

最新中职职业计划书 中职职业规划(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

中职职业计划书篇一

通过非系统化的，自由的活动进行艺术表现，喜欢艺术性质的职业和环境，不善于事务工作，适合从事艺术创作。

较符合中高级职位的要求，工作效率高，并能取得较好的成绩。

家庭取向的工作

自尊取向的工作

自我实现取向的工作

希望有舞台，得到掌声

与人互动接触

能发挥口语表达能力

工作气氛愉快

根据职位胜任力原理，人岗匹配的原则以及您的测评结果，我们将提供与你的职业兴趣，职业能力水平，职业价值观，

职业个性等相适应的职业类别。我们需要提醒你注意的是在不同企业文化中，即使同样的职位，工作内容也会大相径庭。在应聘工作时除了工作名称之外，我们更应该深入关注工作的具体内容，及相应的企业文化。

近期职业目标：

节目主持人，摄影师，新闻记者/美编，新闻媒介策划，演员，艺术指导，艺术总监

中远期职业目标：

我根据自己的兴趣和写作优势，制定了我的近期“职业目标图”。

通过以上各个测评结果和自我盘点的分析，可以确定职业倾向属于艺术类型和社会型；结合自我分析以及各种测试的结果，职业选择范围确定为有关新闻写作方面的工作是正确的。

中职职业规划书篇二

金融危机正在给各行各业带来巨大冲击，却也造就了一批新兴职业的发展。日前，资深人才记者薛亚芳认为，在金融危机的“催化”下，职业规划师、税务筹划师、心理咨询师、能源管理师以及成本分析师这五种新兴职业迎来了新的发展契机。

ccdm中国职业规划师认证培训中心指出，在人们求职、职业选择、转型、跳槽以及个人职业生涯长远发展的过程中，素有“职场向导”之称的职业规划师，正发挥着不可替代的作用。由于企业大幅裁员、普遍降薪、缩减福利等举措已经引起诸多职场中人的失业、生活水平下降、不满和抱怨，越来越多的隐性问题被显现乃至激化。早在全球金融危机爆发初期，职业咨询权威机构——向阳生涯就预测过，国际金融危机将

助燃职业咨询业大发展。

怎样在职场发展得更好，是一门学问。金融危机下，这门学问被放大。受到国际金融危机的影响，中国的就业环境变得愈发的恶劣。在我国，就业人口多，求职压力大，尤其是高校毕业生们的就业问题，近年来已经上升为民生问题。薛亚芳认为，就业市场竞争日趋激烈，应届大学毕业生求职亟待规划，在职人士需要职业保健，被裁人员重新求职需要引导，这些都给职业规划师带来了大展身手的舞台，也给职业规划咨询行业的发展带来巨大的市场空间。人们对职业规划、职业生涯管理的意识变得越来越强，期望得到职业规划咨询与辅导的需求也表现得相当迫切。

目前，职业规划师的需求已经从专业化的职业规划咨询机构、职业介绍机构、劳务派遣机构、高校就业指导中心、mba职业发展中心逐步扩展到企业内hr部门、猎头公司、人才市场、社区等各个领域。目前职业规划师的工作主要以兼职形式提供服务。很多职业规划师是在某一行业领域具备多年经验后，通过参加职业规划、咨询方面的专业培训，以兼职专家形式从事职业咨询工作。他们的月收入，以职业咨询机构为例，每月平均有万元以上。

构，向阳生涯指出，当下有很多人误以为只要有几年人力资源管理经验即可胜任这一职业，实际上要想做一名职业规划师需要具备较高的基础条件，要想做好并不是那么容易。ccdm中国职业规划师认证培训中心指出，从事职业规划咨询的人必须经过专业训练，接受专业熏陶，掌握基本的专业技术，考试合格者可获得《上海市岗位资格证书》和ccdm中国职业规划师证书》，这是国内唯一获得政府认可的职业规划师资格证书。目前ccdm中国职业规划师认证培训已成为全国各地的职业规划领域专业发展的首要选择，就职业规划领域而言ccdm是中国最权威的培训，这也是吸引全国各地学员的重要原因。想要迈入职业规划师行业，参加

