

# 最新大学职业规划摘要(汇总19篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 大学职业规划摘要篇一

大学生职业规划教育是培养大学生个人职业发展能力的重要环节。在大学期间，我也参与了许多职业规划教育的实践和活动，通过这些经历，我对大学生职业规划教育有了更深刻的理解和体会。以下是我对大学职业规划教育的心得体会。

首先，大学职业规划教育需要全面的认知。在大学期间，我参加了许多职业规划教育的讲座和培训，了解了不同行业的职业发展情况。通过与一些职场人士的交流，我了解到不同职业岗位所需要的技能和能力。同时，我也认识到自己的兴趣和特长，并开始思考自己未来的职业定位。在大学期间，我通过实习和社团活动等方式，拓宽了自己的视野，了解了不同行业的工作环境和要求。这种全面的认知帮助我更好地规划自己的职业发展道路。

其次，大学职业规划教育需要积极的探索和实践。大学生职业规划教育不仅是理论知识的传授，更是培养学生自我发展、自我实现的过程。在大学期间，我积极参与各类实践活动，拓宽了自己的专业知识和实践能力。通过参与实习，我更深入地了解了自己所学专业的实际运用和职业发展方向。同时，我还参与了许多与职业规划相关的志愿者活动，通过实践来发现和提升自己的兴趣和能力。这种积极的探索和实践，让我更加了解自己，也为我未来的职业规划提供了宝贵的经验。

第三，大学职业规划教育需要灵活的思维和策略。在职业规

划的过程中，很多时候我们需要面对各种变化和挑战。大学职业规划教育的目的是培养学生适应社会发展的能力和应对职业挑战的策略。在大学期间，我学到了许多灵活的思维和策略，帮助我应对各种职业发展的变化和挑战。例如，我学会了注重自我学习和提升能力，不断适应社会发展的需求。同时，我也学会了寻找职业的发展机会，灵活应对不同的工作环境和挑战。灵活的思维和策略为我未来的职业规划提供了有力的支持。

再次，大学职业规划教育需要坚定的信念和目标。职业规划是一个长期的过程，需要学生有坚定的信念和目标。在大学期间，我充分认识到自己的职业目标和追求，并为此付出了努力。我明确了自己的兴趣和优势所在，并为此制定了合理的规划和目标。同时，我也对自己的职业发展有信心，并为此不断努力学习和提升自己。这种坚定的信念和目标，让我在职业规划的道路上更加坚定和自信。

综上所述，大学职业规划教育是培养大学生个人职业发展能力的重要环节。在大学期间，我通过全面的认知、积极的探索和实践、灵活的思维和策略以及坚定的信念和目标，对大学生职业规划教育有了更深刻的理解和体会。通过这些经历，我相信我能更加积极地面对职业发展的挑战，为自己的未来奠定坚实的基础。我也希望将来能够帮助更多的大学生认识到职业规划的重要性，并为他们的职业发展提供有力的支持。

## 大学职业规划摘要篇二

近年来，随着高等教育的普及和社会竞争的加剧，大学职业规划教育备受关注。作为大学生，我也参加了相关的职业规划教育活动，并从中受益良多。在这个过程中，我深刻认识到职业规划的重要性，也领悟到了一些心得和体会。

首先，大学职业规划教育帮助我明确了自己的职业目标。在这个信息爆炸的时代，许多大学生往往陷入选择困境，不知

道自己适合从事什么样的职业。通过参加职业规划教育活动，我从各种途径了解了不同职业的特点、发展前景等信息，帮助我更加明确了自己的兴趣和优势，也激发了我对某些职业的兴趣。比如，我在一次职业规划讲座中了解到了互联网行业的广阔前景和创新性，进而明确了自己对互联网行业的兴趣，并将其作为未来的职业发展方向。

其次，大学职业规划教育为我提供了实践机会。职业规划教育并非只停留在理论上，更重要的是帮助我将职业规划与实际结合起来。通过参加一些实践性的活动，如实习、社会实践等，我可以更直观地了解自己所感兴趣的领域，并掌握相关的实践技能。例如，在大学期间，我选择了在互联网公司实习，通过与行业内的专业人士接触，我不仅深刻认识到了互联网行业的竞争激烈，同时也获得了一些实际操作的技能，为日后的就业做好了充分准备。

第三，大学职业规划教育培养了我积极的职业素养。职业规划教育的核心是培养学生全面发展的职业素养。在我参加的职业规划教育活动中，我接触到了许多职业导师，他们用自己丰富的职业经验教导我们如何培养正确的职业态度和职业道德。我深深感受到了职业规划的同时，培养了自己的责任心、团队协作能力和创新意识。这些素养无论是对于个人的职业发展，还是对于公司的长远发展都具有至关重要的意义。

第四，大学职业规划教育激发了我发展的动力。在大学期间，面对繁重的学业压力和未来充满竞争的就业市场，我曾感到过迷茫和焦虑。然而，通过参与职业规划教育活动，我逐渐认识到只有不断学习和积累，才能提升自己的竞争力，并更好地适应社会的发展和变化。因此，我制定了详细的学习计划，提高自己的专业知识和技能，增强自己在未来工作中的竞争力。同时，我也意识到了职业规划不仅仅是大学阶段的事情，它是一生的事业，所以我会继续对自己进行职业规划和发展的。

最后，大学职业规划教育帮助我建立了更广阔的人脉资源。在职业规划教育活动中，我与许多来自不同领域的人士相互交流，结交了许多志趣相投的朋友，并收获了宝贵的人脉资源。这些人脉资源对于我今后的职业发展将起到重要的作用，不仅可以为我提供更多的就业机会，还可以为我提供更广阔的合作和学习平台。

综上所述，大学职业规划教育对于学生的职业发展具有重要的意义。通过这段经历，我明确了自己的职业目标，获得了实践机会，培养了积极的职业素养，激发了发展的动力，也建立了更广阔的人脉资源。因此，我相信只有通过不断努力学习和实践，将职业规划与实际结合起来，才能更好地为个人发展和社会进步做出贡献。

## 大学职业规划摘要篇三

前言：转眼间，我已经在我的生命历程中走过了二十几载，但我到底是个怎么样的人呢，我适合做点什么呢，我的未来会是怎么样的呢？以往我从来细想过这些问题，只是每天很机械地在重复着做些以为该做的事情，对未来也相对迷茫。但老师的职业生涯规划课给了我一次唤醒自我的机会，一次深刻认识自我的机会，让我意识到机会总是留给有准备的人的，所以我们要时刻准备着，对自己有个清醒的认识，为自己的未来做一个规划。

### 一、自我分析

1、性格方面：我性格温和，平易近人，对人和善，也乐于助人，坦率，真诚爱开玩笑，遇事乐观向上，有责任心，做事也有毅力，只要认准的事情我一定能坚持到底，一定要把事情做得完美，并且一向对自己高标准要求。但是缺点也较为明显，脾气急躁缺乏足够的耐心，不够细心，且有时候太追求完美，遇事不够沉稳，对人有什么说什么往往有负面的效果产生。

2、兴趣方面：喜欢古典音乐，喜欢看书，喜欢去关注手机方面的动态和周边新闻。

3、能力方面：有较强的与人交流能力，交流语言表达能力较强。我是学习it学生，有较强的逻辑思维能力以及学习领悟能力。独立生活能力较强，有较强的心理承受能力。

## 二、专业就业方向及前景分析

方向的软件开发，我自己也比较喜欢这个专业，所以以后仍然想从事这个方向。选择it就业，在就业方面有三大特点：一是就业空间大，二是就业工资高，三是就业率高。

.net方向在我的了解下，在重庆发展还是非常不错的，的程序员，具有很大的发展空间。

总之it行业还是具有良好的就业前景。

## 三、理想职业

我为未来设想了两个职业，我的第一职业目标是就软件工程师，下面将是对第一职业目标职业的详细分析。

软件工程师：

### 1)、选择路径

根据现在的社会工作就业环境，如果最后有个理想的程序设计师的职位，我选择直接工作。

### 2)、选择理由

自我分析：

## 优势因素

1. 对计算机专业热爱，尤其是编程方向；
2. 我的研究方向是编程方向；
3. 逻辑思维能力强；

## 职业生涯规划书

4. 责任心较强；

## 弱势因素

1. 耐心不够；
2. 开发体力不行。

## 机会因素

1. 现在社会还是需要大批的计算机高级人才尤其是网络发展，国内发展形势一片大好；
2. 我的大学将在江苏建院度过，这里有较好的教学与学习环境。

总结：只有不断的学习，才可以跟上时代的脚步，

## 四、未来职业规划

提到未来五年的职业规划，初步想了下大致有这些计划：

1□

2□

3□

4□

5□

结束语：

我始终相信机会是留给有准备的人的，做什么事情之前一定要有个准备，必须时刻都准备着。转眼间都快毕业了，在这一年多的时光里让我更加坚信了这一点。所以早早的去制定自己的职业计划这是非常有必要的。而去做职业计划就必须了解自我、从事的行业等情况。我现在是一名it专业的学生了，但在学习老师的课之前对自我对未来想得很少。最终我还是要走出校门，加入社会进行工作，所以我必须早早地就想好我应该去干什么，让我对以后的就业方向有了一个更加清晰的了解，从而朝着目标更加高效地区实现，避免走弯路，感谢老师给了我们这次认识自己认识未来的机会。未来充满着各种机遇和挑战，机会是留给有准备的人的，所以我要时刻准备着、努力着！

