# 2024年大一新生职业规划(8篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-10-07

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧大一新生职业规划篇一1、过多与...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**大一新生职业规划篇一**

1、过多与高中同学回味友情，忽略大学同学关系。

因为刚来到一个新环境，所以每个人都希望和自己熟悉的人多来往，所以很多大一学生往往都会本城市的高中同学进行较多的交流，一方面弥补一下高中时期紧张学习而无暇游玩的沉闷，一方面进一步维护高中同学关系为日后打下铺垫，其实这些想法都没有错，只是我不能过多的回味高中而沉寂在高中阶段，高中和大学是两个时期，是不同的，我不能因为和高中同学熟悉就忽略了大学同学关系，毕竟我又进入了个新环境，日后我要生活更多时间的环境；至于如何安排与高中同学的交往和如何建立大学关系，本文第二部分有详尽的说明，这里只是给大一新生提个醒。

2、自由过多，无人引导的迷茫和目标的缺失。

大学与高中最明显也是最本质的特征就是，大学自由过多，没有以往高中老师的孜孜不倦的指导和无时无刻的监督，这也是国家教育体制的问题，高中过紧大学过松，这直接导致了大学里的自由过多，一天除了上课和院系组织活动外其余的时间都是自己的，利用这么多时间去做什么呢，没有了老师的指引，没有了考大学的明确目标，就无所适从了，如果这个时期又赶上体验不到大学的快乐，那就会对大学产生怀疑，对以往高中的努力感到不值得；有意识对自己负责的大一学生就会在此时给自己树立一个目标，如期末考试全班第一名，如利用一年时间找到自己的兴趣，找到自己喜欢的专业，一年内要看遍图书馆里的所有书等等，只要我在大一时有了一个向上的目标那我就会感到充实；所以当我无所作为时我可以憧憬一下日后毕业后的自己，那我就知道现在要做些什么准备和努力了。

3、一心想要了解社会，参与垃圾社会实践活动。

走出了父母师长的限制的大一学生感到了自由，也认为自己一直在读死书，所以一直想要跃跃欲试的走到社会里做实践，但由于自身的阅历浅总是在做些“垃圾”工作，这里所指的“垃圾”工作是说和我的学历无关和我的专业无关并不锻炼能力的工作，如我去体验餐厅服务员的工作，如去发传单等，这些工作本身并不“垃圾”，也无贵贱，这是大学生要去做这些工作前要考虑一下，能不能做些和自己专业和知识相关的工作，如家教，专业方面的工作等，其实从大一这个阶段来说并不建议去做社会实践，这个工作是大二以后的事情，但如果一些大一学生一定要去做的话，建议和上届学长一起去做，毕竟他们有些了解，这样实践的活动就会相对好一些；还有一些误区要避免，大一的实践不光是为了赚钱，但不赚钱而锻炼能力的工作也一定要去做，很赚钱但不怎么赚钱的工作要少做，如广告专业的学生去广告公司做业务不赚钱但也要去做，如发传单很赚钱但只能做几次。

4、紧盯兼职工作，不惜为赚钱而占用学习时间。

只是单纯的要兼职工作的有两种人，一种是需要人的家庭经济不好的同学，一种是通过赚钱证明自己的同学，其本身并不缺钱。无论是出于何种目的的学生都要提醒我，要有个度，不能因为赚钱而耽误学业，否则就是喧宾夺主得不偿失了。没钱上学的同学在赚钱上学的同时不要沦为赚钱的工具，差不多够生活费就好了，学费国家是有政策的；就是要赚钱的同学别钻到钱眼里了，混个文凭好混学点知识难；总之大学就是发现自我发展自我的一个重要时期，大学是一个全面充实自我尽情扬长补短的最后时期，所以任何外物都不足以与其相比，毕竟赚钱是一辈子的事情，而大学就只有短短的三年，过了大学我就失去了人生最后一个自由学习自由完善的时期，这种感觉是日后无论我如何也找不到的，所以多学点习少玩，多看点书少睡觉是我对待大学的最好方式。再说如果我赚钱是为了上大学，那就不能为了单纯的赚钱而不学习；当然如果我上大学是为了赚钱，那就无可厚非了，但提醒我上什么山要唱什么歌，别为自己的选择后悔就好。

拼命挤进院校学生会，进入后却无所事事。大学里学生会算是一个权力机关，也是认识更多人的一个渠道，更是给自己增添荣誉的地方，所以每当新生开学后不久，校院学生会就会针对大一新生招新，在各种宣讲会和学长师长的指引下，很多大学生都加入了竞选学生会的活动；当然学生会能够存在就证明是有一定意义和价值的，在这里笔者不是反对大一新生加入学生会，毕竟学生会缔造了很多的校园神话；这里要强调的是无论我当初抱着什么期望加入学生会的，一旦进入了就要做出点成绩学到点东西才算是对自己的交代，否则这是找关系在学生会里署个名是没有任何意义的，和本部门的同学多交流，和辅导员及相关老师建立好的联系，拟订对本部门和学生会的看法和建议，多做具体的活动，多和学长交流请教，利用好学生会这个平台去补充我目标中的东西才是上策；所以当我加入学生会后一定要给自己个目标，如要当上部门部长，要认识十个老师，要锻炼自己的组织能力等等。

