

2023年个人职业生涯规划师范类 个人职业 规划心得体会(通用10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

个人职业生涯规划师范类篇一

正如我们听讲的这门课程一开始第一局话介绍的，职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自我来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

我想，所谓职业生涯，就是是一个人一生中所有与职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程，也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作理想的实现过程。简单的说，职业生涯就是一个人终生的工作经历。职业生涯开始于工作前的职业学习和培训，终止于退休。在学习这门课后，我觉得，一个人的职业生涯，跟他个人的职业生涯规划有着密切关系。

在网上看到过，职业生涯规划现在在国外很流行，很多人在自己很小的时候或者即将踏上社会的时候都会接受职业生涯的培训，选择一条适合自己的道路。但是在国内，这些目前还不是很重视，我们传统的思维抑制了我们选择自己将来人生道路的想法，被动的去接受喜欢或者不喜欢的职业，直到有一天或许我们会发现我们在这个岗位上一无是处、毫无兴趣的时候，我们可能已经失去了选择职业激情，这就是中国的职业生涯现状，更多的是自由式的自主选择职业。系统

科学的职业生涯的规划目前还不是很普遍的被大家接受，但是不管是传统的职业生涯选择，还是现代的职业生涯规划，我想都不能脱离个人本身的一些特性。而开设的这门课，让我可以学习着认识自我，从而对自己的未来，自己的职业做下个准备，规划，进而去实施。

它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。

学习了这门课我想我至少学到了以下的几点：

1、定立目标,借助目标不断的修正完善自己。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

2、人生的路程是曲折螺旋线的，一定有风回路转的时候。我们在实现目标的过程中，总会有失败的时候，但是只要没有失去希望，就要勇敢的向着目标一步步迈进，始终坚信总有峰回路转的时候，今天我们很迷茫，明天我们会很坚强。用坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

3、包容：从容维护尊严。

面对未知的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，

难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

个人职业规划心得体会范文

个人职业生涯规划师范类篇二

□xxxx年即将过去，又要迎来新的一年，我们党召开了第十六次代表大会，制定了全面建设小康社会的奋斗目标，党的事业和国家的各项工作取得巨大成就。回顾我们这一年来的工作，看到了成绩也发现了不足，我们力求认真总结今年的工作，使明年做得更好。对于我们来说，安全生产就是生命；认真贯彻公司及厂里的各项任务，在xxxx年即将结束之时，根据厂里的工作要求，现对自己今年来的如下：

我认真学习了邓小平理论和“三个代表”重要思想，学习江总书记在纪念建党八十周年大会上的讲话精神，自觉学习党的十六大精神和《公民道德实施纲要》。明确我们党在新世纪、新时期的中心工作和全面建设小康社会的奋斗目标，努力做到在思想上、认识上同党中央保持一致、始终保持与时俱进的精神状态。同时，自己还树立终身学习的观念，利用业余时间学习计算机、法律知识，以及进一步学习自己的业务知识。

在今年的工作中，认真学习业务知识。我在本岗位上，按照厂领导的安排和要求准时安全地完成各项出车任务，努力做好自己的本职工作。作为一名xxx除保证了生产用车外，积极参加各项义务劳动。为降低生产成本，在日常的行车、保养方面为节能降耗作了积极的工作。在厂领导和科室长的带领下我同xxx班全体成员一起安全的完成了xxxx年的工作，在这一年里能够自觉遵守各项交通法规和单位的规章制度，能够

在工作中任劳任怨，在领导和生产需要时不论早晚或节假日随叫随到，不计报酬从无怨言。入冬之际我厂石佛沉沙池泵房安装设备期间，我同机修车间全体同志一道早出晚归，每天在工地奋斗工作十几个小时，圆满完成了各项任务，得到了领导的肯定。平时、做到严格遵守出车制度，按时出车，认真保养车辆，使车辆性能保持最佳状态，努力钻研技术、熟练掌握日常保养和驾驶车辆的性能，积极参加安全学习。听从交通警察指挥，不酒后开车，文明驾驶、礼让三先，确保了全年安全行车无事故。

尽管经过一些努力，我的业务水平较以往提高了不少，但还需进一步提高。在以后的`工作中，我将加强自主管理的意识，勇于开拓创新，加强理论和业务学习，不断提高业务技术水平。明年我将与xxx班其他同志一起努力工作，在厂领导和科室长的带领下使自己的工作达到一个更高的层次。

个人职业生涯规划师范类篇三

1. 我的简历(略)

优点

乐观向上、兴趣广泛、适应力强、上手快、勤奋好学、脚踏实地、认真负责、坚毅不拔、吃苦耐劳、勇于迎接新挑战

爱好

桌球，羽毛球，书法，写小说，看电影

2. 自我分析

个人特征：我的控制欲强，希望控制生活与学习环境，喜欢按照自己的想法来行事；我很自信，对待每一件事都充满信心，决定有能力将它做好，且做事有始有终，坚持到底；我很内向，在同学和亲人面前总是有所约束，不敢在大众面前显示自己的能力，显露自己的理念；我对未来充满了美好，相信自己将来一定有所作为。

人际关系：我平时喜欢与人交往，以诚待人。和同学相处采用“等边三角，中心突出”的政策，所以从小到大和同学朋友都保持良好的友谊，尤其是好多个知心朋友，更是经常保持

沟通联系，这是我非常巨大的财富。

价值倾向：我渴望能力能受到肯定，有强烈的掌控支配欲，希望能享有不受拘束的发展空间。我有正确的世界观、人生观、价值观，并通过在大学的学习，使自己具备良好的的价值倾向。

