

# 最新大学生生涯规划和职业生涯规划(大全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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇一

学院：

专业：

年级：

姓名：

性别：

XXXX年X月

自我分析是对自己进行全方位、多角度的分析

职业兴趣

(喜欢干什么)

职业能力

(能够干什么)

个人特质

(适合干什么)

职业价值观

(最看重什么)

胜任能力

(优劣势是什么)

个人经历

教育经历

工作经历

培训经历

自我分析小结:

职业分析是对影响职业选择的相关外部环境进行较为客观、系统的分析

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）

学校环境分析（如学校特色、专业学习、实践经验等）

社会环境分析（如就业形势、就业政策、竞争对手等）

职业环境分析

1. 行业分析（如xx行业现状及发展趋势，人业匹配分析）

2. 职业分析（如xx职业的工作内容、工作要求、发展前景，

人岗匹配分析)

3. 企业分析 (如xx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)

4. 地域分析 (如xx工作城市的发展前景、文化特点、气候水土、人际关系等, 人城匹配分析) 职业分析小结:

综合第一部分(自我分析)与第二部分(职业分析)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]弱势因素[w]

外部环境因素机会因素[o]威胁因素[t]

结论:

计划实施一览表

(参考)如专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划等策略和措施

(参考)如职场适应、三脉积累(知脉、人脉、钱脉)、岗位转换及升迁等策略和措施

(参考)如事业发展、工作与生活关系、健康、心灵成长、子女教育、慈善等策略和措施

职业生涯规划是一个动态的过程, 必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。

1. 评估的内容

职业目标评估(是否需要重新选择职业?)假如一直……, 那么

我将……

职业路径评估(是否需要调整发展方向?)当出现……的时候,我就……

实施策略评估(是否需要改变行动策略?)如果……,我就……

其它因素评估(身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估)

## 2. 评估的时间

一般情况下,我定期(半年或一年)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。

## 3. 规划调整的原则

# 大学生生涯规划和职业生涯规划篇二

美好愿望:事业有成,家庭幸福

方向:企业高级管理人员

注册会计师

最终目标:

做最优秀的注册会计师,发展所学专业最终成为顶尖的集会计,法律于一体顶级人才

### (1) 自我能力评价

1、在面对自己喜欢的事物时能够很执着的去追求。

- 2、有很强的外交能力
- 3、对书法比较感兴趣。
- 4、有一手漂亮的字。
- 5、有时过分的执着，使的自己会失去正确的方向。
- 6、有时候看待事物的态度很偏激。

根据自身的了解和大家的评价，发现自己在在学习上还存在问题，虽然能不断更新自己的知识，能很快接受新事务；但是学习上不够细心，导致效率不高。在做事情上总是很难做到细心，粗心可是做财务一大忌，因此一定要在今后的学习，生活以及工作中不断改善。

生活工作上，自己适应能力还不错，主要是因为自己性格比较随和、踏实，负责这使自己在和人沟通上比较顺畅；能为集体尽力，职业操守高，所以在工作上可以很快打开局面。

## （2）家人评价

较强独立能力，较强的外交能力，任劳任怨。

有时候对事物的兴趣不够就会不认真去对待。

## （3）老师评价

做事细心，有较强的责任感

过于浮躁

## （4）亲密朋友评价

是一值得信任的朋友

有时候太过于大意。

#### (5) 同学评价

较好一个同学。

学习积极性不是很高，兴趣偏性太大。

#### (6) 其他社会关系评价

友善、友好的一个人。

在我国现阶段，全国数百所高校中几乎每个学校都设有财经专业，尤其是会计专业。每年都有成千上万的会计专业大学毕业生涌上人才市场，虽说会计是热门职业，在这种现状下普通和初级财务人员也明显供大于求。

但高端财务人才却千金难觅。作为专业技术性很强和个人素质相对要求较高，且是企事业单位最重要的经济信息系统和控制系统的财务会计工作。越来越多的企业开始对其从业人员有了新的期望和要求。目前，具有几年会计工作实践经验，并且取得会计职称如注册会计师[acca]aia等的中高级会计人才成为市场上抢手货。这些现状使其就业市场竞争日益激烈。

此外，国际会计专业人才的需求逐渐趋热。据有关部门统计，截至目前，我国尚缺9万名与国际市场接轨的国际会计专业人才，专业人才的巨大缺口意味着我们正面临着拓宽国际视野和应对能力，向国际化、专业化迈进的崭新挑战。在校大学生也可朝这个方面发展。

第一阶段：成长阶段，即在校学习阶段。

第二阶段：探索阶段，通常是毕业后一到两年。处于对个人能力和素质的培养阶段。

第三阶段：维持阶段，工作相对较稳定，职业变动也较谨慎。

## 第一阶段成长阶段

大学是我们人生的一个重要的阶段。要充分把握大学短暂的四年时间，掌握必须的专业知识和技能。成功属于有准备的人，同学们在慢慢适应学习生活环境的过程中，还要注意确立远期发展目标，从个人兴趣爱好、思维方式、知识结构、拼搏精神等多方面进行全面综合，制订并不断完善大学四年的学习规划，为四年后的新一轮挑战增加筹码。

首先，在一年级，从被动转向主动，成为自己未来的主人。打牢地基，观念上将“要我学”变为“我要学”，脚踏实地学好基础课程，特别是英语。在大规划下要做小计划，坚持每天记英语单词、练习口语，并从大一一开始就坚定不移地学下去。根据自己的实际情况考虑是否修读双学位或辅修第二专业，并尽早做好资料准备。要和师哥师姐们进行交流，尤其是大四的毕业生，初步了解自己的专业，询问就业情况，大一学习任务不重，多参加学校活动，积极参加学校活动，增加交流技巧，提高人际沟通能力，担当一定的职务，提高自己的组织能力和交流技巧，为毕业求职面试练好兵。学习计算机知识，辅助自己的学习。

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇三

社会就业压力大是我国目前的一个重大困境，大学生自主创业作为解决大学应届毕业生就业的有效办法，使创新创业教育成为各高校的重点发展项目。科学合理的职业生涯规划教育，对于大学生创新创业意识的培养有着至关重要的作用，本文针对职业生涯规划对大学生创新创业意识培养的作用进行了一些探讨。

职业生涯规划 创新创业意识

1. 职业生涯规划的背景。职业生涯规划，起源于1908年“职业指导之父”弗兰克·帕森斯针对大量年轻人失业提出的“职业咨询”概念，而我国的职业生涯规划教育源于1916年清华大学校长提出的就业指导。我国的职业生涯规划教育理论最初是由翻译别国的职业生涯规划理论、著作等开始发展的。在20世纪，我国专家们对职业生涯规划教育的研究持续增多。

