# 职业生涯规划书

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2024-01-11

*职业生涯规划书范文无情的时光老人像一阵寒风，走得无声又匆匆，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，现在这个时候，你会有怎样的职业规划呢？那么职业规划书要怎么写呢？下面是小编帮大家整理的职业生涯规划书范文，仅供参考，欢迎大...*

职业生涯规划书范文

无情的时光老人像一阵寒风，走得无声又匆匆，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，现在这个时候，你会有怎样的职业规划呢？那么职业规划书要怎么写呢？下面是小编帮大家整理的职业生涯规划书范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

**职业生涯规划书范文 篇1**

前言

新东方的徐小平老师说：“人生没有设计，你离挨饿只有三天。”我们由此可进一步推出，“职业没有规划，你离失业只有三年”，可见职业生涯规划的重要意义。在当今这个人才竞争日益激烈的时代，合理的职业生涯规划开始成为人才争夺战中的另一重要的利器。有了合理的职业生涯规划，在职业道路上我们就已经成功了一半。现在，作为当代青年大学生的我们，只有认真、合理地规划未来，才能认识到自己的优势与不足，才能不至于大学四年茫然虚度，才能认真学习到真本领，从而在四年以后的求职道路上畅通无阻，而不至于在人才济济的现代社会上无立锥之地。这学期选修了周老师的大学生职业生涯规划课程，学到了很多东西，受益颇多。现在我尽力地尝试着写一份自己的职业生涯规划，瞭望一下自己的未来，规划自己的职业理想。

一：自我分析

我是08汉语言文学班的女生，从小对文学与语言有着浓厚的兴趣，他国高考这一独木桥之后，我很荣幸地来到中央民族大学文学与新闻传播学院的汉语言文学班学习。我是一个偏向外向的女孩，同学都说有我在的地方一定会有轻松的气氛。我擅长于跟老师同学甚至陌生人交流，我觉得那是锻炼我语言的很好的机会。学校或是班级的课外活动我一般都很积极地参加，虽然失败是常有的事。但有时我也会显得很怀旧，很忧时伤神，显得少言寡语，因此很多人会觉得我是一个很安静的女孩。性格的双面性，总是能让我体验到不同人的情感世界。

作为现代的青年大学生，我的兴趣就像我这个专业的就业方向一样，泛而不专。我的兴趣很广泛，喜欢打乒乓球、羽毛球、篮球、排球，喜欢跑步，我还钟爱书法，喜欢看小说、电视电影，喜欢逛街，喜欢有事没事写点东西。我的这些兴趣爱好加上学习，就构成了我丰富多彩的大学生活。但有时热度只能维持三分钟。

我是一个很认真，每一步都要走得踏实的女孩。高中时，我一直坚持课前复习、课上认真听讲、课后复习，并辅佐于练习的良好的学习习惯，成绩一直在班上名列前茅。现在进入大学校园，虽然逐步地改变了学习习惯，但也总是让自己感到充实。

我的专业是汉语言文学，汉语言文学是高等院校开设的着力于培养能够适应当前社会发展的，熟练掌握系统、全面的汉语言文学基本知识、理论和技能，具有较好的汉语书面和口头表达能力，具备较高的综合素质和发展潜力，党政机关、企事业单位、媒体宣传部门、司法部门、社会团体以及社区需要的优秀专门人才的一门专业。汉语言文学专业毕业的大学生，可在科研机关、高等院校从事研究、教学工作、有的可从事对外汉语教学，可适宜在党政机关，包括报刊宣传、新闻出版、影视文化、互联网、对外交流或其他企事业部门从事语言文字工作的专门人才，从事文学评论、汉语言文学教学与研究工作，以及文化、宣传方面的实际工作。

随着近年来大学生不断扩招，如今大学生多如烂泥，大学生就业困难问题逐日凸现，加之汉语言文学专业的就业方向泛而不专，汉语言文学专业的大学毕业生面临着更为严峻的就业困难问题。

（一）我的职业选项

我学的是汉语言文学专业，我一直以来希望以后自己的职业能与现在的所学的专业对口，这样才能是自己的所学的知识运用到实际的工作当中。我的职业理想到一家企事业单位或政府机关当一名优秀的文秘，从事文秘工作；其次，我很想去一家知名的报社搞编辑，创办一份学术杂志；另外，我也有意向毕业后考公务员。

（二）选择理由

（1）文秘

优势（s）：自己从小对语言和文学具有深厚的兴趣，而且文笔不错，写作能力较强；我做事很仔细谨慎而且我们这个专业选择做文秘的很多；学习汉语言文学，使我文学涵养以及审美意识方面有很大的优势；我的性格随和，能够调节整个办公室的气氛，语言沟通能力以及社会交际能力较好；身为班委以及在校青协宣传部工作，使我的办事能力有很大的提高；身在民大，和来自全国不同地方、不同民族的同学一起生活、学习，可以提高自己与人相处的能力，从而更好地融入社会等等。

劣势（w）：企事业单位文秘工作对一个人的内外素质要求很高，特别是现在大学生泛滥的时期，汉语言文学专业的就业形势日趋严峻,民族高校的汉语言文学专业的就业情况不容乐观；文秘除了需要能够讲一口流利的英语，还要熟练的使用计算机的能力，对各种办公软件能够熟练运用，而我在这些方面的能力水平欠佳。汉语言文学课程很多，使我们接触社会的时间和机会很少。

机遇（o）：随着我国改革开放的开展，现代经济建设的进行，以及各种各样的外贸外资的涌入，我国经济快速发展，企事业单位如雨后春笋般出现，提供着越来越多的文秘工作岗位。在今天，秘书已成为世界范围内覆盖面最广的职业之一，被称为现代社会的第361行。秘书这个字眼在最近几年人才市场中频频出现，秘书职位的空缺也是层出不穷的，其需求连续多年在招聘排行榜上位居前列。随着市场经济的发展与繁荣，特别是三资企业在中国的发展，这种势头将会有增无减，同时也给社会提供了许多就业机会。

优势（s）：报社编辑工作能够充分地运用我大学所学专业知识，编辑中的文字编辑应该在保证稿件用词正确、语法通顺、并且没有事实性错误方面有专长，这份工作很能考验一个人的文字工作能力，而我正好擅长高文字工作；我现在在校青协的宣传部工作并担任副部长一职，宣传工作需要写很多的稿件，使我的能力有了很大的提高，也渐渐对文字工作产生浓厚的兴趣；报社的工作相对稳定，很少有奔波，而且收入稳定；编辑工作能让我边工作边学习，有利于促使我终身学习的进行。

劣势（w）：一般的报社缺乏必要资金，特别是在尚未完成资本积累任务的、经济实力薄弱的报社；报社的软环境欠佳，报社的“评论家”颇多，很多人善于“评论”别人的是非；工作收入虽然稳定却普遍较低。

风险（t）：报社里的很多文章会触及当今社会的敏感话题，搞编辑时在这方面要特别谨慎。

（3）公务员

优势（s）：公务员的工作与在各类企业中的工作相比，工作量相对较少，且在福利方面，有较好的保障。而且目前国家对公务员的重视力度在逐年增加，薪资也有所增长，因而，公务员的工资也较高。此外，公务员的工作有很好的信息优势，接近于决策的制定与传达方。还有就是在人脉关系上的优势，公务员工作能极大的拓展自己的人际交往圈。另外我觉得自己的性格很适合当公务员，家里很多的亲戚朋友都是党政机关中的公务员，自己对于公务员的工作也较了解。还有就是公务员的工作相对稳定，很少会有奔波，而且收入稳定，能很好地解决生活问题。

风险（t）：近年来社会上出现了“公务员热”，许多人都去报考公务员，尤其是许多的大学毕业生，将报考公务员作为毕业后就业的出路，因而，这一岗位的竞争是相当激烈的，公务员考试的难度也比较大。竞争越激烈、考试难度越大，选择走公务员这条职业道路的风险也就越大。

（三）第一职业目标选项的工作内容和胜任条件

当我把自己的第一职业目标选项定位于企事业单位文秘时，我对文秘这一行业就越发关注了，我了解到作为企事业单位的文秘，工作内容包括公文管理，公司文稿起草，档案管理，日常考勤，来访接待，完成领导临时交办的任务等等。这类工作对职员的能力素养要求很高，养成良好的职业习惯是其最重要的岗业要求之一，还对打字速度、各种公文写作、各种公司日程安排、日常事务处理技巧、英文口语等各方面能力有很高的要求。我觉得我通过大学四年的努力最终能够胜任这份工作，首先我觉得我谨慎而不失随和的性格适合这类工作，其次我汉语言文学专业，在文字工作方面有一定的优势，一般的文稿起草之类的能够很好地完成等等胜任条件。

（四）与职业选择目标的差距

我的三个职业选项对一个人的各方面要求都很高，对我的能力都是不小的挑战，现在我在很多方面的能力都较差，我的现状与我的职业选择目标的差距还很大。首先我的计算机知识的相关运用和英语知识水平不够好，而且考虑问题比较犹豫，瞻前顾后，缺少决心。另外汉语言文学课程很多，使我接触社会的时间和机会很少等等。在今后的大学生涯中，我只有努力在各方面提高自己的能力水平，才能实现自己的职业理想。

大二上学期

学习方面，充分利用良好的校园学习环境认真学好专业知识，打下见后的专业功底；抓住与老师交流的机会，虚心地向老师请教；充分利用学校的地域优势，多余兄弟学校的同学交流，共同进步，且好好利用我们学校旁临国图的优势，尽量多看书，开拓自己的眼界。

生活方面，早睡早起，养成良好的生活习惯；坚持每周进行体育锻炼，包括晨跑、打球等；合理安排饮食，使身体素质达标。（我的规划在生活方面没有多大差异，以下不再赘述）

实践方面，充分利用在校青协宣传部工作以及在班上担任职务的机会，好好锻炼自己的能力水平。多写文章，并向各杂志社投稿。另外，我还会一如既往地积极参加课外活动，包括运动会、话剧表演等等。

大二下学期

实践方面，在以上实践内容基础上，我打算在这时找一份与专业相应的校外兼职工作，在实际工作中提升自己的能力。

大三、大四学年。

由于距离较远，变数太大，只能将时间的跨度弄大一些，也不会那么详尽了。

1.积极融入社会，参加实习工作，在实习的实践中成长。

2.在各方面好好努力，尽早入党。

3.更加关注社会时事，关注国家总体的发展，因为个人的发展与国家的发展紧密相连。

4.在专业知识方面继续发展，多看书。

5.好好准备毕业论文。

五：结语

如今就业形势越发严峻，而大学时光是短暂的，我们只有好好利用这走向社会的最后实验场、训练地，好好地提升自己的内外素质，才能在4年后面临求职就业考验时从容不迫。相信通过我不懈的努力，我能够实现自己的职业理想。瞭望未来，规划理想，相信我的梦想不是梦!

