最新中专学生个人发展规划 大学生个人发展规划(实用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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

中专学生个人发展规划篇一

我国过去几年的高等教育发展，其焦点是外延规模的扩大，很多事例十分刺激人们的视神经，当外观视觉上的吸引力降低时，所有问题的焦点，现在转移到了内部。中国高等教育将从数量时期全面进入一个质量时期，将从注重外延发展到打造内涵实质。育人的意义既广大又深远。高等学校是培养人才的重要基地，转变教育思想，更新教育观念，提高大学生综合素质是高教改革的中心工作，而加强高校德育工作，提高大学生思想道德素质，是进行素质教育的切入点和突破口，是提高大学生综合素质的前提和基础。因此，必须站在历史的高度，以战略的眼光来认识加强高校德育工作。教育出了问题，会在一代人甚至几代人中产生恶果。事实上，我们的教育制度的确发生了一些带有全局性的负面影响，我们的优秀人才，正在为他们的优秀付出代价；我们的社会，我们每个人，也将为此付出代价。解决教育问题需要全社会的力量，需要每一个人都来关注。但近几年的大学生表现出低素质。低能力……这种种的现象已使大学生在公众心中的形象有所动摇。

“作为新世纪的大学生，是我们最先触碰到时代的前沿；也是我们，心跳和着民族的脉搏；更是我们该去担起建设有中国特色的社会主义、实现中华民族伟大复兴的历史使命。”

大学生是社会的新鲜血液，大学生的综合素质的高低影响着社会的发展，而学校是培养大学生的主要基地，所以大学生的校园生活在很大程度上影响着大学生各方面能力的培养，为了更好的了解当代大学生的校园生活情况，我调查小组特作此调查！

本次调查的对象为邯郸市内四所大学的在校生，即河北工程大学、邯郸学院、邯郸大学、河北司法警官职业学院的学生，调查总计发放问卷1000份，收回有效问卷946份（来自城镇大学生：512人；来自农村的大学生：434人），回收率：。调查结果值得我们深思。

在所调查的大学生里，有的是一年级新生，也有的高年级的学生，来自五湖四海。每人都有着各自的梦想，对未来的期待来到了大学！他们在没上大学的时候，在高中甚至更早就设想着自己的大学是什么样的，大学的学活是怎样的！但，他们一旦在大学里生活上一个月、一年、几年，他们有的人就会失望的说：“现在的大学生活和我当初所期待的完全不一样，简直是天壤之别！”在我们所调查的人群中有的大学生说他们的现在的生活和高中时所期待的不一样。有的抱怨说学校环境不好，有的抱怨说学校设施不全，有的抱怨说学校师资水平不够等等，表现出一系列的不满，却他们很少考虑自身的问题。

在学习的过程中，他们遇到问题或困难的话，很少去查阅资料，自己解决它们，更有甚者会置之不理。但还是有学生会向讲师或同学们咨询，来解决。大学应该培养学生自学的能力，不能一遇到事就要寻求别人的帮助，应该学会独立的生活、独立的思考，做一个自强自立的人！

恋爱，在大学里是很常见的事，这时的青年不再像儿童那样满足于血缘带来的亲近，而有意识地结交一些个人密友。大学生正处在这个发展迅速的关口，有许多烦恼不能也不愿向长辈倾诉。于是大多数人发现，如果没有一个可互相吐露心

声的亲密知己，日子将很难过。到了青年中、晚期，亲密关系的需要进一步发展，此时的朋友已不仅仅是倾诉对象。人格的交流，背景的融会，这些对青年的交友影响都很大。进入大学校园，对大多数人来说意味着脱离以前的群体进入新环境。青年必须重新建立各种关系。烦恼、寂寞、通过交流完善自我等等多重目的使青年对亲密关系的需求空前强烈。亲密关系发展的顶点就是爱情。除了父母，青年恐怕不会承认有比恋人更亲密的人，而且恋人间的亲密在某些方面是父母子女间关系所比不上的。因此，对亲密关系的追求把孤独的大学生引向恋爱是极其自然的事。调查中有的学生认为恋爱在大学的校园生活里占有重要的地位，让不少大学生走进恋爱的大河。但也有部分人反映说，是“随风”走的，看见别人搞对象，自己也想搞一个，满足自己的虚荣心。

