

# 教师的职业生涯规划 15 篇

## 教师的职业生涯规划 1

思想品德、课程学习、科研能力、身心素质等方面的自我总结：

时光荏苒，岁月如梭，不知不觉中我已经走过硕士研究生生涯的一半路程，回首望去，有付出，有回报，有困惑，也有执着，这些生活与学习中的点点滴滴，见证了我的成长，也为我将来的生活和工作打下了坚实的基础。

在思想品德方面，继续学习思想理论知识，并用理论影响实际。一方面，学习先进的重要思想，与时俱进，保持较高的思想政治觉悟。另一方面，在实际行动中贯彻这种思想；同时，以身作则，争取起到良好的带头作用。

在课程学习方面，踏实努力，取得了优异的成绩。研一期间，我抓住基础课程和专业课程学习的机会，不断巩固基础知识、丰富专业知识。同时，我还选修了自己感兴趣的课程和与自己研究方向相关的课程，不断扩大自己的知识面。通过一年的课程学习，我受益匪浅，并在期末考试中取得了第 x 名的好成绩。

在科研能力方面，不断学习，争取在课题研究和毕业论文设计上有所成绩。我经常借阅学校图书馆的期刊杂志，查阅网上电子期刊等，来深化和拓宽专业领域知识，努力提高自己的学术水平，配合好导师

的课题研究，完成了\_\_\_\_等项目。当然在学术研究过程中遇到了各种困难，通过导师的教导、师兄师姐们的帮助以及自己的努力，困难迎刃而解。学术知识的探讨和学习对我的启发意义很大，激发了我对知识的渴望。

在身心素质方面，我一直坚持良好的生活习惯，并保持善良的本性。一方面，我坚持良好的生活习惯，按时作息，并利用闲余时间锻炼身体，使自己更加精力充沛的投入到学术研究中；并且积极参与各种集体活动，与周围的朋友融为一家，丰富了我的研究生生活。另一方面，我坚持诚实信用、与人为善的原则，对朋友坦诚相待，真心帮助周围的同学、朋友。研究生期间，我有幸认识了许多学识渊博的师兄、师姐和同学，得益于这些良师益友的帮助，为我的学习和生活增添了光彩。

当然我知道自己还有许多不足，在接下来的时间里，我会继续严格要求自己，努力学习文化知识，提升自己的思想觉悟和个人修养，力争做一名优秀的硕士研究生。

## 教师的职业生涯规划 2

教师作为教书育人的职业，是人类灵魂的工程师，对自身的素质和工作效率提出的要求相对较高。因此，需要教师不断设计出适合自己未来的发展规划。教师发展是教师人生价值实现的过程，是教师在充分认识教育意义的基础上，不断提升精神追求，增强职业道德，掌

握教育规律，拓展学科知识，强化专业技能和提高教育教学水平的过程。我按照学院的要求和自己的实际情况制订出未来几年的发展规划。

### 一、个人现状分析

“师者，所以传道授业解惑也！”自毕业至今，工作已5年多。在教育教学中，我认真学习经验丰富教师之长处，不断提高自身业务素质，对课堂教学也有了自己的一些思考与想法。我发现，虽然我在工作中认认真真、尽心尽力地做好本职工作，但对突破课堂教学原有水平、提高课堂教学效率效果不甚明显。作为高职院校的青年教师，在课堂教学中如何理论联系实际，如何提高学生的认知能力，如何将学习知识与社会工作需求紧密衔接等都是值得进一步学习的内容，并且如何能够在教学过程发扬自己的优点，吸取别人的长处，更好地促进自身的发展。

融入学院发展体系是剖析自我的目的，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。所以剖析自我，从自己的喜好、特长、性格、技能、智商、思维方式、思维方法、道德水准等方面剖析：本人出生于1982年7月，现年30周岁，双子座，性格类型属于多血质，性格较为温和；易于产生情感，但体验不深，善于结交朋友，容易适应新的环境；语言具有表达力和感染力，姿态活泼，表情生动，有明显的外向性特点；注意与兴趣易于转移，不稳定；在意志力方面缺乏忍

耐性，毅力相对不强。爱好音乐以及体育运动，思维方式机智灵敏，灵活，因为来自农村家庭，独立较早，本质淳朴善良，做事有时不够果断，但嫉恶如仇，乐于奉献。

在教学过程中，我深感自己的临床经验不够丰厚，专业知识仍然不够扎实，教育教学中的创新意识还不够，缺乏对学生心理状态、特征的认识和研究，在日常的自我学习中欠缺持久性和连续性，尤其在工作中，对于接受新知识略显懈怠。

