

# 大学生职业生涯规划书(实用10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。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 大学生职业生涯规划书篇一

俗话说：“志不立，天下无可成之事。”志向是事业成功的前提。立志是人生的起跑点，反映了一个人的理想、胸怀、情趣和价值观，影响一个人的奋斗目标及成就的大小。

对我们大学生来说，我们的奋斗目标就是未来的职业之路，然而大学生活是职业生涯发展的关键时期。在人生的路途中，我们时时刻刻都要面临职业和工作的选择。

下面根据我的实际情况，我把自己的职业生涯规划分为五个阶段：

- 一、准确评估，认识自我
- 二、分析环境，慎重选择
- 三、规划路线，宏观定位
- 四、设计生涯，微观行动
- 五、核查反馈，调整改进。

每个阶段有着不同的目标、任务，通过对每个不同阶段的规划，使自己更加认识到自己的优势和劣势；通过努力工作学习，能力不断提高，不断评估每个阶段的执行情况；通过对自身和环境新的认识，在提升自我的同时不断改进自己的，

使职业生涯规划更加合理化、更加能促进社会、市场以及自己的发展。

## 大学生职业生涯规划书篇二

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。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终了之时，拍拍胸膛，告诉自己，我终于认清了自己！

但经过一年的思考，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。

## 大学生职业生涯规划书篇三

身为土木建筑工程学院的一名学生，我早在大一入学的时候就已经做过职业“职业天空”的评测，对自己的兴趣、价值观、气质、性格、能力有一定的了解了。并且也写过职业和学业规划书，但是经过了一年对自己的深入了解，有好多内容我又有了改变。如下是我结合当前的就业形势以及我的性格特点还有我的努力方向。又一次将我的职业生涯规划具体

化和实际化了一些。

每个人都有梦想，而且从小时候就会有，只是小时候没有认识到社会的现状，梦想会比较美好，不现实，像水中月，镜中花，可望不可即。所以随着年龄的增长，随着社会认识的加深，梦想也会随之变化，变得更加现实，更加能接受，能有实现的可能性。对于我们这些在校大学生来讲，已经不能用梦想这个词了，我们应该设定的是目标，然后是要实现目标的详细规划。因为我们面临的是非常现实的问题：就业。

从辛苦的高中生活解放出来，进入大学，发现现实真的没有那么美好，一切的大学美好生活都是高中幻想出来的。大学是展示自己的舞台，但同时又是堕落的深，就看你如何去度过。进入社会的结果如何，大学是奠定基础的重要时期，最起码是决定前一段的社会生活的重要时期。所以，有好的职业规划是非常必要的，就可以知道大学四年要怎样度过才更有意义，才能够对将来更有帮助。当大学顺利完成时，对自己规划的职业方向进行努力就会有方向，不至于像无头苍蝇一样乱撞。

1、个人性格：性格优势：在朋友面前，会充分展示自己的活泼，活跃气氛。热心参加集体活动，乐意为大家帮忙。善于展示自己，从而吸引大家的注意，让别人尽快发现自己的优点。

性格劣势：当自己决定了一件事时，就会很固执的坚持，基本上别人是不能改变的。当遇到比较大的场合时就会比较紧张，甚至会说话都有些颤抖，这可能是自信度不够的原因吧！不够淡定，遇事总会冲动，事后想想其实生气、发火并没有必要。自我发现与总结能力比较差，自我认识的时间比较长。

