

# 最新职业生涯规划职业锚(通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 职业生涯规划职业锚篇一

有梦想，就要插上翅膀去飞翔，因为自己想要最求自己喜欢的生活，活的更加精彩更加有趣，找到自己想要遵循的目标去寻找自己的人生价值，去不断超越前辈实现自己的梦想。

### 一、自我分析

我是一个乐观开朗的人喜欢结交朋友，在大学中我最喜欢与陌生的同学结交，经常参加各种活动和社团集会，做志愿奉献，与同学去旅游更喜欢去走遍各个不同的地方。我的性格让我更容易接受更多的新鲜事物，让我收获更多的有趣体验，同时也学到了更多的技能和知识。

我有很多爱好，喜欢体育锻炼，经常参加各种体育活动，学校的校运会多次参加取得过不错的名次，还喜欢乒乓球，篮球，足球都是我喜欢的项目，而且还喜欢钻研一些比较有趣的事情，比如喜欢上网查找资料，会自学能够很好的约束管理自己。

我奉行的是有付出才有收获，应为我相信的是汗水，一切的努力都要建立在努力的基础上，我在学校中，成绩一直都是拔尖的，那是我花了比其他人更多的时间去学习，去思考，不断的利用自己的课后时间去总结学习，和补充，因为流的汗多所以才能够取得不错的成绩。

在学校我从大一开始进入学生会，做过副部长更做过学生会主席，自己的能力在学生会得到强化，尤其是在管理方面我有自己的心得和体会，能够在接下来的工作中完成自己的任务和责任。

## 二、专业分析

我学的是软件工程，主要学习的是编程语言，当前我们专业的发展是非常热的，因为现阶段很多岗位都需要我们专业的人才，但想要在毕业之后就能够站稳脚跟就必须超越绝大多数人，因为同样选择这个专业的人有很多，他们的能力和发展也都非常强。而且人数众多，我们面临的不但有应届生，往届生，还有一切老员工的竞争。

想要充分利用自己的优势就必须要用更加优秀的成绩来开拓道路来不断的展示自己的能力和真实的才华，做更好的工作分心。当然还需要去学习更多专业的知识，为了提高自己的竞争力，我在学校期间自主报名了\_\_培训，去学习很多相关的编程学习课程，利用每天下午休息时间去上学，学习的内容很多也会利用其他时间练习自己的办成。编程语言是计算机语言想要运用好就需要不断的运用和转眼，这让我在大学生中，远高于其他同学的起点，在专业考试的时候总能哦故取得前一二名。

## 三、职业目标和接下来的规划

我打算成为一名程序员，当然想要进入最厉害的公司，经过自己的喜好分析我决定进入360去哪里工作，因为在我认知中我觉得360是我期待的发展公司也有更多的厉害人物在里面，我可以得到更大的发展和成长。

但是想要走的更远不是靠自己的目标有多高，而是能够进入到360企业中工作才行，不然我不能成为一个合格的编程人员被淘汰是很容易的。

因此我提前研究了想要进入到其中需要具备哪些知识，我在大学期间有针对性的在学习和加强这方面的工作学习。我曾经投了一次简历因为技术不过关被刷下来了，有过这样的经历我在学习中更加重视编程语言的运用和时间，理论化为自己的真是能力这是我一直都在最求的方向。

在我规定中，我会先成为一个普通的程序眼，然后一步步提升成为主管，然后朝着总监的方向发展，这需要我在未来的工作中和学习中都要做好规划，当然路是要一步步走的，现在只是规划了一个大致的方向以后该如何走我还是会制定好继续不断的走下去，知道达到自己心目中的目标为止。

