还要重新认识社会，认识社会分工。有人认为社会是简单美好的，有人则觉得社会上很复杂很乱。这些固有的意识阻碍了我们对真实社会的认识。真实社会有庞大复杂而又具体的分工，而许多分工只有它们的从事者才知道具体做什么工作。因此，我们切不可望文生义，凭空揣测某种分工做什么工作。这样，当我们去进入这个分工后，发现完全不是自己原先想的那样，那就后悔莫及了。因此，在我们打算从事某个行业之前，我们一定要通过各种可以利用的渠道去了解这行业的具体情况。第三个感受是只有工作和兴趣有一定的耦合度，才能工作得快乐，而能力是可以培养的。

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。一般来说，我们的生活会受到工作、职业的的影响，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。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。计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题。所以科学的职业生涯规划需要具有极强的可行性，考虑到多种情况，对于每一种情况都有对应的解决方案和办法。

综上所述，一份好的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。

**职业生涯规划心得体会篇十四**

这次能有机会与国新利用有限公司人力资源部焦英经理，共同培训学习，我感到非常荣幸。首先我要感谢国新利用相关领导，是你们给了我这个机会、给了我零距离接近、了解、认识{国新天然气利用有限公司}的一个平台。虽然只有短短的几个小时学习时间，但是在这段时间里，对于一些平常的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

现培训已经结束，静下心来回想这次学习感触颇深。通过这次培训学习，培养和锻炼我把理论和实践结合起来提高了自身实际能力，以下是我总结的几点：

第一，善于沟通，团结协作。

第二，要有坚持不懈的精神。

第三，要虚心学习，不耻下问。

第四，要明确目标，并端正自己的态度。

经过这次培训学习，我从中学到了很多以前没有学到的东西，在转型就业心态上我也有了很大的改变。所以我不能在像以前一样等待更美好机会的到来，在国新天然气利用有限公司这样一个新环境中，有我们很多值得学习的地方，值得思考的地方，这就需要保持一颗学习，思考的心。首先在技术方面，要刻苦的补充自己的不足之处，认真地对待工作，时时刻刻的思考和学习，同时在国新天然气利用有限公司的环境中，更注重学习企业现代化的管理和企业文化，以丰富自己的社会知识和管理文化知识。这样，可以为自己日后的职业生涯打下良好的基础。

**职业生涯规划心得体会篇十五**

暑假期间我参加了xx省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了xx教授教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。

首先我作为一个才走出学门到工作岗位的人，分配到学校做教师，可以说是瞬息而变的事实——学生的身份变为教师。然而，真正能成为一位合格的人民教师，应说要有一个过渡过程，而实际工作又希望每位老师要缩短过渡时间，尽快成熟。听过专题讲座后使我受益匪浅，让我体会做一位高等学府的好教师，是党和人民，也是学校，我们先辈和学生对我们的希望和要求，也将是各位老师“严以律己”的必然结果。我从以下几方面谈谈如何做好一名高校教师的感想：

教育，是人类崇高的事业，这一事业的承担者就是教师。教师传递人类的文化科学知识，进行思想品德教育，培养一代又一代的新人。教师的历史使命，光荣而艰巨。人们用“百年树人”来表达教师工作的深刻意义，用“辛勤的园丁”、“人类灵魂的工程师”来表达对教师的崇敬。“振兴民族的希望在教育，振兴教育的希望在教师”，教师是民族希望之所托，肩负着培养社会主义现代化建设者和接班人的重任。而大学教师又以其特定的历史任务，起特殊的社会作用，构成其特殊的社会地位。

大学教师不同于一般教师的特殊的作用是：其一，大学教师的基本任务是培养高级专门人才，而高级专门人才在科学技术和社会的发展中起骨干的作用。现代科学技术的发展，最终取决于高等教育所培养的人才数量和质量；生产力水平的提高，国民经济的发展，文化教育卫生事业的昌盛，综合国力的增强，社会的整体进步，很大程度取决于高等教育所培养的人才的数量与质量。而高级专门人才的质量，又取决于大学教师的工作。

其二，大学教师，既是文化科学的传递者，又是文化科学的创造者。历来对人类社会有伟大贡献的科学家、思想家、活动家，不少是荟集于高等学府或当过大学教师。人们往往把大学教师这一职业同文化发达、科学昌盛、政治民主、人类进步紧密联系在一起，用“学者“、“专家”来称呼大学教师，把大学教师的声望作为一个国家学术水平的标志，把大学教师的社会地位作为一面文明建设的镜子。

