**高中生职业生涯规划** **设计参考模板**

**前言**

我一直认为“机遇总是降临于有德行、有准备的人”是要有规划做前提的，有一份职业生涯规划是对我的人生有莫大的帮助，毕竟把人生掌握在自己的手中比随遇而安的感觉好多了。一份职业生涯规划，是一种有效的手段，它所代表的是我想发展的大体框架，所起的作用是鞭策我向自己的理想加快脚步。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，势必会造成生命和时间的浪费。作为当代高中生，若是带着一脸茫然，走在求学的路上，是很可怕的事。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下。

**机会永远偏爱有准备的人**

**一、自我综合分析**

|  |  |
| --- | --- |
| 1、我有“是非”标准吗？是什么？（孝敬理解父母、尊敬老师、团结同学、爱集体爱国家、遵纪守法法、诚实、守信、大度、胸襟宽广等） |  |
| 2、我“懂事（什么事该做，什么事不该做，该怎样做。）”吗？我的美丑观清晰吗？我做到“顺听”老师、父母的话了吗？ |  |
| 3、我有自我管理能力吗？我在哪些方面做到了自我管理？我形成了良好的学习、生活习惯了吗？（情绪管理能力、心态管理能力、时间管理能力、起居管理能力、目标（日、周、月、年）管理能力等。） |  |
| 4、我有理想吗？我的理想是什么？面对理想我有哪些优劣势？实现理想的目的中有没有服务大众、服务国家的想法？这种想法强烈吗？ |  |
| 5、你如何理解品德修养与实现理想之间的关系？ |  |

**二、学习能力分析**

|  |  |
| --- | --- |
| 1、我有阅读习惯吗？对阅读的内容我有鉴别能力吗？对阅读的内容我有摘录和批注的习惯吗？经常写“阅读启示录”吗？ |  |
| 2、听课的时候我的精神集中吗？听课的时候我有和老师进行目光交流的习惯吗？课堂笔记我能做到详略得当吗？我体会到参与课堂活动的重要性了吗？ |  |
| 3、夜自修我是按照计划自习的吗？夜自修我的学习效率高吗？如果没有老师监督，我能做到全心投入学习吗？ |  |
| 4、休息日我有整理学习资料的习惯吗？休息日我有对各学科进行阶段性复习的习惯吗？休息日我有没有因为“学习的事”，让父母亲人等忧心，如果有我有积极的面对、从感恩的角度进行改正吗？ |  |
| 5、对学习成绩的浮动，我有积极地反思总结、积极地面对吗?我与人协作学习的能力强吗？我有没有意识到自主学习的重要性？ |  |

**三、学习环境分析**

|  |  |
| --- | --- |
| 1、良好的班风、校风的形成我是不可缺少的力量，我意识到了吗？“说好的、想好的、关注好的，时间久了不好的现象也许就会逐渐的消失”我同意这个说法吗？为什么？ |  |
| 我对“学习内环境（内心的平静、专注的思考、顽强的意志）”的重要性有过思考吗？ |  |
| 对不良的环境、有不良习惯的人，做好自己该做的，同时积极地去改变、感化，绝不随波逐流，坚守原则，我是这样做的吗？ |  |

**四、理想职业分析**

|  |  |
| --- | --- |
| 1、我未来从事的理想职业是什么？哪些大学有这一职业对应的专业？历届的高考分数、在我省招生的人数是多少？ |  |
| 2、我理想的职业现在的发展状况如何？这一领域的领军人物有哪几位，对他们了解多少？了解了之后，有启示和激励作用吗？ |  |
| 3、我现在的学习力或学习成绩能使我实现理想吗？我有改进的想法和行动吗？持之以恒地来拼搏，我有十足的信心实现吗？ |  |

**机会一定眷顾有践行力的人**

**一、高中学业规划**

|  |
| --- |
| 1、形成稳定的品德修养目标 |
| 2、形成优秀的学习习惯目标 |
| 3、培养终身的学习力目标 |
| 4、理想专业与理想大学目标  其一：  其二：  其三： |

**二、人生规划目标**

|  |
| --- |
| 心中未来理想的“我”的形象 |

**懂得评价的意义才能走得更远**

**一、感恩父母的支持：**

|  |
| --- |
| 父母寄语： |

**二、感恩老师的引导：**

|  |
| --- |
| 导师评说： |

**三、静下心来反思：**

|  |
| --- |
| 自我反思： |

**结束语**

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！

规划设计者：              制订规划时间：         年    月     日