## 大学职业规划摘要篇四

随着高等教育的普及与社会竞争的激烈，大学生的职业规划教育越来越受到重视。大学职业规划教育可以帮助学生明确自己的职业目标，规划个人的职业发展路径，并提供相关的资源和支持。在大学期间，我也积极参加了许多职业规划教育的活动，深受其益。以下是我在大学职业规划教育中的心得体会。

首先，在大学职业规划教育中，我明确了自己的职业目标。大学职业规划教育帮助我了解了不同行业的发展前景和要求，从而帮助我更好地选择自己的职业方向。通过参加职业规划讲座和实践活动，我了解到自己对商业管理领域很感兴趣，

并且具备一定的分析和解决问题的能力。因此，我制定了成为一名企业管理人员的职业目标，并逐渐明确了自己的发展路径。

其次，大学职业规划教育为我提供了各种资源和支持。大学职业规划中心向我们提供了许多有价值的资源，例如职业咨询和就业信息。通过这些资源，我能够了解到不同行业的就业前景和相关的招聘信息。此外，大学职业规划中心还组织了各种实践活动和就业见习，帮助我们更好地了解职业领域的实际情况，并提供与专业人士交流的机会。这些资源和支持使我更加有信心和能力迈向职业发展的道路。

再次，大学职业规划教育培养了我的职业素养。大学职业规划教育不仅关注于专业知识的培养，更重视我们的综合素质的发展。通过参加职业规划课程和实践活动，我学会了如何撰写职业发展规划和个人简历，如何进行面试和沟通，以及如何有效地解决问题和合作。这些职业素养对于我的职业发展至关重要，让我能够在求职过程中展现自己的优势。

此外，在大学职业规划教育中，我积累了宝贵的实践经验。大学职业规划教育注重实践，通过组织学生们参加实习、社会调研等活动，使我们更加了解职业领域的实际情况，并为将来的就业做好准备。我曾参加过一次企业实习，这不仅让我更加深入地了解了企业管理的实际操作，还为我今后的职业发展提供了宝贵的经验和机会。

综上所述，大学职业规划教育在我个人的职业发展中起到了重要的作用。它让我明确自己的职业目标，提供了资源和支持，培养了我的职业素养，并积累了实践经验。未来，我将继续努力学习，不断提升自己的能力，迈向自己的职业目标。希望大学职业规划教育能够得到更多的关注与支持，为更多的学生提供有效的帮助。

# 大学职业规划摘要篇五

在大学生就业形势越来越严峻的今天，职业规划开始成为大学生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，势必会造成时间和生命的浪费。

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？每当人类经过一次重大变革，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先结的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。在茫茫人海中，如何能先拔头筹，就看你是否准备充分了，所以，对自己个人职业生涯规划做个适当的规划是很有必要的。有了目标，才会有动力！

## 1. 价值观

我崇尚自由自在的生活，不喜欢被拘束。舒服安逸富裕的生活，是我的向往。从小就被教育要有团体合作精神，所以我一直认为，人最可贵的就是能团结合作，全力以赴。这样可以做到事半功倍。

我的职业价值观(进行过职业价值观测试)：工作的目的和价值，在于不断创新，不断取得成就，不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事.. 获得优厚的报酬，使自己有足够的财力去获得自己想要的东西，使生活过得较为富足。希望一起工作的大多数同事和领导人品较好，相处在一起感到愉快，, 是一种极大的满足。是一种极大的满足。

## 2. 性格

比较外向，开朗，幽默，乐观的。也很率性。喜欢交朋友，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠。

### 3. 兴趣

平常喜欢打篮球，听音乐，逛街，交朋友。还喜欢上网，看些小说，喜欢看各种杂志类书籍。积极的培养各方面的兴趣，比如学吉他，对辩论方面的知识也很想去了解，想成为全方面人才。

### 4. 能力

计算机应用office软件应用，听从指挥，有计划有思考的去完成一件任务。有责任心，上进心，做事认真投入，擅长想象思维。可以充分发挥善于运用抽象思维、逻辑推理等能力来分析解决问题的优势，发扬独立钻研的学习精神。由于参加学生会和长期担任班干部，有丰富得管理经验，实践能力强。但缺乏耐心、毅力。

### 5. 职业兴趣

我的职业兴趣很广泛，由于我是学管理的，对管理方面的知识比较了解，可以学以致用。希望能够在企业人事行政管理方面有所发展，自我表现和体现我的价值所在。

### 6. 职业个性

喜欢独立地计划自己的活动和指导别人的活动，在独立的和负有职责情景中感到愉快，喜欢对将来发生的事情作出决定，想努力成位一位优秀的领导者。在工作中形成一定个人魅力，得到大家的肯定及尊重。软硬兼用，以身作则。对自己未来有信心。

### 7. 职业价值观

希望工作以团队合作的方式进行，大多数同事和领导在工作中有融洽的人际关系，相处在一起感到愉快、自然，认为这就是很有价值的事。重视工作中人与人之间的关系，希望能建立良好的同事关系。愉快、协调的团队协作是我这种类型的人所追求的。

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，及时指出自身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，以弥补体质不够带来的负面影响。要有温情，有同情心，反应敏捷，有责任感。非常关注别人的情绪、需要和动机。善于发现他人的潜能，并希望能帮助他们实现。能够成为个人或群体成长和进步的催化剂。忠诚，对赞美和批评都能做出积极地回应。友善、好社交。在团体中能很好地帮助他人，并有鼓舞他人的领导能力。

职业规划(未来5至15年规划)

## 大学职业规划摘要篇六

作为一名大学生，职业规划对于我们来说是至关重要的。在大学期间，我们需要明确自己的职业目标，制定合理的计划，并不断努力奋斗，以实现自己的梦想。在我个人的经历中，我意识到职业规划不仅仅是定义未来的职业道路，更是一种探索自我、发现兴趣和提高自我价值的过程。在这篇文章中，我将分享我的职业规划心得体会。

首先，职业规划需要突出自我优势和兴趣。每个人都有自己的优势和兴趣所在，我们应该在选择职业的过程中善于发现和利用。在大学期间，我开始观察和思考自己的优势和兴趣，并将其与不同的职业领域进行匹配。通过几次实习和社会实

践，我发现自己喜欢与人打交道，并且在组织和规划方面具有出色的能力。因此，我决定将我的职业目标定为人力资源管理师，并为此制定了一系列的学习和实践计划。我相信，只有充分发挥自己的优势和兴趣，我们才能在未来的职业生涯中取得成功。

其次，职业规划需要不断学习和提升。现在的社会变化非常快速，技能的更新和适应能力变得尤为重要。作为一名大学生，我们应该时刻保持学习的状态，不断积累新的知识和技能。我坚信，只有不断提升自己的能力，我们才能在激烈的职业竞争中立于不败之地。在大学期间，我积极参加各种培训和课外活动，提高自己的综合能力。此外，我还通过阅读相关专业书籍和参加行业研讨会，及时了解行业动态和最新技术。通过这些学习和实践，我感到自己的知识广度和深度正在不断提高，为未来的职业生涯打下坚实基础。

第三，职业规划需要灵活调整和适时调整。在大学期间，我们的职业规划不可避免地会面临一些挑战和变化。我们可能会发现自己的兴趣改变了，或者原本计划的行业发生了不可预测的变化。面对这些变化，我们不能固执己见，而应该理性分析和适时调整。在我的个人经历中，我曾经计划在大学毕业后进入一家大型企业工作。然而，随着经济环境的变化和个人兴趣的改变，我意识到自己更乐于从事创业和创新型工作。因此，我决定为此进行适当的调整和准备，如参与一些创业项目和学习一些创业管理知识。职业规划的灵活性和适时调整能力是我们成功的关键。

第四，职业规划需要注重实践和经验。纸上谈兵是不够的，只有通过实践和经验积累，我们才能真正理解和掌握职业规划的要点。在大学期间，我们应该积极参加实习、项目和社会实践活动，争取更多的实践机会。通过实践，我们可以更好地了解行业的具体工作内容，感受工作的紧张和挑战。同时，我们还可以结识一些行业内的人脉，积累宝贵的经验和学习资源。在我的职业规划过程中，我参加了多次实习项目，

学到了很多宝贵的经验和教训。这些实践经验让我更加明确自己的职业目标，认识到自己的不足之处，并为此努力改进和提升。

最后，职业规划需要坚持和勇于担当。在追求职业梦想的道路上，我们难免会遇到挫折和困难，但是我们不能轻易退缩，而要坚持不懈地追求。同时，我们还要勇于担当和负责，对自己的职业选择和发展负起责任。在我的职业规划过程中，我曾经面临过很多困难和选择，但是我始终坚持自己的原则和梦想。我深知，只有在面对困难时坚持和勇往直前，我们才能克服困难，实现自己的职业目标。

总之，大学生职业规划是一项复杂而长期的任务，需要我们付出努力和智慧。通过突出自己的优势和兴趣，不断学习和提升，灵活调整和适时调整，注重实践和经验，以及坚持和勇于担当，我们可以更好地规划自己的职业未来，并实现自己的人生价值和梦想。让我们共同努力，成为一名有职业规划意识和能力的大学生！

## 大学职业规划摘要篇七

第一段：职业规划的重要性（引入职业规划的重要性）

大学生是国家的宝贵资源，同时也是未来社会发展的希望。在这个充满竞争的时代，职业规划尤为重要。大学学生应该明确自己的目标和方向，通过合理的规划，增强自身竞争力，备战未来的职业生涯。

