

# 2023年做自己的职业生涯规划(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

## 做自己的职业生涯规划篇一

在制定生涯规划时，首先要确立志向，这是制定职业生涯规划的关键，也是你的职业生涯规划中最重要的一点。

职业生涯规划首先要“定向”，此为“一定”。方向定错了，则南辕而北辙，距离目标会越来越远，还要重新走回头路，付出较大的代价。因此，职业生涯规划决策，决不能犯“方向性错误”。

通常情况下，职业方向由本人所学的专业确定。但现实的情况是，很多人毕业后，并不能完全按照自己所学的专业来选择工作，有的甚至与原专业风马牛不相及。“学非所用”、“用非所学”、“专业不对口”的情况比比皆是，已不足为怪。这种情况下，就需要认真考虑，选择适合自己的职业岗位。有时为了就业，甚至要强制自己去“适合”并不喜欢的岗位，只要这种职业是社会紧缺的、急需的或有发展前景的。有些学子在学校里读了双学位，拿了几种职业等级证书，就业时就比别人多了几个机会，显得高人一筹。

二是“定点”。所谓“定点”就是定职业发展的地点。比如有些人毕业后选择去南方，有些选择到上海、沪宁线一带发展，有的则选择去边疆、大西北，选择到祖国最需要的地方去，都无可非议。俗话说“人各有志”嘛。但应该综合多方面因素考虑，不可一时冲动，心血来潮，感情用事。比如有的毕业去了南方，认为那里是改革开放的前沿，经济发达，

薪资水平较高。但忽略了竞争强烈、观念差异、心理承受能力，甚至于气候、水土等因素，结果时间不长又跳槽离开。当然这也无所谓。但如果一开始就选准方向，就可以在一个地方，围绕一个职业长期稳定发展，对自己的资历和经验都会有助益和长进。时间加努力，有望成为某一领域的资深人士，岂不更为有利。频繁更换地点，今天在这，明天到那，对职业生涯成长肯定弊多利少。

三是“定位”。择业前要对自己水平、能力、薪资期望、心理承受度等进行全面分析，做出较准确的定位。不可悲观，把自己定位过低。更不要高估自己，导致期望值过高。一但不能如愿，失望也就越大。刚毕业就被知名大公司选中，而且薪资福利不菲，当然是你的运气。如果没有碰上这种好机遇，也无需气馁。不要过分在意公司的名气，薪资的高低。只要这家公司、这项专业岗位适合我，是我所向往和追求的，就应该去试一试，争取被录用。确立从基层做起、从基础做起，逐步积累经验，循序渐进，谋求发展的思想理念。可能对你的一生都会有好处。

从哲学角度来看，“三定”实际上就是解决职业生涯设计中“干什么”、“何处干”、“怎么干”这三个最基本的问题。这三个问题解决好了，职业生涯发展就会比较顺利确定志向。志向是事业成功的基本前提，没有志向，事业的成功也就无从谈起。俗话说：“志不立，天下无可成之事。”立志是人生的起跑点，反映着一个人的理想、胸怀、情趣和价值观，影响着一个人的奋斗目标及成就的大小。所以，在制定生涯规划时，首先要确立志向，这是制定职业生涯规划的关键，也是你的职业生涯规划中最重要的一点。

[怎样规划自己的职业生涯]

## 做自己的职业生涯规划篇二

人力资源管理从业者，作为职业生涯规划的专业人员，在此

方面应该更加专业，对自我的分析更加透彻，对环境的认知和对社会、企业的发展趋势判断更加准确。来看看hr如何做好自我职业生涯规划吧。

## hr如何做好自我职业生涯规划

### 一、人力资源管理从业者现状分析

作为一名人力资源管理从业者，步入职场后一般会经历三个阶段：

#### 第一，学习和实践阶段。

初出茅庐的一名人力资源管理从业者进入组织之后，至少需要有1-3年的学习期。

这一阶段，主要是对组织的熟悉过程，需要学习和吸收大量的信息，包括组织的内外部环境、体制机制和管理模式、行业定位和发展规划、领导者风格、员工诉求等。

ibm公司对于新进入的员工设置了3年的考核期，考核期满且合格的人力资源管理从业者，将进行岗位轮换，按照工作扩大化和工作丰富化的理念，加强管理人员的业务学习和能力提升。

