

# 最新大学职业规划生涯规划书(模板7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。相信许多人会觉得范文很难写？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。

## 大学职业规划生涯规划书篇一

不少人都曾经这样问过自己：人生之路到底该如何去走？记得一位哲人这样说过：走好每一步，这就是你的人生。是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。

有道是：凡事预则立，不预则废千真万确。对自己要做的或是将要做的事没有任何准备就是在为失败做准备。

一直以来自己有一个习惯就是在做任何事情之前，都会考虑一下，有一个小小的计划，当然这并不是预不预的问题，只是我的一个习惯。在当前大学生所面对的就业压力十分的大，我们如何在以后严峻的就业形式面前做的更好，在以后应聘时从众多的应聘者中脱颖而出？我们以后到底做些什么？我们以后往哪些方面发展？所以我们有必要提前规划我们的未来为我们以后的发展做好规划，也就是我们的职业生涯设计！

下面是我的职业生涯设计书：

就自身而言，我认为自己的兴趣与爱好其实是比较广泛的，具体的讲自己对电脑、军事文学以及音乐方面比较感兴趣，同时还比较关心体育方面的新闻。而我的爱好也是基于这些兴趣之上的喜欢玩电脑、喜欢看书、喜欢听音乐、喜欢交朋

友。

(1)性格的态度特征：我的性格比较诚实、正直的，相对谦虚但不乏张狂，在做事情时认真勤奋责任心强，同时有一定的创新意识。在自己的生活与同学及其他人的交往中是比较大方的，同时自己做事情虽然细心但还是比较马虎的。

(2)性格的情趣特征：我的性格在情趣上比较容易冲动，情绪欠稳易波动。

(3)性格的意志特征：我的性格在意志方面是比较果断、顽强、有点倔强，坚持对一些事情不会轻易放手。但是不可否认的是在意志力控制方面做的不是很好，这或许是我的一个比较大的缺点，在对事物的预知上是属于乐观但同时有比较强的忧患意识。

(4)性格的理智特征在感知注意方面，我是属于那种主动观察的类型；在想象方面，我是属于主动想象的类型，是那种发散型的类型，同时我认为自己在做事情的时候是现实主义与幻想主义的结合。

在一般能力上，我认为我的智力还是中等偏上的，在注意力上比较集中，善于观察，记忆力较强，思维比较开阔，想象力较强。在特殊能力上，也就是我的特长上，我认为自己并没有什么特长，只是自己的兴趣所到对一些东西投入了，或许会做的较好一点。

(1)我的个人能力：在能力上我自知自身能力还是比较欠缺的，但是通过大学近一年的学习生活与锻炼，我认为我的社会交际能力比较强，具有一定的组织领导能力、实践能力较强。

(2)我的相关经历：我相信我在大一里面，在社会实践方面还是比较强的，我利用双休日时间去做一些各种各样型的大学生兼职活动，一是为父母减轻一些负担，同时锻炼自己的社

会实践能力，二是利用这些机会去学习别人家的工作方法和管理经验，同时开阔自己认识社会的视野。

(3)相关知识：通过平时的课堂学习加上课余时间的自我学习，对自己所学的专业知识有一定特别的深入了解，同时对其他各门专业知识也都稍微略知一二。

(4)个人品质：在个人品质方面，我的道德还是可以的，拥有强烈的同情心，自己也没有什么不好的个人习惯，同时会比较考虑他人的感受。

(5)人生格言：知识成就命运，梦想铸造未来！

总的来说，我认为我的潜能还是比较大的，因为我相信自己可以的，我一直对自己有很强的自信心，相信自己在以后会有比较大的发展空间，当然这是建立在自身努力的基础之上的。

前面我也说过，按照美国霍兰德的职业兴趣理论，我是属于那种企业型的职业性向。因通过前面的自我认识，我认为自己组织领导能力上，交际能力上还是可以的，同时我所学的专业是经济管理(工商管理)，这与企业型的职业性向是比较接近的，主要的是自己有这方面的理想，我的理想是有一天拥有自己的公司！

金无足赤，人无完人。没有一个人是十全十美的，我们都有自己的优缺点，我当然也不例外，所以我必须对自己的优缺点有清醒的认识。

我的优点：

(1)我的兴趣比较广泛，对事物的接受能力强。

(2)社会实践能力以及组织协调能力较强。

(3) 对人诚恳、大方、喜欢与人交流，社会交际能力强。

(4) 特长虽然没什么特别突出的，但我认为我开朗的性格以及交际、实践能力就是我的特长。

(5) 在学识上我喜欢看一些历史、军事、地理之类的书，对我们中国的历史文化有较强的认识，对国外的知识有较多的了解，同时还喜欢看一些散文。

(6) 忧患意识强，做事情计划性较强。

(7) 我自问不是什么聪明的人，但我相信我的智商是中等偏上的：在道德上虽然不是高尚的人，但起码我认为自己不会破坏社会道德，我的同情心是很大的。

我的缺点：

(1) 我的缺点还是比较多的，自己的缺点就是有时候做事情比较粗心，有时可能会丢三落四，做事情有时候会比较冲动，考虑问题不全面。

(2) 由于性格比较直，所以有的时候或许会得罪一些人。

(3) 我的另一个缺点是脾气有点倔强，认定的事情就一定要做到而且要做好。

(4) 社会实践的经验不丰富，对许多方面的知识了解不够，且没有积极去学习。

所谓江山易改，本性难移，虽然目标艰难，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心我的庞大友团的优势，真心向老师、同学、朋友请教，及时指出自己存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

## 三年行动规划:

大学的生活真的过的很快，转眼大一就要接近尾声，针对认识到自己很多地方的不足，特别是政治素养、个人品德修养和洞察力都需要长期的提高，在以后的大二、大三、大四三年学习生活中，我的规划是：

(1) 认真扎实地学好专业知识，这点无须赘述但至关重要。

(2) 积极参加社会实践活动，要充分锻炼服务意识及各方面工作能力，提高人际交往能力，一如既往地参加有意志的志愿者活动。适当参加企业和机关的实习活动，提高实战能力。

(3) 继续不断提高英语和计算机水平，把四、六级英语和计算机等级考试证书拿到手，但决不为考试而考试。

(4) 继续听有意义的讲座，在\_\_有意义的资源讲座资源很多，我们的学校也离\_\_图书馆很近，一定要充分利用好这些知识资源，博读精读结合，扩大知识面，开阔视野，提高素养。

(5) 通过各种途径提高一下能力：团队合作能力、沟通能力、协调能力、稳重求变的创新能力、效率意识、执行力、领域力、发现问题解决问题的能力、概括能力、策划能力、组织能力、应变反思能力等。

(6) 通过各种途径，进一步培养以下素养：感恩、欣赏、胆大心细、耐心、包容等。

## 大学毕业后的十年规划:

美好愿望：事业有成家庭幸福美满

事业方向：企业高级管理人员

### 1、社会一般环境分析

中国政治环境稳定，经济环境优越，外企增多，国企走向国门。

## 2、管理职业特殊社会环境

管理人才市场广阔，迫切需要在中国发展企业，必须适应中国国情，外企进入中国必须本土化，因此既要了解西方管理理论，更要了解中国国情。

## 3、行业和企业分析

要通过实践工作学习，总结出适应当代中国国情的企业管理理论，由于中国加入wto商务运作逐渐全球化，国内企业经营也逐步与国际惯例接轨，分析企业文化发展战略和公司的价值观正确与否，熟练处理职务工作，熟悉外资企业运作及企业文化，能与公司上层进行无阻碍地沟通。