这需要自己在今后教学生涯中独断规划，不断提高。

## 二、职业发展目标与行动措施

### (一)明确自我发展目标，实现角色转变

作为参加工作五年的青年教师，首先要明确作为教师的基本要求和方向，树立正确的价值观和责任意识。同时尽快适应工作环境，实现从新手到成熟教师的角色转变。

1. 以“师徒工程”为依托，在学校拜老教师为师，积极听课、说课，在师傅的指导下，扎扎实实地进行学科教学，掌握教学规律，在实践中获得成长。

2. 继续加强学习，提高自己的政治思想素质，积极参加各类教学教育实践活动，积极地主动到临床第一线去，向老教师学习，向同行教师学习，在实践中提高自己的业务能力，提高教学能力，树立扎实

的工作作风。学习是教师成长的源泉，只有在不断的学习中，我们才能获得进步。

## (二)加强教育技能培养，强化自我修炼

1. 学科课堂技能是立足讲台的关键，这就需要我们向成为研究型教师方向努力，要善于在教育教学实践中发现问题、分析问题，总结经验以指导教育教学实践活动，使提高教育教学质量的得到最优化，切实打造“效率课堂”。

2. 加强临床实践，关注行业发展，要给学生一桶水，自己必须要有一池水。因为学生对知识渴望是永无止境的。对于以临床实践作为第一要务的兽医类专业来讲，始终需要教师保持对专业发展的新动向。在扎实的学术根底与理论底蕴之上，不断加强学习、进修，始终将专业化水平与实际接轨是十分迫切和必要的。

3. 在教育技能基本熟练的基础上，积极参与班级管理工作，提高班级管理能力，每周、每月关注量化考核情况，学会管理，优化管理，提升效率。

## (三)教学相长，教研并进，形成教学特色

1. 熟练地掌握教育教学技能，有一定的教学经验和反思能力，并能在反思的过程中不断调整自己的教学行为，在教育教学中初步形成自己的特色。即探索适合自己的课堂教学模式，用新的理念指导

自己的课堂教学，通过课堂教学实践，形成自己的教学风格并大胆创新，总结经验，不断求索。

2. 通过各种信息传播手段广泛获取现代教育教学信息和教育教学改革经验，进一步加强教育理论学习，为成为研究型教师打下基础。

### 三、具体措施

#### (一) 牢记教师使命，树立奉献意识

时刻牢记教师的神圣使命，始终坚持尊重学生的自由发展。将教育作为幸福人生的一个支柱，帮助学生们理解幸福、创造幸福，这是作为教师最本源最重要的目的。选择了教师这一职业，就需要懂得追求学生的成功才是自己人生成功，所以就需要树立奉献意识和责任意识，启迪学生的智慧，塑造学生的心灵。

#### (二) 树立终身学习的观念，切实提高自身业务素质

通过学习提升师德修养，丰富知识结构，增强理论底蕴。多听老教师和同行的课，积极向前辈学习，向同行学习，吸取他人的长处，不断提高教学能力，努力使自己的教学质量达到优良的水平。

#### (三) 认真研究教学规律，在实践中反思与总结

重视对教学的反思，教学感想要做即时的记录，整理和归纳。最重要的是能够随时记录，要形成每一节课写教学反思的习惯，把课堂

中最精彩及最难忘的片段及时地记录下来。积累日后成为教学论文的素材。

#### (四)认真备课，提高教育科研服务社会水平

课前积极钻研教材，理清教学内容路基顺序，做好充分的备课工作，认真备好每一堂，备好每一个学生的课，备好课堂的教学教法。课后做好教学后记与教学反思。善于观察与总结，提高课堂教学设计能力。并及时积累个案，归纳资料，撰写有实效的专题论文或报告。

教学生涯的前五年已经过去，在接下来的五年、十年时间将在我的教育生涯中占有重要的一席，通过拜师，与同行交流，以学者为友，以一线为师，使自己富有创新意识；通过不懈追求探索，提升自己的综合素质和创造能力，提升了自己和自己的事业。但一切都是新的开始，新的目标，在今后的生活和工作中，我将努力按照自己的规划一步一个脚印，踏踏实实地实现自己的育人理想——对学生负责，对社会负责。