第二段：职业知识的获取（职业规划过程中的信息搜集与分析）

职业规划的第一步是了解各个行业的就业前景和自身的兴趣爱好。大学期间，我们要广泛参加各类职业讲座、实习和培训，积极了解不同行业的发展趋势和就业市场的需求。同时，

多读一些相关的书籍、杂志以及参加一些拓宽眼界的活动，提高自己的职业素质和综合能力。

### 第三段：个人优势的发展（发挥自己的优势，实现职业目标）

在职业规划的过程中，我们需要准确地评估自己的优势与劣势，并根据自己的兴趣和能力选择适合自己的职业发展方向。每个人都有自己的特长和擅长的领域，我们要善于发挥自己的优势，为自己的职业发展打下坚实的基础。同时，我们还需要不断学习和成长，提升自己的技能和知识水平，与时俱进，适应社会的发展变化。

### 第四段：实践锻炼的意义（实践锻炼对职业规划的重要性）

职业规划需要通过实践锻炼来检验和提高自己的能力。大学期间，我们可以参加社团、学生组织、志愿者活动等，锻炼自己的组织能力、沟通能力、领导能力等。同时，我们还可以通过实习、兼职等方式，了解实际工作环境，锻炼自己的实际操作能力和解决问题的能力。只有通过实践锻炼，我们才能更好地了解自己的职业规划，掌握更多的就业机会。

### 第五段：职业规划的调整和完善（职业规划过程中的调整和未来的展望）

职业规划是一个动态的过程，随着自身的成长和社会的变化，我们的职业规划也需要不断地调整和完善。我们需要关注行业的发展动态和市场需求，根据自己的兴趣和能力做出合理的调整。同时，我们要有远见和未来的展望，不仅要关注眼前的就业机会，还要着眼于长远的职业发展，不断提高自己的职业素养和综合能力，为未来的职业发展奠定坚实的基础。

总结：通过不断地学习和实践，我深刻体会到了职业规划的重要性。只有明确自己的职业目标，并通过合理的规划和努

力，才能在竞争激烈的职场中脱颖而出。大学生应该积极参与各类实践活动和实习，不断提高自己的能力和素质，为自己的职业规划打下坚实的基础。同时，我们还要保持警醒，不断调整和完善自己的职业规划，并有远大的未来展望，为未来的职业生涯奋斗，实现自己的人生价值。

## 大学职业规划摘要篇八

职业目标是职业规划的重点，其正确与否直接关系到事业的成败。寻找适合自己的职业目标，应该从以下四点考虑：自身性格与职业的匹配度；兴趣爱好与职业的匹配度；自身特长与职业的匹配度；所选职业的发展趋势。

从职业目标上看，凌小姐缺少清晰明确的职业目标。要摆脱目前的状态，须先确定自己的职业目标。

### 二、职业发展路径

职业目标的不同决定了发展路径的不同，以凌小姐为例，如果把行政管理作为职业目标，目前的文员工作是比较符合这个目标的发展路径的。文员——行政助理——行政主管——行政经理——行政总监，可以算是一条很清晰的发展轨迹。

### 规划专家建议

根据对凌小姐的职业倾向性测试和工作经验、能力的综合分析发现，凌小姐最适合的是行政人事管理类的工作。根据凌小姐的情况，专家提出两点建议：

一、凌小姐尽快进行行政人事管理方面的培训和学习。

二、文员的工作已经不适合其年龄和发展了，跳槽也成了当务之急。出来谋求职业的定位点定在中小企业的行政部门。中小型公司行政人事联合操作的状况比较多，可以积累到人

力资源工作经验和能力，然后下一步可以朝行政、人事两条路线行进，无形中拓展了自己的发展层面，最终可发展到企业行政人事总监或者主管行政人事的副总职位。

## 行动计划

在专家的帮助下，通过一段时间的努力，凌小姐终于获得了适合的职位。虽然工作辛苦了一些。

但获得的是自身实际的职业能力和明晰的发展路线，彻底从年龄职业尴尬局面中解脱出来，走向了职场“得宠”阶段。

## 专家提醒

当职业人士感到迷茫时，要找出迷茫的因素，进行准确专业的解决。尤其在这个不确定的时代，科学的职业规划加非正常的手段，必将促进职业发展的飞跃，使职场失意族重新“得宠”。

## 大学职业规划摘要篇九

一个挺正式的题目，仿佛有些写高考800字作文一样的感觉，庆幸得知书写可以自然些按照自己的想法来写才终于舒了一口气。记得大一的时候也写过类似的文章，我翻阅了一下我的大一文件夹寻找一些那时候我想法的踪迹，有找到一些短期或长期的计划，有一些那时对未来新的想法，有一些对青春的感悟对未来的憧憬，不禁偷笑，以前我对未来的看法还挺多的，只是现在脑中记不得多少了，看来即使写下来了还是需要不断去温故知新。

翻阅了一下以前做心里测试的结果，我是一个自律性很强的人，但是我通常在人群中羞怯较为内向，我认同这个测试结果，也让我更好的认识到了自己。对于职业生涯规划，我想必然需要条条框框。

我想我以后的第一职业我肯定会选择美术教师这一个行业，即使现在美术老师的缺口很小，就业岗位很少，但是我想这个也是一个挑战，促使在人群里拔尖，更好地提升自己。对于教师，我想我是很喜欢这一个职业的，“为人师表，正身为范”八个字早已牢记在我心里。

第二选择我想会是在自己的小区里开一个绘画培训班或者小型画室，培养学生的绘画兴趣，提高学生的绘画技巧。

第三个计划是有机会我要从事于社区的文化工作或者农贸市场管理工作。我想一个社区必然需要有良好的文化建设，而学艺术爱好文学的我在这一个方面有很大的优势，至于农贸市场管理主要是因为父母一直在其中工作，我的童年也有很多时间在市场里度过，所以我对市场有种别样的情怀，我认为市场还有很多需要改善的地方，需要更加合理的管理经营方式。

以上三个是较为具体实在的计划。当然我还有一个比较远的想法。我想我机会我一定要出一本书，这不仅是我的梦想之一也是我如今爱好写作的最好表现方式。我还想做一次很大的讲座做一次支教等等。

最近看的一本书《相依》讲述的是一位台湾作家吴若权与银发父母温情相依的故事。它让我对父母又有了些新的认识，理解了一些以前无法理解的事情。越来越让我觉得父母的好，照顾好父母是我最大的责任。作者写道“万一我比您先走”是吐露了太多真情，他的愿望是活得久一些，为的不是完成多少自己的私愿，是为了奉养父母安享晚年。

人无法控制自己生命的长度，人生总会遇到各种的意外，所以能做的就是好好把握当下。

把握好当下是一切规划的前提如果说规划是一条条到达终点的线路的话，那么把握好当下则是一个个坚实的脚印！

我给自己的一句话“坚持把握好当下，善于抓住机会，用于接受挑战”。

## 大学职业规划摘要篇十

追求卓越，渴望成功，是古今中外有识之士的不懈追求。古语有云：凡事预则立，不预则废。未雨绸缪，你今天站在哪里并不重要，但是下一步你迈向何方却很重要，成功的人生是科学规划的结果。这是我大学生职业生涯规划大赛中最深刻的感悟。

20xx年，在指导老师的悉心指导下，我有幸代表河北工程大学参加了“河北省首届大学生职业生涯规划大赛总决赛”，能在大学阶段拥有参加总决赛的机会，让我感到很幸福。整个过程正如很多同学所感慨的那样“痛并快乐着”。我和每个走到最后的选手、为大赛辛勤付出的老师们一样亲身经历了许多天“不分昼夜地奋战”。与此同时，那种与其他选手、同学之间培养起来并不断加深的友谊，对指导老师产生的尊敬与感激之情都是来之不易的人生财富。大家同甘共苦、互帮互助艰难之中建立的记忆难以抹去。随着时间的推移，在逝去的日子，每当我的目标一步一步被实现，喜悦就会让我想起这段让我受益终生的过往。

朋友曾经很不解地问我，为什么要参加大学生职业生涯规划大赛？二年前我的答案是：因为那是个锻炼的机会。而如今我会重新回答他：那只是个很巧合的起点。重要的是，我由此很早地将职业生涯规划的意识植于心中，所以我非常清楚自己想要什么样的未来，并且懂得如何为之奋斗和努力。

总决赛归来，国家奖学金、中国大学生自强之星提名奖、河北省“挑战杯”创业计划大赛一等奖、河北省优秀学生干部、河北省优秀毕业生……所有荣誉接踵而至，直至成功考取燕山大学机械电子工程专业研究生，也许有人会以为我的求学之路一帆风顺，其实我只是把别人在求学时的迷茫、郁闷、

遗憾、挫折都提前尝遍了，我经历过像无头苍蝇一样失去方向，也经历过求知时屡屡碰壁，还经历过因辛苦付出与收获结果的不尽人意而心理不平衡……但庆幸一路有老师们给我意见和指导，也因此万分的感激。现在，我深深体会到目标和心态对求学乃至做人做事的重要性。得失只是刹那间的事，而生命是一种长期的积累。对于以后的学术研究，我也必经一段磨合与适应的过程，反复与质疑、迷茫与慌乱、挫折与失败又将“关照”我一段日子，但只要目标清晰、不失信心，一切困难都能解决。

在自己的职业生涯设计与规划上，我选择首先继续学习深造——考研。原因很简单，“生当做人杰”，人生在世，谁不想成就一番事业。我想，任何一个有理想有抱负，渴望用自己的努力去开创未来的新时代大学生，要的不仅仅是一份养家糊口的“工作”，而是一份能最大限度实现自身人生价值的“事业”。这样的事业需要有深厚的专业理论知识的沉淀和丰富的实践经验。另外，考虑到作为一名机械专业的学生，将成为一名与生产技术打交道的工程师，这是一个培养周期较长的职业，于是我将继续学习深造列为我大学生职业生涯规划初始阶段的首选。其实，考研与其说是缓解就业压力的一种方式，不如说是一定程度上的另一种“就业”。现在各行各业高学历是大势所趋，机械专业也是如此，我并不否认没有高学历也能获得事业的成功，但继续的学习深造将会成为我事业成功的有力的推动器，对我来说，它是我理想中职业生涯规划的一个必经阶段，一个必须跨上的台阶。