## 职业生涯规划实施方案

差距：1、跨国企业先进的管理理念和丰富的管理经验。

2、作为高级职业经理人所必备的技能/创新能力。

3、快速适应能力欠缺。

4、身体适应能力有差距。

5、社交圈太小。

## 缩小差距的方法

### 1、教育培训法

(1)充分利用毕业前在学校学习的时间为自己补充所需要的知识和技能，包括参与社团活动，广泛阅读相关书籍，选修/旁

听相关课程，报考技能资格证书。

(2)踏上工作岗位后，要充分利用公司给员工提供的培训机会，争取更多的培训机会。

## 2、讨论交流方法

(1)在学校期间多和老师、同学们讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。

(2)在工作中积极与直接上司沟通，加深了解，利用校友众多的优势参加校友联谊活动，经常和他们接触交流。

## 3、实践锻炼方法

(1)锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作，在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2)养成良好的锻炼/饮食/生活习惯，每天保证睡眠6~8小时，每周锻炼三次以上。

(3)充分利用自身的工作条件扩大社交圈，重视同学交际圈，重视和每个同学交往，不论身份贵贱和亲疏程度。

规划不只是写出来，更要实际去做、去实现，也要在实践与思考中去不断完善。人生的路是自己走出来的，加油吧，相信自己！

性格探索：我喜欢挑战和让我兴奋的事情，聪慧，许多事情都比较拿手，致力于自己才干和能力的增长。我有很强的创造性和主动性，绝大多数是事业型的。我好奇心强，喜欢新鲜事物，关注事物的意义和发展的可能性。通常把灵感看得比什么都重要，多才多艺，适应性强且知识渊博，很善于处理挑战性的问题。我善于快速抓住事物的本质，喜欢从新的

角度和独到的方式思考问题，对问题经常有自己独到的见解。我机警而坦率，有杰出的分析能力，并且是优秀的策略家。我不喜欢条条框框的限制和因循守旧的工作方式，习惯便捷的问题解决方法。我喜欢自由的生活并善于发现其中的乐趣和变化。

学习风格探索：我是一个运动型的，我能从新体验、新问题、新机遇中学习。我能全神贯注于短时间的、当时当地的活动，诸如商业游戏、竞赛型的团队任务、及角色扮演练习。活动中充满了刺激性、戏剧性、危机和变化无常的事情，且有一系列多种多样的活动需要应对。我能引人注目，如主持会议，主导讨论或进行陈述。我与他人打交道，我思维跳跃，并作为团队的一分子解决问题。在活动中适合尝试一下。

兴趣探索：我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。喜好表达、说服，做事积极而有计划，以工作为导向，关心绩效与表现，但也重视个人与群体间的契合，人际关系良好，喜欢与人相处，并希望自己能成为团体中的焦点人物。对新鲜的事物很感兴趣，关心的广泛，但对机器、物品生产制造技术则较缺乏兴趣，喜欢直觉思考与分析。我志在与人有关的服务机构中，担任经营、管理与决策等相关职务，协助机构谋取合理的利润。我在日常生活中与同事相处友好，可有效的控制他人，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，对自己的行为有责任感，受人尊重，受人欢迎，对金钱权力和他人感兴趣。

适宜的成长环境：经营性活动，需要较多人际交往的工作，要求责任与权力的明确、统一，给予个人努力成就的机会。

喜欢的课程或活动：团体活动、政论聚会、经营管理等。

有兴趣的学科：法律、政治、外语、教育、传播、企业管理、



财经等。

喜欢的职业：服务业经理、保险业务员、律师、法官、公关经理等。

价值观报告：我最突出的价值观是赞誉赏识，崇尚独立。希望的工作是具有不确定性的，在这种不确定性中可以充分发挥自己的创造力；期望在工作中拥有比较自由的空间，能够尝试使用自己的新想法；希望工作具有较多的自由，可以自己支配安排自己工作的步骤与进度；希望工作范畴内的事务自己可以较自由决策；希望工作是项目制，从而拥有充分的工作支配权。我非常希望获得有充分保障的工作（包括拥有良好的工作条件），比如能够在—个比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够在自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。

技能报告：最擅长的是技术设计，口头表达，研发分析，积极学习，解决复杂问题。

就业前景：随着经济体制和政治体制改革的不断深入，特别是加入wto以后，我国对公共事业管理方面人才需求日益迫切，在文教、体育、卫生、环境保护、社区管理、市政项目评估、城市规划管理、公共网络管理、物业管理、社会保险、非营利组织与中介组织管理等领域人才需求数量总体来讲还是比较广泛。

职业目标：1教授：因为我自小脾气比较温和、有耐心，比较符合成为教师的素质，且现在教师这一职业很稳定，社会地位及工资水平也在逐步提升，家庭方面有一份安稳的工作也是他们对我的期望，而且现在我也在努力做一些朝着方面靠近的事情，如：选修教育学、参加暑假支教等。但是所学专业并不对口，没有学习教育方面的知识，也没有充足的相关经验。2大型企业管理人员：因为我学的是人力资源管理，专业比较适合，而且我个人勤奋努力，善于协调人人之间的关

系，性格外向，喜欢与人打交道。我认为我具备了这些基本条件。

大一阶段：大一已经过去一半了，在这个寒假我要积极参加同学们之间的活动锻炼自己的交际能力。然后出去找份工作先积累经验。下学期要更加努力地学习，争取拿到奖学金，认真的规划自己的生活，完善自己的能力。

大二阶段：首先任务也是争取拿到专业奖学金；每个星期到外面去学习一次；每星期抽时间晨读；坚持写日记，经常写文章，锻炼自己的写作能力；通过英语四级考试和计算机二级证书；空余时间大量阅读本专业书籍；积极参加一次活动或比赛，如演讲、写作大赛等，锻炼自己的实践能力；开始准备看一些关于考公务员方面的书籍；课余时间积极参加体育锻炼；如果还有剩余实践的花去学一门自己喜欢的东西；假期期间积极参加有关于本专业的社会实践调研；多旁听自认为有价值的其他课程；总之主要任务就是加强本专业的专业能力和素质。

大三阶段：大三除了学好专业的有关知识以外主要的任务就是不断地完善自己，发现自己的缺点，并不断采取措施弥补；同时，还应该利用大量的课余时间看一些和目标职业相关的其他专业方面的书籍；写好学年论文；到相应单位实习，将专业知识应用到实践；有机会要去考取教师资格证书；还要去接触外面的世界，找一些相关单位实习，了解目标职业的所需素质，并努力朝着所需素质不断奋斗。

大四阶段：完成好毕业论文；大四上学期在相关单位实习；大四下学期争取通过公务员考试，并积极联系工作。

这就是我大致的职业生涯规划，因为现在经验不足，所以在某些比较细致的方面还不是特别的清晰明了，还有待在以后的生活去完善和发展，但是总的来讲我至少有了自己的一条路了，虽然现在大学生的就业压力很大，但是我有了梦想，有了追求，有了自己的规划，有了导航，我一定会在它的带

领下一步步地向我的目标靠近，并最终实现它，我相信我的事业我规划，我的未来我做主。

没有梦想对于每个人来说是非常可怕的一件事情，如同无头苍蝇似的到处碰壁。很多人现代社会由于商品经济的发展变化发展很快，很难对自己的人生进行一个长期的规划。佛家有云：“缘自性空”、“空无自性”。的确在现代社会，人们的生活节奏加快，社会更新换代发展非常快。如果如我们柔弱的个体，不加紧自己的脚步，跟随时代的步伐，不断学习，将很难有一个长足的进步。

针对我个人而言，在人际关系当中找准自己的位置是非常重要的。福柯有一著名的“话语权力”理论，提出的就是一个话语平台的问题，尤其是在中国这个人际关系复杂的社会必须懂得找准自己的角色。通过独善其身来达到一个更高的话语平台。

职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下。

我是一个当代本科生，(平时)是家里最大的希望——成为有用之才，性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天，还有上网。喜欢看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，喜欢创新，动手能力较强做事认真、投入，学习上缺乏耐力所以一直不能成为尖子生，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。

