

大学生职业规画书 大学生职业规画(实用8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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生职业规画书篇一

大学毕业生与用人单位供需见面、双向选择的就业制度在我国已经实行多年。职业生涯规划就是因应新制度而引进的新名词。职业生涯规划是否必要，职业生涯规划对事业走向成功有多大帮助，在毕业生乃至高校的就业指导工作者中都未形成普遍共识，也缺乏实证性证明。在北京毕业生就业工作协会的支持下，北京地区大学生毕业选择影响因素研究课题组，选择了北京地区类型各异、层次不等、较有代表性的五所高校进行了问卷调查。

调查围绕职业生涯规划设置了多个问题，统计分析表明：职业生涯规画的明确程度、职业生涯规画做出的时间对毕业生毕业选择的满意度、毕业选择与最初打算之间的一致性等都具有相当重要的影响，个人职业生涯规画已成为毕业生作出毕业选择最重要的决定因素。

对自我了解越深入，职业生涯规画越明确

对个人兴趣爱好、性格气质和能力素质等的了解程度与职业生涯规画明确程度进行相关性分析，结果显示：学生对自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度均与职业生涯规画明确程度具有正向的相关性，而且这种相关是高度显著的。在此基础上，随着学生了解自己程度的提高，其职业生涯规画明确程度平均分值得越大，也就是说，越是了解自己兴趣爱

好、性格气质、能力素质的学生，对自己职业生涯规划的明确程度也就越高。

职业生涯规划越明确，毕业选择的满意度越高

对职业生涯规划明确程度与毕业选择满意度的相关性分析说明：职业生涯规划明确程度与毕业选择满意度之间有显著的联系，也就是说，职业生涯规划明确程度不同的同学，其毕业选择满意度是不一样的，两者具有正向的相关性。

在两者有着显著性联系并且是正相关的基础上，可以看出，随着职业生涯规划越明确，毕业选择的平均满意度程度有越来越高的趋势。也就是说，职业生涯规划明确程度越低，则毕业选择的满意度就越低；职业生涯规划明确程度越高，则毕业选择的满意度也就越高。由于前面已经证明，对兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度与职业生涯规划明确程度具有正向的相关性，因此，也可以推断出，越是了解自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的学生，其毕业选择的满意度也就越高。

职业生涯规划越明确，毕业选择结果与最初打算的一致性越高

对调查结果的分析研究表明，职业生涯规划明确程度与毕业选择结果与最初打算的一致性之间有显著的联系，也就是说，职业生涯规划明确程度不同的学生，其毕业选择结果与最初打算的一致性是不一样的。

在两者有着显著性联系的基础上，进一步观察可以看出，职业生涯规划明确程度越高的学生，其中毕业选择结果与最初打算不一致的学生所占的比例越低，毕业选择结果与最初打算一致的学生所占的比例越高。也就是说，职业生涯规划明确程度越高，则毕业选择结果与最初打算就越一致。由于前面已经证明对兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度与

职业生涯规划明确程度具有正向的相关性，因此，也可以推断出，越是了解自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的学生，其毕业选择结果与最初打算就越一致。

大二做出职业生涯规划，毕业选择的满意度相对较高

调查显示，最早形成职业生涯规划的时间与毕业选择满意度之间有显著的联系，最早形成职业生涯规划的时间不同，其毕业选择满意度也不同。

从不同时间形成职业生涯规划的毕业选择平均满意度的变化可以看出，大学二年级形成职业生涯规划的学生，其毕业选择的平均满意度最高，相对而言，上大学前做出职业生涯规划的学生毕业选择的平均满意度最低。这一结果其实是可以理解的，一般来讲，在上大学前，在我国的应试教育体制下，学生的唯一目标几乎只是考大学，学校所教授的内容几乎全部是围绕高考而展开的，因此，上大学前学生很少有机会了解自己的兴趣与特长，因而所做出的职业生涯规划是不切实际的。而在上了大学后，经过一年的大学生活，经过对专业方向的了解和对自身了解的深入，大学二年级所做出的职业生涯规划自然也就更切合自身实际，因而按照此时做出的职业生涯规划进行的毕业选择也就容易产生较高的毕业选择满意度了。

职业生涯规划是确定毕业选择的最重要决定因素

调查还显示，受调查学生对于自己毕业选择(国内升学、出国留学或就业)作出决定时，各项影响因素所占的百分比不同。在选择出国留学的学生中，为了寻求更多机会而出国留学的人最多，占33.23%，基于个人职业生涯规划作出出国留学决定的人略少，但也有31.65%的比例；而在选择国内升学和就业的学生中，基于个人职业生涯规划而作出决定的最多，选择国内升学的学生中有34.50%的人、选择就业的学生中有39.76%的人是基于个人的职业生涯规划所作的决定。可见，

