

# 最新大学生职业规划书的对职业生涯规划的认识(优质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？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。

## 大学生职业规划书的对职业生涯规划的认识篇一

(20\*\*年-20\*\*年，20岁至30岁)

美好愿望：事业有成，家庭幸福

方向：企业高级管理人员

总体目标：完成硕士、博士的学习，进入××著名外资企业，成为高层管理者。

已进行情况：读完硕士，进入一家外资企业，想继续攻读博士学位。

### 1、社会一般环境：

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，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走向国门。

### 2、管理职业特殊社会环境：

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业管理还有许多不完善的地方。中国急需管理人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市

场广阔。

要在中国发展企业，必须要适合中国的国情，这就要求管理的科学性与艺术性和环境动态适应相结合。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。这就为准备去外企做管理工作的人员提供了很多机会。

## 1、行业分析：

本人所在××公司为跨国性会计事务所。属管理咨询类企业。由于中国加入wto商务运作逐渐全球化，国内企业经营也逐步与国际惯例接轨，因此这类企业在近年来引进中国后得到迅猛的发展。

## 2、企业分析：

××公司是全球四大会计事务所，属股份制企业，企业领导层风格稳健，公司以“诚信、稳健、服务、创新”为核心价值观，十年来稳步在全球推广业务，目前在全球10余个国家和地区设有分支机构。

公司2000年进入中国，同年在上海设立分支机构。经营中稳健拓展业务的同时重点推行公司运作理念，力求与发展中的共同进步。本人十分认同公司的企业文化和发展战略，但公司事务性工作太过繁忙，无暇进行个人自我培训，而且提升空间有限。但总体而言，作为第一份工作可以接触到行业顶尖企业的经营模式是十分幸运的，本人可能在本企业实现部分职业生涯目标。

## 1. 个人分析：

### (1) 自身现状：

英语水平出众，能流利沟通；法律专业扎实，精通经贸知识；

具有较强的人际沟通能力;思维敏捷，表达流畅;在大学期间长期担任学生干部，有较强的组织协调能力;有很强的学习愿望和能力。

(2) 测评结果(略)

2. 角色建议:

父亲：“要不断学习，能力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们退休后搬来一起居住生活。”

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

老师：“聪明、有上进心、单纯、乖巧”，缺乏社会经验”

同学：“有较强的工作能力”，“适合做白领”。

.....

职业目标：著名外资企业高级管理人员。

成果目标;通过实践学习，总结出适合当代中国国情的企业管理理论

职务目标：外企企业商务助理

能力目标：具备在经济领域从事具体法律工作的理论基础，通过实习具有一定的实践经验;接触了解涉外商务活动;英语应用能力具备权威资格认证;有一定的科研能力，发表5篇以上论文。

经济目标：在校期间兼职，年收入1万元;商务助理年薪5万

学历目标：通过注册会计师考试

职务目标：外资企业部门经理

能力目标：熟练处理本职务工作，工作业绩在同级同事中居于突出地位；熟悉外资企业运作机制及企业文化，能与公司上层进行无阻碍地沟通。

经济目标：年薪10万

学历目标：攻读并取得博士学位

职务目标：著名外资企业高级管理人员，大学的外聘讲师

能力目标：科研能力突出，在国外权威刊物发表论文；形成自己的管理理念，有很高的演讲水平，具备组织、领导一个团队的能力；与公司决策层有直接流畅的沟通；具备应付突发事件的心理素质和能力；有广泛的社交范围，在业界有一定的知名度。

经济目标：年薪25万

## 六. 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(特别是收入目标)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。

为了家庭牺牲职业目标的实现，我认为也是可以理解的。在28岁之前一定要有自己的家庭。

差距：1、跨国企业先进的管理理念和丰富的管理经验；2、作为高级职业经理人所必备的技能、创新能力；3、快速适应能力欠缺；4、身体适应能力有差距。5、社交圈太窄。

## 1. 教育培训方法

(1) 充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，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。时间：2008年7月以前。