#### 第二，思考和提高阶段。

在上一阶段学习和信息掌握的基础上，通过不断发现问题，开始对人力资源管理专业问题的思考，从如何进行人才的培养、如何加强员工的激励机制、如何优化人力资源的配置、如何完善机构设置、如何建立合理高效的业务流程、如何提高企业的整体绩效等方面进行思考。

如果说上一阶段是进行基础理论的学习，那么这一阶段则侧

重于专业理论的学习。

通过学习，自身掌握的知识得以持续更新，自身掌握的人力资源管理的理论和方法随企业环境的变化而变化。

在跟踪学习新方法、新技术的同时结合在工作中的实践，有的放矢，充分做到理论和实践的相辅相成。

这一阶段大概需要4-6年的时间。

第三，总结和成熟阶段。

通过上两个阶段的学习、思考、实践和管理探索，我们会亲身感受到人力资源管理的改革与创新的历程，积累更多的实践经验、心得体会、失败教训，对于政策和理论的理解也将更加深入，逐渐形成一套独立的人力资源管理的方法和见解，并能指导其他人开展业务并进行人力资源管理政策的研究工作，甚至有些人会产生一些管理的新理念和新思路，设计一些管理的新程序。

这一阶段属于职业发展的较高层次，一般需要从从事7年以上的人力资源管理工作。

通过借助杂志、报刊、网络、媒体等各种媒介进行调查研究，我们发现目前国内的人力资源管理者的现状不容乐观。

更多的人处在管理层的中层或偏下阶段，做到高层的ceo简直是凤毛麟角。

这主要是归因于以下三个方面：一是企业领导者的认识不到位。

目前中国企业中更多的领导者关注的是企业的经营、市场、财务等方面，对人力资源管理工作虽然定位较高，但在日常

的管理过程中，往往需要给其他方面让步。

二是人力资源管理工作的复杂性和高难度。

人力资源管理作为一项管理工作涉及到人员招聘与调配、培训、岗位设计、薪酬管理、绩效管理、劳动关系管理以及人力资源规划、保险等多个方面，其中任何一项工作都需要进行政策研究、制度创建、流程设计等，因此工作本身的复杂程度和挑战性很高，需要从业人员具备清醒的头脑、广博的学识、严谨的工作作风、谦虚的学习精神、无私的敬业态度，更需要在人力资源管理工作中经过长时间的经验积累和实践历练并抓住机遇才能有所建树。

三是人力资源管理从业者自身的专业限制。

人力资源管理从业者的引进、选拔、使用和激励必须和组织的性质特征相联系，这就要求人力资源管理者熟悉整个组织运作的方方面面，熟悉主营业务性质和专业技术特点，只具备人力资源的专业知识，而不精通业务，也很难制定出切合实际、真正发挥作用的办法和制度。

基于以上三点，可以看出人力资源管理从业者在通往企业高级管理人员的通道上存在着一定的瓶颈。

## 二、人力资源管理从业者职业生涯的轨迹

纵观国内人力资源管理者职业轨迹，无外乎以下几种：

### 1. 职位晋升。

按照企业管理的通道设计，从最初的管理主办，逐渐进入企业的中层，最后进入领导层担任高级管理人员。

这条途径，从目前国内的人力资源管理者现状来看，可谓凤

毛麟角。

## 2. 管理咨询。

有一部分人执着于政策和理论研究，通过在企业长期的积累和实践，对政策理解和掌握较为深入，驾驭理论的水平也较高，能够运用理论知识解决实践中的问题，帮助组织完成人力资源的相关方案设计，制定相关制度，最终成为该领域的管理咨询专家。

