

教师职业生涯规划书

教师职业生涯规划书(11 篇)

指缝很宽，时间太瘦，悄悄从指缝间溜走，我们又有了新的工作，趁现在好好地写一份职业规划吧。我们该怎么去写职业规划呢？以下是小编精心整理的教师职业生涯规划书，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

教师职业生涯规划书 1

一、写在前面

我现在是 XX 幼儿师范学校的学生，毕业后基本上就是从事教育工作，我也不例外，我的志向就是从事幼儿教育的工作。我立志于幼儿教育，并相信我有对这个职业高度的热爱和热情，我会将我的能力在幼教事业上尽情展现。在求职的路上会有鲜花暖日，但也会有荆棘风雨，我们要时刻做好面对机遇和挫折的准备，也需要有一定的目标和方向，那就必要做好职业的规划，找准职业生涯的道路，为日后能拥有阳光大道做足充分准备。

二、自我分析

（一）性格分析：

我是个比较开朗活泼的女孩，但我并不缺乏稳重，平时态度积极、认真，责任心强有一定的原则。和同学、老师能相处融洽，在做事时的独立性和自制力较强。好奇好问求知的要求高。但在做事为人时可能有考虑不周全的问题。我同时也是个勇敢、坚强、勤奋、无私的女孩。

（二）职业个性分析：

我在学校担任过不少职务，在组织和动手等能力上有过培养，在工作中一直吃苦耐劳、主动积极、认真负责、为人正直、自信、有创新思想，并有一定工作方法和能力，我相信我在从事幼教职业中一定可以保持我的优点，发展我应有的水平，并不断学习新的知识，探索新的事物，跟上时代的脚步，做个有计划、有目标、有学识的优质老师。

（三）我的优点：

1、责任心强，有爱心、耐心；2、态度积极认真，工作努力负责；3、学习成绩好，有一定的学习方法，乐于学习；4、思维活跃、精力充沛，积极上进乐于思考和行动，并有创新的能力；5、在文学、唱歌、画画等方面有一定的特长，舞蹈和表演突出，兴趣比较广泛；6、身为学生会成员能以身作则，管好自己；7、为人自信、正直、想法多。

（四）我的缺点：

1、考虑问题不够全面，做事不够果断；2、有时比较任性；3、个性较强，固执；4、缺乏时间观念，做事易拖拉。

（五）家庭环境分析：

家庭经济条件一般，父母都是普通工人，收入不高，姐姐毕业已工作五年，工作稳定，已组成家庭。我是家中最大

的经济负担。家庭成员没有太大的社会关系，只在教师这个职业方面有些关系。家中父母对我相当关心和爱护，但不过多的过问我的学习和活动情况。父亲由于在家时间较少，和我关系相处不太融洽，母亲给我的影响较大，我学会了诚恳待人，诚信做事，敢于追求为，热爱生活。

（六）社会环境分析：

现在社会对幼儿教师这一职业的需要是很大的，大量幼儿园的兴办，还有一些办园较早的幼儿园也开始办分园，这样幼儿园对幼儿教师的需求大大增加，同时给我们很多选择的机会。现在幼儿园对幼儿的教育要求提高了，专业化的院校毕业的学生更受用人单位青睐，但院校的学生毕业率高，所以对工作的竞争也是很激烈。

（七）职业环境：

幼儿园的环境很单纯，和社会无太多关系，无危险、无职业病危险，环境状况舒适，在园内无勾心斗角的现象，无权力的争夺，而且富有童趣，职业从各个角度来看都还算轻松，但责任重大，孩子是我们服务的主要对象，对幼儿的教育是全面的，那就要求我们首先要全面发展，对这个职业要有爱心，本职业的就业前景还是十分可观的。

