

对自己的规划 做自己的职业规划师(优秀7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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

对自己的规划篇一

职业规划的过程，是知己知彼的过程。

知己，即认知自己。

知彼，即认识外界。

它首先是一个知己的过程，其次才是知彼的过程。

对于每个职场人，在职业发展中，会面临阶段性职业选择、阶段性职业瓶颈，如何做好每一次选择，如何应对好每个瓶颈，关系着后续的职业发展的顺畅程度，而知己，又是职业规划中最关键的一步，所以，我们要学会为自己做职业规划，做自己的职业规划师。

做过职业规划的朋友都知道，咨询+测评，是职业规划采用的必要手段。通过这些手段，可以让老师全方位认知职场中的你，进而为你提供职业的适应、发展等方面的咨询、辅导、判断、建议以及解决办法。

其实，最了解自己，和最不了解自己的，往往是自己！我们首要做的是认知自己。

1)内省：从性格、特长、能力、爱好、职业兴趣、职业价值观、以及人生观、世界观等各个方面，认知自己，可以通过一系列的测评题来帮忙，网上有很多，可以去下载，书店也有很多类似的书籍，可以去借阅或者购买阅读。

2)自查：对自己有了认知，需要为自己的定位，要知晓自己需要什么，想要什么，终极目标是什么。有了定位，需要明了自己当前状况与预期目标的差距。

3)探索：人的潜能可以挖掘，往往会在某个偶然时候，激发你的潜能，所以，要不断的探索自己，不断的挖掘自己。

这是一个认知方法论，当然不可能凭借寥寥数语就可以掌握，它是一个长期的、有意识的、自主的、或者介入性的过程。

职场状态、职业氛围、职业发展空间、与政策相关性、以及涉及的岗位要求、标准等，需要与自身进行匹配。

往往当局者受限于阅历、经验、学识、专业技能可能会产生困惑、迷茫，此时，需要的是同行前辈的帮忙。

通过对前辈亲身经历的了解、对职业受政策法规影响、以及在组织职业生涯中的发展定位，了解职业发展的趋势、发展的空间，进行选择、调整、并描绘职业通道，制定达成预期目标的阶段性计划及实施方法。

在职业通道上，知己知彼的过程是一个迭代的过程，它需要不断地对自己的内省、自查、探索；不断地认知职场环境；不断地调整方法或更改通道。

对自己的规划篇二

要想在职场上有所斩获，就必须做好职业规划。对于职场中

人来说，职业规划是职业发展中最关键的向导。职业规划因人而异，不同的对象有不同的需求，因此制定的目标与计划也不尽相同，但个人为自己做职业规划的方法和流程是大致相同。

良好的职业规划缘于明确的职业定位和可行的目标。立足于自身的发展职业目标大体可以分为总体职业目标、年度职业目标，也可从内生生涯和外生涯两个方面进行划分，内生生涯包括工作所需的知识、观念、能力、经验、成果、心理素质以及内心感觉等方面。外生涯包括职务目标、工作内容、工作环境、经济收入、工作时间、工作地点等。

行动计划主要是找出差距及如何弥补，可以从工作状况、岗位要求以及学习充电三个方面进行。今年能够挑战的新目标是什么？如果想要实现年度目标，自己该如何行动？需要在哪些方面学习提高，采取怎样的方式？还要规定完成时间。

目标计划，不能只是文件，而应该要让自己行动起来，依照既定的规划实施。只有按规划去实施了，才有可能接近自己的目标，要知道成功不是从天而降的，付出不一定得到，但不付出肯定得不到。

当你非常清楚自己的人生目标、职业目标时，才懂得理智取舍职场中的重重选择。一旦确定了你的职业规划，在大方向不变的情况下，适时对中短期计划进行调整会让你加速达到目标，少走弯路。

现有职位是否能够让你体现出自身的价值、获得成就？如果可以，那就按照规划一步一步地开始你全新表现；如果不能，那么你就应该到其他的行业或者企业中寻找更加适合你的发展空间了。