**大一新生职业规划篇二**

大一新生从入学开始，就寻找适合自身发展职业所需知识、技能、兴趣、爱好，给自己尽早进行明确定位，最终实现个体与职业的匹配，体现个体价值的最大化。

职业规划对于大一的新生而言，主要是提升自身知识、技能。

大一是大学的开端，是影响大学其他三年甚至未来求职的关键一年，所以进入大学的第一步新生一定要走好，这样才可以为以后就业打下基础。只有做到了步步为营，才能步步为赢!

大一新生职业规划的七个步骤：

进入大学后，新生处在一个陌生的环境里，要尽快熟悉校园环境，摆脱陌生感。在熟悉校园环境的同时，还需了解校园资源，学会借助网络，掌握信息。

这一阶段，新生需要尽可能全面的了解自我，发掘自身的兴趣爱好。根据自身的个性特点和能力所长树立职业理想。

这一时期新生的主要任务就是学好基础课程，掌握基本技能。并养成良好的生活学习习惯，高效利用大学资源。

在新生基本了解大学生活后，了解专业就提上了日程。这一阶段，新生应多向专业课老师请教，了解专业相关知识。在学习专业课的过程中，建立自己对本专业的兴趣。

用这些业余时间博采之长，为自己储备与本专业相关的知识，是个不错的选择。博览与本专业相关的其他专业，在学好本专业的基础上，通过图书馆或者网络学习其他专业的知识，对专业进行了解判断，确定自己的兴趣点与自己的目标专业。

在理论学习后，就该找个机会去亲自体验了，从而在理论和实践上都验证自己的选择。如理科学生随师长去实验室做大量的专业实践，新闻类学生可以尝试去写一些文章，甚至可以利用暑假去做一些兼职，有营销目的学生可以尝试去做一些销售的工作，这个阶段最少要两个月时间，这样有利于判断自己的目标职业是否是自己的兴趣点，便于调整自己的目标。

人脉的积累应该从大学就开始，在大学生活中既要注重与以往同学或者朋友的交往，同时不能忽略大学同学关系的建立。具体来说就是以下几点：

1、熟悉本班本系，确定交往对象;

2、了解学校校友，参加社团组织;

3、加强与老师交流，寻找良师益友;

4、拓展校外交际，寻找人生贵人。

**大一新生职业规划篇三**

学生职业生涯规划是整个职业生涯的教育体系中非常重要的一环，大学阶段是真正进入职业生涯的最后一段准备时期，因为最关键的职业探索阶段。所以，作为大学生的我们有必要从大一开始对以后的职业生涯作出合理规划，以便毕业步入社会后不需要再为职业规划盲从决断。

经过老师的课堂疏导，教授和自己对书本知识的了解掌握，我给自己制定一份职业生涯规划书，希望在毕业后依据制定的计划找一份理想的工作，从企业基层做起，一步一个脚印，踏踏实实，履行自己的职业计划，实现个人社会价值，使自己能有一个成功，美满并有利于社会的生涯。

我现在在读大一，性格总体上偏外向，但有时也很文静内向，业余时间喜欢看电影听音乐，上网还有看书，尤其喜欢研读任务传记。我比较喜欢国际政治，喜欢用自己拙劣的政治敏感分析一下当前的形式，并偶尔发表点文章，观点有时会很偏激。平时与人友好相处，可是由于自己的性格偏直，常常由于心直口快无意中把朋友们惹生气，导致知心的好友并不是非常的多。我的优势在于我对于问题能形成自己的观点，并且经过理论证明认为它是正确的就会一直走下去，坚持自己的观点，绝不随波逐流。所幸我并不是一个顽固的人，在发现自己在这方面确实有认识的偏差和理论的错误后会真诚的道歉并虚心的接受教导。我的缺点是缺乏进取心，常常把“知足者常乐”挂在嘴边，所以主动性较差，进而导致在自己本该擅长的方面不能取得应该取得的成绩。由于从小时候形成的不良习惯，在看书尤其是自己喜欢的分析议论类书籍时只求看明白其中的意思而其中一些精华的语句等并没有尽力将其存入脑中，这就致使我日后尽管有稍微好与同龄人的分析实力，但是在撰写文章和口语表达上相对较差。口头上的不善交际又使我在与人交往中往往处于被动状态；不太活跃，不参加主动性高可以拓宽自己人际交往圈的活动如晚会，比赛等。缺乏锻炼，导致体质相当虚弱，健康是影响自己的未来的很大的问题。感情方面有所牵挂，不能完全像其他同学一样自由去追逐自己的梦想。在以后择业的路上，我需要顾忌的是远在家乡重病在身的爸爸和至今仍昏迷在床的妈妈，我不能离开他们。这要就同时在一定程度上限制了自己的求职方向及地点。