这一阶段通常需要以上的管理实践经历。

## 3. 担任企业培训师。

一般情况下，首先要取得企业培训师的执业资格，另外要具有企业管理专业的研究生以上学历，同时对于工作实践方面要求比较高。

能够在大型企业或知名企业担任中层以上职务的人员，才能够在这条路上有较好的发展。

## 4. 人力资源猎头。

这也是现在比较流行的职业。

人力资源管理者在企业工作过一段时间，尤其是担任招聘主管5年以上，在人力资源领域有一定的人脉关系，同时精通人才招聘和能力素质模型的相关理论，可以到猎头公司谋得职位。

## 5. 转行到其他岗位。

有些人觉得在这一领域发展不会很快，结果也不太理想，而且又不愿意潜心做研究，通常会选择转行到生产经营或营销等一线岗位工作。

由于起步较晚且缺乏专业基础，需要比相同岗位的人员付出更多的努力。

### 三、如何选择和实施职业生涯规划

人力资源管理从业者应该如何进行自我的职业生涯规划呢？

首先，进行职业生涯分析。

从以下三个方面进行：一是自我分析。

运用swot方法检查自我的技能、能力、特长、喜好和职业机会。

二是环境因素分析。

包括家庭环境、同事的状况、组织环境、社会环境、经济环境等。

三是关键因素分析。

关键因素也可以称为里程碑，是个人职业生涯实施过程中需要重点关注的事件和节点。

其次，职业生涯目标的制定。

职业生涯目标制定过程中，首先要确定职业发展周期，明确自我所处的职业生涯阶段，参照上文提到的人力资源管理从业者常见的职业生涯轨迹选择合适自己的发展方向，然后抛下“职业锚”，明确职业发展目标，最后，对目标进行分解：人生目标、长期目标(5-10年)、中期目标(3-5年)、短期目标(1-2年)。

然后，实施职业生涯规划。

按照制定的职业生涯规划目标，实施规划，在实施过程中要注重运用一定的策略保证目标的实现。

常用的策略有，确定发展方向：横向发展、纵向发展、向核心发展等；明确职业生涯中各种角色的转换及各角色所需要的知识、能力，通过教育培训、自我学习、岗位历练等达到角色转换的要求。

最后，职业生涯的评估和反馈。

如同企业的发展目标一样，职业生涯规划的目标也需要根据自身发展和环境的需要进行不断地评估和修正。

[hr如何做好自己的职业生涯规划？]

## 做自己的职业生涯规划篇三

身为大学生的我们，一代天之骄子，正处于人生中最完美的时期。应对此刻过于激烈的社会竞争压力，我们应当要有充分地准备，为将来毕业之后实现自我完美的梦想。人生是短暂而又漫长的，在这有限的生命中我们必须规划好目标，及时实施，使我们走上正确的道路而不会虚度光阴。

青春是一首歌，生命是一段路生活是一种享受。在这花样年华中，让我们一齐规划自我的未来，开创属于自我的梦想。为了高效的利用时间，实现自我的人生价值，特作以下个人职业生涯规划。

### 一、自我探索

#### 1. 职业兴趣：

自我评估的结果

我平时喜欢看书，尤其小说一类的故事性较强的书；我还喜欢听音乐，对流行类和古典中国民乐兴趣浓厚；上网冲浪也是我的爱好，假期回家后我每一天都会上网看新闻，聊天等；我也喜爱动漫，对其有较广泛的涉猎。

## 职业测评的结果

测出的结果如下：

社会型social(s)[]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、渴望发挥自我的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

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

艺术型artistic(a)[]想象力丰富、梦想的，直觉的，冲动的，独创的，可是无秩序的，感情丰富，但缺乏事务性办事本事等特征。

## 职业兴趣探索小结

我的兴趣是与人交往，善于写作。我对人和新的事物都十分感兴趣，善于观察周围的事物，喜欢有形的东西，适应本事强且随遇而安，有很强的表现欲望。自尊心比较强，做事力求完美。我执着，脚踏实地，善于处理人际关系，富有同情心，愿意以实际的方式去帮忙别人，另一方面能让别人理解自我的意见。