李开复曾经说过：“在人生的旅途中，你是自己唯一的船长，千万不要让别人驾驭你的生命之舟，而要坐在舵手的位置上，决定自己何去何从。”如果你想让自己的职业生涯发展得一帆风顺，那么做好自己的职业规划是十分必要的。

对自己的规划篇三

座右铭：走自己的路，让别人说去吧

一根据人格测试结果显示我的性格特点是：

每个人都希望了解自己性格，相信你也一定很想知道。下面的部分是依据你的测评结果而得到的关于你性格描述。下图是你的测试结果，从中可以得知你的性格类型为：照顾者型—值得信赖和依靠。你在性格各个方面的偏好清晰度如下图所示：

你具有友善、负责、认真、忠于职守的特点，只要你认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做你认为毫无意义的事情。

你务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢依据实际情况来考虑问题。你善于单独思考、收集和考察丰富的外在信息，不喜欢逻辑的思考和理论的应用。你对细节有很强的记忆力，如声音的音色或面部表情。

你与人交往时较为敏感，谦逊而少言、善良、有同情心，喜欢关心他人并提供实际的帮助，对朋友忠实友好，有奉献精神。虽然在很多情况下你有很强烈的情绪反应，但通常不愿意将个人情感表现出来。

你做事有很强的原则性，尊重约定，维护传统。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，你依据明晰的评估和收集的信息

来做决定，充分展现出自己客观的判断和敏锐的洞察力。

在职业生涯规划过程中，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偏好的方式工作得更好。在了解自己性格特点的基础上，我们还需要了解是什么在促使我们这样或者那样地行事。接下来我们来看看我们行为背后的更深层的原因——动力特征。

1、兴趣爱好：看书、游泳、乒乓球、听音乐、看电影、旅游、摄影

2、优势：能吃苦耐劳，注重效率，有创新意识，责任心强、坚持

4、优点：积极乐观、做事勤恳、坚持不懈

5、缺点：对于细节缺乏耐心、灵活处理事情欠佳

对于缺点我对尽量去克服和避免，用真诚的心去温暖和团结周围的人，努力营造和构建和谐的人际关系，对于优点我会继续保持，并把我的长处积极发扬，去和更多的人分享和探讨我的经验，并帮助周围的朋友。所谓扬长避短，我会灵活处理生活中的各种事情，具体问题具体分析，努力在实践中不断完善自己的思想和规划。

你做事的动力如何？

你有没有发现？

有人雄心勃勃，不知疲倦地去实现自己的理想？

有人做事情适可而止，不愿意多去尝试一些新鲜的东西？

在遭遇挫折时有人像泄气的皮球，一直在失败的阴影中徘徊，有人却能愈败愈战？

为何会有这种差别？接下来的部分将告诉你：你会有什么样的表现。这部分将具体描述关于你动力特点。所谓动力是指我们做事的内在驱动力。如果把我们比作是火箭，那么动力就是推动火箭的燃料。

有人愿意推动别人一起实现目标，有人却宁愿通过单打独斗达成目标！

有人不惧风险、敢打敢拼，有人偏安一隅，自得其乐！

你是哪一种？知道我们的动力特点之后，我们还可以进一步知道在追求成就以及遇到挫折时我们会表现出什么特点。

属于主宰型人的你通常热切地想实现自我价值。你为自己设置高的标，为它而努力、奋斗。你富有主动性和进取精神，很重视自己的成功。你希望自己出人头地，成为至关重要的人物。你能树立一定的权威感，说服、影响和带动大家，为了一个共同的目标努力。当你和同学或者朋友们在一起的时候，你通常是活动的发起者，让大家随你一起进行。在社团或集体中你往往是很有热情也很有领导力的帅才，通常会激发大家更好完成任务的愿望。

生活并不是一番风顺的，从小到大我们都会遇到各种各样挫折。这时你是抓住可能的机会积极进取还是为了避免再次失败消极等待？下图显示了你身处逆境时的动力类型。从图上可以看出你是“安定型”。