个人职业生涯规划已经成为当今大学生确定毕业选择最重要的决定因素。

大学生职业规划书篇二

当今社会处在变革的时代，到处充满着激烈的竞争。职业活动的竞争十分突出，尤其在世界金融危机的影响下，就业形势越来越严峻，要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并持续立于不败之地，务必设计好自己的职业生涯规划。这样才能做到心中有数，不打无准备之仗。记得高中一位老师说过，当别人已经起跑了，而你还在绑鞋带，那么最先被淘汰出局的肯定是你，此刻细细回味，是多么有寓意的一句话啊。机遇只垂青于有准备的头脑！没错，为了给自己的人生设定一条轨迹，为了最大限度地发掘自我潜能，增强自己的竞争实力，为了让自己的职业生涯发展更有目的性与计划性，为了提升自己应对竞争的潜力，我决定给自己的未来设计一个蓝图，给自己的人生设计一个坐标轴。

我们向往着完美的明天，所以一向为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了职业生涯规划设计，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从此刻起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

每个人的一生都是有限的，在有限的时间里，所有人了都期望自己能够到达自己梦想的巅峰。

在每个人的生命发展的过程中，其发展过程都是独特而又丰富多彩的。一生的时间不能够重复，那么在不可重复的今生必须要为自己做好一份详尽的规划，并按照规划好的人生方向前行。

做好职业规划并不简单，它是一个很庞大的概念。它是在个

人与组织的相结合下，对一个人整个人生的主观、客观分析，结合实际状况确定一个人的最佳发展方向与目标，并未实现这个目标做出的合理的行动方案。

人生如同一本书，一本自传。不同的人他书中的资料也有着不同的资料。书中可能有彩色的，黑白的图片；有繁华的，纯朴的文章；有快乐的，痛苦的情绪，等等。

在书中，我们的经历就是那书中的书页，辞去了旧的一天，页码就会相应的增加了一页；迎来了新一天的同时，一张空白的纸也在等着我们去填写。而且每本书的开头都标明目录，以方便我们去查找所需要的资料。那我们人生之书的目录又是什么呢是我们的计划。出版社一般都是根据资料去制作目录，而我们的“书”则是根据目录去填写后面的资料。在不同的时期，能够根据自己的计划去完成预定的目标。古语曰：“凡事预则立，不预则废。”

想要自己人生之书资料变得丰富多彩就的先把目录写好。

水无点滴量的积累，难成大河。人无点滴量的积累，难成大气。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功喜悦没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果只有付出，才能有收获。未来，掌握在自己手中。

当今社会竞争越发激烈，如果我们不加紧自己的脚步，跟随时代的步伐，透过不断学习，来充实自己，将很难有一个长足的进步。而一份对自己未来的规划是与人竞争的主要手段之一。个人发展规划代表了我现阶段人生的最大理想，也是近期最就应付诸时间实践的，它的实施与否主宰着我的后半生的成功与失败。

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懈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。

转眼间，我已经在我的生命历程中走过了二十几载，但我到底是个怎么样的人呢，我适合做点什么呢，我的未来会是怎么样的呢？以往我从来细想过这些问题，只是每天很机械地在重复着做些以为该做的事情，对未来也相对迷茫。但周老师的职业生涯规划课给了我一次唤醒自我的机会，一次深刻认识自我的机会，让我意识到机会总是留给有准备的人的，所以我们要时刻准备着，对自己有个清醒的认识，为自己的未来做一个规划。

大学生职业规划书篇三

大学生职业规划是对将来要从事的职业及要达到的职业目标所做的方向性方案。对于大学生而言，合理的职业生涯规划会产生激励的作用，使他们有学习和实践的动力，从而为实现自己的目标而进取。但是由于大学生自身特点，如情绪波动大，行为意志不够坚定，容易产生心理冲突，同时对职业

展望较高，导致目前的就业形势却不太乐观。在这种情况下，如果没有一个对自身和周围环境的清晰的认识，很容易迷惘，失去信心。因此，职业规划对于大学生未来的发展具有极其重要的意义。

一、大学生职业生涯规划问题

（一）自身重视程度不足，职业生涯规划观念淡薄

调查表明，有近63%的学生没有认真做过一份自我职业计划书，约16%的学生认为职业生涯规划没什么意义，还有78%的大学生对规划只有一些模糊的想法，认为是以后的事情不加以重视，忽视了职业规划的过程性和动态性。等到毕业时，他们才发现自己无实践经验，知识储备不足，错过了职业生涯规划下有目标、有计划的人生发展的大好机会。

（二）规划缺乏系统的理论指导

虽然目前一些高校已经开始重视大学生的职业规划问题，但这个普及面还远远不够，普及工作仍处于滞后状态。根据调查，有很多学生反映所在高校并无此专业课程，只是偶尔会有关于此类的讲座。从调查的数据看，高校没有将职业生涯规划知识向大学生进行有效普及。

