

2023年培智学生成长计划的思考 大学生 学习生涯规划(大全5篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。相信许多人会觉得计划很难写？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

培智学生成长计划的思考篇一

一、当前形势：在社会大环境的冲击下，同心圆已经不像规则的同心圆。

有准备的人永远不发愁，他们明白什么在升什么在降。

企业对现在大学生的困惑：基本的礼仪礼节知识缺乏，专业学科知识掌握不清，缺乏基本交际沟通能力。

二、把大一比作感叹号，我们有太多的期望和要求。我们要广泛参与，扎实磨练。

1. 高校三宝：食堂——采集民间信息，

广场采集——采集官方信息，

图书馆——学校文化的象征，

2. 协调集体生活，成为坚实后盾（宿舍和班级）

3. 了解学校涉及的比赛，活动，传统项目，

4. 了解学校各专业，各学院，学科的优势

5. 进行初步的参与与积累，
6. 45分钟节约理论，上课认真听讲。

三、把大二比作问号，我们对于人生有太多的疑惑和顾忌。我们要实践和探索。

1. 必须完成的事与21世纪扫盲：英语，计算机，驾照
2. 游侠参与，能够成为关键成员，取得奖励
3. 加强对专业知识认识，加强对专业发展的关注
4. 参观，实践，了解本专业的现状与发展

四、把大三比作省略号，我们对人生有太多的目标和头绪。我们要收获成型，明确目标

1. 有效参与团队活动，并成为团队领袖。
2. 选择并利用证书（证书只有最合适的，没有最权威的）
3. 加强对于活动结果的看重力度，提升奖励
4. 专业定位与专业细分
5. 岗位细分

五、把大四比作句号，我们对于大学有太多的表述和回顾。面对竞争，有效调配资源

1. 可以有很多优点，但只能有一个特点
2. 坚持定位：城市定位，岗位定位，职位定位

3. 分析企业，了解企业文化
4. 困扰的来源：职业选择如此复杂
5. 工作价值观的形成，7-10的工作经验

六、附加信息

1. 大二做开始swot分析法，一年一次
2. 关于马丁。凯茨的测试
3. 美国职业心理学家霍兰德的职业性向的六角型理论

七、总结

1. 信心，信念，努力... 成功
2. 不要轻易为大学下结论，自己为自己画句号，这才圆满
3. 任何学校都有自己的辉煌，如果没有，那你就可以让他变得辉煌
4. 高中教育由薄到厚，大学教育由厚到薄
5. 时间是有限的，沟通交流是无限的，祝大家每一天因过得充实而快乐.....

培智学生成长计划的思考篇二

20xx——20xx学年第二学期，我们开展了《大学生职业生涯规划》一课，在为期一学期的学习中，懂得了许多知识，也明白了职业规划对人生的重要性。

“不做准备的人就是准备失败的人”，所以规划对于我的人生是有重要意义的，规划好自己的人生，给自己一个预期的目标，这样可以目标明确地去做事情，不必浪费不必要的时间，更不必做无用功。很多事情失败的原因不是在行动前没有计划，而是缺少计划前的行动，这就是所谓的“准备”。机遇来临之时，有准备的人可以应用自如，而无准备的人恐惧只能望洋兴叹了。

在课堂上做mbti性格类型倾向测试后，才使我更加深层次的了解自己，这也是学习这一科的一个最大的收获。古人云：“知己知彼，百战不殆”若连自己都不了解自己，恐怕说不上要在人生的战场上输得多么惨烈了。我的优缺点、我喜欢的工作类型、以及适合我性格的职业，这些方面的了解可以让我明确今后学习的侧重点，凡事都有个主次矛盾不是吗？于我无益的事情就没必要再浪费时间去做了，把今后需要用到的东西学好，这才是现在最重要的事情。

思路决定出路，性格决定命运。我更看重一个人的头脑。而我却偏偏不是一个聪明的人。《职业生涯》的学习让我知道了要学会用脑子。现在的社会就是一个头脑的帝国，没有什么比智商更值钱的了！打破头脑思维的局限性和古板化，是思路腾飞的关键，而我承认，在这一点上，我是需要不断学习和锻炼的。至于性格，自古“江山易改，秉性难移”，还好我不是个性格很极端的人，性格的完善也还好做到。