“不打无准备之战”是你信奉的格言，你会事先尽量考虑失败的可能性。为避免造成无法控制的局面你迟迟都不做决定或不行动。你喜欢采用固有的或传统的方法，认为这样安全、保险，不会出岔子。遇到障碍时不够坚持，很快就妥协、退而求其次。所以你可能更适合一些风险小或者需要不需要承担很大责任的工作，你不会觉得压力逼人。

通过这段的阅读，相信你对自己有了更深刻的认识。这是我们规划职业生涯的第一步。这些特点对我们将来从事的职业有什么影响？这是我们都关心的问题，下面的部分将从性格和动力的细致分析中帮你找到自己的优势，也发现自己的不足！

知己知彼，百战不殆！

你的长处在哪里？

世上没有两片完全相同的树叶。每个人都很独特。不同的性格类型和动力类型并没有“好”与“坏”之分，都有其特别的优势和劣势。古今中外很多人士的成功都建立在对自己优劣势的清楚分析上。下面列出的是你可能存在的一些优势，你可以仔细思考一下，看看自己是否意识到了这些优势：

能将精力很好地集中在所需要关注的点上工作热情、努力、认真，责任意识强，是值得信赖的一个人。

你通情达理、善解人意，能友好的与别人合作。

做事情的时候会讲求实际效果，采用现实可行的方法。

关注细节是你的强项，能够以现实的角度看问题，准确地把握事实。

你喜欢帮助别人，能为别人提供可靠的支持。

很重视公司或组织的传统，并努力地去维护它。

你这种类型的人，大多数都具有出色的组织才能。

你愿意在传统的机构中工作，而且尽心、尽职、尽责。

连续地工作、使用固定的程序做事、做相同的工作你也不会

厌烦。

你尊重他人，你不会轻易地挑战别人的地位和能力。

有雄心和志向，魄力强，善于影响他人。

重视安全和保障，风险控制较好。

可以利用这些优势做什么？

上面列出的优势中你具有哪些？除了这些，你一定还有别的很多的优势，你可以把自己的这些优势一一记录下来，同时想想生活和学习中哪些事情可以说明你这些优势。这些记录下来事情在招聘、面试以及简历撰写上将派上用途。

这些优势是你人生中最宝贵的财富。请好好保有并充分发挥你这些长处。

中国政治稳定，经济持续发展，在全球经济一体化环境中的重要角色，经济发展有强劲的势头，大批的外国企业进入中国市场，同时也有很多的中国企业走出国门。要在中国发展企业，必须要适合中国的国情，因此，受中国市场吸引进入的大批外资企业都面临着本土化改造的任务，这为毕业生提供了很多的机会。但是人才的竞争也日益激烈，企业工作单位对应聘者的要求也越来越高。而且受到美国金融危机的影响，大部分的企业和用人单位也在裁减人员。不过，近两年应届毕业生都趋向于自主创业，这种就业方式成了流行。

校园的学习环境很好，围绕着一份浓浓的学习氛围，学校的硬件设施很完备，师资质量也很高。校园内的生活环境很优美，绿树成荫，有足够的运动场所提供同学们锻炼身体。校外的交通也很便捷，周围有很多的商店和公司，制造了很多的兼职机会。本校院系专业众多，涉及就业方面的知识要求广泛。每年学校都会举办一到两次的大型招聘会，为在校学

生提供应聘机会。此外，每一学年都会在学习，科研，综合素质等多方面设立奖励和奖学金的领取办法，为贫困的学生提供帮助。在校的学生每年都会组团参加省或国家的大型比赛，而且每年在科技研究方面获奖，学校还提供寒暑假的社会实践活动的机会。不过校内也存在有一定的竞争压力，还有周围环境太过于热闹有时会影响学习的心态。

家中有四名成员：爸爸，妈妈，弟弟和我。爸爸外出工作，妈妈在家当家庭主妇，同时照顾正在上中学的弟弟。自己的家庭情况比较一般，生活在平原的农村，但维持生活还算可以。父母和亲戚对自己的期望很高，也为我付出了很多艰辛，但他们都挺理解我的，不会给我太大的压力。相对来说，家庭环境还是和谐轻松的。