**职业生涯规划书范文 篇2**

苏格拉底曾说过，世上最快乐的事，莫过于为理想而奋斗。

我，一个再普通不过的女子，没有傲人的身材，没有出众的长相，没有超人的智慧，唯一有的，是一颗如向日葵般阳光、如仙人掌般强大的内心。

我的性格属于外向开朗型，阳光的心态和永远都讲不完的话这注定了我有很多的朋友，同时，疯疯癫癫没心没肺的我也有冷静淡定的一面，能把握什么时候该认真，什么时候该活跃，这种矛盾的性格造就了我“跳跃式”的思维方式，各种新奇的想法会时不时的蹦出我的脑袋。我喜欢文学，喜欢写作，喜欢古风，我认为读书写作能带来心灵上的宁静。我喜欢音乐，在音乐中能做真实的自我。我也喜欢乒乓球，羽毛球和一切小球类运动，在运动中更能感受到自我存在感。

执著到接近偏执的性格、导致做很多事容易把自己逼到死角，太自我为中心，易忽略他人感受，苛求完美导致遇到不顺心的事容易情绪化。随着我国经济的不断发展，大学生的队伍日益庞大，而就业难问题，正是当代大学生面临的最为严峻的挑战，而造成这一现象的原因有很多，比如毕业生数量的迅猛增加,与社会

有效需求短期内增幅有限的供需结构性矛盾突出. 再则毕业生的就业观没有得到根本的转变，就业期望值较高，理想与现实存在很大差距，就业期望值和社会需求差距较大，一方面,县,市中小企业急需人才,另一方面部分毕业生不愿去第一线,去基层,有业不就的错位现象依然存在.毕业生的基层意识和创业意识有待加强,亟待做更加细致深入的思想教育工作和就业指导工作.

我的专业是旅游管理，以后想要从事酒店或饭店类工作，现代饭店是指向各类宾客提供食、宿、行、娱等综合性服务，具有涉外性质较强的商业性企业。酒店行业更是一个古老的行业。已有数千年的历史，是随着人类的进步，社会经济的发展，科学文化、技术和交通的发达而发展起来的。中国的酒店行业是最早向外资开放的行业之一，从80年代的茫然无措，到90年代的开始启动，再到现在的生机盎然，经历几十年的风雨兼程，生命力已愈加旺盛。随着一线城市豪华酒店市场渐趋饱和，酒店业的重心已从北上广转移至内地经济迅速发展的二三线城市。

与此同时，20xx年中国酒店业不断涌现新的营销模式，先是团购网站风潮蔓延至酒店业，随后神秘房、Last Minute等国外成功模式也纷纷登陆国内，中国的酒店正如雨后春笋般崛起。旅游业作为当今世界第一大产业目前世界旅游业每年交易额高达6万亿美元，占全球GDP总量的9%左右。而住宿业作为世界第二古老行业，酒店不可否认的占有非常重要的作用。自20世纪80年代至今，我国饭店经历了以发展饭店数量为中心，以设施现代化为中心，以服务质量和规范为中心，以效益为中心，以市场为中心，以人为中心的过程。21世纪的饭店充分认识到了人的重要性，将人作为主体，一个饭店成功的因素可以有很多，淡其中最根本的因素还是人的因素，特别是管理人员的因素，而想要成为一名成功的管理人员，应该具有较高的道德水准，专业的管理知识，丰富的管理经验，有责任的心和持之以恒的精神，这些都必不可少。

如果有幸将来自己能成为酒店中的一员，我知道，我还面临许多问题，如自己偏执的性格，不善于倾听他人意见，这就很可能在一些重大决策上造成失误，自己情绪化的性格也容易在工作上带来困扰，但是，拥有阳光心态的我在面临任何困难时都相信一定有办法解决，脑袋里稀奇古怪的想法也能在酒店的发展上注入新奇的元素，开朗的性格能给我在这个人与人直接交往的行业带来很大优势，能带给客人最真实的温暖。

中国本土酒店的发展瓶颈是专业化人才短缺，人员流动性较大，忠诚度不高，作为一个酒店专业的学生，应该摆正心态，面对初入职场从基层干起能有良好的心态，正确认识到凡事都会从基层干起，吃苦耐劳是一个做酒店人应该有的品质，只有在这样的心态下，才能更长久地热爱自己所选择的行业，对酒店行业的热情才能长久不衰。作为大一的一位学生，距酒店行业还有很遥远的一段距离，也还需要更丰富、更全面的专业知识去充实自己，要深刻明白要想成为一个合格的、成功的酒店管理人员应该具备的素质以及及时把握酒店经营发展的趋势，掌握良好的沟通技能，能讲一口流利的英语，微笑待人。

为了成为一名合格的酒店管理人，我将合理规划自己的大学生活：

大一：积极主动适应大学生活，合理安排作息时间，打牢专业知识的基础，过计算机一级。

大二：在学习老师讲授的专业知识收集整理识的同时，积极主动了解自己所学专业的动向、近况，学好普通话，同时过英语四级。

大三：将理论与实践相结合，学号专业英语，同时利用假期做一些与酒店相关的工作，深入了解自己将来所从事的行业，

大四：作为一个即将跨入自己所学行业的人，应该有成熟的职业心态和远大的目光，把握时代精神，不断接触与行业相关的新鲜事物。

中期目标：

第一、二年：适应职场，虚心向前辈学习，总结经验。积累丰富的人脉关系，与领导同事建立良好的关系，有自己的交际圈。

第三、四年：把握机会，争取升职。同时为自己充电，深入学习管理运营知识。

第五年：通过努力做到部门经理位置。

**职业生涯规划书范文 篇3**

不少人都以往这样问过自我：“人生之路到底该如何去走”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自我的人生，都在实现自我的梦想。

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。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。为自我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。

**职业生涯规划书范文 篇4**

一、个人资料

座右铭：走自己的路，让别人说去吧

二、自我分析

一根据人格测试结果显示我的性格特点是：

你的性格类型特点:

每个人都希望了解自己性格，相信你也一定很想知道。下面的部分是依据你的测评结果而得到的关于你性格描述。下图是你的测试结果，从中可以得知你的性格类型为: 照顾者型-值得信赖和依靠。你在性格各个方面的偏好清晰度如下图所示:

你具有友善、负责、认真、忠于职守的特点，只要你认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做你认为毫无意义的事情。

你务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢依据实际情况来考虑问题。你善于单独思考、收集和考察丰富的外在信息，不喜欢逻辑的思考和理论的应用。你对细节有很强的记忆力，如声音的音色或面部表情。

你与人交往时较为敏感，谦逊而少言、善良、有同情心，喜欢关心他人并提供实际的帮助，对朋友忠实友好，有奉献精神。虽然在很多情况下你有很强烈的情绪反应，但通常不愿意将个人情感表现出来。

你做事有很强的原则性，尊重约定，维护传统。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，你依据明晰的评估和收集的信息来做决定，充分展现出自己客观的判断和敏锐的洞察力。

需要提醒注意：

在职业生涯规划过程中，了解自己有什么样的性格特点有助于我们选择适合自己的环境，从而我们可以以自己偏好的方式工作得更好。在了解自己性格特点的基础上，我们还需要了解是什么在促使我们这样或者那样地行事。接下来我们来看看我们行为背后的更深层的原因----动力特征。

二、自我盘点

1、兴趣爱好：看书、游泳、乒乓球、听音乐、看电影、旅游、摄影

2、优势：能吃苦耐劳，注重效率，有创新意识，责任心强、坚持

3、劣势：见识少，团队意识不强，不善于处理人际关系（这些都在改进）、 缺乏随机应变灵活处理问题的能力

4、优点：积极乐观、做事勤恳、坚持不懈

5、缺点：对于细节缺乏耐心、灵活处理事情欠佳

三、解决自我盘点中的劣势和缺点

对于缺点我对尽量去克服和避免，用真诚的心去温暖和团结周围的人，努力营造和构建和谐的人际关系，对于优点我会继续保持，并把我的长处积极发扬，去和更多的人分享和探讨我的经验，并帮助周围的朋友。所谓扬长避短，我会灵活处理生活中的各种事情，具体问题具体分析，努力在实践中不断完善自己的思想和规划。

你做事的动力如何？

你有没有发现？

有人雄心勃勃，不知疲倦地去实现自己的理想？

有人做事情适可而止，不愿意多去尝试一些新鲜的东西？

在遭遇挫折时有人像泄气的皮球，一直在失败的阴影中徘徊，有人却能愈败愈战？

为何会有这种差别？接下来的部分将告诉你：你会有什么样的表现。这部分将具体描述关于你动力特点。所谓动力是指我们做事情的内在驱动力。如果把我们比作是火箭，那么动力就是推动火箭的燃料。

下图显示了你的动力测验结果。图中的分数是你的动力人群指数，表示与他人相比你在人群中的相对位置。如果你的动力类型是什么?

有人愿意推动别人一起实现目标，有人却宁愿通过单打独斗达成目标！

有人不惧风险、敢打敢拼，有人偏安一隅，自得其乐！

你是哪一种？知道我们的动力特点之后，我们还可以进一步知道在追求成就以及遇到挫折时我们会表现出什么特点。

属于主宰型人的你通常热切地想实现自我价值。你为自己设置高的标，为它而努力、奋斗。你富有主动性和进取精神，很重视自己的成功。你希望自己出人头地，成为至关重要的人物。你能树立一定的权威感，说服、影响和带动大家，为了一个共同的目标努力。当你和同学或者朋友们在一起的时候，你通常是活动的发起者，让大家随你一起进行。在社团或集体中你往往是很有热情也很有领导力的帅才，通常会激发大家更好完成任务的愿望。

生活并不是一番风顺的，从小到大我们都会遇到各种各样挫折。这时你是抓住可能的机会积极进取还是为了避免再次失败消极等待？下图显示了你身处逆境时的动力类型。从图上可以看出你是“安定型”。

“不打无准备之战”是你信奉的格言，你会事先尽量考虑失败的可能性。为避免造成无法控制的局面你迟迟都不做决定或不行动。你喜欢采用固有的或传统的方法，认为这样安全、保险，不会出岔子。遇到障碍时不够坚持，很快就妥协、退而求其次。所以你可能更适合一些风险小或者需要不需要承担很大责任的工作，你不会觉得压力逼人。

通过这段的阅读，相信你对自己有了更深刻的认识。这是我们规划职业生涯的第一步。这些特点对我们将要从事的职业有什么影响？这是我们都很关心的问题，下面的部分将从性格和动力的细致分析中帮你找到自己的优势，也发现自己的不足！

知己知彼，百战不殆！

你的长处在哪里？

世上没有两片完全相同的树叶。每个人都很独特。不同的性格类型和动力类型并没有“好”与“坏”之分，都有其特别的优势和劣势。古今中外很多人士的成功都建立在对自己优劣势的清楚分析上。下面列出的是你可能存在的一些优势，你可以仔细思考一下，看看自己是否意识到了这些优势：