我理想的职业应当是高收入的，能满足自己的物质需求，具有稳定性，在一定的时间段内从事某项工作，不会突然性被解雇或者收入极不稳定；其次，要在自己感兴趣的`领域工作，我所从事的工作必定是自己喜欢的，不希望每天怀抱一种埋怨的心态去机械性的完成任务，兴趣是最好的老师，唯有这样才能全身心投入。米哈利教授一直强调：“要做自己喜爱的事情，才能获得快乐。”

我自认为是一个工作热诚的人，喜欢挑战工作中的困难，喜欢从事比较具体的具有很强针对性的工作，我学的的是金属材料工程专业，金属材料与人民的生活是息息相关的，我愿意投身其中，努力工作，让自己强烈的事业心转变为热爱自己事业的深厚感情。

就职业能力而言，我目前并没有从事过哪一方面的工作，所以并不清楚自己的职业能力和职业倾向，但是综合上学期间所担任的一些职务，我觉得自己还是有一定能力基础的，能较好的管理班级，与老师交流沟通，完成老师交代的一些工作任务，解决班级内部时常遇到的一些问题，并且也得到了老师与同学的肯定。

初步断定自己有一定的组织与领导能力，能随机应变，及时解决突发状况。我性格偏内向，比较喜欢独自安静的思考事情，寻求最好的解决方法，有时顾虑较多，会联想到事情发展的最坏的结果，，从而制定系列解决方案。

尽管自己有的时候缺乏信心，恒心和毅力，但是凭借自己的热度和对未来的比较清醒的认识，我相信我会逐渐的培养起自己的恒心。自己在未来的发展中应该充分重视一下性格的转化，应该正确处理内向与外向的关系。在人际交往中应该发挥自己外向的一面，争取拓宽人际关系，这样既能广交朋友又能为未来铺路。在阅读自己喜欢的对自己有帮组的书籍是既要掌握书中的观点又要学习作者的精华语言，增强自己的表达实力和写作实力。注意加强体育锻炼，增强体质，以最大程度减少体质虚弱给自己带来的负面影响。

内部环境因素

s：优势因素。

1、能对未来有清醒的认识，目标较明确。

2、善于思考，不人云亦云。

3、思维分析实力相对较强，思维活跃。

4、谦虚谨慎。

5、做事踏实，为人善良。

6、个人生活实力较强，能不依赖他人。

7、有一定的政治敏感度，在一些问题上能形成自己的见解。

w、弱势因素

1、人际交往中主动性差，沟通性一般。

2、在一些问题上急于求成。

3、懒惰行强，缺乏恒心。

4、对自己信心不足，错失了很多机会。

5、表达及写作实力较差。

外部环境因素

o、机会因素。

1、所学专业的情景表被看好，有相对单一专业有更宽的就业面及更多的就业机会。

2、中国入世，与世界的联系越来越密切，外向型人才，尤其是法律和英语都精通的人才紧缺。

3、复合型人才稀缺。

t、威胁因素。

1、法律行业竞争相当激烈，人才剧增，一些非本专业的人自学成才。

2、随着大学生的学历普遍提高，加之研究生扩招，毕业后研究生可能贬值，就业形势仍然相当严峻。

swot总结

经过对自身以及该行业的分析，得出了一些结论：在自己来两年多的时间里，要尽全力为自己的文化课打下扎实的基础。又于法学是一门博大精深的学科，我个人认为仅仅读完本科的阅读量及对法学的学科掌握程度远远不能满足社会上对于一个法学工作者的要求，所以决定在本科结束后继续深造。在以后的学习期间，严格按照分析上所书，针对自己的劣势进行加强改造，并充分发挥自己的内部优势和利用对自己有利的外部条件。虽然外部的不利环境我自己没有实力逆转，但是我要通尽量避开这些弱点以避免不必要的麻烦。

就自己而言，自己是一个冷静的女孩，能客观的看待一些问题而不掺杂任何的个人感情色彩，能较快的抓住事情的本质，不断调整自己，相比较一些多愁善感的女生更适合从事法律方面的工作。而同时自己的性格又偏向好动，所以想比较整日端坐在书桌前更喜欢忙碌一点的生活，这样从另一方面来说可以强迫自己去工作从而取得成绩。而律师这一职业多数时间需要四处采证，处于奔波状态，而又有一部分时间安安静静的研读相关材料。这个集动静一体的工作和我的偏外向而又时又内向的性格非常合拍。