相关的专业培训，获取入行通行证是第一步。

向阳生涯认为，随着人们对职业规划意识的增强，职业规划的需求将会更加凸现，职业规划师作为稀缺的人才，更能在当前就业环境异常艰难的时局中，体现出其商业价值。中国职业规划师认证培训中心指出，职业规划是每一位求职者和职场中人都需要的专业服务，这是解决职场问题最有效最快捷的'方法之一，而素有“职场向导”之称的职业规划师，也必将成为最热闹的新兴职业。

中职职业规划书篇三

我步入河北xx学院，斑驳的阳光斜照在校园的甬道上。至今时间如白驹过隙，看到大四的师兄师姐在毕业照里定格，未来确实不远。高中不喜欢长大，现在不得不长大。对未来，对人生，我抱有负责、乐观的态度，不希求可以指点江山，但希望生活里我会游刃有余。而合理的计划更可以发掘自己的潜力，培养各方面的能力，使我现在敲打的文字不至于单浮于白纸。

万事预则立，不预则废。未来就在手心里，做好规划是不可缺少的道路。

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人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，关注员工的人才，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，势必会造成生命和时间的浪费。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？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。有了目标，才会有动力。

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。喜欢看小说、散文，尤其爱看类的书籍，心中偶像是，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，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”，以致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。但身高上缺乏自信心，且害怕别人在背后评论自己。

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，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。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

优势

- 1、性格外向却温和，人缘好，待人处世成熟，责任心强，有耐心。
- 2、兴趣广泛，接受新事物极快，写作能力甚强。（曾得过全国作文大赛奖项）
- 3、专业基础扎实，知识了解范围广。

劣势

缺乏实际工作经验和社会经验。

个人特质

在下，是一个典型的双子座女孩，好奇心特别强，接受新事物快，喜欢打破常规，这对于设计新事物，有着很大的帮助，

我认为自己非常适合平面设计这门专业，而且一定能胜任。我的性格是比较温和，低调，有责任心，有公德心，与周围的人相处非常融洽。在学校，我是个幽默，调节人际关系强的人，老师交给我做的事情，一定全力以赴，做到最好，经常得到老师的赞赏。班里时常要求我们设计手抄报，开动我们的思维，为此，我愈来愈喜欢这个专业，我对自己设计出来的东西，有成就感。

职业价值观

我认为，先就业，在择业，是最好的就业方式。先就业，再仔细地寻找与自己最匹配的，最适合自己的工作。这份工作，不一定要高薪，不一定要高职位，最重要的是自己喜欢，并且合适自己，自己能掌握得当。同时，仍旧要不断提高自身素质，学习更多的能帮助提升自己专业的技能，锻炼自我，丰富生活，为自己创造一个美好的未来。

所以，一开始，我只希望进入一家广告公司当一个小的设计师，待自己能力得到一定的提升后，再一步一步往高处走，继而创业。

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向化学和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步规划如下：

1□20xx-20xx年学业有成期：充分利用校园及条件优势，认真学习专业知识，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□20xx-20xx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、岗位。完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科研究生，专

业技能熟练。英语四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉工作。(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、跳健美操、打羽毛球等。

3□20xx-20xx年，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问题，要求有的头脑。其实，每个中都是一座山峰，雕刻着理想、、追求、抱负；每个中都有一片森林，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！

中职职业规划书篇四

我步入河北xx学院，斑驳的阳光斜照在校园的甬道上。至今时间如白驹过隙，看到大四的师兄师姐在毕业照里定格，未来确实不远。高中不喜欢长大，现在不得不长大。对未来，对人生，我抱有负责、乐观的态度，不希求可以指点江山，但希望生活里我会游刃有余。而合理的计划更可以发掘自己的潜力，培养各方面的能力，使我现在敲打的文字不至于单浮于白纸。