近几年，职业生涯规划教育问题成为社会关注的焦点。国家下达了大量辅助职业生涯规划教育发展的相关政策[20xx年5月中国国务院办公厅发布的《国务院办公厅关于深化高等学校创新创业教育改革的实施意见》中表明各高校为促进专业教育与创新创业教育的有机融合，根据人才培养定位和创新创业教育目标要求，调整教育课程设置，开设就业创业指导方面的必修课和选修课成为我国目前各高校落实创新创业教育政策的主要任务。

2. 职业生涯规划的含义。职业生涯规划是指通过对一个人主客观条件如兴趣、特长、能力、时代环境等进行测定、分析、总结出最适合其的行业倾向及职业目标，并为实现这一科学目标，对其自身的职业生涯乃至人生进行系统地计划过程。通过这个方案计划帮助学生明确发展方向，有效的选择自己的职业发展道路。

3. 职业生涯规划的意义。大学生通过在校期间的职业生涯规划，根据自己的特质，对自己未来的职业生涯有一个准确的方向定位和发展目标。以发展目标为指向标，设立自身的职业生涯规划的计划。让大学生对自己的未来职业有明确的方向和职业发展道路，帮助学生挖掘自己的潜能，认识到自己的个性特点、潜在价值，将自己的综合优势和劣势进行对比并综合分析，增加自己的职业竞争力，提高未来求职就业时成功的几率。

目前社会就业形势严峻，毕业生就职面临这巨大的竞争力。



求职岗位供给和需求失衡不对等的情况下而自主创业作为一条能缓解就业压力的有效途径，是目前高校教育中加强推广的教育项目之一。而就目前大学生的创业情况而言，大学生真正选择通过自主创业的方式作为自己未来职业发展目标的却少之又少。就目前的情况来看，各高校的大学生创新创业中还存在的很多的问题。

首先，大学生缺乏敢于拼搏的勇气，对自己缺乏自信。不敢面对创业中可能存在的风险。其次，大学生缺乏支持自身自主创业的专业知识与创业能力。在大学期间，大学生对创业仅限于书本上的概念，而缺乏现实中的实践经验，以至于大学生的创业想法与实际的创业实施的对接相差甚远。而近年来，许多高校引进创新创业训练项目通过实践促成学生自主创业，而实际上培养大学生实行自主创业的结果仍是不理想。究其根本原因主要有：

1. 大学生创新创业意识淡薄。首先，当前社会中，坚持素质教育一直只是个很响亮的口号，而实际上，应试教育才是目前国内教育的根本形式。学生在校学习知识为了应试，且学生迫于应试压力，只能将大量的精力时间花费在做各种真题和模拟题中，而忽视了学动手实用能力的培养。学生们的习惯于知识的学习和获取，但是在动手能力以及创新创业能力上十分欠缺。习惯使然，大学生在面对创新创业教育时，会倾向于理论上的学习，而缺乏实际上应有的创新创业意识。其次，家庭教育对大学生的创业意识也有着极其深远的影响。在很多家长眼里，只有学习才有出路。家长为了让孩子专心于学习，为孩子包办一切，导致孩子在很多生活能力上都有所欠缺。除此之外，家长不断地为孩子们灌输他们认为的好前程的思想——寻求稳定安稳工作。家长将自己的思想强加在孩子身上，忽略了孩子自身的个性发展，限制了孩子创新创业意识的培育。学生长时间接受这种熏陶导致学生自身对创新创业意识的缺乏。

2. 大学生创新创业意识不坚定。目前高校的创新创业教育培

养学生成为新时代创业人才。但往往在中国传统的家庭教育下，而今的大学生在意志上不够坚定，家长们给予孩子的过度保护，让孩子们抗打击能力上不够强大。因此在大学生创新创业时，他们面对创新创业过程中出现的困难和磨难，一直生存在父母的保护伞下的他们极易产生退避心理。更甚者，在创新创业初期计划阶段，对于未来可能发生的困难或是父母的不赞成，便让他们放弃了创新创业的想法。

3. 个人发展缺乏计划性。高校大学生长期处于被动的学习状态，一味地接受知识的授予，遵循着家长和学校要求而成长。进入大学后，对于自己的人生发展缺少目标、缺少计划，在意识上依旧处于被动状态。而在就业创业时，没有计划性的学生一味盲目地参与，没有明确的规划，创新创业意识不强，在时间和实际发展的把握上，缺少科学合理的安排，以致就业创业的最终失败。

职业生涯规划课程有益于帮助大学生明确自己的职业定位，确定自己威力职业发展道路。而创新创业是与大学生职业生涯规划紧密联系的，职业生涯规划教育对大学生创新创业意识有着重大作用。

1. 心理调节。首先，职业生涯规划，究其根本，实质上属于心理学中的一部分。这是个学生自我认识并助力学生自我发展，个性塑造的过程。将职业生涯规划教育融入大学的课程当中。让各高校大学生在大学期间就能明确自己定位。并且帮助大学生在创新创业方面，培养一种创新创业意识，树立创新创业精神。对于现在的大学生而言，被他人认可是大学生自信心最大的源泉。职业规划是决定职业生涯成败的关键一步。在创业之前通过职业规划让学生了解创新创业的重要性，并融合创业教育可以进一步增强学生的创新创业意识。

2. 明确创业目标。职业生涯规划针对学生职业选择时的主客观因素进行分析和测定，引导学生确定自己的创新创业目标，进行创新创业意识上的塑造。确定正确的创业目标是成功创

业的关键因素。在创业教育中通过理性的思考、科学的分析和职业发展的认知是确立创业目标关键流程。各高校的大学生都处于学生就业上岗的准备阶段。在大学期间通过校内专业的职业生涯规划课程教育，帮助大学生结合自身特点明确职业定位，辨明创业未来的发展方向，确立自己的个人发展目标，并制定一系列行动计划，充分发挥自身的潜能，在创新创业教育中加强学生创新创业意识。

3. 提升个人竞争力。职业规划可以帮助学生确定自身的职业目标。现今社会竞争激烈，如若想在这职业竞争的狂流中立于不败之地就必须根据自身的职业目标规划好自身的职业计划。有目标、有规划地进行行动。跟着制定好的职业生涯规划系统地、有计划地行动，逐渐累积学生的个人经验和增强职业技能。系统的职业生涯规划有利于学生专注于自己的优势并且实际所需适时地、不断地发展自己，在关键时刻更好的安排工作任务的先后顺序。由此个人竞争力也得到增加。

创新创业教育使我国目前一项重任，各高校都在积极落实这项任务。而目前高校创新创业教育中还存在着很多不容忽视的问题，如大学生创新创业意识淡薄、大学生创新创业意识不坚定等。而职业生涯规划有助于学生根据自身条件及客观因素挖掘自身潜能，帮助学生确立职业目标，增强大学生创新创业意识。

大学生通过在校的职业生涯规划课程教育，根据学生个性明确学生自身的创业目标及日后的发展方向，完善就业前准备。并帮助学生对自己、客观环境等进行正确的评估，在内心素质方面进行强化和调节。由此利于学生创新创业意识的培养并避免了创新创业中学生创新创业意识的不坚定。

[1]胡涵锦. 创新人才培养与管理的调研及对策. 东华大学学报□  
20xx(3).