三、SWOT 分析

优势：

（一）我的优势

1、各科成绩都较好，比较全面，并在艺体、文学等方面有特长，兴趣广泛；2、做事特别认真、踏实，态度积极，责任心强；3、在班级曾担任过团支书，在学校曾担任过学生会文体部副部长，国旗班负责人及成员，组织管理能力较强，且敢于尝试新的事物；4、多次在校活动中及评优中获得荣誉证书；5、多次实习，拥有丰富经历。

（二）优势的使用

1、知识掌握较为全面，并有一定特长，很受用人单位欢迎；2、做事的态度能受到大家的信任；3、组织管理能力对于幼儿园十分重要；4、大量证书在面试及申请工作时能够突出，很占优势；5、丰富的经验能很快适应工作及环境。

劣势：

（一）我的弱势

1、有时比较固执，情绪化；2、考虑事情不够周全；3、自我反思不够；

（二）弱势的弥补

1、多听听别人的意见，稳定自己的情绪；2、遇事要从多方面、多角度考虑；3、多找找自身过失，改正不足。

机会：

（一）机遇

1、姐姐是园长，我得到她的肯定，并表示欢迎我留园；2、毕业前的各种招聘活动；3、进修拿本科学历；4、实习给老师和园长留下较好的印象。

（二）机遇的把握

1、我会慎重考虑是否要靠关系，这所园对我的发展有帮助吗？2、利用自己的优点和特长，充分展示自己，参加一些好单位的招聘；3、参加多种考级，提高自己的学历和知识；4、认真考虑所实习单位是否值得留。

制约点：

（一）我面临的威胁

1、幼儿园工资不够高；2、学历不够高；3、英语水平较差，影响国际交流。

（二）威胁的排除

1、多学习，参加高校的高考，进修本科；2、将心态平和，以学习及积累经验为重；3、从现在开始就开始好好学习英语，多和别人用英文交流。

四、对职业的认识

我认为幼儿早期教育是个要求全面发展的职业，有很大发展空间的，而且现在人们越来越重视学前教育了，大量幼儿园兴办，用人单位对幼儿教师的需求还是很大的。但自己必需不断充实自己，否则很难在这个领域长久待下去。对孩子

要有爱心，有耐心，有管理的方法和认真负责的态度，我们应提高自身职业素质，在教育行业中遨游！

五、近几年职业生涯路线

1、近期目标：好好学习，多积累专业知识，努力提高我的英文水平，并着力发展自己的艺体能力，在毕业汇演中积极表现；2、中期目标：毕业后我将选择在北京发展，为此在今后的学习中我将要不断努力，扎实我的专业知识，通过各种考核；3、长期目标：不断充实自己，敢于尝试新事物，参加本科考试，在事业上大展鸿图。

六、结束语

人生的路需要自己走出精彩，每一次挫折都会成为宝贵的人生阅历，要勇敢的面对人生，面对日后的点点滴滴，并要不断努力，与时俱进。发挥自己的强势。谁能阻止少年武士赴死之心，他们听不见，用毕生的精力去奋斗吧，阳光大道在向我们招手！

教师职业生涯规划书 2

教师职业生涯规划对教师适应教育工作、减少职业倦怠、推动专业发展具有十分重要的意义。在教学实践中，教师要正确认识自己的职业角色，做好自我评价，明确发展目标，制定职业生涯规划，而学校则要为教师职业生涯规划的落实创造良好的氛围。

近些年来，对大学生的职业生涯规划进行指导已成为众多教育机构及教育工作者热衷于探讨与研究的问题，这无疑会推动大学生就业工作的顺利开展。然而，在学校教育工作中，教师也在接受教育，他们与学生一样属于发展中的个体，特别是当今处于教育改革背景下的教师，将面临更多的成长压力。“机遇从来只青睐有准备的头脑”。制定有效的职业生涯规划可以使教师更好地利用教育改革的契机实现自己专业发展的目标。

职业生涯指一个人终身职业经历的模式。职业经历包括职位、工作经验和任务，受到价值观、需求与情感的影响。教师的职业生涯是与教师在学校教书育人的一系列职业经历相关联的模式，如在校的从教经历、教研活动与教学经验的丰富、教育理想与愿望的实现以及得到学生与社会的认可与尊重等。