其三，大学教师，既是教育工作者，又是社会活动家，以其专家、学者的身分，对科学、文化、经济、政治的远见卓识，参与社会活动，直接为社会服务。在现代信息社会中，大学教师对社会改革的`高见，对重大事件的评论，在报刊电台上，占有重要的地位，起着舆论导向的作用。

由此可见，大学教师的社会地位，就其实质来说，不是人为规定的等级，而是由其对社会的作用与贡献决定的。中华民族，历来有“尊师重教”的良好传统。人民对于教师，怀着素朴的崇敬感情。硕学宏儒，有着更高的社会地位，因为他们代表着学问道德。所谓“道之所存，师之所存也”，即使是剥削阶级最高的统治者帝王，对于自己的老师，也不得不“执弟子礼”，所谓“当其为师，则弗臣也”，以表示对教诲自己的师长的尊敬。

高等学校一般有三个基本职能，第一培养高级专门人才；第二发展科学；第三直接为社会服务。高等学校要实现这三个职能，主要依靠广大教师。

大学培养高级专门人才，主要是通过教学形式。因此，教学工作是大学教师的主要任务。每位教师必须努力教书育人。根据专业设置，培养目标，教学大纲，认真备课以及编写讲义教材，有计划地进行教学，遵循大学生身心发展与教育关系的规律，在传授科学文化知识的同时，发展大学生的智能，进行思想品德教育，努力提高教学质量。

从事教学工作的大学教师还必须参加一定的科研工作，通过科学研究，不断提高自己的学术水平。科研的成果可丰富教学的内容，促进教学质量的提高。有的科研课题，教师可以组织学生参加，通过科研活动来培养学生的研究能力和动手操作能力。可见，教学与科学研究工作是相互促进的，对于专任科研工作的教师也应提倡兼做教学工作。这样有利于培养高级专门人才。

为社会服务是现代高等学校不可忽视的职能。现代的大学与社会的经济发展、科学技术的发展联系越来越紧密。科学技术是第一生产力。国家许多高科技研究在大学里进行。许多新的科技开发来自大学，然后转到生产部门进行生产。高等学校为社会服务的职能主要也是通过教师的工作实现的。

大学教师直接为社会服务，有利于深入了解实际、了解社会、了解国情，理论联系实际，增强解决问题的本领，从而能够更好地提高教学与科研的水平，提高教学质量。大学教师这三个任务，只要安排得当，必能起到互相促进的作用。

暑假期间我参加了海南省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了温卫宁教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。首先我作为一个才......

关于暑假期间我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。首先我作为一个......

暑假期间我参加了海南省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了温卫宁教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈。首先我作为一个才......

（精选3篇）时间是看不见也摸不到的，就在你不注意的时候，它已经悄悄的和你擦肩而过，你是否有一个清晰而精准的职业方向了呢？该为自己做一个职业规划了。那......

精选范文:大学(共2篇)暑假期间我参加了××省教育厅组织的高校教师岗前培训班，听了××教授关于教师职业生涯规划专题讲题，现把我听后的心得体会谈谈......

**职业生涯规划心得体会篇十六**

《新经理人的领导力》（中国人民大学出版社出版）一书从\"经理人如何学习和发展\"、\"选择正确的职位\"和\"形成职业发展的良性循环\"三个角度给经理人职业规划提出了值得借鉴的思路。

经理人需要将工作学习和个人学习结合起来。

为了使自己的管理工作更加具有效率，经理人必须进行大量的工作学习，掌握多方面的专长，包括技术专长、战略规划能力和人事管理能力。如果说工作学习更多侧重技能，那么个人学习则是为了提高自我的认知能力，即充分地了解自己的个性、优点和局限性，并了解自己可以做出改变的弹性，提高处理压力和感情问题的能力。

认知自己，是经理人职业生涯时做出选择的第一步，而提高自己的各种技能、专长，包括应对变化的能力，是决定其职业发展的后劲与动力。

选择正确的职位。

选择与自身价值观一致的组织非常必要，这样的组织氛围有利于自己全身心地投入工作；同时，合适的工作职位可以提供新的学习机会和新的挑战，有利于丰富自己的阅历和综合的管理能力，充分发挥自己的优势。而有些要求过高职位，虽然提供较高的报酬或者声望在外，但在自己未能充分认识自己的优势和弱点时，避免选择这些职位，可以规避潜在的风险。