[2]万琼. 高校创新人才培养影响因素及其优化. 硕士学位论文□

20xx.

[3]蒋琴雅. 创业创新—高校思想政治教育的新视角. 职业圈□20xx(24).

[4]桂南岭. 论高校创新教育与创业教育的关系株洲工学院学报□20xx.5.

[5]刘景宏. 高校大学生职业生涯规划教育存在的问题及对策. 创新与创业教育□20xx□vol2(3).

[6]党瑛瑛. 大学生职业生涯规划现状及其对策分析. 华章□20xx(14).

[7]张正华. 试探大学生职业生涯规划教育新模式. 生涯规划□20xx(13).

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇四

实现梦想的第一步就是要有梦想。

没有梦想对于每个人来说是非常可怕的一件事情，如同无头苍蝇似的到处碰壁。很多人现代社会由于商品经济的发展变化发展很快，很难对自己的人生进行一个长期的规划。佛家有云：“缘自性空”、“空无自性”。的确在现代社会，人们的生活节奏加快，社会更新换代发展非常快。如果如我们柔弱的个体，不加紧自己的脚步，跟随时代的步伐，不断学习，将很难有一个长足的进步。

那么对于在校北京生该怎样规划自己的职业生涯呢？众所周知，职业生涯包括内职业生涯和外职业生涯。对于在校北京生，首先要对自己有一个清醒的认识，知晓自己的优点、缺点等等。另外在对自己有一个比较完备的认识的时候要明确自己的兴趣，明确自己的目标，通过目标的明确要找准自己

日后的社会地位定位，履行好自己的社会角色。当然在这个过程中必须不断提高和完善自己的能力，并对当代社会对自己的职业的要求和职业本身的发展前景要有一个清醒的认识。

针对我个人而言，在人际关系当中找准自己的位置是非常重要的。福柯有一著名的“话语权力”理论，提出的就是一个话语平台的问题，尤其是在中国这个人际关系复杂的社会必须懂得找准自己的角色。通过独善其身来达到一个更高的话语平台。

个人基本情况：酷爱思考，以“我思故我在”为意识自己存在的信条。注重厚积薄发，对一切我所不了解的事情都具有强烈的兴趣和求知欲。适合于一份研究的工作。但本人实践能力也不错，曾在大一和几个朋友一直努力创建一个协会。由于协会所处理事务范围太大，涉及北京生素质这一大的方面，在团委那未活得批准。协会前期开展了很多的社会实践活动，包括联系商家，组织会员进行社会活动等等，活得了一些成功。同时从读书到大一一直担任着班委或者其他学生自治组织等社会活动。于高中获得过演讲比赛二等奖，优秀播音员等荣誉。具有强烈的社会责任感（可能是由于自己生活在农村有很大的关系），曾和老爸一块去东部发达省份打过工，对农民工的社会状况有切身的了解和体会。职业兴趣：通过从接近20年来的生活体验来看，我的主要兴趣还是集中在思考这一方面。具有着很强的抽象思维能力。因此，我的职业兴趣是一个研究性的学者，如果要有一个职业定位的话，我希望是北京教授。另外一方面，根据自己的专业或者未来的生活经历的变化，有预备不同的职业定向。

职业能力及其适应性：我具有很强的学术思辨能力，从来不迷从于权威。已经阅览过哲学原著或者其他相关著作80部左右，从高中开始正式接触哲学。从小就喜欢思考问题，并善于发现问题。有一著名的学者说过“真正的能力不在解决收集整理]问题而在发现问题”。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，只在乎我帮助别人的够不够多。“注重回报的帮助从一开始就不是帮助”。另外，我的价值取向是“知乐行善”，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你做得不够好！我从小就没有在人际关系上有过多的纠缠。

职业价值观：正如我前面所说，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救济社会这边。以我的笔触去影响别人的灵魂，如果能够影响世人的灵魂，如果苦行僧可以作为一种职业的话，我很乐意去做一个苦行僧。学过哲学的人到最后都不会过多的去在乎自己的价值实现了没有，因为哲学的最高境界已经把价值这一概念从哲学家的头脑中给划走了。如果非要给一个价值的话，那就是我的思考有新的发现，如果能影响所在领域的进程，或者给人类的发展产生影响那就是我的价值。多少人穷其一生也只有微弱的发现，何况我等凡夫俗子呢。

胜任能力：这里就不在做过多的分析了。社会上最大的一个误区就是给世人宣扬了一种“一切皆有可能”的谎言，这会导致很多如我一样之凡夫俗子一个做梦的机会，但最终的结果是社会充斥着实际能力并不怎么样的，但却始终执着自己一个不能胜任的职业上。

哲学最大的悲哀是创设了“自我”，而人类最大的悲哀是强化了“自我”。

“生有涯，而学无涯”、“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。“我是一个在海滩上拾石子的人，偶尔拾到了一两块石头，但真理的海洋尚未被我们发现。”

我要加强不断学习，而另外一个主要限制点就是在不断学习的同时加强自己的身体锻炼，我身体很弱，从小就体弱多病。

于大一还上了在成都住了一个多月院，“身体是革命的本钱”，因此有必要加强身体锻炼，加强营养。

家庭条件分析：我生活在国家级贫困县，而我们那村落处在高山上，虽然这座上就是著名的大别山。当地人生活水平很低，当然我们家也不例外。我很喜欢买书，可是总是得想着家里的经济条件，虽然现在生活水平有所提高，对于一个要支付庞大的大学学费的一个农民家庭来说是在是没有更多的经济去供养这个孩子其他的素质方面的培养了。由于我们家只有我还能称得上是高级知识分子，同时父母对孩子的疼爱，父母总是砸锅卖铁为孩子的梦想尽自己的一切努力，哪怕是只剩下最后的力气——多么感人的父爱母爱啊——向父母致敬！

