

大学生职业生涯规划要点(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生职业生涯规划要点篇一

1、自我认知：

缺点：意志力不够强、不够随和、注意力不够集中、不够执着、爱打游戏、懒惰。

2、家庭环境评价

家住福建省莆田市仙游县，我爸妈在家开窗帘店，因家里有两个大学生，经济收入勉强还过得去。父亲是高中毕业生，家庭文化氛围一般。

3、职业分析

(1) 职业兴趣：倾向实践操作，管理，喜欢领导别人，能控制形势，户外工作。

(2) 性格特征：喜爱运动、活泼好动、朝气蓬勃、随和、平易近人、乐观亲切、意志力不够坚定、换位思考。

(3) 职业价值观：我的职业价值观是自由型、志愿型。工作不愿受人指使、干涉，但我不懂会积极请教人的。凭自己的能力做出属于自己的事业。我更会把默默帮助不幸的人视为无比的快乐，再者，国家利益重于一切！

(4) 职业能力：有动手能力、分析综合和辨认、视觉理解能

力、逻辑推理、概括能力。不善于抽象、理论性强、判断理解力差。

自我分析小结：结合我的职业兴趣、性格、价值观以及能力我认为自己对未来的职业的工作性质和内容会有更好的适应和理解，充分发挥自身的优点开创自己的事业。但我有时在日常学习生活中有所懈怠和迷茫，没有尽自己的主观能动性去了解专业知识。爱看跟学习无关的书籍，爱玩游戏，在学习上所花的时间甚少。但我会积极调整，把更多的精力和时间花在学习上。

1、整体、职业就业环境：

尽管我国大学生就业形势严峻，人才竞争激烈以及对人才的高要求，失业率居高不下。但电气专业研究范围广，应用前景乐观，毕业生就业形势比较好。如果经过研究生的学习，可选择的就业机会大大提高。电气专业毕业生具有“点多、面宽、适应强”电气专业毕业生能够在电气工程相关的系统运行、自动控制、电子电力技术、信息处理、研制开发、经济管理以及电子与计算机技术等领域担任重要工作，也能到发电厂、供电局、电网调度、各类大、中型企业从事电力设计、建设生产运行管理、市场运营、科技开发等工作。因此电气毕业生就业形势一片大好！

2、学校环境及专业就业方向分析：

我现就读于湖南工业大学，尽管本校目前是一所综合性的二本大学。但学校教学设施齐全，设备较先进，教学水平高，教师富有责任心，师资雄厚，教学质量高。电气专业是湖南省特色专业，电气基础课程安排合理，有助于学生学好专业知识。而且学校经常进行实习实践，增强学生对专业的认识以及提高学生动手的能力。往届毕业生的就业率达到百分百。所以学校的整体环境很好。

3、职业选择和目标职业分析

我们现在只是电气大类，到大二时还会细分专业。我更倾向于电气及其自动化，主要学的是电力电子技术，电机学，电力系统分析，电力拖动自动控制系统，电力系统继电保护，模拟电子技术，数字逻辑电路，信号与系统，自动控制原理，检测技术，电磁场与电磁波，电气控制及plc原理应用，高电压技术，单片机及应用，数据库原理，计算机网络，多媒体技术等课程，就业比较好就是去电厂和电力公司，发电厂，供电厂。我国的能源将大力发展和优化结构，优质清洁的电能将优先发展。而且“十一五”期间，我国的电器工业产业规模获得发展，新能源发电设备智能电网设备发展迅速，促进电气行业的发展。

职业认知小结：结合以上对本专业的内容，要求学习的课程、国内就业环境以及专业就业方向的了解和认知，我更倾向电气及其自动化这个就业率高又适合自己的专业。我会用心学好本专业的课程以及所要求的技能，使自己完全能够适应未来该专业的技术要求。

我的目标我的选择就是电气及其自动化。我的优势是个性人格符合较有活力的体制，开拓创新，有较强竞争行为较缜密，善于和上级打交道。学生会等社会活动经验丰富，组织能力较强学术思考能力较强，善于创新，勇于开拓。

大学生职业生涯规划要点篇二

合理的职业生涯规划可以使你更加了解自己，也是用人单位了解你的一种有效手段。对于每一个人而言，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。