个人基本情况：酷爱思考，以“我思故我在”为意识自己存在的信条。注重厚积薄发，对一切我所不了解的事情都具有强烈的兴趣和求知欲。适合于一份研究的工作。

职业兴趣：通过从接近20年来的生活体验来看，我的主要兴

趣还是集中在思考这一方面。具有着很强的抽象思维能力。因此，我的职业兴趣是一个研究性的学者，如果要有一个职业定位的话，我希望是一个高科研的学者。

职业能力及其适应性：我具有很强的学术思辨能力，从小就喜欢思考问题，并善于发现问题。有一著名的学者说过“真正的能力不在解决收集整理]问题而在发现问题”。对于在岗位上的人际关系和升迁等问题，已经变的不重要了。我是一个真诚的人，我想以真诚待人必将活得别人同等的真诚。我并不看重别人的回赠够不够多，只在乎我帮助别人的够不够多。“注重回报的帮助从一开始就不是帮助”。另外，我的价值取向是“知乐行善”，因此也就不会存在多少人际关系上的困惑，如果人际关系上有困惑那是因为你做得不够好！我从小就没有在人际关系上有过多的纠缠。

职业价值观：正如我前面所说，我是一个具有强烈的社会责任感的人，我的职业价值也会偏向救济社会这边。以我的笔触去影响别人的灵魂，影响世人的灵魂。如果非要给一个价值的话，那就是我的思考有新的发现，如果能影响所在领域的进程，或者给人类的发展产生影响那就是我的价值。多少人穷其一生也只有微弱的发现，何况我等凡夫俗子呢。

胜任能力：社会上最大的一个误区就是给世人宣扬了一种“一切皆有可能”的谎言，这会导致很多如我一样之凡夫俗子一个做梦的机会，但最终的结果是社会充斥着实际能力并不怎么样的，但却始终执着自己一个不能胜任的职业上。

自我分析小结：

哲学最大的悲哀是创设了“自我”，而人类最大的悲哀是强化了“自我”。

“生有涯，而学无涯”、“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。“我是一个在海滩上拾石子的人，偶尔拾到了一两块

石头，但真理的海洋尚未被我们发现。”

我要加强不断学习，而另外一个主要限制点就是在不断学习的同时加强自己的身体锻炼，“身体是革命的本钱”，因此有必要加强身体锻炼，加强营养。

所谓江山易改，本性难移，虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。耐心问题：通过做日常生活的事情，比如钓鱼、拼图、围棋等等来慢慢锻炼自己的耐心。

经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

家庭条件分析：我生活在国家级贫困县，而我们那村落处在高山上，当地人生活水平很低，当然我们家也不例外。我很喜欢买书，可是总是得想着家里的经济条件，虽然现在生活水平有所提高，对于一个要支付庞大的大学学费的一个农民家庭来说是在是没有更多的经历去供养这个孩子其他的素质方面的培养了。由于我们家只有我还能称上是高级知识分子，同时父母对孩子的痛爱，父母总是砸锅卖铁为孩子的梦想尽自己的一切努力，哪怕是只剩下最后的力气——多么感人的父爱母爱啊——向父母致敬！

学校条件分析：我们学校有很多好老师，各种硬件设施都居全国首列。只要把自己的能力锻炼到最强，还怕找不到工作。

社会环境分析：的确，现代社会是一个理工科的社会，对于文科学生似乎找工作很难。因为现代社会科学是一切价值的最终价值，只有第一时间转换成生产力的工作和技能才能被社会给认同。这是由于社会对经济发展的过度关注造成的。由于对经济的过度光注，很容易导致人的异化。而且如果对西方哲学有较多了解的人都知道，西方哲学现在根基已经受

到了很大的打击，西方的思想家都在向中国的传统文化寻求帮助。对于未来社会来说，必然是一个中国文化的复兴之期，关于对“中国哲学之合法性”的问题的争论已经告一段落。因此只要有足够的力量，未来的世界必然是你走在时代的最前沿——但必须要注意就是你要有能力！

职业环境分析：根据我接触的一些大学老师，根据我的一些体验。往往是有才的，就是有棱角的，有棱角的就不被官方思想者所认同，也很难活得在一个像样的职位(当然了，他都那么有才了还在乎这些职位么)。如果非要把思想者划分为官方思想者和民间思想者的话，那么民间思想者生存问题的确是一个很大的问题。中国的学术界做假现象相当严重，学校不是以老师的实际能力作为标准来衡量，即使是以实际能力来衡量一个老师，那也是规定某某老师要在多少年内完成多少多少论文等等，导致现在中国的学术界没有几篇像样的论文了。同时中国文化本身就对权威有很大的迷从，中国人从来就具有一个“英雄崇拜”的情结。王选说了这样一句话，“既然我已经无能为力了，我就要退下来将我的位置留给后生们”。多么了不起的人啊！有些人的能力实在是不敢恭维，还一直站在那个位置不肯退下来，中国就应该废出什么院士制度，或者完善院士制度。

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向专业和英语两方面发展。围绕这两个方面，对未来几年作初步规划如下：

1、20\_—20\_年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。(具体规划见后)。

2、20\_—20\_年，熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科走向研究生，专业技能熟练。英语四、级争取拿优秀，计算机二级证，开始接触社会、工作、熟悉工作环境。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(3) 生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，如散步、打篮球、打羽毛球等。

3、20\_年以后，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，拥有一个完美的家庭。

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做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。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。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；成功，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼！

通过这次职业生涯规划，我清楚地认识了自己，确立了自己的努力方向和职业定位，这样就可以使自己保持平稳和正常的心态，按照目标和理想有条不紊、循序渐进地努力。当然，计划虽好，最重要的还是在于其具体的实践和所取得的成效。然而，现实是未知多变的，定出的计划随时都会遭遇问题，这就要求我们有清醒的头脑，客观的分析和全面的认知。每个人都有自己的理想信念，抱负和追求，每个人都渴望成功，但在此过程中我们必须坚持信念，必须持之以恒，必须脚踏实地！

规划职业生涯在快速行进的社会显得尤为重要。它是帮助柔

弱个体对抗变幻莫测的世界的一种不变的工具。中国人讲究“以不变应万变”，因此一个稳定的职业生涯蓝图应该提前描绘。其次，稳定性的追求是符合人性的，例如为什么在科学不断发展、人类认识水平不断提高的今天，还是有不计其数的人信仰宗教，其中一个原因就是宗教提供了人一个稳定的追求和信仰。职业生命是有限的，如果不进行有效合理的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我将试着为自己拟定一份职业生涯规划，用心设计一下自己的未来。职业生涯规划的第一环节是确立职业目标，“志不立，天下无可成之事”我深知这一步的重要性。人才竞争的时代，只有有梦想、有方向，脚步才能更坚定，才不会因迷茫而无所适从。

做好职业规划的前提是对自己和环境有一个准确的认识。

一

开朗，热爱生活。以诚待人，因此有良好的人际关系。生活中乐观积极，困难面前从不消极退缩。积极进取一直是面对学习的信条，认真踏实完成各项学习工作，机会面前不轻言放弃，一定通过努力去争取。

优势：有责任心，上进心，专业基础扎实，动手能力强，思维活跃。

劣势：缺乏社会实践经验

房地产业的超常速发展，让整个建筑行业都“欣欣向荣”，进军建筑业成为很多年轻毕业生的追求，其竞争激烈程度堪比公务员。然而，建筑从业者在行业兴旺的同时，处于不同阶段的建筑师面临各自的烦恼和窘状，究其原因，主要有：一是设计费的低价竞争。这使得建筑师不可能在设计费用低的工程上花大的精力和很长时间，所以套用工程图纸成为通用的做法；二是体制尚未完全理顺。大型国有建筑设计院企业