如果没有这次大学生职业生涯规划，或许我还在对自己要干什么，会干什么而发愁，而烦恼，不过现在不会了。通过这次规划，让我对自己将在哪个领域从事何种事业有了方向性的认识。我不会再为自己适合哪种工作，该选哪种工作而迷茫。此次职业生涯规划对我的兴趣、气质、价值观、人生观进行全面的剖析，让我更加彻底地清楚自己的优缺点，它结合我的专业，为我开创了通向成功的捷径。有了它的指导，我不会再像只无头苍蝇那样东闯西撞，它的指导让我有计划、

有目标，也学习到更多更广泛的专业知识，它的指导让我更主动地去学习更多的知识，它的指导让我更加积极地去探索校园外的世界。

不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。没有兢兢业业的辛苦付出，哪来甘甜欢畅的成功的喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪来震撼人心的累累硕果？只有付出，才能有收获。泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。一屋不扫，何以扫天下。只有从一个个小目标做起，持之以恒，才能换来最后的笑容。

## 大学职业规划摘要篇十一

职业规划在大学生的成长中起着至关重要的作用。它帮助大学生明确自身的职业目标，并制定实现这些目标的计划。良好的职业规划不仅能够提高个人的就业竞争力，还有助于实现个人的人生价值和追求幸福的目标。本文将通过阐述个人的职业规划心得体会，介绍职业规划对大学生的重要意义和影响。

### 第二段：了解自我，明确目标

职业规划的第一步是深入了解自己。大学生需要关注自身的兴趣、特长、优势和价值观，以确定自己的职业发展方向。在大学期间，我积极参与各类实践活动和兼职工作，通过实践了解自己的兴趣和能力。同时，我也通过与身边的同学交流和观察，汲取他们的经验和教训，帮助自己更好地认识自己。通过不断地反思和总结，我逐渐明确了自己的职业目标，并为此制定了可行的计划。

### 第三段：寻找机会，拓展能力

职业规划的第二步是积极寻找机会，拓展个人能力。大学生可以通过参与社团、实习等活动，积累实践经验，提升自己

的知识和技能。在大学期间，我主动参加各类实践项目，积极向教师请教和交流，努力学习专业知识和提高自己的综合能力。通过这些实践和积累，我不仅加深了对专业领域的理解，还提高了自己的组织能力和人际沟通能力。这些能力的提升为我实现职业目标打下了坚实的基础。

#### 第四段：制定计划，持续努力

职业规划的第三步是制定可行的计划，并坚持努力实现。在明确了自己的职业目标后，我制定了详细的计划，并将其分解为可行的小目标。我将长期目标分解为年度、季度和月度目标，并通过不断地追踪和评估来调整计划。我坚持每天给自己设定具体的任务，努力提高工作和学习效率。同时，我也在别人的帮助和指导下，逐渐积累了一定的经验和方法，能够更好地管理和执行自己的计划。

#### 第五段：跳出舒适区，不断成长

职业规划的最后一步是跳出舒适区，不断挑战和成长。大学生在职业规划中，需要勇于接受各种挑战和困难，不断超越自己的能力边界。在大学期间，我主动参与各类竞赛和项目，不断锻炼自己的能力。虽然过程中遇到了无数的困难和挫折，但每一次的经历都使我变得更加坚强和成熟。通过经历这些挑战，我也更加清楚自己的优势和不足，有助于调整自己的职业规划和发展道路。在每一次的跳出舒适区中，我都能找到更多潜力和机遇，不断实现个人的成长和突破。

#### 总结：

职业规划是大学生迈向成功的重要一步。通过了解自我，明确目标，寻找机会，拓展能力，制定计划，持续努力，跳出舒适区，不断成长，我们将能够为自己的未来铺好坚实的基础。在大学期间，我们要保持积极主动的态度，多与他人交流和合作，不断学习和成长，为实现自己的职业梦想奠定坚

实的基础。正如古语所说：“前人栽树，后人乘凉”，我们要珍惜所拥有的资源和机会，为下一代学生提供更好的帮助和引导。

## 大学职业规划摘要篇十二

世界汽车发展虽然只有百余年，但其发展速度总体来说有增无减。世界上几乎每个经济发达的国家都或多或少的依靠过汽车工业，而目前汽车工业所带来的巨大利润有增无减，因此刺激着每个国家都在大力发展汽车工业。另外为了保护我们伟大的大自然，也为了让人们更好的生活在世界上，汽车正在往节能无污染方向发展。在现代社会，人们对汽车的要求也在不断改变：车速的不断加快，车型的不断改变，舒适性能的不断提高等等，为了迎合广大销费者和当前社会的要求，汽车公司正在朝着一个理想的方向发展。中国作为一个发展中国家，汽车的发展起步相对较晚，但是由于我国国情的缘故（人口众多，经济发展迅速，人民生活水平的不断提高，人民的生活观不断改变），我国的汽车发展十分迅速，但是在发展过程中呈现出的问题也在不断被发现，汽车工业的快速发展，在给人们带来方便快捷的同时也给人们带来了烦恼：酸雨，温室效应等等。为了减缓汽车废气带来的危害，全世界正在努力改善汽车性能，其旨在使汽车在相同条件下消耗更少的油或者用某种发动机可以不使用油，只有这样做才能使汽车行业持续兴盛。汽车从产生至今已经经过了多次改革，由最初的三轮变成四轮，由人动车不动变成车动人不动等等，每一次改革都为汽车工业带来了新的活力，也在很大程度上推动了汽车工业和经济的发展。因此在现代化的社会中，汽车工业想要站稳脚跟，汽车产商想要生存就必须大胆创新，引领潮流。以上是我对汽车的认识。

作为刚刚迈入大学门口的我认为，为了适应以后的汽车行业，在大学本科阶段的学习我应该明确自己的目标和发展方向，睿意创新，敢于怀疑与发问。首先对于专业知识，我要认真学习，把那些有用的知识学精学透，并结合践作到学以致用，

其次，我要把课本中的知识吸取精化剔除糟粕，使之变成自己的东西，灵活运用。遇到不懂或不会的地方要及时的向老师或同请教，在学习过程中，我要脚踏实地，一丝不苟。我的思维不能局限在一个很小的知识圈内，我也不能为了某一次的成功而忘乎所以。

我认为要想学好一门专业不能只学习本专业的知识，而应该多多益善，使自己的身心得到提升。

人不能把自己局限在一个小圈子里，否则就只能被社会淘汰。由于我国关于车辆方面的著作及技术相对较少，所以要想有更大的发展，学习国外的先进知识和技术不可或缺，然而经翻译过来的文字或多或少的失去了原来的作者的本意，因此学好英语至关重要，如果可能的话，日语及德语也要有所了解，毕竟日本和德国的汽车技术在世界前列，在对国外知识及技术的学习过程中要善于总结和创新。另外，我还要继续研究世界汽车发展史，因为了解汽车的发展史也可以让我们预测以后汽车行业的发展动向。就我目前的观念和发现，我对汽车的设计与制造，以及汽车发动机两个发面特别感兴趣，我希望在这两个方面有所发展，我会努力学习，争取在以后能在这两个方面做出一些成就，当然如果能够减少甚至消除汽车尾气是我一直以来的梦想，我会为了这个梦想而不懈努力。以上是我在大学本科期间的学习打算。

大学本科毕业后，我想我会考研，如果可以的话我也会出国深造，争取学到更加前沿的汽车技术，以便将来为祖国做出我应有的贡献，我会在今后的学习中结交一些有志青年，共同探索汽车发展，共同进步，以后共同为祖国汽车发展尽我们应尽的义务。在本科后的求学生涯中，我会更加注重实践，把自己所学理论知识与实践相结合，在真正意义上做到学以致用。世界各国都有自己的汽车特色，因而能在激烈的竞争中取得胜利，日本人态度严谨，车子的安全性能高，因而人们喜欢日本车；德国人严格要求自己，因而造出的车子占有了很大的汽车市场等等，然而中国制造的汽车由于缺乏自己

的特别而不是特别受欢迎，之所以也有很大的发展是因为中国汽车的价格较低。然而汽车要想长远发展，不能够靠价格来支撑。只有打早自己的全新品牌，并且调查市场后，结合人们的爱好，做出有自己的特色的车子才是长远的发展方案。在大学本科后的学习中我将细心观察生活，体验人们对汽车的评价，进行创新，打造属于自己特点，有个性有特色的汽车。以上是我的职业规划。

## 大学职业规划摘要篇十三

在新一届的`成员共同努力下，按照我们职协人的规划认真的完成了每项实践活动，大家不仅体会到了集体的温暖也享受到了成长的喜悦□xx年上半年度协会工作将不断充实和完善，在不断践行的过程中检验和夯实协会的发展观念，积累协会自身的文化。