职业生涯规划是每个大学生必须涉及的重要问题。这一方面是我国现今就业形势和就业制度所提出的要求，另一方面也

是大学生根据市场经济社会对劳动者的素质要求，有目的、有计划地塑造自己的客观要求。成功的人生，从职业生涯规划开始。所以，我为自己拟定了一份职业生涯规划，合理的规划自己的未来。在大学期间向着自己规划的未来前进。有了明确的目标我相信我会更加努力。

动画行业前景无限。动画行业也是年会关注的问题之一。目前，全球动画产业的产值为20xx亿-6000亿美元，已成为21世纪的朝阳产业。中国数字艺术虽刚刚起步，但据调查，“动画游戏产品”未来市场产值将超过20亿美元。

我国已把游戏引擎开发纳入863计划。湖南电视台和北京电视台也正在筹划动画公司，央视动画公司将于年底挂牌，5到10年之后还将成立若干个动画企业集团，动画业前景无可限量。我认为中国有关动画方面的市场还是有相当大的潜力的，因此我在认识的同时就需要做到术业有专攻、并且要博学。因此，动画专业市场非常广阔。

其实在我上大学之前，确切地说没有什么十分明确的目标与方向，都是走一步看一步，就是抱着这种心态，来到大学之后我曾出现过迷茫，听着师兄师姐们不尽如人意的求职经历，我愈发感到未来的艰辛却又不知所措。但是，在听了老师一个学期的选修课后，我茅塞顿开，仿佛一直在黑暗中摸索突然出现了一盏明灯为我指明了前进的方向！老师让我知道了机会永远是留给有准备的人，他的一句口头禅是“我的未来我决策”。短短的几个字包含的意义是非常深远的，是啊，每个人的未来都掌握在自己手中，别人无法替你设计未来，只有自己提早分析与作出决策，才能找准方向从而努力奋斗！以下是我的职业生涯规划：

一. 大学四年规划

职业目标□(20xx-20xx年)

(1) 职务目标：先从学生会干，勤工俭学，逐步了解企业对大学生的要求。

(2) 能力目标：掌握专业知识，了解其他方面对自己有用的知识。

(3) 经济目标：在校期间兼职及奖学金。 一年级：为试探期和定向期

首先要适应由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求；其次，要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯规划设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大四的毕业生询问就业情况；主动参加各种各样的社团活动，增加交流技巧；在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语。计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的最基本技能；要初步了解职业，提高人际沟通能力。大一学习任务不重，应多参加学校活动，增加交流技巧，但不要盲目地参加。在定向期，应考虑未来是否深造或就业，通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的能力，同时检验自己的知识技能；提高自己的责任感，主动性和受挫能力，并开始有选择地辅修其他专业的知识来充实自己。

二、三年级：为准备期

加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道，并确定自己是否要考研。要主动锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性；主动尝试并加入校友网络，了解往年的求职情况。

四年级：为分化期(冲刺就业)

目标应锁定在工作申请及成功就业上。

这时可先对前三年的准备做一个总结：

首先检验自己已确立的职业目标是否明确，前两年的准备是否充分；

然后开始毕业后工作的申请，主动参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备；

最后，预习或模拟面试。主动利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。在撰写毕业论文的时，可大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。

另外，要重视实习机会，通过实习从宏观上了解单位的工作方法、运转模式、工作流程，从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范，为正式走上工作岗位奠定优良的基础。

二. 目标分解与目标组合(大学四年)

1. 目标分解：目标可分解成两个大的目标——一个是顺利毕业，一个是成为一个有一家公司的动画方面的技术人员。

对于第一个目标，又可分解为把专业课学好和把选修课学好，以便修完足够的学分，顺利毕业。接下来，还可以细分：在专业课程中选修课程中，需要选择哪些课程，如何学好。

对于第二目标，又可分解为接触社会阶段，了解市场阶段、熟悉公司运营阶段。接下来，如何学好每一门课程(精通一两门自己喜欢的课)；在，还可以细分：在接触社会阶段，要采用什么办法，和哪些公司保持联系。如何锻炼自己。 2. 目标

组合：顺利毕业的前提是学好专业课程，而专业课程的学习则对职业目标(成为一家公司的动画方面的技术人员)有促进作用。

三. 个人分析

一，自身现状以及希望达到的

动画专业不是很扎实，但是希望在接下的学习阶段能够认真对待每一件事情。略通设计知识，可以为自己在设计方面找到一些适合自己的工作。思维敏捷，表达较流畅。有较强的组织协调能力，有很强的学习能力，很有热情为自己的将来奋斗。