学校条件分析：对于一个在普通高校的学生总是喜欢贬低自己的学校，当然了社会的确给与不同学校的学生不同的礼遇。但很少有学生意识到这其实是自己的原因。我们学校其实不乏好老师，各种硬件设施都居全国首列。只要把自己的能力锻炼到最强，还怕找不到工作。而且我的一个初期目标是考上北京大学的西哲研究生，然后须通过司法考试，也就不存在以我们学校为一个终极判断了，也就是说在学校、律师证、北大西哲硕士生文凭三种可供社会挑选的评价的“纸器”（有人说我们现代的社会是一个纸器社会时代），学校绝对就居于次要地位了，也就不重要了。

社会环境分析：的确，现代社会是一个理工科的社会，对于文科学生似乎找工作很难。因为现代社会科学是一切价值的最终价值，只有第一时间转换成生产力的工作和技能才能被社会给认同。这是由于社会对经济发展的过度关注造成的。由于对经济的过度关注，很容易导致人的异化。而且如果对西方哲学有较多了解的人都知道，西方哲学现在根基已经受到了很大的打击，西方的思想家都在向中国的传统文化寻求帮助。对于未来社会来说，必然是一个中国文化的复兴之期，关于对“中国哲学之合法性”的问题的争论已经告一段落。

因此只要你有足够的力量，未来的世界必然是你走在时代的最前沿——但必须要注意就是你要有能力！

职业环境分析：根据我接触的一些大学老师，根据我的一些体验。往往是有才的，就是有棱角的，有棱角的就不被官方思想者所认同，也很难活得在一个像样的职位（当然了，他都那么有才了还在乎这些职位么）。如果非要把思想者划分为官方思想者和民间思想者的话，那么民间思想者生存问题的确是一个很大的问题。中国的学术界作假现象相当严重，学校不是以老师的实际能力作为标准来衡量，即使是以实际能力来衡量一个老师，那也是规定某某老师要在多少年内完成多少多少论文等等，导致现在中国的学术界没有几篇像样的论文了。同时中国文化本身就对权威有很大的迷从，中国人从来就具有一个“英雄崇拜”的情结。王选说了这样一句话，“既然我已经无能为力了，我就要退下来将我的位置留给后生们”。多么了不起的人啊！有些人的能力实在是不敢恭维，还一直站在那个位置不肯退下来，中国就应该废出什么院士制度，或者完善院士制度。不过现代这个开放的环境，在中国不行，去外国发展去吧！

职业目标的确定：大学教授

职业目标的分解与组合：

职业目标分为短期和长期目标，短期目标的建构必须为长期目标服务。对于做为大学生的我来说，首先要加强本专业知识的学习，另外就是不断拓展课外知识，因为毕竟还有两年的时间。然后在两年之后如何能够顺利的考上研究生，努力加深自己的研究，同时拓展自己在其他领域的力量。研究生毕业以后的事情，待定！

xx-5-3——xx-5-x

xx-9-x——xx—9-x



xx—20xx

20xx—x-x-x

完成法学、哲学基本的原著的阅读。同时必须自学完成高等数学。并努力通过研究生考试。

有自己初步的哲学体系

不断学习完善中……

待定

……

像上帝那样活着——霍尔德

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇五

在行业选择上最容易犯的错误就是没有行业，这是职业发展的大忌，也是最让人感到惋惜的。刚刚工作的人有时也很难马上发现最适合自己的行业，你可以去尝试，但我建议你的目标是要成为这个行业的专家，无论你是从事技术还是管理。没有相当年的行业经验，你很难说了解了一个行业，比如行业的惯例、发展趋势、行业的价值链条、各个层面的细节、人脉关系的积累等等都需要相当时间的积累。失去了行业背景，你的价值就会大打折扣。

有的人聊起来我干过多少多少行业，以为这是一个非常值得自豪的事情，其实对自己的职业发展并没有多少好处。我面试中遇到不少的人，在不同的行业做过，但是对哪个行业都没有深入的了解。要尽可能在一个行业深入地做下去，尽可能不要轻易改行，因为这会让你损失掉很多的积累，每换一次行你在新的行业就是一名新兵。如果一定要改行的话我的

一个建议就是行业发展要有一定的内在连续性。所谓内在连续性就是你以前积累的资源如经验、技能、人脉等等能够不断地得到延续和强化，有一条清晰的连续的轨迹，而不是天马行空地跳跃式发展。比如一直在一个行业做，或者沿着行业的价值链条在不同的企业工作，原来作建筑施工的到房地产公司做了工程管理，原来在国际物流企业去做贸易，原来做教师的改做培训师，原来做建筑的改到房地产等等基本上都是比较可行的转换。

企业是个人职业的承载平台，是个人职业生涯不断得以拓展、得以精彩展现的舞台。一个好的平台往往能够让人得到成长和锻炼，不断获得职业能力的提升，增强个人对于职业的信心和兴趣，不断促进个人职业生涯的发展；而一个不好的平台往往不能够促进个人职业生涯的发展，甚至会让一个人慢慢丧失职业发展的竞争力，让个人的职业生涯出现停滞或者是倒退。从某种程度而言，进入一个好的企业甚至比考上一所大学都要更重要，因为你所获得的能力的提升和发展的机会比大学所能提供给你的要多得多，所以选择一个有助于自己发展的企业非常重要。在大公司，你可以直接学习其思维方式和经营理念，大公司的视野、经验和人脉积累是小公司所不能比拟的；而在小企业你可以和公司一起成长，你甚至会成为左右公司发展的中坚力量，杨元庆和联想一起成长就是最典型的例子，很多成长起来的创业型公司的员工都获得了很好的回报，这甚至是大企业很难获得的。

职业发展中最悲哀的两个状况一是拼命在贫瘠的土地上耕耘，二是总是在寻找机会却不知道自已就站在肥沃的土地上。在企业里工作这么多年，我的体会是让你100%满意的企业是不存在的。我遇到不少人整天抱怨企业，福利不好，上司或老板太苛刻等等，这都不是一种职业的素质。

如果你觉得企业不满意，我的建议是要么离开他，要么去适应或者改进，抱怨不能解决任何问题。所谓的职业就是你所从事的具体职能比如营销、财务、行政、管理或者业务。我

遇到的大部分职业规划不理想的人是在这部分，而在具体职业上的选择出现误差带来的伤害也最为明显、最为严重。很多人喜欢找一些进入门槛很低的工作，认为这样好上手。其实这种岗位提供的价值是基本上一定的，无论谁来做，也不可能做出花来，薪水上升到一定空间就后继乏力。很多有才的人稀里糊涂在这个岗位待了好几年，结果就成了软翅膀的蝴蝶，很难再飞起来了。这样的工作虽然是很好找，很难有突破。所以这个职位可以作为跳板，但不宜久留，那些能力强的，要迅速利用这个职位，成就新的事业。