编制有限，令不少年富力强的建筑师游走在体制的边缘，一些年轻的建筑师跳槽到民营设计公司或事务所，但民营事务所由于生存第一，不得不“压榨”建筑师，使其缺少持续发展的潜力；三是外部环境并不乐观。我们的国土正在成为外国建筑师的实验场，甚至迁就到放弃设计安全、经济的基本准则。正是由于大环境不乐观，年轻建筑师也陷入一种急功近利的状态：不停接项目，不断套图纸，拼命考证书，努力攒资历，恨不得马上全都学会，5年之内就独立接项目。这种心态使得年轻建筑师纷纷感受到职业枯竭。

大环境短期内不可能改变，在这种情况下，建筑师，包括还未毕业的未来的我们，应该做的就是改变调整心态，做好规划，以便在职业生涯的不同阶段分清主次，在适当的时机发展最“有用”的能力。

作为一名建筑专业的学生，根据自己的专业特点，我选定了自己的职业目标：十到十五年时间内成长为一名优秀的建筑师，开办自己的建筑事务所。

大致规划：在校时间专业基本功打好，利用假期到专业建筑事务所实习。毕业后三到五年，在工作中积累经验，考取注册建筑师；在业界拥有一定的声誉；拥有自己的建筑事务所。

1、在校阶段，学好专业基础知识，争取实践机会。

优秀的专业知识程度是找到理想工作的先决条件。大学期间，最主要也是最重要的任务就是学好专业基础知识。建筑是一个专业性很强同时也需要敏感的设计触觉。因此专业知识之外，要关注国内外建筑行业的作品和设计理念、趋势的讯息。

真正的建筑师是在实践中成长起来的。除了自身的对实战经验的需求外，现有的注册制度也要求青年建筑师除了基本功外，还应在建筑设计中加强工程实践锻炼，提高工程能力，增强处理现实工程中的具体问题、充分满足建筑的技术和经

济要求、综合解决不同矛盾等方面的能力。因此今年暑假开始，我计划去事务所打工，了解实际工程是怎么回事，事务所是怎么运作的。到了实际工作的时候，就知道如何与不同部门的人沟通，努力解决自己负责的问题，接受行业现实，而不是出于某些原因而回避。

## 2、踏入职场初期，要主要发展宏观控制能力

进入行业内的前3—5年都可以算是学习阶段。很多人在这一阶段急于学习新的课程，并努力考取各项证书。这些工作当然应该做，尤其是考取证书，但不应是努力的主要方向。建筑设计是一个分工协作的复杂过程，建筑师一方面要负责设计工作，另一方面要对很多不可预见的矛盾和变故及时协调解决。对新来者来说，画图或许并不难，难的在于画图之外的工作：权衡业主要求和自己的想法；与结构、暖通等诸多工程师不断协调……总的来说，从策划设计到施工、验收使用的漫长过程中，建筑师对外联系使用者和建造者，对内协调结构、水、暖、电各工种，众多具体问题需要判断取舍，将宏观决策转化为微观的解决方案，这些完全取决于建筑师的协调和宏观控制能力。

## 3、职场攀升阶段：培养持续学习的习惯

进入行业后4年至10年都可以算是攀升阶段。在此阶段，建筑师大多开始频繁地实施(主持)各个项目，工作越来越忙，往往有一种被掏空的感觉。在这个阶段，培养一种持续学习的习惯，持续有效地吸收和学习有用的市场信息对建筑师的发展非常重要。

建筑师的学习方式有很多，可以在不同时期加以选择：1、短期进修补充新鲜理念。尽量做到每过一段时间，就到大学或国外短期进修和学习，吸收新鲜设计和经验；2、参加行业会议或职业群体聚会。这些聚会都是信息、知识、经验、从业感受等的大交集，不但可以让你开阔眼界，更可以得到同行

的支持和友谊;3、换个角色参与工程。有些建筑师有机会以委托方、监理方的角色出现,没有此机会的建筑师也应主动积极地与委托方交流沟通,从而了解不同委托方对于建筑设计的思考和需求;4、课堂学习,丰富自己的知识结构。方案不是建筑设计的全部,诸如对新兴建筑技术和材料知识、建筑法规、国内外建筑作品的了解与新设计手段的学习积累,都是建筑师应该在不同阶段学习的。

#### 4、继续攀升阶段:选择方向

对建筑师来说,入行10年以后应该考虑的问题就是自己的发展方向了。目前来看,在实际工作中,建筑师工作的范畴已经分化为建筑策划(概念)、建筑设计(方案设计)和建筑实施(施工图及服务)三个方向:建筑策划主要是提出设计理念,提出项目构想;建筑设计就是把上述理念和构想进一步规范化、工程化、技术化,使之成为可以通过审批的方案文本;建筑实施包括施工图设计和施工配合。从建筑师的关注方向还可以分化为管理型建筑师与技术型建筑师:管理型建筑师善于掌握建筑项目的整体运作,从项目的洽谈、业主沟通,到设计班子人员组成,设计计划和配合施工等;技术性建筑师擅长建筑的技术环节,从建筑的设计构想到与各专业的技术衔接等均能做到井井有条。因此,建筑师应该根据自己的工作内容与知识结构决定自己的方向,在实际工作中走专业化的道路。

#### 5、实现最终目标

多年的实践经验积累和业界声誉的提高,为自己独立开设事务所更具可能性和操作性。专业经验、管理、人脉等方面有了量的积累,在资金等客观条件成熟的情况下,成立自己的建筑事务所。

通过这次职业生涯规划,使我更清楚地认识了自己,确定了自己的职业定位,看清了自己想前进并为之努力的方向。相信这样能使自己保持更佳平稳积极的心态,朝着目标,有条

不紊、循序渐进。当然，现实和未来是未知多变的，原定的计划会遇到不同程度的困难或阻挠，这就需要我保持清醒的头脑，随时对形势和变化进行客观的认知和分析，对计划和步骤进行调整。

每个人都有自己的理想和追求，每个人都渴望属于自己的成功，在这个过程中，我们必须坚定信念，无论前方路途有多坎坷，必须持之以恒，脚踏实地。

从专业角度来看，职业生涯规划是指个人与组织相结合，在对一个人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、特点进行综合分析权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其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。生涯设计的目的绝不仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作，达到与实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己定下事业大计，筹划未来，拟定一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯规划发展方向。

于我自身而言，职业生涯规划就是有计划地规划自己的未来，一步一个脚印的去实现自己的职业理想。学习了职业生涯规划，让我更加清晰的认清了自己的发展方向，让我更加明白这条路该如何走。

记得高中时老师就告诉我们要认识自己，认识自己，仅仅四个字，实践起来是何等的艰难，古往今来那么多仁人志士为了能认识自己，不断实践，不断创新，可又有几个能在生命即将終了之时，拍拍胸膛，告诉自己，我终于认清了自己！

但经过2020年的思考，终归是比一年前要对自己有更深一些的了解。

首先，我的性格属于双层的，有时候活泼开朗，有时候又很

安静内敛，但是这两种性格的转换总是不适时宜的出现，由此我觉得应该加强自我对自身性格的控制，是这两种性格出现的恰到好处，这就需要从小事做起，例在竞选和社交的方面就要当仁不让，要活泼一些；在读书，听课的时候就应该控制自己要安静下来。我觉得自身有一些成功需要的必备品质，如强烈的竞争意识，不达目的不罢休的坚持，不到黄河心不死的决心等。这些都是需要在今后的道路上保持和增强的。

最后，我想对我三年后想拥有的能力做一个期望，因为我认为我现在的水平并不能够达到我未来想从事的职业的标准，但是通过三年的努力，我一定能实现目标。三年后，我应该精通经济类方面的专业英语，有一口流利的口语，专业的数学、经济、保险精算、计算机等方面的技能，有一定的社交能力和管理能力。