职业生涯规划简称生涯规划，又称为职业生涯设计，是指个人与组织相结合，在对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、特点进行综合分析并权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定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。

苏格拉底说：“当我们为奢侈的生活而疲于奔波的时候，幸福和生活已经离我们越来越远了。做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。”作为刚刚上岗的新教师，做起学问来确实感觉永远也不能知足似的。要学的东西太多太多，面对一次次突如其来的考验总会让我措手不及，甚至力不从心。刚迈上讲坛的我心里清楚自己想成为一位优秀的教师，一定要让自己不断地发展，不断地进步。为此，我觉得为自己设计一个三年的人生发展规划是必要的，也是特别重要的。具体如下：

一、个人现状分析：

(一)优势分析：一开始工作就让我与一年级的孩子一起学习，孩子们那天真单纯的眼神，那似有若无的认真，那时常只想靠你近一点的亲切都是我喜欢我渴望的自然。我态度比较认真，工作负责，乐于学习，喜于探索，勤于反思。

(二)劣势分析：对小学英语教学经验和班主任工作经验比较缺乏；个人的基本功还要不断发展与提高。具体可以从这样几个方面来看：

(1)研究教材的能力还不够，不能准确地与文本对话，挖掘适合儿童的东西，不能结合学生的具体情况进行备课。

(2)教学实践经验不足，如提问技巧、过渡语言、评价语言、应变能力等还需要好好加强训练。

(3)教学研究能力较薄弱，不能把自己平时教学中遇到的问题转化为文字，不善于总结、积累经验。

(4)专业书籍及教育教学书籍读的较少，实践与理论常常不能对应起来学习，以后要多多加强阅读的数量和质量。

二、个人今后的发展目标

第一年：认真学习小学英语新课程标准，阅读一些关于教育的书籍，努力提高自己的理论知识水平，全面深入地认识新课程，新理念。把自己的学习心得及时记录下来，可以发到学校网站或博客上，也可作为以后研究与写作的材料。认真备好每堂课，努力上好每一堂课，并写好反思。争取把理论知识运用到实践中，在尝试应用的同时不断反思，在不断的反思中求得进步。写好师徒结对的总结，做好汇报工作。

第二年：充分应用新的理念指导教学，在教学中大胆实践，开拓创新，深入研究，探讨交流。平时多多请教指导老师和其它有经验的老师，把自己的课堂变成自我实现的舞台。撰写论文，总结汇报。

第三年：继续完善自身的专业素质和综合能力，力争使自己成为业务上不断创新，科研上有所心得，课堂上小有成就的教师，努力让自己成为学校的新生力量。

三、实现发展目标采取的措施

(一)让读书与学习成为习惯。现代社会信息日新月异，知识在不断更新，各种理念也时时进步着，作为一个教师，必须让自己与日俱进才能符合时代的要求。平时多读一点关于教育教学的理论，看一些比较权威的教育专著，把自己的读书心得及时写成文章，积蓄力量与经验。

(二)认真钻研教材，科学备课。教科书是学生学习的主要材料，只有仔细地钻研教材，用心与文本进行对话，才能比较好地把握知识动脉，科学地备出教学育案，才能跟随孩子和时代的心跳。

(三)认真上课，及时反思，勤于笔耕，乐于探索。

(四)多动手，多动脑，特别是多动嘴，向有经验的老师多请教。争取能在指导老师和其它教研组的老师的帮助下，每个学期开一堂公开课，态度端正，实事求是，虚心接受指导与批评，改进教学方法，自我完善教学方式。