我是一个不怎么爱读书的人，所以目前读的书的数量很少，在与别的同学的谈话中，我深深的感到了自己知识的匮乏，口才的差劲，当然，如现在写的规划书所体现出来的，文采

很烂。

2、个人兴趣：喜欢跑步，听音乐，游泳。比较喜欢看对学习、人生有积极作用的电影。对英语学习有很高的热情。

3、个人特长：自我学习能力比较强，能较好地自我控制。

4、个人志向：我想在学习的专业上好好发展，最后成为一名出色的项目经理，无论是对于小项目还是大项目。因为它是本专业的高层职位，要求具备综合素质，是综合能力的体现。

1、专业解读：工程管理就是对工程或者说工程建设进行管理，这里的工程指的是指土木建筑工程。工程管理是对一个工程从概念设想到正式运营的全过程（具体工作包括：投资机会研究、初步可行性研究、最终可行性研究、勘察设计、招标、采购、施工、试运行等）进行管理。开设该专业的各高等院校有把工程管理归入到管理学院下的，如天津大学；有把该专业作为土木建筑学院的土木工程专业里的一个专业方向的，如中南大学、武汉大学；有直接把该专业独立为下属院系的，如东北财经大学的金广建设管理学院。每个学校又侧重不同，有的侧重房地产经营管理方向、有的是工程项目管理方向、有的是水利工程项目管理??或者偏重管理或者偏重技术，各有特色。而我们海南大学是作为土建学院下的一个专业，当然也就侧重于土木方面。

2、专业背景：工程管理专业是新兴的工程技术与管理交叉复合性学科。工程管理专业是20世纪80年代初改革开放之后，应社会主义建设的需求设立的。近年来，随着全球一体化的发展，尤其是中国入世以后，国际工程项目管理成为热点。该专业对学生经济工程师和经济师的双重素质教育，要求学生具有管理学、经济学、土木工程技术、计算机管理和外语的综合知识，能在国内外工程建设领域。

## 大学生职业生涯规划书篇四

有这样一个故事：西撒哈拉沙漠中有一个名叫比塞尔的小村庄。它因依傍在一块1.5平方公里的绿洲旁而风光旖旎，游客如织，现在是一个很有名的旅游圣地。

但是在此之前，却没有一个人能从这里走出去。据说不是这里的村民不愿离开这块贫瘠的土地，而是他们尝试过很多次都没能走出来。1926年，英国皇家学院的院士肯莱文听说此事，感到很不相信。他利用三昼夜的时间从沙漠边沿赶到了比塞尔，用手语向这儿的人们询问原因，结果每个人的回答都一样：从比塞尔向外，无论向哪个方向走，最后都会转回比塞尔。肯莱文当然不迷信这个说法。为了推翻这种说法，他做了一次试验，从比塞尔村向北走，结果三天半就走了出来。

为什么比塞尔人就走不出来呢？感到非常纳闷的肯莱文只得雇了一个比塞尔人，让他带路，看看到底是怎么回事？做好了充分的准备后，他们出发了。10天过去了，他们走了大约800英里的路程，第11天的早晨，一块绿洲出现在眼前，他们果然又回到了比塞尔。原来，比塞尔人之所以走不出大漠，是因为他们根本就不认识北斗星！在一望无际的沙漠里，一个人如果跟着感觉往前走，他会走出许许多多、大小不一的圆圈，最后的足迹十有八九是一把卷尺的形状。比塞尔村处在浩瀚的沙漠中间，方圆上千公里，没有指南针，想走出沙漠，确实是不可能的。

现在的比塞尔早已成为撒哈拉沙漠的一颗璀璨明珠，每年有数以万计的游客来到这里，为比塞尔带来了丰厚的收入。作为比塞尔的开拓者，阿古特尔的铜像被竖在小城的中央。铜像的底座上刻着一行字：新生活是从选定方向开始的。

这个故事告诉我们，在人生的道路上，不光需要有着克服困难的勇气，更需要有一个明确的方向。因为选择好方向，就

好比猎手瞄准了猎物，这样获得“猎物”才能成为可能。否则，再辛苦的奔忙也只能是毫无收获的徒劳。而职业生涯规划就是指引人生道路的那颗北斗星，在茫茫的社会大洋上指引着我们前进的方向。因此为自己设计一份科学的人生职业生涯规划，我们的生命将会释放出更加精彩光芒。