（三）急功近利，期望过高

调查中发现，相当一部分学生对未来的职业有一种功利化的态度。不少学生表示希望在就业时能在较短时间内当上主管、总监等高职位，预期自己月薪上万的学生超过30%。这些反映了许多大学生不考虑自身实际情况，拥有盲目过高的期望。这样的职业规划对于绝大多数学生而言很显然是不现实的，最后会导致失望和失败感的增加。

（四）缺乏自主决策能力，专业选择与个人脱节

根据调查，有43%的学生是自己选择的职业，而这些43%的学生大多在决策过程中缺乏对职场的系统调研，凭借自己的一知半解，几乎不会从个人的兴趣爱好、个性特点、职业特点等方面考虑。而其余大部分都是通过教师家长的意见以及被调剂等情况，这些就造成了学生在进入大学前职业生涯认知和行动能力上极大的缺失，结果上大学被选了不了解的专业甚至不喜欢的专业，因此导致在进行职业选择时困惑很多。

二、大学生职业规划中的建议

（一）学生方面

1. 合理定位，积极面对。在求职应聘中，学生要给自己一个合理正确的定位，不要一味追求高收入，期望值要与市场行情相适应。同时，要看清楚目前的就业形势，在就业形势不够乐观的情况下，我们要能够接受先就业再择业的心态。
2. 认识自我，增强信心。在竞争日益激烈的社会，我们应该树立自信的意识，抛弃自卑的心理。既要有勇往直前的精神，又要有不惧怕失败的思想素质，使自己在求职方面有一个健康的心理。
3. 完善知识结构，培养专业素质。当今社会发展需要大学生有一个合理的知识结构，这样才能增加在就业时的竞争力。为此，大学生就需要更多地参加社会实践活动，将所学的理论知识与实践经验相结合，为将来的就业打下一个良好的基础。在建立合理知识结构的过程中，既要不断储备知识扩充知识库，同时又要避免盲目地学习扩充，使自己所掌握的知识与专业岗位相适应，增强自己的专业岗位能力。
4. 提高承受能力，增强心理素质。在目前就业市场前景不太乐观的前提下，不可避免，大学生在求职过程中会遇到一些困难，这时，我们千万不能有畏惧心理，而是要认真分析自己失败的原因，找出问题关键所在。要增强信心，不断调整

自己状态，使自己适应市场的需求。

5. 调整就业期望，树立正确择业观。毕业生择业时期望要与当前的就业形势相适应，不要期望过高或过低。同时在择业时，要认真去了解社会对自己所学专业的需求情况，再结合自己的职业兴趣、专业特长、实际能力等去确定职业期望值，在择业时，要以自己所长，择社会所需，以实现职业理想。

（二）学校方面

1. 地方高校应该转变观念，加强大学生的职业生涯规划教育。高校要充分认识职业生涯对大学生发展的重要性，不仅要为大学生提供就业信息，还要为大学生开设职业生涯规划指导，最好能让每个大学生都懂得如何去规划和发展自己的职业生涯。学校最好能一批专家型的职业规划工作者，这些人具有丰富的人力资源开发和管理知识，并精通心理测评等技能，让他们将职业规划教育落到实处，而不是流于形式。

2. 高校应该为在校大学生提供参加职业训练的机会，让大学生更早更多地了解社会和职业动向，学习职业技能，让学生主动地、热情地、负责地参与到自己的生涯规划中来，从而做好自己的职业生涯设计。

三、结语

对于大学生而言，职业规划影响到大学生未来的职业生涯和发展前途，大学生要加强职业规划意识，充分了解自身，结合实际情况，制定出适合于自己的. 职业规划。学校要加强对学生职业生涯规划的课程指导，帮助大学生学习系统、科学的职业生涯规划知识，为自己制定一份成功的职业生涯规划书。只有这样才能实现未来的职业追求，实现人生的价值。

大学生职业规画书篇四

向阳生涯首席职业规画师洪向阳表示，职业规画的`关键并不在于纸上写了多少，写得多好[tips]向阳生涯是国内首家职业规画师资格认证培训及职业规画咨询机构，全国领先的职业生涯管理专业服务商。

职业规画:大学生要规画，但不可止于规画

向阳生涯高级专家王一敏指出，职业规画不能纸上谈兵。

上海交通大学学生就业服务和职业发展中心主任刘建新认为，大学生要规画，但是不能止于规画。学校做了很多努力，教学生制定职业规画，最后形成职业规画书后，学生难道就要按照这个计划书按部就搬地走吗?其实在大学期间仍然是生涯规画的探索期，要允许有改变，允许其探索。不要认为计划书形成了，探索后如果觉得需要改变，就是说明这个计划书是失败的，对于这个错误的观念一定要纠正。