二，自我评估

(一)自己的兴趣、爱好

一直以来，我都生活得无忧无虑，家庭条件谈不上十分宽裕，但是也可以让我衣食无忧，过去的我几乎从不为自己的未来过于担忧，总是觉得就业距离自己太遥远，如今，我已是一个即将步入大二的学生，看到前辈们辛苦的求职经历后，我才知道，未来并非自己想象中的那么一片光明，我需要对自己来一次好好的分析。以便于更好的进行自己的职业生涯规划。通过仔细的自我分析，我发现自己爱好广泛，喜欢唱歌，与人交流，自己对计算机、体育活动以及音乐方面比较感兴趣，同时还比较关心政治方面的新闻。是一个活泼开朗的女孩，性格乐观向上，责任心强，喜欢探索与创新，很多事情都有新奇的想法，与人交往时热情大方是我的优点，所以我的人际关系优良。 而我的爱好也是基于这些兴趣之上的喜欢玩计算机，喜欢看书，喜欢听音乐，喜欢交朋友。

(二)我的价值观

我自己感觉我的人生观和价值观都比较正确，信仰共产主义，而且一直坚信，人一生不能只为了钱去追逐，最有意义的一生是活的快乐幸福，而不是为了追逐金钱和奢侈的生活。

大学生职业生涯规划要点篇三

我省是三大集团在华南地区的投资重点。中石化在茂名和广州建有集炼油、乙烯和下游加工一体化的特大型石化企业，其中茂名炼油1350万吨/年、乙烯38万吨/年，广州炼油770万吨/年、乙烯20万吨/年，湛江东兴炼油200万吨/年，建设茂名至昆明西南成品油管线和湛江至茂名至珠江三角洲成品油管道工程；中海油开发珠江口和南海原油、天然气，投资惠州南海石化80万吨乙烯项目，独资建设惠州1200万吨/年炼油项目，参与广东lng项目；中石油在珠海建有总容积50万立5方米的大型油品储运基地，重组收购佛山高明燃料油厂，在湛江建设90万立方米奥里油储库及奥里油发电厂。

过去国家大型石化企业走大而全的道路，产品结构和工艺路线趋向于企业内部自成体系，通过产业链带动地方石化工业发展不够。地方石化企业的发展面临原料、技术和资金等多方面约束，汕头海洋集团、广州化工集团、广州橡胶集团、广州金发科技、华南轮胎集团、中成化工、揭阳榕泰等地方企业拥有一定技术和品牌，年销售收入也仅处于10-30 亿元的规模水平，尚未形成一批规模较大、具有较强综合竞争力的地方石化企业，产业的龙头带动作用不显著。

我省石化工业主要集中在茂名、广州、佛山、珠海、江门、东莞、汕头等地。茂名、广州依托中石化集团茂名石化、广州石化的炼油化工一体化大型装置形成了两大石化基地。精细化工、专用化学品、橡胶加工和塑料加工等行业主要分布在珠江三角洲地区。珠海正在成为石化下游深加工和基本有机原料生产基地，汕头是我国聚苯乙烯主要产地。

我省拥有较完善的发展石化工业所必须的基础设施条件，沿

海深水港口、石化仓储、海运条件、内河运输、陆路交通和管道输送等都较发达，在物流费用和运输效率方面具有较强竞争力，工业用水和电力资源也较充足，但这些优势还没有充分发挥。

在确定了职业生涯的终极目标并选定职业发展的路线后，行动便成了关键的环节。对应自己行动计划可将职业目标进行分解，即分解为短期目标、中期目标和长期目标，分解后的目标有利于跟踪检查，同时可以根据环境变化制定和调整短期行动计划，并针对具体计划目标采取有效措施。

行动计划要对应相应的措施，要层层分解、具体落实，细致的计划与措施便于进行定时检查和及时调整。

年龄段计划内容

被选：考研失败，到珠三角地区从事石油类工作

六、60岁左右成立一个慈善机构，为社会做贡献

七、晚年继续慈善事业，终身学习

大学生职业生涯规划要点篇四

1. 当前大学毕业生面临日趋严峻的就业形势 2. 大学生职业生涯规划的意义和重要性

面对严峻的就业形势和用人单位越来越高的聘用条件，如何才能千军万马的就业大军中脱颖而出？良好的就业观念和出色的综合素质无疑成了大学生提高就业竞争力的基础，而这些素质和能力的养成很大一部分来源于大学生良好的职业生涯规划。凡事“预则立，不预则废”。大学生只有认清就业形势，准确定位自我，不断发掘自身潜力，方能做到心中有数、处惊不乱。