我们也许选择了一个非常有发展前途的行业，也加入了一个非常优秀的公司，但如果我们不能成为公司的第一名，也要学会跟着公司的第一名走。在一些无关紧要的辅助性部门工作，即使付出了很多地努力，也很难取得职业上的长足发展。企业中还有另外一个第一名，那就是权力的第一名，尤其是在大的公司，这点尤为重要。这也意味着要尽可能在公司的总部工作。事实上，也只有你的业绩被人认可你才有发展的机会，否则即使你打破了世界纪录，没有的人作证明也是没人相信。

因此，要想获得外在职业生涯的发展，一开始要尽可能的争取机会在公司总部工作。在公司总部，潜在的升迁机会更多，视野更宽广。接触到不同层面的人，从基层员工、中层经理直到董事会成员。还有不少的领导职位是分公司所不可能有的，尤其是公司总部不仅要安排总部自己的职位，而且当下属机构要为空缺的岗位安排人的时候总部的人员也是近水楼台。从这么多的职位中得到机会的几率显然要比在分公司大很多倍。当然，如果下属企业的规模本身足够大，几乎就能够给你的职业生涯很大的发展空间那也是可以的。

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇六

职业规划：卢梭说过，选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来，只有有了明确的目标，才会激励人们努力

奋斗，并积极创造条件实现目标。

经过两年的学习，我们现在面临了一个问题——毕业，意味着我们离开求学知识的殿堂，开始步入社会寻求职业。因此，现在规划好今后的发展目标尤为重要，职业生涯设计是一种人生的设计，也是命运的设计。大一的一年了解专业知识，熟悉环境，明确目标，适应大学生活，大二的目标实现了，拿到了一次国家励志助学金，学院优秀团员，大二应坚持自己的目标，为以后能快速的找到适合自己的工作而努力。同时由于自己个方面的事，现在对大二的职业生涯规划做一下评估与调整。

**专业技能：**经过两年的学习，知识的汲取，各种证书的获得，使我变得成熟与稳重，从企业需要的人才来看，企业需求的有四方面的人才，专家型，技术型，决策型，管理型。从我自身的角度来看，我没有较高的学历。

也就代表着我没有较深的理论技术，随着长时间的接触专业，可能会成为一名专家型人才，但是，并不代表我现在是，决策型我们不是公司的高层，也不能成为我们的目标，可能在今后的工作中我们可以朝着那个目标前进，但是我们一定要认清自己的发展方向与自身的情况。

所以我决定在技术性和管理型上发展。而且，随着就业压力的增加，我们不单单面对着我们要学好自己的专业知识，因为技术是你在企业的立足之本，还要在你学好自己知识的同时学习管理方面的知识，我们不能确定我们所学的专业就不会在以后的发展中淘汰，现在企业最缺乏的是管理型和营销方面的人才。我们学的是材料成型与控制技术，我们面临的是钢厂，钢厂的企业，要的是利润，同时还要节能减排，就需要我们有更多的能力，我们才能在企业中更好的发展，所以我在这学期开始报了会计班，想拥有一份除了专业以外的能力。

## 一、评估的内容

### 职业目标评估：

1、假如在公司内一直不被其中，一直被排挤，我们刚刚开始工作，好的报酬并不代表今后有一个好的发展环境和成长空间，我们现在至工作三年的任务不是为了挣钱而去工作我们是为了学习更多的知识，只有我们现在又更多的知识我们才能看清一个企业的发展前景和自己的发展目标。我们在学校学习的都是理论知识很少和实践相结合，所以，我们在以后的工作中要学会更多的实践知识，为我们的以后发展打下基础。然后我将重新选择公司。

2、假如公司在后期福利不好，或者工资水平与其他同等公司差距

悬殊时，我会选择离开公司，寻求新的公司。

3、假如公司倒闭，我会提前选好新的公司做准备，并且随时安排好自己以后的工作方向，至到公司结束运营后再到新的公司面试就职。

### 职业路径评估：

2、在工作初期，假如我发现我并不适合从事轧钢工作，我会考虑走管理方面还有会计财务方面发展方向。

3、在工作中期时，假如我发现我并不适合从事轧钢工作，争取机会，我会进一步提高自己在轧钢方面的知识，会考虑靠去钢铁方面的研究生。

4、在工作后期是，如果发现我并不适合从事高层技术管理工作，我会选择提前退休，或者到新的公司就职。

实施策略评估：

1、如果短期内工作过于劳累或者压力偏大时，过后我会选择请假，到外地散心修养

2、如果长时间处于过度劳累或者压力过大时，我会选择其他公司。 其他因素评估

1、假如身体出现重大疾病时，我会选择辞职，带调理好身体之后，再度就业。

2、假如家庭发生重大变故，如需要大量资金时，我会酌情选择工资较高的工资就职或者是抵押贷款；如需要长时间陪伴家庭时，我会选择辞职，陪伴家庭度过难关。

3、经济状况不足以维持整个家庭的开支时，我会尽量缩减开支，同时寻找第二份职业填补家用。

## 二、评估的时间

计划往往赶不上变化，这要求我要做好职业目标的评估和调整，及时了解情况的变化，通过对实际情况和目标的实现程度分析，做好职业目标的考核，修改和调整，重新制定适合自身发展的职业目标，确保可行性，才能完成职业目标的实现。一般情况下，我会一年做一次评估规划，并在年头制定该年具体计划，并逐月修订，将具体计划按照年月周细分，并做好总结工作。积极修正和合核策略和计划，保证目标有效实施。

在特殊情况下，例如职位变更或者职业变更时期，我会随时评估并进行相应调整，我会酌情缩短规划周期，做到事事有计划。

## 三、规划调整的原则

## 1、成功标准

我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（特别是经济目标）我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

## 2、差距

a.从事钢铁企业的经验和与同事之间的协调配合；

b.作为技术人员所必备的专业理论知识、创新能力；

c.身体适应能力有差距。

d.社交圈太窄。

## 3、缩小差距的方法

### a□教育培训方法

（1）充分利用在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等。

（2）充分利用公司给员工提供的培训机会，争取更多的培训机会。

### b□讨论交流方法

（1）在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。

（2）在工作中积极与直接上司沟通、加深了解；利用校友众

多的优势，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

## c□实践锻炼方法

(1) 锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2) 养成良好的锻炼、饮食、生活习惯。每天保证睡眠6—8小时，每周锻炼三次以上。