3. 同学分析

优点：待人真诚，随和，有一定的亲和力；学习积极，勤奋刻苦；生活乐观，向上；有强烈的进取心。

缺点：不善于言辞，性格慢；处理问题不果断，考虑事情不全面。

4. 家长分析

优点：懂事，为人诚实，心地善良；学习勤奋，不怕挫折。

缺点：不喜欢讲话，容易发脾气。

个人职业生涯规划师范类篇四

xxxx即将过去□xxxx已悄然走近。在这一年的时间里，我积极投身到工作中，服从领导安排，虚心向同事学习，努力完成领导安排的各项工作任务，在取得成绩的同时也存在一些不足之处，先将具体工作情况总结及明年计划如下：

在今年的工作中，我认真学习业务知识，在本职岗位上，按照领导的要求准时安全完成各项出车任务，努力做好本职工作。作为一名行政司机，除了正常完成公司安排的出车任务外，平时做好车辆日常安全检查，维护，保养，清洁等事项，遇有车辆性能故障及时检测并上报维修，确保公司内部正常办公用车的使用，同时做好每次出车的使用信息登记，严格审核，杜绝私自出车用车现象的发生。不断建立完善车辆管理系统机制，加强熟知车辆业务的办理流程；确保公司所有车辆的年检保险等相关手续按时完成，在公司领导和行政人事经理的带领下，我顺利的完成了xxxx年的工作任务，在这一年里能够自觉遵守各项交通法规和单位的规章制度，还积极参加协助完成其它各项工作，能够在工作中提高主观能动性。

平时，做到严格遵守出车制度，按时出车，认真保养车辆，使车辆性能保持最佳状态，努力钻研技术、熟练掌握日常保养和驾驶车辆的性能，积极参加安全学习。听从交通警察指挥，不酒后开车，文明驾驶、礼让三先，确保了全年安全行车无事故。

尽管今年较好的完成了工作任务，但仍然存在些许不足，对车辆的基本故障判断有待加强理论知识的学习，学习不够主动积极，在以后的工作中应该更加努力，不断完善自己。

xxxx年又是崭新的一年，随着公司发展的步伐加快，中龙投资集团将迎来业务增长新的高峰。现将明年工作计划如下：

1. 做好本职工作，加强自身技能学习，使驾车技术进一步提高；
2. 树立终身学习理念，不断提高自身素质；
3. 工作积极主动，配合各位同事，营造良好的人际关系；
4. 支持本部门工作，协助其他同事完成本部门的其它工作。

个人职业生涯规划师范类篇五

近一段时间以来，学习职业生涯规划，了解了职业对个人存在有着重要的意义，职业成功是人生成功的重要标志，获得职业成功是我们的理想。在竞争日益激烈的时代，社会的竞争就是人才的竞争，人才的竞争最终取决于人才的职业素质的竞争。随着经济的迅速发展，社会对劳动者的综合素质要求越来越高。这就要求求职者不仅应具备良好的思想政治素质和就业技能，而且应具备较强的职业意识和适应职业变化的能力，树立正确的职业理想和就业观，养成良好的职业道德和行为习惯。只有具备了这些素质，我们才能更好的立足工作，适应企业，实现自我的发展。

首先，要认识自我，我的职业兴趣是什么，我感兴趣的类型是什么，我有怎样的职业能力，我的性格是什么样的，适合什么样的工作。

其次，要跟上时代的发展，社会在向前，经济在发展，工作所需的职业能力也在变化。个人所拥有的资源就是自己，这种“资源”就是人的潜能，它是人生的宝藏。我们要做的是把自己的潜能发挥出来，不断的添加和更新新知识、新能力，适应企业的新要求。

让自己的能力和企业的发展相适应，让自己的进步和企业的发展同步。这是学习职业生涯规划的心得体会。

个人职业生涯规划师范类篇六

继往开来，我们进入了大一下学期了。经过一个学期的锻炼和磨练我们变得更加成熟。我班团支部经过这段时间的发展也是初见成效。这主要依靠各位老师的支持和全班同学们对我们工作的积极配合。在大一这一学期里，我们共同面对风雨，我们共同走过光辉。在今后的日子中我们继续携手走过漫长的道路，把我班团支部及整个班级建设得更好。对于未来有如何打算，如何把团支部跟我们班级建设得更好，现把本学期工作计划如下：

作为一名团支书，肩负着把握着整个班级的思想方向的重要职责。故在本学期与上一学期的最大不同之处就是要以思想建设为抓手，提高自己的积极主动性，在理论学习、活动和平常生活学习中时刻注意提高同学们的思想政治觉悟。以思想建设带动“三风”（学风·班风·文明风）建设；以“三风”建设促进思想建设。两者互相促进，互相发展。并且要不断鼓励同学们积极向党组织靠拢。

1. 开学第一周召开班会；

2. 组织一次班级的思想学习活动，主题“寒假回来话收获”活动。
 3. 开一次“我心中的班级及班委会”主题班会，主要让同学们提出对下半年班委会工作及班级建设的建议。
 5. 开展一次“阳光体育活动”带动同学们积极锻炼身体。
 6. 继续上半学年发动的“无早操，我晨读”活动，带动同学们学好英语，同时为四六级做好准备。
 7. 协助宣传委员对外宣传班级精神风貌；利用微博□qq群等将重要信息及时发到班级群，以使同学们更好的了解班级团日工作和团内活动。
 8. 妥善安排好团支部内部的建设工作，把工作精细规范化。
 9. 按照学院及系里安排，积极认真地做好同学入校继续学习的安排工作，并做好与对同学们的沟通交流工作。
1. 总结上半年的工作经验，不足改进，力求进一步深化组织工作建设。
 2. 继续认真努力贯彻工作管理制度。
 3. 开好班委会，积极主动和老师同学们沟通，拓展大家的思维。
 4. 做好班级的推优工作。
 5. 认真贯彻班级的管理方案。
 6. 认真作好期末考的复习准备工作，组织同学积极复习迎考。加强考试诚信教育，创倒好一中积极向上的学习氛围。