本学期活动目标

协会本届发展主题： 加强学习 务实交流 主动参与 争取收获

活动目标： 调动会员学习积极性，切实保障会员权益，真正增强协会凝聚力，广泛交流把活动做实做好。

活动内容：

三月份，学期工作总结和配合社管会开展志愿服务月相关活动，优秀会员、干事、部长评比，整理社团评优材料。

具体化：1、上旬寒假见闻分享会并做会员素质拓展培训活动的动员宣传准备工作的安排。

2、中旬优秀协会成员评选结果公示，素拓活动具体实施开展，下旬举办规划培训讲座，核实评优材料。

四月份，积极参与社团评优，为第六届职业生涯规划设计大赛做准备并积极与其他兄弟社团交流学习。

具体化：1、上旬参与社团评优，并与优秀社团交流学习，举办交流会等形式来开展。

2、中旬为职业生涯规划设计大赛的开展做准备并具体实施。

3、下旬与其他兄弟社团合作开展活动，目前意向是和演讲与口才协会举办大赛。

五月份，第六届职规赛举办，协助招就处开展相关工作，会内联谊。

具体化：1上旬大赛开展并做好相应总结工作同时为参观工厂活动做好准备工作。

2、中旬举办参观工厂活动。

3、开展会内联谊活动。

六月份，总结本学年工作并规划下一学年工作。

具体化：1、上旬做好总结工作并为规划活动周做准备。

2、中旬开展规划活动周系列活动。

3、下旬为暑期开展实践活动做准备。

七月份，积极申请、准备和开展“三下乡”社会实践活动。

注意事项：

1、 本学期开展的相关活动一定要紧紧围绕协会发展主题和宗旨进行。

- 2、 注意收集和分享有利于协会成员发展的材料。
- 3、 积极配合社管会和招就处开展相关工作并接受监督和考核。
- 4、 做好会员权益保障工作，切实完成协会创先争优的全部工作。
- 5、 努力开拓协会发展新局面，妥善做好协会人才培养和人员调配工作。

## 大学职业规划摘要篇十四

1：天使的翅膀碎了，落到人间，成了我们的忧伤；诚信的被囊抛了，散到世上，成了撒旦的魔杖。

2：当生活给我们了悲伤和痛苦后，我们不要悲观，而是要用微笑去面对，因为这样我们就会走出困境，向着光明迈进，生活也会因此变得更好美好，所以说我们要用笑容面对生活，生活就会回报给我们笑容。

3：很奇怪，爱哭鼻子的我听到这样严厉的语句从父亲的嘴里说出，竟然没流泪，这连我自己都感到不解。也许，是早已在考完试时将泪流尽了。又也许，已经不知道该哭什么了吧，只是一个人痴痴的望着那些不该从何下手的书。

4：猫为什么要吃老鼠？有一种叫“牛黄酸”的物质，能提高哺乳动物的夜间视觉能力。猫不能在体内合成牛黄酸，如果体内长期缺乏牛黄酸，猫在夜间就会由“一目了然”变为“睁眼瞎”，最后丧失夜间活动能力。而老鼠体内却有一种特殊物质，能自行合成牛黄酸。所以，猫只有不断捕食老鼠，才能弥补体内牛黄酸不足，以保持和提高自身的夜视能力，正常的生存下去。

5: 青春是一种令人羡慕的资本。凭着健壮的体魄，你可以支撑起一方蔚蓝的天空；凭着顽强的毅力，你可以攀登上一座巍峨的高山。凭着旺盛的精力，你可以开垦出一片肥沃的地；凭着超人的智慧，你可以描绘出一幅精美的画卷。凭着洋溢的热情，你可以遨游一片汪洋大海；凭着乐观的精神，你可以走过一丛繁茂的荆棘。凭着无尽的好奇，你可以游览一方神奇的土地。

6: 据说金字塔顶上只有两种动物去过的痕迹：一种是雄鹰，一种是蜗牛，雄鹰在无数次试飞后依靠自己强劲的翅膀飞了上去。蜗牛也很努力，它一步一个脚印地向上爬，得到了与雄鹰一样辉煌的成就。你若要取得成功，就一定要接受苦难的洗礼，只有它会使你破茧成蝶。若要走歪门邪道的话，你的得到结果非但不会更好，因为上天是公平的，他从来都只垂青自强者，而不是自欺欺人者。

7: 你的思维很独特，你能具体说说自己的想法吗？

8: 抱最大的希望，为最大的努力，做最坏的打算。

9: 这个女孩就是我，这便是我对书最初的接触。

10: 我喜欢自然，喜欢没有束缚的感觉。破土而出的小草，粼粼湖水，幽微的花香，舞动的柳条儿，对我总是有着磁铁般的吸引力，让我为之驻足，为之惊叹，它们的美是细小的，甚至微不足道，然而却是那样的质朴，透露出一种生命的自然气息。

11: 因为有爸爸妈妈，所以我才诞生在这世上。

12: 事物是辩证的，当你得到一些东西时，同时也会让你失去另一些东西；当你失去一些东西时，同时也会让你得到一些东西。

14: 在翠绿的荷叶丛中，一枝枝亭亭玉立的荷花，像一个个披着轻纱在湖上沐浴的仙女，含笑伫立，娇羞欲语，嫩蕊凝珠，盈盈欲滴，清香阵阵，沁人心脾。摘下那碧绿的荷叶，不仅可以挡风雨，还可以遮骄阳。露珠亮晶晶的，在那翠绿的荷叶上微微滚动着，闪烁着晶莹的光辉，像翡翠盘里托着珍珠一样。

15: 春天，学校变成了花的乐园，五彩缤纷的鲜花，弯着腰做早操的嫩草邀我们一同玩耍。我们在花园似的校园里赏花，逗草，感受大自然的美。夏天，虽然烈日当空，可我们学校的“保护伞”可发挥了作用，我们一起在郁郁葱葱的大树底下踢足球，赛跑，玩得可开心了。秋天，树叶开始了自己的旅程，我们捡起落叶，把它们“变成”精美的书签，让树叶笑得更可爱。冬天，我们在温暖的课室里谈心，看书，学习，让整个冬天充满欢笑。

16: 云像一只狗，后面跟了四只小狗，它们对大狗紧追不舍。我正觉得有趣时，变了。变成一望无际的大海，我看得入神了。

17: 你聪明能干，动手能力强，你关心集体乐于助人，在同学遇到困难的时候，总有你热情相助的身影，因此，你也赢得了老师同学的尊敬。孩子记住，做人贵在诚信，老师希望你改掉有时说谎的坏习惯，踏踏实实的做人。

18: 你是个活泼可爱、机灵的女孩，你对人热情大方。踏实肯干，每次劳动都可以看到你任劳任怨的身影，课上，你总是认真听讲，并能积极举手回答问题。但对于难题你还缺乏一份钻劲。老师希望你刻苦钻研，耐心加上细心，相信你的成绩一定会更加出色！

19: 如果没有人提示，即使你到了那里，站在它上面，也认不出它是一座水塔，因为它不是普通的水塔，它分明是一个十分庞大的树桩，这个树桩奇形怪壮的树根仿佛是几条巨龙

蛰伏在那里，树桩的直径将近三米，站在它上面，仿佛进了一个由巨大的树桩雕琢的亭子里，这个亭子有四个方形柱子，柱子的木纹和整个木桩十分吻合，除了边沿的树皮自然地保留作为护栏外，中心部分雕琢成一个平面，从它的年轮和四周风吹雨打留下的痕迹看，它足有上千年的历史。这座由钢筋水泥等材料制成的水塔，你根本认不出它是一座水塔。

20：这几年年的大学生活，使自己的知识水平、思想境界、工作能力等方面都迈上了一个新的台阶。在这即将告别美好大学生活、踏上社会征途的时候，我将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感去迎接新的挑战，攀登新的高峰。

## 大学职业规划摘要篇十五

我们总是向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了未来的职业生涯规划，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

个人资料：

姓名：×××

性别：女

出生年月：××××年××月

性格：外向

学历：大学本科三年级

专业：汉语言文学

座右铭：只要我认为是正确的值得的，我会一直坚持下去！

由于我对自己未来的发展还处于比较朦胧的状态，所以暂且我准备制定一个未来五年内的职业规划。根据我的职业测试的结果，我将根据它制定我的职业目标图。因为我是文学院的学生，主修的是汉语言文学专业的课程，所以如果没有意外的话我未来职业的发展方向是一名中学的语文老师。

现在我是一名大三的学生，离毕业步入社会找工作还有两年的时间，所以我的五年的职业生涯规划要分为两个阶段，在大学校园的两年和在社会的三年。首先，针对第一阶段，我准备在这两年内尽可能完成一个自我增值的过程，尽可能让自己的学科成绩保持中等以上水平，做好班级工作；对于第二阶段，我计划先用一年的时间进行社会实践，自认为社会经验大大的缺乏，所以这一年打算自我历练。然后在接下来的两年里，为自己谋求到一份工作，这份工作只要能让我自己的经济独立，减轻父母亲的负担就行。

1、兴趣爱好：我的爱好还是比较广泛的，喜欢唱歌，听音乐，上网交友，热衷于体育运动，像篮球、乒乓球、羽毛球、篮球、网球等都是我平时喜欢参加的一些活动，还喜欢户外运动，最希望的就是和一群朋友蹬着自行车去户外旅行；还有就是我爱好爬山，我立志要把中国的五岳都征服，我向往那种登上山顶俯瞰山脚的感觉，努力寻找那种登泰山而小天下的感觉。那将会是无比畅快的一件事。

2、我的性格（优点、缺点）：我自认为我的性格可以说是比较开朗型，但是只有跟我相处过的人才知道，有同学曾经跟我说，我给他们的第一感觉是冷冰冰的难以接近，这好像也差不多，因为当我在一个陌生的环境中，我一般是不怎么和同学的交流的，我习惯先观察后交朋友。