也许是跟家庭背景有关系，我出身于一个父母都是教师的知识分子家庭，所以尽管性格好动，但是受父母影响，自己已经习惯并且喜欢上来有节奏有规律的生活。律师是一个需要对自己所掌握的业务及实证信息进行整理加工的工作。它同时也要求作为一名律师能严格遵守职业道德规范，客观冷静的分析问题，按照法律法规工作。所以在日常生活中更要注意这方面实力的培养，争取对任何问题都做到公正公平，尽量克服个人好恶在判断中的障碍。

然而现在社会在不可思议的速度发展着，21世纪真正稀缺的是人才，而社会对于人才的定义也随之发展，符合型人才越来越得到各大用人单位的青睐。而社会的竞争的激烈性更说明了职业的变动性。这也就要求我们要掌握至少两种求生技能。如果因为以后我发现自己并不适合律师这一行业或者在这一行业并没有达到自己预期的成绩，那么我会坚决的选择转行，而第二次的职业选择我会选择从事外贸行业，做一名外贸人。随着地球经济一体化的逐渐加强，中国的经济对外的交流越来越广泛，有相当的一部分国家开始认识到中国这个庞大的经济市场所能创造的惊人利润，所以中国的进出口贸易发展相当迅速，这也在另一个侧面要求我国要培养出更多的贸易人才这样才能在对外事务中处于优势地位。

尽管我现在乃至以后的专业不会选择进出口贸易经济，然而我想这并不与我想从事外贸方面有任何的冲突。我的一位师兄同时也是我的亲戚，现在做某公司外贸部做经理，他曾经对我说过，外贸做的好的人并不是因为你读书的时候学的这方面的理论知识比人家多，而是靠你的经验。能真正做好这一行的人是法学和外语都学的好的人，因为对外打交道，外语的重要自不必说。和其他国家和地区签署贸易合同更要求你有扎实的法律基础这样才能保证合同的合法性进而保证自己公司的盈利。至于经验则完全靠自己的成熟及实践增长。

我相信中国在国际经济事务中会扮演一个影响力越来越大的角色，所以我坚信外贸业也会越来越兴盛，所以外贸方向人才会成为炙手可热的职位。所以如果我真的进行二次择业的话，我会选择做一个外贸人。

现在的我已经是步入大学后的第二个年头，根据自己这一年多来的对自己专业的了解和对字节兴趣的分析，我大概确定了自己要助攻法学方向，但是作为以后生存的技能，英语这一工具学科不能看清。围绕这两个方面，我大致做了大致的规划如下：

1、20xx～20xx年：充分利用校园环境及自身的优势条件，认真学好专业知识，培养自己的工作实力和人际交往实力，全面提高自己的综合素质。

2、完成的主要内容：提高自己的知识素养，走向研究生，熟练自己的专业技能，通过国家司法考试，以优良的成绩通过英语专业四级八级考试。并在其中通过实习兼职等方法接触社会。

法学方面：认真对待自己在学校接受的每一门法律教育，尤其是主干课，分析自己的擅长方向选择自己将来的考研和就业方向。

多多利用国家藏书楼这一便利的资源查阅自己不懂的问题，多研读案例以培养袭击的法律思维和法律敏感度。多像老师和学长同学们请教，各科都取得优异的成绩，尽量都不低于85分。在大三之前制定出完美的严密的考验及司考计划，在大三上学期进行初期备战。并在大三下学期和大四上学期进行系统的准备，力求以优秀的成绩通过。

英语方面：从现在开始主动备战专业四级考试，每天早上晨读20分钟，晚上联系听力20分钟，增加词汇量，做专四的训练题增强题感以争取在下学期的专业四级考试中获得优异的成绩。提高自己的口语水平增强英语表达实力。

健康方面：合理饮食，不暴饮暴食，不节食。进行定期的体育锻炼，增强体质。

提高方面：利用好每一个寒暑假，特别是09年的暑假，在此之前务必列出一个详尽的考研计划，以为大三和大四的准备开辟一条道路，并在暑假中着手开始对过往的知识进行回顾和整合。

此上就是我的职业生涯规划了，我已经在社会的大形势下对于现状有一个比较清醒的认识，并为自己定了一个符合自身状况的学习、工作计划，或许这个计划随着我个人阅历的增长会有所变化。但是我知道无论如何这条路并不好走，也许会有许多伴着眼泪的坎坷。但是我相信我是正确的，我会一直走下去，我会通过奋斗到达胜利的彼岸。因为在职业场上重要的是你如何对待你自己的工作而不是你做的是什么工作。