调查时发现，有近40%的学生会因为多彩的生活，而忘记自己父母的生日，还有人说他们也不知会不会忘记，可能吧！父母给了我们生命，他们为我们呕心沥血，操劳大半辈子，希望我们有一个很好的前程，我们应怀以感恩的心来对待他们，让他们知道我们也时刻在想着他们。

专家建议，大学生的职业生涯规划应该在入学时开始，大学生从大一起就应该思考个人所学专业未来的发展，需要掌握哪些知识和能力，掌握这门知识，能到哪些行业和企业去，自己是否喜欢未来的这个职业，而不是简单地根据教学安排和教材开始自己的大学学习和生活。在所调查的人群中有明确的规划，但有的人想过规划，但都没有做出来，还部分人根本就没规划过。在大学期间，大学生对自己的发展规划不明确，不能运用职业设计理论，规划未来的工作与人生发展方向，这种情况严重影响了学生对就业的提前准备和准确定位，甚至影响对工作的适应性。另一方面，大学生也应该自觉到去做，不应产生依赖的心理，什么事都地别人帮忙，要学会自立！

职业生涯：是指一个人一生工作经历中所包括的一系列活动

和行为。职业生涯规划分为个人的职业生涯规划和组织的职业生涯规划，个人的职业生涯规划是指在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效规划，以实现个人发展的成就最大化为目的的而做出的行之有效的安排。

作为一项系统工程，职业生涯规划虽受社会发展的需求的制约，但更多的是受大学生个人自身素质影响，因为职业生涯规划不是社会或学校强加个人身上的实施方案，而是当事人在内心动力的驱使下，结合社会职业的要求和社会发展利益，依据现实条件和机会所制定的个人化的实施方案。但由于我国长期受“包分配”思想的影响，高校对大学生的就业指导手段落后，更谈不上对大学生进行个性化的职业生涯规划和设计。随着社会形式、生活方式、就业方式、利益主体等方面的多样化，高校应建立相应的职业生涯规划咨询机构，按照职业生涯规划理论，从多方面对大学生将来的职业规划提供科学的指导。我相信如果中国每所都能这样作的话，中国的大学生的未来会更加美好，中国的未来将不可限量，中华民族将会走的更远！

中专学生个人发展规划篇二

职业生涯规划是非常重要的，规划职业生涯是一个职业探索与奋斗的历程，好的职业生涯规划可以帮助我们明确自己的奋斗方向，明白自己与理想之间的差距，同时激励我们为之而努力，帮助我们选择最佳的路径实现职业理想，从而实现自我价值。制定职业生涯规划能够帮助我们认识到就业形势，居安思危，同时培养我们的职业能力与职业素质，帮助我们在职场中立于不败之地。

站在人生的十字路口上，面对滚滚人流，看事态炎凉，这样逼着自己不得不收起曾经的稚气与天真，开始深刻的思考未来的路。在现在的社会，只有真正的人才才能称的上是真正锋利闪亮的尖刀，想成为人才应该是每个年轻人的理想。但

是混混噩噩的度日子是做不到这点的，只有做一份适合自己的人生规划，正确的准确评价个人的特点和强项才能定准职业方向，重新认识自己的价值并且通过不断的学习使之递增，为自己提供前进的动力并在职业中发挥个人优势。所以，我试着为自己拟定一份职业生涯规划(什么才是职业生涯规划)，希望她对自己的系统的职业生也规划能有领航的作用，为处于迷茫中的自己指明一条路。