那么怎样让学生行动起来，不能职业规画只停留在纸面上呢?第一学vs会。学习从学会到会学的转变，适应新世纪对人才的要求。第二培养兴趣。大学处在探索期，必然要利用大学丰富的资源再作探索。第三，积极主动。第四，做人做事。现在学生有一个普遍的倾向问题，即注重能力的提升，而忽视品格、品德的塑造。

向阳生涯高级专家王一敏指出，职业规画不能纸上谈兵。人在变化、社会也在变化，职业规画是一个不断改进调整的过程，因而大学生的项目书、计划书同样需要不断思考。思考除了自己之外还有社会上等很多不确切的因素。比如设定了一个目标，如果去实习、见习、职业体验的话，很可能会发现与原来的想法有差异，也可能是自己很难甚至做不到的。所以，职业规画千万不要纸上谈兵。学生们怎么去做规画，怎么一步一步走下去，其实是有具体的操作方式的，比如量

表、价值澄清法等。

向阳生涯首席职业规划师洪向阳表示，职业规划的关键并不在于纸上写了多少，写得多好。职业咨询是针对问题对有需求的人来做的。真正解决方案的内容基本上不超过一千个字。对于一个真正合适的职业规划，很多东西是在咨询者自己的心里。自己内心深层次的认同才会有动力来执行，否则就成了纸上谈兵。

向阳生涯首席组织生涯管理专家马士斌认为，在大学阶段制定规划，如果要切合实际、切实可行，在校期间要结合学习、社会实践、人际关系的建立，这是一个阶段。另外一个阶段是毕业后，在校期间所制定的规划更多地把注意力放在在校期间规划的制定，而不是毕业后。毕业后的规划不需太细，但要有一个五年、十年长远的目标，不一定要规划出详细的道路，因为这是学生不可预见的。离开校园来到企业需要细化规划，或者调整大学期间不合理的规划，这样才能顺利实现对接。

总之，大学生要做好职业规划，但绝不能止于规划。站在人的生涯角度来看，职业规划不单单是发现问题才想到去解决问题，它一定是伴随着人的一生。通过职业规划可以让人们不断认识自我、分析自我、规划自我、实现自我的过程，因而职业规划是人一辈子的事，需要长期关注。而对于处在职业探索初期的大学生们来说，需要在前期制定好职业规划的基础上，经过实际的感受和不断摸索，才能最终找到正确的职业定位以及未来发展的长远目标。

tips□向阳生涯是国内首家职业规划师资格认证培训及职业规划咨询机构，全国领先的职业生管理专业服务商。专业提供职业定位、职业转型、职业规划、生涯管理等咨询、培训服务，帮助企业及个人获得更大的知识。

大学生职业规画书篇五

对有些人来说，留学海外，就如同一叶孤舟在茫茫大海中漂泊，承载的是惶恐与失落；而对另一些人来说，留学海外却如同货轮穿梭于海洋，承载的是自己的.目标与方向。王辉耀就属于那种扬帆奋进者，因为他的留学生涯与职业规画紧密相连。

“人生的路很长，但紧要处只有几步。”王辉耀第一步关键的选择是赴加拿大读mba。他说：“我觉得要在有限的一生做比较有意义的事，就要给自己寻找一个比较好的发挥点。我学的是英美文学专业，分到国家经贸部。当时是80年代，国家正处于改革开放一片生机勃勃的时期，我感到要参与，光有文学知识是不够的，要走出去，要参与到国际经贸活动中去。就这样，我去了加拿大，读了mba。这对我是一个很好的准备。”

对出国留学前的规画，王辉耀要说的是，如果你选择出国读管理类课程，一定要注意在国内积累相关经验，寻找工作机会的时候，要尽量选择那些与经济或商务等领域有关的、能够写上履历的工作，否则可能你当时收入不错，但你的工作并不足以为你进行足够的能力锻炼，而且这份工作经历将来国外的商学院也不会看重的。他在外经贸部三年的工作经历，也使他在国外的学习及工作实践中如鱼得水。

在留学期间，王辉耀有三个“不一样”：第一，只用一年时间就拿下了mba学位，因为“一定要在一定阶段攻克一个目标，才有机会追踪下一个主攻方向”；第二，没刷过一天盘子，因为“你总不能在简历上填成功地刷了几千只盘子，送了几千封信”；第三，用了整整一年时间研究找工作，因为“找工作本身就是一个培训的过程，是你练习捕捉机会的过程。”这样，他假期在加拿大帝国商业银行的工作经历、在日本生产精工表的公司给经理做培训的经历，都在简历里记上漂亮