统计学是一门应用方法论的科学。它既包括适用于各个领域的一般统计方法，如参数估计、假设检验、相关回归等，也包括适用于一些专业领域的特殊统计分析方法，如指数分析方法等。本课程不是着重于统计方法数学原理的推导，而是侧重于阐明统计方法背后隐含的统计思想，以及这些方法在各实际领域中的具体应用。本专业主要包括一般统计和经济统计两类专业方向，培养具有良好的数学或数学与经济学素养，掌握统计学的基本理论和方法，能熟练地运用计算机分析数据，能在企业、事业单位和经济、管理部门从事统计调查、统计信息管理、数量分析等开发、应用和管理的工作，或在科研、教育部门从事研究和教学工作的高级专门人才。

统计专业毕业生有三大流向：市场调查公司、咨询公司、各公司的市场研究部门、工业企业的质量检测部门等企事业单位；银行、保险公司、证券公司等金融部门；政府部门（统计局等）。除此之外，还有许多应用到统计的领域也是统计专业毕业生的去向，比如公司的人力资源部门会需要统计学专业人来作一些员工调查；医学统计有着良好的发展前景，目前在海外应用较多，在国内这个领域的发展比较缓慢，但可以预

见在未来将是统计专业的就业方向之一。

从20\_ -20\_年统计专业本科毕业生流向来看，到国有企业、三资企业、其他企业就业的毕业生占总数的40%以上。广东、上海、湖北、北京、福建、江苏是接收统计专业本科毕业生最多的几个省份。

(1) 个人的职业选项：可以选择出三个职业目标

#### a. 精算师

从事该职业的优势是专业基本对口和自身的兴趣所在；劣势是统计专业只学了精算师要求的三分之一，还有经济、保险方面的知识都没有学习；机遇是我国未来五年急需5000名精算人才（统计专业就业的一个方向），目前我国具有国外准精算师水平的精算从业人员只有上百人；风险是拿到精算师证不仅仅是需要的时间很长，实践过程很困难，而且很难找到相关的实习岗位，很难获得实践经验。

#### b. 公务员

优势是我的学习成绩在班上名列前茅，学习能力很强，关键是有决心和毅力；劣势是女生比较难找公务员的工作，而且现在没有面试的经验，口头和文字表达能力不是很好，政治大事不是很了解；机遇是目前国家向社会公开招收公务员，就是给普通人提供一些公平竞争的机会，而作为大学毕业生，在理论道德修养上，以及知识水平上都有一定的优势。另外我学习的这个专业有助于我以后到少数民族地区去从事公务员工作。风险是前社会上出现了公务员热，许多人都去报考公务员，尤其是许多的大学毕业生，将报考公务员作为毕业后就业的出路，因而，这一岗位的竞争是相当激烈的。加上公务员考试的难度也比较大，要求有较好的一段准备时间。

#### c. 教师

优势是学习成绩较好，我们学校有留校当老师的机会；劣势是没有教师资格证，口头表述能力不是很强；机遇是现在学校留校当老师的机遇很多；风险是机遇多，竞争也激烈，况且三年后的情况谁都无法预料。

## (2) 第一职业目标选项的工作内容和胜任条件

精算师(actuary[拉丁语意思经营)是一种处理金融风险的商业性职业。精算师采用数学、经济、财政和统计工具主要处理一些与保险、再保险公司相关的不确定的未知事件。另外，还与雇员保险金(医疗保险和退休金计划)、社会福利工程(社会保障和社会护理)有关。

胜任的条件是专业对口和兴趣所在，因为现在还没拿到一些证书，也没做过培训，所以暂时没有很多可以胜任的条件。

## (3) 与职业选择目标的差距

看一些经济、管理、文学方面的书籍；多看新闻，了解国家大事；有机会做一些兼职，了解社会。

大二：在学好专业的基础上，做大一暑假做的事，多和老师交流，考英语四六级证书，准备托福、雅思。

看一些经济、管理、文学方面的书籍；多看新闻，了解国家大事；有机会做一些兼职，了解社会。准备托福雅思，争取在大三拿到一个理想的成绩。

大三：考取托福雅思，获得留学机会。去周边名校听老师的讲课，扩宽知识面，为考研做准备。

大三暑假：去一些公司找和专业相关的实习机会，多多积累经验。利用空余时间积累专业知识。

大四：基本方向已经确定，因为现在还不能预料，所以只能说根据当时具体情况做一些适当的计划。

终于写完了，道路也越来越清晰，但也有不足，有些规划写的不是很清楚，因为毕竟未来不可预料，我也无法确定今后走的是那一条道路，这就需要我在今后的日子里根据具体情况慢慢调整，做出不同的计划。上次上网，看到一句话：为了你，千万次我也愿意。他们用它来形容对感情的忠贞不渝，如今我想将这句话对我的理想说：为了你，千万次我也愿意，无论失败还是成功，我都不离不弃。初中的时候就很喜欢一句话：为了目标，我不曾停留，纵使岸旁有玫瑰，有绿荫，有宁静的港湾，我是不系之舟。是的，为了理想，就要不被世俗诱惑烦心，才能看到最高处别人不可看到的风景，为了它，我甘愿做不系之舟！现仅以一副对联自励，也激励所有有理想的人：有志者，事竟成，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，三千越甲可吞吴！希望三年后，亦或是更早，或是更迟一些，都没有关系，我们都可以实现理想，就算没有，也至少可以告诉自己，追求过，不后悔，最少没有浪费我的大好年华，最少没有碌碌无为，最少人生过得充实而有意义！

孩提时代，就曾梦想自己要成为一个有用之人，不要求自己做个顶天立地，垂名青史的杰出之人，或许做个优秀的平凡人就罢了。我不是天才，但也绝非庸才。每个人都是这个宇宙之中唯一的个体，都有着自己独特的一面。所以不要忽视了自己，要记住，每个人一生都有他自己的使命。

我长大能做什么？是埋头做学问的科研人员？是科技工作者，电气工程师？还是做一个职业教师，与教育事业相伴终生？或许什么都不是。是什么样的职业，关键是要靠自己的努力和拼搏。

经过长久的思量，思想上的挣扎，最后终于把自己的理想确定下来。我曾问自己，我自己的兴趣在哪方面？是物理啊，这是从小就令我如痴如醉的学科，是物理给了我人生前进的



动力，它伴我度过了懵懂的中学时代。而今，我对它的兴趣更是有增无减。虽然我是错误地进了数学系，但我还是会保持着对物理的钟爱，对他的热情，以及对美的追求。我肯定自己的能力，但却有时也会遭到自己的怀疑，极度的自信也是极度的不自信，内心的混乱，迷茫，常使我找不找方向。我不是天才也绝非庸才，我始终相信，只要对自己肯定得当，便是对自己最大的鼓励。

尽管做基础物理研究的人并不是能够得到很高的收入，甚至做不好研究还可能不足于养家糊口，也就是说，这是不赚钱活！这些都是摆在自己眼前再现实不过的问题。或许做一个工程师能够赚很多的钱，成为一个所谓的富人。但我始终相信，“钱乃身外之物，不要求很高也罢。”只要摆脱自己对物质贪意，一心追随自己的学术，就必能作出一番业绩。为了自己的兴趣，或者讲是自己的理想，就不得不放弃这些物质追求，而是去追求自己的兴趣，自己的爱好，达成自己的理想。于是乎，最终目标锁定，心意已决，我要去做理论物理基础研究工作，踏踏实实做学问，这便是我的理想所在！