7. 开一个研讨会研习一下本学习的工作效果。

8. 开好支部工作总结会议，将所有资料全面整理好，处理好，全面做好放假工作。

一个班级的思想建设无疑会影响到这个班的整体面貌，这给我以及团支部提出了更高的要求。但是我们相信在老师、同学们的大力支持和鼓励下，我们有信心把我班团支部建设成为“文化素质好，思想觉悟高，各方面综合素质优秀”的班集体。我们也正朝着这个目标而不断地努力着！

个人职业生涯规划师范类篇七

在就业压力日趋激烈的今天，一个优良的职业规划无疑增加了一份自信.而如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如多学习点知识来充实自己.未来掌握在自己手中，趁现在还年轻，赶紧为自己的未来之路定好一个方向，按照这个方向前进！

二、自我剖析

1) 兴趣爱好：

2) 人格描述：

- 依靠理智的思考来做决定，总是采取客观、合乎思维的步骤。

- 谨慎而传统，重视稳定性、合理性；天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

- 喜欢先充分收集各种信息，然后根据信息去综合考虑实际的解决办法，而不是运用理论去解决。对细节非常敏感，有

很实际的判断力，决定时能够运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点，并且非常系统有条不紊。

- 是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守并值得信赖。

- 看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，需要时常的换位思考，更广泛的收集信息，并理智的评估自己的行为带来的可能后果。

3) 在工作中的优势

1. 办事精确，希望第一次就能把工作做好

2. 乐意遵循确定的日常安排和传统的方针政策，是组织忠诚的维护者、支持者

3. 每次都能十分专注地把注意力集中在一个项目或任务上

4. 特别能够专心细致地工作，可以不需要别人的合作独立工作

5. 灵敏的组织实力

6. 一丝不苟、认真专注地对待具体问题、事实和细节

7. 相信传统模式的可取之处，并且能够遵循传统模式

8. 非常强的责任认识；别人可以信任你实现自己的诺言

9. 通情达理、视角现实

10. 有稳定平和的心态

4.) 在工作中的不足

1. 不愿意尝试、接受新的和未经考验的观点和想法
2. 对变化感到不安，可能会有些僵硬、死板；排斥革新
3. 对需要很长时间才能完成的任务缺乏耐心
4. 有时会由于近期目标而忽略长远需要
5. 办事死板；必要的时候难以或不愿适应新境况
6. 难以看到问题的整体以及行为的长远影响
7. 不愿意促成必要的改变，不愿意支持有风险的行为
8. 见到实际应用后的结果才肯接受新观点
9. 不能理解与他们自己的要求不同的要求
10. 对自己及自己对组织的贡献估计过低
11. 斗志不足，容易松懈，通常不愿付出过多的努力
12. 缺乏挑战精神，对失败和挫折的承受力差

5) 相应措施

针对我的缺点与不足，我应该采取一定的措施来弥补我的缺陷：

1. 避免墨守陈规，需要尝试新的东西；要有开放态度，敢于尝试探索新的可能性
2. 考虑问题要更全面周到，需要考虑人的因素，不单单只考虑自己的利益和感受

3. 对那些与我观点不同的人保持足够的耐心和虚心
4. 适合的时候，主动承担一些工作
5. 正确看待失败，碰到困难不随意屏弃
6. 增强做事的灵活性，学会变通的看着和接受新事物

三、职业倾向分析

适合的岗位性质：

- 工作环境稳定，不需要太多的冒险和变动，依照经验和规律解决事情
- 有较多的独立工作时间，可以专心的完成整个项目或任务
- 工作对象是具体的产品或服务，工作成果要有形并且可以衡量
- 要有明确的工作目标和清晰的组织结构层次
- 工作有足够的准备和实施时间，在交付成果之前能够进行自我成就评估

四、职业目标选择

根据我的个人兴趣和适合我的岗位性质，我初步定下适合我的职业有这些：

个人职业生涯规划师范类篇八

没进大学之前，我以为上大学就意味着解放，没有家长的束缚，没有老师的逼迫，没有学习的压力，但是不久我发现自己错了。高中的努力是为了考上重点大学，但重点大学的文

凭仅仅是进入人才招聘市场最基本的条件而已，就像高档写字楼门口写的“衣冠不整者不能入内”一样。我国高校扩招以来，每年都有大批毕业生毕业，再加上往年没有找到工作的大学生，就业形势非常严峻。虽然我们学校在“211”、“985”工程之内，也许同样是重点大学的学生，但企业不一定会选择我，因为我的户口。现实不会和我们想象的一样，它可能会不公，它可能会残酷；但我相信，能力是最重要的，无论我走到哪，我也不会害怕，都可以从新再来，因为我有能力。

不是任何你想得倒的东西就会是你的，没有人会像父母一样那么宠惯自己。能力也是一样的，它的形成必须要有经验，要能忍受，要与人交流，要知道思考和分析，要能把握住自己。刚进大学，我经历很多打击，没有能入选院学生会，没有成为班干部……外表、说话、做事好像什么都不如别人。所以我下定决心好好做自己，用心去把握每一个机会，让自己学会成长，使自己拥有能力。但怎么才能真正做到这些，怎么才能找到一个需要自己努力的方向，我仍然有些迷茫。