水无点滴的积累，难成大江河。

人无点滴的积累，难成大气候。

吃得苦中苦，方为人上人。

相信我通过努力，会有足够的恒心和毅力走向美丽！

我会微笑着等待着那个叫做“成功”的人来敲门！

**大一新生职业规划篇四**

第一阶段：校园环境熟悉期 进入大学的第一个月 09月-10月

这个时期主要有四个任务：

第一是熟悉校园环境，摆脱陌生感。

第二是明确校园资源，充分为我所用。

第三是了解城市资源，建立自有渠道。

第四是要学会借助互联网，告诉我一切。

在第一任务中，尽快熟悉我所在的学校。因为我要在这个校园里度过三年的大学生活，所以我越早熟悉他越好，以减少因为地形不熟悉而带来的陌生感，和寝室兄弟或同班同学拿上学校地图，拿出一周时间把学校转个遍，先从了解学校历史开始，接着按照学校的区域布局把教学楼，食堂，图书馆，家属区，吃喝玩乐的地方都了解一下，尤其是大家私底下吹捧的地方都要了解清楚，如什么伤心亭，公主楼都要做到烂熟于心，了解校园的历史与设施才能更好的融入校园文化，这同时也为自己下一步的校园生活带来便利了，何乐而不为呢?

在第二任务中，我们主要要充分了解校园，合理利用校园里的一切资源。包括熟悉校园的硬件与软件。毕竟大学在于大师而不在大楼。在这个阶段我了解学校的专业设置，学科强项，学科带头人，著名教授，这个我可以通过上校园网就得知，至于本专业的牛人我可以直接问辅导员或专业课老师；还有就是我要去图书馆完整看看，学校的藏书有多少，哪类书比较多，怎么借书，怎么在线浏览，怎么查阅资料；因为如果我学校的名师牛人不多，那我日后只好更多的借助与依靠图书馆和互联网了！

在第三任务中，要知道我首先是生活在这个城市，然后才是生活在校园里，所以我也要更快的了解这个城市，这个城市有哪些资源可以为我所用，可以给我带来便利和收益，我都要去了解。而城市对大学生的影响往往会超过校园对其的影响，所以去这个城市的信息港，地方网站，去了解衣食住行，吃喝玩乐等等方面。尤其是自己学校所不具备的资源更要去了解，因为这个城市给我提供的机会要远远大于一个学校给我的机会。所以学校有不足的地方就要通过这个城市的资源去补充，如我们学校的图书馆藏书少，那我可以去市图书馆或其他院校的图书馆阿，再如我所学专业的老师不够权威，那我可以本市其他院校去取经阿！要在各方面建立自己获取这个城市的信息渠道，因为我专业和学校的任何不足都可以尽可能的向这个城市获取，毕竟我是生活在这个城市。

在第四任务中，进入互联网时代的今天，早已经是“世界不大，网大”的格局了，所以互联网是我最大的百科全书，是我大学里最好的老师！在一定程度上可以这么讲，利用好了互联网，大学不上也罢！因为互联网上有我所知道和所不知道的一切，我只要掌握了信息搜集与整理的能力，就可以在无垠的网上遨游了。

**大一新生职业规划篇五**

初入大学就应该树立正确的职业生涯规划理念，大一就进行职业规划，从一开始就不走弯路。

大学一年级

初步了解职业，提高人际沟通能力。主要内容有：

和师哥师姐们进行交流，询问就业情况；

参加学校活动，增加交流技巧；

学习计算机知识，辅助自己的学习。

大学二年级

1、由于大二课程增多，课业压力增大，我计划投入更多时间到学习方面。因此我会有选择地退出学生社团，将更多精力放在专业课程的学习方面。

2、在上半学期12月有英语六级考试，因此我需要进一步提高自己的英语水平。在增大单词量、挺高听说能力、提高阅读能力与写作能力方面齐头并进，力求以高分通过六级考试。

3、大二时期我需要进一步扩大自己的交际圈，在大一朋友圈的基础上结识其它学院的同学，从不同学院人身上学习吸取不同的东西，()更好地完善自己。

4、重视体育锻炼。这项应该贯穿大学四年生活，在这个承前启后的时期保持健康体魄有更为重要的意义。

大学三年级

提高求职技能，搜集公司信息。主要的内容有： 撰写专业学术文章，提出自己的见解；参加和专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会；学习写简历、求职信；了解搜集工作信息的渠道，并积极尝试。

大学四年级

在大四要加强实验实践技能的学习，进一步培养和提高独立获取知识的能力、独立工作能力、独立思考能力和独立创造能力。积极参与社会实习，在实习中寻求在社会中立足的途径，学会从容应对社会中的各种问题，全面提高社交能力。同时要注意完善自身的综合素质，健全自己的人格，在社会中能够形成良好的交际圈。

结束语

以上便是我的职业生涯规划，虽然简短，但他却是我未来的指南针，在未来的十三年里，我将严格按照这个规划来做，努力打拼出自己的一片天地，一步一步逼近我梦想，一步一步走向成功。爱拼才会赢，有梦想才有希望，相信自我，勇往直前！

