

最新大学生涯总结与感悟(实用5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。优质的心得感悟该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

大学生涯总结与感悟篇一

今天我们某某班以大学生职业生涯规划为主题开展了一次精彩的主题班会。在此次班会中我们就大学生职业生涯规划展开了一系列的讨论。

以下是今天班会的具体流程：

一、介绍主题

二、求职模拟

三、求职礼仪讲解

四、园林专业前景介绍

五、主持人做班会总结

本次班会中同学们就大学生职业生涯规划的有关问题，进行了积极的思考与讨论。这次班会对于每个同学来说，都有许多深刻的影响。因为这是摆在大家面前的一个很现实的问题。那就是以后的求职、就业问题。

针对同学的情况，我们有了求职模拟与求职礼仪讲解这两个环节。我们想通过这两个环节来让大家提前熟悉一下，以后求职过程中将要面对的情况。在这两个环节中，同学积极的

参与到活动中来，主持人也对同学们在活动中提出的问题进行了耐心的讲解。相信经过这两个环节，同学们对以后将要面对的求职过程有了一定的了解。

还有一个环节就是园林专业前景介绍。这是因为大多数同学对我们专业的认识还不够深入，不知道我们毕业将会面临一个怎样的就业形势。因为主持人说的内容都很贴近我们的专业和生活，所以同学们都听得异常的投入。

但是，此次班会也存在着一些问题。在对于每个环节时间的把握上还稍有欠缺，以至班会整体时间上没有把握好。

此次班会从整体上来说还是很成功的。此次班会让同学们对未来的学习生活有了更清晰的认识。

大学生涯总结与感悟篇二

金秋十月，迎来了10届的新生。他们踏着秋天的节律，迈进了金职院的大门。我们学生会为了迎接新生，把十月定位新生活活动月，为新生策划了一系列的活动，如拔河比赛，寝室设计大赛，定向赛等。我们礼仪部也跟随学生会的步伐，举办了一个职业生涯规划演讲大赛！

职业生涯规划(career planning)简称生涯规划，又叫职业生涯设计，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。不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走？”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己

的人生，都在实现自己的梦想。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另一重要利器。

举办这个活动，主要是为了让同学们认识到生涯规划的重要意义，明白职业生涯规划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。

相应的计划和策略，坚持不懈的学习，奋斗。第二是演讲必胜，我们要求同学们采用站立式脱稿演讲，内容必须根据自己的作品进行阐述，突出亮点。

活动前，我们进行了下班级宣传，但在收稿子的时候，上交的份数不多，不知道是我们没宣传到位还是他们不知道怎么写。后来，为了让活动顺利开展，我们又进行了一轮扫班级形式的宣传，并又再次强调了如何写职业生涯规划。有110左右人报了这场比赛，初赛，即上交作品的有80余人。根据活动方案上的作品的要求，我们进行了初步筛选，最终挑了26篇文章，让陈静泓老师进行批改。陈老师用自己空余的时间，精中选精，选了10篇进入决赛。决赛时，我们在进入决赛的选手的班级中邀请了15观众嘉宾，其余的班级各邀请十个，组成了庞大的观众团。我们还邀请了学工办辅导员汪铭凯老师，三大部门的主席，作为本次活动的评委。决赛顺利结束，我们全体都松了一口气。

尽管是结束了，可是留给我们的却是回味无穷。本次活动，存在着许多的不足之处：

1. 活动时间有点赶，没有考虑新活动月的活动较多，同学们，老师们比较忙，导致活动因此延期两天。
- 2、在进行比赛场地的布置时，过于简单，只用了一幅黑板报，没有比赛的氛围和气氛。
- 3、因比赛时很多评委都临时有事，导致现场的只有学工办的