这一学期的学习，受益匪浅，我懂得了许多道理，大学的生活就是一个小社会，我在这其中摸爬滚打，学习着一切以前未曾接触的东西，为以后步入社会做准备，在这一课上学到的东西，我相信我将受用终生，因为道理是永恒的，理论却是不断更新的，这一学期的《职业生涯规划》结束了，不过我会带着学到的知识一路好好走下去！

培智学生成长计划的思考篇三

大学四年说长不长、说短不短，就在自己还在迷茫混沌的时候，大学时光已经在不知不觉中过了将近一半了，回头看看自己一路走来的足迹，竟发现自己什么都没留下，什么都没得到，而当初来大学前的那些美好梦想也在这庸庸碌碌的时光中被一点一点的消磨，庆幸的是，上了周老师的大学生职业生涯规划课后，我明白了梦想不曾消失，它只是被掩埋，现在就行动起来，规划自己的未来，将梦想一点一点的堆积，成就自己的未来。

自我分析：

从小成长在温室的环境中，没有受过苦，很多事情父母都会帮我安排好，理所当然的感觉，以至于到了大学，不管的学习方面还是生活方面天翻地覆的改变让自己变得措手不及，第一次走读生涯就这样开始了，没有了家里人的照顾，什么都靠自己，这时候，自己才真正看清，原来自己什么都不会，比起大学里的一些同学来，自己在办事能力、学习能力、独立能力等等方面差了一大节，任性、无知、没有责任感等等从小养成的习惯成了性格上的大劣势，除此之外，对于自己不感兴趣的事情，总是抱着无所谓的态度，可是率直、直接、开朗、务实、良好的沟通表达能力等一些性格特点多少弥补了之前的缺点。我很喜欢现在的专业。

专业就业前景分析：

对于自己在填报志愿的时候始终坚持的土木工程，自己的喜欢不言而喻，而且对于这个专业也很自信，土木工程在任何国家的国民经济中都占有举足轻重的地位，尤其是在城市建设和公路建设不断升温的中国，对土木人的需求也一步步攀升，需求热导致土木的高就业率。但就业率只能反映土木就业形式的一个侧面，随着高等教育的大众化，土木建筑这个行业由原来的金饽饽变成了养家糊口的玉米饽饽，虽然土木

专业毕业生找份工作不难，但想要找分好的工作并不易。在04年前，土木工程专业人才紧缺，土木人供不应求。随着高校加大对土木工程专业人才的培养力度，毕业生数量一年胜一年，到04年很多土木本科毕业生已经被拒在了设计院门外，取而代之的是土木研究生，市场对土木人才的需求在提升！因此，在大三我会着手准备考研，为自己的就业加码。

职业选择分析：

1施工方向

这是大部分土木毕业生的选择，施工方向是专业对口的一个工作。大的施工和小的单位工资待遇相差很大。中建，中铁等这些工资待遇通常比一般施工单位能高出1000元。但是大的施工单位通常是天南地北到处做工程，不利于人脉资源的积累，同时对于自己成家立业有一定影响，而且由于人多，竞争激烈，想成为项目经理很难，这些大企业适合只想做技术，不喜欢打交道。同时喜欢到接触大自然的那些人以及对开始的工资待遇有一定要求。参考年薪应届毕业生3.5万--5万工作3年后5万--10万。大企业一般外块很少。

对于小施工企业基本是在一个地区做工程，开始可能待遇不高。不过由于经常在一个地区施工，能建立自己的人脉资源。对于自己创业，以及日后社会交际以及做些私活外快，很方便。小企业不在乎高学历，通常你是个大学生的，人家就要了。小企业竞争不激烈，跟老板混得好了，而且运气好的话，有的甚至做了两三年，老板就让你做项目经理了。在小企业，由于素质普遍较低。对于社会上一些吃喝嫖赌这些腐败的现象无法接受的同学不太适合，小施工企业更适合八面玲珑，能喝酒，会交际的同学去。

应届毕业生参考年薪2.0万---3万工作三年后4万----6万(同时外加一些灰色收入就看个人能力了，厉害的角色能拿到10万+)