(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。时间：长期

(3) 攻读管理学博士学位。时间：五年以内

## 2. 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。

## 3. 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。

××本人对于职业生涯规划的看法：

1、职业规划肯定要有，但是我觉得职业规划不可能现在就定下来，周围的环境随时在变，而且自己随着不断的成熟和接

触不同的东西，也会变。我以前想当官，后来想当外企白领，现在想创业，所以我觉得这个很难就定下来，更何况是在校大学生，没有任何社会阅历，谈这个就似乎有点纸上谈兵。

2、但是，虽然可能没有成型的职业规划，但是我觉得每个阶段的前进方向和短期目标要有，比如这段时间我要练好英语听力到什么水平，我要朝着什么方向努力，没有努力的方向和短期的目标，那容易虚度光阴。

3、如果我是学生，我可能想听一些别人成功的案例，和为什么别人能取得成功，虽然每个人走的路不同，但是我想有些成功的共同点是相同的，那我作为一个学生，就可以从中学到一辈子受益的美德和优点。

## 大学生职业规划书的对职业生涯规划的认识篇二

本人于20xx年9月考入xx医科大学，将在20xx年6月毕业。为人诚恳、性格温和、勤劳能干、心地善良、乐于助人、严格要求、积极进取、认真负责。现在就读的是七年制药学专业，希望将来能成为一名称职的医生。

### (1) 优势

待人诚恳温和，与人相处友好，人际关系不错，乐于助人，体贴他人，习惯性地为他人着想，得到同学的拥护。

喜欢学习新的知识，经常提出问题并积极思考，寻找答案，有一定的分析能力，做事坚持不懈，有始有终。

生活态度积极乐观，遇到问题，勇于面对并解决，碰到挫折，能较快调节自己的心情，注意身体的锻炼，拥有健康的体魄。

思维缜密，能较周全地考虑问题，善于发现方案的不足或缺陷，并及时作出修改，能很好的与他人合作，具有良好的团

队意识。

(2)劣势

(1)机会

(2)威胁

(1)so战略

抓住在校学习的机会，努力学习专业知识，提高自己的理论和实践能力，增强竞争实力

(2)wo战略

(3)st战略

(4)wt战略

近期规划

20xx年9月——20xx年6月(大二学习阶段)

课前预习，认真听课，课后复习，牢固掌握好生理和生化这两门课，争取期考时，这两门课成绩优秀。其他课程也要学好，其掌握程度可不要求那么高。同时复习好上学期的解剖和组胚课，加深对其的掌握，另外过英语六级。参加两个星期的见习，掌握基本器械识别。

20xx年9月——20xx年6月(大三学习阶段)

20xx年9月——20xx年6月(大四学习阶段)

20xx年9月——20xx年6月(大五学习阶段)

重视专业课的学习，发表一篇系统的综述或meta分析论文，为实习做好充分的准备

20xx年9月——20xx年6月(大六大七实习阶段)

掌握好医院里面的多种看病诊断技术，熟悉各项操作流程，打好和医生的关系

中期规划

20xx年9月——20xx年6月

xxx在三甲医院从事临床工作，继续深造学习

20xx年9月——20xx年6月

通过于志同道合的朋友，筹备创办一家诊所□xxx年购置一套房子。

## 大学生职业规划的职业生涯规划认知篇三

大三：除一些最基本的不断学习和完善自己的计划外，还要英语过六级，韩语过四级，并且开始争取在我感兴趣的新闻杂志社实习，或做一些兼职类的。

大四：英语继续学习，达到专业的水平，可以去考一下托福或雅思；韩语争取过六级；争取留在我感兴趣的杂志社，或者去其它一些电视台实习等；如果能得到有奖学金的出国留学的机会的话，就出国去深造一到两年，因为我家经济条件并不好，所以这个计划实施的前提是得在我们能承担的范围之内。

结语：行动才能决定成败，计划已定，梦想已明确，方向已清晰，那么接下来就是自己要一步步按照计划去努力了。不得不承认，我的理想职业与现实有很大的差距，自己也没自

信能否去实现，但我愿意为之去拼搏一下。我一直相信上天是不负有心人的，我的未来掌握在我的手中，只要去不断奋斗，梦想总有一天会照进现实!逆风的方向更适合飞翔，我不怕千万人阻挡，只怕自己投降，最想要去的地方，怎能在半路就返航，只有实现了最初的梦想，才算到过了天堂!我的未来我做主，我会为了自己的梦想去努力，不给此生留下遗憾!

