

# 人生职业生涯规划自我认知 职业生涯规划 计划书自我认知(优质5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 人生职业生涯规划自我认知篇一

### 1、 职业兴趣

首先，城市轨道交通工程是我主修专业。其次，我也深深地为能够进入这个专业而感到荣幸。同时，这也是一个在全国范围内新起的热门专业，它具有很大的发展空间，所以，我的职业兴趣是做一名的地铁公司的工作人员。

### 2、 职业能力

我相信，只要有信心、有热情、肯投入，就没有做不成的事。身为理科毕业的我，拥有良好的逻辑推理能力，我的学习能力较强，细心、坚韧、能和别人友好相处、有良好的团队协作能力。同时，我修取了具有专业知识的各总证书，我可以作为管理和专业一体的复合型人才，也为我实现自己的规划而打下一定的基础。

### 3、 个人特质

我比较喜欢团队合作。因为我擅长篮球，篮球是一个团队意识比较强的运动，所以我认为在团队合作的过程当中我能学

习到更多的知识，了解别人的想法和独到的见解，同时也能够认识更多的朋友。团队合作能够激发我的工作的热情、鞭策自己努力前进。同时，我能试图用理论分析问题，解决问题，能够顾全大局，喜欢有激情的工作。我相信的人组成的团队会更加。

#### 4、 职业价值观

我会考虑这份工作对实现我自身理想有多大帮助，对实现我的目标有多大的铺垫作用。我看重职业能不能有一个好的发展前景，有没有从中不断学习提高我个人能力的机会。当然，工资收入也占有很大的重量。在我毕业后的几年时间里，将会是我职业生涯中非常重要的几年。能否积累一定的经验和知识让自己更加是非常重要的。

#### 5、 自我小结

我是一个性格活泼、开朗，同时拥有坚韧，细心，内敛，的思维和良好的团队协作能力的人。

首先，我是城市轨道交通工程技术专业，在以后的生活中我都会以此目标前行，我能够成为一名负责的城市轨道交通工程师。其次，在未来的1年—3年期间，我会获得很多的生活阅历以及广大的人脉关系，丰富自己所学的知识，增加自己的社会阅历及更多的工作经验。成为的城市轨道交通规划设计师，并且在3年后创下属于自己的成就，我想我还是蛮有信心的。

## 人生职业生涯规划自我认知篇二

晓东毕业于上海某名校，学的专业是新材料。按理说这个专业的人才在上海也算紧俏，又加上名校背景，所以晓东应该不难找工作。可晓东偏偏不太喜欢自己的专业，尤其不喜欢

坐在办公室搞搞研究，写写报告。于是尝试着换一种行当。晓东的第一份工作是进入一家民营企业的销售部做销售。可上班才一个月，晓东就逃跑了，因为听那些老销售员说，做销售首先得学会抽烟喝酒，偶尔还得出入一些娱乐场所。老销售员的经验是，销售员嘛，没一点应酬功夫如何做出业绩？从小到大晓东都是个乖小囡，他可不想早早沾上那种“不良习气”，所以宁肯毁约赔钱，也再不愿意回公司上班。无奈，父母亲只能求东托西找关系，最后晓东进了一家研究所，跟着几个老法师做课题。说是做课题，可因为大学刚毕业，与几位老法师似乎也没什么可说的，那几位老法师也就是找了几本书让晓东读读，称之为“先熟悉起来”。晓东觉得很无聊，可再毁约又得赔钱，恐怕还得伤了父母的心。就这样无所事事地捱了一年多。苦闷之余，晓东只能找到沪上知名的安派职业顾问工作室，他想为自己的未来找一份答案。

安派首席顾问张建勤女士通过技术分析，为晓东的性格与现状把了脉：

晓东个性内向，平时讲话不多，喜欢安静。少变化的生活。这源于他的生长环境及工作环境。

晓东目前工作的研究所，晋升。拿奖金都得论资排辈，对年轻人缺乏激励机制；加上工作内容与晓东的兴趣不符，所以会经常感到压抑和疲惫。

有些时候，晓东的表现过于理性甚至有点自命清高，这样会忽略或影响别人对他的看法。

一番互动，张建勤女士对晓东提出一些建议：

对事对人不妨多投入一份感情和信任，那么你在人际沟通时会轻松许多，也可经常听听周围的人，包括父母、朋友、上司及同事的意见，这样也会大大增进自己的被接纳程度。

改变给人保守、甚至有些孤僻的感觉——因为你未必本就是这样的；改变不愿意或者不敢主动迎接挑战的心态，利用业余时间大胆地尝试做一些自己感兴趣的事情。

目前的工作显然不符合你的兴趣。而据研究表明，兴趣对自己的职业生涯发展是至关重要的。一个人，如果能根据自己的兴趣爱好去选择职业生涯，他的主动性将会得到充分发挥，即使十分疲劳和辛苦，也总是兴致勃勃，心情愉快；即使困难重重也绝不灰心丧气，而能想尽办法，百折不挠地去克服它。所以，找到自己的兴趣对你来说是下一步职业发展的关键。