认识我的朋友都说我神经大条，遇事不计较，性格开朗活泼，脸上总挂着一副笑容。但是在我自己认为，我的性格还是有

一点偏差：比如我习惯把事情装在心里，自我消化，至少到目前为止，我还并没有遇到难以消化的事情，或许这就符合了职业测评测试中我的挫折承受能力较强吧。我还喜欢帮助别人，当然是在我能力范围内，我不是那种可以倾尽所有去帮助别人的人，自认为还没有到这么高的品质。我做事有点粗心大意，做事情有点半途而废，不是那种一门心思栽上去的那种，但是只要我有了非常明确的目标，我会努力达成。总之，自我性格评价：良好。

3、身体状况：我的身体素质良好，很少生病，应该与经常参加运动有关，院里的运动会每年都不落，还连续两年参加校运动会，大一的时候还参加了新生篮球赛，后来接连参加了学校组织的排球赛、羽毛球赛等等，成绩良好。连续两年的体育课成绩平均分在92以上，总体评价：优秀。

4、教育背景：我小时候没有上过幼儿园、学前班。但因为爷爷和父亲都是老师的关系，我在六岁的时候就在爷爷的指导下，把拼音学完了。直接在七岁的时候上了一年级，学习成绩还算优异，然后升初中，分班的时候被分到了快班，升到高中后，同样进了快班，但我后来的成绩并不是很理想，老师曾对我寄予了很大的期望，但我终究辜负了他。这也是我的一个遗憾。现在进入了大学，前两年总感觉浑浑噩噩，没学到什么知识，所以决定在接下来的两年里好好地充实一下自己。总体感觉：一般。

5、专长：说到我的专长，好像我没有哪一方面可以称之为专长的，唯一的比较好的算是我的英语了，我曾经梦想当一名外交官或涉外翻译，但是一想到那个艰苦的过程，我就打退堂鼓了，毕竟学艺学到精是一件很难得事情。况且山外有山，人外还有人呢。我还有一件较擅长的就是我的书法，（软硬笔）虽然模仿成分居多，但是相较于我们整个文学院来说，还是不错的。

6、过往经历：在高中以前，我几乎没有什么经历，在班级里

没有担任过什么职务，社会实践更不用说了，在进入大学后，我在第一年里担任了班级的体育委员，这是我迄今为止最为值得骄傲的骄傲的一件事，因为在来年的运动会上，我们班的团体总分名列全院第一名。

在接下来的这一年，我通过班级的投票选举，票数位列全班第一，所以我主动请缨，担任了班级团支书一职，在这一年的工作中，我尽量配合着同学们的行动，但是或许因为这样，班级总感觉比以前懒散了，从这里我替自己总结出一个经验，就是我不适合担任领导性的职位，总是对别人严格不起来，如果班级有会，只要谁跟我软语说一声。我就擅自放他走了，由此观之，我还是比较适合在他人领导下工作。

7、思维能力：说到思维能力，应该跟我们的智商脱不了干系，我也没有认真做过一些关于智力的测试，但是从我数理化学不好的情况来看，逻辑思维能力肯定是不怎么好，文学方面的思维能力应该还是不错的，对于一些较难的题目会通过一些投机取巧的办法把它解决掉，在这里我要说明一点，不要小看投机取巧，它有时候不失为是让你“柳暗花明又一村”的绝佳办法。

1、职业目标：在步入社会后通过自己的努力找到一个老师的工作岗位，希望自己能在这个职位上能很快的上手，游刃有余，尽量让学生们能听懂我在讲什么，让自己在他们心中留下一个好印象，认为我是一名称职的老师，不求学校的评定，但求学生的认同。

2、收入目标：薪资方面我只希望能让自己经济独立，够吃够喝就行，适当的减轻父母的负担，当然多多益善，有可能的话贴补家用更好。

3、学习目标：

(2) 还有就是努力把英语六级过了，提高自己的英语口语水

平，不要变成哑巴英语；

- (3) 继续努力和同学维持友好的关系；
- (4) 积极参加学校组织的各项活动；
- (5) 按时按点的进行必要的体育锻炼，做到劳逸结合。
- (6) 考过普通话，拿上教师资格证。

4、名望期望：在学校的这一阶段，我只希望能尽快靠拢党组织，发展为预备党员，顺利入党。如果还可以继续胜任班级团支书一职的话，我会尽自己最大的努力，做好班级工作，增加班级凝聚力。进入社会后，我希望能顺利的找到老师的工作，所做的工作能被学校和学生接受就行，至于作到什么程度还不敢想，只是希望自己努力向上就行。

5、成就感：在校园这个范围内，我希望我在同学们的心目中永远是一个值得相信的人，提起我来没有不想与之相处的感觉就行。而在社会这个大圈子中，我希望能同行中处于佼佼者的地位，当然这只是一个遥远的期望，但我会为之努力奋斗。

我在大学期间主修的专业是汉语言文学专业，这与未来担任中学语文老师的工作的关系式密不可分的，我有别的专业没有的深厚文化底蕴，而且文学是一门比较宽泛的学科，他可以涉及很多的行业，比如编辑、秘书、导游、主持人、播音员等等。老师这个职业只是其中的一个选择。

首先，我认为良好的职业支撑点与自身的性格有关，我们常说“性格决定命运”，这并不是一句空话，所以我觉得这是我职业的一个较好的支撑点；其次，良好的人际关系也是一个重要的方面，当然，这里我们不能只看朋友的数量，而要看朋友的质量，他的人品是我们考量要不要交这个朋友的重要

条件，还有他的性格，如果他不具备这些基本的素质，那我们人际关系即使“再好”也是没用的，因为真正能帮我们的几乎没有，这时候的人际关系就发挥不了大的作用了。我自信这方面还不错。

在学校期间，我担任过班级的体育委员和团支书，在组织活动这方面自认为有一定的经验，懂的相处之道连续两年被评为院“优秀干部”和院“优秀团干部”。我的家庭很普通，并没有什么能跟一些社会关系沾上边，所以社会资源较之贫乏。

虽然老师是我的首选职业，但是世事变化无常，总之，我最终的选择的职业是不会给自己造成太大压力，工作环境要轻松，同事友好，容易交朋友，让父母放心，这些是我的求职必要条件。至于是什么样的工作，到时再做决定。

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。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；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

在这里，这份职业生涯规划范文也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

## 大学职业规划摘要篇十六

人都是具有多面性的，这往往体现在性格方面，比如很多人都揣测不出自己的性格属于什么类型，因为人在不同的时候所体现的性格是不同的。从小到大的我，性格上也是具有很多面的，因此外向还是内向，基本上无法定位。但有一点是可以肯定的，那就是我自身充满了责任心与正义感，还有很强的社会观念。

至于在深度的自我分析——自我探索上面，我是在职业生涯规划课上才有所接触的，通过做一些自我剖析的测试，得出的结论是，我适合在群体里当领导者，人也是有一定魄力的，我适合那些极具挑战性的，处处充满激情，迸发着智慧的火花的工作。但我自身并不喜欢一些再商业场上或是政府机关做事情，我喜欢并且崇尚自由度相当大的职业，如果有可能，我只希望做一名职业撰稿人。

无论怎样讲，我还是希望能在所学的专业领域内工作，所以在法律领域我会选择律师这一职业。我很希望自己能够成为一名公益律师。

### 决策理由

最关键最重要的理由是基于自身的正义观。还有从小到大我很喜欢一句话：“穷则独善其身，达则兼济天下。”这句话也是基于博爱所产生的一句吧，因此，我一直在不断向着这个方向努力。但是我想要做到的不只是这些，在某些方面，我或许与唐朝的诗人杜甫有相同之处，因为我们都告诫自己：达时兼济天下，穷时也要为天下着想。

我喜欢做撰稿人不仅仅是因为这项工作的时间弹性大，工作自由度高，不受束缚。更重要的是思想上的放松，我可以以我眼看真实的世界，我可以以我笔写尽人生百态，还原百姓的生活，或许给人以启发，或许给人留下某种精神，这些都

是我非常非常想做的。

但是自由撰稿人也许算不上是一个职业，充其量它可算是一项业余的工作罢了。如果不能在特定的历史或者社会时期成为文坛的巨匠，成为知名的，具有社会代表性和进步意义的作家的话，我的作品又会具有多大的意义？掀起多大的浪潮？所以还是应该有一份正规的职业的，最好是真正地能够得心应手地为着我的目标为大家做些实事。在专业领域里我是选择了公益律师的。

在从前，法律这一专业内，我是喜欢刑法的，希望自己能做一名检查机关，公安机关或者司法机关的工作人员，当时的想法特别简单，就是尽自己全力荡涤社会的阴暗面。当时对本专业领域内的一些职业还是了解甚少，后来，在周老师的课上，完成第一次作业《我心目中的理想职业》以后，在周老师的评语中我找到了自己前进的方向和应该为之奋斗的目标——公益律师。

通过上网查一些有关公益律师的资料，我了解到：公益律师首先是一位社会法律工作者，他不同于政府律师、法官、检察官等为公权力服务的法律工作者，也不同于纯粹为私人利益提供法律服务的商业律师。公益律师是处于两者之间的中间地带。引用杨汝清老师在《论语精要》中的一句话来为我们中国公益律师的形象定位：“从容优雅、张弛有度、卓尔不群”。公益律师的君子文化定位的含义，可能就是忧国忧民。公益律师，尤其是民间的公益律师，显然属于“处江湖之远”一类，可不能闲云野鹤一般地逍遥自在。律师是掌握着相当充足的信息和技术资源的群体，如果乐于为社会做点什么，是很有成效的。孔子的儒家哲学，实际是入世、经世济用的态度。