对自己的规划篇四

我们在谈论这个问题的时候，首先应该介绍自己当前的工作情况和现在工作对自己的影响，以及能为自己带来什么。另外在谈论这个问题的时候不能离开当前你所处行业的发展状况。如果脱离了这个实际，你的说辞就会显得飘渺和浮夸。

在谈自己职业规划的时候，要尽量的相信，不可跨度太大。要想使我们的职业规划听起来靠谱可行，我们很有必要说出我们为自身的职业规划做了哪些努力和制定了哪些目标。也可以阐述自己的已经取得的成功来使考官对你信服。最后要标明自己的决心。

我们每个人心中都有一个可能我们永远不可能实现的理想，那就是我们的梦想。在最后我们大可以说出自己的梦想，不要怕考官笑话自己。要知道只有会做梦的人，才能实现梦想。

在阐述规划的时候，考官会根据自己的理解对你的职业规划进行一定的点评和提出一定的建议，对于批评，请你虚心接

受，不要与考官起冲突。至于考官的建议，适中也是建议，并不是要求你全盘接受，所以做到心中有数即可。

最近去了凡客诚品下属的快递公司，因为是武汉分公司所以面试没有太繁杂的流程，因为我面试的职位是：培训专员。面试前他们通知我准备一份介绍凡客诚品的ppt，面试的时候我用u盘带了过去，让我意外的是现场让我试讲下，幸而这种场面我经历的多了，临讲前我准备了5分钟就站起来试讲了，虽然没有太精彩但是语言表达很流利，基本没有吐字不清。

面试的考官是个打扮的很时尚的女孩子，精致的妆面，很细的高跟鞋，超短裙。她的提问很尖锐，因为我有两份工作经历都是销售助理，而且各做了2年，她就问我为什么你的两份工作都是一样的，这么没有规划性？这是我第一次遇到这样的问题，当时很意外，虽然我给出了比较合理的解释，但是面试后一直在内心问自己这个问题。自己有没有做过职业规划？当时第二份工作做销售助理的真实原因是，当时找工作恰逢金融危机，偏偏我当时经济状况非常窘迫，迫于生计不得已找了那份工作。现在想想，如果当时就明确了发展方向，本着对自己的人生负责的态度就不该随便的找个销售助理工作，也就不会浪费2年的时间，结果现在换行从事人事方面的工作起点却是零。

前两天听了巨斯特集团董事长李强老师的演讲，他说了句很精典的话：“如果你也能像我一样在一个行业里呆16年，你也能成功！”这话一点不假，很多人知所以没有成功是因为沉不下来，遇到一点困难就想到放弃，或者做了几年觉得自己什么都懂了，感觉没什么挑战了就换行了。这样几年下来，看似经历不少却没能成为行家。这让我想起读技校的时候，老师在教室里帖了一行标语：因为精通，所以美丽！如今，我终于悟出这句话所包含的意义，也明白老师当年的良苦用心。

4年的销售助理工作经历，让我对客服工作再熟悉不过了，而

且因为我所在的两家企业都是行业类的佼佼者，无论是规模还是技术都是很不错的，其中有一家比较厉害的是在公司成立短短4年就上市了，如今让我决定换行从事人力资源方面的工作，内心很担忧，煎熬了很久。尤其是面对着面试官的提问：你之前有这方面的经验吗？我很无奈也很诚实的回答：没有。那时就觉得很受打击，曾经在销售部精彩的过去面对人力资源这个新领域不过是个零罢了，即使这样，我也不打算放弃。

想起那句话：既然选择了，就注定要风雨兼程。已经决定要在这个领域里有所作为，那么就要坚持走下去，因为如果你不敢踏出第一步就永远没有机会成功，如果没有一开始“1”的存在，它后面再多的“0”的都是没有意义的。

对自己的规划篇五

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。对企业而言，如何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，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，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下。有了目标，才会有动力。

一、自我盘点

我是一个当代大专生，（平时）是家里最大的希望——成为有用之才，性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，心中偶像是周恩来，平时与人友好相处