二、自我分析

我现在在读大二，性格总体上偏外向，但有时也很文静内向，业余时间喜欢看电影听音乐，上网还有看书，平时与人友好相处，我的优势在于我对于问题能形成自己的观点，并且经过理论证明认为它是正确的就会一直走下去，坚持自己的观点，绝不随波逐流。所幸我并不是一个顽固的人，在发现自己在这方面确实有认识的偏差和理论的错误后会真诚的道歉并虚心的接受教导。我的缺点是缺乏进取心，常常把“知足者常乐”挂在嘴边，所以积极性较差，进而导致在自己本该擅长的方面不能取得应该取得的成绩。由于从小时候形成的不良习惯，在看书尤其是自己喜欢的分析议论类书籍时只求看明白其中的意思而其中一些精华的语句等并没有尽力将其存入脑中，这就致使我日后尽管有稍微好与同龄人的分析能力，但是在撰写文章和口语表达上相对一般在以后择业的路上，在一定程度上限制了自己的求职方向及地点。

三、解决自我分析中的劣势和缺点

尽管自己有的时候缺乏信心，恒心和毅力，但是凭借自己的热情和对未来的比较清醒的认识，我相信我会逐渐的培养起自己的恒心。自己在未来的发展中应该充分重视一下性格的转化，应该正确处理内向与外向的关系。在人际交往中应该发挥自己外向的一面，争取拓宽人际关系，这样既能广交朋友又能为未来铺路。在阅读自己喜欢的对自己有帮组的书籍是既要掌握书中的观点又要学习作者的精华语言，增强自己

的表达能力和写作能力。加强体育锻炼，增强体质，调节好自己的状态。

四、分析

内部环境因素

优势因素

1、能对未来有清醒的认识，目标较明确;

2、善于思考，不人云亦云;

3、逻辑分析能力相对较强，思维活跃;

4、谦虚谨慎;

5、做事踏实，为人善良;

6、个人生活能力较强，能不依赖他人;

7、有一定的政治敏感度，在一些问题上能形成自己的见解;

8、人际交往中沟通性一般;

9、对自己信心不足，有时错失了机会;

10、表达及写作能力一般。

外部环境因素

1、所学专业的情景表被看好，有相对单一专业有更宽的就业面及更多的就业机会。

总结

经过对自身以及该行业的分析，得出了一些结论：在自己来两年多的时间里，要尽全力为自己的文化课打下扎实的基础。

五、择业选项，决策理由

就自己而言，自己是一个冷静的女孩，能客观的看待一些问题而不掺杂任何的个人感情色彩，能较快的抓住事情的本质，不断调整自己。而同时自己的性格又偏向好动，所以想比较整日端坐在书桌前更喜欢忙碌一点的生活，这样从另一方面来说可以强迫自己去工作从而取得成绩。

六、未来人生职业规划

现在的我已经是步入大学后的第二个年头，根据自己这一年多来的对自己专业的了解和对字节兴趣的分析，我大概确定了自己要助攻设计方向。围绕这方面，我大致做了大致的规划如下：

1、充分利用校园环境及自身的优势条件，认真学好专业知识，培养自己的工作能力和人际交往能力，全面提高自己的综合素质。

2、完成的主要内容：提高自己的知识素养，走向研究生，熟练自己的专业技能，并在其中通过实习兼职等方式接触社会。

多多利用国家图书馆这一便利的资源查阅自己不懂的问题，多像老师和学长同学们请教，各科都取得优异的成绩。在大三之前制定出完美的严密的考验及计划，力求以优秀的成绩通过。

健康方面：合理饮食，不暴饮暴食，不节食。进行定期的体育锻炼，增强体质。

七、结束语

此上就是我在20_年里的职业生涯规划了，我已经在社会的大形势下对于现状有一个比较清醒的认识，并为自己定了一个符合自身状况的学习、工作计划，或许这个计划随着我个人阅历的增长会有所变化。但是我知道无论如何这条路并不好走，也许会有许多伴着眼泪的坎坷。但是我相信我是正确的，我会一直走下去，我会通过奋斗到达胜利的彼岸。因为在职业场上重要的是你如何对待你自己的工作而不是你做的是什么工作。

水无点滴的积累，难成大江河

人无点滴的积累，难成大气候

吃得苦中苦，方为人上人

相信我通过努力，会有足够的恒心和毅力走向美丽!

我会微笑着等待着那个叫做“成功”的人来敲门!