### 教师的职业生涯规划 3

#### 一、明确年限，确定职业方向（一）

由于我对自己未来的发展还处于比较朦胧的状态，所以暂且我准备制定一个未来五年内的职业规划。根据我的职业测试的结果，我将根据它制定我的职业目标图。因为我是文学院的学生，主修的是汉语

言文学专业的课程，所以如果没有意外的话我未来职业的发展方向是一名中学的语文老师。

现在我是一名大三的学生，离毕业步入社会找工作还有两年的时间，所以我的五年的职业生涯规划要分为两个阶段，在大学校园的两年和在社会的三年。首先，针对第一阶段，我准备在这两年内尽可能完成一个自我增值的过程，尽可能让自己的学科成绩保持中等以上水平，做好班级工作；对于第二阶段，我计划先用一年的时间进行社会实践，自认为社会经验大大的缺乏，所以这一年打算自我历练。然后在接下来的两年里，为自己谋求到一份工作，这份工作只要能让我自己的经济独立，减轻父母亲的负担就行。

## 二、自我分析

### 兴趣爱好：

我的爱好还是比较广泛的，喜欢唱歌，听音乐，上网交友，热衷于体育运动，像篮球、乒乓球、羽毛球、篮球、网球等都是我平时喜欢参加的一些活动，还喜欢户外运动，最希望的就是和一群朋友蹬着自行车去户外旅行；还有就是我爱好爬山，我立志要把中国的五岳都征服，我向往那种登上山顶俯瞰山脚的感觉，努力寻找那种登泰山而小天下的感觉。那将会是无比畅快的一件事。

### 2、我的性格（优点、缺点）：



我自认为我的性格可以说是比较开朗型，但是只有跟我相处过的人才知道，有同学曾经跟我说，我给他们的第一感觉是冷冰冰的难以接近，这好像也差不多，因为当我在一个陌生的环境中，我一般是不怎么和同学的交流的，我习惯先观察后交朋友。认识我的朋友都说我神经大条，遇事不计较，性格开朗活泼，脸上总挂着一副笑容。但是在我自己认为，我的性格还是有一点偏差：比如我习惯把事情装在心里，自我消化，至少到目前为止，我还并没有遇到难以消化的事情，或许这就符合了职业测评测试中我的挫折承受能力较强吧。我还喜欢帮助人，当然是在我能力范围内，我不是那种可以倾尽所有去帮助别人的人，自认为还没有到这么高的品质。我做事有点粗心大意，做事情有点半途而废，不是那种一门心思栽上去的那种，但是只要我有了非常明确的目标，我会努力达成。总之，自我性格评价：良好。

### 3、身体状况：

我的身体素质良好，很少生病，应该与经常参加运动有关，院里的运动会每年都不落，还连续两年参加校运动会，大一的时候还参加了新生篮球赛，后来接连参加了学校组织的排球赛、羽毛球赛等等，成绩良好。连续两年的体育课成绩平均分在 92 以上，总体评价：优秀。

### 4、教育背景：

我小时候没有上过幼儿园、学前班。但因为爷爷和父亲都是老师的关系，我在六岁的时候就在爷爷的指导下，把拼音学完了。直接在

候被分到了快班，升到高中后，同样进了快班，但我后来的成绩并不是很理想，老师曾对我寄予了很大的期望，但我终究辜负了他。这也是我的一个遗憾。现在进入了大学，前两年总感觉浑浑噩噩，没学到什么知识，所以决定在接下来的两年里好好地充实一下自己。总体感觉：一般。

#### 5、专长：

说到我的专长，好像我没有哪一方面可以称之为专长的，唯一的比较好的算是我的英语了，我曾经梦想当一名外交官或涉外翻译，但是一想到那个艰苦的过程，我就打退堂鼓了，毕竟学艺学到精是一件很难得事情。况且山外有山，人外还有人呢。我还有一件较擅长的就是我的书法，（软硬笔）虽然模仿成分居多，但是相较于我们整个文学院来说，还是不错的。

#### 6、过往经历：

在高中以前，我几乎没有什么经历，在班级里没有担任过什么职务，社会实践更不用说了，在进入大学后，我在第一年里担任了班级的体育委员，这是我迄今为止最为值得骄傲的骄傲的一件事，因为在来年的运动会上，我们班的团体总分名列全院第一名。在接下来的这一年，我通过班级的投票选举，票数位列全班第一，所以我主动请缨，担任了班级团支书一职，在这一年的工作中，我尽量配合着同学们的行动，但是或许因为这样，班级总感觉比以前懒散了，从这里我替自