## 大学生职业生涯规划书篇五

大学，是梦开始的地方，为了不使这个梦在毕业时落空，我会以一种以终为始的心态去规划与度过大学生活。大学也是我们人生中最集中的可以扬长补短的时期，是可以尽情折腾的时期，是可以尽情展现我们自己的时期，是可以尽力发掘潜力的时期。所以，我不会让自己的大学过得默默无闻，平平淡淡，不会让大学失去大学的意义。真正的大学，是确定人生方向的时候，是塑造自我的时候，是改变命运轨迹的时候，所以，在大学里，我会保持青春的激情，会做到且行且惜！

大一是大学的开端，是影响大学其他三年的重要一年，所以这进入大学的第一步一定要走好，这样才可以为其他的三年打下基础，只有做到了步步为营，才能步步高升，才能步步为赢。

我是一个以兴趣为导向的人，喜欢做自己喜欢做的事。但这也不是绝对的。记得曾在张静涛所著的《让梦想起飞》一书中看到过这样一句话：顺应市场发展与需求，做自己应该做的事，而不是想做的事。我觉得我的性格也符合这样一个多变性。我没有一个固定的有明显特征的性格，有的人说我内向，文静，有的人说我外向，开朗，大方。其实我就是这样有着多重性格的人，不想说话的时候显得很安静，想说话时又是很开朗。尤其是跟陌生人在一起时，很快便能聊到一块，因为这样，所以认识的人也比较多。见一次面，就要努力把

他转化为自己的朋友。因为这样，所以我个人适应环境的能力也比较强，对我来说，没有陌生的环境。

从小就当班干部，自己也曾带过团队，所以我有较强的组织能力和人际沟通能力，最重要的是锻炼出了做事沉稳的态度。有的人说我对任何事总是不慌不忙的，好像毫不在乎，其实不是不在乎，在这冷静的背后，有一颗大脑正在思考着。一个团队，总是需要有能遇事不慌，静下心来思考的人。一个好的团队，不是需要每一个成员都是拔尖的，而是需要成员之间，能力互补。

我出身农村，家庭经济状况不是很好，特别是小时候，尝到了许多穷的滋味。随着社会主义的发展，随着中国经济的发展以及许多惠农政策的实施，现在比以前过和好多了，父母现在有着相对稳定的收入，虽然不多，但也能够维持基本的生活。父母都是农民，所受教育最多只到初中，所以，学习的事就只有靠自己。因为家里祖祖辈辈都是农民，并没有什么特别的关系网。有句话说“现在的中国，关系就是生产力。”所以，我首先缺失了这一生产力。但是它却是可以随着我的成长慢慢补回来的。

穷人家的孩子，更能理解穷人的感受，也更能理解穷人的苦处。每当看到电视报道那些贫困山区的孩子还是过着那种饥寒交迫、上不了学的日子，我的心里就特别难受，总想为他们做点什么。所以，我以后的人生，也充满着这三个词：挣钱、公益、旅行。

我就读于重庆交通大学，是一所以工科为主的普通大学，生活环境一般，教学设备基本齐全，但却落后，教学水平一般。虽然学校没有名牌大学那样的名气，但我所在的工程管理专业（主要侧重于道路、桥梁方面）也是我们学校不错的专业，每年都会有中铁、中建、中交等大型集团来校招聘。我所在专业就业率基本接近 100%，所以就业前景还是很广阔的。



## 大学生职业生涯规划书篇六

职业生涯规划，是指个人与组织相结合，在对个体职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的生活目标、价值观、需要、职业兴趣、能力及客观的职业环境和社会环境进行综合分析、权衡，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。

在就业形势日益严峻的今天，大学生在校期间做好自己的职业生涯规划显得非常重要。在此，就大学生职业生涯规划的路径问题作一初步探讨。

大学生进行职业生涯规划的第一步是对自己形成一个全面深刻的认识，也就是进行自我剖析。自我剖析可以从以下几个方面进行：

一是要明确自己的生活目标。具体的说，就是要明确自己在一定时期内的生活目标，包括短期、中期和长期的目标。目标是职业生涯规划起点，也是职业生涯规划的归宿。职业生涯规划要在明确生活目标的前提下来制定，这样进行职业生涯规划才有方向。此外，如果生活目标有所改变，职业生涯规划也要作相应的调整。进行职业生涯规划就是为实现一定的生活目标服务的，因此，生活目标也是制定职业生涯规划归宿。