直到这学期上了大学生职业生涯规划课以后，我才开始对自己的大学生活、工作方向、人生规划有一些感觉，我才会认真地寻找我的价值与我可以和应该做的事情，我才懂得留意身边的每一个人、每一个细节来得到更多的机会。首先，大学生职业生涯规划课让我看到自己深处危机中，如果还不觉醒、还不给人生增加价值，那未来就将布满荆棘，人生会失去它应有的光彩。其次，大学生职业生涯规划课让我了解到了一些坚持不懈、努力奋斗、用心投入的人，他们能拥有今天的成就和前途的美好是因为他们用脑子思考、用双手实干积累出来的，而不是运气与无目的的忙碌；也让我相信社会存在着一种向上流动的机制，只要我付出，就一定会有所收获。第三，大学生职业生涯规划课让我明白了社会与企业所需的人才类型，比如有基础知识(专业基础、文化底蕴)、能力(学习新事物的能力、与人交往与沟通的能力、随机应变的能力、知识运用能力)、素质(忠心、诚实、守信、互助、协作、大

胆)等。第四,我会根据我掌握的信息来制定我的职业生涯规划,因为它可以使我拥有明确的目标,使我在实现理想的过程中少走弯路,使我比别人更懂得寻找新的机会、增加有用的经验,使我不会因我的无知而后悔。

人的一生在不断的根据他人和已经做过的事情来认识自己,有时会因为做错了事物而讨厌自己,有时会充满理性和勇气去改变自己。我认为自己总的性格具有两面性:在自己平常的生活中,喜欢安静,不太爱说话,总爱做自己应该做的事情;在需要与人交往的时候,我会很外向、很开朗,总是喜欢笑。曾经做过一个职业测评,它说我的性格是管理者类型,特征是富有责任感、工作效率高、关注结果、性格开朗、善于社交、注重实践、逻辑清晰,能客观公正的分析判断各类问题,并作出决定。随着环境的迁移和要求的不同,一个人的性格总在不断地变化中,在团队合作方面,我在上大学以后有很大的改变:以前的我不太喜欢与人合作,总认为自己能一个人做好一切的事情,同时在实际的生活中也缺少团队合作的机会;但在大学上了一门名叫“素质拓展训练”的体育课后,我发现团队的合作能让我做到一些我不可能做到的事情、能给我惊喜和力量,当然这其中需要彼此的信任、关爱与努力。

我没有什么特别的兴趣,只要是值得我做的、适合我做的事情都应该去完成和做好。我不太适合做的是一些动手能力很强的事情,比如说开车,尽管我学了一些时间,但还是缺少人车一体的感觉。我也太适合太冒险的事情我曾怀疑之所以我会做一些胆大的事情是因为“初生牛犊不怕虎”和情感的宣泄;我的语言能力不是太好,对语音的把握力不强。从外表看,我是一个经受不了风雨的女孩;但相反,我是一个独立性和适应性较强的人。我认为自己的观察能力、分析能力、感悟能力较强。另外我需要特别加强的是人际交往能力(不仅是对同学、朋友,还应该对老师、上级和长辈)、随机应变能力、学习能力、搜索信息的能力和自我管理的能力,因为这些能力在现实的生活、学习和工作中都是很重要的,并且我能通过

自己的努力和经验的积累来获得这些能力。

我认为只要当一个人站在一定的高度时，她才有可能为更多的人做更大的、更有效的事；并且只有当我们每一个人都能为父母带来物质和精神的财富时，她才有实力给予社会回报。而我希望赚足够的钱来满足中偏上的生活需求。我不希望将来的工作过于轻松或简单，我期待每一个挑战；我也不喜欢体制不成熟的工作环境，不愿意在腐败、贪污思想严重的文化氛围中工作。另外，从大学生职业生涯规划课上我懂得了只有当自己处于企业的核心、能给其带来最大的效益时，才最能被人需要和重视。比如：一个文秘普遍不及管理人员；市场策划和投资顾问往往又高于管理人员。

我的专业是社会学，它隶属于法学大类，重视理论联系实际，常常收寻和分析一些社会现象和社会问题以达到认识和解的目的。

社会学属于文科偏理得学科，其专业发展除了做特定的调查研究外没有其他特定的就业方向，但往届的毕业生通常也会考虑一些与研究、分析社会现象和问题有关的行业和岗位。

a□政府部门政府中的民政部、劳动部、计生委、共青团、政策研究室等相对来说是与社会学专业相符的部门。公务员的考试机制产生的竞争非常激烈；同时，本科毕业生的工作层次较低，而政府部门中的人员流通机制也不太完善，所以要想进入政府部门和赢得升迁机会并非是一件易事。

个人职业生涯规划师范类篇九

记得曾听说过：“一个人的悲哀不在于目标未达成，而在于没有目标可达成。”如果你对自己的人生毫无目标，毫无规划。我不敢说你不会走向成功，但有一点可以肯定的是：你将会比那些准备充分的人要走更多的弯路，遇到更多是挫折。成功没有捷径，但是有方法。选择比努力更重要，方向比速

度更重要。记住：当规划好自己的职业生涯时，就相当于已经是从选择与方向这方面开始，再加上自己的努力与速度，人生将会飞黄腾达。计划固然好，但更重要的，在于其详细实践并取得成效。任何目标，只说不做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，要求时刻保持清醒的头脑。一个人要想获得成功，就必须那出勇气，付出努力，拼搏、奋斗。成功不相信颓废；成功不相信幻影，未来是要靠自己去打拼！要靠自己的努力。

在现代竞争激烈的社会，创业就成了许多应届生的梦想，但在创业的过程中又觉得好茫然，创业的第一步就是要做好规划，那么应届生创业职业规划怎么写呢？下面是具体的资料，欢迎阅读。

改革开放之后，随着市场经济进程的日趋深入，人们开始能够自主地选择职业类型、选择就业地区，而且所进行选择的自主性和空间越来越大。由于择业者要开始面对就业市场的竞争和风险，而且人们进入就业市场的程序越来越复杂，因而使得科学地、合理地设计自己的职业前景及其过程变得具有前所未有的必要性和重要性，这一趋势已受到人们日益关注。“职业生涯规划”成为我国近年来出现频率较高的一个时新词汇。