**大一新生职业规划篇六**

尤其在学习上，再也不像高中那样，老师每天都布置作业，还有“升学”这根无形指挥棒时刻牵引着我们，只要按部就班，努力学习，就能达到最终的目标。而现在，虽然报考经济专业，可我并不清楚自己是否喜欢这门专业，不知道自己未来该做什么，希望老师能给我一些帮助，告诉我应该朝什么方向努力。”刚上大学一年级的陈同学最近烦恼地和记者探讨。其实，新生所面对的迷茫，是对未来目标的不确定性。最有效的办法，就是尽早进行职业生涯规划，带着目标、带着方向开始自己的大学生活，从专业文化课学习以及社会实践等多方面为四年后的工作做准备。

明年的大学毕业生现在已陆续在为自己的毕业做准备，写毕业论文、制作应聘简历、参加招聘会。可记者在采访中发现，多数学生参加招聘会都有一种“赶集”的感觉，没目标、没准备。“我也不知道自己想找什么样的工作，多去参加些招聘会，多投些简历，找不找得到好工作就全凭运气。”今年上大四的小王告诉记者，“现在就业竞争这么激烈，工作应‘随行入市’，能找个薪水不错的工作就行。”

同样是大四学生的徐林，最近却忙着接受毕业前的职业规划指导，他告诉记者：“同班同学都没有接受过职业规划指导，但现在要开始找工作，却不知道自己到底想要一种什么样的工作，这让人非常迷茫和苦闷。职业规划方面的教育，我觉得还是很有必要的，而且最好能更早些。”

目前，大学生职业目标相对模糊，对自我缺乏认知，而“职业规划”后再去找工作已成为许多大学生的共识。“听职业规划专家的分析后，我觉得职业规划很有必要，否则大学时光很可能虚度。”文理学院经济系营销专业大四的冯同学说，“我在上海大学的朋友为我推荐一位创业指导老师，他根据我的性格和家庭背景，帮我分析所读专业的优劣势以及适合发展的职业。现在我求职的目标变得十分明确，而且还让我明白求职要‘不随便牵手、更不随便放手’的道理。我相信我今后的职业生涯会走得更顺利。”

其实在很多国家，职业规划教育非常普及。比如英、日、美等国家，从中小学就开始系统传授职业规划知识，高中学校拥有专业的职业规划队伍，请专家给孩子们作职业兴趣分析，通过各种实践活动让学生解不同职业。但在我国，职业规划还刚刚起步，在初中、高中根本是空白，即使在大学，系统开展职业规划指导的也只是少数，而且时间安排都比较晚，大多在大四临近毕业时。

究竟职业规划什么时间做最合适？专家认为从大一时就应开始做职业规划。有些专家认为，职业规划开始得越早越好，在高中时代就可以给自己拟订一个职业规划，但这不仅受到当前教育体制的限制，而且高考以分数论高低，学校选择、专业选择都受到影响。因此，对于目前的学生而言，进入大学立即开始职业规划是较为恰当的。

做好职业生涯规划也很有讲究，除可以找专业的职业规划老师外，自己也可对自身的情况进行归纳。首先要正确认识自我，自我觉察、自我探索，认识自己的性格、兴趣、价值观、能力、特长和专业知识等。其次要认识职业社会，学校里的学习只针对理论知识和信息，而没有深入分析，对于现实社会，学生无法更多、更深地接触。因此从进入大学开始，就可以多进行职业环境的探索，包括行业、企业和职业三方面，认识不同职业所要要的知识、技能、经验、个性等，认识不同行业和职业的发展路径等。第三，要培养自己的各方面能力，发现自己与理想职业之间的差距，有计划、有意识地培养自己的全面素质，在学习、提高的过程中不断评估、反思和调整自己的职业规划。

**大一新生职业规划篇七**

作为大一新生来说我们很多时候都处在迷茫中，尤其是对我们计算机专业的学生来说要想以后有更好的发展就更应该对我们将来的职业有个规划，才会使我们更好的适应社会，实现人生价值，所以先要树立理想，认真学习，努力成才。首先，谈谈我对职业规划的认识：

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，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

第一，自我分析

分析自己的兴趣爱好，真正认定自己想做什么。兴趣是来自个人内部最好的驱动力，兴趣与成就之间是一种明显的正相关关系。平常，我很喜欢跑步、打篮球、爬山、独自一个人漫步在校园的小路上听听音乐，想我的朋友、想起在家的幸福时光、喜欢在一个安静的地方看书、喜欢安静的地方、不喜欢人多的地方。