二是要认真考虑自己的价值观。价值观是人们判断事物是否具有满足自身需要的特性时所持的基本观点。价值观指导着人们对各种可能的职业道路的选择。在对各种可供选择的职业道路进行选择之前，首先要依据个体自身的价值观对这些职业进行价值评估与判断，然后才能选出最符合自己需要的职业道路。比如有些人把工作的稳定性看得最重要，而对职业的经济收入要求并不是太高，公务员或者事业单位的职业岗位也许比较适合；有的人对职业的经济收入期望很高，愿意为了更高的经济收入而承受巨大的工作压力，因而某些充满

挑战的业务类的岗位也许比公务员岗位要更适合。

三是要了解自己内心的真实需要和职业兴趣。需要是个体对内在环境和外部生活条件的较为稳定的需求，是驱使个体进行职业规划，坚持职业道路，实现职业理想的内部动力源泉。人们必需根据自己的需要来选择职业道路。职业兴趣是个体力求从事某项职业的心理倾向，也是推动人们克服困难、坚持职业道路，实现职业理想的巨大动力。个体在从事自己感兴趣的职业时会有积极和愉悦的情绪体验，从而不知疲倦，享受着自我实现的幸福感。因此，个体在进行职业生涯规划时必需尽量选择自己感兴趣的职业。如果选择了自己不感兴趣的职业，每天都强迫自己做自己不喜欢的工作，职业生活将会很枯燥乏味。长此以往，也许有一天还是会被自己感兴趣的职业所吸引而调整改变自己的职业道路。此外，每个人都有自己感兴趣的职业圈，大学生可以将自己感兴趣的职业列出来认真分析和评估。

美国著名心理学家和管理学家埃德加薛恩在1978年出版的《career dynamics》一书中提出了职业锚理论。职业锚是指人们终身所认定的、在一次职业选择之中最不肯舍弃的东西。它是“自我意向的习得部分，与自省动机、价值观和能力相联系”。薛恩指出，职业锚的概念能清晰地反映个体的潜在需要和动机。根据职业锚的理论，人们在进行职业选择时有些东西是始终不肯放弃的，那就是他的职业锚。比如说把经济收入看得最重要的人在进行职业选择时，始终不肯放弃高收入的律师职业，尽管工作压力非常之大，他也能承受，而不愿选择公务员职业。

四是对自己的职业能力进行客观的评价。能力是职业规划和职业选择必须首先考虑的因素。这不仅包括自己的专业能力，也包括其他方面的能力和特长，如外语方面的能力、人际交往和沟通方面的能力、语言表达能力等等，这些都是在进行职业规划和职业选择时必须认真考虑的因素。

通过从以上几个方面对自己进行认真的剖析以后，可以对自己形成一个清晰而全面的认识，但是这种纯粹的自我剖析有时会带有较强的主观性，因此有必要借助于一些具有良好信度和效度的心理测验量表的帮助。有许多心理测量量表可以帮助我们充分地认识自我，对自己进行科学的客观的评估。比如在人格方面有明尼苏达多项人格测验(mmpi)[]卡特尔人格测试、艾森克人格问卷等等；测量职业兴趣方面有明尼苏达职业兴趣问卷、霍兰德职业倾向测验量表等等。

前面所述的自我剖析与自我评估是个体对自我的主观方面的分析，而就业环境分析是个体对客观环境的分析。就业环境的分析是全方位的分析，包括对职业环境、社会的整体就业形势、专业的就业圈、行业的环境、企业的环境等等。对就业环境进行认真的分析有助于大学生深入了解当前的客观就业环境和形势，了解就业市场的需求，然后有针对性地进行学习，为毕业后的就业事先做好充分的准备，避免闭门造车。同时，大学生必须根据就业形势来制定自己的职业生涯规划，并根据自己对就业形势认识的深入和就业形势的变化作适当的调整。