'职位，总是对别人

严格不起来，如果班级有会，只要谁跟我软语说一声。我就擅自放他走了，由此观之，我还是比较适合在他人领导下工作。

### 7、思维能力：

说到思维能力，应该跟我们的智商脱不了干系，我也没有认真做过一些关于智力的测试，但是从我数理化学不好的情况来看，逻辑思维能力肯定是不怎么好，文学方面的思维能力应该还是不错的，对于一些较难的题目会通过一些投机取巧的办法把它解决掉，在这里我要说明一点，不要小看投机取巧，它有时候不失为是让你“柳暗花明又一村”的绝佳办法。

### 三、目标展望

#### 职业目标：

在步入社会后通过自己的努力找到一个老师的工作岗位，希望自己能在这个职位上能很快的上手，游刃有余，尽量让学生们能听懂我在讲什么，让自己在他们心中留下一个好印象，认为我是一名称职的老师，不求学校的评定，但求学生的认同。

#### 2、收入目标：

薪资方面我只希望能让自己经济独立，够吃够喝就行，适当的减轻父母的负担，当然多多益善，有可能的话贴补家用更好。

### 3、学习目标：

(1) 因为我将要胜任的有可能是中学语文老师的工作，所以提高自己的文学修养是一件刻不容缓的事情，在接下来的这两年的大学生活中，读书将会占我大部分的时间，夯实自己的文学基础，提高自身文化修养；

(2) 还有就是努力把英语六级过了，提高自己的英语口语水平，不要变成哑巴英语；

(3) 继续努力和同学维持友好的关系；

(4) 积极参加学校组织的各项活动；

(5) 按时按点的进行必要的体育锻炼，做到劳逸结合。

(6) 考过普通话，拿上教师资格证。

### 4、名望期望：

在学校的这一阶段，我只希望能尽快靠拢党组织，发展为预备党员，顺利入党。如果还可以继续胜任班级团支书一职的话，我会尽自己最大的努力，做好班级工作，增加班级凝聚力。进入社会后，我希望能顺利的找到老师的工作，所做的工作能被学校和学生接受就行，至于作到什么程度还不敢想，只是希望自己努力向上就行。

5、成就感：在校园这个范围内，我希望我在同学们的心目中永远是一个值得相信的人，提起我来没有不想与之相处的感觉就行。而

我希望能同行中处于佼佼者的地位，当然这只是一个遥远的期望，但我会为之努力奋斗。

#### 四、我的专业技能

我在大学期间主修的专业是汉语言文学专业，这与未来担任中学语文老师的工作的关系是密不可分的，我有别的专业没有的深厚文化底蕴，而且文学是一门比较宽泛的学科，他可以涉及很多的行业，比如编辑、秘书、导游、主持人、播音员等等。老师这个职业只是其中的一个选择。

#### 五、我的职业支撑点

首先，我认为良好的职业支撑点与自身的性格有关，我们常说“性格决定命运”，这并不是一句空话，所以我觉的这是我职业的一个较好的支撑点；其次，良好的人际关系也是一个重要的方面，当然，这里我们不能只看朋友的数量，而要看朋友的质量，他的人品是我们考量要不要交这个朋友的重要条件，还有他的性格，如果他不具备这些基本的素质，那我们人际关系即使“再好”也是没用的，因为真正能帮我们的几乎没有，这时候的人际关系就发挥不了大的作用了。我自信这方面还不错。在学校期间，我担任过班级的体育委员和团支书，在组织活动这方面自认为有一定的经验，懂的相处之道连续两年被评为院“优秀干部”和院“优秀团干部”。我的家庭很普通，并没有什么能跟一些社会关系沾上边，所以社会资源较之贫乏。

## 六、最适合的职业（职业分析）

根据我自己的专业情况来看，我适合从事文笔这方面的工作，但是以我自己的性格，我又不喜欢太快节奏的工作，而且对于刚毕业的女大学生来说，这方面的工作比较稳定，容易找到，尤其是教师这个职业，这是一个永恒的职业，由于现在越来越重视教育的问题，他的地位只有上升，所以这是一个较为保险的职业，也可以称之为“铁饭碗”，尤其是对于求稳定的我来说，他将会是我的第一选择。至于其他行业，由于没有涉足社会，我并不清楚。