## 2. 职业本事

### 自我评估的结果

掌握计算机基础技能，逻辑思维、理性思维较强；喜欢唱歌，写作，在文学方面比较出色。拥有会计从业资格证，具备初级会计师的本事与要求，获得英语四级证书。欠缺的地方：文字功底不太强，写作水平不高；与不熟悉的人相处不够大方，与人交流方面需加强。

## 职业测评的结果

测出的结果如下：

社会型social(s)[]喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新朋友，从事供给信息、启迪、帮忙、培训、开发等事物，并具备相应本事。如：教育工作者（教室，教师行政人员），社会工作者（咨询人员，公关人员）。

常规型conventional(c)[]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，并具备相应本事。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。

艺术型artistic[]喜欢的工作要求具备艺术修养、表达本事和直觉，并将其用于语言，行为，具备相应的本事，不善于事务性工作。如：艺术方面（导演，建筑师，摄影家，广告制作人），音乐方面（歌唱家，作曲家，乐队指挥），文学方面（小说家，剧作家）。

## 360度评估结果

### 自我评价

优点：做事负责，仔细耐心，比较乖，乐于助人，坚持自我的原则，比较有爱心，做事有条理，。

缺点：有些固执己见，有时也会有点懒惰，。意志力不强，动手本事差，说话比较直接。

### 家人评价

优点：大部分时候乖巧听话，很孝顺，不太需要为她操心，自理本事很强。善解人意，做事认真。

缺点：有点内向，有点娇生惯养，应当多吃点苦，多锻炼一下自我。

### 亲密朋友评价

优点：聪明、有向进心、有目标、乖巧。很贴心，讲义气对朋友很好。

缺点：缺少社会经验，太单纯，有点娇气，意志力不强。

### 同学评价

优点：乐观开朗，对熟悉的人很贴心，乐于助人，有较强的工作本事，有必须的管理本事和学习本事。

缺点：有时固执己见，应当多听取别人的意见，有时候说话也要含蓄点。

### 职业本事探索小结

自我感觉自我本事的潜力比较强，具有信息收集和筛选本事，准确的自我评价本事和理解他人评价的承受力，并能够从成败经历中有效地吸取经验教训。在工作上能够协同他人共同完成，对人比较公正宽容，注意细节，在平时的生活中十分注意人际交往。一个人应当学会取长补短。精力旺盛、热情、性情平和、乐于助人、忠诚、职责心强、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梦想话，

我会不断的去完善自我。

### 3. 职业价值观

#### 职业价值观测评结果

结合测验得出我最突出的职业价值观注重关系、赞誉赏识和家庭。

## 做自己的职业生涯规划篇四

个人觉得在这样一家思想已经根深蒂固的企业，想要做些改变是不大可能的。就算有这样的可能，收效估计也不大。不过这也都只是主观判断，所以如果我是陈小姐：

#### 第一、企业方面。

最主要的是，如果自己在关于企业人事方面有什么意见或建议，最有可能可以改变的地方，形成建设性的文件。然后给上级领导探究一下，到底可行度有多少，毕竟上级是最了解企业的。

最后还要看上级是否支持若支持，则继续呆在这个企业，开创自己的新纪元，但是一但开始了中途便没有说退的权力；若不支持，在这家企业呆满2-3年后辞职。

#### 第二、个人方面。

为什么要呆满2-3年？话说跳槽的话也是要有成本的，当然也可以净身出户，关键还是看年龄。年龄小，无所谓，跳槽了可以从头开始；但是年龄大了就不得不考虑各方面问题。结婚、生育、赡养、房贷……差不多25岁以后就不得不纳入考虑范畴了，所以这2-3年的工作经验就是咱们手上的一把尚方宝剑。