## 一、自我分析

兴趣爱好：听音乐，看书，上网。羽毛球，喜欢骑着车到处乱逛。

仰慕的人：莱布尼茨，麦克斯韦，爱因斯坦，海森堡，薛定谔。

优点：做事认真，踏实，能吃苦。爱思考，有毅力。很多。

缺点：过于固执，不太爱说话，有时较粗心的。也很多。

大体上来说，自己的优点还是蛮多的，有些可能会让我受益终生，助我走向成功。但自身内在的缺点也不能忽视，他可能是你成功路上的绊脚石，所以，我要尽量克服自己的缺点，

发扬自己的优点，张扬自己的个性。再者，一个人既有优点，也有缺点，他才是一个有血有肉的人，才是一个真正的一人。

勤能补拙是良训，一分辛苦一分得。我想，只要下定决心，做自己喜欢的事，并且加之于勤奋，用汗水和勤劳锻造理想，最后就一定会有好的结果。正确地评判自己，中肯一点，这才是最好的自我分析，自我认识。

## 二、学习计划

### 1. 自我认知

我是个性格中性的男生，心理素质比较好的，爱讲笑话，比较幽默，一开始认识我的人会认为我是个文静的男生，一段时间下来后他们的看法会完全改变，都说我是个表面看上去文静，其实爱疯，直爽，又带有一丝狂妄，讲话做事直来直去，想到什么做什么，不在大脑里多做思考，做事很鲁莽的男生。优点：对于我自己认为正确的事，我会不惜一切代价去做，哪怕已经知道那是难以完成的事，我也会去尝试，这也促使了我要强，喜欢竞争，对人对事，不管是朋友还是敌人，只要是对手，我都会公平竞争，我认为或许是缺少对情感的表达，不选择竞争就是弃权，所以我认为自己是理性高于感性。

缺点：由于土生土长于农村，给予了我一份独立。什么事情都希望能用自己的能力解决，不喜欢求助别人。这会让我失去很多和别人合作的机会，但自己却还是比较喜欢团队合作。觉得对事情只有三分钟热度，渴望接触新的东西，有充足的耐心。中学时代，朋友都说我性格蛮好的，不会生气，感觉也好欺负，抗压能力强。自己看待事情也蛮乐观。觉得得失成败不重要。经过很多事，树立了人生的原则。但是，还是觉得与社会的交流，看的东西还是很少，缺少社会经验，能力还很欠缺。

我的职业价值观要做一个优秀的物理教师，就要深入到学生中去，把我所学的物理知识毫无保留的地传授给他们。让学生乐学，爱学。因为，看到一个个学生增长见识会让我有成就感和归属感；我喜欢校园生活，校园里永远是那么生机勃勃，永远充满丰富多彩的东西，永远那么活力；我认为在校园里，可以让我更热爱生活，让我更热爱生命，让我即使老到可以退休的时候心还是年轻的。

## 2. 职业认知

社会的整体就业趋势：大学生就业市场是在社会主义市场经济体制下，在国家宏观政策的调控下，运用市场运行机制来配置高校毕业生资源的专业化市场，现如今大学生市场已经渐具雏形，现在的社会整体就业趋势较严峻，供求形势发生了较大的变化，由于高校扩招，毕业生人数在短期内迅猛增加，而社会的有效需求在短期内却增加有限，再者无形市场将在大学生就业中发挥着更为重要的作用，网络，传真，电话等都会越来越显示出在择业方面的巨大活力，而大学生就业市场将会更加完善和规范，公平，公正，公开竞争的良好择业氛围将形成，国家的宏观调控将进一步加强，大学生就业市场现状在不断的好转，市场机制作业日益明显，就业管理工作进一步的规范，完善。现代大学生职业特征有时代性，经济性，知识性，延续性，技术性，规范性，对于做为大学生的我们来说，社会职业的种类不断增多，社会职业结构变迁速度也越来越快，脑力劳动输出比重也在不断的上升。

## 大学职业生涯规划书篇二

为切实贯彻落实xx在全国教育工作会议上提出的“建立和完善高校毕业生就业服务体系”和《教育规划纲要》“加强就业创业教育和就业指导服务”的总体部署要求，引导广大学生树立正确的成才就业观，在教育部高校学生司指导下，全

国高等学校学生信息咨询与就业指导中心特举办全国大学生职业生涯规划大赛。

为响应国家开展的“第二届全国大学生职业生涯规划大赛”，帮助同学们尽早树立职业生涯规划意识，掌握职业规划的基本知识，明确自己的人生目标，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动择业”，赢在职场起跑线上，成为抢手的职场新人，增强我校毕业生的就业竞争力。

“规划自我、服务社会、赢取未来”

艺术学院秘书处、学习部、组织部

xx年3月初——xx年3月底

准备阶段

完善并确定活动方案

邀请指导老师安排活动培训

宣传阶段

张贴海报、悬挂条幅等进行宣传动员，并请指导老师开展大学生职业生涯规划讲座。通过宣传动员，让每一位同学都可以感受到大赛的氛围。

## 大学职业生涯规划书篇三

s□优势因素

- 1、能对未来有清醒的认识，目标较明确

- 2、善于思考，不人云亦云
- 3、逻辑分析能力相对较强，思维活跃
- 4、谦虚谨慎
- 5、做事踏实，为人善良
- 6、个人生活能力较强，能不依赖他人
- 7、有一定的政治敏感度，在一些问题上能形成自己的见解

#### w□弱势因素

- 1、人际交往中主动性差，沟通性一般
- 2、在一些问题上急于求成
- 3、懒惰行强，缺乏恒心
- 4、对自己信心不足，错失了很多机会
- 5、表达及写作能力较差

#### 外部环境因素

#### o□机会因素

- 1、所学专业的情景表被看好，有相对单一专业有更宽的就业面及更多的就业机会
- 3、复合型人才稀缺

#### t□威胁因素

1、法律行业竞争相当激烈，人才剧增，一些非本专业的人自学成才

2、随着大学生的学历普遍提高，加之研究生扩招，毕业后研究生可能贬值，就业形势仍然相当严峻。

### swot总结

经过对自身以及该行业的分析，得出了一些结论：在自己来两年多的时间里，要尽全力为自己的文化课打下扎实的基础。又于法学是一门博大精深的学科，我个人认为仅仅读完本科的阅读及对法学的学科掌握程度远远不能满足社会上对于一个法学工作者的要求，所以决定在本科结束后继续深造。在以后的学习期间，严格按照分析上所书，针对自己的劣势进行加强改造，并充分发挥自己的内部优势和利用对自己有利的外部条件。虽然外部的不利环境我自己没有能力逆转，但是我要通尽量避开这些弱点以避免不必要的麻烦。

## 大学职业生涯规划书篇四

### 一. 活动主题：

大学生职业生涯规划知识讲座

### 二. 活动背景：

大学时期是人生最宝贵的学习阶段，我们在这一阶段不仅学习专业知识，为今后的工作打好基础，也学习为人处事的道理，勤学多思，找到自己应该做的事，探索属于自己的发展道路。每个人都有属于自己的梦想和追求，那么，在大学里，我们该怎样学习，来实现自己的理想？我们应该怎样充实地度过大学时光？为了帮大家找到这些问题的答案，张家川学友联盟特邀请博汇教育甘肃分校的李老师开展此次职业规划知识讲座。

### 三. 活动目的:

本着“一切为了学生就业”的宗旨，本次活动旨在帮助同学们探索兴趣爱好，定位职业取向，树立正确的职业生涯规划观念，度过精彩而有意义的大学四年生活，帮助大学生明确人生目标，树立正确的人生价值观，及早地确立自己的职业目标，并在大学学习过程中很好地管理自己的学习生活。通过这样的现场指导和讲解，一方面指导学生规划好职业生涯与就业，另一方面给未毕业的大学生敲响认真学习的警钟，提高自身修养，提高就业竞争力。

### 四. 活动时间:

4月20号(待定)

### 五. 活动地点:

兰州交大多媒体教室(具体待定)