能将精力很好地集中在所需要关注的点上工作热情、努力、认真，责任意识强，是值得信赖的一个人

你通情达理、善解人意，能友好的与别人合作

做事情的时候会讲求实际效果，采用现实可行的方法

关注细节是你的强项，能够以现实的角度看问题，准确地把握事实

你喜欢帮助别人，能为别人提供可靠的支持

很重视公司或组织的传统，并努力地去维护它

你这种类型的人，大多数都具有出色的组织才能

你愿意在传统的机构中工作，而且尽心、尽职、尽责

连续地工作、使用固定的程序做事、做相同的工作你也不会厌烦

你尊重他人，你不会轻易地挑战别人的地位和能力

有雄心和志向，魄力强，善于影响他人

重视安全和保障，风险控制较好

可以利用这些优势做什么？

上面列出的优势中你具有哪些？除了这些，你一定还有别的很多的优势，你可以把自己的这些优势一一记录下来，同时想想生活和学习中哪些事情可以说明你这些优势。这些记录下来的事情在招聘、面试以及简历撰写上将派上用途。

这些优势是你人生中最宝贵的财富。请好好保有并充分发挥你这些长处。

三、社会，学校，家庭环境分析

1、社会环境：中国政治稳定，经济持续发展，在全球经济一体化环境中的重要角色，经济发展有强劲的势头，大批的外国企业进入中国市场，同时也有很多的中国企业走出国门。要在中国发展企业，必须要适合中国的国情，因此，受中国市场吸引进入的大批外资企业都面临着本土化改造的任务，这为毕业生提供了很多的机会。但是人才的竞争也日益激烈，企业工作单位对应聘者的要求也越来越高。而且受到美国金融危机的影响，大部分的企业和用人单位也在裁减人员。不过，近两年应届毕业生都趋向于自主创业，这种就业方式成了流行。

2、学校环境：校园的学习环境很好，围绕着一份浓浓的学习氛围，学校的硬件设施很完备，师资质量也很高。校园内的生活环境很优美，绿树成荫，有足够的运动场所提供同学们锻炼身体。校外的交通也很便捷，周围有很多的商店和公司，制造了很多的兼职机会。本校院系专业众多，涉及就业方面的知识要求广泛。每年学校都会举办一到两次的大型招聘会，为在校学生提供应聘机会。此外，每一学年都会在学习，科研，综合素质等多方面设立奖励和奖学金的领取办法，为贫困的学生提供帮助。在校的学生每年都会组团参加省或国家的大型比赛，而且每年在科技研究方面获奖，学校还提供寒暑假的社会实践活动的机会。不过校内也存在有一定的竞争压力，还有周围环境太过于热闹有时会影响学习的心态。

3、家庭环境：家中有四名成员：爸爸，妈妈，弟弟和我。爸爸外出工作，妈妈在家当家庭主妇，同时照顾正在上中学的弟弟。自己的家庭情况比较一般，生活在平原的农村，但维持生活还算可以。父母和亲戚对自己的期望很高，也为我付出了很多艰辛，但他们都挺理解我的，不会给我太大的压力。相对来说，家庭环境还是和谐轻松的。

**职业生涯规划书范文 篇5**

一，自我分析

想去与别人联系，或者别人与我交流，我都是比较容易与对方成为朋友的，所以在职业选择上我明白自己适合做什么，对我而言，根据个人兴趣，爱好以及专业，我觉得我适合有关会计与语言研究方面的工作。

由于自己真诚有责任心，因而，我相对来说具有亲和力，这也是我最大的优势吧，加之自己的专业优势，做一名远洋船长，我能很好利用自己的发展自己，自己的性格温和，专业知识也还扎实，相信一定能很好的做好自己的工作，回馈社会。其次，我个人的业余爱好也很广泛，除了正常工作外，我想，自己广泛的业余爱好也会为自己的工作增添一份精彩的。我想自己应该多多参加社会的各种社交，增加自己的社会实践，在各种活动中提高自己，使自己不断的进步，克服自己的缺点，发扬自己的优点，完善自我。

自我分析

根据以上方面分析总结，我很大程度上认识自己，自己有很多的优点，但也有不少的不足，鲁迅说过，好的开头等于成功的一般，因而正确认识自己，明确自己适合什么样的工作，对自己的职业生涯做出合理的规划，可以让自己更加快脚步走想自己的成功，职业是自己一生的事情，所以必须先选好适合自己的工作，才能在以后的工作中不断的学习，不断的进步，不断的完善，以期望自己能够在未来有更大的发展。当然工作生活与日常普通生活必须协调好，身体健康也不容忽视，总而言之，自我认知，正确选择，兢兢业业，综合协调，和谐发展。

二，环境分析

1.家庭环境

我家住在农村里，都是农民，为了生计爸爸不得在外打工，妈妈则大部分留在家里照顾家里的日常起居，因而，家里的情况不是很好，但家里人对我的教育很重视，不在乎我在学习方面花了多少，不管在什么情况下都支持我学习，尽他们所能为我创造更好的学习环境，自己考上了大学，家里人很是高兴，他们其实也不是期望我能做出什么伟大的是事，他们只希望我过的好好的，而后留在他们身边，我要感谢我的爸爸妈妈，以后我要好好的陪陪他们。

2.学校环境

说实话，我所就读的是一所普通专科院校，但学校的教学设备很齐全，对于学生来说这无疑是一个很有力的条件，学校的环境也很好，但是，作为当代一名大学生，我一直认为一个人的自我学习能力才是最重要的，学校给的只是一个学习环境，一个学习的平台，我在学校的专业学习，大多是通过自己学习掌握的，老师给的大多是引导，更多的是指点，在时实践经验方面，学校给我们的的确很有限，所以我们也应该多参加社会实践。

3.社会环境

金融危机几乎让每个行业都遭受了不同打击，就业形式严峻，令人堪忧，不少企业做了大面积的裁员，大多数企业则是大幅度缩减招聘人数，这对于大学生就业无疑是火上浇油，农民工，研究生，本科生都在为各自额工作激烈的

三，短期目标规划

千里之行始于足下，做好每一天我该做好的事，终有一天成功的大门会向我敞开，我现在在做的就是让每一天过得充实有意义。

A、大学在校期间总体规划：

1、思想政治方面：提高思想认识，加入中国共产党

2、学业方面：以优异成绩完成大学学业，拿到大证证书

3、个性发展方面：在三年尽量把自己想干的事都干了，看自己想看的书，学自己想学的东西。尽量不留下遗憾。

4、身体素质方面：每天保证充足的睡眠，不熬夜。经常参加体育锻炼，提高自身素质。

B、大学三年具体规划：

1、大一：尽可能地多参加社团活动，增长自己的见识，提高自己的能力。

2、大二：英语通过六级。

3、大三：考取大证证书，并为上船做准备。

四，结束语

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。

**职业生涯规划书范文 篇6**

学校：xx师范学院

专业：体育教育

年级：09级体教（7）班

学号：xxxxxxxxxxxx

出生地：xxx省xxx市xxxx县

身高：162cm

体重：55kg

健康状况：非常好

主要学习经历：19xx至20xx年，xx小学

20xx至20xx年，xxx第三中学

20xx至20xx年，xx中学

20xx至20xx年，xxxx师范学院

取得的成绩：小学时曾被评为“优秀少先队员”

中学时被评为“三好学生”“优秀班干”等

二、未来五年总体规划

时间：-

美好愿望：顺利考取教师资格证，可以出去历练一番，希望可以去当志愿者，到处去走走看看，去帮助那些需要帮助的人，而且有可能的话希望会去一些比较贫穷的地方去支教，能够交到更多社会各个阶层的知心朋友。

职业方向：志愿者，体育老师或者是健身教练

总体目标：完成本科的学习，并在课余时间丰富自己个方面的知识，提高自己的眼界，成为一名优秀的且受学生爱戴的体育老师。

三、自我评价

（一）个人认识

1。优点：活泼开朗，个性直率，踏实稳重，谦虚谨慎，忠诚，有责任感，善良，对于真心喜欢的事情可以很好的坚持下来。

2。缺点：固执，容易冲动，不够灵活，思维单一，不够仔细，玩心比较重。有时候比较没耐心

3。兴趣：兴趣广泛，如：运动，读书，旅游，散步，电视等。

（二）角色建议

评价建议

父母善良，正直，孝顺，不够独立，脾气不好太过倔强，容易冲动，社会经验不足，与世隔绝，好动要学会圆滑，多了解一些社会上的事情，要学会慢慢的去接触社会上的一些问题，提高独立处理问题的能力；克制住脾气，学会镇定

老师学习上玩心比较大，有上进心，团结同学，有责任心，比较好帮助人，但做事有点马虎，重实践轻理论学习上要认真考虑，注重实践与理论的结合；做事要考虑后果，过程中要更加仔细

同学随和，善良，单纯，活泼，较情绪化，重义气，有点大小姐脾气，但性格很好学会控制自己的情绪；

（三）职业测评

这是我从xxxx上做的职业测评，测评结果为：

1。基本描述

热情洋溢、富有想象力。认为人生有很多的可能性。能很快地将事情和信息联系起来，然后很自信地根据自己的判断解决问题。总是需要得到别人的认可，也总是准备着给与他人赏识和帮助。灵活、自然不做作，有很强的即兴发挥的能力，言语流畅。

你的心理适应能力一般。事物的变化及刺激不会使你失魂落魄，一般情形你都能作出相应的适度反应，可是如果事件比较重大、变化比较突兀，那么你的适应期就要拖长。你了解自己的这种情况之后，最好预先准备，锻炼自己的快速适应能力。

2。工作中的优势

你有较强的事业心和工作能力，能妥善处理好自己的能力和任务完成水平之间的关系，失败了也能正确对待。你身心健康，但还要不断提高自己的工作能力

3。在工作中的劣势

（1）你处理问题稍有点迟疑，不要做出那些会使你以后为难的决定，从一开始就要面对现实。

（2）你对自己颇有自信，但是你仍或多或少缺乏安全感，对自己产生怀疑。你不妨提醒自己，在优点和长处各方面并不输人，特别强调自己的才能和成就。

（四）自我认识小结

通过他人评价和测评结果，使我更加了解了自己的优缺点。使我在今后的日子里，不管是从职业的规划方面，还是人生的选择方面都有了一定的认识与想法！

四、职业环境规划和职业定位

了解环境的发展变化情况、自己在这个环境中的地位以及环境对自己有利的条件和不利因素等，才能做到在复杂的环境中趋利避害。只有给自己一个好的定位，才能做到人尽其才，才尽其用。

（一）家庭环境分析

我出生在一个普通的小县城，家中还有一个弟弟，以前爸妈都是普通的打工者，后来我亲眼看着爸爸通过自己的努力一步一步的走下来，直到有了今天的成就。我爸一直是我人生的偶像，他的努力，他的智慧令我折服。由于爸妈从小没有读过书，我们家对教育比较重视，但是他们更注重我们的道德教育，他们认为接受良好的教育是改变人生最好的方法，但是如果没有一个很好的道德观，连基本的做人都不会的话，那么一切就只是枉然，所以爸妈对我们的学业方面管束不是太多，认为只要尽力就好，相反，他们在我们日常行为方面管束的比较严格。他们希望我以后可以在他们身边找一份比较稳定踏实的工作，对于工作的性质只要是不犯法的都可以，不过他们更希望我可以成为他们生意上的助手。