在现代社会，一个人只有尽早做好职业生涯规划，认清自我，不断探索开发自身潜能的有效途径或方式，才能准确地把握人生方向，塑造成功的人生。实践证明，在职业生涯中能够取得成功的人，往往是那些有着一种清晰的职业生涯规划的人。职业生涯规划的重要性，在个人层面上主要表现为：有助于使个人认清自己发展的进程和事业目标，作为选择职业与承担任务的依据，把相关的工作经验积累起来，准确地充分利用有关的机会与资源，指引自我不断进步与完善。

关于职业生涯规划的制定，正日益变成一个专业化的领域，现在很多专业的职业咨询机构和有关专家在进行职业咨询、

指导时，通常采用5个“what”的思考模式，它构成了制定职业生涯规划步骤：

第一□what are you?要求一个人对自己做一个深刻反思与认识，对自身的优势与弱点都要加以深入细致的剖析。

第二□what do you want?要求一个人对自己未来职业生涯发展的目标和前景，做出一种愿望定位、心理预期和取向审视。

第三□what can you do?要求一个人对自己的素质、尤其是自身的潜能和实力进行全面的测试和把握。

第四□what can you support you?要求一个人对自己所处的环境状况和所拥有的各种资源状况有一个客观、准确的认识和把握。

第五□what can you be in the end?要求一个人对自己所提出的职业目标以及实现方案做出一个具体明确的说明。

一般而言，清晰、全面地回答了以上这样5个问题，就为能够系统地制定出一份个人的职业生涯规划准备了一个重要前提。

对于一个立志创业的人来说，职业生涯规划与其创业规划在一定程度上是同一个东西。要制定一份好的创业规划，从原则上说，应该把握三个主要内容：自己能够做什么，社会需要什么，自己拥有什么资源。因此，就有必要进行自我分析、环境分析和关键成就因素分析。

首先，自己能够做什么。作为一个创业者来说，只是知道自己想干什么，这还是不够的，更重要的是，应该知道自己能够做什么、做到什么。当然，这也是相对而言的，因为一个人的潜能发挥是一个逐渐展现的过程。但是，一个人对自己的兴趣、潜能有一个基本的认识，仍然是一项具有前提性的工作。

其次，社会需求什么。一个人在明确自己想做什么、能什么的同时，还应考虑社会的需求是什么这一重要因素。如果一个人所选择的创业领域既符合自己的兴趣又与自己的能力相一致，但却不符合社会的需求，那么，这种创业的前景无疑会变得暗淡。由于分析社会需求及其发展态势并非一件易事，因此，在选择创业目标时，应该进行多方面的探索，以求得出客观而正确的判断。

第三，自己拥有什么资源。要创业，就必然依赖各种各样的资源。创业者应该清楚地审视自己所拥有或能够使用的一切资源的情况，是否足以支持创业的启动和创业成功之后可持续地进行。这里所说的资源，不仅指经济上的资金，还包括社会关系，即通过自己既有人际关系以及既有人际关系的进一步扩展所可能带来的各种具有支持性的东西。

总之，一份创业规划也必须将个人理想与社会实际有机地结合，创业规划同样能够帮助一个人真正了解自己，并且进一步评估内外环境的优势、限制，从而设计出既合理又可行的职业事业发展方向。只有使自身因素和社会条件达到最大程度的契合，才能在现实中发挥优势、避开劣势，使创业规划更具有可操作性。

一份创业规划能够在多大程度上取得实际成功，就取决于它在多大程度上对以上三个原则进行了准确的把握，并进行了最完美的结合。

如果具体地说，一份创业规划至少应该包括以下一些主要方面的内容：

- 1、确立创业目标和方案。一个人要把一个创业理想变成为现实，首先就必须确立一个创业目标并制定一个总体计划。
- 2、制定创业原则和步骤。创业原则常常是在创业理念的指导下确立的，它会产生有效的创业实践构想，并使创业活动赢

得新的资源。创业步骤把整个创业过程和有关阶段加以具体划分，但是，它在深层上仍然是创业目标、创业原则的一种体现。

3、创造创业的基本条件。要创业，从来不是等到条件成熟了之后才开始的。创造创业的基本条件，这本身就是创业的一个重要组成部分。这种条件既包括创业领域的内在条件，也包括创业领域的外在条件。

4、确定创业的期限。有必要制定一个关于创业成功的时间表。

受父辈们的影响，王思从小就想创建自己的公司。所以，大学刚刚毕业的他就在厦门创立了自己的公司。两年时间，王思将自己的生意做得有声有色。但由于一些管理方面的问题，他的物流公司面临了严重的危机，最后不得不以失败告终。王思下决心，去上海开始新的职业生涯，重返职场再磨练一下自己。但，此次求职之路却并不平坦，在上海一个多月了仍未找到一份合适的工作。

在一个晴朗的午后，王思向职业规划师讲述了自己重返职场的迷茫与困惑。

经验重要还是能力重要？

王思的讲述

我认为许多企业单位对人才招聘的标准不合理！因为他们只看学历和经验，如果不符合标准直接pass掉。如果照这样甄选人才，企业要如何培养后备力量呢？像我以前开公司的时候，选人主要看他有没有潜能，如果通过面试发现他有这方面的一个潜力，我就会录用他。我觉得做公司还是要看发展的，这样也有利于培养后备人才！

虽然我在物流行业里干了两年，但由于兴趣所在，我现在想

进入金融领域发展。可是由于我不是专业出身，又没有相关的经验，这个行业的很多公司都将我拒之门外，我创过业也拥有一定的能力与资本，为什么他们单凭学历和经验就把我拒之门外了呢！