### 六. 参加人员:

主讲老师: 博汇教育甘肃分校李老师

听讲人: 各高校在校大学生

### 七. 举办单位

策划主办单位: 张家川学友联盟

承办单位: 博汇教育甘肃分校

### 八. 活动开展:

1. 讲座主题: 当代大学生如何更好地就业

2. 主讲人：博汇教育甘肃分校李老师

3. 活动人员安排□a.总负责：兰海明

b.会场布置：崔会峰李建荣

c.嘉宾接待：李宏杰

d.会场秩序：赵强马有福

## 大学职业规划生涯规划书篇五

### 1. 个人分析：

(1)自身现状：英语水平出众，能流利沟通；法律专业扎实，精通管理知识；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，有较强的组织协调能力；有很强的学习愿望和能力。

### (2)性格、特长、爱好：

本人性格开朗，积极乐观，善于与人沟通/交流，有很强的语言表达能力以及较强的亲和力，善于学习，热爱思考，思维敏捷，表达流畅。

### 2. 角色建议(周围的人给自己的评价及建议)：

父母：“要不断学习，能力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们退休后搬来一起居住生活。”

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

老师：“聪明、有上进心、单纯、乖巧，缺乏社会经验”



同学：“有较强的工作能力”，“适合做白领”

## 大学职业生涯规划书篇六

1、在选取职业时遇到的最大困难和困惑：我此刻学习的专业是自动化专业，如果我从事本专业工作，那么就需要我有很扎实的专业基本功和基础，可是此刻我所学习的编程等资料对我自我来说有必须的难度，不并且对这些资料并没有很深的兴趣，只是在一点点的培养。第二，此刻全国开展此专业的学校有很多，而对于此专业我们学校并没有什么竞争力，所以不明白自我以后能不能找到适宜的工作，也不明白今后能不能胜任自动化专业的工作。

2、我的职业选取：第一，是电力工程师；第二，是大学教师；第三，是考公务员。

3、我的选取路径：考研

### 4□swot分析

内部环境因素

优势因素□s□

- 1、有学习新知识的潜力
- 2、目标明确
- 3、善于动脑思考
- 4、分析问题的潜力比较强
- 5、英语水平较高

6、求职潜力强

7、情商较高，综合素质比较强

弱势因素[w]

1、专业知识水平不够

2、做事毛躁，不耐心

3、自我努力不够

外部环境因素

机会因素[o]

1、所学专业很好。获得工作机会不错

2、工科专业缺口，需求量较大

3、我们毕业时，金融危机逐渐减轻

威胁因素[t]

1、女生工作不好找

2、全国开设此专业的学校很多，竞争压力较大

3、大学生就业形势紧张

swot分析：我的性格的严谨等方面都很适合这个职业，并且综合素质比较高，比较有竞争力，并且此刻大环境上此专业有必须的缺口，所以就业相比较较容易。可是作为女生有必须的劣势，就需要我去学好专业知识，在其他方面超出

男生，才能找到一份满意的工作。

## 5、我的职业目标选取的工作资料和胜任条件

工作资料：

- 1、研究指定电力系统的规划立项，进行投资概算。
- 2、负责电力设备的设计工作。
- 3、研究开发电力设备安装施工技术。
- 4、负责相关发电设备运行的技术督导工作。
- 5、分析和处理电力设备安装、调试、检修和改造中的技术问题。

职业概述：电力工程师是从事电站与电力系统的勘测、规划、设计、安装、调试、运行、检修、电网调度、用电管理、电力环保、电力自动化、技术管理等工作的电力专业工程技术人员。

胜任条件：我学习的专业和本职业的要求相关，如果研究生毕业后参与此工作，在专业上的知识就应就够用了。我比较认真，在技术工作中能够很好的完成任务。我的合作潜力比较强，能够建立一个很好的合作团队。

6、与职业选取目标的差距：主要是在专业知识上，还有很大的差距。第二，是耐心做事的潜力，工程师，以后的工作很可能会比较枯燥，比较复杂，这就需要我有很强的耐心，和对工作的热爱。这也需要我在今后的学习中不断努力提高。

## 大学职业生涯规划书篇七

古语有云：“人预则立，不预则废！”。在这竞争无处不在的时代，职业生涯规划显得尤其重要。一个人只有知道自己往哪个方向努力，如何努力，那么才可能到达自己想到达的未来。选定了自己想走的路，就算走不到尽头，但只要有坚定地方向，一切都会好。

1. 性格方面：我是一个不够喜欢自己的专业的本科生。性格偏外向，责任心相对强，崇尚勤俭节约；主动，肯吃苦，勤于找机会。表现欲望相对强，意志坚定，不易被别人影响但一不小心会变固执。

2. 处世态度：善于和别人沟通交流，待人有礼和善，乐于助人。最欣赏的人是周恩来，希望自己为人处世像他一样，自强谦和睿智公正而且有魄力。关注政治但没有打算进入官场奋斗。

3. 学习方面：学习成绩不会差，爱看书容易接受新事物，钟情于销售管理。而且对学习自己喜欢的东西很有毅力，对所遇到的困难充满信心。在自己不擅长的领域会缺乏信心，但善于求助。社会实践能力较强。

4. 运动方面：喜欢轻慢运动如跑步登山远足，坚持锻炼，希望为自己为祖国健康工作至少50年。

每个人都有自己的优缺点，现代社会流行“木桶定理”，即是别让自己的缺陷拖自己后腿。对于“自我剖析”中第六点列出的那些有待改进的地方，我的策略是：利用自己一直非常看重的积极向上之精神鞭策自己，让自己的内心越来越坚强；同时善于向优秀的亲友取经，恳请自己信任的师友监督自己指正自己。自己亦制定可行的计划以针对改正。

根据自己的兴趣还有自己的优点，我想自己未来应该会在语言法律方面或者销售管理和教育方面发展。具体选项如下：

### 1. 通过报关员资格全国统一考试进入报关企业

报关员资格考试是由海关总署统一组织的全国性考试，是执业资格的认定考试！从1997年开考到现在，已历经10年的时间！要想成为报关员，首先是要参加考试并获得报关员资格证书。为了保证整个报关行业从业人员的整体素质，海关总署每年将报关员考试的通过率控制在10%左右！也就是说每年都有平均90%的考生不能通过考试。但是只要认真准备，充满信心，持之以恒，考取报关员资格证的几率还是很大的。

### 2. 通过学习对应的知识进入企业进行销售管理工作

我学的专业是计算机科学与技术，所学的专业课程中有一门很重要的，叫《数据挖掘》，教你如何从海量的甚至模糊的数据中挖掘出有利的信息，这对销售管理尤为重要。我还会经常看有关销售管理方面的书籍和杂志，以弥补自己在这方面的不足。我喜欢和别人打交道，对销售管理也非常感兴趣，兴趣是最好的老师。如果可以从事这方面的工作，就算不出类拔萃也会相对出色。

### 3. 考取教师资格证去北方从事教育工作

当老师是父母和所有亲戚的期待。并不是他们将自己的想法强加于我，是我自己也想从事教育方面的工作。漫漫求学路，我深知一个好老师的重要性，也深知在北方某些偏僻的地方，师资有多稀缺。我希望自己在某个时期可以为别人做一些有用的事情，为自己国家的教育事业贡献一份绵薄却坚定的力量。

我学的专业是计算机科学与技术，虽未学精但够用。英语应该在大三期间可以考过六级，口才与交际二者可以说是兼得。

之于我，应该具备的基本软实力都有了，再且我对文科对人际还有销售有兴趣，最好就可以考报关员留在珠三角地区。

从薪资方面看：报关员的收入不算很丰厚但也不差，而且应酬相对少。

从事业发展角度看：一方面和进出口企业打交道可以学到很多课堂上没有的知识如商品知识，丰富自己的阅历；另一方面，和海关打交道我可以学到自己想学的法律知识还有如何协调企业和官方的关系，这对自己是一种考验也是人生中一笔难得的宝贵的财富。而且，成为报关员不会像公务员一样，几乎没有什么事业发展空间。