## 七、我的选择

虽然老师是我的首选职业，但是世事变化无常，总之，我最终选择的职业是不会给自己造成太大压力，工作环境要轻松，同事友好，容易交朋友，让父母放心，这些是我的求职必要条件。至于是什么样的工作，到时再做决定。

## 八、结束语

任何目标，只说做不到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。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；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属

“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

#### 4

新的学年开始了，又一批新教师走上了讲台。新教师有激情，有闯劲，创新开拓意识很强，如果得到科学、专业的引领，其成长速度会是相当可喜的。“教师到底应该教什么？”“我该怎么办？为什么我怎么都教不会他们？！”“当教师这么累，我的快乐在哪里？”……这是不少新教师上岗后对教师职业发出的感叹！其实，做老师容易，做个“有心的老师”不容易。如果新教师上岗后不久精神就开始枯竭，那么其职业发展就会停滞。因此，新教师要保持自己良好的适应新岗位的能力，必须对自己的工作有一个持续的职业生涯规划。

一、规划“适应阶段”新教师参加工作的第一年，是拜师学习与模仿阶段：

新教师要逐渐熟悉备课、上课、辅导、批改作业、考试测验等教学常规性工作，多观看优秀教师的典型课例，不断地把教学知识转化为教学能力，并逐渐认同教师的职业责任，实现由师范生向教师角色转变。

二、规划“基本功阶段”新教师工作到第三年左右，是练就教学

基本功阶段：

一是教师的“二字一话一机”（粉笔字、钢笔字、普通话、计算机多媒体技术）等一般基本功；

二是备课、上课、批改、辅导、测验等常规基本功；

三是处理重点、难点等课堂教学基本功；

四是分析和了解学生、管理学生能力的基本功。至此，新教师具备了独立的教育实践能力，成为胜任学科教学的教师。

三、规划“形成经验和技能阶段”教师工作到第五年左右，是形成经验和技能阶段：

教师开始认同教师的职业价值，逐步树立现代教育观念，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。

四、规划“教师成长的徘徊阶段”教师工作到第五至八年间，是教师成长的“徘徊阶段”：



教师在教学业绩上提高不明显，出现心理学所说的“高原现象”，许多教师满足于自己的那点经验和技能，也就此裹足不前。教师要想突破成长的“高原期”：

一要明确专业成长“着力点”——加强教学技能技巧的训练，走出教学艺术缺乏的“高原期”；

二要找到专业成长“生长点”——重视教育教学技术的运用，走出教学技术缺乏的“高原期”；

三要探求专业成长“发展点”——继续教育要终身化，走出专业知识缺乏的“高原期”；

四要寻求专业成长“契合点”——培养合作意识，走出单打独斗的团体精神缺乏的“高原期”；

五要确立专业成长“支撑点”——参加教育科研活动，走出教学自我诊断缺乏的“高原期”。

五、规划“教师成名阶段”教师工作到第8至12年左右，是教师“成名”阶段：

少数越过“高原期”的教师，用现代教育理论指导自己的教学实践，并对学科教学有独特见解，形成了自己的教学特色和风格，成为学科教育专家。这阶段教师的工作特点有两个：

一是教学在批判中。教师在教育教学忙碌与宁静中开展自身对话，在教育反思中不断接受理智的批判，在实践中不断接受理论的提升；

二是教学在研究中。教师在不断的学习与研究过程中拓展内涵，增长专业能力，提高专业水平。

六、规划“教师成家”阶段”教师工作到第12年以后的一段时间，是教师“成家”阶段：

教师不满足于在教育教学方面已有的建树，始终“咬定青山不放松”，继续走教科研之路，并把研究的触角伸到教书育人的各个方面。这阶段教师的工作特点是教师创造出值得自己崇拜的人。因他们丰富的学识、灵动的智慧、激情与活力而成为充满底气、灵气和大气的立体课堂，使教学更成为教育。因此“成家阶段”的教师，在理论上，对教育有深刻的理解和感悟；在实践上，在做好“经师”的同时，更注重做好“人师”，形成自成一体的教学流派。