中专学生个人发展规划篇三

学号：

专业：数学与应用数学

一，前言

二，自我探索

前言2013年9月，我们带着对大学生活的向往与对未来的憧憬，走进了地大，开启了我们的大学生活。初来乍到的我们，刚从高中繁忙的学业中走出，还不适应大学轻松的氛围，往往会由于自制力差而放纵自我，每天沉溺在游戏，睡觉，谈恋爱中，却忘了学生最本质的事情：学习。其实，进入大学是

一个人一生当中重要的里程碑，大学阶段为未来工作和生活做着相应的准备。当今的社会，人们越来越重视自我的发展完善和实现，这就客观要求我们对自己的未来做出一个全方位的统筹规划。职业生涯规划让我们更充分的认识自我，了解自我的优缺点、兴趣，可以结合我们的特点作出切合实际的方案，为我们的未来奠定良好的基础，它成为动力的源泉，鼓励我们不断奋进，追求更高的目标，使我们有了前进的方向，帮助我们选择一条最正确的适合自己的道路。

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，规划好自己的职业生涯，明细目标、理清头绪，对于个人的成长和发展意义非凡！

第一章自我探索

结合相关的测评报告对自己进行全方位、多角度的分析。从测评得分可以看出，我在学习风格、性格、兴趣的自我了解方面稍有欠缺。你在技能、价值观的自我了解方面对自己比较清楚。

1，价值观探索职业价值观指的是，你无论从事的是什么工作，都会努力在工作中追求的东西。从某种角度，可以认为，工作价值观就是你在工作是最期待获得的东西。当然，这可能是金钱、权力，也可能是成就感、社会奉献等。

我最突出的职业价值观是追求成就、支持满足。其中，追求成就8.0分，而支持满足6.0分。

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。

支持满足:一个期望在职业中，获得管理层的支持，比如获得充分的培训机会，能够在单位的规定范畴内获得应有的待遇的人。

什么都没有得到，我希望能有一种成就感，不一定是金钱带来的，只要是能让我感到有意义的就可以。我不是安于现状的人，我希望能得到更多的发展与提高的机会，以此来提升自己，更好的完成工作，也得到更好的发展。

2，职业兴趣探索

每个人都有独特的兴趣特点，通过霍兰德六边形，我了解到我的兴趣类型是：现实型和研究型。而最弱的兴趣类型是：常规型。

对我而言，我不是很喜欢运动，好像身体协调性也不好，手脚不太灵活，有些不太准确。而常规型*白话文 *还和我挺接近的。我喜欢把精力投入抽象理念的活动中，像证明题的证明。

我觉得我还比较靠谱，脚踏实地，我不太喜欢仓促地做决定，希望在明确、固定的环境中，有充分的亲身活动来获取经验。

我从小就立志要成为科学家或发明家，好奇心旺盛，分析力强，坚持不懈，独立自信，不喜欢被约束但我能很好地自律，是积极的行动者。

多，但一旦发表意见，我就有一说一，不善修饰和委婉，不太在乎别人的看法。

3，学习风格探索

我在反省型上得分，属于反省型的学习者。

对我来说，我更喜欢独立思考。喜欢事前有时间准备，比如在行动前思考权衡利弊，在发表观点前综合别人的意见，有机会事先阅读介绍背景情况的简要资料等等。这样对我的帮助会很大。希望有机会能复习和回顾经过和所学到的东西。提交东西很谨慎。我喜欢平等地与他人交流，没有事先约定和没有结构化学习经验的束缚。在没有压力及紧张期限的情况下思考，得出结论。

我不喜欢_抛头露面，充当组织者、，或在别人面前角色扮演。我也不想卷入一些未经计划而需要马上进行的紧迫情况。在未经提醒的情况下投入某项工作，要求当即立断和即兴想法，会让我很不适应。我讨厌有较大的时间压力或在不同的活动之间奔忙，为了出结果而不得不走捷径或做表面文章。