（二）学校环境分析

我现在所就读的学校不是特别的著名，但却是皖西北地区唯一的省属普通本科高等学校，本校的办学历史比较悠久，而且我就读的体育教育专业也比较成熟比较有实力，但是由于在有些专业上缺乏专业的教师，导致了在某些专业上所能学习的东西不多，需要自己去领会，总体来说社会竞争力比较薄弱。

（三）社会环境分析，

随着改革的不断深入，以及经济全球化趋势的不断加强，我国开始实施经济结构的战略性调整，产业结构的调整带来了就业结构的调整。我国加入WTO后，越来越多的外企进入中国，中国的企业也将走出国门，将会给毕业生提供更多的就业机会，但同时也会提高就业门槛。

据劳动保障部对全国114个城市劳动力市场供求状况调查显示，社会对高校毕业生的需求仅占新增岗位总量的22%。全国普通高校毕业生人数为413万人，比增加75万人，增幅达22%；全国普通高校毕业生人数达495万，比20增加82万，同比增幅达19。9%。而年这些地区对高校毕业生的需求与20实际接收安排的毕业生人数相比，降幅达到22％。种种数据表明，当前高校毕业生就业形式的严峻性在不断攀升。站在可持续发展的战略高度，高校扩招使我国的高等教育逐渐步入“大众化”时代，因此，大学生不再是紧缺的人才资源。随之，大学毕业生“就业难”问题凸显，大学生就业形势十分严峻。

社会的发展，人们体育价值观念的转变，在加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使我国的体育事业得到了广泛的开展。而且随着奥运会之后我国的体育事业更是有了突飞猛进的发展，更多的人开始关注。近几年来我国高校体育教育专业的毕业生就业趋向，也从过去单一的体育教育与体育管理工作，逐渐转变为以体育教育工作为主辐射多领域、多行业就业。社会各行业在用人中的“用非所学”现象也是一个不争的事实。社会用人单位在用人理念上发生了很大的变化。。

（四）职业环境分析

1。行业分析：教师事业在国家发展中期至关重要的作用，它的发展状态是积极向上的，可以说是属于永远的“朝阳产业”，我之所以选择教育业作为自己的终身事业，也是考虑到它的社会地位和发展前景。

2。职业分析：教师这个职业工作环境单纯，对教师本身的专业技能要求较高，社会地位和待遇都相对较好。唯一存在的问题是，当前大部分的高校教师人数已经饱和，课提供的工作岗位较少，竞争压力较大，这就要求应聘者必须具备更为突出的条件和能力。

3。企业分析：学校，尤其是高校，具有浓厚的文化氛围和学术气息，易于形成良好的心态，而且教师和学生的素质普遍较高，可以使自己的修养得到进一步的提升。

五、职业目标定位及其分解组合

确立目标是制定职业生涯的关键，没有切实可行的目标做驱动力，我们很容易对现状妥协。有了切实可行的目标后，我们就要全心致力于目标的实现，竭尽全力去实现它。

（一）职业生涯条件分析总结

1。职业目标的确定

综合自我分析和职业生涯条件分析的主要内容，我得出我的职业定位的SWOT分析是：有冒险精神的，新鲜的工作。

优势因素：

1。不会被职业限制住，有责任心。不怕吃苦。2。具有挑战精神，喜欢尝试新的东西。3。不怕困难，积极向上，有上进心。4。善于与人交谈有很强的交际能力

劣势因素：

1。做事不考虑后果，容易冲动，脾气倔，只要是自己认定的不管对错也要坚持到底。2。缺乏实际经验。3。专业知识不够强。4。如果一旦失去兴趣容易失去耐心，需要有压力才能坚持下去。5。社会经验严重不足。

机会：人才市场招聘，自己找，爸妈推荐，自主创业

威胁因素：其他著名高校学生的竞争，以及一些有经验人士的竞争，爸妈的强势安排，社会的不稳定因数

总结：职业目标—将来从事教育类教师职业

职业发展策略—有机会去贫困地区支教

职业路线—专家路线

具体路径—暂时不明确

六。职业目标分解与组合

确立目标是制定职业生涯规划的关键，没有切实可行的目标作驱动力，我们很容易对现状妥协。有了切实可行的目标后，我们就要全心致力于目标的实现，竭尽全力去实现它。

（一）第一阶段：-

在校期间，能够了解计算机的基本编程，学会做基本的办公室软件，拿到计算机二级证书，提高自己英语口语能力，尽量通过英语四级考试。努力通过普通话一级乙等的认定。

在校期间，针对自身的劣势，不断加强学习，参加学校活动，接触各色人群，初步接触社会，不耻下问，不断锻炼自己，提高自身的办事能力，在学习上学会灵活变通并注重理论与现实的结合；学会用简明扼要的语言表达复杂的想法；多听听家人、朋友的经验与教训以及对自己的评价，不断加深自我认识，全面了解。利用暑期时间，做一些兼职，积累社会经验，学会与人相处。

业余时间搜集一些招聘公司的用人标准、需要的专业知识、学历等信息。并收集一些志愿者方面的信息，加深对志愿者方面的了解。

（二）第二阶段：-20

刚刚离开大学校园，步入社会，最主要的任务是适应社会。先到处走走看看，尝试到一些偏远的地方支教，尝试自主创业，并且在工作的过程中充分的利用自己的专业知识。不断积累经验、教训，并在处理好人际关系的同时建立起自己的人脉关系网。

树立信心，增强自信，增长自己的见识，不盲目与人攀比，做好份内工作。不断向周围的人学习，吸取他们的优点，弥补自己的缺点。多向同事及上司请教，以弥补自己专业知识的不足。

锻炼自己的能力，努力的去适应周边的环境。不断完善自己的办事能力与水平。

（三）第三阶段：-

自己可以稳定下来，与自己的家人在某一座城市定居，工作上找到一份自己喜欢的工作，并且可以熟练处理自己的本职工作，并在能够很好的完成自己的工作，在工作中找到乐趣，能够得到上司的赏识与提拔。具备应付突发事件的心理素质和能力，有广泛的社交范围，能够交到不同职业的朋友。能够了解各种职业的的运作方式，但是重点还是放在自己的专业上。

通过自己的能力将我所学的专业知识发扬光大。经常健身，保持健康愉悦的身心。

总结

对自己职业生涯的规划有助于我找到自己未来的目标，但是一切还是需要我自己的努力。未来的一切都在瞬息万变，计划永远赶不上变化，现在的规划只是让自己在宏观方面有一个大的目标。但是以后的生活还是要靠自己一步一步的走下来。

我无法预知未来，却可以把握现在，我不知道自己的生命到底有多长，但我却可以安排当下的生活，我左右不了变化无偿的天气，却可以调整自己的心情。在今后的道路上，我会抓住每一次机遇，让自己不断地得到锻炼，得到蜕变！

**职业生涯规划书范文 篇7**

一、个人信息

1。个人爱好及习惯

我喜欢看书（如：散文、诗歌、情感小说、成功学等）、上网、交友，

中专毕业生个人职业生涯规划书。

2。健康状况

本人身体状况良好，无疾病等。

3。教育情况

中专学历

20xx年至20xx年在九龙小学读书

20xx年读中学一年级

20xx年至20xx在四川省绵阳市成人中等技术学校就读电子专业。

4。专长

本人对工作认真负责，尽职尽责，把每件事都当作责任来做，关注细节，积极的进取精神及良好的学习能力。性格乐观开朗，待人热忱，能培养和谐的人际关系。做事细心，擅常整理，能合理的安排工作时间，工作有条理。能力乃工作之源，认真乃职业品质。

5。个人工作体会

有一定的组织指挥能力及协调沟通能力。上进心强，将每项工作当成责任来做且愿意花时间投入希望更好多的工作岗位来历练自己为公司创利

6。工作经历

20xx年2月—20xx年8月期间在富金精密（深圳）有限公司任职物料员：主要负责物料的搬运及入库等作业。

20xx年8月—20xx年9月期间在富金精密（深圳）有限公司任职仓库线长主要负责生产线物流作业及仓库的管理工作的展开。

20xx年9月—20xx年10月期间在富金精密（深圳）有限公司任职仓库组长主要负责仓储管理的规划与展开，配合经管及时准确的完成大小盘点，做到帐物一致配合产线做到jit目的。

20xx年10月—20xx年5月期间在富钰精密（昆山）有限公司任职生管主要负责内部的产能规划及生产排配以及生产异常处理等。

7。思考能力

能独立处理及完成各项任务。

**职业生涯规划书范文 篇8**

作为一名经济贸易系物流管理专业的当代大学生，在机遇与挑战粉墨登场的未来社会中，我又该扮演哪角色呢？水无点滴量的积累，难成大江河。人无点滴量的积累，难成大气候。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，哪里来震撼人心的累累硕果？

一、只有付出，才能有收获

一位智者这样说过：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。而如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如抓紧时间多学一些知识来充实自己。人的大学时光一生中也许就一次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。于是，再经过一番深思熟虑之后，我决定把自己的未来设计一下。有了目标，才有动力。

二、认识自己

1、自己兴趣爱好大盘点

业余爱好：打篮球、散步、听音乐、上网。

喜欢的歌曲：好听的都爱听。

心中偶像：自己

2、自己的优点盘点：做事认真踏实，责任心强，锲而不舍，爱沉默思考，敢于有冒险精神。

3、自己缺点盘点：情绪波动较大，有计划，但实施情况不好，常常打乱。

4、生活中成功经验的盘点：暑假进行推销工作。学习工作中好朋友的悉心支持是我的财富。

5、生活中失败的教训：高考失利打击较大。

6、解决自我盘点中的劣势和缺点

充分利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。积极争取条件，参加兼职工作，以解决独立生活问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。

三、物流的发展趋势

提升物流行业的整体竞争力，很多物流企业都在积极引进和采用信息管理平台，对物流信息管理师的需求也相应增加。鉴于物流培训多是从知识普及方面出发从而帮助学员进入物流行业，而物流信息管理师是从解决实际物流管理问题出发，提高学员解决现代物流行业实际问题的能力，因而前景更为广阔。

在目前的物流人才市场，这种既懂物流业务操作和管理又懂信息技术的复合人才非常少，物流信息管理人才将成为物流行业内紧俏人才，无论是业务操作人员还是一般管理人员或高层管理者，都必须掌握物流信息技术这一项物流核心技能。物流信息管理师将在物流行业中发挥越来越大的作用。物流作为市场的基础，在今后十年甚至更长的时间都会快速发展，对物流人才的需要也会很大。因此我做一名物流管理员，今后的职业发展空间必定非常广阔。