万事预则立，不预则废。未来就在手心里，做好规划是不可缺少的道路。

一、引言

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人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，关注员工的人才，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，势必会造成生命和时间的浪费。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？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。有了目标，才会有动力。

二、盘点

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。喜欢看小说、散文，尤其爱看类的书籍，心中偶像是，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，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”，以致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。但身高上缺乏自信心，且害怕别人在背后评论自己。

三、解决盘点中的劣势和缺点

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，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。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

优势

- 1、性格外向却温和，人缘好，待人处世成熟，责任心强，有耐心。
- 2、兴趣广泛，接受新事物极快，写作能力甚强。（曾得过全国作文大赛奖项）
- 3、专业基础扎实，知识了解范围广。

劣势

缺乏实际工作经验和社会经验。

个人特质

在下，是一个典型的双子座女孩，好奇心特别强，接受新事物快，喜欢打破常规，这对于设计新事物，有着很大的帮助，我认为自己非常适合平面设计这门专业，而且一定能胜任。我的性格是比较温和，低调，有责任心，有公德心，与周围的人相处非常融洽。在学校，我是个幽默，调节人际关系强的人，老师交给我做的事情，一定全力以赴，做到最好，经常得到老师的赞赏。班里时常要求我们设计手抄报，开动我们的思维，为此，我愈来愈喜欢这个专业，我对自己设计出来的东西，有成就感。

职业价值观

我认为，先就业，在择业，是最好的就业方式。先就业，再仔细地寻找与自己最匹配的，最适合自己的工作。这份工作，不一定要高薪，不一定要高职位，最重要的是自己喜欢，并且合适自己，自己能掌握得当。同时，仍旧要不断提高自身素质，学习更多的能帮助提升自己专业的技能，锻炼自我，丰富生活，为自己创造一个美好的未来。

所以，一开始，我只希望进入一家广告公司当一个小的设计

师，待自己能力得到一定的提升后，再一步一步往高处走，继而创业。

四、未来人生职业规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向化学和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步规划如下：

1□20xx-20xx年学业有成期：充分利用校园及条件优势，认真学习专业知识，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□20xx-20xx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、岗位。

完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科研究生，专业技能熟练。英语四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉工作。

(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、跳健美操、打羽毛球等。

3□20xx-20xx年，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。

五、结束语

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问题，要求有的头脑。其实，每个中都有有一座山峰，雕刻着理想、追求、抱负；每个中都有一片森林，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！

拓展：中职生如何做好职业规划

近年来，中职毕业生的高就业率一直是社会关注的热点，但其就业的稳定性、就业质量不高也是不争的事实。究其原因，主要是中职生在选择专业、就业定位和未来发展等方面普遍存在着较大的盲目性，很多学生对自己的未来职业缺少规划，不知道将来该做什么，要做什么。由此可见，做好职业生涯规划是十分重要的。那么，中职毕业生该如何做好自己的职业生涯规划呢？本人认为应该把握以下几个方面的要点：

一、全面了解自我。

在职业生涯规划的过程中，中职学生应该从职业需要的角度去分析自我，明确自己适合干什么，能干什么，只有在认识了自我个性、自身条件的情况下，才能对自己有一个准确的定位。就如个子矮的人不能成为杰出的跳高运动员，即使弹跳力好也于事无补，而个子太高的人当举重运动员一定会吃亏。

在分析自我的过程中，既不可高估自己，觉得自己有多么的了不起，又不能妄自菲薄，觉得自己样样都不如人。要客观的认识自身条件，了解自己的优势和不足，这样才能使自己理性地面对纷繁复杂的职场，规划好自己的职业生涯。

在了解自身条件的基础上，中职生还应该了解自己所处的环

境和变化的趋势。个人所处的家庭以及所生活的地区，提供个人发展的机会是不同的。如，有的学生家庭条件好，自己毕业后想继续深造，他可以按照自己想法去做。有的学生家庭比较困难，可自己又想毕业后继续升学，继续上学是不允许的了。那么在规划职业时，可以先选择就业，后再去学习，也可以一边就业，一边求学，完成自己继续学习的愿望。