## 职业生涯规划职业锚篇二

大学毕业，刚开始在排前三的医药连锁公司做采购助理2年后升主管，那时候觉得自己翅膀硬了，而且公司给的薪水又不怎么高。那时候全部加起来也就3000块（灰色收入很少的），跳槽到另一家婴童行业做全国主管薪水加了1k待了3年没啥发展，工资3年里一分没加，公司的营运也很一般。原来那家还是上市公司，合同到期，以前的同事介绍去另外家医药零售，工资没变职位没变因为做网上生意想去挑战一下，一进去才发现和以前不同的太多，整个组织架构和考核机制太多不一样，工作主要都是耗时间，我以前一直认为可以用加班完成的工作那不是问题，现在终于发现你天天加班也完不成啊，公司规模小人少一个人顶几个人的工作。说实话这么多年混下来，人也懒了，以前都有助理现在就光杆司令一个，干了一年多正好结婚前离职了。12月结婚一直在家晃到3月找了份更差的工作一家小公司药房做了个营运督导，以前做采购的时候从来不正眼看营运的人，现在自己做这个位置，小公司人少后来下面有个店长离职了，就代理店长职务，其实就干店员的活。有时候想想真是\*\*啊，毕业出来都没干过的活，收银。去年8月老板请了个营运经理，跟这家伙对不上眼，被正式贬为门店店长，期间面试过几次这行业太小上海都是国企混不进去。有一家浙江的公司有意向可老婆不肯。到10

月份跟那\*\*的经理起冲突，竟然把我解雇了。后来赔了我两个月基本工资。从10月到现在在家面试了没几家公司，去以前同事的公司面试，想谋个职位人家都不搭理你。想自己做，没本钱。今年正好30了一事无成真是tmd悲剧。

[关于职业生涯终结]

## 职业生涯规划职业锚篇三

### 2) 求职成本降低

因为你有非常明确的职业目标，所以你根本不用去漫天撒网，在各个你认为可能的工作机会前都投上你的简历，因为那将极大地花费你的时间成本。单凭这一点我们的求职成本就会降低很多，再加上第一条所说的我们的求职速度将大大的增加，所以掌握了职业规划的方法再找工作，时间将大幅缩短。

### 3) 工作持久性增强

很多人频繁跳槽多是因为对工作本身的不认同，这种不认同很可能是无意识的，但如果是有意识的，将势必更加快你的离职速度。比如跟老板或同事稍有矛盾，或是经济收入未达预期，而这时外面稍有诱惑，你就极易选择离职，寻求表面上看起来“更好的发展”。而有了明确的职业规划以及目标时，你就会清楚地知道自己得到这份工作的意义，是为积累经验还是为提升技能，亦或为了历练自己，而此时哪怕有再大的挑战和诱惑，你对工作的选择必定会更加慎重，因为你知道这份工作带给你的究竟是什么。

### 4) 工作满意度更高

因为对工作和职业的高度认同，所以你会更加投入地工作，工作主动性也会大大增强。你会每天很渴望工作时间的到来，你有总也用不尽的动力和能量，你不再把工作当成纯粹的工

作，而是生活中密不可分的一部分，你可以享受工作带来的无穷乐趣，因为从工作中你可以获得莫大的成就感和幸福感。

## 5) 充分提升核心竞争力

当你明确了自己的职业规划和选择时，就很自然的知晓了自己需要提升和锻炼什么，自己的核心竞争能力在哪里等一系列问题。这样，在工作中你可以轻松地获得更好的发展，你的人生价值和社会价值也都可以顺利地体现出来，这时哪怕你想跳槽，你也无需向人求助，因为当你在某个领域有足够资质时，好工作自然会主动来找你。

## 6) 获得更高的回报

当你对工作更加专著和投入时，你的职业竞争力也将一并得到提升，这时你也必然能给企业和社会创造更多的价值经及财富，而你随之而来的回报也必定是丰厚的，名誉、物质、精神等方面的回报都会主动、迅速地聚集到你的身边。