4，技能探索

我认为我最擅长的5项技能：

1、时间管理：有效安排并管理自己的时间和他人的时间

3、判断和决策：权衡各种方案的得失利弊，并从中选出

4、积极学习：学习新知识，并能很快运用新知识

5、科学思维：利用科学的规则和方法（比如对比、分类、演绎、归纳等）解决问题

我认为我最薄弱的3项技能：

1、口头表达：有效地口头传达信息或观点

2、说服：说服他人改变想法或行为

3、修理：使用工具修理机器或系统

5，性格探索

合，把情况的有利与不利方面看的很清楚。具有独特的、创造性的观点，喜欢来自多方面的挑战。在你感兴趣的领域里，会投入令人难以置信的精力、专心和动力。其实这个测评是我觉得最接近的，我做出决定后，就决不轻易改变，对自己要求也还行，就是有时有点自制力不足。在团队中，我也不是特别爱发言，基本上以听为主。而且，我还比较独立，更喜欢一个人做事情，不喜欢有别人的介入或帮忙，同时，我的耐心不是很够，有时就容易态度不好，有时会有些不切实际的想法。我喜欢有挑战性的任务。

6，自我探索小结

每个人都有多种价值观，因为价值观是与个人需要密切相关的。要能够早早定位自己内心深处追求的东西，及早有一个方向，才会获得更多的成功与机会。

职业兴趣类型没有好坏之分，不需要故意地形成好恶。每种兴趣都有适合的工作环境，也都有自己的特点和不足。每个人都可能将他的兴趣和工作结合起来发挥自身的价值，应该做到的是：了解自己的兴趣特点，将其发挥到极至！

学习任务，需要为自己的风格完善与改进做出思考与计划。

性格没有好坏之分，每种性格都有自己的特点和不足。在职业规划中，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喜欢和擅长的方式工作得更好。

第二章个人感受

说到其实现在生物方面也需要数学的帮助，来分析一些大分子的组成和细胞类型的矩阵描述以及建立不同基因间的关系的模型，等等。转入很方便。她在5月25日还带我参加了“数学、计算机与生命科学交叉研究青年学者论坛”，这个论坛是在中国科学院数学与系统科学研究院举办的。其实，演讲者在上面讲的东西，我完全听不懂，因为主要是面向博士生和研究员的，也有一方面原因是他有很多英语，弄得我听不懂。然而，让我印象最深的是最后的环节，观众提问环节，又人问，如果在读一次phd会最想掌握什么，有一位嘉宾说他最想掌握数学的统计，对他的工作有很大帮助。还有一位区姓演讲者说他现在就在斯坦福大学读统计，因为他觉得很有用，于是就读了。他们还建议我们多读书，有一个量变到质变的过程，还谈了很多。让我受益匪浅。

第三章职业目标

我经过了一个学期的学习大学生职业生涯规划课，以及在测评上有了推荐职业火灾调查员、程序员、机械师、生物技术人员、经济学家、预算分析师、工业工程师、医学家、_、物理学家。

其中有些是我也比较喜欢的，包括：物理学家，经济学家。

中专学生个人发展规划篇四

大学生是国家未来的希望，肩负着建设祖国的历史重任，所以我们应从现在开始就规划好自己的未来，并为之努力奋斗!

二、 自我探索

(一) 我的性格特点

1、对人和新的事物充满兴趣，更重视眼前的事物;更多的从做事的

过程中学到东西，而不是研究或读书;善于观察，喜欢有形的东西，是现实的观察者，并且有运用常识处理问题的实际能力。

2、热爱生活，随遇而安，爱热闹，爱玩耍，表现欲强，能给他人带来快乐和惊喜，热情友好，很容易相处。

3、很少事先做什么计划，讨厌被束缚。

4、善于处理人际关系，圆滑得体，富有同情心，愿意以实际的方式帮助他人。

（二）我的动力特点

1、成功愿望：对成功愿望不高，喜欢轻松、压力少的工作;对失败一般不会有强烈的挫败感，随遇而安，心态平和;主动性较弱，一般只聚焦本职工作。

2、影响愿望： 不愿影响或控制他人，也希望不被干扰;遇事不怎么表达自己的看法，善于倾听。

3、挫折承受：平时小心谨慎，生怕出错，容易受环境和压力的影响;对失败很敏感，事情之初就担心失败，很看重结果，尽量避开没有把握的事，能不做就不做。

4、人际交往：人际交往动机较弱，不太愿意在人际交往方面投入太多的精力，不怎么关注别人的事;喜欢顺其自然的朋友关系，交往很被动;习惯依靠自己的力量单独完成任务，没有特别需要时不会需求合作。