辅导员汪铭凯老师和三大部门的主席。

4、由于策划时没有考虑完全，忽略了对选手的培训和演讲方面的挑选，使得比赛时的选手深知都不能脱稿进行演讲，选手的质量不高。

尽管有许多的缺点，但一个活动还是有一定的优点的：

1、组织工作做的比较好，在比赛过程中，没有出现重大的失误，比赛圆满的成功。

2、宣传工作镜完善后还算到位，大一新生踊跃报名参加，投稿。

3、在比赛前的五天左右就与宣传部进行合作，在活动前一天，将宣传海报摆了出去。

4、在活动现场，我们也联系了期刊部的摄影人员来拍照，为学生会干事见面会的ppt提供了很好的素材。

5. 比赛时有很多大一新生的学生来到了现场，选手的演讲对新生起到了一定的启示作用。

6. 通过比赛，更多的大一新生都对大学生职业生涯规划有一定的了解，使他们的未来更具方向，更有冲力。通过本次活动的优缺点的分析，我们为以后的活动积累了经验：

1. 全方面的考虑、策划活动方案。

2、在注重活动策划的同时，注重选手的质量把关。把策划和选手质量都加以提高。

3、宣传工作十分重要，不能放松。

4. 在确定比赛时间前，综合考虑各方面的因素，否则会耽误比赛的时间。

5、工作必须细致认真，把每个细节都考虑清楚，特别是在活动前期的准备中。

6、作为学生会的一个部门，要加强部门之间的联系，这样可以提高我们举办活动的质量和效率。

其实举办这次活动，让我感触最深的是，做事必须有计划，不能空有一腔的热情而不做具体的实事。

礼仪部

活动意义：

为了帮助学生能够贯彻落实科学发展观，做好毕业生在就业方面的工作，让医高专的学生树立起正确的人生观和价值观，增强学生对现在社会上工作岗位上的竞争意识；增强学生的职业规划意识。增强学生的就业环境。用科学发展观规划自己的职业生涯规划，然后在接下来的`时间里用高效的行动去实现自己所规划的职业目标。因此，学校举办了“大学生职业生涯规划大赛”的活动。

活动时间：

2011年03月13日

活动地点：

xa203

活动人员：

护理系所有学生、辅导员

活动主题：

大学生职业生涯规划

活动过程：

活动经过了初赛、决赛

初赛：老师先经过同学上交的word和ppt进行筛选

决赛：通过演讲的形式，全面提高学生的自我认识，树立正确的人生观和价值观，发掘出自身的潜力，提高学生就业竞争力的目的。

活动总结：

首先由书记宣布活动的开始。

回顾这次的活动，每个同学都展现出他们对未来的规划，因此都为自己做了很好的职业生涯规划，而且不同专业方向的学生都找准好自己的将来的工作位置。

在演讲过程中：

1、学生树立了正确的就业观

a.活动能够很好的让学生讲述他们的规划理念，充分的认识到自己的优缺点。

b.懂得分析各个不同的环境，为以后的学生就业方面做好准备

2、制定了具体的职业目标

3、在演讲的时候锻炼了学生的演讲能力，学生在演讲的时候提升了自信心。

活动不足：大部分的学生都是在自我介绍这方面展开，在职业认知和职业规划上还做的不够充分，有些局限性。可能是因为在制作的过程中缺少向老师的请教。另一方面，学生陈诉的时间过长，没有做好时间上的控制。导致活动不能在规定的时间内完成。

护理系团总支就业促进会

2011-3-14

大学生涯总结与感悟篇三

>2022大学生职业生涯规划总结篇8

作为一名大学新生，展望大学四年的学习生活，我想首先要做的就是端正学习态度，用认真努力的学习来充实自己。其次要进取向党组织靠拢，加强社会生活本事。再次要认真处理好学习。生活。工作与娱乐的关系。做一名进取进取。乐观向上的大学生！

一年级：学好基础课，融入学校环境

1、要适应主角的转变，确定新的学习目标。

2、要熟悉学校环境，提高人迹交往本事。

3、要把专业基础踏实的掌握好，加强英语和计算机的本事。

4、要了解自我未来有望从事的职业，初步设计职业生涯。

5、进取学习英语，为英语过级做好准备。在大二上学期时，经过英语四级的考试，并争取拿到较高的分数。

6、尽可能地多参加社团活动，增长自我的见识，提高自我的本事，加强与同学之间的交流，建立自我在学校的关系网。

二年级：学好专业课，提高个人本事

1、要了解自我的需要和爱好，确定自我的人生观，世界观，价值观。

2、要经过英语。计算机的相关考试并辅修其他专业的知识。

3、要从事与未来职业有关的工作，提高工作本事和受挫本事。

4、要进取参加学校活动和社会实践，提高自身的基本素质。

5、继续深造，努力学好各门必修课和选修课。

三年级：加强专业学习，为就业做好准备

1、要熟练掌握专业知识，实事求是，加强实践。

2、要考取有关资格证书或相应的职业技能鉴定。

3、要了解往年就业情景，学写简历和求职信。

4、要做好考研复习准备，注意研究生考试资讯。

5、继续对目标完成情景做出确定及总结并及时修正目标计划，使得各项准备更加科学化。

四年级：作好冲刺准备，打拼完美未来

1、要顺利完成学业，有机会则考研。

2、要抓住实习机会，为正式上岗奠定良好基础。

3、要在写毕业论文时大胆提出自我的见解，锻炼独立解决问题的本事和创造性。

4、要强化求职技巧，练习面试训练，进取参加招聘活动，为成功就业打造基础。

我相信：路，就在脚下；路，就印在不死的决心之中；路，是汗水筑起的一片生活；路，是一步一步走出的一段人生。大学，便是这漫长人生路上的一个驿站。我会走好大学的这一段路，让人生不留下遗憾！