那么何谓职业生涯规划呢？“职业生涯规划，就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、特点进行综合分析与权衡，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。”[1]职业生涯规划对大学生未来人生职业生涯的发展和社会人才供求齿轮的顺利衔接具有重要意义。

首先，职业生涯规划有利于大学生更早地接触职业世界和进入职业角色。职业生涯规划有助于大学生将学业与职业结合起来，激发学生学习的动力，使学生在学习期间主动探索自己未来的职业方向和要求，引导大学生在日常生活中有意识地与目标职业要求趋同，以职业的要求来规范自己，来规划自己的学业与大学生生活，从而在无形中大学生就适应了目标职业的要求。当大学生进入目标职业时，就无须再重新适应和磨合了，这种无形的财富又会为其职场成功起到巨大的加速作用。

其次，职业生涯规划有利于培养大学生个性才能，增强大学生应对社会竞争的能力。目前，我们正处于知识时代，同时中国社会也正在社会转型期，这两个方面都对个性人才的培养提出了要求。大学生职业生涯规划教育能够帮助大学生在大学期间正确认识自身特点，确立符合自身爱好的职业目标，不断丰富该目标下的知识与本领，从而帮助大学生增长自身的优良个性。大学生在职业生涯规划中发展自我优良个性，能够满足社会对人才的多样化需求，从而提高大学生就业的竞争力。

再次，职业生涯规划有利于提高大学生就业质量。所谓就业质量是指大学生就业是否实现学生与用人单位的双赢。大学生进行职业生涯规划能够促使大学生为今后的就业早做准备。在校大学生通过职业生涯规划，能够了解自己的就业目标，努力完善自我，不断养成职业目标所要求的能力与素质。在毕业选择工作时，大学生能够根据自身的条件选择适合的工

作和适合的单位。另外，用人单位也会倾向于选择那些进行了自我职业生涯规划毕业生，从而实现合理的双向选择，有利于提高大学生的就业质量。

二、部分大学生对职业生涯规划存在的认识误区

笔者在从事大学生思想政治教育辅导员工作实践过程中，通过日常的观察思考与一些学生的交流，发现部分大学生对个人职业生涯规划的认识存在一些误区，比较普遍的是以下三点：

认识误区一：职业生涯规划仅仅是为找工作而准备的。

很多大学生在进入大学之前，都对大学怀有美好的设想，认为大学是一个完善自我、塑造自我的精神殿堂，而非功利的只为了毕业后找到工作，因而对职业生涯规划不太重视。从一定角度上讲，这种看法是对的，大学的确是个追求自由、完善自我的地方，但也不是孤立地把职业生涯规划单纯地理解为找工作，有这种理解的学生本身就是对职业生涯规划不理解。众所周知，人的自我实现就是找到一个适合自己的位置，这个位置就是你适合的职业。而职业生涯规划是为了找到适合自己的职业，如果可以在大学阶段充分地为自己的职业发展做准备，那就可以相应地加快个人的职业发展历程，职业生涯的发展也会促进个人生涯的发展。职业生涯成功的过程也就是人不断完善自身的过程。从这个角度上讲，职业生涯规划是站在自我实现的高度上来探索职业、规划职业的，并不仅仅是为找工作做准备，也不是功利的为了一时的成就而忽略了自身的发展。可以说，在大学阶段科学合理地规划职业生涯也是为人生负责的一种表现。”

认识误区二：职业生涯规划靠听讲座等能速成。

目前，大学校园里经常举办各种形式的职业生涯规划教育讲座，一些大学生也认为职业生涯规划无非就是听听一些职场

成功人士的报告和专家教授的讲座。诚然，在此类讲座的教育引导下，大学生对自己的职业前程会有一定程度的关心和职业环境的初步认知。但职业生涯规划是一个必须经过实际验证的漫长历程，必须经过全面考虑才可以确定适合于自己的职业。而讲座、报告等更多是大学生在没有实践或者实践不充分的条件下参与的，因为这里有几个重要的认知方面因素是在讲座和报告上无法体现的，诸如“个人在工作情境中的真实表现，个人对工作方式和企业文化的实际认同，个人在职业生涯中的实际修正等等，况且就是在实际的职业探索中这些因素也是不断变化的。”[2]所以说，讲座和报告本身能达到的作用、能解决的问题是有限的，职业生涯规划是必须要以实际职业经历和职业能力来塑造的，职业生涯规划 and 职业潜力开发等过程是无法通过理论来速成的。