施工方向的毕业两年后，可以考二级建造师，5000一年，工作四年后，考一级建造师，2万一年。

2设计院--结构设计或者建筑设计

由于结构设计关系建筑物的安全，大部分设计院对于设计者的学历和经验很看中。所以大家都觉得设计院高不可攀，从而放弃对设计院投简历。实际上看中学历的都是大城市的甲级设计院。一些县级市的设计院对于结构设计建筑设计这些工作岗位还是很缺人的。如果你大学学习成绩不错，cad画的还行，学过pkpm，一般一本院校的可以去一些比较大的设计院试试。二本的学校的，可以回家乡的设计院或者家乡临近县市的设计院试试。结构设计工作稳定，同时有双休这是施工单位没法比的，待遇一般差不多的。如果你认准设计非设计院不仅不想做施工的话，而自己学历不硬，可以考虑参加一些培训机构的培训，给自己充充电(网易结构论坛目前有老庄结构培训和会挽雕弓培训)。

土木转建筑设计的有，但是一般不太容易。做些厂房，小办公楼的建筑施工图还行，遇到大规模的厂区规划和地块设计，一般设计能力是比不上建筑设计毕业生的。不过一些小地方的乙级设计院设计的主要业务就是厂房，小办公楼。他们更希望学土木的去把建筑和结构图一起画了，所以他们一般招学土木的，而不太喜欢学建筑的。不过甲级设计院不会出现这种情况，甲级设计院分工明确，甚至pkpm建模，梁板柱施工图，基础施工图都是分开做的。应届毕业生一去一般都是开始画楼梯，然后梁板柱配筋施工图，等等一个个做下去，做了一两年后所有的都做过一遍了，就能独立进行全套设计。而乙级院可能一去，老板就会丢一个工程给你搞，搞了一两次就能独立设计一些小框架和排架厂房了。一般来说进大院，稳打稳扎一步一步学的东西，学的扎实，虽然一开始不接触全套设计，但是两年后对立上手后，一般结构设计能力比乙级院好。所以能进甲级院就进甲级院，进不了甲级院可以去乙级院试试，乙级院工作过两三年后再转到大院去。

甲级院应届毕业生参考年薪2.0万---到3万工作三年后6万---20万(通常看设计院的项目多少,通常做结构的是5毛到1块一平方的项目提成,年头好的话,一年做了十几万平方的设计,就能挣很多钱,一般做结构的还能接些私活,外快的钱,看个人能力。)

乙级院或者的小院应届毕业生参考年薪2.5万---到3万工作三年后4万---8万,私活挣的钱看个人能力。

土木建筑工程系大学生职业生涯规划范文土木建筑工程系大学生职业生涯规划范文毕业两年后可以考二级结构工程师,2万一年。毕业一年后考一级结构工程师基础,毕业四年后,考一级结构工程师专业,考过后4万一年。

3做预算

学土木的对预算这个工作很忽视,同时土木的本科生一般预算学的不太好,大四的专业课,那时候大家都没心思学了,不过土木工程做预算也很不错,做预算也分在工地上的预算单位,以及第三方预算单位还有甲方的预算单位。做预算是做学土木的做私活最容易的,外快也是最多的。结构设计做外快需要有正规资质盖章,施工赚外快通常是违法的,只有预算做外快,只要会做,有路子,基本没什么风险,做预算的提成通常是总造价的百分之零点二到百分之一。

在施工单位做预算是最能成长的,在一些会计事务所或者预算事务所,是最折腾人的。做施工的在施工单位有机会搞预算一定要转预算。有施工经验的做预算通常漏项的机会很少。

由于预算我了解的不多,只是知道预算外快是最容易的,毕业生参考年薪2万到3万工作三年后4万---8万。

做预算的可以考预算员和造价工程师。考过造价工程师后,年薪基本上是10万+4幕墙.钢结构设计。

对于幕墙，由于大学的课程几乎没有提到幕墙，所以学土木的几乎都不知道幕墙是个什么东西。建筑外立面干挂的石材，玻璃，铝塑板都属于幕墙的一部分。幕墙行业一般是一个幕墙公司。设计，原材料制作以及施工都是一体化的。幕墙的骨架是铝型材和钢材。也是需要进行结构计算和设计的，通常幕墙企业也做一些钢结构厂房，和一些采光顶，轻钢雨棚。钢结构公司也搞一些幕墙设计，所以我把他们并在一起。由于幕墙行业通常叫某某建筑装饰公司，他们招学土木的都不愿意去，以为专业不对口。其实这是错误的。