既然是这样，我的职业定位，职业决策就丝毫没有可质疑的了，忧国忧民，在社会中发挥应有的效应，才是成功做事的关键，才不枉在世界上走一遭。

在谈到这一问题的时候，我觉得与上一问题“决策理由”没有什么实质性的区分，但是我想就我自己选择的就业目标谈一些东西。首先，这样一个职业是需要很强的正义感于责任心的，不是说公益律师就可以随心做事，做事也一定要有始有终，要向前看。其次，要正视自己的职业，就像许多律师说的那样，不要认为公益律师是在律师职场中竞争的弱者，是败下阵来或是被淘汰了的，恰恰相反，他们才是高尚的，因为有着崇高的精神和奋斗目标。再次，金钱不是衡量一个律师是否成功的标准，至少我是这样认为的，这取决一个人的价值观。最后，公益律师所做的工作具体内容的概念并不是模糊的，他们从事公益诉讼和非公益诉讼。虽然，公益律师需要付出大量的无报酬劳动，这相当于是捐赠劳务。法律援助就是典范的劳务捐赠。但是公益律师肯定不是捐钱捐物、铺路架桥的那种公益慈善人士。

我的家乡是辽宁省的抚顺市，素有煤都之称，清王朝发源地，雷锋的第二故乡，乒乓球世界冠军和影视红星佟大为就是我的家乡人，我的家乡不大，但并不小，可以说还小有名气。但是还是有许多许多的落后点与阴暗面，有不履行法定责任使学生受教育不顺利的，有因经济困难请不起律师导致家人惨死，犯罪人却逍遥法外的。这些情况都在提醒我要为他们做一些事情，无关于金钱，无关于声誉。

我一向觉得在这些方面美国等国超前很多，大概是人民民主权利所决定的，美国的一些公益律师团体是强力且高效的。一直以来觉得既然我国也进入了法治社会，就应该彻彻底底地发展，在法律发面赶超强国，况且公益律师的最终目的不单单是维护民权，那是民间公益律师该做的事。官方的公益律师还会维护国家的权力甚至尊严。许许多多的外国公益律师替当事人辩护并非出于正义感，有时他们会选择这样的方法来抨击司法制度或是一些有效性的程序。所以说：公益律师不是慈善家，他们存在的意义巨大，社会价值很高。

至于我，我需要做的不仅仅是办一些公益性的案子，我要全

身心地投入进去，从一而终。

作为一名律师的话，是有一定的职责的，具体可以参照《律师法》，以起到约束自己的作用。作为一名公益律师的话，首先要以律师的各项标准来约束自己，其次就是说在办案子的时候要有责任心。其实大多数自发的而不是被分派到公益案件的公益律师是都能做到的。因为他们本身就不是冲着钱或者是其他什么去的。所以说，岗位职责方面没有什么可深加议论的。

### 目标岗位的实力和素质要求

如上所说一定的价值观和责任感是引导你向这个职位走来的路标。但并不是每个人有了这样的高尚的情操就一定能把事情做好，工作上总是需要一定的技术含量，关于各个岗位也需要具备一定的实力和素质。

## 大学职业规划摘要篇十七

近日发布的《大学生职业适应状况调查报告》显示，在受调查的走入职场不满3年的大学毕业生中，接近60%的人每年跳槽两次以上，6%的受访者表示不适应现在的工作，大学毕业生普遍患上工作“不适症”。

大学毕业生三年内频繁跳槽无外乎是为了找到一份更适合自己的工作。但是，“什么样的工作适合自己”本应是学生在毕业前就已经考虑过的问题，为什么工作后还要通过频繁跳槽来寻找答案？笔者认为，这其实折射出了高校职业规划教育中的问题。

当前，我国高校大学生在职业生涯规划中普遍存在主体意识淡薄，目标缺失，职业定位不准，求职就业道路盲目、狭窄等问题。高校的职业规划教育应是为了解决这些问题，但现实情况并不如人意。虽然很多高校已经在全校范围内开设职

业规划课，而且有些学校已经把其作为学生的必修课，要求学生必须上课并修满学分，但是许多学校的就业指导课过于空泛，缺乏实际案例分析和经验分享，导致学生在遇到实践问题时依然手足无措。

据笔者了解，有些高校的职业规划课甚至成了名副其实的“自习课”或者思想政治教育课。

高校职业教育课成为摆设，这也就很容易理解为什么学生上过学校的职业教育课，却依然会呈现职业“不适应”症状了。

在美国，一些高中学校就已开始设置职业规划设计课程，根据学生的具体情况帮助他们学习如何规划未来。因此，学生对自己的职业规划能够做到心中有数，很早就开始从职业的角度进行自我包装和提升。反观我国，应试教育的压力决定了大学要承担学生职业规划教育的职能，然而如何很好地把这一职能落到实处，是高校亟须反思的问题。

职场的第一份工作相当重要，对今后的职业生涯影响很大。为此，笔者认为，学校应该把职业规划课和学生切实结合起来，把学生的专业特点和行业特点切实结合起来，帮助学生在职业方向上进行定位，并树立职业目标。同时，相关课程应该多使用案例教学，让学生在分享他人经验的基础上了解人才的需求方向。此外，大学生毕业后频繁跳槽在一定程度上也是学生责任意识和忠诚度缺乏的表现，职业规划课也应该把培养学生的责任意识纳入课程范围。

## 大学职业规划摘要篇十八

每天，有太多得人沉沦余日复一日单调的学习和生活中，却感到无力改变，这些人中也包括自己。一成不变的生活，驾轻就熟的学习模式，带给我们的不是游刃有余进退自如的快感，而是疲惫不堪甚至厌倦。这样的心理感受当然不会是享受。不断重复同一件没有丝毫挑战性的事情，我们所体验到

的快乐只会变得原来越少。就像饥饿时吃馒头一样，第一个馒头带来的马满足感最大，吃到第n个的时候，基本上已经味同嚼蜡。

因此，我们必须计划生活，计划未来。

职业生涯对每个人而言，都是在一定的时间内有效，如果不进行合理有效的规划，就会浪费自己的时间和生命。作为已经尚未毕业的我，很早就知道如果不为自己拟定一份职业生涯规划，把自己的未来设计好。生活和工作就会没有了方向，就像大海里的一叶小舟，迷失方向，不知所归，为了高效的利用时间，实现自己的人生价值，特作以下个人职业生涯规划。

平时休息就是拿着手机上网打游戏，或者是对着电脑看电影或者写日记。偶尔也看看闲书，偶尔也发呆，偶尔也出去玩，偶尔也想一些很深沉的问题，但很快就会回过神来。经常胡思乱想，有点好高骛远。

但是我不是个颓废的人。

学习挺上进的，上课认真听讲，课后好好完成作业。有目标，有理想，有规划，但是经常是“计划赶不上变化”。生活上也勤俭节约，基本上不乱花钱，有理财意识。

平时挺喜欢交朋友的，朋友也蛮多，知己有那么几个，点头之交也不算少。

目前并不安于现状，想进步，想改变，想尝试新鲜的事物。

喜欢研究电脑，折腾手机，平板，相机等一系列数码产品。在计算机这块儿比同专业的好些同学要能折腾。至少办公软件基本上运用自如，计算机基础也学得蛮好，也会一点图像、视频处理软件。

正在思考如何制定职业生涯规划中……

在上大学之前，我把社会想得很简单，觉得自己喜欢干什么就可以干什么，兴趣是最好的老师。不过上了一年大学之后，我发现我错得很离谱。

首先，兴趣只能是一个很粗浅的层次，在将感兴趣的东西一层层剥开研究的过程中，你会发现原来自己喜欢的东西都是一些那么枯燥的理论，并不是想象中的那么美好。其次，你喜欢的东西不一定就是社会需要的，社会不需要你再喜欢，以后也不能靠它吃饭。

最近发现自己的兴趣在创业上，想要在大学期间或者在毕业之后自己创业。来源是淘宝网，并在初步了解淘宝网之后有了想在网上创业的想法。

在霍兰德职业兴趣测评中测出的结果如下：

社会型social (s)[]您喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

企业型enterprising (e)[]您追求权力、权威和物质财富，具有领导才能。喜欢竞争、敢冒风险、有野心/抱负。为人务实，习惯以利益得失，权利、地位、金钱等来衡量做事的价值，做事有较强的目的性。

常规型conventional (c)[]您尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯接受他人的指挥和领导，自己不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争。

您在这六个职业倾向类型中得分最高的三个类型的首字母就组成了属于您的霍兰德职业代码。通过这三个职业代码可以

传递很多相关职业与教育发展的信息，您倾向的职业或兴趣可以看成是ces这三个字母的结合。第一个字母意味着您最倾向的职业类型，而第二第三字母所代表的职业倾向则次之。

感觉测试结果和我自身感觉还是蛮符合的，应该就是属于那种ces型的职业兴趣。得分最好的是常规型，喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应能力。如：秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。测试结果和我“创业”的想法相差十万八千里。

我的职业价值观很简单，作为一个实用主义者，我最看重的就是职业的实用性。最好是那种能够实实在在的为自己，为社会做事的职业。希望自己毕业之后能够找到一个可以在前期得到很好的锻炼的岗位，让自己成为一个有职业经验的人。

但是我不会找到工作就安于现状，我想我会在前期以经验为重，到了生活工作基本稳定的时候再谋求更高一级的职位或者更好的工作，之后的工作必然将会以待遇为重。

我的优势：做事负责，仔细耐心。能够很好的安排工作时间，并且基本按照工作计划进行。遇事大多数时候能够做到冷静，能够听从理智，冷静分析问题。动手能力强。在听从领导的安排时会适当保留自己的想法，能够首先服从，后提出意见。有很强的学习欲望和上进心。我的劣势：有些固执己见，有些自以为是。有时也会有点懒惰，投机取巧。有时也会感情用事，会冲动。