*职业生涯规划专家评点

从现实层面来谈，企业的选才标准是基本一样的——在特定的成本情况下，谁可以给企业赚钱、能解决实际问题，企业就可以录取谁！从王思的求职情况来看，他应聘的都是一些金融领域的大型企业。大企业在招聘时就会考虑到招聘的成本问题。即：企业付出尽可能少的招聘成本，快速、有效地找到适合的人。

按照正常工作标准而言，两年工作经验的能量往往只能达到初级水平。工作五年才可能达到中级的管理水平。企业的hr以学历、学识、工作年限来评估应聘者可以接受多少知识，这是一个大体的统计概念。如工作五年的人可以达到主管、基础经理，但工作五年要达到高级经理很难，特别是500强这样的企业，你说工作五年可以做副总裁，通常就是不现实的事情。

从王思的求职意愿来看，他很希望让对方以中级人才标准录用，这样矛盾就出来了！虽然王思曾经有过做小公司领导的经验，然而对于一个他陌生的行业(金融业)而言，他还是显得稚嫩些。况且对于金融业王思也没深入的学习和了解过。

能否走进感兴趣的陌生行业？

王思的讲述

*职业生涯规划专家评点

我们在确定自己的最终目标时，需要结合自己的天赋、兴趣、

个人价值观等与现实环境来综合考虑。就像李东一样，按照自己的兴趣与爱好——金融风险投资来选择自己的职业，这样非常好。但是在选择之前我们要先把这个行业好好地了解、学习一下，所谓知己知彼，百战不殆！

如果想要从事某行业，那么首先我们先要了解这个行业分类与属性。例如金融行业，它分为哪几类我们要先搞清楚。除此之外，我们还要分析里面的职业和职位分布；我们适合从哪个职位切入等等。金融行业它本身的门槛就很高，尤其是在上海有中国金融之都的环境里，竞争也就更加激烈。但是金融业的操作方式有所不同。有的人是用资金去运营；有的人只是当作一种职业。

要想确定能否在陌生领域发展，我们首先要具备其基本的能力，因为能力是每个人做事的基本保障，像王思从未涉足过金融业，没有什么成功的经验，这就是他不被招聘企业信任的重要原因；其次，再看学历：以金融为例，是从普通的职员做起，还是等到以“资本”的形式介入那一天，这两种状况是完全不同的。究竟哪一种才是真正适合自己的，我们都需要慎重地选择。而对于曾经有过创业经历的人而言，往往会更适合后者。

哪个行业才是适合自己的？

王思的讲述

*职业生涯规划专家评点

从现实层面分析：王思的确对物流了解多一些，他对于风险投资并不太熟悉。他需要搞清楚，从事金融行业的梦想到底源于内心的哪个方面？到底是源于自己的想象还是清楚了解自己适合干什么？剥开金融业光鲜的外衣，需要清楚自己真正想要什么。

依照自己的兴趣来寻找工作是很好，但是将我们的兴趣进行分析更重要。从王思的成长环境、思维方式等等来看，王思是不太愿意给别人打工的类型。他的生存方式是创业！并且，他也曾经有过两年的创业经历，这样的人再去找到满意的工作会很难，因为他们的思维方式、看待和处理问题的角度都和普通员工不一样了。他们是领导的时候，控制欲望通常都很强，什么都由他们说了算，而重新回到给人打工的状态就很少有自主权。更何况是从底层做起，对于一般的人而言操作起来还是很有难度的。

在与职业生涯规划专家充分沟通后，王思心中豁然开朗。

专家提醒

什么样的工作既可以保证稳定的生活状态，同时又可以达到生涯发展的职业目标。如果不能“直线”到达，“迂回”也是一种方式。不管是人脉、资金、资源、或者是经验能力都是一种积累。对于将“创业”作为终极目标的职业人而言，如何利用“迂回”的过程，来达到最后的终点，是亟待解决的问题。而这一点请专业的职业生涯规划专家来帮助，可免走过多弯路。祝愿所有创业失败后的青年，尽快走出困境，重新开拓出自己的另一片天空。

在大学生就业形势越来越严峻的今天，职业规划开始成为大学生争夺战中的另一重要利器。对企业而言，如何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和生命的浪费。

作为当代大学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？每当人类经过一次重大变革，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先结的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观

念不放的将会被社会所淘汰。在茫茫人海中，如何能先拔头筹，就看你是否准备充分了，所以，对自己个人职业生涯规划做个适当的规划是很有必要的。有了目标，才会有动力！

个人职业生涯规划师范类篇十

1、自身现状：

在大二期间已经通过了国家四六级考试；并且取得了会计从业资格证；并勇敢地尝试报考了本专业的权威证书cpa考试中的两门；具有较强的人际沟通能力；思维敏捷，表达流畅；在大学期间长期担任学生干部，并已经成为了中国共产党中的正式一员；有较强的组织协调能力；有很强的学习愿望和能力。

2、职业兴趣—喜欢干什么：

对经营事务很有兴趣，也非常喜欢与人打交道，有支配欲，喜欢影响和感染他人。可有效的控制别人，在日常生活中与同事友好相处，待人热情，乐于助人，善于与别人建立亲密关系，行为大方慷慨，态度和蔼可亲，处事周密，得体，处理各种复杂人际关系游刃有余，对自己的行动、行为有责任感，受人尊重，受人欢迎。

3、职业能力—能够干什么(结合测评报告)