(3) 充分利用自身的工作条件扩大社交圈、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，不论身份贵贱和亲疏程度。

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇七

本人有想过考研，在我看来，影像学现在可能作为一新兴行业，但是这一行业会在未来几年内饱和掉，这时拥有硕士学位的我会比较有竞争力。(以下的职业规划是基于我没有考研或者考研没有成功的前提下做的规划)

第一年：实习之后最好的结果是可以福州的三甲医院工作，这可能有很大的难度，但是没梦想就没有希望。若无法实现的话，我决定回我的家乡——漳州找工作。原因是：第一，漳州毕竟是自己的家乡，论人脉资源是其他地方所不能相比的，而且漳州市对影像学人才有一定的需求；第二，据我所知，这几年少有漳州市的高中毕业生报考福建医科大学的影像学专业，这样竞争压力就小很多；第三，我是独生子，父母不想我在太远的地方工作。

接下来五年：在所在的医院里努力工作，积累经验和知识，争取职称的提升，最好能有机会被医院选送去深造。深造在我看来是一个很不错的提升自己的机会，因为对于离开大学的我们可以说很难再有机会接受系统的教育了，而深造正是提供了这样的机会。在这五年里解决自己的人生大事：结婚



生子，买房买车。

三十岁后的人生：首先，自己若在所在的医院里事业顺利，那就专心做自己的医生。要是对自己的现有的职业不满意的话，这时我会选择换工作。由于前几年工作下来，这时应该有了一笔资金，我会选择下海做生意。原因是：第一，我本身就又想做生意的想法；第二，做医生的一好处就是有广泛的人脉资源，这对做生意有利；第三，三十岁的我有人生阅历，而且在医学发面有一定的了解，做医疗方面的生意是个不错的发展方向。

梦想总是美好的，现实却不一定如意，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得。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！

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇八

进入新春，大学生就业的最后一轮求职高峰即将来临。近日，记者走访招聘会发现，很多大学生在求职时并没有明确的目标，多是“挨家投简历”的拼概率式的求职方式。

“总找不到合适的工作”是很多大学生在求职时常有的困惑。有人力资源专家提醒，在职业生涯中，每个人只有对自己的职业生涯进行合理的设计与规划，才能使自己有一个新起点，有一个新未来，也才能在财富上追求更大的成功。

据悉，由今晚报社主办的“大学生就业创业助力行动”于去年夏天启动，内容主要包括三大行动，即“培训行动”、“引领行动”和“助力行动”，充分营造“劳动光荣、技能宝贵、创造伟大”的浓厚社会氛围，切实为大学生解决就业创业“最后一公里”的问题。作为“大学生就业创业助力行动”的重要内容之一，“就业服务进校园”系列活动围绕“树立正确择业观、就业心理疏导、职业生涯规划”等内容，邀请创业成功的企业家或长期在人力资源管理岗位任职的高级管理人才当讲座嘉宾，面对高校毕业生和就业指导教师进行创业就业辅导，自去年9月启动以来已举办30余场高端讲座。

据今晚报记者在“就业服务进校园”系列讲座的现场调查显示，近九成大学生没有职业规划，对未来没有非常明确的奋斗目标。在该就业指导讲座现场，主讲嘉宾、长期从事人力资源管理的天士力集团高级经济师袁晓霞在开讲伊始，就在来自南开大学、天津大学和天津中医药大学的近400名学生中，进行了一个小调查。“在座的同学，你们中已经制定职业生涯规划的请举手。”结果，举手的不到50人。而在互动环节，很多学生提出了“因不太喜欢当前专业，对未来感到迷茫”的困惑。

本报记者在深入招聘会的摸底调查中也发现，很多学生表示，目前自己还非常年轻，谈“职业规划”尚早。即将于今年夏

天毕业的小王告诉记者，他感觉就业比择业重要，能找到份收入不错的工作就可以，至于工作适不适合自己、是不是喜欢的，并不是最重要的。小王说，他可以在就业后“骑驴找马”，随时跳槽。

21岁的大四学生晨晨认为，自己还年轻，毕业刚刚走上社会，有着大把的“试错”时间。“俗话说：‘计划赶不上变化’。就算制定了职业规划，若是遇到很多外在突发客观情况，也就不得不改变计划了。我感觉刚刚进入职场，肯定是走一步看一步，反正自己还年轻，就算错了也有时间能够重新再来。”

但也有应届生虽然不太懂职业规划，却很会算时间成本账。基于紧迫的时间账本，开始认识到职业规划的重要性。22岁的鞍志的时间账本是这样的：23岁毕业，若是打算30岁前买房结婚，在天津目前看来，在房价维持当下水平的前提下，通常需要100万元。按照首套房首付30%计算，至少需要30万元。再加上装修、家电、婚礼等各项费用，总计至少40万元。7年时间攒够40万元，平均每年至少存57000元，每月存4750元。这样算下来，不仅时间紧迫，收入的高低更是大问题。“对应届生来说，没有两三年的职场经验积累，月薪是不会太高的。按照这个账本来看，年轻人根本没有走弯路的时间可浪费。从大学毕业到30岁，想要独立承担婚房费用并娶上媳妇，我就要始终努力，争取更好的职位、获得更好的收入。”鞍志说。

按照中国职业规划师协会对职业规划的定義，职业规划是指对职业生涯乃至人生进行持续的系统的计划的过程，一个完整的职业规划由职业定位、目标设定和通道设计三个要素构成。

按照这个定义，职业规划的前提被提炼为四个原则。首先是喜好原则。即只有这个工作是自己喜欢的，才有可能在碰到强大对手的时候仍然坚持；在遇到极其困难情况时不会放弃；

在有巨大诱惑的时候也不会动摇。其次是擅长原则。想要把工作做好，甚至是做出彩，在竞争中脱颖而出，一定是从事自己所擅长的事、有能力做好的事。坚持从事自己擅长的事情，才有可能比别人做的好，自己也能在其中获得乐趣。三是价值原则。即所从事的工作能让自己认同，认为自己付出的时间与精力是值得的。只有这样，人才会全身心投入其中。否则的话，总认为自己做的工作不值得自己投入，势必会影响个人发展。四是发展原则。在所从事的工作是值得的前提下，这个工作还要具备一定的发展前景，自己的努力能换回更大的回报，付出的坚持能换回够大的成长空间，人才会感觉到职业生涯有奔头，也才会愿意主动付出。