二、确定职业目标。

中职生在完成了认识自我后，接下来的任务就是给自己一个合理的定位——确定职业目标。只有确定了职业目标，你才能理性地去选择职业。

那么怎样确定自己的职业目标呢？职业目标的确定，既不能定得太高，太高了，工作找不到；也不能定得太低，太低，又觉得无法展现自己的能力。

确定职业目标要看社会经济发展的实际需要，个人所处的就业环境，看这个职业对从业者素质的要求。因此，中职生要知道国家经济发展的大趋势，了解本地区的经济特色和未来发展趋势，尽可能利用区域的经济发展机遇，了解市场需要什么人才、当地有什么资源可以利用、哪些人际关系资源有助于实现职业理想等，必须做好准备，待机而动。

只有“知己”——全面了解自我，“知彼”——了解就业环境和职业需求，才能选择目标，确定目标。

三、规划发展目标。

职业理想既应该有远期的目标，也应该有近期的具体目标。列宁说过：“要向大的目标走去，就得从小的目标开始。”远期的目标，不可能一挥而就，需要努力攀登一个个的阶梯，才能到达理想的顶峰。因此，职业生涯规划中要有一个个具体的阶段的目标。

对于中职生来说，除了科学合理地规划职业生涯发展的远期目标外，更应该关注阶段性目标。古人说：“千里之行，始于足下”，只有从具体的一个个阶段的目标出发，才能一步一个脚印地前进。因此，制定阶段的目标时需要注意以下几点：

1、目标必须是“跳一跳”才能获得。

“跳一跳”，即必须为之付出努力、必须为之拼搏，不是轻而易举能达到的。

中职生在制定阶段的目标时，不能把目标定得太高，太高了，经过努力拼搏完成不了，就会有挫败感，容易产生悲观情绪，失去信心，从而放弃目标。阶段的目标也不能定得太低，太低了，目标是容易达到，可太容易得到的东西就不会珍惜，也不知道珍惜。因此，中职生在制定阶段的目标时，要从“跳一跳”就能达到目标开始。

2、目标要切合实际。

阶段的目标通过努力能达到，可望又可及，不能脱离自身条件，不能脱离社会现实。天上的彩虹很美，如果让我们把它摘下来，这是不可能实现的。制定阶段的目标，不能把某种不切实际的欲望当作要付诸行动的目标。否则，这样的目标必定指向失败。

中职生在制定阶段的目标时，要根据阶段的目标对职业能力、思想品质、日常行为习惯等方面的要求，制定与自身兴趣、性格、能力等个性特点相匹配的目标。脱离自身条件，脱离社会现实的目标是不可能达到的。

3、目标要具体、明确。

阶段的目标要十分具体，不仅要表明需完成的任务、所能达

到的状态，还要列出措施，并保证措施明确、得当、有可操作性，切忌空洞、不着边际。

中职生在制定阶段的目标时，要有比较明确的时限，或者35年，或者12年，如果没有具体明确的要求，就等于没有目标。只有具体、明确并有时限的目标才具有行动指导，才会有激励的价值。

阶段的目标是实现职业理想的重要保证，而各阶段的目标之间的关系应该是阶梯形的，前一个目标是后一个目标的基础，后一个目标是前一个目标的方向，所有的阶段的目标都指向远期目标。

四、不断调整目标。

要使职业生涯规划行之有效，就应该对职业生涯规划的具体内容和计划的实施情况进行定期检查，及时发现各种情况的变化，不断地进行自我反省，从而修正职业生涯目标，改进职业生涯规划策略，更好地实现自己的职业理想。

中职生要实现自己的职业理想，在进行职业生涯规划时，必须与时俱进，在不断学习提高的同时，还要根据职业发展的动态，适当调整职业发展方向。三百六十行，行行出状元，只要有科学合理、合身的职业生涯规划，相信中职生也一定能获得成功。