四、物流专业职业规划

WTO使中国的大门逐步打开，中国物流产业面临着巨大挑战，但是又同样面临着良好的契机。如何发展有中国特色民族物流产业。最缺乏的是世界先进的物流运营及管理经验，最适应中国国情的物流发展模式，以及专业的物流行业人才。所以，学习先进的经验，分析国内物流业现状，培养专业的物流行业人才，成为我国物流业发展的当务之急。

五、建立初步目标

确立目标是制定职业生涯规划的关键，通常目标有短期目标、中期目标、长期目标和人生目标之分。长远目标需要个人经过长期艰苦努力、不懈奋斗才有可能实现，确立长远目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑，使之既有现实性又有前瞻性。短期目标更具体，对人的影响也更直接，也是长远目标的组成部分。

根据自己的兴趣和所学专业，在校园期间，应该向国际贸易知识和实务方面发展。所以本人制订如下：

第一年度学业：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，参加物流师资格认证，不断深入研究物流方面知识和实务，并考试。

第二年度学业：努力提高英语口语水平，特别是商务英语，争取通过英语二级考试。积极参训考取与物流有关可从事的工作资格证书。

第三年度学业：开始接触社会，熟悉工作环境，积累人际关系，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。初步找到适合自身发展的工作环境、岗位。

六、职业生涯规划的指南

第一步：客观认识自我、准确职业定位

职业生涯规划是一个动态过程，其最基础的工作首先是要知己，即要客观全面认清自我，充分了解自己的职业兴趣、能力结构、职业价值观、行为风格、自己的优势与劣势等，人才素质测评是全面、科学地认识自我的有效手段和工具。只有正确的认识自己，才能进行准确的职业定位并对自己的职业发展目标做出正确的选择，才能选定适合自己发展的职业生涯路线，才能对自己的职业生涯目标做出选择。

在客观认识自我方面，我们至少需要了解以下五个方面：

1、喜欢干什么——职业兴趣；

2、能够干什么——职业技能；

3、适合干什么——个人特质；

4、最看重什么——职业价值观；

5、人、岗是否匹配——胜任力特征。

正确自我认识越来越受到各界的关注，哈佛大学的入学申请要求必须剖析自己的优缺点，列举个人兴趣爱好，还要列出三项成就并作说明，从中可见一斑。

第二步：评估职业机会、知己知彼

每一个人都处在一定的社会环境之中，离开了这个环境，便无法生存与成长。只有对这些环境因素充分了解，才能做到在复杂的环境中避害趋利，使你的职业生涯规划具有实际意义。

除了要正确客观地认识自我，还必须更多地了解各种职业机会，尤其是一些热门行业、热门职位对人才素质与能力的要求。深入地了解这些行业与职位的需求状况，结合自身特点评估外部事业机会，才能选择可以终生从事的理想职业。

对职业机会的评估需要理性评估，真正做到知己知彼，切忌想当然，对不熟悉的行业和职位不切实际的向往，结果是费了九牛二虎之力进入城中，一入围城马上受到现实冲击（realityshock），迫不急待又要出城，兜兜转转之间，年已蹉跎，空自消磨。

第三步：择优选择职业目标和路径

职业生涯规划的核心是制定自己的职业目标和选择职业发展路径，通过前面两个步骤，对自己的优势劣势有了清晰的判断，对外部环境和各行各业的发展趋势和人才素质要求有了客观的了解，在此基础上制定出与符合实际的短期目标、中期目标与长期目标。

职业目标的选择正确与否，直接关系到人生事业的成功与失败。据统计，在选错职业目标的人当中，超过80%的人在事业上是失败者。正如人们所说的“女怕嫁错郎，男怕选错行”。由此可见，职业目标选择对人生事业发展是何等重要。

职业目标确定后，向哪一条路线发展，此时要做出选择。是向行政管理路线发展，还是向专业技术路线发展；是先走技术路线，再转向行政主管路线；在具体的岗位方面也需要作出选择，行政管理？市场营销？技术研发？服务支持？由于发展路线不同，对职业发展的要求也不相同。因此，在职业生涯规划中，必须做出最适合自己的抉择，以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯路线或预定的方向前进。

第四步：终生学习、高效行动

在确定了职业生涯目标后，行动便成了关键的环节。没有达成目标的行动，目标就难以实现，也就谈不上事业的成功。这里所指的行动，是指落实目标的具体措施，主要包括工作、训练、教育、轮岗等方面的措施。例如，为达成职业目标，在工作方面，你计划采取什么措施，提高你的工作效率？在业务素质方面，你计划学习哪些知识，掌握哪些技能，提高你的业务能力？在潜能开发方面，采取什么措施开发你的潜能等等，都要有具体的计划与明确的措施。并且这些计划要特别具体，以便于定时检查。

彼得＂圣吉在第五项修炼中说，企业未来持久的竞争优势是比竞争对手学习的更快和更好，个人也是一样。我们现在的时代是终生学习的时代，要取得事业上的成功，重要的是要不断更新知识、提升能力，才能保持自己的职业竞争力，逐步达到自己设定的职业目标。

**职业生涯规划书范文 篇9**

一、前言

时光飞逝，不知不觉我已走到20岁的年轮边界。作为一名电子信息工程专业的当代大学生，面对电子技术人才竞争日益激烈的社会现状，我不由得开始考虑自己的未来。在机遇与挑战并存的未来社会里，我究竟该扮演如何一个角色呢？生命就如一张白纸，生命只有付出，才能有收获。未来，掌握在自己手中。人活着不应该庸庸碌碌，要有理想，有勇气，有追求梦想的毅力与恒心。大学是人生中最灿烂美好的年华。为了不虚度光阴，为了不使以后自己为这四年的碌碌无为而后悔，为了不让自己被现在这安逸的生活冲昏了头脑，所以，我决定，以冷静的头脑，高度的热情，为这四年的大学仅剩下三年的生活做一个全面的规划。

二、自我分析

1、气质

根据不同指标可以把气质分成不同种类，据我自己测试，我的气质如下：沉着冷静，稳重踏实，忍让坚强，细腻深刻，有耐性，生活有规律，但有时会烦躁、冲动，多愁善感。我是一个在农村里长大的孩子，所以我从小就学会坚强独立，任何自己做得到的能够解决的事情都尽量自己去做，很少会要求别人何如做。但也许因为来自农村的原因，各方面能力都所欠缺，知识、视野等不如许多同学，心里时不时会自卑一下，有时候也会多愁善感了一下，有点容易受身边好友影响情绪。但我知道，自卑自怜并不是真正的我，真正的我是积极向上，拼搏进取的。

2、性格

我是一个踏踏实实、一步一个脚印的人。我觉得这个蛮准的，对我来说，“安定”和“踏实”是最重要的。我的性格是稍微内向的，与人交往时常常容易表现出害羞和胆怯，这种性格让人感到亲切，所以大家对我都比较信任。可是，正是这种性格，使我很难对别人开口说“不”，不知道这个是件好事还是坏事。我比较喜欢独立思考，我不喜欢一遇到不懂的问题就直接去问别人，喜欢自己去钻研，等自己解决了这个难题，心中就会有巨大的成就感，很兴奋，很喜欢这种感觉。自己有自己的主见，不易受到他人的影响，但我又不会把自己的思想强加在别人身上，因此身边的同学朋友都喜欢我。

3、兴趣爱好

我愿意帮助别人解决困难。喜欢帮助同学，当身边的同学朋友遇到困难的是时候，我会认真倾听他们的诉说，尽量给他们可行性的建议或意见。喜欢和他们合作，一起合作完成任务，我会觉得很开心。喜欢关心他们的幸福，看到他们幸福开心，我会打心眼里快乐。喜欢运动，平时较喜欢打兵乓球等各种球类，平时会跟同学去打打球；又喜欢安静，安静时候我能一天都不开口说话。喜欢到图书馆看看书，看书是我获取知识的主要途径。

4、能力

我觉得，我在自学和洞察方面比较强。我比较喜欢自学，喜欢独立思考，去钻研自己感兴趣的一切。在人际关系方面，我也能处理得比较好。我喜欢交朋友，课余时间就会一起聊天、逛街。但在语言表达能力方面，我对自己就不怎么满意了，由于语文不怎么好，总觉得自己比较缺乏词，有时候跟同学朋友聊天打闹时会词穷。有自己的看法，但很少会表达出来。在思维方面还是不够创新，应该说思维不够发散吧，想法比较传统，又是较难接受一些新生事物或文化，如非主流文化我就不怎么喜欢。思维这方面还是得训练多训练一下。

三、职业认知

1、内部环境分析

我是一个来自农村的孩子，爸妈都是农民，没有任何社会背景，一切都得靠自己。他们教会我一辈子的财富是：真诚、感恩、脚踏实地、坚强独立。爸妈的工作勉强能支付我读大学的学杂费，我能安心学习。但是要是读研的话，恐怕不行了，所以我比较倾向与毕业后就业。如果考研的话真的一切都靠我自己了。纵观目前就业难的形式，有许多因素，以下是主观因素的几个原因：

1）部门毕业生自身专业知识与技能不精，但择业期望值很高，把待遇是否优厚、交通是否便利、住房是否宽敞等作为选择标准，不愿承担艰苦的工作，也不愿到经济欠发达地区和基层学校去工作。

2）相反地，对自身的素质和就业竞争能力评价过低，不敢主动向用人单位推销自己，不敢主动参与就业竞争。

2、外部环境分析

电子信息工程是电子信息类专业中具有较宽适应领域的专业，是电子信息产业的支撑学科，也是当前需求量大、就业率较高的专业之一。电子信息工程的培养目标是具备电子技术和信息系统的及处理论和知识，能从事信息处理与传输相关领域的研究、设计、制造、应用和开发，具备较高的外语和计算机应用能力。具备知识创新能力的高等工程技术人才。它侧重于信息处理的工程应用，主要学习电子工程、信息工程、信息传输与处理的基本理论和分析、设计方法，包括信息的获取与处理、通信及计算机应用技术，具有较强的实践性教学环节及工程应用训练过程，非常重视学生实际应用能力和综合素质的培养。理论上电子信息工程专业就业前景是很好的，但为什么许多大学生找不到与专业对口的工作？依我调查，外部环境形势主要有以下几个方面：

1）现今，我国仍处在计划经济向市场经济转型的过渡时期，经济和产业结构的调整，不仅使大学生就业难，全社会都存在就业难的问题。

2）我国就业结构不平衡。东部以及沿海地区人才供过于求，而中西部地区人才却供不过于求。

3）大学教育发展比较缓慢，远远没有跟上经济改革与发展的步伐。

4）虽然市场需求量大，但是很多企业都要求一两年以上的经验，这样把许多刚毕业的大学生拒之门。

5）近年来的金融危机也对我国的就业问题产生极大的影响。

但是近年来国家应社会的需求，出台了培养职业技师的政策。许多高校设置了职教师资班。如今我院的电子信息工程专业也是职师班，这样给电子信息工程专业的学生更多的就业选择。同时解决职教的紧缺，又能在一定程度上缓解就业压力。