另外，有研究表明，人的职业生涯发展受到许多因素的影响。这些因素有些是主观的，比如，自己的职业知识、职业能力、职业兴趣、职业人格、需要、价值观和偏好的生活方式等。有些是客观的，比如，可供选择的职业、机遇和报酬等。

北京大学光华管理学院人力资源管理及组织行为博士后、中国人民大学商学院副教授仲理峰在接受媒体采访时指出，在影响人的职业生涯发展的客观因素中，职业发展机遇在很多时候都是一个关键甚至是决定因素，能够影响一个人职业生涯发展的方向和进程。无论在哪个职业生涯阶段，都可能出现一个或多个发展机遇。抓住这些发展机遇，不仅能给人们挖掘自身职业潜能、完善自己的职业生涯规划、为实现自己的职业生涯抱负提供平台，也能为人们适应职业生涯发展需要，逐步走向职业成熟和职业成功提供契机。

南开大学首届emba学员、知名职业经理人李树杰在接受本报记者采访时表示，所谓职业规划，在他看来，就是要懂得为达成自己的理想配置所需要的资源。但这种配置，是不可能一蹴而就的，“好前途是设计出来的”。他认为，每个大学生在毕业时都应懂得自问两个问题：“你想要什么？在不在乎你想要的？”他说，这两个看上去特别简单的问题，它的答案往往决定了你的未来。“我朋友的孩子上大二时就开始为大

学毕业找工作写推荐书。男孩子是学计算机专业的，特别想去位列世界500强的一家美国公司工作。他知道这是一家规模极大的跨国公司，招聘的条件高而严，只有少数符合条件的人才有可能被录用。你看，他从大二开始就已经知道自己想要什么，并积极的为自己的‘想要’而配置所需要的资源。首先，跨国大公司对员工的英语能力要求是很高的，于是他通过努力取得了英语六级证书；公司要求新人一定要具有组织能力，于是他努力当上了校学生会干部；公司还要求员工要具有很高的专业技术水平，于是他通过了微软的mcse认证；如果你想成为正式员工，而不是实习生，那么还需要有在同行业大企业的相关工作经验，于是他利用寒暑假到同类的美国外企做免费实习生。就这样，大学毕业后，他顺利地该公司录用。试想，假如你是他的同班同学，也想被该公司录用，他做了两年极具针对性的准备，而你却没有。那么，你要有多优秀才能与他竞争呢？”李树杰说，这就是最简单、最明确的职业规划。他为大学应届生提供了四个“提早”建议：一是提早做求职准备，找工作有章可循；二是提早确定目标，有的放矢做准备；三是提早做企业比较，心中有数目标精准；四是提早做准备，找准岗位先下手为强。

职业规划能为个人在职场的发展起到极大的促进作用，而个人因为事业获得发展，继而获得较好的经济收入，拥有较佳的社会地位，自然也就更有能力承担起家庭责任。

心理咨询师聂羽含认为，大学毕业生的心理误区之一是感觉还有很多时间可供挥霍，总以为有些问题距离自己还很远，比如恋爱结婚、生孩育子。事实上，从毕业到结婚，大多数人只有七八年甚至是三五年的时间。“人的成长阶段与必须要承担的责任，是成匹配状态的。”

28岁的刘勇去年“五一”刚刚结婚，婚前月入六千的他感觉生活轻松，每年还能出国游。婚后，面对房贷和成倍增加的家庭生活开销，刘勇渐渐潇洒不起来了。此时，他想到利用跳槽，换到收入更高的企业去工作。“这些年我一直做策划

工作，主要是配合业务人员做设计方案。过去感觉收入还可以，所以始终也没有太大的职业危机感。这次想要跳槽才发现，像我的大学同学这几年从来没放松自己，考取了不少资格证书，而我除了工作经验，什么都没有“。

“年轻人很少考虑做职业规划的原因也是因为年轻的时候，人的责任与压力都比较小。在这样的前提下，自身的职业该如何发展？现有岗位有没有发展前途？这份工作在未來能提供的收入能否让你支撑起整个家庭的负担？甚至是你的养老问题能否依靠目前的工作来解决？”心理咨询师聂羽含说，随着年龄的增长，没有职业规划的人通常会呈现出两个状态，一是在某个没有过多技术含量的岗位工作时间过长，这种职业积累更多的是重复式劳动，职业发展呈原地踏步的态势；另一个是由于没有清晰的职业规划，导致人在做事时毫无方向感，遇到困难容易退缩，常常利用跳槽来逃避困难，结果每隔一两年就换个工作，造成没有职业积累。“无论是哪种情况，最后都会导致收入的多年长期持平，甚至是不断下降。”

聂羽含提醒大学毕业生，对待职业发展万不要掉以轻心。尤其是随着年龄的增长，压力成倍增加时，若个人在职场的成长不能与压力的增多成正比，那么日后的职业发展将面临更大的困境，生活也将面临更多的压力。“25到35岁，通常是一个人渐进上升的阶段，所谓‘出名要趁早’。职业规划一般是确立目标、知晓差距、积极积累、有明确达成方法。由此来看，35岁前的十年是积极积累的阶段，若完不成这个积累，日后靠什么去发展呢？尤其是人们到了35岁以后，老人的养老问题，孩子的教育成本，中年人生活压力之大远非二十岁出头的年轻人所能想象的，年轻人必须要意识到，这中间至多只有十年的缓冲期。”

刘勇告诉记者，面对每月几千块的房贷，自己又没有注意职业积累，现在是想跳也不敢跳，好在自己只有28岁，还有及时纠正错误的时间。“我发现我的大学同学，现在有人都已经进入中层管理阶段了，有的人在广告公司是美术指导，有

的人一毕业就改行做销售，现在已经是拿年薪的销售总监了。只有我还在安心的做一名策划。”刘勇说，未来几年他要把全部精力都放在职业发展上，最重要的是要好好的做一个职业规划。

“很多年轻人在应聘时会发现，招聘的岗位越‘高级’，对经验的年限要求也就越长。很多主管级别的经验要求是三至五年，经理级别的岗位经验要求是八至十年。为什么会有这样的招聘要求？这是因为人的发展从年龄角度来说，应该与能力成正向倍增的关系。也就是说，在人们的意识中，40岁的人肯定比30岁的人经验要多，技术要好。”聂羽含提醒大学毕业生，一定要重视职业规划带来的方向性积累指导。“只有进行正确的职业积累，未来才能赢得用人单位的认可，继而才会有资格获得更好的职业发展空间。”