自我分析小结：

总的来说我应该是一个不错的普通人，而且会是一个很有潜力的人才，在经过一定时间的学习和培训之后应该会将自己的潜力发挥出来。在今后的日子里会随着社会阅历和个人经

历的增长，我想我会不断完善自己，让自己更加适合这个社会，更加适合在社会上生存。

我们家基本属于小康之家，单亲，父亲是公务员。由于父亲经常出门在外，所以基本上都是我自己照顾自己，自理能力很强，动手能力也很强。因为家里其他亲戚都在给各自的已经长大的孩子灌输这个“向钱看”的社会中金钱的重要性，所以在某些方面我也算是个“唯利是图”的人。

因为父亲给的生活费有限，不到时间绝对不额外再给，所以养成我计划消费的好习惯，平时花钱都会考虑到存钱，也为自己存了一小笔资金。

家庭对我的影响促使我对这个社会有了一定的了解，虽然也算被保护的比较好，但是家人也会时不时让我接触社会，所以我想我应该能在毕业之后短时间内适应这个社会。

我们学校属于是一所不太出名的二流大学，是那种拿出去基本上叫不响的名号。我学习的是中文系汉语言文学专业，是那种表面上看起来很风光其实基本上除了教书什么都不能干的专业。之所以选择这个专业主要就是因为自己还算喜欢看书，也没想到毕业之后能够专业对口。在学校时不时会接一些兼职，锻炼自己的社交能力和做事能力，社会实践不算丰富，但也不完全为零。我还会在接下来的一年多时间内多多增加自己的社会实践机会，以便毕业之后能够更好的适应社会。

就业形势：大学毕业生具有较高的人力资本水平，是劳动力市场上的优势群体。但随着全球化的发展与知识经济的冲击，青年初次与持续就业所需的能力门坎逐年提高，大学生必须具备能够满足新经济要求的核心就业能力才能成功发展，但现有教育培训体系缺乏必要的就业市场需求导向，缺乏对创业行为的深入研究，高等教育培养出来的大学生在知识和技能结构上与人才市场的需求存在脱节，大学生就业的结构矛盾日益突出。

因此，大学生一毕业就失业的情况会越来越严重。

就业政策：国家，学校，社会等方面为了解决这一现象制定了不少政策。比如：

国家方面，对刚步入社会的大学生选择自主创业时，给予资金支持或是优惠政策。帮助其自主创业。同时引导毕业生到非公有制单位、农村及基层单位就业。稳定的就业环境。创造公平的就业机会。加快调整人才培养结构。拓宽高校毕业生到基层就业的渠道。切实解决私营公司聘用高校毕业生的有关问题。加强对高校毕业生的就业指导。

学校方面，学校应不断加强软、硬件设施建设和师资队伍建设，深化教学内容的改革，拓宽学生知识面，增加应用性、操作性、技能型的课程，切实培养具备各种综合技能能够适应社会需求的复合型人才。社会的发展离不开创新，大学生要在工作中得到实现自身价值也离不开创新，学校只有注重培养学生的创新能力，使大学生有能力进行自主创业，才能在工作中有出色的表现，给自己创造就业机会。

社会方面。公平对待大学生，降低大学生就业的门槛。创造没有歧视的就业环境。使得员工对企业有归属感，更好的为企业付出。从而带来可观的经济收益。这不仅仅是企业给员工制造机会，同时也是企业谋求发展必不可少的一种投资。另外，企业应与时俱进培训员工。因为大学生刚进入企业，对于业务都缺乏专业的能力，再加上本身刚步入社会，经验不足，所以企业要培训他们。当今时代，是一个瞬间万变的年代。培训这一个名词已然成为了一个必要，是企业充实员工能力的重要装备。大学生，是一个更加需要活的培训机会的一种群体，他们刚步入社会，很多东西来不及适应，很多东西需要学习，企业如果能够提供更多的培训机会给他们，让他们有更大的学习空间。

竞争对手：将来我们面临的竞争对手是全国各大高校毕业的

优秀和不优秀的毕业生。不优秀的暂且不说，优秀的毕业生学校背景比我们厚，社会阅历比我们多，实力比我们强……很多优秀的人才在和我们竞争，我们必须不断的完善自己，努力让自己成为一个优秀的大学毕业生。

根据职业兴趣测试，最适合我的职业是常规型的职业，比如秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

这些职业社会上有的是人才，而且基本上已经达到饱和状态。不过随着社会的发展面对这些职业的职业要求会不断提高，在要求提高的情况下就会有一批在业人员被淘汰下来，也就给大学毕业生提供了机会。

这些文职工作属于职场上不可缺少的职位，随着社会的发展，文职人员已经不再是“端茶送水”的角色，而是日渐成为企业内参与管理的特殊助手，不仅需要熟练掌握办公技巧，还要能在三十没有过问的情况下表现出责任感，以实际行动显示主动性和判断力。所以这类工作的就业前景还是相当被看好的。民营企业对文职人才的需求十分注重素质和能力的需要。

因此拥有高学历和高级秘书证已经逐渐成为人才市场上的紧俏资源。

职业生涯条件分析小结：

总的来说，对于常规型职业我应该能胜任。我会在不断提高自身综合素质的基础上不断培养自己的创新意识，责任意识，和环境适应能力，未雨绸缪，做好充分的准备。在校期间进一步做好职业生涯规划，了解我所适合的各行各业的就业形势的最近变化，以备不时之需。

综合第一部分(自我分析)及第二部分(职业生涯条件分析)的

主要内容得出本人职业定位的swot分析：

内部环境因素：

优势因素(s) □家庭环境培养了我比同龄人更加独立的性格和处事能力，也让我拥有不断上进不断追求的动力。不服输的性格和不断追求更好的信念让我可以百折不挠，就算碰壁也不会灰心，自身年龄也还算小，会不断从中积累经验，不断学习，不断成长。个人性格属于强势型，从事管理方面的工作有得天独厚的优势，虽然潜意识里的自卑感让我无法树立从事高层管理的信心，不过中层管理和助理这类文职还是很有信心的。善于交际，很能够结交朋友，有一定的关系网。

弱势因素(w)□因为毕业院校和家庭因素让我有一种潜意识里的自卑感，这种自卑感一般情况下会埋藏的很深，但是在特定的环境和特定的时候会如洪水般爆发出来，冲垮我的意志，打击我的信心。害怕从事单调的工作，因为职业生涯刚刚起步必然会先从基层做起，基层的工作大都是单调的体力劳动，完成不好怕会影响到日后的发展。

外部环境因素：

机会因素(o) □文职工作的就业前景还是很好的，我家很多亲戚都在国家事业单位工作，公务员居多，存在有一定的关系网。

威胁因素(t)□同期毕业人数多，同等水平或比自己更高水平的人大有人在，企事业单位要求不一定全部符合等等。存在多种威胁。

近期规划：大一的目标基本达成，就差英语四级。因此大二上学期争取过英语四级，下期过英语六级和完成自考所有科目考试。大三上学期开始准备考高级文秘证书和计算机二级vf□大三下学期开始实习，实习期间尽可能多的接触陌生的

环境和工作。在大学期间还有的寒暑假，利用假期时间寻找工作经验，到合适的单位免费实习，尽可能多的学习工作流程。中期规划：毕业之后在家学习一年，准备考研。

争取考研，争取能够在25岁之前拿到法律方面的硕士学位，为第二职业兴趣企业型职业做准备。

如果考研失败就开始准备找工作。

后期规划：主要考虑成家立业。

大概计划就是这样。因为涉世未深，不知道会有多大的变数，对于后期和中期的计划实在是有些不知所措。

职业目标评估：假如一直无法在单位上得到升迁的机会，那么我将考虑从事其他职业兴趣的工作。首选文职工作，其次是企业型的职业。比如，项目经理、销售人员，营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师。再次就是社会型，比如教育工作者(教师、教育行政人员)，社会工作者(咨询人员、公关人员、)。

职业路径评估：当出现裁员或者因故被开除的时候，我将考虑再重新拾起书本，学习相关的科目，准备考取更高的学历。

其他因素评估：如果身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况发生突变，就只能随机行事了。

在一般情况下，我定期一年评估规划；

当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

1) 当出现就业前景渺茫时我将会调整规划。

2) 当可以预测单位将发生大的变故时我将会选择调整规划。

- 3) 当目前从事的职业已经不再为社会所重视时我将调整规划。
- 4) 当觉得目前从事的职业已不再对自己有意义时我将调整规划。
- 5) 当发现更好的机会给我时我将调整规划。

暂将职业生涯规划做到大学毕业，毕竟大学的努力是步入社会之后的基础，大学还可以有所预期，进入社会就有太多的不可控因素，事变则备变吧。大学期间应该把精力放在学习能力的培养上，毕竟大学只短短的几年，弹指一挥间，学到太多的知识是不可能的，学习方法才是最重要的。

有了自己的计划，固然是好事，但更重要的是在计划的执行上，我会努力按我的计划去做。希望我的大学是我梦想的跳板，让我能够凭此飞得更高，看得更远。

## 大学职业规划摘要篇十九

职业规划的作用不是告诉你做什么一定能够成功，而是帮助你发自己与职业的最佳契合点，并培养一种思维方式，让你知道在今后的职业困惑中如何去思考。

职业规划可以简单的分为四步“觉知知己环境认知行动”

职业幻游可以帮助你清楚自己希望的工作状态，可以在一间安静的屋子中，放松心情，闭上眼睛，幻想多年后自己最理想的工作状态……反复几次，可能你的职业理想就会清晰起来，但有心理疾患者不建议尝试。