我并不善于交际，不善于在大众面前展示我自己，这是我最需要锻炼的。在生活中我试着关心我身边的同学、舍友但是很多时候别人并不领情，我不在乎，我不喜欢强迫自己做不喜欢做的事情，我不喜欢像一些势力的人一样，如果他知道你家里很有钱、有势力、他就会对你很恭敬，你说什么他都会拍马屁，我讨厌这样的人，虽然我家没有太多的钱，我不自卑，我喜欢做真正的自己，我喜欢做自己喜欢的事，我认定的事我就会把他做好，也许这些原因我的朋友很少，但是他们都有自己的个性，都是自己的主人，不是别人的影子，更不是拍别人马屁，所以我和他们成为了朋友，一辈子的朋友。对于陌生的人来说，我是一个性格内向的人，但是我能用微笑去面对生活中的任何人、任何事。我有自己的想法，我有自己的个性。我一直自信地认为这是我的一大优点。乐观地生活是时时刻刻给自己的精神上的享受。我是学计算机的对于我的目标--成为软件工程行业的一员，职业规划更需要的是我的耐心、细心和毅力，了解到了我需要什么，能做什么，我就可以有针对性地去为实现我的目标而努力。我为自己划出了一条大道，即使这一路上出现许多艰难险阻，充满太多的荆棘，我也要努力克服决不退缩，我不在呼，我也要追我的梦，我坚信只要努力了，就会成功！

第二， 确立目标

确立目标是制定职业生涯规划的关键，通常目标有短期目标、中期目标、长期目标和人生目标之分。长远目标需要个人经过长期艰苦努力、不懈奋斗才有可能实现，确立长远目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑，使之既有现实性又有前瞻性。短期目标更具体，对人的影响也更直接，也是长远目标的组成部分。

只有确立目标才有前进的方向，才会找到人生的航标！

第三， 环境分析

职业生涯规划还要充分认识与了解相关的环境，评估环境因素对自己职业生涯发展的影响，分析环境条件的特点、发展变化情况，把握环境因素的优势与限制。了解本专业、本行业的地位、形势以及发展趋势。计算机专业的就业压力很大，如果学的不好，或者学得不深，找工作是很困难的，如果自己好好的学，考了一些很有含金量的证书，找个4000-5000元的工作应该没什么问题，现在社会需要的高层次的软件、网络方面的人才，java语言程序设计：java是目前最流行的两个开发环境之一（另一个是微软的。net），现在很多软件，尤其是手机软件都是由java写的，如果你将来从事软件开发的话这会是很重要的一门技能。

形式语言与自动机理论是关于理论计算机的，理论研究用的。个人觉得你将来如果不专门做计算机方面的研究工作这个是不会用到太多的。

计算机图形学是非常重要的一门学科，是一种使用数学算法将二维或三维图形转化为计算机显示器的栅格形式的科学。其实就是研究计算机如何处理和表现图形的。单片机原理和接口技术、嵌入式系统都是硬件方面的。前者主要是讲单片机的原理制作以及计算机的各种接口，像网卡接口、声卡接口这些。嵌入式系统就是在某种器件上面集成各种芯片什么的来完成不同功能

第四， 职业定位

职业定位就是要为职业目标与自己的潜能以及主客观条件谋求最佳匹配。良好的职业定位是以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据的。职业定位过程中要考虑性格与职业的匹配、兴趣与职业的匹配、特长与职业的匹配、专业与职业的匹配等。职业定位应注意：① 依据客观现实，考虑个人与社会、单位的关系；② 比较鉴别，比较职业的条件、要求、性质与自身条件的匹配情况，选择条件更合适、更符合自己特长、更感兴趣、经过努力能很快胜任、有发展前途的职业；③ 扬长避短，看主要方面，不要追求十全十美的职业；④ 审时度势，及时调整，要根据情况的变化及时调整择业目标，不能固执己见，一成不变，多听取别人建议。

我打算毕业后可以从事flash互动设计行业 现在flash互动已经慢慢发展起来了 很快将成为主流 各个集团公司投在网络上的广告费用占的比例越来越大 其中几乎所有网络广告都是跟flash互动设计有关 现在这方面的人才稀缺，也可以软考，分初级，中级，高级（软件工程师、高级软件工程师、程序员、测试工程师、软件设计师、系统分析员、系统架构，网站开发工程师、网页设计师、）

第五 实施策略和方案

就是要制定实现职业生涯目标的行动方案与社会发展相结合，要有具体的行为措施来保证。没有行动，职业目标只能是一种梦想。要制定周详的行动方案，更要注意去落实这一行动方案，还要与自身的实际相结合。

、思想道德方面：树立正确的人生观、价值观、道德观、奋斗观、创业观，坚持正确的人生价值取向。有信仰才有动力，才有原则，才会让自己觉得充实，才可以分辨是非。

、专业能力方面： 扎实学习专业技能，同时，充分利用校内图书馆及网络信息，开拓视野，扩展知识范围，以此，激发、开拓思路。

、学业方面：努力学习好本学期的课程，同时也要涉及广泛。知识积累不仅应做到广、博，更应做到专、精。

最基本的就是数理基础要扎实，悟性要高。

必须擅长计算机操作，计算方法。平时要善于培养分析问题解决问题的能力。英语必须好，很多资料都是英文的。思科、微软等一大堆认证都是英文的。

性格就是要钻研，对于今后的就业来说，外向点比较好。其次要对计算机科学与网络技术感兴趣的人，还要有吃苦耐劳的精神，最后还耐得住寂寞的人等等

第六， 评估调整

职业目标必需现实，考虑需不需要从新选择职业，确定后整个职业生涯规划要在实施中去检验，看效果如何，及时诊断生涯规划各个环节出现的问题，找出相应对策，对规划进行调整与完善。