根据多年从事职业顾问的“临床”经验，张建勤女士发现，有很多职场新人并不知道自己真正喜欢什么，填志愿听家长的，选专业听老师的，找工作看同学的，难怪一踏上工作岗位就感到迷惘。所以，张女士建议职场新人通过专业的职业顾问师为自己作一番诊断，清楚了解自己的职业兴趣、职业能力和自己的性格特征，有利于选择适合自己的职业。

职业兴趣是做好一份工作的前提，没有兴趣就没有动力。职业能力完成一项工作的基本保证，每一种工作都有相应的能力要求，如会计工作要求工作认真、细致、对数字敏感，对于一个粗心大意的人来说，相对较难将这份工作做好。而性格不同，对工作的要求也将不一样，一般来说，性格外向的人更喜欢与人打交道，适合做一些与人接触较多的工作，如教师、咨询、营销等工作。而性格内向的人则更喜欢做一些研究之类的工作。总之，只有充分了解自己，才知道什么样的工作适合自己。

文档为doc格式

## 人生职业生涯规划自我认知篇三

1、职业兴趣：研究型，希望日后能在科研方面工作。

2、职业能力：逻辑推理的能力相对比较强，而信息分析能力也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

3、个人特质：喜欢追求各种不明确的目标；观察力强，工作自觉、热情，能够吃苦耐劳；主张少说多做；爱学习；喜欢独立【】工作。

4、职业价值观：基于家庭条件，首先考虑待遇较高的工作，对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会；当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想；最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

## 人生职业生涯规划自我认知篇四

生活中的我，是一个性格乐观的人，不喜欢接受规范，也不想被约束，对有兴趣的事很入迷。我喜欢紧张，所以我每天的。活动都会排得满满的。我喜欢交朋友并乐于倾听他们的的事情，我对人热情、友善、有爱心更有耐心，很难拒绝有求于自己的人，更不会直接向别人表达自己不满的情绪。我对艺术有着浓厚的兴趣，从小热爱绘画。我的穿着打扮会显得非常有创意，每天的风格都会不一样，不在乎别人的意见。我的爱好广泛，外向，友好，喜欢置身于人群当中，善于用话语抓住人们的注意力。

通过测试，显示我的性格类型是：公关型——天下没有不可能的事

我对周围的人和事物观察得相当透彻，能够洞察现在和未来。随时可以发现事物的深层含义和意义，并能看到他人看不到的事物内在的抽象联系。我崇尚和谐善意、情感丰富、热情、友好、体贴、情绪强烈，需要他人的肯定，也乐于称赞和帮

助他人。总是避免矛盾，更在意维护人际关系。我富有活力，待人宽厚，有同情心，有风度，喜欢让人高兴。只要可能，我就会使自己适应他人的需要和期望。我倾向于运用情感作出判断，决策时通常考虑他人的感受。我有丰富的想象力，善于创新，自信，富有灵感和新思想，善于寻找新方法，更注重理解，而不是判断。我喜欢提出计划，并大力将其付诸实施。我特别善于替别人发现机会，并有能力且愿意帮助他们采取行动抓住机会。

根据霍兰德模型，我属于社会型、常规型。

我非常希望获得有充分保障的工作(包括拥有良好的工作条件)，比如能够在一个比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够有自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。我希望的工作环境轻松，人际友好，能与不同特点的人一起工作，避免冲突和矛盾。

我希望的工作是充满乐趣，可以自由发挥灵感和创造力。可以创造新的想法、产品、我喜欢帮助别人，然后看到计划变为现实。我不是很喜欢工作处理太多的重复性、程序性、常规性、琐碎的事物。我乐衷的活动或课程：财经类、文秘类。

我特别钟爱的专业有：文秘、财经等。备选的职业有：会计、银行职员、客服人员、空服人员、秘书、保险等。我对经济性事务不感兴趣，不好说服、影响和领导他人，因此，在职业生涯规划过程中，我要避免一些对领导力要求较高的发展方向，如经营管理、政府官员、外事外交等。