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇九

我是一名专转本的大三学生，在大专学习的三年，我努力使自己的综合素质不断提高，无论是在学习还是工作上，都严格要求自己。如今也确实有所收获，然而当我被推荐到xx工学院来读书时，我才发现，我的眼光还是不够远，还有很多需要学习和努力的地方。很庆幸自己选了《大学生职业生涯规划》这门课，让我对自己有更全面的认知，对事情有了更理性的分析能力，对他人也更加包容和感恩。更重要的是，我能够对职业生涯有更进一步的认知和理解，每个人都应该有所追求，无论大小，但是这样的目标要有。如果你坚信自己一定能行，就很可能行；如果你坚信自己根本不行，就真不行。如果你认为学习和工作是享受，那就如处在天堂；如果你认为学习和工作是苦役，就如处在地狱。

我是介于外向和内向之间的女生，有时候很喜欢做有挑战性的事，善于交际，

喜欢被人关注。但当自己由于压力而感到疲惫时会希望自己

能安稳平静一些。所以我的目标有两种打算：一是教师，而是汽车行业人才。

作为一名教师，我认为我付出我快乐，我很乐于把自己的哪怕一点一滴能让

学生受用的知识或道理传授给他们。同时也为这个职业感到无比自豪。作为汽车行业人才，我同样希望自己能学以致用，把自己的能量用到最大化，在展现工作能力的同时也展现出个人魅力。

我是一个比较理性性格相对温和的人，虽然乐于交际，但还是习惯在做出实

事的同时在道出自己的想法，不做无把握之事。做事谨慎，但偶尔也会感性冲动。

作为一名教师，首先提高理论知识水平，获得较高学历，平时需培养自己的

耐性。平时说话时更要注重逻辑性和条理性。进一步提高自身素质。作为一名企业人员，我需提高自己的专业水平，做出更出色的成绩。

喜欢以自己的方式行事。面对人多的场合会更加有精力，表现欲望增强。只要自己愿意，可以和任何人进行有意识的谈话。面对相反意见，通常持怀疑态度，十分坚定和坚决。权威本身不能强制我本身，只有当我认为这些规则对自己的更重要的目标有用时，才会去遵守。我也并不十分受冷漠与批评的干扰，作为所有性格类型中最独立的。

思维严谨、有逻辑性、有计划性，会试着分析看到新计划实行后的结果。多疑、独立，对于自己和他人能力和表现的要求都非常高。



完美主义者，比较强烈地要求个人自由和能力，同时在他们独创的思想中，不可动摇的信仰促使自己达到目标。

在实现自己的想法和达成自己的目标时有创新的想法和非凡的动力。能很快洞察到外界事物间的规律并形成长期的远景计划。一旦决定做一件事就会开始规划并直到完成为止。

自主性强、看重个人能力、有创新思想和远见；

逻辑性强，精于理论，善于处理复杂而综合的概念；

独立性强，不依赖别人，自信，不盲从权威；

用高标准要求自己，做事非常有决心和坚忍不拔，坚定不移地去实现自己的目标。

可能显得比较强硬，他人不敢接近；

有很好的想法，但是可能却不能实际去操作和实现；

过度关注任务而忽视他人的贡献。

我的专业是汽车服务工程，现如今汽车行业发展趋势较好，并且汽车专业人才还是很紧缺，我应该努力学好专业知识，并进行进一步深造，在很多汽车企业或者高职院校就职还是有很大机会的。再加上自己乐于交际，面对大场合不怯场，相信自己还是有很大发展空间的。

当今社会研究生太多，我要做的是在学好专业知识和拿到更高学历的同时，提高自身综合能力，开发自己更多更大的潜能，找到由于他人之处。

父母对我的发展十分重视，几乎成为了他们生命的中心。尽可能的为我创造

出更好的环境，鼓励我深造，支持我的梦想。

我现在就读一所普通本科院校，考研氛围十分浓厚，这对我有很大的帮助，

也希望自己能够完全适应这样的环境。

现在高校招聘要求还是很严格的，通常都是以211和985为底线，这就让我

不得不进行深造，压力还是相当大的。汽车行业的出色人才也很多，而且许多大型企业招聘都要有工作经验，虽然之前实习过几个月，但仍有所欠缺，需要增加更多的社会工作经验。

在分析了所有因素之后，我对自己有了更深的了解，也更加明确自己的优势所在，目标已然确定，努力和坚持不能少，希望多年以后，回望这份规划书时，我会会心一笑。

## 大学生生涯规划和职业生涯规划篇十

20xx——20xx学年第二学期，我们开展了《大学生职业生涯规划》一课，在为期一学期的学习中，懂得了许多知识，也明白了职业规划对人生的重要性。

“不做准备的人就是准备失败的人”，所以规划对于我的人生是有重要意义的，规划好自己的人生，给自己一个预期的目标，这样可以目标明确地去做事情，不必浪费不必要的时间，更不必做无用功。很多事情失败的原因不是在行动前没有计划，而是缺少计划前的行动，这就是所谓的“准备”。机遇来临之时，有准备的人可以应用自如，而无准备的人恐惧只能望洋兴叹了。

在课堂上做mbti性格类型倾向测试后，才使我更加深层次的

了解自己，这也是学习这一科的一个最大的收获。古人云：“知己知彼，百战不殆”若连自己都不了解自己，恐怕说不上要在人生的战场上输得多么惨烈了。我的优缺点、我喜欢的工作类型、以及适合我性格的职业，这些方面的了解可以让我明确今后学习的侧重点，凡事都有个主次矛盾不是吗？于我无益的事情就没必要再浪费时间去做了，把今后需要用到的东西学好，这才是现在最重要的事情。

思路决定出路，性格决定命运。我更看重一个人的头脑。而我却偏偏不是一个聪明的人。《职业生涯》的学习让我知道了要学会用脑子。现在的社会就是一个头脑的帝国，没有什么比智商更值钱的了！打破头脑思维的局限性和古板化，是思路腾飞的关键，而我承认，在这一点上，我是需要不断学习和锻炼的。至于性格，自古“江山易改，秉性难移”，还好我不是个性格很极端的人，性格的完善也还好做到。

这一学期的学习，受益匪浅，我懂得了许多道理，大学的生活就是一个小社会，我在这其中摸爬滚打，学习着一切以前未曾接触的东西，为以后步入社会做准备，在这一课上学到的东西，我相信我将受用终生，因为道理是永恒的，理论却是不断更新的，这一学期的《职业生涯规划》结束了，不过我会带着学到的知识一路好好走下去！