(五)重视科学研究与成果汇报工作。争取每个学期能写出1篇有质量的论文或此类文章。重视课题研究，争取能多参与或进行某些课题研究。

四、实现发展目标需要学校的帮助

要实现以上目标，自己的努力是不可或缺的，但是学校的力量却是有力支柱。给新教师配备一位指导老师，让新手在最短的时间里接受最好的训练，得到最有力的帮助，这个做法很好。我希望学校能给予新教师更多的关注与指导，比如在写论文时，能够得到相关老师的帮助，在有机会学习时，能多让新手学习与体会。

五、结束语

三年说长不长，说短不短，教师说平凡也不平凡，我相信只要用心学习，一切都不会成为空中楼阁。还是那句话，做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。

教师职业生涯规划书 3

作为一名教师我工作已经快满3年了，3年又是一个新的台阶，我认为有必要对自己的职业生涯有一个长远的规划，使自己在进行教育事业时有一个更加明确的方向来前进和发展。正所谓“凡事预则立，不预则废。”为进一步开掘自身潜能，实现自己的人生价值。为自己制定一份合适的职业生涯规划书显得尤为重要。

一、个人现状分析

了解自己是教师生涯规划的首要步骤，它也是未来事业成功的保证。要通过自我反思，充分认识自己发展状况。

（一）优势方面

- 1、爱岗敬业：热爱教师事业，热爱江宁中等专业学校这个集体。
- 2、能尊重学生、主动与学生进行沟通。
- 2、喜欢读书，能积极学习理论知识和先进的教学理念。
- 3、比较容易接受新事物，能吃苦、有上进心。

（二）不足之处

- 1、对学生和教材把握有欠缺，不是每堂课都上的得心应手。
- 2、在授课的过程中，教学方法运用还不够娴熟，注重知识的教授，对能力的培养有所忽略。
- 3、经验不足，有时候对学生学习的难点，攻破力度不够。
- 4、教育科研活动还留于表面，没有能够深入研究，没有形成自己独到的见解。

二、职业发展目标：

总体目标：

（一）加强理论学习，加快成长步伐

教师们都有同感：“教师每天都在吐出知识，如果不及时吃进新知是不行的。而且当今时代是一个知识“爆炸”的时代，担任“传道、授业、解惑”任务的老师，更需要争分夺秒地学习。

1、努力学习新教育的理念及精神。按照新教育和新教材的理念，积极进行课堂教学模式的改革、探索，优化课堂教学过程，探索适应新教材要求的教学方法，处理好课程改革和执行教学常规的关系，提高教学质量。重视对学生能力的培养，不断提高学生的综合素质。做到既要教学又育人。使班级中每个孩子沐浴在课改的阳光雨露中，自信且成功地成长。

2、上课要明确教学目标，把握重、难点进行教学。课后对每节课进行认真反思，写下教学后记，不断总结教训，积累经验。勤于实践报告，不断自我反思。

3、平时教学中注重自己文学素养的提高，如要多读好书和多练字等等。勤于向各教师请教相关方面的知识，以达到从全方位的提高。

（二）向优秀教师学习，提高教学水平

教师的任务不仅要使学生掌握科学知识、技能，培养和发展学生的智力和体力；而且要使学生养成文明的行为，良好的习惯，具有高尚的情操，坚强的意志。这就要求教师不断提高自身的教育才能。

在能力方面要求自己学习做到以下几点：

1、教育感染力。用心灵去教育学生，用情感去感动学生。教育学生不能只用规范和惩罚，我主张的是情感教育。经常给他们讲道理，分析问题的原因，教他们用道德来衡量事情的对错。

2、因材施教的能力。不管是技能学习上还是品德上，学生与学生之间总有差异，善于发现学生的特点，并能运用适合的方式进行指导，提高他们的信心，鼓舞他们前进。

3、完善课堂教学的能力。在一次又一次的实践中学会如何完成课堂教学任务，如何控制时间，如何实现师生互动，如何使学生更好的掌握技能和理论知识。

（三）努力提高教学研究能力

1、积极努力学习专业的教学理论知识，并能运用在自己的教学中，及时进行反思。工作中不断阅读有关教学理论的书籍，不断提高自己。平时也要不断补充其他方面的理论知识，丰富自己，做到多听、多看、多写、多练。