群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，喜欢创新，动手能力较强做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”，以致一直不能成为尖子生，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。但身高上缺乏自信心，且害怕别人在背后评论自己。

二、解决自我盘点中的劣势和缺点

所谓江山易改，本性难移，虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

三、未来人生职业生涯规划

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向化学和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步职业生涯规划如下：

- 1、2017-2012年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。（具体规划见后）。
- 2、2012-2017年，熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

完成主要内容：

（1）学历、知识结构：提升自身学历层次，从本科走向研究生，专业技能熟练。英语

四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉

工作环境。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(3) 生活习惯、兴趣爱好：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，如散步、跳健美操、打羽毛球等。

四、结束语

在现今社会，竞争越来越激烈，工作岗位早已经供不应求，毕业后能有一份好的工作是每个大学生都期待的。一方面需要机会，更多的是需要我们去适应社会，去适应这种竞争的环境，给自己一个合理的规划，清晰地认清自己，明确的规划出自己的人生，是一个至关重要的环节。因此，在还剩下的大学生活里，我要为以后好好做好准备，以十足努力来应对各种所需要面临的困难，以规划书为指导，走出一条自己满意的，精彩的人生道路。

一、自我认知

《自己的职业生涯规划书》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

对自己的规划篇六

朋友，迷茫了，是吧！

总之，生活要有目标，现在没车没房没关系，相信你自己将来会有的。

首先，明确自己想要的生活，找到自己的所想所爱，然后朝

着这个目标坚持不懈，持之以恒，目标终会实现。你需要给自己重新定位，看看自己的兴趣爱好是什么，自己能够做什么工作，只有找到了自己能够胜任的工作，你工作起来才会得心应手，也更有助于事业的成功，此外，千万不要沉迷于游戏来释放生活的压力，根据自己的爱好，学习一些相关的理论知识，在这个知识经济高速发展的今天，我们必须要用更多先进的科学的知识来武装自己的头脑，以适应快节奏的生活，也只有这样才能够在当今激烈的竞争中胜出。

此外，目标一旦认定了，就不要放弃，生活中的很多事情要敢于大胆的尝试，虽然我们的明天是未知的，但我们可以预测它是光明的，是美好的，前提是要我们自己要坚强，要努力，要拼搏精神。还有，要有责任心，作为一个男人，要自愿的承担起责任，还要敢于承担自己应有的来自家庭的和社会的责任。相信你将来是成功的，生活是幸福满意的。祝你事事顺心如意！

对自己的规划篇七

在创业过程中，创业者都要对自身有个合理的规划，无论是在时间的安排还是目标的确立上，给自己一个规划、一点奖励，都要比毫无目的乱闯好的多。

在创业过程中，创业者不要老是做自己喜欢和擅长的`事，也要倾注意力于有待改进的领域。

创业者不要幻想着一步登天，只谋求每一次比前阶段上升百分之一。每天进步1%！慢慢的，成功就这样被一点点积累出来。

大量事实说明：时断时续、信马由缰式的“勤奋“不会有好效果。创业者要想出成绩，必须做到时间固定、雷打不动、确保实效。

不要忘记在时间表上安排“休息”：在家里，可以安排个午觉；即使在办公室，也要学会在脑子紧张运转之后“换换档”。

不管你的任务多艰巨，时间有多紧，都要为自己取得的成绩设置“奖励”。如果你完成了今天规定的任务，不妨去看一场电影；如果你坚持了本月的训练计划，可以为自己买一双新跑鞋。这样的“奖励”能刺激创业者更努力地工作。

不管你目标是什么，单打独干总是难受的。创业过程中你需要有人支持你，对你说“干得好！告诉你的亲朋好友你的目标是什么，看看他们在哪些地方能够提供帮助。你需要他们的帮助来实现你的目标，他们也需要你的帮助来实现自己的。奋斗过程中会遇到障碍、困难和痛苦难熬的时刻，有时，你甚至想把这一切全放弃。他们对你的鼓励往往就成为你翻越阻碍的动力。