学校举办大学生职业规划专题讲座

为引导同学们形成科学的成才认知、理性的择业思路与正向的就业态度，对学业路径与职业发展作出符合自身实际的规划，强化求职就业过程中的核心竞争力，同时为第四届全国大学生职业规划大赛做好充分备赛准备，学校于2026年10月12日下午组织开展大学生职业规划专题讲座，特邀职业规划领域专家、福州大学副教授阮娟老师，为参赛种子选手、赛事指导教师及相关学生答疑指导。

阮娟老师结合自身丰富的职业规划指导经验与大赛评审视角，围绕大学生职业规划的核心逻辑、职规赛参赛材料打磨、现场展示技巧、答辩应对策略等关键内容展开系统讲解。她通过鲜活案例拆解规划要点，从自我认知、环境分析到目标确立、路径设计，层层递进地为师生厘清备赛思路；同时针对往届大赛常见问题进行复盘，为种子选手提供了极具实操性的改进建议。

现场互动环节气氛热烈，提问踊跃，阮娟老师逐一耐心解答，精准回应师生困惑。

与会师生纷纷表示，将以此次讲座为契机，把所学所悟转化为实际行动，在职业规划大赛中展现最佳状态，同时以赛促学、以赛促就，科学规划职业生涯，为未来高质量就业奠定坚实基础。

（学生工作处）