2、积极主动进行教学研究、

三、具体规划：

理论上教师职业生涯可以划分为以下几个阶段

1——3 年目标合格教师教学实践型

2——5 年目标优秀教师师德实践型

5——7 年目标教学能手理论实践型

7——9 年目标特色教师管理实践型

9——12 年目标特长教师学者型教师

目前我已完成师范毕业生向一名合格教师的转变，正准备为实现第二阶段目标——做一名有良好师德的优秀教师而努力，对于这三年，我的计划是这样的：

第一年

松，多观看优秀教师的典型课例，多进行教育教学理论知识的研读，并注重实践的积累，不断地把教学知识转化为教学能力。

第二年到第三年

研习名师、特级教师的教学技巧和教学风格，结合个人的教学实际情况，从语言风格到课堂结构、设计思路等进行创造性的改革，形成了自己的一套教学设计、教法和学法指导等教学方式，构建了自身教学经验体系。

4

工作**年了，虽然有过计划，有过打算，却从没有静下心来，认真地给自己的职业好好的规划一下，我认为有必要对自己的职业有一个长远的规划，使自己在进行教育事业时有一个明确的方向来前进和发展。因此认真地规划了一下自己的未来。

一、加强学习，提高自身师德修养

一名好的教师首先要有高尚的师德修养，我要以优秀教师为楷模，以身边的师德标兵为榜样，加强学习，努力提升自己的师德水平，真正履行母校的教学宗旨《学高为师，身正为范》，成为合格的人民教师。

二、加强学习，提高自身业务水平

师者，传道授业解惑也。也就是说，教师的本职工作就是教书育人。因此，我给自己制定计划，要努力提升自己的业务水平，使自己成为一名业务型教师，向专家型教师看齐。

1、多读书，用知识武装自己

抓紧课余时间认真学习，并且要做好笔记，写好批注，争取每读完一本书或一篇文章就完成一篇读后感。将读书放在第一位，是因为这些书籍将填补我在理论方面的缺陷，必将对我一生的教育事业产生潜移默化的作用。

2、创新课堂教学，用事实证明自己

(1) 加强课堂教学研究。利用好网络资源，结合实际，融入课堂；多向老教师、有经验的教师请教，认真备好每一堂课；用心灵去教育

是情感教育。经常给他们讲道理，分析问题的`原因，教他们用道德来衡量事情的对错。不管是技能学习上还是品德上，学生与学生之间总有差异，善于发现学生的特点，并能运用适合的方式进行指导，提高他们的信心，鼓舞他们前进。上好每一堂课，坚持写教学反思，及时总结经验；坚持听课，借鉴别人的长处，改进自己的教学方式，努力创新教学方法，向 40 分钟要质量。

(2) 掌握现代教学手段。现代教育不是简单地传授知识，重要的是要培养学生的能力。当今的科技快速发展，要求教师有高深的专业知识。为此，掌握现代化的教学手段，也是促进教师转型的重大策略。在最短的时间内学习制作复杂的课件，帮助课堂教学，提高教学质量。

(3) 建立新型的师生关系。学习和掌握先进的教学方法，不断探讨和研究如何与他们沟通，与他们进行心理上的碰撞来确定管理学生的方式，和学生建立良好的和谐的师生关系。

3、努力提高科研能力

积极参加校级、区级以上的教研活动；因为每一次教研活动都给我的学习提供学习的平台，因此，我要不放弃任何学习的机会。同时，每年至少完成两篇高质量的论文。

面对竞争激烈的社会和教师工作，我充满信心，我将带着百倍的激情投入以后的工作，让自己的规划在最短的时间得到最好的回报。

5

一、自我分析与环境分析

我是一名从事了 20xx 年班主任工作的“新”教师。说“新”，有两层含义：一是我从庆岭九年制学校转入天岗中心校也只有两年时间；二是虽然从参加工作的第一天起，我就成为了一名光荣的班主任，但是接受新的班主任观和教学观的洗礼也只有最近三、四年的时间。现在我是天岗中心校四年级二班的班主任，兼任四学年的学年组长。从调入天岗中心校开始接这个班整整两年了，我已经赢得了学生的爱戴和家长的认可，学校的领导和老师也很信任我，可以说我已经完全融入了新的环境中。