认识误区三：职业生涯规划是高年级才考虑的事。

很多大学新生都认为，大一大二就进行职业生涯规划言之过早。的确，大学生的职业生涯一般都是在大四毕业后才开始的，那这是否就说明了大一大二和职业生涯规划没有关系呢？首先，我们都知道，职业选择与专业是紧密相连的。然而大学生在高考填报专业时，由于种种原因造成选择的专业与兴趣错位，而这个错位的弥补只能由上大学后的大一大二来纠正和确定。所以，大学生要在大一大二时通过实际的专业学习和探索来发现并选择自己喜欢和适合的专业，然后去深入学习这个专业（这里所选定的专业往往不一定是自己所学的专业），最大限度精通自己所喜欢和选择专业的一个细分领域。其次，学生上大学很大一部分是为了选择一份好职业，而当意识到职业选择时就已经客观上产生了职业生涯规划的需要，这个时间是完全可以由升入大学的大一开始。所以说，如果你深谋远虑，未雨绸缪，那你就应该在大一时规划你的职业生涯，安排大学生活。

三、大学生如何做职业生涯规划

1. 准确的自我定位

任何一个具体的职业岗位，都要求从事这一职业的人具备特定的条件，并不是任何一个人都能适应任何一项职业的，这就产生了职业对人的选择，于是就要求大学生必须准确定位自我。一方面，大学生可以根据科学方法，如借助职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价来认识自我、了解自我，清楚自己的职业兴趣、能力、特征，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。另一方面大学生可以多参加实践活动，如参加暑期“三下乡”社会实践活动、志愿服务活动、校园创业活动等，这些实践活动不仅能够锻炼大学生的能力，还能使大学生在活动中发掘自身潜在的优势资源，进一步认识自身的个性特质。总之，自我定位时要客观、冷静，不能以点带面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免职业生涯规划中的盲目性，做到规划设计高度适宜。

2. 清晰的职业定位

职业生涯规划时除了要准确定位自我，职业定位也十分重要，它就是职业生涯的“镜子和尺子”。大学生可以通过社会兼职、实习，或者参加校园招聘会等形式，了解某项职业所需要的职业素质要求和非职业素质要求，了解所需要的一般能力和特殊职业能力，以及该职业人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等等。大学生也可以通过社会调查，听专业人士的讲座等了解目标职业的现状和发展前景，深入了解职业环境、了解各行业竞争发展机会、了解目标行业或机构的人才、资本、服务等。这样才能够对最适合自己的行业和目标进行合理化分析，提炼出进入这一行业或机构所需的要素。

3. 有效的行动措施

有了准确的定位和良好的目标，如果没有切实的行动计划做

保障，那一切都是空谈。因此在实践中，不仅要制订详尽可行的计划，而且要落实目标的具体行动措施。这个行动措施主要包括教育、培训、实践等方面的措施。它有两方面的内容，一方面是直接的措施，也就是为实现职业生涯规划目标所需要具备哪些知识，掌握哪些技能，开发哪些潜能等；另一方面是间接的措施，通过哪些方式和渠道提高自己，也就是为了保障职业生涯规划目标的实现而需要去做的事情。这些“行动措施”是职业生涯规划能否顺利实施并实现目标的关键。这些具体且可行性较强的行动方案会帮助你一步一步走向成功，实现目标。

总之，面对越来越严峻的就业形势，大学生要想在就业时脱颖而出，必须要做好自己的职业生涯规划。然而职业生涯规划是一项长期而复杂的工程，大学生要想建立科学、清晰的职业生涯规划，一定要有韧性，有耐心，并为之付出辛勤的汗水。这样才能在未来职场这个大舞台上演奏出自己美妙的乐章。

