**大学职业生涯规划的意义**

数字媒体与设计艺术学院 2015211601班 2015212131 王源路

当今社会，伴随着科技的创新与社会的快速发展，人们在生活的各方面都面临着与日俱增的压力，其中就业困难就是一大热门社会问题。据《2017应届生就业报告》显示，2017年应届生人数又达新高，共计795万人次，56．7％的应届生表示就业岗位与所学专业完全不对口。面对如此庞大的待就业人群，就业竞争压力大和岗位不对口的问题愈发突出。在当前这种局势下，清晰的大学生职业生涯规划对于日后的就业有着重要的意义。

大学生职业生涯规划有助于确定职业发展的目标，增强发展的目的性与计划性。通过对自己职业生涯的规划，大学生可以解决好职业生涯中的“四定”——定向、定点、定位、定心，尽早确定自己的职业目标，选择自己职业发展的地域范围，把握自己的职业定位，保持平稳和正常的心态，按照自己的目标和理想有条不紊、循序渐进地努力。其中，“定向”具体是指确定日后职业的发展方向，就目前而看，许多大学生未清晰制定职业规划导致择业时十分迷茫、盲从，造成不符合目标单位要求落选或专业不对口等现象。职业生涯规划可以帮助大学生根据自己所学专业特长及自身发展兴趣决定未来就业的清晰方向，尽早给自己规划一条发展线路，提高自身的竞争力。“定点”是指确定就业的地域范围，随着大城市涌现出越来越多的机会与诱惑，毕业生纷纷挤入大都市企图找到自己的一席之地。但大城市带来的激烈竞争与高昂的生活成本给毕业生带来了许多困扰，很多人在尝试后决定回到家乡发展。对就业地域进行规划，分析不同城市或区域的优缺点可以帮助我们尽早做出最适合自己的选择，有利于职业长期的连续性发展。“定位”是指确定在什么单位从事何种职业。目前，许多应届毕业生由于缺乏对于自身的正确认识，导致在就业时频频碰壁。有效的职业生涯规划可以引导我们评估个人目标与现实之间的差距，根据自身特质与潜在优势制定可行的目标，并学会利用科学的方法采取有效的措施，实现自身的理想。“定心”是指保持平稳和正常的心态，有条不紊地朝自己的目标前进。职场与校园本质上存在着较大的差异，大学生初入社会，容易在求职中产生焦虑、迷茫、自我否定等多种消极情绪。职业生涯规划可以帮助学生对自身精准定位，制定可行的目标，从而较早开始为自身职业目标而努力，使得自身水平大幅度提高。较高的个人水平有助于学生在求职过程中脱颖而出，从而保持一颗积极向上，从容不迫的心，更好地调整自己的心态并克服各种心理问题。

大学职业生涯规划有助于提升应对竞争的能力。大学生活更加提倡学生的主动能动性，学会自主学习、时间管理都是大学的一门必修课。面对大学更为自由、灵活的时间以及众多的课余活动，大学生极易分散精力，陷入生活中的各类事物中去。尽早进行职业生涯规划，可以帮助大学生确定发展方向，从而全神贯注于一个目标的实现，充分发挥自己的才干，提升自我竞争能力。同时，职业生涯规划可以帮助大学生在自我认知的基础上，根据自己的专业特长，结合社会环境与市场环境，对未来将要从事的职业及要达到的职业目标制定方向性方案，并在大学期间不断为之储蓄能量。针对于目标职位的要求，学生可以在大学生活里培养参加学生工作、校园活动的意识，锻炼个人领导能力及团队合作能力，使得自身综合素质有所提升。同时，职业规划可以督促学生在专业领域认真学习，提高自我，获取丰富的知识为日后的职业奠定良好的基础。一份有效的职业生涯规划，更能有方向性地推动大学生前进，使他们不断鞭策自己，在朝目标靠近的道路上不断完善自身并得以发展，增强了在职业竞争中的实力，可提高就业竞争的成功性。

职业生涯规划对于每一个学生都具有重要的意义，它不仅有助于全面、协调、可持续地培养学生，更能够把学生塑造为有理想、有知识、有能力、有责任的青年，帮助他们提高各方面的能力、积累实践经验和社会阅历，帮助他们在就业浪潮中平稳渡过，顺利到达成功的彼岸。