当前许多大学生对整个社会的就业环境缺乏了解，甚至一无所知，等到毕业的时候到人才市场一看，发现用人单位的岗位需要与自己在学校所学的知识存在较大差异。因此，笔者建议大二大三的学生到人才市场看看，或者到人才网上看看相关职业和岗位需要那些方面的能力和素质，甚至还可以尝试性地找找工作，然后有针对性地进行培养相关的能力，为自己的职业生涯做好准备。

在对自我有了比较清晰的评价和对就业环境有了全面的把握的基础上，就可以在自己可能的职业圈范围内进行仔细的分析比较，最终确定一个或者几个自己适合的职业，这就是职业定位的过程。选择的这些职业必须是符合自己的价值观、职业兴趣、需要和能力的，同时也必须是符合客观就业环境的。职业定位是大学生进行职业生涯规划的中心环节，进行

职业生涯规划最终的落脚点就是要进行职业定位。职业定位是一个职业选择和决策的心理过程，要求对自己可能的职业圈范围内的所有职业进行认真的分析判断和比较，最后做出职业选择。这个分析比较和选择决策的过程是非常复杂的，并且以对自我和客观环境的分析为前提，还要综合考虑各个方面的因素。

对于所选定的职业，个体寻找与该职业相关的具体工作，在工作中体验该职业，发展职业方面的能力并积累工作经验，这个过程就是职业实践。职业实践是个体检验自己的职业选择和职业规划的客观标准。个体制定的职业规划是主观的意识层面的东西，主观的东西难免有偏差，必须通过客观的职业实践来检验其正确性。职业实践中如果个体发现先前的职业选择和职业规划并不符合自己的个性特点和客观的就业形势，那就要回到前面的步骤，调整职业规划，重新剖析自我和分析客观就业环境，重新选定职业，再次进行职业实践。在职业实践方面，大学生可以先找自己所选定的职业做兼职，通过实际工作，去亲身体会该职业，包括职业工作环境，职业发展前途等。亲身体会能发现很多东西，如果发现职业的现实与自己原有的设想差距很大，就需要及时调整自己原有的职业规划。举个例子来讲，某个法律专业的学生一开始觉得律师职业收入很高，想毕业后从事律师工作，大学时在律师事务所找到了一份兼职工作，通过切身体会发现，自己有很多方面并不适合做律师，律师需要处理各种复杂的社会关系，面临极大的业务压力，而且收入也呈现二八现象，并非每个人都能有高收入，而自己又是一个极其内向的学生，很难达到律师职业对人际沟通和协调能力的要求。这时他也许需要调整原有的职业规划。此外，通过兼职也可以积累相关的工作经验，为毕业后找工作，从事相关职业做好准备，提前开始相关的职业生涯。

职业生涯发展阶段理论把人生看作一个职业发展的过程。美国学者萨柏(donald e. supper)提出了职业生涯发展的五阶段论，他将职业生涯分为成长、探索、建立、维持和衰退五个

时期。美国著名心理学家和管理学家埃德加薛恩()根据人的生命周期的特点及不同年龄阶段所面临的问题和职业工作的主要任务,将职业生涯分为九个阶段。可见一个人的职业生涯不仅是一个独特的客观发展过程,也是个体自身职业心理发展的过程。在这个过程中,个体通过职业实践,职业心理得到发展,个体的职业价值观、职业需要、职业兴趣、能力都会发展,同时,客观的职业环境、社会就业环境也都在不断发展变化。所以在科技革命不断深化,社会变革不断加剧的今天,个体的职业规划不可避免地要做出相应的调整。

大学生在校期间通过初步的职业实践,职业心理也会有所发展,对职业和职业生涯规划的认识也会深化和发展,生涯规划也有可能要做出相应的调整。有时只需要稍作调整,有时可能要要进行大的调整,甚至完全改变原有的生涯规划。