的一笔，对他以后找工作是很大的帮助。

读完书以后，他顺利地进入蒙特利尔一家大型工程咨询公司，第一年做亚洲的市场经理，第二年成为亚洲市场的高级经理。

王辉耀先生第二步关键选择是，成为魁北克政府驻香港暨中国首席商务经济参赞，这是魁北克省第一次任命华人担任这一职务。

90年代初，魁北克政府在香港设立了一个独立的商务机构，要招聘一个负责商务处的首席商务参赞，他们登了广告，王辉耀决定去试一试。因为他有在中国工作的经验，也有在亚洲和北美大公司做管理人员的经验，懂两地的语言，熟悉文化背景。当时这个过程非常不容易，过五关斩六将，面试、笔试，假设各种各样的问题，让你提出有效的方案，怎样去管理这么一个代表处。这样，在众多的竞聘者中，王辉耀，一位来自中国大陆的年轻人，以优秀的表现脱颖而出，这在当地，尤其在华人圈里引起了震动。他给大家带来了一个最重要的启示，就是介入国外主流社会的一股闯劲。

王辉耀说：“在今天这个提倡全球化的时代里，要想改变自己的前途，就必须敢于介入，敢于发挥，必须关心你周围的事，包括它的政府，还有各方面的运作。如果能够参与到它的政府工作中，推动与中国、与亚洲的这种贸易和经济交往，无疑会提高中国和亚洲在加拿大的分量，也有利于更多的华人参与进来，发挥自己的优势。”

在他任职期间，魁北克和中国内地的贸易增长了一倍，在香港的贸易增长了两倍。

王辉耀第三步重要选择是，担任加拿大亚加国际集团总裁，为祖国的三峡工程作出突出贡献。

几年前，三峡工程在国际上有很大争议，许多西方国家拒绝

提供贷款，也拒绝投资，由于王辉耀先生所在公司的努力，加拿大首先破例投资。三峡开工后，王先生负责一个工程咨询公司，第一家介入到三峡项目中，做了3000万美元加拿大政府贷款的三峡工程管理系统和其他好几个与三峡有关的项目。

就这样，出生于四川成都的王辉耀，经历了漫长的求学之路，从北美到香港，然后又回到内地，最终回到了家乡附近的三峡，通过自己的方式为祖国服务。他说，“如果能把自己的未来成长与祖国的发展结合起来，是一个人的职业生涯中最美妙的一件事。”

大学生职业规划书篇六

今天，你不生活在未来，那么，明天你将生活在过去！我想很多人都憧憬过自己的未来，希望自己的将来有不错的成就我也问过自己：“在机遇与挑战粉墨登场的未来社会里，我究竟该扮演如何一个角色呢？”因为现实往往是残酷的。当今社会是一个经济迅速发展、充满竞争的社会，很多大学毕业生对自己的前途都很迷惘，提前做好规划可以让我们在严峻的就业形势面前做得更好，在众多的应聘者中脱颖而出，为我们以后更好的适应这个社会打下有力的基础。所以作为一个当今时代的大学生，我们应该对自己，对当今社会的就业形势，政治、经济、文化环境有一定的了解，按照社会的社会的需求并结合自身的特点去要求自己，从而实现自己的最大价值。

一、自我分析

个人特征： 我的性格是外向型的，成长过程中遇到很多好朋友，我变得开朗活泼，爱聊天，因为来自农村，淳朴的民风让我从小就懂得待人真诚、宽容，养成了随和的性格。也因为这让我的朋友圈子越来越大，锻炼了我的交际能力不错、让我善于沟通。我的兴趣爱好广泛，喜欢热闹的气氛。

使用《职业兴趣测评》探索了我的职业兴趣。根据职业兴趣测评的结果，我的职业兴趣如下：

自我测评的结果：rse 实用型 r 社会型 s 企业型 e

职业测评的结果：esc, 企业型 e 社会型 s 事物型 c

自我测评的结果：eis 事业型 e 调研型 i 社会型 s 职业测评的结果：sce 社会型 s 事业型 e 事物型 c

可能适合的职业：部长助理、福利机构职员、生产协调人、环境卫生管理人员、戏院经理、餐馆经理、售票员 职业能力探测小结。参考《职业能力和通用能力测评》的结果，现在我的职业能力小结如下，做为未来发展的参考：从各方面的测试我自己的爱好综合来看，我个人是比较适合从事企业型的工作的，二油气储运的技术和管理人员是我的首选。希望自己的努力和奋斗能够让自己早日实现自己的理想。