试想一下，每位就业者如果都掌握了职业规划的知识 and 求职就业的技能，或是得到了权威职业规划机构的专业人士帮助，能快速进行自我职业定位，并确定清晰的职业目标，有计划地进行实施，找工作还会如此之难吗？建设和谐的社会需要和谐的就业环境。向阳生涯在此竭力倡导，立足当下紧迫时刻，在全社会开展一场全民职业规划普及行动，使无业者有业，让有业者乐业。通过职业规划让人们愿意工作，乐意工作，让其在满意的职位上创造更多更大的价值，这样不仅能解决每个人的生计问题，更可以提升整个社会的竞争力，为国家解决就业难题。

职业规划能够推动和谐的就业循环，要实现这一目标，中国就必须有一大批具有专业水准的职业规划师，推动全民普及职业规划这一战略的实施。而目前，我国这方面的专业人才非常匮乏，人才处于稀缺状态。因此，当前培养一批专业的

职业规划师队伍、培养全民族的职业规划意识迫在眉睫。

## 职业生涯规划职业锚篇四

### 一、活动主题：

描绘职业蓝图，成就精彩人生

### 二、活动目的：

通过举办职业生涯规划比赛，帮助大学生尽早树立职业生涯规划意识，引导广大学生以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，提升大学生职业素质和就业能力，变“被动就业”为“主动择业”，以点带面，让广大学生赢在职场起跑线，成为抢手的职场新人。

### 三、活动对象：

闽江学院电子系全体全日制在校学生

### 四、活动流程：

- 1) 下发策划书给各班级，鼓励大家积极参与本次活动。
- 2) 活动报名时间（10.26——10.31）
- 3) 作品准备阶段（11.01—11.13）：参赛选手有兴趣可以自行询问学长学姐或者相关老师。
- 4) 作品提交和初选阶段（11.13—待定）：参赛选手需将自己的职业生涯规划作品用powerpoint进行制作，以ppt格式提交，同时提交一份该作品的word纸质档（a4书面稿（word可以是ppt的打印版，也可以是ppt的缩略版，无需彩印））。

作品内容必须包括个人简历设计、个人职业规划测评情况、自我认知、自我定位、环境分析、短中长期职业生涯目标设定、实施行动计划制定、评估和反馈等。其中ppt作品发送至□word纸质档上交给系创业就业促进部负责人□word须有扉页和目录，扉页上填写参赛者的学校、系别、班级、姓名、联系方式等个人信息。由老师对本次参赛作品进行评审，评出10份作品参加决赛。

5) 决赛阶段：（时间：待定地点：待定）参赛学生按抽签顺序依次上台演讲，介绍自己的作品（时间为7分钟），评委进行提问打分（时间为三分钟）

6) 老师公布获奖者并对此次大赛进行综合点评，点出选手的优点与不足，并为同学们未来的职业生涯提出建议。

## 五、参赛注意事项

1、参赛作品需要准备很长时间，希望大家提前做好准备

2、往年优秀参赛作品的模板已挂在电子系勤工中心的博客上，博客网址为：，欢迎大家下载借鉴。

3、作品要求：

内容完整、简明扼要，格式清晰，版面大方美观，创意新颖，能充分体现个性而不落俗套，能充分展现大学生朝气蓬勃的精神风貌，能充分展现职场新人的形象。

4。所有参赛作品概不退稿，请自行保留底稿。

## 六、评分规则

本次大赛将由学校的作文网专业老师做评委，根据参赛同学的个人职业规划作品a4书面稿□ppt作品及演讲（个人人才测

评情况、个人简历作辅助评比)。以思想性、创新性、真实性、合理性为主要评比标准,淡化文学性、艺术性。获奖入选作品要求步骤完整、表述清楚、分析到位、目标明确、层次分明、措施具体、切实可行。

个人职业规划作品的具体评比标准:

(1) 可行性: 规划有事实依据,符合本人个性特征,并非美好幻想或不着边的梦想,无抄袭。(30%)