大学生职业生涯规划要点篇五

参赛者资料

姓名：黄亮波

性别：男

年龄：21

籍贯：湖南郴州

所在学院：化学化工学院

专业及班级：化学工程与工艺专业工艺一班 学号□11060401xx

联系电话□1519728xxxx

e-mail:

目录

一、自我分析

二、环境分析

三、职业定位

四、计划实施

五、评估调整

结束语

职业规划

一、自我分析

（一）职业爱好

对于自己，爱好比较多，比如篮球、乒乓球、网球、羽毛球，此外喜欢玩电脑，喜欢玄学类的书籍，喜欢看些中医类的现代的和古代的书籍，喜欢音乐，喜欢好莱坞电影，喜欢交朋友，对于新闻只喜欢看时事政治。

（二）职业能力

交友能力强，适应能力强，容易配合别人工作

（三）个人特质

工作环境要轻松、友好，能和他人在一起积极地工作

工作需要满足我来动员大家合作，处理人际关系和争执冲突，消除紧张气氛

（四）职业价值观

我希望能促进team的发展和别人的进步，并因此得到认可，我认为这是实现自我价值的基础，我的个人成就也往往是在对别人的影响互动的中取得的。我善于组织、协调和管理，不喜欢单打独斗，各自为政。我会很自然地表达自己的观点，使别人接受。我看重权威，常借助权威性增强自己观点的说服力。我热爱新尝试，面对挑战性新任务或者结果还不确定的时候我会奋发进取，争取每一个可能的机会，不畏风雨，不惧怕风险和失败，不抛弃不放弃，用意志顽强来形容我再合适不过。所以我常常能抓住一些特别的机会。将来在需要面临巨大挑战或开拓新领域的工作，只要是能给我带来新鲜的刺激的，都能激发我源源不绝的活力和动力。

（五）胜任能力

职业规划

敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战

对各种事情都非常好奇，以致于总是分心，导致工作受到干扰

自我约束力不强，做事容易拖拉，显得不那么尽职尽责；不喜欢提前准备，时间管理较差

不喜欢过多的条条框框和官僚作风

倾向于将失败当作对个人的批评和负面回应

常常不会拒绝他人的要求

当缺少支持时，做事的动力会减弱

自我分析小结：性格类型为：表演者型-有我在就有笑声；我的动力类型：“寄托型”、“开拓型”。

二、环境分析

（一）家庭分析

家庭经济状况一般偏下，上有老，下有小，只有父亲有收入。家人期望我能够自食其力，没有别的太大期望和要求，家里爷爷奶奶一辈以上都为农民，没什么文化，父亲一辈读书也不多，从小教育我们，要努力学习，为自己奋斗，家里人不用担心。但是我更加看重家里人，虽然自己真的没有什么雄心斗志，只愿同亲人平平静静度过一生。

（二）学校环境分析

学校学习氛围良好，校风学风都很好，认真学习是可以学到所有东西的，专业学习方面，软件硬件方面都不错，对于学习帮助都很大，实践方面也不错，有不少实践操作。

（三）社会环境分析

职业规划

还是很严峻的。

（四）职业环境分析

职业分析：化工专业技术人员的工作要求技术能力强，工作内容精细，发展前景不错；化工企业在国内很多，发展前景不错，各方面发展已经成熟，产品服务已经成熟，员工素质

很高，工作氛围很好。化工专业为日不落专业。

职业分析小结：咱化工方面职业为低不成高不就。

三、职业定位

我的职业就为化工厂技术员，之后发展为化工工程师

四、计划实施

本人现在正就读大学一年级，我的大学总目标：大学毕业时要拿到毕业证书、学位证书等，要有良好的化工技术员基础和基本经验。大一以适应为主，并且学好文化基础，奠定好技术基础；大二以考证为主，努力考证，计算机二级、英语四六级等其他证；大三努力学习专业知识，并且为考研而努力；大四进行一定的技术实践训练。

中期计划是：毕业后第五年要成为一个技术熟练的老技术员工。假如考研成功，就继续深造，努力学习深入的技术，毕业后进入社会，进入化工企业发展；假如考研不成功则直接出社会，进入化工企业努力学习发展。

五、评估调整

职业生涯规划毕竟是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。一切以现实出发，根据自己的性格和实际的发展为基准，进行必要的变化和适应。

结束语：任何计划都有可能是一场空，但是我不能打没有准备的战争，相信自己，相信未来，好好学习天天向上！