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 大学生职业规划的职业生涯规划认知篇四

晓东毕业于上海某名校，学的专业是新材料。按理说这个专业的人才在上海也算紧俏，又加上名校背景，所以晓东应该不难找工作。可晓东偏偏不太喜欢自己的专业，尤其不喜欢坐在办公室搞搞研究，写写报告。于是尝试着换一种行当。晓东的第一份工作是进入一家民营企业的销售部做销售。可上班才一个月，晓东就逃跑了，因为听那些老销售员说，做销售首先得学会抽烟喝酒，偶尔还得出入一些娱乐场所。老销售员的经验是，销售员嘛，没一点应酬功夫如何做出业绩?从小到大晓东都是个乖小囡，他可不想早早沾上那种“不良习气”，所以宁肯毁约赔钱，也再不愿意回公司上班。无奈，父母亲只能求东托西找关系，最后晓东进了一家研究所，跟

着几个老法师做课题。说是做课题，可因为大学刚毕业，与几位老法师似乎也没什么可说的，那几位老法师也就是找了几本书让晓东读读，称之为“先熟悉起来”。晓东觉得很无聊，可再毁约又得赔钱，恐怕还得伤了父母的心。就这样无所事事地捱了一年多。苦闷之余，晓东只能找到沪上知名的安派职业顾问工作室，他想为自己的未来找一份答案。

安派首席顾问张建勤女士通过技术分析，为晓东的性格与现状把了脉：

晓东个性内向，平时讲话不多，喜欢安静。少变化的生活。这源于他的生长环境及工作环境。

晓东目前工作的研究所，晋升。拿奖金都得论资排辈，对年轻人缺乏激励机制；加上工作内容与晓东的兴趣不符，所以会经常感到压抑和疲惫。

有些时候，晓东的表现过于理性甚至有点自命清高，这样会忽略或影响别人对他的看法。

一番互动，张建勤女士对晓东提出一些建议：

对事对人不妨多投入一份感情和信任，那么你在人际沟通时会轻松许多，也可经常听听周围的人，包括父母、朋友、上司及同事的意见，这样也会大大增进自己的被接纳程度。

改变给人保守、甚至有些孤僻的感觉——因为你未必本就是这样的；改变不愿意或者不敢主动迎接挑战的心态，利用业余时间大胆地尝试做一些自己感兴趣的事情。

目前的工作显然不符合你的兴趣。而据研究表明，兴趣对自己的职业生涯发展是至关重要的。一个人，如果能根据自己的兴趣爱好去选择职业生涯，他的主动性将会得到充分发挥，即使十分疲劳和辛苦，也总是兴致勃勃，心情愉快；即使困

难重重也绝不灰心丧气，而能想尽办法，百折不挠地去克服它。所以，找到自己的兴趣对你来说是下一步职业发展的关键。

根据多年从事职业顾问的“临床”经验，张建勤女士发现，有很多职场新人并不知道自己真正喜欢什么，填志愿听家长的，选专业听老师的，找工作看同学的，难怪一踏上工作岗位就感到迷惘。所以，张女士建议职场新人通过专业的职业顾问师为自己作一番诊断，清楚了解自己的职业兴趣、职业能力和自己的性格特征，有利于选择适合自己的职业。

职业兴趣是做好一份工作的前提，没有兴趣就没有动力。职业能力完成一项工作的基本保证，每一种工作都有相应的能力要求，如会计工作要求工作认真、细致、对数字敏感，对于一个粗心大意的人来说，相对较难将这份工作做好。而性格不同，对工作的要求也将不一样，一般来说，性格外向的人更喜欢与人打交道，适合做一些与人接触较多的工作，如教师、咨询、营销等工作。而性格内向的人则更喜欢做一些研究之类的工作。总之，只有充分了解自己，才知道什么样的工作适合自己。

文档为doc格式

## 大学生职业规画书的对职业生涯规画的认知篇五

参会人：13汽修全体同学

通过多种形式，在热烈的氛围下，让同学们开怀畅谈自己的未来职业，憧憬未来生活。同时让他们对自己的职业有一个规划，使他们明确自己在学校的学习目标以及以后人生的方向。

职业测评、小组讨论等。

播放歌曲《我的未来不是梦》，主题班会开始，孙吾同主持。

这是一个就业竞争十分激烈的年代，由过去的国家包分配到现在的就业双向选择，尽管在目前的买方市场状态下增加了学生的就业难度，但实际上也增加了我们的就业自由度。在选择空间更大的环境下，我们有更多的可能将未来的发展纳入自己设计的轨道中。而做好这一生涯规划、提升和新职业能力，则是我们把握命运的有效途径。

