

最新大学生涯职业生涯规划书 大学生职业生涯规划书大学生职业生涯规划(优质5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生涯职业生涯规划书篇一

- 1、研究指定电力系统的规划立项，进行投资概算。
- 2、负责电力设备的设计工作。
- 3、研究开发电力设备安装施工技术。
- 4、负责相关发电设备运行的技术督导工作。
- 5、分析和处理电力设备安装、调试、检修和改造中的技术问题。

职业概述：电力工程师是从事电站与电力系统的勘测、规划、设计、安装、调试、运行、检修、电网调度、用电管理、电力环保、电力自动化、技术管理等工作的电力专业工程技术人员。

胜任条件：我学习的专业和本职业的要求相关，如果研究生毕业后参与此工作，在专业上的知识应该就够用了。我比较认真，在技术工作中可以很好的完成任务。我的合作能力比较强，可以建立一个很好的合作团队。

- 6、与职业选择目标的差距：主要是在专业知识上，还有很大

的差距。第二，是耐心做事的能力，工程师，以后的工作很可能会比较枯燥，比较复杂，这就需要我有很强的耐心，和对工作的热爱。这也需要我在今后的学习中不断努力提高。

四、未来三年的行动计划：

大学生涯职业生涯规划书篇二

第一段：引言（大学生涯规划的重要性）

大学生活是人生中重要的阶段之一，它不仅意味着离家独立，还意味着人生将进入一个更加复杂和具有挑战性的环境。因此，大学生涯规划成为每位大学生必须面对的重要任务。通过规划，大学生能够明确自己的目标、发展自己的能力，并为未来的职业和人生做好准备。

第二段：明确目标（找到自己的方向）

在大学生涯规划中，最重要的一步就是明确自己的目标。每个人都应该问自己，我想要成为怎样的人？我想要从事哪个行业？通过这种方式，我们可以明确自己的兴趣和职业发展方向。同时，大学期间还可以通过实习、课外活动和社团参与等方式，了解不同行业的实际情况，从而更好地选择自己的发展方向。

第三段：发展能力（广泛学习，培养综合能力）

大学生活是一个多元化的时期，我们应该将自己的目光放宽，并广泛学习各种知识。无论是专业课程还是选修课程，都可以帮助我们培养各种各样的能力。在这个过程中，我们要保持积极主动的学习态度，不断地提高自己的学习成绩，并积极参与各种社会实践活动，锻炼自己的综合能力。只有这样，

我们才能在竞争激烈的职场中立于不败之地。

第四段：实践锻炼（挑战自己，增强竞争力）

大学生涯不仅仅只是在教室里学习，还应该有更多的实践锻炼。比如，我们可以在暑假期间找一份实习工作，将所学的理论知识应用到实际工作中，并在实践中不断提升自己的能力。同时，我们还可以积极参加各种比赛和竞赛，向更高的目标挑战自己，不断提高自身的竞争力。通过这种方式，我们可以更好地适应职场的变化，并增加就业机会。

第五段：不断自我提升（终身学习，追求卓越）

大学阶段只是人生中的一个开始，我们应该树立终身学习的观念。通过不断学习，我们可以不断提高自己的能力，并不断适应变化的社会。此外，我们还应该时刻保持求知的心态，积极参加各种培训和继续教育，不断拓展自己的知识面。只有不断追求卓越，我们才能在未来的职业生涯中取得更大的成功。

总结：

大学生涯规划是一个需要花费时间和精力过程，但它对于我们的人生和职业发展至关重要。通过明确自身的目标、培养各种综合能力、积极参与实践锻炼以及追求终身学习等，我们可以更好地适应社会的变化，增强自己的竞争力，并为未来的职业生涯做好充分准备。因此，我们应该充分认识到大学生涯规划的重要性，主动规划自己的求学和发展路径，实现自己的人生目标。

大学生涯职业生涯规划书篇三

未来，掌握在自己手中。踏着时光车轮，我已走到23岁的年轮边界。驻足观望，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴

出场。在机遇与挑战并存的未来社会里，作为一名哲学系的新生，我究竟该扮演一个怎样的角色呢？世上没有免费的午餐，只有付出，才能有收获。每个人的骨子里都不甘平庸，每个人都有梦想，但是又不免迷失在容易慵慵懒怠和找不到目标的现实生活中。当“鸿鹄之志”遭遇“蹉跎岁月”，其结果只能是“长空闲，白了少年头，空悲切！”通过职业生涯规划来找到职业发展方向，即职业方面的目标，将职业转为事业。寻找到目标后努力去完成目标，达成生活的意义，实现自我的价值。人人都期望事业成功。俗话说“上进之心，人皆有之”，这是人的本性。然而，事业的成功，并非人人都能如愿。想要自己的事业有成，必须树立明确的目标与管理，运用科学的方法，切实可行的措施，发挥个人的专长，开发自己的潜能，克服生涯发展困阻，避免人生陷阱，不断修正前进的方向，最后获得事业的成功。而这些都需要及时、合理的职业生涯规划来为我们导航。有了目标，才会有动力。规划好自己的职业生涯。当岁月婆娑，一晃至我的暮年时分时，自己还依然能手拈金莲花，对着这份亲手规划出的人生之路无悔的微笑！未来，掌握在自己手中。