3、对职业认知的小总结

客观原因是我们无法改变的，可是，我们却能针对主观因素找出自己的不足，使就业问题对我们的影响小之又小。我认为：

1）作为学生，做重要的还是把学业放在第一位，认真学好自己的专业，为以后的就业打好基础。

2）多参加学校举行的实践活动还有暑期实习，锻炼自己，增加经验。

3）客观估量自己，以致在找工作时不会眼高手低。

4）在大学四年里，认真做一份职业生涯规划书，明确自己的目标，使自己在做任何事情更加有动力。

四、确定目标，制定计划

大学生的毕业后的去向是与其大学学业联系在一起的。表面上大学生的就业是在大四解决的，其实不然，就业是我们整个大学都要面临的问题，只不过在时间上是大四时离得比较近而已。

对于我自己而言，在就业、读研、留学、创业方面，我比较倾向于就业。目前就读的是电子信息工程（职师），因此我的人生目标为当一名优秀的人民教师，同时创立一个品牌教育网站，或者在电子设计和编程方面有所建树

五、实施方案，修正评估

由于我是大一的学生，刚踏进大学的校门，不适应大学的生活，大一的第一个学期有所获也有遗憾，时间匆匆而过，未能及时做好规划，因此大一的第一个学期不做修正评估。希望从下个学期能力顺利往规划走。

六、总结

大学时代，是职业规划正当时。因此，我们大学生应尽早进行职业生涯规划，最好从我们步入大学校园就开始。要了解自己的长处和短处，知道自己的兴趣，制定好职业目标，规划好自己的职业生涯，在大学期间不断评估与修正，朝着自己的目标去奋斗。一个人想获得人生的成功，没有规划是不行的，没有目标将会荒废一生。今天站在哪里并不重要，但下一步迈向哪里却很重要，这就需要我们做好规划。当然，仅仅有规划是不够的，日后的付出与坚持才是最重要的。世界上唯一不变的就是变化，此后我要根据环境的变化，不断的评估和反馈，坚持不懈，从而保证目标顺利地实现。

**职业生涯规划书范文 篇10**

前言：

大学时光一生只有一次，这仅有的一次机会，我应该好好珍惜!面对大学这个熔炉，常常问问自己，听听自己内心的声音，做真正的自己。与其无目的的乱学，不如先做好职业规划，再按计划去努力拼搏。有了目标，才会有动力。于是，再经过一番深思熟虑之后，我设计了如下的职业规划。首先要学着去问自己四个问题。一是“我是谁?”--认识自己。人生最难认识的是自己。我们需要扪心自问自己是不是真的了解自己的需求，自己的目标，自己的实力，自己的能力。二是“我在哪?”--了解环境。融入周围的环境，毕竟，识时务者为俊杰。三是“我去哪?”--确立目标。在人生地图上圈出目的地，发动生命的引擎。再回首，不再茫然“我不知道风是在哪一个方向吹，我是在梦中，在梦的轻波里依洄。”最后一个是“我怎么去?”--制定规划。生涯规划不仅指单一的人生目标的确立，也不仅仅是单一的生活事件，而是面临着许多生涯角色、生活目标的选择与建立，面临着一系列认知活动与行动的历程。

自我分析

优点：喜欢挑战和让自己兴奋的事情，做事仔细认真、善于理解和鼓舞他人，能用自己的热情感染他人踏实，乐观，友善待人，乐于助人，做事锲而不舍，勤于思考，考虑问题全面，致力于自己才干和能力的增，有很强的创造性和主动性。好奇心强，喜欢新鲜事物，关注事物的意义和发展的可能性。认为灵感比什么都重要，很善于处理挑战性的问题。善于快速抓住事物的本质，喜欢从新的角度和独到的方式思考问题，对问题经常有自己独到的见解。机警而坦率，有良好的分析能力，不喜欢条条框框的限制和因循守旧的工作方式，习惯便捷的问题解决方法。喜欢自由的生活并善于发现其中的乐趣和变化;认为“计划赶不上变化”，并以实际行动证明大部分规定和规律都是有弹性，可伸缩的，通常会超出被认可和期望的限度。

缺点：身体偏瘦，体质较弱。性格偏内向，交际能力较差，过于执着，思想上属保守派，缺乏自信心和冒险精神，积极主动性不够，做事拖拖拉拉，惰性较大,学习方面坚持性不够，总是充满热情的寻找新鲜事物，但行事缺少稳定的计划和流程，经常依靠临场发挥，可能因为忽视必要的准备工作，而草率地身陷其中。注意力容易游移，对目标的韧性和坚持性不够，缺乏足够的耐心，有时不能贯彻始终。一旦主要问题被解决了，就会转移到下一个目标，而不能坚持将一件事完完整整地结束。太注重创造力和革新，容易忽略简单、常规的方法和一些重要的细节，不愿遵守规则和计划。同时展开多项任务与活动，不愿丢掉任何一种可能性，致力于寻找新的变化，会使别人的计划和时间安排受到影响。有天生的直觉和预知能力，会误认为知道了别人的想法。应当认真倾听他人，避免表现的不耐烦。

自我分析小结

一个人应该学会取长补短。精力旺盛、热情、性情平和、乐于助人、忠诚、责任心强、富于创新精神、工作和生活井然有序是我的优点;可也存在着有时过于理想化，太武断，据个人价值观进行判断，容易做出草率的决定和对于批评比较脆弱的缺点。我会不断的去完善自己

职业环境分析

行业分析(it):二十一世纪进入信息时代，席卷全球的信息科技给人类的生产和生活方式带来了深刻的变革，信息产业已成为推动国家经济发展的主导产业之一，人们对电子产品的要求高，首先是产品的质量好，服务到位。电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化真快。所以在电器销售行业，取得消费者的信任是至关重要的，当今没有多少企业是在真正的做“服务”，从营销观念的角度出发，连市场营销的观念没有达到，当今电器产品营销服务人才的机会很多。

职业分析(电子产品检测与营销)当今的消费者有关电子的消费知识在增长，挑选的余地也很大，仅仅能说会道、热情周到的服务已远远不能如早期一样获得消费者的信任。应该如何进行市场的开拓，培养重视的客户?所以，将专业知识与营销技巧结合，成为我的选择。

就业环境分析

电子信息涉及的领域

电子信息主要包括以下几个方面：电子科学与技术、集成电路设计与集成系统、电子信息工程、电子信息科学与技术、通信工程。信息通讯技术(电信技术)专业则涉及信息的通讯、中转和加工处理，其中信息通讯必须用到无线电技术。电子信息工程技术专业的重要领域有数字信息处理、电子和光信息技术、高频技术和通讯网络等。基于数字信息处理技术(数字技术)的重要性，电子计算机和电脑程序起了主导作用。自动化技术专业讲述过程控制技术的发展和运用，包括所需的硬件和软件的制作和使用。自动化技术和传导技术的问题的解决以系统理论和调节技术、测量技术、过程控制电脑和通讯技术等方法的运用为前提。微电子技术专业对于上述三个专业具有特别重要的意义。以上领域的经济和技术开发倚赖于电路板、半导体元件和高复性集成转换电路等内容的运用。电子信息工程技术专业既涉及电子元件的物理技术基础知识，还有电子元件的系统应用知识。除了着眼于工业技术，计算机支持的设计方式和模拟技术也起着重要作用。

下面就我们所学的专业电子信息工程作详细的介绍：

电子信息工程是一门应用计算机等现代化技术进行电子信息控制和信息处理的学科，主要研究信息的获取与处理，电子设备与信息系统的设计、开发、应用和集成。现在，电子信息工程已经涵盖了社会的诸多方面，像电话交换局里怎么处理各种电话信号，手机是怎样传递我们的声音甚至图像的，我们周围的网络怎样传递数据，甚至信息化时代军队的信息传递中如何保密等都要涉及电子信息工程的应用技术。我们可以通过一些基础知识的学习认识这些东西，并能够应用更先进的技术进行新产品的研究和开发。电子信息工程专业主要是学习基本电路知识，并掌握用计算机等处理信息的方法。首先要有扎实的数学知识，对物理学的要求也很高，并且主要是电学方面;要学习许多电路知识、电子技术、信号与系统、计算机控制原理、通信原理等基本课程。学习电子信息工程自己还要动手设计、连接一些电路并结合计算机进行实验，对动手操作和使用工具的要求也是比较高的。譬如自己连接传感器的电路，用计算机设置小的通信系统，还会参观一些大公司的电子和信息处理设备，理解手机信号、有线电视是如何传输的等，并能有机会在老师指导下参与大的工程设计。学习电子信息工程，要喜欢钻研思考，善于开动脑筋发现问题。随着社会信息化的深入，各行业大都需要电子信息工程专业人才，而且薪金很高。

热门领域

该专业是前沿学科，现代社会的各个领域及人们日常生活等都与电子信息技术有着紧密的联系。全国各地从事电子技术产品的生产、开发、销售和应用的企事业单位很多.,随着改革步伐的加快，这样的\'企事业单位会越来越多。为促进市场经济的发展，培养一大批具有大专层次学历，能综合运用所学知识和技能，适应现代电子技术发展的要求，从事企事业单位与本专业相关的产品及设备的生产、安装调试、运行维护、销售及售后服务、新产品技术开发等应用型技术人才和管理人才是社会发展和经济建设的客观需要，市场对该类人才的需求越来越大。为此电子信息工程专业的人才有着广泛的就业前景。三、就业方向

毕业的学生一部分考入硕士研究生继续深造学习，一部分去国外攻读硕士研究生学位，其他在社会就业，目前就业的渠道主要有：网络软件的开发与设计，网络设备的研发，电子信息产品的设计，通信网络的维护与管理，信息系统集成等。学生毕业后可以从事电子设备和信息系统的设计、应用开发以及技术管理等。比如，做电子工程师，设计开发一些电子、通信器件;做软件工程师，设计开发与硬件相关的各种软件;做项目主管，策划一些大的系统，这对经验、知识要求很高;还可以继续进修成为教师，从事科研工作等。

专业背景与市场预测

该专业是前沿学科，现代社会的各个领域及人们日常生活等都与电子信息技术有着紧密的联系。全国各地从事电子技术产品的生产、开发、销售和应用的企事业单位很多.,随着改革步伐的加快，这样的企事业单位会越来越多。为促进市场经济的发展，培养一大批具有大专层次学历，能综合运用所学知识和技能，适应现代电子技术发展的要求，从事企事业单位与本专业相关的产品及设备的生产、安装调试、运行维护、销售及售后服务、新产品技术开发等应用型技术人才和管理人才是社会发展和经济建设的客观需要，市场对该类人才的需求越来越大。为此电子信息工程专业的人才有着广泛的就业前景。

