

2023年大学生自我认知 大学生职业规划 书自我认知(实用5篇)

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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学生自我认知篇一

我是一名乐观、积极向上的xx大学人；兴趣广泛，接受新事物的能力也很强，我的性格活泼开朗，很积极向上，非常乐观，有着平和的心态，要求上进，对于好的事情一定会去争取，而且一定会尽全力去做，而且迎难而上，喜欢挑战；而且能团结周围的人，和他们和睦相处。我喜欢运动，爱打篮球、跑步等。

身体是革命的本钱嘛，锻炼好身体才能好好工作啊。我是一个很有集体荣誉感的人，只要是对集体有利的事情，我会很乐意的去做，而且我工作特别负责，认真，勤劳是我的天性。尊敬师长，孝顺父母这些都是我自小就懂得并严格要求自己去做的。喜欢寂寞，喜欢独处。

我觉得当自己一个人的时候，可以想很多问题，包括自我反省。而且一个人思考问题的效率要比跟大家在一起高。

我必须通过大学剩下的三年时间努力提高自己。

首先是要强迫自己掌握扎实的专业本领，未来的就业打下基础，把主项学精，把其他的专业学透，加强英语的学习，加强实践的训练，加强人际关系的学习，。然后在此基础上，广泛的涉猎其他领域的知识，尤其是知识产权和电子等方面的知识，为将来的发展创造条件。

因为从小就受马克思哲学的影响，相信无神论，没有特别的宗教信仰，所以总体上是持马克思主义哲学价值观的。相信未来是人创造的，人是可以改变命运的，所以我要用我的双手创造属于我的未来，还希望我的父母身体健康，快乐幸福。

个人优势：我的性格比较阳光外向，语言能力比较好，表达能力也还可以，做事比较有激情。性格比较容易接近，有不达目标不认输的精神，有耐心，我不怕吃苦，只要能做好就行，相信自己，潇洒地走下去，定会收获人生的壮丽！！

个人劣势：给自己的压力过大，太过追求完美，但我有时候不能很好的控制自己的情绪，不开心的时候就什么都不想做，有时候甚至连课都不爱听。还有我的城府不深，心里想什么全都写在脸上，或许这是个比较难以改变的缺点吧。

我对自己有了一个比较清晰的认识，对自己的未来也有了明确的认识。其次，我必须提高自己的交际能力，提高外语水平，增强组织领导能力。当然重中之重是学好专业知识。

大学生自我认知篇二

本人性格开朗，有较强的组织能力，能很好地与他人沟通，具有良好的团队合作精神，工作认真踏实。善于与同事相处，做事踏实，能迅速地适应各种环境，并融合其中。

本人性格平易近人，乐于助人，注重团体精神。工作仔细，自学能力强，吃苦耐劳且能承受较大压力。

本人性格热情，积极活泼，但又不乏思考的头脑。乐于助人，当我帮他人解决问题时，我会有一种自我价值的体现的感觉。团队合作精神通过在社会实践中得到了很好的锻炼。

本人性格开朗与人处事融洽，对工作善始善终，能承受日益严重的竞争压力，并能在成功与失败中完善自己。活泼开朗、

乐观向上、适应力强、勤奋好学、认真负责、坚毅不拔、勇于迎接新挑战。擅长业务具有良好的沟通能力与团队合作精神。

本人诚肯好学、对工作充满热情、工作认真负责、敬业，善于与他人合作，做事善始善终，有团队精神，并且能够灵活掌握所学专业知识，有一定的组织协调能力。

本人性格开朗,热情大方,富有正义感,勤奋好学,对工作认真负责,注重效率,有较强的

团队合作意识;能很好的配合团队完成各项工作,如能成为贵公司的一员,我将在所属岗

位上尽力尽职,愿为贵公司添砖加瓦共同进步。多年工作实践,使我掌握并积累了更多的工作经验。我相信只有认真的对待每一份工作,才能体会到工作的快乐!

大学生自我认知篇三

时光荏苒,光阴似箭。一晃眼,两年的大学校园生活就与我告别了。从x年进入学院就读以来,一直以严谨的态度和满腔的热情投身于学习和工作中,虽然有成功的喜悦,但也有失败的辛酸。

然而日益激烈竞争的社会也使我充分地认识到:成为一名德智体美劳全面发展的优秀大学生的重要性。因此,我仍然孜孜不倦,不断地挑战自我,充实自己,为实现人生的价值打下坚实的基础。

养成了良好的生活习惯,生活充实而有条理,有着严谨的生活习惯和生活作风,乐于助人,诚实守信。因为我平易近人、待人友好,所以一直以来与老师、同学相处得很融洽。

大学生自我认知篇四

把自己的一生无私地奉献给社会大家庭，是我人生和工作的目标。为此，我选择了自己喜欢的金融专业。经过几年的学习，我收获了很多。为此，我做了一个金融专业的自我评价：

学习自我评价：

能独立学习，学习能力强，热爱金融专业，对本专业充满热情。踏实肯干，真诚待人，乐观积极的生活态度，热心助人，服务意识强。

工作自我评估：

吃苦耐劳，吃苦耐劳，能长时间连续工作。我曾经是广州威迪达电子有限公司的经理助理，每天工作12个小时以上，是唯一一个拿奖学金的兼职。

较强的组织协调能力和活动策划能力，如多次组织策划“新春友谊”晚会，负责晚会的场地布置、节目安排、主持等，并取得了良好的效果。

团队合作意识强，善于沟通，同学间人际关系良好；在同学中威望很高；善于协作”的战斗。

语言表达能力强，如：在学院参加过多次辩论赛，获得过“最佳辩手”称号。

积极参加各类志愿者活动，如惠州市“践行青春服务新农村”农村社会调研活动、省银监局组织的中小企业博览会学生志愿服务活动、“感恩暖冬”义务献血公益活动等。

大学生自我认知篇五

论文摘要:目的考察高职大学生的主观幸福感及其与个人评价之间的关系。方法采用总体主观幸福感量表(gwb)[]个人评价问卷(pei)对680名高职大学生进行调查。结果高职大学生主观幸福感与个人评价都比较高,男女被试在主观幸福感、个人评价的某些方面存在显著的性别差异;主观幸福感和个人评价有极其显著的正相关。结论高职大学生的主观幸福感与个人评价有显著相关。