二、自我剖析

1. 我的成长经历

我出生在一个普通的农村，这对我的性格有很大的影响。

我的启蒙教育是由我母亲完成的，以及各种为人处事的方法道理也都主要受影响于我的母亲。母亲有耐心，很热情，喜欢帮助别人，善于与人沟通交流，做事不论付出多少代价都要做到尽善尽美，对生活很满足，但偶尔有点脾气。

大学以后父亲对我的影响开始显现。父亲很爱看书，总是寻找人生的意义、追求精神生活的充足，父母的性格对我影响深刻，但也由于父母性格的差异而导致我性格偶尔的矛盾。使我我兼具研究型与社会型人的特质。

小学时很喜欢看科幻类的书籍，喜欢幻想，也喜欢搞设计。小时候总会写关于梦想的作文或是被大人们问以后想干什么。从小到大都一直有个信念在我心中——我很与众不同，我将来要从事影响很大很神圣的事业。而现在我已到了方向。

对我人生影响最大的是我的高考和考研这两次重要的考试。

由于高考成绩的不理想，甚至无法得到任何一份通知书，我于20被迫转到了文科复读班，开始了自己由理改文的新的奋斗过程。进入文科班后成绩开始明显起色，逐渐受到老师们的关注，也渐渐融入班级。“高四”的复习是艰辛的，但仍觉得那是一段温馨美妙的时光，为着一个明确的目标努力拼搏。20我收到了大学传播学的录取通知书，从那一刻起，我走向了人文科学的研究之路。

大学毕业后，发现自己又不幸地处于了中国教育大跃进的时期，本科扩招的弊端由于金融危机而进一步显现出来。于是我又做出了一个大胆的抉择：回炉再造！

经过近一年的复习努力，20我再次敲开了心仪的哲学系的大门，这将是我在科学研究路程上获取新的成绩的起点。

从我的成长经历可以看出，我有上进心、不甘平庸，想象力丰富，喜欢自己制作，遇到自己喜欢的事很有激情、很执着。我以后的职业生涯之路基本由自己决定，自己规划，不会受家里人太大影响。

2. 360度全面解析—别人给予我的评价

身边熟悉的同学的评价：

优点：有上进心，奋斗感，有为青年、自信、善于言辞、活泼大方，为人和善，上进心强，爱学习、与朋友相处融洽。

缺点：有时候过多注意细节、偶尔有恋家的倾向。

3. 自我认识

优点方面：

乐观开朗积极进取，能够积极并有效地应对挑战；有较好的综合素质，懂得很好地把握机遇；有一定的沟通交际技巧；有较好的创造性，思维活跃，思路开阔；吸收新知识的速度较快，并且善于在实践当中运用；遇事细心，喜欢思考，对许多事情有预先的准备思考等等。

缺点方面：

心理的消极暗示过多；情绪容易激动，感情过于丰富；容易表露自己的想法，对事情的态度看法容易固执，偏激；竞争意识太强，追求完美，容易自加压力造成紧张等等。

总体分析认知：我有较好的社会适应能力和活动能力，并且有较好的生存竞争能力。个人素质较全面，适合综合性较强的职业；有良好的表现能力，这种能力下适合从事交际性较强的职业；善于组织和管理。总的来说，是属于社会型的职业类型。

三、环境分析

1. 家庭环境分析

我生活在国家级贫困县，而我们那村落处在高山上，虽然这座山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！

2. 学校环境分析

本人现就读的哲学系其前身为创办于1958年的大学哲学系，是大学建校时较早创办的专业之一，办学历史较为悠久，师资队伍结构较为合理。现有专职教师22人，其中教授11人，副教授11人，教师中有博士学位15人。现有本科专业1个即哲学专业，1个一级学科硕士授予权点，6个二级学科硕士点。拥有省人文社会科学重点研究基地“江右哲学研究中心”，具校级独立建制研究所2个即道德与人生研究所、哲学研究所。

3. 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能力，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！

4. 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。中国的学术界做假现象相当严重，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！

四、职业定位

1. 职业目标的确定：大学教授

2. 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能力。研究生毕业以后的事情，待定！

五、目标分解与实施步骤

1、研究生学习阶段(2009-)