整体描述我在“与他人的关系方面”、“决策能力方面”、“做事风格方面”、“心理健康方面”四个方面的表现如下：

与他人的关系方面

对待他人很热情，容易与人交往，外向。活泼，健谈，经常主动与他人交谈。在社交场合中较为轻松，与人交往表现得不卑不亢，但又不会过分突显。对多数人能较为公开展示自

我，比较直率。对他人有较强的依赖性，需要别人的支持才能维持自信心。

决策能力方面

思维敏捷，反应迅速，学习能力强。比较遵循常规，又能保持一定的开放性。即关注事情的细节，又能从广阔的思路去考虑问题。处理事情容易感情用事，不能冷静思考分析。

做事风格方面

做事时候，缺乏自信和独立性，容易依赖他人，遇到困难时喜欢寻求别人的支持，喜欢与人共同工作。不排斥新事物和新观念，同时能够考虑到传统。倾向于接受外来强制标准和规则，但并不僵硬去遵从，经常能有效解决实际问题。能够克制自己，对事情能够进行事先计划和组织，有时候也会较为放任。

心理健康方面

情绪稳定，能够冷静应付现实，能振作勇气，维持团体的精神。生性多疑，不能信任他人。对自己的长处或缺陷有比较现实的认识，能为自己的失误承担责任。心平气和，很少紧张，对他人也很少感到不满或者厌烦。

4、个人特质—适合干什么

适宜的工作类型：

经营性活动，需要较多人际交往的工作，要求责权利的明确、统一，给予个人努力和成就的机会。

优势与不足：

具有很强的影响别人、说服别人的倾向，也具备相应的能力，

喜欢帮助人，有责任心，对人慷慨，人际交往能力强，人们通常认为随和、有亲近感，喜欢跟你做朋友，所以朋友很多。同时也常为友情所累，不会拒绝别人的要求，过多的承担任务和责任，从而影响了自己的生活。

今后的发展方向：

需要管理能力或者需要热心、社交能力强的工作中，兴趣维持的持久，工作动机和上进心比较强，容易取得成就。推荐的职业如：销售人员、管理者，人力资源管理者等。

5、职业价值观

研究发现：职业满足会使我的工作主动性更强，积极性更高，更愿意去工作。以下不是简单的告诉我什么样的工作适合我，而是细化的帮我分析工作中的哪些特质对我重要，我还需要从中选出我认为最重要的，因为不同经历的人对特质的重要程度要求是不同的。每个岗位的工作内容都在随企业的发展而发展，不是一成不变的，有时候岗位的发展方向需要我们去争取。所以找到适合的工作不如找到适合自己发展的岗位更直接。这些特质可以帮助明确如何主动的发展或争取我岗位中的那些特质。

6、我的自我小结：

(1)我直率、果断，能够妥善解决组织的问题，是天生的领导者和组织的创建者。我擅长发现一切事物的可能性并很愿意指导他人实现梦想，是思想家和长远规划者。

(2)我逻辑性强，善于分析，能很快地在头脑里形成概念和理论，并能把可能性变成计划。树立自己的标准并一定要将这些标准强加于他人。我看重智力和能力，讨厌低效率，如果形势需要，可以非常强硬。我习惯用批判的眼光看待事物，随时可以发现不合逻辑和效率低的程序并强烈渴望修正它们。

(3)我善于系统、全局地分析和解决各种错综复杂的问题，为了达到目的，我会采取积极行动，我喜欢研究复杂的理论问题，通过分析事情的各种可能性，事先考虑周到，预见问题，制定全盘计划和制度并安排好人和物的来源，推动变革和创新。

(4)愿意接受挑战，并希望其他人能够象自己一样投入。

(5)我经常在没有了解细节和形势之前就草率地做决定。

(6)我考虑问题不是非常理智，有些喜欢感情用事，容易受无关因素影响。我们需要给自己一点儿时间来了解自己的真实感情，学会正确地释放自己的情感，而不是爆发，并获得自己期望和为之努力的地位。

(7)我容易夸大自己的经验、能力。我需要接受他人实际而有价值的协助，才能更好的提高能力并获得成功。

参考卡特尔测评报告中建议通过科学合理的改变，我对影响职业选择相关外部环境硬性了较为系统的分析：

1、家庭环境

我在一个相对小康之家长大成人家庭条件相对较好，家人的期盼也比较高，家族也有着比较好的传统，以上种种都对我有着好的影响。

2、社会环境分析

我是学会计专业的，在目前社会的环境下，这个专业是比较热门的。有着广阔的就业环境。但是也正由于这个职业的热门性，使得竞争比较激烈，行业内的政策也比较紧难度也比较大。

3、职业环境分析

会计的工作内容大体包括审核和登记，还有综合一些帐本等内容。比较单一，但要求比较高会计人员在市场上的需求量比较大，前景也是广阔的。

4、管理职业特殊社会环境

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的人力资源管理还有许多不完善的地方。中国急需管理人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此人力资源管理职业市场广阔。

职业分析小结：

(1) 有组织、有条理的工作环境，在清晰而明确的指导原则下与他人一起工作

(3) 领导、管理、组织和完善一个机构的运行体系，确保有效运转并达到计划目标

(5) 成果能够得到他人肯定，并得到合理的回报

(6) 能够确立工作目标，并施展组织才能，管理监督他人，而不需要处理人际冲突

职业目标首先通过会计学的专业知识为工作起点，将来从事管理工作

职业发展策略成为一名公务员

职业发展路径走管理路线

通过对自己才能、性格、兴趣爱好、潜能等等，以及现在的社会、经济、政治、文化环境的分析，我开始对自己以后的

职业生涯有了一些规划。打算为了成为一名国家公务员而不懈努力。

1、具体实施职业发展路线解剖：

如果第一方案失败了，我将走向工作岗位从最基本的做起，学习工作经验，总结工作教训，在这期间我仍然会不断学习，不断充电，可以尝试先考公务员再接着考在职研究生；如果我的研究生与公务员的梦想均不能够在我预期的时间内实现，我将利用我所学习的专业知识——会计学，在迈入社会的开始凭借自己的专业而努力。通过在大学期间对会计专业的理论学习，再结合实践经验，并利用自己英语的优势，能够在一家中型企业好好发展，实现自己的人生价值。