支持满足 3.2

赞誉赏识 2.0

工作条件 8.8

注重关系 5.3

崇尚独立 6.5

追求成就 6.7

我最突出的职业价值观是工作条件、追求成就。

工作条件：我希望获得有充分保障的工作，比如能够在一个比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够有自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。我希望的工作是：

1. 内容丰富，在工作的时间里有充实的工作可做；
2. 有保障的，稳定的；
3. 能够有比较丰富的工作内容，而不是简单重复劳动；
4. 拥有一个自由、舒适的环境；
5. 有固定的较长假期，可以保证定期的休闲娱乐活动；

追求成就：希望获得的工作，是能够看到及时的成果展现，并体验到可能的成就体验。即工作的追求是一种自我实现，而并非外在特质利益的满足。

把“追求成就”视为自己重要的职业价值观的你，希望在工作中：

1. 能够比较充分地展示自己的独特之处；
2. 能够充分感受自己完成任务后的成就体验；
3. 能够提供自我提升与发展的空间与机会；

4. 通过自己的努力付出，得到应有的成果。

## 人生职业生涯规划自我认知篇五

作为一名新时期的大学生，我们拥有着比前辈们更优越的物质条件和更高层次的精神财富。但是，现如今随着高校的扩招等一系列原因，有知识、有学历的人不再是凤毛菱角。以往的“天之骄子”和“天之骄女”们也在新的时期遇到了新的问题；我们拥有更多的机遇，但也面临着巨大的挑战与考验。在人才竞争的时代，正确的自我认知和完整的职业规划毫无疑问将会成为我们手中的一柄利器，让我们受益良多。

我出生在古城荆州市，是一个个性独特的男孩，热情而又开朗，倔强又更显刚强，遇事冷静沉着。兴趣爱好广泛，喜欢看书，勤于思考；喜欢运动，热衷于健身，散打；还经常和朋友结伴去旅行，愉悦身心，开阔视野。我善于与人沟通，有一定组织能力，我是一个热爱挑战的人，对于新事物充满好奇，所以总能很快接受新事物，并将满腔热血投入其中。

我的性格属于外向感觉情感觉察性，喜欢结交朋友，待人真诚友善，让每一件有趣的事情更为有趣，能够让别人感到快乐；喜欢行动，让事情发生，知道正在发生什么事并且热切参与，记忆事实比精通理论更容易，对需要常识判断且务实技能的'情况能够妥善处理。

作为一名国际经济与贸易专业的学生，我更愿意成为一名商人，并且立志朝既定的方向努力。

人的潜力是无限的，是需要不断去开发的。首先，我是一个特别细心的人，工作认真投入，为人小心谨慎，做事脚踏实地，有耐心，有毅力，能吃苦耐劳，对工作认真负责，能够有计划，有思考，专心的去完成一件事，总是想方设法做到最好，因为我坚信细节决定成败。其次，我的动手能力相对较强，逻辑思维能力也不错，擅长创新思维，但是偶尔也会

过于纠结一些小问题，今后办事要多注意借鉴别人的观点，取长补短。最后，我还是一个非常有时间观念，热爱自己的团队，有集体荣誉感的人。

我最大得缺点就是为人太过于耿直，有时候不善于变通，要想成为一名成功的商人，还必须接受更多的磨练，使自己变得圆润而不失原则，糊涂中略显睿智。

我的气质类型属于多血质与胆汁质混合。情绪较为活泼、热情、情绪兴奋性高。精力旺盛，反应敏捷，乐观大方，胸怀宽广，不计小事，能委曲求全，自制力强。在新环境中能应付自如，方应迅速，灵活，办事效率高。心理活动有条有理、深思熟虑、坚韧不拔。具有实事求是的精神。

我的职业价值观倾向于领导力和成就感，我认为工作的意义和价值，在于不断创新和不断取得成就，不断得到同事和他人的掌声，并且不断实现自己想要做的事，并在此基础上，获得一定的管理权力，能指挥和调遣一定范围内的人和事物。

一个不能靠自己的力量改变自己的命运的人是不幸的人，因为他没有把命运掌握在自己的手里，反而成为了命运的奴隶。人的医生究竟能有几个春秋，多少事情是值得回忆的，值得纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。所以我们要充分利用有限的时间，对自己的未来做好规划。

一个人若想要成功，必须拿出勇气，付出努力，拼搏，奋斗。成功不相信眼泪，成功也不相信颓废；未来还在自己手中，等着自己去打，去拼！

读书破万卷下笔如有神，以上就是为大家带来的3篇《职业生涯规划书自我认知》，您可以复制其中的精彩段落、语句，也可以下载doc格式的文档以便编辑使用。