选择一份好工作最重要的是什么？最为重要的就是要把握好“发展需要与发展方向”，包括个人的内在需求、社会及组织的用人要求，以及自己的职业发展方向。

### （一）、认识职业生涯

离开校园，走到社会，我们将面对一个全新的世界，我们将扮演一个全新的角色——职业人。职业，不仅是未来生活的基础，也是个人价值和社会价值的载体。

职业生涯是指个人在围绕每一生命阶段目标而进行的有目的的学习与工作活动中，所创造出的一种相对稳定的生活模式。

职业生涯伴随着人的成长和心理发展的全过程。我们先来了解一下职业生涯发展的5个阶段：

#### 1、成长期（从出生到14岁）

特征：经由父母、教师等重要他人的认同结果，形成自我概念

任务：发展对工作的正确态度，并了解工作的意义

#### 2、探索期（15~24岁）

任务：职业偏好逐渐具体化、特殊化级追求实现

### 3、建立期（25~44岁）

特征：寻求适合的职业领域，逐步建立稳定的地位

任务：统整、稳固并求上进

### 4、维持期（45~65岁）

### 5、衰退期（65岁以上）

特征：停止原来的工作或退休，并寻求与以前不同的方式来满足需要

任务：减速、解脱、退休

## （二）了解职业生涯规划

职业生涯规划简单来说就是，一个人对其一生中所承担职务的相继历程的预期和计划。这个规划包括一个人的学习和成长目标，及对一项职业和组织的生产性贡献和成就期望。那么，职业生涯规划究竟是怎么样的呢？我们可以这么认为，“我是谁？”“我在哪里？”“我往何处去？”“我如何到达？”这四个内容。

我是谁？

我在哪里？

我的明天和未来像什么生涯目标的选择和决定找一个安身立命的所在我如何到达？

我如何才能成为我想成为的自己我的生涯路径、生涯规划与行动

## （三）、探索自己的职业兴趣和性格

了解完职业规划的概念和内容后，我们来探索一下适合自己的职业兴趣和职业性格。（让学生做mbit职业性格测试）

#### （四）绘制你的职业生涯蓝图

没有目标的认识是无聊乏味的，没有计划的生活是杂乱无章的。通过刚才的认识自我，大家可能大概知道自己适合从事什么职业。现在你要做的是，通过完整的规划操作，亲手绘制自己的未来蓝图，写下自己的职业生涯规划。

2. 探索你的职业范围与方向如果大家在自我分析与测评时都已认真、客观的态度去对待，那么，肯定有一些职业类型会在你的个性、兴趣、价值观、技能分析中不断出现。一个最理想的职业，当然就是应该满足你的个性、兴趣、价值观和技能的所有要求。

3. 选择适合的发展路径职业方向确定以后如何去实现？有了方向后，我们就可以开始着手寻找最佳的线路，即选择合适的发展途径。职业方向的确立，知识表明我们将来希望从事的职业范围，但这个范围里面做什么，做到什么层次，还需要进一步确定。比如，你确定了将来要从事it行业，但是要做纯技术（如软件开发）类的，还是销售类的，亦或者是管理类的？不同的路线就有不同的发展路径。

4. 拟定一份职业规划书职业生涯规划的类型，按照规划的时间维度可以划分为四种：短期规划、中期规划、长期规划及人生规划。通常来说，短期规划主要是对未来2年内职业生涯的规划，中期规划是未来2~5年的职业生涯规划，长期规划是为未来5~10年职业生涯的规划，人生规划是指对整个职业生涯的规划，时间跨度可达40年左右，直到离开职业舞台。

我们首先需要确立人生规划和长期规划的目标，指导自己的中短期规划。任何一个好的规划都是由远及近的。

(1) 先明确各阶段的目标；(2) 设计各阶段发展路径；(3) 制定各阶段的实施行动计划。

(学校学习、职业培训、社团活动、社会实践)

要求学生写一份自己的中短期职业生涯规划。