## 教师的职业生涯规划 5

我有幸参加了全国高校教师培训中心举办的《青年教师职业生涯规划与发展》专题网络精品课程培训，受益良多。现就此次培训谈谈我的感受。

一、青年教师制定职业生涯规划对于自身成长的重要意义

1、职业生涯规划有助于教师认清自己人生与事业的目标。

制定职业生涯规划的重要内容之一就是明确个人的人生与事业目标，这一目标是建立职业生涯规划的基础和前提。在确立目标的过程中教师要深入地进行自我分析，从而明确内心的需要、正确认识自身的特质，以及综合优势与劣势、现有与潜在的发展可能，并评估个人目标与现实之间的差距，进而树立明确的职业生涯规划目标与人生理想。

2、职业生涯规划可以增强教师发展的目的性与计划性，增加成功的机会。

职业生涯规划是有关实现教师职业目标的一整套行动计划，由于这一计划以实际背景为基础、以科学方法为手段、以发展步骤为内容，所以计划的实施过程中客观性强、可控性好，从而使目标实现的几率得以较大的增加。

3、职业生涯规划有利于教师发掘自我潜能，从而增强个人实力和竞争能力。

行之有效的职业生涯规划必然为教师提供详细的发展内容和明确的发展策略，在这两部分内容中对于发展重点的选择，一定是在全面分析的基础上，结合教师的潜在能力的出现点而最终确定的。换句话说，教师的未来发展重点一定是有利于发掘教师潜能并使其持续增值，也必将会是增强个人实力和竞争能力的重要突破点。

#### 4、职业生涯规划有助于解决教师的职业倦怠。

职业倦怠是指个体因在体力、精力和能力上无法应付外界的要求而产生的身心耗竭状态，是个体厌倦和畏惧工作任务的一种心理、生理反应。职业倦怠不是由某一个事件造成的，而是由日常工作中的挫折、焦虑、沮丧日积月累造成的。一些教师由于缺少有意识地训练，因而教学水平和能力往往处于高原状态，没有成就感和发展感，这样很快就会出现职业的倦怠和退缩。职业倦怠是一个渐进的过程，一个难以突破的恶性循环。为了克服职业倦怠，很有必要使教师树立生涯设计的意识，掌握生涯设计的方法，真正把自己的职业生涯置于理性的思考之上。

#### 5、职业发展规划可以帮助教师增进工作满足感，提高生活的质量。

职业发展规划的终极目标之一，是帮助教师增加实现人生价值的可能，从而使教师在心灵和精神的层面获得满足感和幸福感。一般的讲，有效的职业发展规划应该使教师在工作的过程中体验到工作带来的成就感，从而激发其朝着下一个目标努力奋发，这样其每刻都生活在一种积极的心理状态下，生活的质量自然就有所提高。

## 二、实事求是，制定适合的职业生涯规划

### 1、客观的自我评估

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。

## 2、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。

## 3、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。

总之，作为一个高校教师，要想在职业生涯中有很好的发展，就应该用统筹的思想，实事求是，制定符合自己的职业规划。

经过一年的大学生活与学习，我们早已褪去了当初刚入校门时的青涩与懵懂，从一名大学“新人”逐渐变成大学“老人”。

在这个过程中，我们有过欢笑有过泪水。前途总是光明的，然而过程则往往是曲折的。然而那些或坦荡或曲折的道路，那些学习生活中的欢乐与困境，都让我们学习到了许多，并且为我们接下来的大学生活甚至是今后的人生添砖加瓦。这一年来，我感触良多，对自我也有个更加客观的评价与总结。

首先最重要的智育素质，刚入大学时由于无法快速适应大学完全不一样与高中的教学模式，以前有段时间也曾出现了迷茫感。但是在经过了一段时间的磨合期后，我也最后能够感受到大学课堂的魅力，大学课堂更加地开放，更加地自由，我们也能学到更多以往无法学到知识。然而机遇与挑战并存，大学的课堂更多地要求我们自学潜力。完美的成绩背后必然是一分的天才和九十九分的汗水。在学习中，只有课前预习，加上最重要的课堂认真听讲，最后及时复习，才能取得优秀的成绩。当然和老师同学的交流也是提高学习效率的好方法之一。这点上我在大一做得并不很好，但是我相信在接下来的大学学习中我会更加刻苦努力，争取更远的理想目标。

在智育素质上，应对大学各种各样的兴趣团体，校园活动以及为同学们服务的学生会组织，我们都就应用心地参与其中，这能够很好地锻炼自我，也能够很好地扩大我们的交际圈，都说，朋友是人生的一大财富。而丰富多彩的校园活动也是对自我的全方面锻炼，参加活动

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/928034024017006042>