认可，我想与我的认真勤恳的工作态度和良好的素质是分不开的。但更深入地剖析自己的职业发展：为什么近三四年发展得较快一些？静心思考后，我找到了答案：那就是我更多地接受了新思想、新理念的熏陶，能抽出一点时间来读书学习了，更多地用脑子做工作了。反思一下自己的班主任生涯真的很惭愧：那么多年来埋头苦干，“全心全意为学生服务”，但由于受传统教育观念和自身懒惰思想的束缚，我也一度成为应试教育和师道尊严的追随者，曾经的“优秀教师”用今天的眼光来看真的不能算是一位好老师。所幸的是已经开始了，就不算晚。新的工作环境是我不断成长的动力，“名优班主任培养工程”是我成长的平台，家庭环境也有了我坚持学习的保证（孩子长大了，该上一年级了，我们可以共同学习）。

学生观：每一名学生都是一朵花，都能绽放出属于自己芬芳。

质量观：不让一名学生掉队，努力实现学生的个性化发展、可持续发展。

班级管理思想：关注心灵成长，实行自主管理，用细节与文化打造特色管理。

班主任观：班主任要成为学生的精神关怀者、人生引领者、潜能发掘者。

职业观：教师的责任就是爱每一个生命。

三、发展目标

长期目标：五年内成为吉林市优秀班主任，努力做一名专业的幸福的班主任。

近期目标：

- 1、一年内细读两本以上教育专著，结合实际进行实践研究，每周最少写一篇教育叙事，一年内最少写一篇经验论文，至少两个经典案例。
- 2、继续完善量化管理，真正地让每一名学生都参与到班级管理中。
- 3、继续打造书香班级特色，坚持每天阅读 20 分钟，与学生共读

4、努力保持每天心平气和。

1、以“名优班主任培养工程”为平台，积极参加学校、进修学校等上级部门组织的各种培训学习活动，完善自己的班级管理理念和教育方法。

2、坚持经常阅读教育专著、教育刊物和其他书籍，丰富自己的知识储备，利用好网络资源，向名师学习，开阔自己的视野。

3、开展行动研究，坚持理论和实践相结合，利用教育叙事发现问题、总结经验，尽快将“实践智慧”上升为“理性智慧”，成为研究型教师。

4、经常实施自我反思和目标监控，不断提升自我，进行自我激励。

5、完善晨诵、读书汇报会等读书活动，自设阅读欣赏课，坚持每天阅读 20 分钟，让书香浸润学生的心灵，让阅读激活灵动的生命。愿我早日成为一名专业的、幸福的班主任！

教师职业生涯规划书 6

一、职业生涯规划的内涵

随着社会经济的快速发展和知识经济的来临,各类职业对从业者的思想素质、生理和心理素质、技术素质以及各种知识和能力的要求越来越高，职业竞争也越来越激烈，进行职业生涯规划，不仅是高校组织发展的重要任务，也是教师自身实现其职业生涯发展目标的重要手段和办法。

职业生涯规划是指根据自己设定的长远的职业生涯目标，将大目标分解成一些子目标，按照子目标的落实思路和策略制定具体的日程表，再分析实现的步骤、程序、检查办法等，通过实现小的目标，最后实现长远目标。职业生涯规划以人自身为开发对象，工作重点是提高从事职业所要求的伦理观念、知识技能水平等。个人职业生涯规划是指为了获得或改进个人和工作有关的知识、技能、动机、态度、行为等因素，以利于提高其工作绩效，实现其职业生涯目标而做出的各种有计划、有系统的努力。