职业生涯规划对我们有多重要呢？

一、职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力，发挥创新精神；

一份好的职业规划，能引导我们正确地认识到自己的优势与劣势，在为自己的目标奋斗的过程中，取人之长、补己之短，挖掘自己潜在的能力，能引导我们确定真正适合自己的目标，使我们学会如何运用科学的方法采取可行的步骤与措施，不断增强自己的职业竞争力，实现自己的职业目标与理想。

二、职业生涯规划可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会

在任何事情面前，我们决不能想碰运气。对于职业规划，必然更是如此。制定好职业规划是成功的关键，正如常言道：\"好的计划是成功的开始。\"自古代，我们的祖先就懂得了凡事\"预则立，不预则废\",如此深刻的先人教训，我们岂能不铭记于心。

三、职业生涯规划可以提升应对竞争的能力；

当今社会，无论什么行业，到处充满着激烈的竞争。我们是这社会的一份子，无从逃脱。物竞天择，适者生存，这是自古不变的道理。我们要想在这场竞争中立于不败之地，就必须事先做好自己的职业规划，尽量做到胸有成竹，在同是毕业生抱着简历寻找工作的时候使自己处于有利地位。

第七 最后我对职业生涯规划的看法：

计划定好只是开始，更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对、分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。有了规划它就像是指引你前进的灯塔，才能催促自己努力向前，认真从每一点做起，不断克服自己，充实自己，完善自己，才能达到目标，从而促使大学生更好的实现人生价值，成为对社会有用的人。

**大一新生职业规划篇八**

但是，面对林林总总的各类培训，大学新生们却挑花了眼。

从大一开始就要考证书？

尽管才刚开学十多天，华师大南海校区的大一新生琳琳却感觉到了就业的压力。周围的新同学有的计划考研避开就业竞争，有的计划多拿些专业技能证书，还有的同学计划出国。“有师兄告诉我，证书要越多越好，高级秘书证、计算机考级、微软认证，六级证书，反正证书越多，就证明自己的能力越强。”琳琳说。

从大一开始就将精力投入到就业的激烈竞争？大一生活应该怎么过成为新生们关注的热点话题。

1.大一开始准备英语四六级

目前，社会上认可度较高的证书主要有3类，一是通用型证书，如英语四、六级证书以及全国计算机等级证书；二是能力型证书，如托福、雅思等成绩证书；三是职业资格证书，如教师资格证、会计从业资格证等。

通用型证书是大学生必考的，用人单位也比较看重此类证书，所以大学新生最好从进校开始就着手准备这类证书的考试。而能力型证书，对于想留学或从事翻译等工作的人来说， 这类证书也必不可少，也可以提早做准备。

2.根据专业参加职业资格培训

种类最为繁杂的职业资格证书，大学新生则最好先明确了自己的职业方向后，根据自己的职业定位选择1、2门课程进行攻读。如文秘专业的学生选择公关员、商务秘书或涉外秘书职业资格考试，市场营销专业的学生选择高级营销员或助理营销师职业资格考试，机械专业的学生选择机械设计师、机械加工师、机电技术师或模具设计与制造师职业资格考证等。

对于职业资格证的培训，最好在大二专业方向确定之后再进行选择性报读。

3.留学准备要趁早

越来越多的大学生选择在大学毕业后到海外攻读研究生。

对于有此打算的大学新生来讲，及早准备成功率更高。

佛山新东方学校有关负责人建议，此类学生可以在大二暑假参加gre/gmat考试培训及考试；大三暑假参加toefl培训及考试；大四上学期寒假前递交材料申请学校，从而保证毕业时可以及时进入国外的大学。

专家提醒

考证前先做职业规划

“如果在考证中投入了大量的精力，不可能不对学生正常的专业学习产生负面影响。”面对新生的困惑，佛科院学生处副处长钱灿平表示，大一新生如果制定了适合自己的明确的职业规划后，这些困惑大多就会得到解决。

为帮助众多新生建立职业规划，佛科院已计划下个月邀请成功的企业家到学校开办就业指导讲座，而针对新生的心理辅导中，将重点讲解如何提高学生的就业心理素质。

“对于大一的学生进行指导，主要目的就是向他们灌输一种就业与职业生涯规划的概念，让他们从大一开始就对自己今后的职业方向有一个初步的定位和规划。”

钱灿平表示，大二和大三期间，学生可以明晰制定今后的发展路线，结合具体的专业课程去考取一些专业技能证书。最后一些实践性的、需要实习的计划可以放到大学生活的末段。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找