二、环境分析

2. 学校环境分析 高校是培养高级人才的摇篮，虽然我现在就读的钦州学院是广西省一所普通的大学，但我觉得钦州的学习氛围很不错，大多数同学在课余时间都会去图书馆、自习教室自习，这可以很好的带动我学习。另外，我认为教师是教学模式的直接实施者，我们的老师都是各门科的专业人才。具有丰富的教学资源，是经过严格挑选聘请过来的。相对优越和便利的教学资源为我们的专业基础的培养提供了条件。再者，学校为我们提供了丰富的学习资源，学校讲座较多，这为我们对社会人才的认识和自身能力的提升提供了一个广阔的平台。学校图书馆拥有丰富的文献信息资源，涵盖各门科类。我们可以从中汲取很多的养分。

3. 社会环境分析 我所在的城市钦州港正在发展建设当中，这为我们今后的就业发展提供了机会。

三、专业就业方向 and 前景分析

1. 职业去向： 我学的是油气储运工程专业，油气储运工程专业的全称是石油天然气储运工程，它是石油院校类的一个特色专业，也是主干专业。由于它在国民经济中的重要作用和地位，在国家与省、市的发展计划部门、交通运输规划与设计部门、石油天然气储运管理部门等从事油气储运工程的规划、勘测设计、施工项目管理、生产运行管理和研究等领域都有广泛的运用。随着社会各方面建设的蓬勃发展，“规划”尤其显示出了它日益重要的. 优先地位，而储运工程专业，就更显示出这个专业的不平凡。简单的讲，就市场需求而言，目前，储运工程专业的毕业生的就业形式比较乐观，供不应求的局面使得这个专业的毕业生在历年的人才交流会上都出现过用人单位争相“抢购”的局面。

2. 发展前景： 石油储运专业对口的就业单位有：中石化、中石油、中海油和所属的石油化工分公司、石化研究院、石化设计院、高等院校、大型跨国石油公司、现代物流管理部门、石油贸易公司、航空油料公司、港口、军队及企业等单位。这个专业的高校在全国不超过七所，可偏偏现在能源对我们是如此的重要，学这个专业的毕业生有很强的垄断性。前几年，该专业毕业生非常紧俏，供需比例达1:1.5,20xx年和20xx年受金融危机的影响，石油化工行业受到了很大的冲击，毕业生的就业率略有下降，但由于石油在国民经济中的重要作用和地位，石油天然气储运管理部门等从事油气储运工程的规划、勘测设计、施工项目管理、生产运行管理和研究等领域都需要这方面的人才，可以说未来的就业形势仍然看好。

分析我的优势：善于向别人学习；待人友好，容易与人相处。我的劣势：行事缺少稳定的计划和流程；对目标的韧性和坚持性不够。我的机会：参加社团里的各种活动可以增强我的动手能力。我面临的挑战：学历不高，限制了我的发展。5. 个人职业选项： 油气储运工程技术人员和管理人员、考公务

员、教师 原因：首先油气储运工程技术人员和管理人员是我的专业所在，选择他们是理所当然的，我可以发挥自己的专业优势，学到的可以基本都用到。我相信相对其他的技术和管理人员来说，我可以有更多的专业知识。再者，我会去考公务员，公务员的福利待遇都比较好，并且社会待遇要高于其他行业，工作稳定。况且公务员中有经济知识的不多，而我们在经济方面都有涉猎，我想这比较有优势。我来自农村，所以一开始我会准备去考乡镇公务员。最后我会选择会考教师证之类的。我喜欢和小孩子在一起的感觉，无拘无束，而且我对小孩子比较有耐心，亲和力不错。况且教师目前待遇也不错，工作也稳定，有寒暑假。

四、目标和计划

短期目标：大二：学习：首先要学好专业知识，加强英语学习，多练习口语，定时做一些英语四级试卷，准备四级考试。然后准备计算机二级考试，在自己薄弱的环节多花时间，有空多做大一时一些计算机习题。尽量多关注新闻，了解市场动态。工作：继续社团的工作，尽心尽责，尽量让大部分同学认同，充分锻炼自己的各方面能力。其他：争取到预备党员的名额，抽空看看考公务员的书，报名考驾照，利用假期时间实习或兼职，锻炼自己的经验 大三：学习：学好专业知识，如有可能，拓展自己其他方面的能力。学写求职信，简历等求职技巧。通过老师或靠自己争取到去企业实习的机会 工作：继续社团的工作。其他：成为党员，拿到驾驶证，多看考公务员的书，利用假期时间实习或兼职，锻炼自己的经验 大四：学习：利用学校提供的条件，了解各公司的招人信息，强化求职技巧。认真完成毕业论文，顺利拿到学士学位证书。工作：到企业去实习。长期目标：由技术人员做到管理人员，让自己的能力得到最好的发挥。多培养一些自己的兴趣爱好，使自己的生活会过得丰富多彩。五、调整及结束语 计划固然好，但有些时候计划会赶不上变化，所以在以后我会继续做些适当的改动，继续完善。而且更重要的，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。