(一)职业生涯规划有助于教师明确方向，完善自我

许多刚参加工作的老师，很多对自己并不了解，尤其是不了解自身的优势和劣势。通过有效的职业生涯规划，可以使新教师熟悉到自身的个性特质、现有和潜在的资源优势，帮助熟悉自身的价值并使其持续增值；可以对自己的综合优势和劣势进行对比分析，着力培养某项职业特质；树立自己的职业发展目标和职业理想，从而能规划自己的学习和实践，并为自己获得自己认为理想的职业而去做各种预备。

(二)职业生涯规划可以提高教师个人的创造性

创造性思维对教师个人的职业生涯发展具有十分重要的功能，只有具有较高的创造性思维水平，思路灵活，提出新的设想、新的观念，才能不受传统思维和习惯的束缚。因此，有必要通过职业生涯规划提高教师个人的创造性思维能力。

(三)职业生涯规划可以提高个人的科学文化和专业技术知识水平

现代职业的从业者，尤其是高校教师这一职业，只有把握丰富的现代科学文化知识和必要的专业技术知识才能适应社会和职业发展的需要。非凡是随着知识经济的来临知识更新的步伐越来越快，不断学习和把握新的科学文化知识和专业知识变得更为重要和必要。

(四)职业生涯规划有助于自我实现

面对人生的大舞台，每个人都渴望实现自我价值。美国心理学家马斯洛提出了闻名的“需求理论”，指出人的需求由低级向高级层次推进摘要：即从生理需求—平安需求—友爱和归属的需求—受尊敬的需求—自我实现的需求。所有这些需求又必须通过职业生涯活动来实现。我们可以通过从事一份职业来获得生理、平安、友爱和归属、尊敬的需求，我们更是通过从事一份职业来发挥自己的潜能，体现自我价值。因此，一份正确的职业生涯规划，能为实现自我价值创造机会并能够扬长避短，最终迈向成功。

三、高校教师职业生涯设计的特征

首先，高校教师属于知识型员工，知识型员工的首要特征是他们具有很强的成欲望和明确的职业价值观。他们很在意自身价值的实现，

这项工作具有很强的支持性，也有自己独到的熟悉。

其次，知识型员工具有自我调适性。由于知识的不断更新，他们能够不断调适自我以适应知识工作的需要。为了和专业的发展目前状况保持一致，他们对工作和学习具有很强的主动性。所以，在高校的职业生涯设计工作中，和职业生涯发展密切相关的教师培训和开发制度必须紧密配合，这样才能得到教师们的真正重视。

第三，高校由于扩招，教师工作量大，使得很多教师疲于应付工作，没有在某一学科真正成为专家。所以，教师职业生涯设计的首要工作，就是理顺教师的学科方向，建立同一学科下的教学和科研互相促进机制，促进教师在某一学科领域真正成为专家。

第四，高等学校的三个职能确定了大学教师的三方面的工作任务，形成高等学校教师的工作特征摘要：传授高深的文化科学知识和技能，经常注重本专业本学科最新成就和发展趋向，把教学、科研和社会服务结合起来，不断提高教学质量和科学探究水平以及社会服务效果，以较高的学术水平影响学生，并在促进社会进步方面起良好的功能。因此，大学教师的工作不是封闭的，而是具有开放的特征。

第五，职称是教师职业追求的重要方面，教师的职称晋升在职业生涯规划中占有重要的位置。教师在进行职业生涯设计的过程中根据专业发展需要以及任职资格标准来进行规划，从而一步步到达职业生涯顶峰。

第六，不同职业生涯阶段具有不同的阶段。对青年教师来说，重点是要突出其学科方向的确切性和工作的挑战性，对中年教师来说，重点是强调工作中的成就感和职业培训开发，对老年教师来说，重点是如何发挥传帮带功能。