按理来讲，幕墙行业学土木最适合去做，但是由于学土木基本不了解幕墙行业，都往施工工地跑，同时机械行业的毕业生过剩，导致幕墙行业和钢结构行业做设计基本上都是学机械的在搞。你很难想象，一些学机械的没有学过结构力学，没有结构设计概念，连最起码的强柱弱梁的基本概念都没有就搞结构设计是多么可怕的一件事情。我亲眼见过，一个学机械的还工作过三四年的总工搞钢结构的时候用pkpm建模的时候是用刚节点，而出施工图的时候确选用的铰接节点。进行钢结构优化的时候，拼命减小柱子的截面，而不是减小梁的截面。这些错误都是容易出人命的啊。所以学土木的，不想搞施工，设计院也进不了，可以考虑做幕墙设计和钢结构设计。

幕墙和钢结构设计工作和建筑设计院的工作是差不多的。

应届毕业生参考年薪2万3万工作三年后五万---十二万，基本没有外快。

做幕墙的也可以考建造师和结构工程师

4其他

学土木的还有其他就业渠道：

(1)如大企业的基建处，就是有大企业有东西要建设了，需要有懂的人，去规划和设计院去协调。虽然一开始工资较高。但是学不到东西。女生想稳定可以去混混，男生就别去了。

(3)工装、道路桥梁、暖通、水电、园林施工的施工单位通常也招土木的进行施工管理，有的这些设计也要学土木的，这些行业的专业毕业生的比较少。在这些单位的如果想一直干下去的话，收入也是可以的。

未来三学年的行动计划：

以下是自己对于大学阶段的一些基础、初步的规划。

1. 英语开始着手准备过六级，争取在大三下学期之前通过英语六级。英语是大学生应聘所应具备的能力之一。
2. 大二利用寒假、暑假时间，到施工单位或者研究所去实习，即使不能实习，至少也争取能到工作现场参观学习，对于实践、工作的操作有初步认知。
3. 大三下学期开始着手准备考研，了解相关学校。
4. 大四重点目标是考研，积累一些面试技巧，求职信息，并尝试去考下公务员。

土木工程专业就业前景及方向：

土木工程与建筑专业《中国大学十大专业》排名第四。

所谓的大土木。是指一切和水、土、文化有关的基础建设的计划、建造和维修。现时一般的土木工作项目包括：道路、水务、渠务、防洪工程及交通等。过去曾经将一切非军事用途的民用工程项目，归类入本类，但随着工程科学日益广阔，不少原来属于土木工程范围的内容都已经独立成科。目前，

从狭义定义上来说，土木工程就等于civilengineering即建筑工程(或称结构工程)这个小范围。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

培智学生成长计划的思考篇四

规划期限：10年

起止时间：__年4月至20__年

前言

在今天这个人才竞争的时刻，职业规划生涯规划在大学生的人生规划中显得尤为重要。对于每一个人而言，职业生命都是有限的。我们如果不能做好我们人生的职业规划，势必会浪费我们很多时间和金钱和一些坎坷的经历。作为当代大学生，我们如果不能对自己的人生有一个好的职业规划，在我们踏入社会之时就会引起很多茫然与困惑。既不能找到自己理想的工作也会走很多不必要的弯路。因此，我要给我自己的人生写一份职业生规划书，规划我的人生，也让自己更好的适应社会。同时我自己也会尽我自己的努力去实现我的

职业规划，我是一个学习商务英语专业的学生，要想找一份理想的好工作不是那么容易的。所以我现在就应该给自己规划自己的职业生涯，好好朝自己的目标努力。

职业规划方向

古人云：预则立，不预则废。这句话不无道理。做事不能盲目行事，而是要有计划。有目标的做事。目标就像航海时的指南针。它指引着你朝着正确的方向前行。而我们在学校学习专业知识时，就首先要清楚我们自己今后工作的发展方向，让我们在今后的工作中更加得心应手。因此我们要制定好自己的就业方向。现在已经是二大的我要做出一个适合自己的就业方向规划，确定目标，以便脚踏实地为自己的理想奋斗前进！英语专业毕业生能在国家机关外事外贸、外企各类涉及外金融机构商务管理公司、专业翻译机构、出版、新闻、旅游、高级宾馆、酒店等部门，承担商务管理、商务翻译、外贸洽谈、经贸文秘、英语编辑、英语记者、驻外商务代理、涉外公关、涉外导游等工作。也可在培训中心、中学、职高等从事教学工作。除了就业，英语专业的学生出国的机会也相对较高。