（三）我的优势

1、工作精力充沛。

2、渴望被人需要，并想真正帮助到他人。

3、虽然外界“风云巨变”，仍能良好适应。

4、在工作中，永远是那个创造生机勃勃、充满乐趣的人。

5、有上进心，韧性。

6、重视安全和保障，风险控制好。

（四）不足

1、对各种事物都很非常好奇，以至于总是分心，导致工作受到干扰。

2、总是忙于具体的事物中，无暇制定计划，致使事情的进行可能失序。

3、自我约束力不强，做事拖拉，不愿意提前准备，时间管理较差。

4、做决定习惯相信自己的感觉，或凭一时兴起，冲动，不考虑后果;如果考虑到个人感情，就难以做出有逻辑的决定。

5、通过事物的外在表面来判断其价值，容易忽略深层潜在的信息，也难以看到目前不存在的机会和选择。

6、不喜欢过多的条条框框和官僚作风。

7、倾向于将失败当作对个人的批评和负面回应。

8、常常不会拒绝他人的要求。

9、斗志不足，容易松懈，不愿付出过多的努力。

10、缺乏挑战精神，对挫折的承受力不高。

三、 对职业的认知

1、社会现状分析

现今社会，人口爆炸，各行各业层出不穷，衍生出一系列的工作岗位。但是人口多，岗位少，仍是一个相当严峻的现实问题。特别是当代大学生，改革开放的春风使教育得到普及，大学生遍地开花，又仗着学了点知识，不得不面临“高不成，低不就”的尴尬局面，可谓前途堪忧。

2、家庭现状分析

我是一个农村户口的女孩子，家住在一个平常的小镇上。爸妈一直都在

外打工，平时和爸妈相处的时间很少。他们都是都是很老实的农民，对于我的一切他们都不过问，也根本帮不上忙。所以，我的将来只能靠自己， 我只能靠自己的双手去创造自己的明天。

3、专业前景分析

我就读的是英语师范专业。师范类，泛指一类高校，而不是具体指某些专业。具体说，过去师范类高校中的所有专业均可算为师范类专业，包括不是从事教师工作的心理，教育学等专业。现在，很多师范类高校改为综合类高校了。因此习惯上将师范类高校中的数学、物理、化学、中文、外语、政治、体育等与中小学教育科目相关的称为师范类教育。同样，将中小学教育的科研基础性学科，如教育学、心理学等也称为师范类专业。

职业定位

1、 职业目标

(1) 顺利完成本科四年的专业学习。

(2) 尽自己最大的努力考研，争取向更高层次深造。

(3) 在本地找一份与专业有关的工作。

2、 职业路径

(1) 在__师范大学完成本科四年的专业学习。

(2) 多阅读外文读物，说一口流利英语，争取拿到专业四级八级证书。

(3) 大三根据具体需要选择读研或就业的大方向，并在英语和示范两个方向上找到自己的适合点。

四、 计划实施方案

1、 大学四年 时间：20_~20_

大一主要是搞好人际关系，多看些书，最好涉及各个方面，丰富自己的眼界，提高自身修养。尽可能多的参加一些培训，做一个多才多艺的人。做一些对自己有用的兼职，锻炼自己的能力，为将来的职场生涯做准备。多参加系里、院里组织的各项活动，争取当上干事、部长等职位，学会管理，学会服从，为将来做准备。

大二课程的投入必须要加大了，不必要的兼职就不要再做了，要尽量把时间花在学习上。把大一参加的那些培训付诸实践，尽可能地去考取各种对自己有利的证书，比如计算机二级证书，英语四级证书等。还是要积极参加各种活动，并尽可能地获奖，为自己将来做准备。