大学生职业规划书篇七

本站后面为你推荐更多大学生职业规划！

前言：

我以前对职业规划从没有真正的考虑深思过，因为“计划永远赶不上变化”，我认为与其花时间规划自己今后的人生还不如花时间在各种能增加自己实力的事情上。但在借鉴古今中外的企业大家的职业历程之时，我发现他们的成功经验有共同的一条，那就是：规划自己的职业，做到刚踏入社会的短短几年就能成为该行业的佼佼者。职业生涯的规划使自己能够更好地了解自己的优势和存在的不足，使自己在大学期间有针对性的学习，提高自己的能力，真正做到“取长补短”，成为该行业的佼佼者。以下我将从认识自我、所学专业概述、定位职业、择优职业目标与路径、行动计划与策略等方面来规划我的职业生涯，以使我能够在这个竞争激烈的社会不断提升自我完善自我！

一、认识自我1. 行为风格：稳重、踏实、接受新事物的能力与适应力比较强。肯吃苦耐劳，做事有责任心，对于自己做出的承诺尽自己的全力兑现，有较好的自控能力。

2. 个性特征：乐观主义者，自信、正直、善良，喜欢结交朋友，喜欢挑战，对生活、学习充满热情，有着强烈进取心和较强的自学能力。

3. 兴趣爱好：喜欢立体设计、运动、游览名胜，此外还喜欢

自己设计制造东西。

4. 综合分析：出于对科学技术的向往和热爱，和对机器复杂结构神秘感的好奇，我毅然选择了机械设计制造及其自动化这个专业。希望用自己的双手亲自揭开它的什么感，亲自制造出更高端、更便利的机械产品。在入大学这一段时间内，我积极学习机械制图，在学习爱上它，用自己的双手画出设计出自己喜欢的机械产品。

二、所学专业概

机械设计制造及其自动化专业培养具备机械设计制造基础知识与应用能力，能在工业生产第一线从事机械制造领域内的设计制造、科技开发、应用研究、以机械设计与制造为基础，融入计算机科学、信息技术、自动控制技术的交叉学科，主要任务是运用先进设计制造技术的理论与方法，解决现代工程领域中的复杂技术问题，以实现产品智能化的设计与制造，运行管理和经营销售等方面工作的高级工程技术人员。

需要掌握的知识：机械制图、工程材料、工程力学，机械原理、机械设计、工程经济，机械设计基础、电工与电子技术、液压传动与气压传动、机械工程材料、制造技术基础、微机电系统与制造、互换性测量、控制工程、数控技术□cad□

所具有的技能：

2. 较系统地掌握本专业领域宽广的技术理论基础知识，主要包括力学、机械学、电工与电子技术、机械工程材料、机械设计工程学、机械制造基础、自动化基础、市场经济及企业管理等基础知识。

3. 具有本专业必需的制图、计算、实验、测试、文献检索和基本工艺操作等基本技能；

4. 具有本专业领域内某个专业方向内所必要的专业知识，了解其科学前沿发展趋势；
5. 具有初步的科学研究、科技开发及、组织管理能力。
6. 具有较强的自学能力和创新意识。

三、定位职业

一方面，从就业机会与社会需求考虑，目前，在国内机械专业学生的就业对口发展现状和前景都非常好，机械设计制造及其自动化专业的学生多年来一直是个供不应求，工序比在1: 10以上。根据北京上海和深圳等地人才调查显示，机械设计制造及其自动化专业一直排在人才需求的前列。机械专业毕业生主要在各大城市及沿海地区高新技术的研发和生产单位就业，加入wto后，中国逐渐成为世界新的制造中心和加工中心，因此该专业就业发展的趋势良好。

另一方面，自己的稳重，踏实的性格及其爱制作设计，爱发明构思的兴趣爱好，两方面都决定我适合找自己所学专业即机械设计制造及其自动化的相关职业。

我将自己的职业选择将定位于在制造业中从事数控设备的开发，工艺工装的设计，数控机床加工中心等高端智能设备的编程，设计机械与电气图样，编制数控加工程序，这五个关于机械产品的设计研发上。

四、职业目标与实现路径

机械专业刚毕业的本科生，现在一般工资行情在1500-20xx/月，从事的都是机械方面的低层次工作。要达到使自己设计，科研开发产品的能力，实现将自己的头脑转化为社会财富，就必须使自己做到专家的水准，其待遇收入也非常好，而且从事的是机械方面的高层次研发工作，能最大程度的把自己

所想的运用到实际生活中，为社会创造财富与价值，使自己的人生更有价值。

我的职业目标是：能成为一名专家水准的工程师，能在设备维修、数控维修、设备设计等方面独树一帜，能将自己的智慧转变成社会财富。而实现科研开发机械产品的途径就是考取研究生，跟导师学习更深层次的机械知识，研究学习产品的研发设计来使自己达到更高层次的水平，然后实践，用知识来武装头脑，用双手转变成现实的财富。