2、现阶段的自我要求：

最主要的就是从现在做起一步一个脚印，首先积极努力学习，上课认真听讲，作好课堂笔记，特别是对专业知识的学习，平时多读和自己专业有关的书籍，进一步提高自己的专业知识，积极参加学校组织的社会实践活动，提高自己的实践能力，做到理论与实践相结合，同时积极参加学校社团活动，增加社会实践培养自己的社会适应能力，社会实践和实验是必不可少。这些都是在自己现阶段必须作好的，也是实现自己规划的第一步！注意自己的身体，多参加体育锻炼，每天早上去操场跑步锻炼身体，身体是革命的本钱，平时多去阅览室和图书馆，完善自己的知识结构。

自己现阶段制定了自已的职业生涯规划书，但受到自己现阶段思想不太趋向成熟的限制，以后在自己的职业的选择，生涯路线，人生目标都可能存在一定的改动，自己在以后的工作学习中要不断的总结经验教训，使自己变的更成熟使自己以后的规划设计更接近实际打下基础。

自己能在这里做自己的第一篇职业生涯规划设计，使我自己对自

己有进一步的了解，对自己的目标也有了进一步的明确，自己的学习动力有了进一步的提高，树立了自己的人生目标和职业目标，使自己的学习有了目标和针对性，对自己以后充满了信心，相信自己以后一定能取的成功，也使自己敢于面对自己人生路上的挫折和困难，尽量发挥出自己的潜能，这让我知道了自己的局限和弱点，接受现实，并勇敢的去面对，这也开始让我建立一种积极的心态，学会如何调整自己的心态。自己能以后更好的适应社会。面对竞争。

时间是不等人的，提前作好自己的职业生涯规划，对自己以后的人生将有很大的影响，凡事预则立不预则废，自己对自己职业做提前的规划，为自己以后走向成功打下基础。

个人的职业生涯规划书(二)

在这个人才济济的社会，竞争成为一种进步的工具，竞争是一种淘汰平庸者的战斗。真正的赢家是属于那些凡事都做得完美的人。每时每刻我们都要意识到危机，通过各种途径的学习来强化自己的生存本领，强化自己的竞争意识。一本书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

未来，应该掌握在自己手中。如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如抓紧时间多学一些知识来充实自己。人的大学时光一生中也许就一次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。于是，再经过一番深思熟虑之后，我决定把自己的未来设计一下。有了目标，才会有动力。

水无点滴量的积累，难成大河。人无点滴量的积累，难成大气。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果。

果?只有付出，才能有收获。

(一)自我解析

1、自我兴趣爱好盘点

1爱好：看书、轮滑、听音乐、看电影、登山、旅游

2喜欢的书籍：《海底两万里》、《年华是无效信》

3喜欢的歌曲□□youraisemeup□□□蜗牛》

4心中的偶像：鲁迅、周杰伦、落落□she

5信奉教条：做最好的自己

2、自我优势优点盘点

1具有冒险精神，积极主动。勤奋向上，只要我认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做我认为毫无意义的事情。

2务实、实事求是，有目标有想法，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。

3与人交往时随和，谦逊、不拘小节，对朋友忠实友好，有奉献精神，充满一腔热血喜欢关心他人并提供实际的帮助。

4做事有很强的原则性，学习生活比较有条理，愿意承担责任，依据明晰的评估和收集的信息来做决定，充分发挥自己客观的判断和敏锐的洞察力。

3、自我劣势缺点盘点

信心不足，不敢去尝试一些新事物;对失败和没有把握的事感

到紧张和压力;兴趣容易转移;脾气有时温和,有时暴躁,容易激动,在公众场合不敢展现自己,有些害羞;做事情有时拖拖拉拉。

4、个人分析:

1我的职业价值观:小康型。追求虚荣,优越感也很强,渴望能有社会地位和名誉,希望常常收到人们的尊敬。欲望得不到满足时,由于过分强烈的自我意识,有时反而觉得很自卑。

2相应职业类型:会计、记账员、成本估算员、税务员等

3我的职业兴趣:企业性工作。包括策划、管理、行政及商务专业工作等,需要具备领导才能、有决断力、并能在压力下独立工作。

4我的气质:多血质。活泼好动,反应灵敏,乐于交往,注意力易转移,兴趣和情绪多变,缺乏持久力,具有外倾型。

5我的职业性格:敏感型和思考型。敏感型——精神饱满,好动不好静,办事爱速战速决,但是行为常有盲目性。与人交往中,往往会拿出全部热情,但受挫折时又易消沉、失望。思考型——这类人工作、生活有规律,爱整洁,时间观念很强,重视调查研究和准确性。宜从事工程师、教师、财务和数据处理等职业。

6小结:所谓知己知彼,通过上面较为客观的自我分析,我认为,最基本的我清楚了我现在学的这个专业还算是通往我理想职业的专业,也比较符合我自身的个性。

(二)环境分析

1. 家庭环境:

我出生在一个普通的家庭,经济状况一般,父母希望我毕业后能找到一份比较好的工作。

2. 社会一般环境:

3. 会计特殊环境:

“热”——会计就业面相对比较宽,国企、私人企业等都需要会计人员
“高”——学历要求高,工作素质以及薪水高
“缺”——中级以上会计师、注册会计师以及精算师等高级财务人员。由于中国的会计电算化发展较晚,知识大部分源于国外,与发达国家相比,尚存在差距,值得我们总结深思。这些差距主要表现在如下几个方面:理论研究的滞后性、方法论研究的滞后性、会计信息系统的模型规范研究的滞后性、“it”技术应用的滞后性、会计教学体系和教学手段改革的滞后性。