大三就进入专业知识的学习了，这时就必须把所有的时间投入学习上，心无旁骛，学好专业知识，为将来考研做准备。

同时，要积极关注考研方面的信息，关注自己想考的专业的考研动向，考研资料认真选取。大三下学期基本上就必须要开始考研的第一轮复习了。

大四就是积极备战考研了，同时也不能把课程学习落下。不过没意义的就可以不上了，要全身心的投入考研的洪流中去。要制定自己考研的方向，考研动向，以及自己所考的学校的情况等。

2、毕业后五年

时间：20_~20_

大四积极备战考研，如果考上的话就继续深造。在研究生阶段，要不断丰富自己的社会阅历，学好自己的专业。毕业后，就在本地找一个中意的工作。

若不幸考研落榜的话，也不要气馁。找一个适合自己的工作，能糊口就行。另一方面，要积极考取各种各样的对职业有帮助的证书，争取在自己所在职位有新的突破，打出自己的一片天。

3、长期计划

人生在世，短短数十寒载，虽然我们不能控制它的长短，但我们可以丈量它的意义。我们是新世纪的骄子，注定我们的明天不会平凡。所以我们要努力将自己的生活过得有意义。

(1) 不要忽略学习的重要性，俗话说：活到老，学到老。所以要坚持学习，不管怎么忙，至少一周要看一本书，不管是什么书，只要对我们有利就行。要积极参加职业培训，让自己在职场上永不落伍，争取做行业领头羊。

(2) 身体是革命的本钱，所以锻炼也不能偷懒。要在工作之

余多做些有利身心的运动。周末也要和朋友去参加一些有益身心的事，例如爬山等。

(3) 人际关系也不容忽视，特别是随着年龄的增长，更要学会与上级搞好关系，争取向高处发展。父母老了，我们要多点时间陪在他们身边，让他们安度晚年。孩子大了，我们要多点时间陪在他们身边，让他们健康成长。

五、 评估调整

计划赶不上变化，所以职业规划并不是制定后就一层不变的，我们还必须要根据实际情况适时适当地进行调整，以便做出最有利于自己的职业规划。因此，我会每半年总结一次，结合实际情况，修改自己的职业规划，保证自己永远走在时间的前面，做个有目标、有计划的新时代大学生。

六、 总结

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!我坚信：有志者事竟成!

中专学生个人发展规划篇五

我是化工学院11级食品科学与工程专业1班的张亚轩。职业规划给我们迷茫的大学生活指引了一条通向远方的路。在这条路上，我庆幸，我已经出发。并且非常荣幸能与大家分享我的职业规划。我的职业规划目标是做一名营养师。

下面我将从五个方面来介绍我的职业规划。自我认知，职业认知，职业生涯规划设计，评估反馈以及结束语。

1、首先是自我认知，在这里我将从兴趣、能力、性格、价值观四个方面一一给大家介绍。

能力：在本部分结合自己从20xx年入学以来一直担任班长一职并且在去年成功竞选学习部部长一职，通过2年来的锻炼与学习，有过成就也有过失误，使我的能力得到了很大的提高。

营养师的职业要求是专心专业服务于健康，而我的价值观是属于服务型的，并且与我所学专业食品科学与工程专业息息相关，完全符合我的职业目标。

3、并且，我还针对职业需求进一步做了swot分析、360评估。既然我的职业目标是营养师，我给自己制定了具体的规划目标，包括进入职业的三条主要途径：短中长期规划目标。

为了积累足够知识技能，我决定考研。但考虑到各种因素，我制定了备选方案：若考研通过，则继续学习与积累，为理想职业奋斗；若不幸，我没考上研究生，我将选择考取选调生或公务员，继续准备考研，最终有所建树。

在这过程中，我将时时调整自己，积极在工作和学习上有所成绩。

4、读“评估反馈”

5、制定了这份职业生涯规划，我将以此为新的起点，不断充实自己。做好迎接新的挑战准备。梦想，从这里开始！