## 1. 良好的职业素质，高尚的道德修养

由于进出口货物的报关手续比较复杂，办理人员需要熟悉法律、税务、外贸、商品知识，精通海关法律、法规、规章和掌握办理海关手续的技能，为此，我国海关规定进出口货物的报关业务应由经专业批准的专业人员代表进出口收发货人或者报关企业向海关办理。这些专业人员就是报关员。

从上面那个和报关员相关的阐述可以看出，成为一名合格的报关员不仅要掌握法律、税务、外贸等知识，还要有良好的职业素质，严格要求自己遵法守纪，将国家利益和企业利益合理调和。同时要有高尚的道德修养，不能为己之利动歪脑筋或者与不合格的纳税人同流合污。

## 2. 好好复习，加强练习，保证有扎实的基本功

报关员和会计师、审计师一样，是向社会提供专业化智力服务的人员，是联系报关单位与海关的桥梁，在进出口货物的通关工作中起着重要作用。因此，报关员不仅要精通相关的法律知识，还要掌握税务外贸商品等知识，而且学会办理海关手续的技能。做一个合格的优秀的报关员掌握的知识要渊

博，涉猎的知识范围要广泛。而且做事要利索语言要精炼交际要恰当。所以，学习相关的知识掌握相关的技能，使自己变得敏锐智慧、精明强干是我的最大目标。

我本是计算机专业的，忽然去从事一个和自己专业关系不是特别密切的工作，虽会靠自己的努力向时间向网络向教材和资料要自己需要的知识，但不管是从理论上来说还是从实际上来说都是有一定差距的。而且周边考报关员的同学几乎没有，像自己在闭门造车，学习和体悟都很有有限。

幸亏大学的空余时间不少，睡觉的时间游玩的时间和上网看电影的时间少一点，学习时间多一点，踏踏实实，认准方向一步一步汲取自己需要的营养。努力复习的同时充分利用网络资源图书馆资源还有人力资源，我想绝对没有过不去的关。

现在正是经济危机时期，风云变幻，一日千里。职业生涯规划从某个角度上来说也是个动态过程。但无论时光还有心态怎么变换，我的选择都是锁定在自己已经写出来的那些职业。我或许最终不能拥有轰轰烈烈红红火火的事业，我或许会因此平凡，但绝不平庸。

在我的位置我是主角，我会切合实际努力奋斗，化“危”为“机”，对自己负责的同时对关爱自己的人负责。

怀着无比兴奋的心情和对美好未来的设想，我走进了大学学府，开始了大学生活。如今学业已过一年，回首时却心生懊悔，因为这一学年充斥着的是兴奋、欢乐及忧伤，梦想的渐远，必需要想办法回补，而机遇是给有准备的人，于是重要的是规划好自己的职业生涯，职业目标和执行计划，发展路径。

现就要有设计规划自己的职业生涯规划，了解相关的职业环境、职业发展趋势和社会需要具备的人才素质，在此基础上为自己的人生确定一个明确的方向。设计好职业策划书，我

的人生之路就有了四通八达的可能，我将一步一步地沿着坐标前进，向黑夜出发去迎接黎明，向未知前进去捕获希望。

我坚信通过自己的不懈努力必能走出一条星光大道！

1 性格：善于独立思考，注重团体力量，善解人意，做事全力以赴，有耐性，刻苦，实际而热情，意志坚定、有毅力；但沟通能力不足，不善表达。

2 兴趣：爱好阅读，也注重看有所求，体育方面兴趣十分广泛，擅长乒乓球，羽毛球等。

3 价值观：坚信马克思真理，崇尚社会主义，个人价值由回报社会所决定，坚信美好未来。价值观决定以后生活活动，决定自己个人、社会价值的产生。将最高价值目标化，做好诸如效益观念，风险观念，竞争观念，平等观念，以及敢破常规、积极进取、精益求精、勇于创新等的培养、发展。

4 能力：具备敏锐的观察力，自制力非常强，在吸取他人的长处时不忘自己的创新。虽然有时候做事也会草率鲁莽，但多数时候是冷静，慎重的。机敏、领悟力较好，富直觉能力。

首先，全球现处于第三次工业革命□it行业在其中举足轻重；且现在也是“三步走”战略”和“新三步走”战略的关键时期。这一时期定会仍很大的机遇和契机，我们正处于这一伟大的时机。我国在经过三十年改革开放，综合国力得到了显著的提升。

现正暴发新一轮的世界性的经济危机，这对我们是挑战更是难得的机遇，到我们走向社会时更能一展所能。随着成功举办、参加了多次国际性的活动，更是使我国成为国际性的大国□20xx年“网络泡沫”破灭后，全球it人才需求缩水，但世界it产业的生产基地和研发中心正陆续在我国设立。全球新一轮的产业转移正推动我国由it大国向it强国转变，这将进一步



刺激国内对计算机专业人才的需求。

现在我国的it行业人才不足且有严重的结构性的失衡，但其中也更重要的是高技术人员的需求。社会需要的更多的是高技术性的it人才，用人单位更是提高这方面的门槛。现在的计算机已经得到了极广的普及，各高校都很重视这方面的培养，企业也重视培训。在大学生就业形势危机的情形下it行业也是日趋激烈，但也仍会是“抢手货”。

面对现实，我必需首先要好好好学习，扎实专业课程，要有过硬的专业知识。并要过英语四级，掌握一定的计算机英语。要从现在做起，尽量的参加社会实践，不断提高自己的综合素质，并逐步了解社会企业对当代大学生的要求，不至于到毕业时一脸茫然。

具体的规划设计：

第一学年：很快的调整大学学习状态，确立奋斗目标方向，并为之做好一定的基础。打牢专业基础知识，至始至终不重视英语的学习，对计算机有一定系统的了解。对自己所学的通信专业有全面的认识和，积极的参加学校各项活动，提高自己的沟通交流能力。多看些有关自己专业方面的书籍的新闻。假期到处处打工，体验一下社会，也了解下工作给人带来的感受，以不至于到时过于不解。

第二学年：加强专业知识的学习，对以后的工作取向和目标进一步的明确和必要的细化。一，上学期：确保专业课的优异过关，并利用课余时间对自己感兴趣的电子电路、通信方面找一些有关方面的书籍学习，掌握基础的知识。英语过三级，计算机过二级。二：专业课优异的完成，继续学习自己感兴趣的方面，有所成绩。对以后的工作根据当时的形势做简要的分析和安排。英语过四级，过必要的计算机方面的证书。学习好常用的计算机英语。假期针对性的找计算机方面的假期工。

第三学年：上学期：保持良好的心态，注意保持身体的健康。制定冲刺计划，备战必要的考试。了解市场it行业的走向和社会需求，能够的话亲身实践。下学期：学业很好的过关。清楚地认识自己，确立了自己的努力方向和职业定位，找好一家实习单位。不住的相信“计划赶不上变化”，不断的了解、完善自己。

毕业后，根据假期和实习经验，结合社会发展趋势找准以后的工作方向、职业和工作单位，并为之不懈努力。

这次职业规划设计，轻详细、合理的规划了自己的职业。分时间、任务，分步骤的完成对目标的追求。倘若有哪个时间段没有完成目标，一定要抓紧在接下去的时间段补上。在20xx年完成在学校所要学好的知识、技能20xx可以有选择性的找工作单位，但要注重经验的发展前途20xx年以后基本上定下职业，和选准、做久工作单位，取得一定的工作成绩。

通过这次职业规划设计，我开始更深刻的认识、理解自己，也更重视了对职业的理解，和规划的重要性。影响职业生涯设计的因素诸多。有的变化因素难以预料，环境又多变，要与时俱进，灵活调整，不断修正，优化职业规划，适应各种变化，作一个有准备的人。。要时刻做到了解自己、了解职业、了解社会发展趋势。