综上所述,进行职业规划需要先进行自我剖析与评估,分析客观就业环境,然后进行职业定位,接着进行职业实践,在职业实践的基础上再重新评估和调整自己的职业规划。在需要调整自己的职业规划时,需要重新回到前面的程序,重新分析自我和环境,重新进行职业定位和职业实践,如此循环,不断发展和完善自己的职业生涯规划。

## 大学生职业生涯规划书篇七

所谓职业规划就是对职业生涯有计划、有目的进行规划,不可盲目地“撞大运”,很多时候我们的职业生涯受挫就是由于生涯规划没有做好。

好的计划是成功的开始,古语讲,凡事“预则立,不预则废”就是这个道理。当今社会处在变革的时代,到处充满着激烈的竞争。物竞天择,适者生存。职业活动的竞争非常突出,要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地,必须设计好自己的职业生涯规划。

尽管我们最初确立的目标有误，在重新调整之后，我们仍有成功的希望，只不过是迟了一点。但是，如果你我根本就一直没有目标，那么我们未来成功的希望，就只能用“渺茫”二字来形容了。

实践是永恒的，如果永远只是在探讨而不去用实践检验的话，这种探讨将永远持续下去，遇不到好的机缘将永远也找不到“越老越值钱”的职业发展之路。

先定向，就是根据现在所学的专业，来确定自己未来的职业方向，你需要回答一个简单的问题，你对自己的专业有兴趣吗，你毕业后会选择专业对口的单位就业吗，如果你的回答是肯定的，就可以基本确定你的职业方向了。

如果你定了向，接下来就可以考虑定位的问题了，你需要对已确定方向的职业群进行更深入的探索，定向的时候需要尽可能扩大自己的职业选择面，而定位则需要逐步缩小职业的选择范围，相对于定向而言，定位的选择也并不容易，因为定位，不仅需要了解职业的基本要求，而且需要通过提前参加招聘会、兼职和实习等方式进行社会实践和工作体验，感受意向职业是否适合你自己，是否与个人的主观想象一致。

从外界的角度讲，主要是当前的整体就业环境和就业趋势，各行各业的现状及发展前景，自己面临的一些就业机会，以及自己的家庭环境等因素；而从自身的角度讲，了解和分析的主要因素应该包括：

- 1、我喜欢做什么（主要包括职业兴趣、职业价值观等）；
- 2、我适合做什么（主要包括职业性格、气质、天赋才干、智商情商等）；

可能有一部分人会找一些职业定位顾问专家来给自己定位。其实哪些职业定位顾问他们也是通过性格与天赋测试，面对

面的沟通、或电话沟通，来把握一个人的核心——性格和天赋。

所以只要大家能够认真的了解自己、分析市场，我想你们一定会对自己一个比较好的定位。

入对行 跟对人！

第一份工作有两件事情格外重要，第一件是入行，第二件事情是跟人。第一份工作对人最大的影响就是入行，现代的职业分工已经很细，我们基本上只能在一个行业里成为专家。其实没有哪个行业特别好，也没有哪个行业特别差。看上去很美的行业一旦进入才发现很多地方其实并不那么完美，只是外人看不见。

不快乐因为不知道要什么。

## 大学生职业生涯规划书篇八

在不断发展的社会环境里，科技进步、经济高速发展；高等教育也在快速发展，这些都增加了我们毕业后的竞争压力。我们面对这样严峻的就业压力，毕业后如何找工作？又怎样才能找到适合自己的工作？这些都取决于大学期间自己有怎样的业规划，是否为自己的职业人生创造了一个良好的起点。

很多人进了社会之后，因为没有做好职业规划，让自己的生涯路越走越迷茫。在课上，老师以多样化、形象化、生动化的授课方式，一步一步引导我们制定大学生职业生涯规划。现在，我懂得了确立自身发展目标的重要性，并开始思考未来理想职业与所学专业的关系，尤其，在那次为自己制定职业规划的过程中，我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了一条职业生涯。设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。