我学的是商务英语，以后从事的工作必是和商务、英语分不开的。我希望我将来能够在商务这一领域能有所发展，但是我知道，因为学历的原因，我要是想在商务方面有个很好的发展，我必须得付出很大的努力，我必须的有信心去面对好一却所要遇到的挫折，所以，从现在起我必须的努力，我要增加我的专业知识，多看一些有关外贸的书籍，以及进行一些课外实践。或者进行一些专门的商务实践活动。所以我想在我的规划中我希望能成为一位外贸公司的员工，做跟单或总经理助理，在开始的三年中，然后再后二年中我希望自己能成为外贸公司的经理，然后在一步一步的向上升，最后如果有机会的话在自己去开一家公司。

自我分析

在这样一点上，我觉得自己是一个相对来讲比较文静的那种女孩子，待人很真诚的那种，做事很诚恳，踏踏实实，一点也不马虎。虽然我不是很擅长交朋友，但是我交的朋友都是“质量”相当好的。而且，我觉得我这人虽然一般场合是那种默默无闻的，但是如果真的是和外国商人谈判的时候，我还是会拿出自己所有的勇气去和她们沟通交流的。而且在英语这方面我还是学的还可以的，所以和外国商人交流应该是没有多大的问题的。

朋友评价

为人比较真诚，够义气，在学习当中很认真，所以从这一点来看她也会在工作中很上进。比较内向，但是和她相处之后你会觉得她很健谈的。就是有时候会耍点小脾气。比较大方，善良。

职业分析

最近这几年，我国的经济发展的很迅速，外商投资也增加了很多。所以外贸的发展前景是很乐观的，而且因为现在经济形式是全球一体化的，这对我国的外贸发展是非常有利的。我现在的目标是想做一名外贸业务员，我知道做外贸业务员有很大的发展空间但是要对外贸实务相关知识要掌握的很熟悉，尤其是单证操作。熟练掌握外语，增加自己的信心。培养自己的细心耐心，培养自己的“灵性”，思维严谨但不能僵化。然后是涉及外贸的各个环节，从承揽客户到报盘，从跟单到制单结汇，都要熟悉并熟练掌握。接着是高级进阶阶段，从工作中不断的学习，调整思路，懂得如何与客户相处，如何促进成交，如何规风避险，如何提高工作效率，如何正确的、迅速的处理紧急和突发事件。在巩固了自身的修养，熟悉了业务，熟悉了产品和经营思路之后，就谋求独立发展吧。做外贸业务员要有很好的口才，去跟客户沟通、谈判，要让客户对你很信任，这样的话她们才愿意跟你合作。至于口才这方面我会尽我的努力去锻炼，让自己的口语变得很流

利。并且做事情要注重效率，但是熟悉外国人的文化，这样就更好了。我国对外开放和建设海峡两岸经济区需要大量既懂英语又懂外贸的复合型人才。本专业的毕业生大都是在外贸业务工作，在涉外大型饭店、旅游部门、企事业单位从事文员和翻译工作，就业率达90%以上。

我的职业定向就是在外贸公司当一名业务员，我的优势就是能接受一些新的知识，我在性格上还是很能静下心来学习一些新的内容的，在接下来的大学学习中我还会去做一些兼职，以丰富我的社会经验，同时也对我的将来就业取材有所帮助。我的专业是商务英语。在一些外贸公司工作的话，我想还得具备比较流利的英语，实际操作能力以及计算机的操作能力。我觉得我在商务方面还是能与外商沟通的，而且我相信我有那个能力。

规划步骤

大二学年：努力的提高英语口语，注重社会相关的实践，取得六级证书。商务英语认证考试的证书、业务员考试或单证考试，二选一，同时更加深入的了解国际贸易相关的知识。

大三上学期：了解中国外贸有关的公司，然后选定去哪里上班。

20__年到20__年

在这六年当中我会先找一家自己喜欢的公司，然后先开始在公司里面当业务员或者单证员，虽然有可能刚开始进公司的时候我会不是那么容易上手的，但是我会一边学习一边工作让自己在公司里面做出些业绩出来，这样的话上司就会提拔我，然后一步一步的上升。但是在得到提拔的同时，也要和同事相处的很好，努力把自己交友的圈子扩大，这样可以为以后自己的事业打下坚实的基础。