五、行动计划策略

1. 第一个五年计划

【1】充分利用在校学习的时间，把自己的专业基础知识夯实好，为自己补充所需的知识和技能，包括：参与社会团体活动，在科大图书馆广泛阅读相关书籍，选修旁听相关课程（时间：大学毕业前）。

【2】多与老师同学讨论交流，多与老师同学交换思维，相互表达见解看法，使自己的思维更加宽泛。

【3】充分利用众多校友的优势，参加校区之间的联谊活动，经常和他们接触交流。

【4】多结交好友，互相“取长补短”，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为考研做准备。

2. 第二个五年计划

【1】积极参与众多研究项目，为自己日后的科研开发产品打基础。

【2】通过工程师的考核，顺利拿到工程师证。

【3】个人发展、人际关系：主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。进一步扩大交友范围。适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，养成良好的作息习惯。

【4】参加公司的实践活动，熟悉工作环境，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量。

六、结束语

通过这次职业生涯规划，我清楚地认识了自己，确立了自己的努力方向和职业定位，这样就可以使自己保持平稳和正常的心态，按照目标和理想有条不紊、循序渐进地努力。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。可是，现实又是变幻莫测的，自己定的计划随时都有可能因为现实的问题而改变，这就要求自己要保持清醒的头脑，客观分析和全面的认知，给自己以更清楚的定位。

“播种思想，收获行动；播种行动，收获命运”，在此过程中我们必须抱有坚定的信念，持之以恒，达到自己的珠穆朗玛之峰！

大学生职业规划书篇八

1. 不从实际出发，高估自己的能力

不少人相信“不想当将军的士兵不是好士兵”这句话。其实，现实生活中的情况是，将军的位置很少，如果大家的目标都是当“将军”，那么这种主观愿望就会与客观条件产生差距，使你在执行计划时遭遇许多挫折。因此，制定职业生涯目标时要从实际出发。

有人认为，只要把本职工作做好就可以升任主管，其实不然，

优秀的运动员不一定是好教练，一些表现优异的工程师、销售人员等升任主管后却表现不佳，这是因为主管还需要工作以外的条件，如决策能力、协调能力、领导能力等。所以，在某个职位做得好并不表明在其他职位也做得好。

2. 发展目标不明确

3. 目标相互冲突

有些大学生的专业兴趣不在被录取的专业上，而是喜欢其他专业。就其本专业而言，应该完成规定的学习任务才能获得毕业资格，而兴趣与爱好又会使其将很多精力放在喜欢而不是被录取的专业上。处于这种状况下的学生会感到无所抉择、无所适从，甚至于出现进校分数很高的学生因不喜欢该专业而要求退学的现象。

也有一些大学生不能分清主次，盲目模仿如看到别人参加社团活动锻炼综合能力，自己也参加了几个社团，由于忙于参加各种活动，在结业考试时因没有取得自己期望的成绩而后悔莫及。有的学生干部没有处理好学习和社会工作的关系，有的大学生为考某一门科目而严重影响了其他学科成绩等，这些问题的出现主要是没有将目标系统化，主次不清，没有一个逐步实现各种目标的计划，以至于出现了综合素质很高、能力很强的学生由于学业成绩不理想而影响职业生涯发展的现象。

4. 相信命运，不愿做计划

很多人相信成功者是由于有好的机会，因此，他们被动等待命运的安排，而不主动地去规划、经营和努力把握自己的生活，这种人只能守株待兔。职业生涯规划是组织和个人双方都参与的事，最终的实现者是个人，因此，不能抱着做一天和尚撞一天钟的态度来对待自己的未来。

5. 轻视自己的成长，没有发挥职业优势

如果过于迷信老板对升迁的影响，就会因为迎合老板的好恶而妨碍自己真正的成长。如果失败了，又会归咎于老板而看不到自己的问题，这样会误入歧途。另外，注意到自己的不足，但却忽视了自己的强项，亦不可取。一个人要完成自己的职业计划，就要依靠自己的职业优势，将自己的职业优势发挥出来后，再去试着纠正自己的弱点。

6. 忽视家庭支持的作用

有些人不愿意亲人过问自己的工作，觉得没必要让亲人了解自己的职业生涯规划。其实，家庭的支持对于个人工作的成功很重要。另外，职业生涯规划也不要忽略了自己的生活乐趣，因为，工作和生活都是人生的重要目标。

7. 这山望着那山高

总是觉得别人的工作更理想，因此产生跳槽的想法，而没有想到，到了新的工作岗位要建立新的人际关系，面对新的矛盾和挑战。不管什么工作都不是容易的，因此，要客观分析自己的工作，要持有现实的态度。