现在，我对职业规划有了明确的认识。职业规划就是全面、深入、客观分析和了解自己，对自己的职业生涯发展有明确的定位，并设立明确的职业目标，在通过各种积极的行动与措施去争取职业目标的实现，以及个人对生活需求及工作需求进行恰当地调整职业生涯规划是一个过程，规划的功能在于为生涯设定目标，并找出达成目标所需采取的步骤。职业规划是指个人发展与组织发展相结合，在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，确定一个人的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的成功。

大一的时候做的职业生涯规划曾规划大二上半年我要考计算机二级证；大二下半年我要拿到普通话一级甲等；大三上半年，锻炼自己的工作能力及应聘能力。这些我完全按照规划做到了。 我对自己指定的目标是做一名电子商务师。虽然我现在还不会实现这个规划，但是我一直在朝着这个目标前进。实习期间我尽力一家电商公司的推广部做了一名推广专员。由于主管是电子商务师，所以自己也一直朝着这个方向努力。目前做的微信营销，我相信只要按着对自己的规划一步步踏踏实实的一定会有所成就的。

在工作期间我认为有几点是非常重要的：

1. 第一个主管非常重要 。第一个主管能对个人产生深远的影响，好比职业生涯中的第一个启蒙老师，因为第一个主管的人品、办事风格、是否会培育教导员工，都将对你以后的工作态度和职业习惯产生重大影响。所以最好能在初期的面试中尽量多沟通，了解主管的风格和思想。
2. 待遇不是惟一考虑条件 。一个人大学毕业大约22岁，60岁退休，可以工作的时间有将近40年，挣钱的机会其实很多，年轻人不要将待遇作为衡量工作的惟一标准，重要的是看是否有发展前景与学习机会，有热情的投入，为成功的职业道



路累积深厚的能量。

3. 不要骑驴找马 。 一旦选好了工作，就是对公司有基本的承诺，没有把握在这家公司做足两年，建议在最开始就不要接受。否则不仅伤害公司，也伤害了自己，频繁调换工作实际是为自己未来设置更多的障碍。

我们的职业生涯规划，它是一个漫长的过程，其成功与否也是以其一生的标度来考量的。我们生活在一个变革的时代，一切都在变化，唯有变化是不变的。我们的职业生涯规划，就是用未来的目标来预示自己的变化。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。通过职业生涯规划的一步步实施，我们从中得到了专业课中无法学到的知识。让我们一起自我定位，订立目标，走向目标！对自己的人生作一个生涯规划，在我们还似白纸一样的生命里描绘出最绚丽的色彩；在我们还空白的生命之歌中谱写出最动听的音符；在我们还单调的人生中留下最光辉的一页！

## 大学生职业生涯规划书篇九

时间象奔腾澎湃的急湍，它一去无返，毫不流连，我们的工作又迈入新的台阶，为了今后在工作中取得更大的进步，这也意味着，需要开始写职业规划了。你知道怎样的职业规划才是适合自己的吗？以下是小编为大家整理的大学生职业生涯规划，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

市场营销是一个在上世纪七八十年代才从国外引进的专业，人才需求的缺口还很大，但是，机会只留给有准备的人，对此，我对我的职业生涯做出了如下规划。

大一，积极参与各项活动，致力于培养自己的综合素质和拓

展人脉圈，我想在“快乐购”和“辩论队”这些平台，我的专业实践水平和说话技巧都能够得到很大的提升。大二，我会考取营销员职业资格证书并通过英语四级考试，还会做一些与专业对口的兼职。大三，我会参加英语六级考试，并希望到长沙国际旅行社去实习做旅游营销，将我所学的专业知识与具体实践相结合。

在长沙有了两年的工作经验以后，我会选择回到我家乡发展，争取进入四川中青旅集团工作，在那里深入学习旅游营销的相关知识，并对各个旅游项目进行实地考察，同时积极争取晋升机会，努力成为一名管理人员，“营销总监”是我理想的奋斗目标，到那时，我将站在一个管理人员的角度更加深入地去了解公司的运作模式，为今后自己创业打下基础。