为了生活，跳槽，不容置疑。

第三、工作方面。

明确自己工作的目的：是为了稳定的生活，还是为了更高的追求？

如果是前者，找一份有足够的收入、稳定的工作即可。

若是后者，则还需要为自己规划一份努力上进的晋级路线。

例如在未来的1-5年内，自己在学习方面需要加强哪些方面的知识、在工作上想要达到怎样的一个层次，以此类推。

[关于hr如何做好自己的职业生涯规划？]

## 做自己的职业生涯规划篇五

2、把以上各个点按强度从高到低排列，画出曲线图或折线图。

3、再次确认高山和低谷，从高山看世界，自信基石，并鼓励和加强自信心。

第二步：了解环境

1、检索职业兴趣：从职场一路走来，你都做过哪些工作，周期与成就总结。

2、你读哪一份工作最感兴趣，为什么？那一份工作最有成就感，为什么？

3、衡量你最喜欢的工作和最有成就感的工作在收入、成就感、成长性以及对生活的支撑上的支持强度。

4、再次对就业市场该工作的发展性及你未来生活对其的依赖

性作出判断，并质问自己是否可以把此职业当做一生的事业。

### 第三步：兴趣与目标

1、衡量你终身职业在收入、家庭、感情、成就感上对你的支持及你在这几个关键因素上的职业吻合度。

3、最终确认：终身职业及你要达到的职业高度(收入、地位、职业环境的清晰确认或描述)

### 第四步□swot分析

3、该职业对你存在哪些诱惑或者机会?机会有多大?

4、你去竞争这些职位存在哪些威胁?

### 第五步：职业定位与人生定位

1、最终的最终，你确立了你的职业定位，即从事什么职业和职业发展的高度。

2、最终的最终，在人生中你的生活与职业重叠，职业和生活互相依赖，由此你找到生存的动力和愿景。

### 第六步：中长短期发展规划

1、为了达到最高境界，你的中期3年目标是什么，5年呢?清晰化，实际化，具体化这些目标，包括成长目标、学习目标、收入、工作环境、感情、地域、家庭贡献等。

2、制订短期计划，即1年计划，你的目标是什么，同样具体化、清晰化。

### 第七步：执行计划(含生活习惯)

1、为了实现这些计划，你有充分的心理准备和日常行为改变的决心吗？

3、时间管理：你必须首先树立正确的人生观，一些价值观，并汇聚成行动理念，然后坚决执行自己的决定。比如，手机是最浪费时间的啦，我的手机现在基本上很少响起。还有朋友，必须明确谁是真正的朋友，谁是职友，谁是商友，一个人一生中只有1-2个真正的朋友，那是值得你用心去维护和尊重的。

4、自我管理 with 激励：潜意识训练。必须的!!!!!!你必须相信自己，必须坚信自己能够实现你所有的梦想，古人云，心有所愿，行则必达。

5、规划日常行为路线，时间安排、生活圈的取舍，朋友的取舍以及维护方案，细化到具体人、时间及活动细节。

6、饮食：太重要了，必须的!!!!!!!!!!!!!!目前我坚持素食，尽可能不吃肉，所有的肉食，能不吃就不吃。这种习惯使我生发智慧，更深透的明白什么是人！

7、锻炼身体：必须的!!!!!!!!!!!!!!锻炼身体，最重要的是修炼内心世界，我每天最少有10分钟到1小时的时间反省自己，看自己，检点自己，看自己的内心，力求最善。

8、每天至少学习3小时。学习所有的，最后在精确定位到专业和工作。最佳学习法”缘“。你慢慢体会。简言之，要从蚂蚁上树中领悟到所有人力资源管理的技术和奥妙，当然也可以是营销技术。其它的应多学习心理学、文化学，并敏锐的感知你所在的世界的所有信息。要多学习古人的知识，奇经八卦、梅花易数、麻衣神相、风水大观、酒食之风、、、这些东西能给你带来更多的奇缘。

9、11点以前睡觉。这个是养生观，没有你，没有你的身体，

没有你的健康的身心，其它的都是。

[hr做好自己的职业生涯规划的方法]