建立职业发展的良性循环。

职业发展良性循环的描述是：在一个可以充分施展才能的岗位和组织里，经理人可以为组织绩效做出自己的贡献，那么人们对他的资历和信任度就开始不断上升，更多的人愿意和他一起工作，组织分配更重要的工作任务给他；通过锻炼，他不断提高自己的能力，扩大自己在组织中的影响力，并能够在更高的职位上为组织的重要目标贡献。这样，他进入了一个不断强化的成功循环之中。

在职业发展的过程中，经理人希望进入这种良性循环，可以采取两个步骤：1、争取分配到重要的工作；2、构建起一个关系网络。经理在战略性思考自己的职业发展时，可以选择侧面移动而不是垂直移动，主动追求或创造一些职位，帮助自己获得更广泛的技能，使自己未来可以在更好的位置上为公司服务。关系网络可以帮助自己识别机会，更深入地了解公司未来动向，形成与上司和同事的良好互动关系，助力自己的职业发展。

**职业生涯规划心得体会篇十七**

学习完本课程，我最大的感受就是一定要先了解自己。以前，我也会问自己：“我是谁？我想做什么？”我也给出过自己无数的回答。但是那些回答都没能实现。现在我知道了，不是我问的不对，而是我回答的不对。以前我关于这个问题的种种回答都是基于我自己的感觉，而感觉往往是冲动的，心血来潮的，所以光靠感觉得到的回答是不可靠的。

了解自己，要靠前人积累的方法。比如通过霍兰德职业兴趣测试了解自己的兴趣，就比我们自己感觉要可靠的多。今天我们可能感觉自己喜欢唱歌，过一段时间又可能感觉自己喜欢表演。虽然这两个兴趣并不矛盾，但是如果太多这样的兴趣，就会让人无所适从，就会觉得做这个也行，做那个也行；或者做这个不合适，做那个也不合适。

第二点感受是要重新认识社会，认识社会分工。我们从小就被教育社会是某种样子的。有人认为社会是简单美好的，有人则觉得社会上很复杂很乱。这些固有的意识阻碍了我们对真实社会的认识。真实社会有庞大复杂而又具体的分工，而许多分工只有它们的从事者才知道具体做什么工作。因此，我们切不可望文生义，凭空揣测某种分工做什么工作。这样，当我们去进入这个分工后，发现完全不是自己原先想的那样，那就后悔莫及了。因此，在我们打算从事某个行业之前，我们一定要通过各种可以利用的渠道去了解这行业的具体情况。

学完本课程，我做了霍兰德职业兴趣测试。结果是ri型，既是实用型和研究型。综观这两个类型的典型职业，一个是注重动手能力，一个是注重学习能力。而我发现我在这个两个能力方面都欠缺。这大概恰好验证了——兴趣与能力高低无关。

因为只有工作和兴趣有一定的耦合度，才能工作得快乐，而能力是可以培养的.。因此，我先不考虑能力大小而选择考研，为的就是满足我的兴趣，并培养我的学习能力。而且就算是考不上，用考研期间培养学习能力也是利大于弊的。因为就算是找工作，我同样还是要学习相应的知识来使自己达到岗位要求，现在培养学习能力也算是磨刀不误砍柴工。在制定学习计划的时候我会遵循smart原则，而在实施的过程中，我会根据pdca循环（计划，执行，检查，处理）来逐步提高我行动的效率。从而使自己最大限度的接近自己的目标。

注：另一个使我敢“自不量力”考研的原因是，我可以借助亲朋好友得到一份通信相关的工作（但是不保证工作条件优越，只能说是有工作了）。虽然我只想靠自己找到工作，但是有这个后背选择，减少了我许多考验的顾虑。另外，在职业生涯发展规划里，靠亲戚朋友获得工作也是一种正常的渠道，并不是平常我们所觉得的“靠关系是可耻的”。我认为只要我们对得起得到的工作，就一点也不可耻。

**职业生涯规划心得体会篇十八**

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开展中的各种困扰，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适宜的工作的，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根本步骤包括：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、反应修正等五个环节。

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、能力等进展全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与缺乏。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，才能防止设计中的盲目性，到达设计高度适宜。

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详细特点，比方该地区的特殊政策、环境特征;职业角色的开展与职业所在的行业的开展有着密切的关系，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开展前景有比拟深入的了解，比方人才供应情况、平均工资状况、行业的非正式团体标准等;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设想和规划，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。大学生进展职业生涯设计，除了构建自己合理的知识构造外，还具备从事本行业岗位的根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开展的终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

5.反应修正：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，反应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，认识和弥补我们缺乏，发现和开展我们的长处，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。

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！