(1) 在导师的引导下，深层次地学习专业知识，注重向专业知识的深度发展，并确定自己的强势知识，发展强势知识，突出自己的优势。

(2) 通过报刊、上网等途径及时了解国家以及国际环境，关注

此专业的发展动态。

(3) 进一步开放思想，培养与发展创新能力。

(4) 研一上学期对公务员有初步的了解并报考，以后每学期参加一次公务员考试，目的在于锻炼，并能争取在研三左右实现目标。

a. 制订科学的学习规划和计划

学习单凭勤奋和刻苦精神是远远不够的，只有掌握了学习规律，相应地制定出学习的规划和计划，才能有计划地逐步完成预定的学习目标。马克思曾说过：没有规划的学习简直是荒唐的。可见严密的学习规划是完成学习任务的保证。我将根据学校的教学大纲，从个人的实际出发，根据总目标的要求，从战略角度制定出基本规划，经过一年的实践，待熟悉了大学的特点之后，再完善四年的整体规划。

b. 要讲究读书的方法和艺术

c. 完善知识结构，注意能力培养

所谓合理的知识结构，就是既有精深的专门知识，又有广博的知识面，具有事业发展实际需要的最合理、最优化的知识体系。李政道博士说：“我是学物理的，不过我不专看物理书，还喜欢看杂七杂八的书。我认为，在年轻的时候，杂七杂八的书多看一些，头脑就能比较灵活。”大学生建立知识结构，一定要防止知识面过窄的单打一偏向。我的学习不光是完成课堂教学的任务，更重要的是如何发挥自学的的能力，在有限的的时间里去充实自己，选择与学业及自己的兴趣有关的书籍来读是最好的办法。莎士比亚说：“书籍是全世界的营养品，”培根也说：“书籍是在时代的波涛中航行的思想之船，它小心翼翼地 把珍贵的货物送给一代又一代。”学会在浩如烟海的书籍中，选取自己必读之书，就需要有读书的

艺术。

2、工作初级阶段(2012-)

在此阶段，由于对社会的了解不够，工作经验不足，要脚踏实地，一步一步做。在单位里要虚心向领导、同事学习，多与同事交流，建立良好的人际关系，做事要积极主动，不断思索，不断学习，树立为人民服务、甘愿奉献终生的理想。

3、工作发展阶段(2014-)

形成了比较成熟的工作方法和工作思路，做到学以立德、学以增能、学以致用。注重从小事抓起，预防在先、未雨绸缪、关口前移，把问题解决在初始阶段、矛盾化解在萌芽状态，避免倾向性因素变为现实性问题、小问题变为大问题、个别问题变为群体性问题。严格执行党和国家的政策法规，做到不枉不纵，刚正不阿。

此为职业生涯发展的黄金时期，应抓好这一阶段，使本人发展到个人事业的顶峰。

4. 完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：重点加强知识的更新，熟练掌握本专业领域技术技能，并成为技术权威，并具有较强的生产技术管理经验，途径：加强学术交流，虚心向年青人学习新技术。

(2) 个人发展、人际关系：成为单位的中流砥柱或中层领导，注意管理方法的学习总结，加强对年青人的指导帮助，带动新一代快速成长。

(3) 婚姻家庭：在工作时注意处理好家庭与工作关系，保证家庭和睦。

(4) 生活习惯、兴趣爱好：前些年养成的良好生活习惯将成为现阶段宝贵的一笔财富，注意继续保持。

六、结束语

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。每一个成功者都有一个开始。勇于开始，才能找到成功的路。那让我们从做好自己的职业生涯规划书开始。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。这份规划书寄予了我对自己前途的希冀与向往，无论它是否拥有完美的语言，都将是我对于自己未来的美好的计划，并且它终将载负着我的理想到达一个更高的境界！每个人都有不一样的梦想，也不是每个人都能实现自己的梦想。有目标，有计划的一点点一步步实施着，才能逐步靠近自己的梦想。

大学生涯职业生涯规划书篇四

机会因素(o)

1. 所学专业很好。获得工作机会不错
2. 工科专业缺口，需求量较大
3. 我们毕业时，金融危机逐渐减轻

威胁因素(t)

1. 女生工作不好找
2. 全国开设此专业的学校很多，竞争压力较大
3. 大学生就业形势紧张

swot分析：我的性格的严谨等方面都很适合这个职业，而且

综合素质比较高，比较有竞争力，而且现在大环境上此专业有一定的缺口，因此就业相对比较容易。但是作为女生有一定的劣势，就需要我去学好专业知识，在其他方面超出男生，才能找到一份满意的工作。

5、我的职业目标选择的工作内容和胜任条件

大学生涯职业生涯规划书篇五

综合前面的自我认知和职业认知这两部分的内容，我得出本人的职业定位的swot分析如下：

内部因素： 优势因素 (s) 弱势因素 (w)

头脑灵活, 逻辑推理能力较强 具有个人中心主义，顽固

具有创造力，认真，负责 不喜欢模式化工作，偶尔会有厌倦心理

有毅力, 观察力强

外部因素： 机会因素 (o) 威胁因素(t)

新兴专业的工作岗位相对 社会环境不断变化，

多些，疾病预防发 竞争激烈，就业形势日益严峻。

展前景较大。