四、高校教师怎样进行职业生涯规划

(一)自我评估

自我评估的目的，是熟悉自己、了解自己。因为只有熟悉了自己，才能对自己的职业作出正确的选择，才能选定适合自己发展的职业生涯路线，自我评估包括自己的喜好、特长、性格、学识、技能、智商、

情商、思维方式、思维方法、道德水准以及社会中的自我等等。

(二)环境分析

每一个人都处在一定的环境之中，离开了这个环境，便无法生存和成长。所以，新教师在制定个人的职业生涯规划时，要分析环境条件的特征、环境的发展变化情况、自己在这个环境中的地位、环境对自己提出的要求以及环境对自己有利、不利的条件等等。只有对这些环境因素充分了解了，才能在复杂的环境中认清形势。

(三)以提升专业技能为目标，加强自身的专业培训

在发展期阶段教师应积极参和形式多样的专业培训，以此提升自己的职业行为能力。比如参和和专业相关的学位培养、专题研讨、学术论坛、国内访问、干部挂职锻炼等，不断学习，以此更新知识，培养能力，不断提高专业技术水平。

大学师范生职业生涯规划书

引言

生活给了我们无限的激情、精力和对未来的无限的向往，给了我们奋斗的动力和追逐的勇气。因此，每一个有追求的人的人生注定是不平凡的，是独具一格的。世界是被创造的，而我们就是创造世界的人。创造需要勇气，更需要智慧。生活驱使我追逐希望的脚步、追赶梦的身影。地平线的一端，有我的梦。在那里，有希望指引我前行。尽管期间可能有诸多艰险，但却毫不退缩。

黑夜给了我黑色的眼睛，而我用它寻找光明。

一.认识自我

a.职业测评

1.六岛环游测试

使用目的：职业兴趣分析

在六岛环游的测试中，我第一个选择了“研究性：i 岛屿”，第二个选择了“管理型：e 岛屿”，第三个选择了“艺术性：a 岛屿”。

由测评结果可见，我的兴趣爱好在于求知、追求真理、研究探索未知的领域，擅长理性的思维，同时也追求艺术的美。

2.霍兰德职业兴趣测评

著名生涯发展理论家霍兰德把人的职业兴趣分为六种类型，分别为：现实型(r)、研究型(i)、艺术型(a)、社会型(s)、企业型(e)、常规型(c)。

他的研究表明：人只有在与自己类型吻合的环境中才能取得最好的成绩、产生最强的成就感与满意度。

在六种类型的分数之间做一个对比，我的分数分布情况为：

现实型(r) 20 研究型(i) 36 艺术型(a) 14

社会型(s) 29 企业型(e) 29 常规型(c) 20

霍兰德六边形

由测评结果绘出上述六边形可知：我的职业兴趣倾向主要是研究性，其次是企业型和社会型。

3. 气质测试

希波克拉底对人的气质分为四类：胆汁质、多血质、黏液质、抑郁质。20世纪30年代，俄国著名的生理学家巴甫洛夫经过50多年对人的高级神经后懂得研究，认为神经类型的一般类型即为气质的生理基础。

我的各气质得分为：

可见，我的气质类型为黏液型。

(黏液型的特质：平静，善于克制忍让，生活有规律，不为无关事分心，埋头苦干，有耐心，态度持重，不卑不亢，不爱空谈，严肃认真;但不够灵活，因循守旧。)

测评小结

通过对以上的测评，我是一个沉着冷静，克制忍让的人，能够敏锐的观察周围的环境，能够很好的与周围人进行友好的相处。拥有充足的精力，具有超强的专注性，能够十分的投入自己所做的任何事情，不容易受到周围环境的干扰。具有严谨的态度，敏捷的思维能力。有自己独立的思想，习惯于理性分析与逻辑推理，不会轻易的接受别人的观点，习惯于表达和说服。拥有乐观积极的心态，对自己的未来充满信心。

b. 他人评价

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/367002160064006045>