20__年到20__年

由于上述的六年当中在公司中取得老板的信赖，资金方面也有了一些存款，这样的话觉得在公司里面发展前景也不是很大，就会有想自己当老板的念头。刚开始我会先开一家小型的外贸公司，接受一些国内外的订单，然后逐渐的在商场混的有些熟了，再说以前在公司里面还是有很多认识的朋友，这个时候就可以借助一下他们势力和能力来帮助我扩大公司的业务，在商场界名气也越来越大。这个时候就要处理好自己和员工之间的问题了，要当一个合格的老板，让底下的员工都心甘情愿的为我做事，又毫无怨言，只有处理了这个公司的利益才能稳步的上升。

结束语

职业生涯规划对一个渴望在自己事业上有所建树的人来说就像是一盏启明灯，始终告诉你前进的方向，让你不会迷茫徘徊；也始终温暖你的心灵，让你无论遇到什么困难都不会轻言放弃，而是始终仍然坚持着走下去，在职业生涯规划的指引亲，我们将会如鸟儿一般，在属于自己的天空中张开翅膀，自由飞翔！理想可以很大，但是，我们必须将它建立在具体的、可以实现的事业之上，选择一种事业追求时，要考虑自己的长处，避开自己的短处，一生的事业，我们要用毕生的经历去实现。在此过程中，我们必须持之以恒，坚持不懈，千万不可以看半途而废！从现在起，我就要为了我的梦醒而努力。我一直都是不够相信自己。只要我认认真真去做一件事，我相信我一会成功的！

文档为doc格式

培智学生成长计划的思考篇五

人生需要规划，企业需要规划，不懂策划者，不能明白“磨

刀不误砍柴功”是道理。策划是人人都需要的，一个人的成功、企业的成功所付出的辛劳远比常人多出几倍；也并非努力了、认真了就可以成功，努力奋斗和付出辛劳的结果，是离不开策划的。因此，我们也要为自己的人生做一份人生规划书范文。

一、前言

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、自我盘点

我是一名专科生，（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，尤其爱看杂志类的书籍，心中偶像是周恩来，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、解决自我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。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

四、评估调整

职业规划是人才与职业进行配对的规划，它不但是人们对职业的选择，也是对事业的选择。在人的一生中，职业规划不可能一次就能完成，它可能会随着人的成长与认知的变化而不断出现，是人们经营自己未来的一项长期的战略工作。所以定期进行职业规划是时代与环境的要求。

我的评估主要由以下几部分组成：

a□设计自我评估表格

由于评估是系统性、规范性、长期性的工作，计划与实施结果对比的填写上去，进行量化积分，便于直观了解自己实施程度，结尾附上目前新调整的计划和成功实践的经验总结，日后也可以查询。

b□设计评估时间表

在职业生涯不同阶段，对职业规划评估的频繁程度不一样。到一些关键阶段需多次进行评估，在关键点也需进行针对性评估，所以要硬性设定评估计划及其执行实施情况进行的时间表，并确保对照执行。

c□汇报修正

由于个人制定的评估带有一定的主观性和不成熟，有时不仅不能改正错误，反而让目标偏离的更远。我们可以将自己的评估交给父母，辅导员或其他有一定社会阅历的人看一看，

使评估具有远见性，精准性，明确性，这样的评估才能真正帮助自己少走弯路，早日实现既定目标。

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！

一、前言

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、自我盘点

我是一个当代大专生，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，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。

《大学生职业生涯规划书大学学习生活规划》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

三、解决自我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，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。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

四、未来人生职业规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向数学方面发展。围绕这方面，本人特对未来三十年作初步规划如下：

- 1、2004-2017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、2017-2012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，从大专走向本科生，专业技能熟练。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、跳健美操、打羽毛球等。

3、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！

一、前言

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、自我盘点

我是一个当代大专生，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，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、解决自我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，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。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

四、未来人生职业规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向数学方面发展。围绕这方面，本人特对未来三十年作初步规划如下：

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、2017-2012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，从大专走向本科生，专业技能熟练。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、跳健美操、打羽毛球等。

3、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！