我会开一家旅游公司，公司的经营理念是将旅游和公益化相结合，对此我计划抽取部分公司盈利建立一个专项旅游基金，用以资助那些经济相对困难的人。等到后期各方面条成熟以后，我会扩大公司规模并广纳人才，将视野投向整个国内的旅游市场，打造公司的品牌影响力。

我知道，我的目标或者说梦想听起似乎是遥不可及的，但是我认为，说出会被嘲笑梦想才有被实现的价值。况且，从此刻开始，我的规划是建立在行动之上的。一辈子很长，我们有时间去完成梦想，所以我充满信心。但一辈子又很短，年轻不是我们可以放纵的借口。

我选择的这条路很长，但我，在路上！

## 大学生职业生涯规划书篇十

为了让同学们更好的完善自己的职业生涯规划书，深入分析自己、分析职业发展，做好职业规划书，特给出大学生职业生涯规划书的结构。具体如下：

结合职业测评及其他自我分析方法，对自己进行全方位、多角度的分析。

- 1、职业兴趣—喜欢干什么
- 2、职业价值观—最看重什么
- 3、职业能力—能够干什么
- 4、性格特征—适合干什么
- 5、胜任能力—优劣势是什么
- 6、自我分析小结

1、家庭环境分析 如经济状况、家人期望、家族文化等以及对本人的影响

2、学校环境分析 如学校特色、专业学习、实践经验等

3、社会环境分析 如就业形势、就业政策、竞争对手等

4、职业环境分析

如行业现状（行业现状、发展趋势、人业匹配分析）、职业分析（职业工作内容、工作要求、发展前景、人岗匹配分析）、企业分析（单位类型、企业文化、发展前景、发展阶段、产品服务、员工素质、工作氛围等，人企匹配分析）、地域分析（地域发展前景、文化特点、气候水土、人际关系、人城匹配分析）

优势因素[s] 弱势因素[w]

机会因素[o] 挑战因素[t]

例：王导的学生辅导员工作swot分析

优势因素[s] 弱势因素[w]

锻炼组织协调能力、提高综合素质 专业学习时间少

加深对人的管理和领导艺术感悟 压力过大、精力、体力付出明显

从学生成长中获得满足感 流于日常琐事，实际能力提高有限

高校环境受尊重，自我实现等高层次需求易得到满足

机会因素[o] 挑战因素[t]

锻炼决策能力机会多 如何平衡专业学习和工作

接触不同类型学生机会多 如何即让学生喜欢也让领导满意

社会认同度大 如何高效的做好各项事务工作，对工作有更多思考

培育自信心、责任心 如何使工作充满创意和出类拔萃

结论：

职业目标：如，将来从事[xx]行业的[xx]职业

职业发展策略：如，进入xx类型的组织（到xx地区发展）

职业发展路径：如，走专家路线、管理路线等

具体路径：如[xx]员—初级xx—中级xx—高级xx

计划名称 时间跨度 总目标 分目标 计划内容 策略和措施  
备注

毕业五年计划

毕业十年计划

制定完大学生涯规划书后，一定要进行先期论证，这样可以避免少犯错误，论证时可以考虑以下几个方面：

### 1、具体性

个人职业发展规划必须具体。表现再自我探索、目标设定、行动方案等诸多方面。

自己究竟有什么特点？长处在哪里、短处在哪里？兴趣与爱好、能力与技能、性格与价值观、成长经历究竟如何？近期、中期、长期的职业目标是什么？准备如何行动和保证行动计划的实施？等等所有内容均须具体化。

### 2、可行性

可行性包括现实的主观条件、现实的客观条件、可创造的条件三个方面。一个好的职业发展规划光有具体性是不够的，还必须现实可行。

### 3、发展性

一切尽在变化发展中，要以发展性原则来看待职业生涯规划，大二制定发展规划书不是一成不变的，要将职业发展与生涯发展联系起来，在不断探索、不断进取和不断调整中实现自己的人生价值和社会价值。

完成职业生涯规划书后，请同学们完成一份简短的课程小结，

对于大学生职业生涯规划课程学习有些什么收获、体会。