未来展望

电子信息工程是一门应用计算机等现代化技术进行电子信息控制和信息处理的学科，主要研究信息的获取与处理，电子设备与信息系统的设计、开发、应用和集成。现在，电子信息工程已经涵盖了社会的诸多方面，像电话交换局里怎么处理各种电话信号，手机是怎样传递我们的声音甚至图像的，我们周围的网络怎样传递数据，甚至信息化时代军队的信息传递中如何保密等都要涉及电子信息工程的应用技术。我们可以通过一些基础知识的学习认识这些东西，并能够应用更先进的技术进行新产品的研究和开发。

电子信息工程专业主要是学习基本电路知识，并掌握用计算机等处理信息的方法。首先要有扎实的数学知识，对物理学的要求也很高，并且主要是电学方面;要学习许多电路知识、电子技术、信号与系统、计算机控制原理、通信原理等基本课程。学习电子信息工程自己还要动手设计、连接一些电路并结合计算机进行实验，对动手操作和使用工具的要求也是比较高的。譬如自己连接传感器的电路，用计算机设置小的通信系统，还会参观一些大公司的电子和信息处理设备，理解手机信号、有线电视是如何传输的等，并能有机会在老师指导下参与大的工程设计。学习电子信息工程，要喜欢钻研思考，善于开动脑筋发现问题。

随着社会信息化的深入，各行业大都需要电子信息工程专业人才，而且薪金很高。学生毕业后可以从事电子设备和信息系统的设计、应用开发以及技术管理等。比如，做电子工程师，设计开发一些电子、通信器件;做软件工程师，设计开发与硬件相关的各种软件;做项目主管，策划一些大的系统，这对经验、知识要求很高;还可以继续进修成为教师，从事科研工作等。

中国it行业起步至今有十年，很年轻。新鲜的事物、朝阳的产业总是备受注目。正是这个原因，计算机专业迅速成为高校的热门专业，不少同学削尖又再削尖了脑袋往这个象牙塔里的象牙顶钻，或为兴趣，或为谋生掌握一门技能，或为前途更好更快地发展。

**职业生涯规划书范文 篇11**

“健康所系，性命相托。当我步入神圣医学学府的时刻，谨庄严宣誓：

我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，尊师守纪，刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，全面发展。我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉。救死扶伤，不辞艰辛，执著追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生。”

不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走？”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。仙桃学院是一个大的百花园，我只是百花园里一棵不起眼的小草，可小小草有一个大大的理想，就让我在这里畅想一下自己的职业生涯！

我是一个不甘平凡的男孩，心中总有一种不服输的信念，我想每天都会是一个崭新的开始，面对新的希望，我没有理由去逃避。当朝霞生起的时候，我会放飞我新一天的希望，晚霞落下的时候，我会收获一天的幸福和快乐、因此，面对未来，我信心十足，不管人生道路何等艰辛，我都会勇敢走下去，直至成功。

第一部分：自我评估

1、自己的优势：拥有强健的身体，有较强的忍耐性，做事认真负责，遇事急而不乱，待人友善，动手能力强。

2、自己的弱点：口才不太好，记忆力较差且不擅于和陌生人交流。

3、兴趣爱好：踢足球，羽毛球，学医等等。

4、生活中成功经验的盘点：在与人交往的同时让我学到了很多为人处世的道理，在帮助他人的时候不仅给他带来了方便而且也给自己带来了快乐。

5、生活中失败的教训：在一次辩论赛的时候由于自己太紧张，导致失去了一次锻炼的机会。

6、决自我盘点解中的劣势和缺点：充分利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。

第二部分：职业分析

1、社会环境分析：

我国现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，社会就业率不高，反而失业率有上升的趋势，所以就业环境不是很好，尤其是学医的形势更加严俊。而现在的我只是一名普专生，深知就业的困难，因此，我必须努力学习专业技能，拓宽自己的知识面。

2、职业环境分析：

随着时代的进步，历史的发展，人们对医疗水平的要求越来越高，虽然医生这一行业的需求量相应提高，但是我们普专生的就业形势是很不理想的。尤其是我们临床专业的学生。

第三部分：职业规划

1、第一年：实习能否给自己一个固定的工作还要靠自己努力，凭借自己年轻的优势去自己梦想中的地方闯闯，争取找到可以在编制内的工作。努力将自己的才华和能力证明给大家看，争取做一名出色的临床医生。

2、第二年：给自己定个新的目标，尽量在事业上勇攀高峰。在生活上要考虑个人问题，争取在3年内买套房子，把父母接来生活。

3、第三年：再攀事业的高峰，专心做自己的医生。

4、第四年：争取改善生活质量，构置一套房子。工作上争取晋升。

5、第五年：稳定工作，接父母来生活，在父母的帮助下争取把房子换成两室。28的年龄应该考虑结婚了，给自己个完美的家庭。

6、第六年：准备考研的复习工作，或者学习其他的专业给自己更大的发展空间。

7、第七年：开始为自己的理想行动，在做好自己的工作之余给自己充电。

8、第八年：考虑要孩子，给自己的生活添一种色彩。

9、第九年：照顾孩子，正常工作，家庭放在首位。

10、第十年：创造自己的医院，进而为人们服务终生。

第四部分：结束语

梦想总是美好的，现实却不一定会如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。

作为医生这个特殊的行业，实践能力更是我们需要锻炼的技巧，所以要加强实践。在学习之余，给自己找个医院实地观察和学习，很多临床经验使我们在书本上学不到的。

对于工作后的我们，更应该发挥自己长处，利用我们的知识和行动服务于病人，并虚心和老医生学习临床经验，医生是个要不停学习的职业所以我们不可以放弃学习的时间，利用自己的年轻给自己充电。现代社会对人的能力提出了较高的要求。现代社会要求人具有很强的能力。包括：思维能力、动手能力、组织能力、交往能力、管理能力、综合能力、创造能力，等等。也就是说对人的能力的要求呈现出多样性，且每一种能力都有更深层次的要求。所以现在的人才不再是那些读死书的秀才而是多才多艺的万事通。所以我们在专业上应该是样样精的同时对于其他的我们可能用的到的专业知识也要样样通。这样才能适应社会的发展而不被淘汰。

总而言之我们应该珍惜青春时光，用知识和能力武装自己，为自己的未来做好准备，迎接每时每刻的挑战！

**职业生涯规划书范文 篇12**

1、首先从建筑业发展看

由于我国经济的飞速发展和整体国力的增强，从基础设施建设到国家、地方、个人投资项目建设，整体建设投入资金巨大。由此使建筑业从业单位和人数增加迅速，在激烈的市场竞争中要想提升自身竞争力，就要不断充实实力，提高企业资质等级就是其中一项手段，而根据《建筑法》要求我国对建筑业企业实行从业资质管理对从业人员实行从业资格管理。例如从总承包一级企业升级到特一级，其中的一个条件就是需要一定数量技术人员包括注册造价工程师，资质越高要求数量越多；从事造价管理人员要具有注册造价工程师资格，并在其编制或审核的造价文件上签字。其造价文件方有效。

注册造价工程师执业范围包括：建设项目建议书、可行性研究投资估算的编制和审核，项目经济评价，工程概、预、结算、竣工结（决）算的编制和审核；工程量清单、标底（或者控制价）、投标报价的编制和审核，工程合同价款的签订及变更、调整、工程款支付与工程索赔费用的计算；建设项目管理过程中设计方案的优化、限额设计等工程造价分析与控制，工程保险理赔的核查；工程经济纠纷的鉴定。

因此造价工程师执业覆盖面非常广。在所有的工程口上，包括从开始的设计概算需要有造价的知识，再到招投标（国家政策规定招标代理必须要有造价工程师），然后到施工，甲方、乙方都需要有造价工程师来把握造价的内容，直到最后的竣工结算，都需要造价工程师来做。

例如造价咨询单位资质标准甲级造价资质：、企业出资人中，注册造价工程师人数不低于出资人总人数的60%；技术负责人已取得造价工程师注册证书，并具有工程或工程经济类高级专业技术职称，且从事工程造价专业工作以上；取得造价工程师注册证书的人员不少于10人，乙级造价资质：企业出资人中，注册造价工程师人数不低于出资人总人数的60%；技术负责人已取得造价工程师注册证书，并具有工程或工程经济类高级专业技术职称，且从事工程造价专业工作以上；具有工程或者工程经济类中级以上专业技术职称的人员不少于8人。

监理企业综合资质标准注册造价工程师不少于5人；监理专业资质标准甲级注册造价工程师不少于2人；乙级注册造价工程师不少于1人。

国家也有明文规定，一个造价工程师只能接受一个单位的聘请，只能在一个单位为

本单位或委托方提供工程造价专业服务。

而目前造价工程师考试的通过率不高，这也就成了造价工程师就业抢手，数量少，市场需求量的的一个重要因素。

2、造价工程师在工程中地位。

随着建设市场的全面开放，国内的工程行业已与国际接轨，工程造价通过招投标竞争定价将更加的激烈，投资、设计、承包方或造价咨询单位都必须认真考虑运用最小的投入，取得最大的利润或投资效益。因此，企业要提高竞争力，首要条件是要具备一支高素质、经验丰富的工程造价队伍。

也就是说随着市场经济的建立与飞速发展，造价工程师的地位在不断提高。从目前把握的国内外资料看，造价工程师执业资格的社会地位和经济地位是随着市场经济的发育程度而成正比提高的。我国目前造价工程师处于紧缺状态，众多从事建设工程领域中介服务的公司，争相以高薪酬、高福利争夺“注册造价工程师”这一高级人才那些有着多年工作经验及大型商业项目操作经验的造价工程师、监理工程师及项目经理都是企业最希望找到的人才。造价工程师的身价一路攀升，众多企业开出的造价工程师年薪达到10万元以上。在所有房地产、建筑行业人同时，国家也有明文规定，一个造价工程师只能接受一个单位的聘请，只能在一个单位为本单位或委托方提供工程造价专业服务。这也就成了造价工程师极度缺乏的一个重要因素。所以说从现在和将来一段时间来看，造价工程师才需求中，注册造价工程师是最抢手的“香饽饽”，造价工程师也被建筑行业誉为“精英人才”。其市场需求量将是十分庞大的。

而且从业后，造价工程的经验与阅历随时间增加而增加，越老算的越多，经验越多，越吃香。

材料分析

从上述的材料中不难看出造价工程师的就业状况相当的良好，但很难估计和预测未来的发展状况。但是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，对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的职业生涯规划，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。而如何体现公司“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，职业生涯规划不失为一种有效的手段。

个人分析

自我盘点我是一个专科生，是家里最大的希望。成为有用之才是所有亲朋好友的希望。我性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、外出散步，还有上网。自己有很好的自主能力，可以很好地约束自己，崇拜乔布斯，想成为一名有用的人才。人无完人我也是有弱点的，如何解决自我盘点中的劣势和缺点，我自己认为可凭借自身那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，我想就会慢慢培养起来的。并且要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，及时请他们指出自身存在的各种不同缺点，并制定出相应计划以针对改正。经常锻炼，增强体质，增加自信心，使自己更好表现。虽然性格是很难改变的，但我要学会控制自己，给别人留下一个好印象，为自己的成功铺平道路。