近年来,有关高职大学生群体的主观幸福感的研究日益引起社会的关注。主观幸福感,简称(swb),专指评价者根据自定的标准对其生活质量的整体性的评价[1]。它是衡量个人生活质量的综合性心理指标,反映主体的社会功能和适应状态。父母教养方式对个体心理的发展、人格的形成、心理健康、个人自我评价、主观幸福感有着重要影响作用[2-6]。本研究试图将大学生个人自我评价因素引入高职大学生这个群体进行研究探讨,旨在了解高职大学生的主观幸福感,并进一步探讨高职大学生的主观幸福感与个人评价的关系,在大学生心理健康教育过程中加强自信教育,进一步提高大学生的自我评价意识,使高职院校大学生有更强主观幸福感。

1.1研究对象

采用整体随机取样法,选取广州市3所高校的大一、大二、大三3个年级的学生,有效被试680人,其中男生312人,女生368人。

1.2研究工具

(1)一般情况问卷由研究者编制,包括年龄、性别、出生地、年级、专业等基本信息。

(2)自信水平评定:采用个人评价问卷(pei)[7],作为自信水平的测查工具。该量表有6个维度:学业表现、体育运动、外表、

爱情关系、社会相互作用及同人们交谈,除了这些分量表以外,还有一些条目是评定总体自信水平和有可能影响自信判断的心境状态,共计54个条目,以4级评分。

(3) 总体幸福感量表((gwb)[8],由美国国立卫生统计中心制定,用来评价受试者对幸福的陈诉,得分越高,幸福度越高。国内段建华对其进行了修订。本研究只计算该量表前18个项目总分。

1.3 数据处理

根据研究分析目的,将采集到的样本数据通过spss 13.0统计软件进行方差检验、t检验和相关性分析等统计数据分析。

2.1 不同性别的学生的主观幸福感和个人评价的差异

从表1可以看出,男生比女生更自信、主观幸福感更强。在体育运动、外表、社会相互关系、交谈、量表总分几个因子存在显著差异;男生体育运动、社会相互关系、影响自信判断的心境的因子显著高于女生,而女生在外表及交谈因子却显著高于男生。

从表2可以看出,高职大学生的主观幸福感和个人评价有极其显著的正相关,在学业表现、体育运动、外表、总体自信水平等几个因子存在显著正相关;在社会相互关系因子存在显著负相关;在外表、交谈、影响自信判断的心境等几个因子无显著相关。

本研究结果表明,高职大学生有较强的幸福感体验,乐观、自信。男女被试在主观幸福感方面存在显著的性别差异;男生比女生主观幸福感强,关于高职大学生主观幸福感的性别差异,许多学者的研究结论并不一致,这可能与研究工具、对象、样本量的不同有关。男女生被试在自我评价方面存在显著的性别差异;男生自我评价总体分更高,男生体育运动、社会相互

关系、影响自信判断的心境的因子显著高于女生,说明男生在体育运动、社会相互关系自我评价上更自信;而女生在外表及交谈因子却显著高于男生,女生通过人际交往、外表获得更多的幸福体验。高职大学生的主观幸福感和个人自我评价自信因子有强正相关,相关系数为0.498。自信水平受很多因素的影响,如自身条件、学业表现、社会支持因素、客观环境等,同时也受其成长经历的影响。自我评价是指一个人对自己思想、动机、行为和个性特点的判断和评价,是自我认识和自我态度的统一。自我评价是自我意识的主要组成部分,在人的个性发展中发挥着重要作用,对自我的主观幸福感的感受有显著的相关,因此要从家庭、学校等的教育方式去探讨如何提高高职大学生的自信心,从而提高大学生的幸福体验。

[1]diener tive well-being psy-chological
bulletine,1984,95:542-575.

[2]黄朝云,章军建,任善玲.高职大学生自我评价与父母养育方式的关系的研究[j].中国行为医学科学,20xx,14:8.

[3]王欣.父母教养方式与子女焦虑水平的相关研究[j].中国心理卫生杂志,20xx,14(5):344.

[4]钱铭怡.青少年人格与父母教养方式的研究[j].中国心理卫生杂志,1996,10(2):58.

[5]胡洁,姬人舒,冯凤莲.父母教养方式与高职大学生总体幸福感的相关研究[j].健康心理学杂志,20xx,10(1):16-17.

[6]赵欣.高职生主观幸福感现状研究[j].教育与职业,20xx,2007(9):66-67.

[7]汪向东.心理卫生评定量表手册[j].中国心理卫生杂志,1993,增刊:260~263.

[8] 郭远兵, 黄朝云, 刘葵. 高职大学生主观幸福感和父母教养方式关系研究[j]. 中国行为医学科学, 20xx(3), 264-266.