中职职业生涯规划书篇五

现在这个社会，职业规划必不可少，现在的学习是为了将来的生活，为了未来能在社会中安稳地生存，只有试着为自己拟定一份职业规划，才能将来在社会上立足时不慌不忙，冷静地照着自己设计好的路线走，不必愚蠢地浪费时间。中国是个人口拥挤的大国，就业难是个普遍的难题，若此时不为自己先布置好前程，又怎么能到时再社会上占据一席之地？

因此，我在此为自己写一份职业规划书，设定目标，才有动力。

自我认知

经过对自身良好的剖析，理性的思量，我透析自己的性格，更全面地思考了未来，于是，我写下了如下的职业规划书：

职业兴趣

人的一生中，理想总会随着思想的成熟而变化，从很小的时候开始，我就拥有了许多理想，但小时候的离奇梦想，又怎能搬到现实当中来，所以，经过深思熟虑后，我下了决心，选定了——一个明确的目标——平面设计师。

我喜欢绘画与计算机，从小就喜欢设计各种各样稀奇古怪的东西，我相信，我的兴趣爱好能够成就我的职业，因为这便是我的职业理想，我热爱它。

我现在是一个平面设计专业一年级的在校读书的中职生，正在初步学习素描和计算机，下个学期，将开始学习我期待已久的平面广告设计课程，我将一丝不苟，专心致志地学习，不荒废时间，定要为将来打好基础，做一个优秀且出色的平面设计师，毕业后在深圳找一份设计师的工作，实现自己的终极目标，开始新生活。

个人特质

在下，是一个典型的双子座女孩，好奇心特别强，接受新事物快，喜欢打破常规，这对于设计新事物，有着很大的帮助，我认为自己非常适合平面设计这门专业，而且一定能胜任，我的性格是比较温和，低调，有责任心，有公德心，与周围的人相处非常融洽。在学校，我是个幽默，调节人际关系强的人，老师交给我做的事情，一定全力以赴，做到最好，经

常得到老师的赞赏。班里时常要求我们设计手抄报，开动我们的思维，为此，我愈来愈喜欢这个专业，我对自己设计出来的东西，有成就感。

职业价值观

我认为，先就业，在择业，是最好的就业方式，先就业，再仔细地寻找与自己最匹配的，最适合自己的工作。这份工作，不一定要高薪，不一定要高职位，最重要的是自己喜欢，并且合适自己，自己能掌握得当。同时，仍旧要不断提高自身素质，学习更多的能帮助提升自己专业的技能，锻炼自我，丰富生活，为自己创造一个美好的未来。

所以，一开始，我只希望进入一家广告公司当一个小的设计师，待自己能力得到一定的提升后，再一步一步往高处走，继而创业。

胜任能力

优势

1性格外向却温和，人缘好，待人处世成熟，责任心强，有耐心。

2兴趣广泛，接受新事物极快，写作能力甚强。（曾得过全国作文大赛奖项）

3专业基础扎实，知识了解范围广。

劣势

缺乏实际工作经验和社会经验。

职业认知

家庭环境分析：我出生在深圳，父母是普通市民，做做小生意，家里经济能力不太好。我自知这一点，所以从小独立意识就非常强的我，从初中开始就学会利用暑假寒假的时间，找临时工作，虽然家里条件不太好，但从小到大，我受的却是最好的教育，爸爸妈妈希望我勤奋努力，自立自强，他们自己亦为了生计而奔波劳累，为了我和弟弟的学业。父母总是无条件为我们付出，把希望寄托在我们身上，愿我们以后走的道路能够通畅。一个平凡的家庭，一个平凡的我，都很幸福，很无忧无虑地生活着。家人给我的不离不弃，是我拼搏的最大动力。

中职职业规划集锦九篇

中职职业规划合集七篇

中职生学习总结

中职医学检验论文

中职学生实习证明

中职学生期末评语