职业分析

职业兴趣：通过自己的生活体验来看，我的主要兴趣还是集中在动手这一方面。并具有着很强的抽象思维能力可以冷静的分析问题。因此，我的职业兴趣是一个工作狂，如果要有一个职业定位的话，我希望是一个有思想有能力的领导者。

职业能力及其适应性：我具有很强的动手实践能力，喜欢思考问题，并善于发现问题。对于在岗位上的人际关系和升迁等问题，已经变的不重要了。我是一个真诚的人，我想以真诚待人必将活得别人同等的真诚。我并不看重别人的回赠够不够多，只在乎我自己做的够不够多。做好自己的事情是最重要的。另外，我的价值取向是：“多一个朋友多条出路”因此也就不会存在多少人际关系上的困惑，如果人际关系上有困惑那是因为我做得不够好！

职业价值观：我是一个具有强烈的社会责任感的人，我的职业价值也会偏向社会责任这边。一时的偷工减料可以带来不少的收入，在普通人看来这绝对是诱人的不过作为一个合格的造价工程师我人绝对不可以让自己私欲霸占自己的思想。移动建好的建

筑物是会有人住的，是有人去使用的。偷工减料的工程怎们会好呢？即使现在可以使用担保不准出事时受害者中就有自己。难道这样还要让私欲霸占自己吗？

短期目标：

在将来的两年时间内考取二级建造师证，进入相关单位工作。可以做到事情就尽自己最大的能力去做好，既然已经选择了这个行业我不能要求这个行业因为我而适应我，相反我要去适应这个行业。就像中医看病一样只有把好脉，把准脉才能知道症结所在。在工作中也是一样不了解行业的人就是隔行如隔山，一辈子入不了行业就不用谈发展啦！积极地参加公司的活动与工作与身边的同事好好相处，将自己的能力最大的发挥出来，但要把握好分寸不让自己成为众矢之的。树立自己的良好形象，借助身边的同事将自己推广出去，良好的借用自己的人脉是必须的。另外要积极地消化父辈们的人际关系让他们的人脉变成自己的人脉，为将来创建自己的造价事务所打好基础。另一项要做的事情就是在此期间不放松专业知识的学习，务必去的属于我自己的造价工程师证书。

长期目标：

此目标为我的终生目标，创立自己的造价事务所。之前做的事情已经为将来的发展打好基础剩下的事就是招募员工以前的人际关系又将发挥用处，我可以将他们中的他一些人收为己用关系不是领导与下属而是合作人。我想合理的安排将是事业成功的必有因素。作为一家事务所势必会招收员工，在这个过程中我要吸取前辈们的建议，做到合理公正毕竟行业的特殊性不允许我玩忽职守。为自己的事务所打好形象，让别人知道我的事务所会为他们带来利益并且质量可靠。在初始阶段或许会遭遇因为知名度小而无法接到客户的状况，在之前的短期目标中我说过要充分的发挥人际关系的用处，不是利用而是合作。人际关系中的人都是行业的老人相信他们的评价会是权威，同时致谢老前辈们会成为活的广告。行业的需求如何？行业的发展如何？这些问题将会伴随着我的事业发展不断的出现。因为现在的行情多变，我无法对未来进行预测，所以问题的解决是伴随事情的发展进行改变的。

结束总结：

我自己的评价或许有点过高，目标或许有人认为是不合实际。但我认为这一切都是切实可行，毕竟我又没有定下什么宏大的长远目标。我的优势就是我还年轻，我有打拼的冲劲就是初生牛犊不怕虎。不过我也发现自身能力的不足有许多事情不是我一个人可以解决的，所以我认为我需要更多的努力，积极的掌握专业文化知识；利用暑假的时间多上工地实践毕竟不动手即使我的只是在怎样的丰富也是无用的。实践的时候必须认清楚我是在学习，我要向前辈们学习请教，即使是免费的劳动力也不要去计较因为我是菜鸟，更何况在现场的时间可以将自己的能力得到锻炼让我所学的知识得到验证。积极的积累实践经验我相信在毕业的时候我一定会比同层次的毕业生有更大的竞争优势。 附：（来自网络）造价工程师报考条件

凡中华人民共和国公民，遵纪守法并具备以下条件之一者，均可申请参加造价工程师执业资格考试：

1、工程造价专业大专毕业，从事工程造价业务工作满5年；工程或工程经济类大专毕业，从事工程造价业务工作满6年。

2、工程造价专业本科毕业，从事工程造价业务工作满4年；工程或工程经济类本科毕业，从事工程造价业务工作满5年。

3、获上述专业第二学士学位、研究生班毕业和获硕士学位，从事工程造价业务工作满3年。

4、获上述专业博士学位，从事工程造价业务工作满2年。

在《造价工程师执业资格制度暂行规定》（人发[]77号）下发之日（8月26日）前，已受聘担任高级专业技术职务并具备下列条件之一者，可免试《工程造价管理基础理论与相关法规》、《建设工程技术与计量》两个科目。

**职业生涯规划书范文 篇13**

一、自我分析

1. 职业兴趣——喜欢干什么

我个人职业兴趣方向，通俗一点说就是以扎实的艺术理论知识为基础向艺术绘画方面，也就是纯艺(绘画)方面发展。这也许和我之前的学习生活经历有关，我小学、初中、高中都是美术专业生。因此我对艺术方面的东西比较感兴趣，虽然大学选的是环境艺术设计，但是未来的职业并只想在设计方面有所发展，我的兴趣在艺术行业管理以及艺术绘画方面，当然所有的艺术是通的，设计也是一门艺术。从小到大的绘画基础给我的综合发展打下优良的基础。

2. 职业价值观——什么是我看重的

我个人认为，对一个刚刚就业的大学生来说，一个职业或者职位是否适合自己，虽然薪酬是一个很重要的因素，不过更重要的是这个工作是否适合自己，是为是自己喜欢的，以及在未来的几年、十几年、甚至几十年里对自己来说是否有足够的发展潜力。

3. 职业能力——我能够干什么

之前我说过，以扎实的艺术理论知识为基础向艺术绘画方面，也就是纯艺(绘画)方面发展。所以我对自己的职业能力定位要求较高，既要有丰富艺术理论知识，较深后的绘画经验，也要有较好的艺术表现手法。再通俗一点说，就是既能够搞一些研发工作，也能从事管理及艺术创作。

4. 性格特征——适合干什么

如果从性格方面分析就比较简单了，人与人之间都是不一样的，没有任何两个人有完全相同的性格。不存在完全的外向也不存在完全的内向。这要看每个人对自我的认识了，我对自己的理解是——内外双向。至于说我的这种性格到底该干什么工作，我个人认为以性格来决定行业选择是不可行的，性格是随着时间与环境不断变化的，只能作为参考。如果非要参考性格因素的话，我想我选择综合发展因该是个很好的解释。

5. 自我分析小节

从兴趣、价值观、能力、性格以及职业测评等因素综合看，我还是比较适合做啊、绘画艺术类工作，我的优势在于对艺术的热爱、多年的绘学习经验，并且坚持综合全面发展。

二、 职业分析

1、家庭环境分析

从家庭上分析，我家是的贫苦农民家庭——父母都在家农民，应该说既有利也有弊吧。利在从小家教比较严格，也就是所谓的比较有教养吧。弊也有不少，有时候人比较正经，简单的讲就是有时候不太吃得开。经济上说，条件不太好，以后的生活还是要靠我自己了。不过这样一个殷实的家庭给我事业的发展打下了一个优良的基础。我是家里的长子，应该说不仅是家里，亲朋好友对我的期望都比较高，这也是无形的压力。

2 、学校环境分析

众所周知，天津商业大学宝德学院是一所“三本”院校，我们只有“奋斗、再奋斗”在低起跑线上出发赶超别人，但我们学校给了们最真的生活“社会-老师、同学”。

3 、社会环境分析

应该说，当今由美国次贷危机所引发的国际金融危机有可能持续长达几年、甚至十几年，已经融入世界经济圈的中国经济当然也不能幸免。预计当我们毕业时社会的就业形势不容乐观，不过机遇也总是存在，20xx年开始国家投放几万亿人民币扩大内需，刺激经济，这也是一个难得的创业机遇。应该说竞争异常激烈，但机会总是存在的。

4、 职业环境分析

(1)行业分析：如今中国艺术市场成为世界上最大的艺术市场，改革开放以后的中国经济飞速发展，带活了人们的生活水评，也提高的人们对美的要求。如今中国的艺术市场，又迎来新的机遇和挑战。

但如今各大学艺术专业都是热门，学生人数较多，就业还是面临着激烈的竞争。

(2)职业分析：艺术创作，艺术设计，展览策划

(3)职业分析小结：综合以上，我倾向在文化低蕴深厚的北京‘西安、杭州等地区。

三、职业定位

1内部环境因素 优势因素：

(1) 我家在南京，在长三角地区的亲朋好友比较多，应该来说在长三角一些城市落脚比较容易。

(2) 我坚持文理综合发展，既有扎实的工科理论知识，也有金融管理类知识，各方面综合发展。

(3) 一些工作实践经验，我计划大四准备考研，研究生学习时多参与一些项目增加自己的经验。

弱势因素：

(1) 自认为是双向性格，加上自小家教严格，有些时候不太吃的开。

(2) 有时候比较懒惰，总是喜欢拖事情，原定的计划总是要打折扣。

2外部环境因素

机会因素：

(1) 国家如今大力投资扩大内需，鼓励大学生自主创业，，给企业以及刚刚毕业的大学生们带来了很多机遇。

威胁因素：

结论：

职业目标：艺术设计、艺术管理

职业发展策略：进入大的艺术画院、艺术区发展 职业发展路径：走创意创作以及艺术市场管理路线

具体路径：学员(技术类或市场类都可以)——助理画师(设计师)——设计师(画师)——国家级设计师(画师)

四、计划实施

大学期间学习好相关的设计专业，假期去公司实习、去画室学习。创建和艺术的网络平台，组织大学生画展提高策划能力，

五、评估调整

1评估的内容：

(1) 职业目标评估：

在当今社会，没有永久不变的职业，也没有长盛不衰的职业，很多职业之间也都是相通的，为了生存有时也要学会屏弃。

(2) 职业路径评估：

旧的路总有走到头的时候，当我之前选择的职业发展方向遇到瓶颈时会考虑向相关的行业转型，不过相信在当今社会中，时刻做好准备才能在激烈的竞争中处于不败之地。

(3) 实施策略评估：

个人认为不需要改变行动策略，虽然路是活的，但是作为一个人来说，打好基础做好准备才是自己能做的事。以不变应万变，当下我能做的事唯有学好自己的知识，扩展自己的视野，进一步完善自己。

(4) 其他因素评估：

如果有意外情况发生，我会审时度势，尽量将变化损失减到最小。具体的按具体情况而定。

2.评估时间 -大学毕业后一到两年

结束语：

计划固然好，但是更重要的，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!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！