(2) 完整性: 需包括“自我分析、需求分析、确定职业目标、可行性规划方案、详细的行动计划方案、评估调整措施”等方面内容。(30%)

(3) 适时性: 对未来的主要活动、行动及将来的职业目标,有比较科学的安排。(10%)

(4) 连续性: 职业生涯的每个发展阶段有连贯性衔接。(10%)

(5) 适应性: 根据可变因素,设定规划弹性和适应性。(20%)

## 职业生涯规划职业锚篇五

我一直认为,“机会只垂青有准备的人”。作好人生的规划是人生成功的前提,我要设计一份完满的职业生涯规划以此来把握人生发展的方向。

我是一个性格外向的女孩,活泼,开朗,喜欢读书,课上,教科书是我最好的朋友,课余,杂志、名著成了我最好的朋友。我喜欢唱歌,擅长通过活动展示自己,主持文娱节目也是我的业余爱好。红、蓝、白是我最为喜欢的三种颜色,这也正代表了 my 性格:红是热情,蓝是宽广,白是纯洁,正



因为如此，在我的身边有着许许多多的朋友，我总能和他们打成一片。他们来自不同的环境，有着不同的背景和性格，而正是他们让我更多地了解了社会，了解了生活，朋友是我生活中一笔巨大的财富。乐观向上、大方稳重是我最大的特点，它使我对生活充满希望，不管遇到什么困难和挫折都不会气馁，也让我懂得了，一个人的成功不仅要靠自身的努力，更离不开周围人们的关心与鼓励，因为每个人都不可能脱离社会而独立存在。在学习中，我的成绩一直名列前茅这些使我对自已及前途充满了自信，而信心和希望只是一种信念，明天的路上会更加坎坷，我要更加努力学习各门功课，为我的明天打好基础。

我从心底里对工人怀有敬意，在进入技工学校后，我逐渐修订我的人生目标，那些高技能人才楷模更是我学习敬仰的榜样。“工人专家”李斌，“模具新秀”李凯军，“焊接巧匠”高凤林不也都是技工学校毕业生吗？他们照样在平凡的岗位上作出了非常不平凡的业绩，我知道要在车工行业谋求发展开拓自己的事业就要进行更精深的学习。我要以先模的业绩精神为动力，付出更大的努力，学到更扎实有效的知识技能，用实力来实现人生的价值。

要成为一名优秀企业技工，首先要有扎实的专业知识和技能将我的所学灵活、充分地运用到实践中去，是我毕业后最大的愿望，希望能从一线车工做起，根据我自身的能力和所学专业，在工作中成就理想，满足我人生发展的需要。今后我要通过三步走实现我的职业理想。

第一、成为一名优秀的技校毕业生。我要在继续保持各科成绩均名列前茅的基础上，更加努力学习。上课认真听讲，做好笔记，独立、准确、快速地完成学习任务。

第二、毕业后到公司工作。了解该公司的行业理念和企业文化。从零做起，了解更多知识的同时，利用业余时间“补充能量”进修大学知识，提高专业水平。更具体更清晰地学习

经济学、企业管理、人力资源管理等方面的内容。培养分析问题、解决问题的能力。为我日后能够适应社会环境和满足工作要求打下坚实的'基础。

第三、成为公司一名优秀的技术骨干。在工作中不断向先模学习，以他们的先进事迹作为鞭策自己前进的动力，不断掌握精深的业务能力，提高自身的职业素质。

选择好适应自己的职业是事业成功的开始，而事业的成功才是自己人生价值的体现！我很清楚地知道，在人生道路上，没有坦途，从现在开始就做好心理准备，倾心付出，不管是平坦的大路还是铺满荆棘的小路，无论如何坎坷，我都将勇敢面对，克服困难一直走下去。既然选择了，就不言放弃！我相信，“有志者，事竟成”，只要我一步一个脚印走下去，充分发挥自己的潜能，施展才华，向目标一天天靠近，定会找到属于自己的一片蓝天。