

# 2023年大学新生职业生涯规划书 大学新生如何做好职业生涯规划(大全5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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

## 大学新生职业生涯规划书篇一

罗马不是一天建成的，职业生涯规划是一门实用但不能一蹴而就的学问，需要与大学生生活学习同步进行，从跨入校门的那一刻开始，就要准备为将来就业做好铺垫。

### 职业生涯规划人生目标导航仪

职业生涯规划是指在对一个人职业生生涯的主客观条件进行测定、分析、的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点等进行综合分析并权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

那么职业生涯规划对新生的意义何在呢？大一新生从入学开始，就寻找适合自身发展职业所需知识、技能、兴趣、爱好，给自己尽早进行明确定位，最终实现个体与职业的匹配，体现个体价值的最大化。

### 职业生涯规划步步为营才能步步为赢

职业生涯规划对于大一的新生而言，主要是提升自身知识、技能。大一是大学的开端，是影响大学其他三年甚至未来求职的关键一年，所以进入大学的第一步新生一定要走好，这

样才可以为以后就业打下基础。只有做到了步步为营，才能步步为赢！

那么，大一新生如何做好自己的规划呢？

第一步、适应校园环境。进入大学后，新生处在一个陌生的环境里，要尽快熟悉校园环境，摆脱陌生感。在熟悉校园环境的同时，还需了解校园资源，学会借助网络，掌握信息。

第二步、思考自我，明确定位。这一阶段，新生需要尽可能全面的了解自我，发掘自身的兴趣爱好。根据自身的个性特点和能力所长树立职业理想。

第三步、学校生活适应期。这一时期新生的主要任务就是学好基础课程，掌握基本技能。并养成良好的生活学习习惯，高效利用大学资源。

第四步、所选专业了解期。在新生基本了解大学生活后，了解专业就提上了日程。这一阶段，新生应多向专业课老师请教，了解专业相关知识。在学习专业课的过程中，建立自己对本专业的兴趣。

第五步、其他专业博览期。用这些业余时间博采之长，为自己储备与本专业相关的知识，是个不错的选择。博览与本专业相关的其他专业，在学好本专业的基础上，通过图书馆或者网络学习其他专业的知识，对专业进行了解判断，确定自己的兴趣点与自己的目标专业。

第六步、专业技能体验期。在理论学习后，就该找个机会去亲自体验了，从而在理论和实践上都验证自己的选择。如理科学生随师长去实验室做大量的专业实践，新闻类学生可以尝试去写一些文章，甚至可以利用暑假去做一些兼职，有营销目标的学生可以尝试去做一些销售的工作，这个阶段最少要两个月时间，这样有利于判断自己的目标职业是否是自己

的兴趣点，便于调整自己的目标。

第七步、大学关系建立期。人脉的积累应该从大学就开始，在大学生活中既要注重与以往同学或者朋友的交往，同时不能忽略大学同学关系的建立。具体来说就是以下几点：

- 1、熟悉本班本系，确定交往对象；
- 2、了解学校校友，参加社团组织；
- 3、加强与老师交流，寻找良师益友；
- 4、拓展校外交际，寻找人生贵人。

[大学新生如何做好职业生涯规划？]

## 大学新生职业生涯规划书篇二

实际上大学一年级在我看来是高三的升级版，学生们根本没有时间去“花花绿绿”。但“迷茫”却好像是大一新生的一个通病。大一新生大致分两种，一种是循规蹈矩的学生，家教比较严，高三的生活习惯比较好，胆子不太大，大一还能沿袭以前的习惯好好学习，很顺利地拿到在大学里的第一个奖学金。还有一种学生是一到大学就开始“绽放”，觉得“大学不玩就亏了，得行万里路，然后再读万卷书”。一般来说，如果迷茫调整得快，大二能够回归到正确的道路，后来发展也还是会比较好的。

我认为从大一就应该开始制定职业生涯规划。社会紧缺的是适销对路的人才。为了使自己不遗憾，大一一进来就得特别清醒地知道你将来要去哪儿。而职业规划也不是做好后就永远不变，而是需要不断去调整，根据社会的发展调整成适合自己的规划方案。

对于选择大学的选修课，大一的学生也应该根据职业的发展出发。在大学里，有两个途径可以帮助学生确定自己的职业定位。第一个是选修课，第二个就是利用好寒暑假，真正去一个喜欢的工作单位实习兼职，来确定自己能不能干这个职业。有些学生说“我也愿意在大一的暑假、寒假去兼职，但是我不知道干什么”。我不建议你街边小店实习，建议去一个比较正规的单位实习。正规的单位对于员工的要求都是很规范的，与私人小企业小公司是不一样的。

另外，在我看来，读大学只要学好三件事就可以了——能说、能写、能做事。能说，指的是规范地说，正确地说，不能随便“拍砖头”；能写，我建议大学四年要不间断地写，任何专业都要不间断地写，能多发表几篇文章，还要不间断地学外语，学好外语可以学到很多国外先进的理念，如果英语作品被发表，这样的学生毕业后将更有市场；能做事，就是像真正的职场人那样去做事，凡事都有规矩，以一个职场人的标准要求自已，等到你真正参加工作后，才不会被当成“职场菜鸟”。

### 专业并不决定你的未来

大一新生入学前，或许因为不了解情况就选择了一个专业，或许经过一段时间的学习发现并不喜欢所选的专业，于是有些同学开始意志消沉，严重的甚至整日逃课，最后导致考试挂科，毕业时未能顺利拿到学位证书。很多学生毕业后还会抱怨之所以自己工作不顺，前途无光是因为当初专业选择有问题。

诚然，你可以利用转专业的机会重新来过，但也要考虑转专业所要付出的“成本”和“代价”，转专业并不一定成功，选择坚持也不一定就失败，所有成功的要素中都包括“努力、坚持、付出”，如果你没有这三个要素，即使是在自己喜欢的专业就读，也难保能够学有所成。

作为过来人的我，本科所读专业是哲学，和不少大学生一样，当时我并不喜欢这个专业，也曾经抵触了两三年，但我现在会说“我一辈子都在用哲学”。我的学生梁延东，就读中央民族大学马克思主义学院，即使同样不喜欢自己的专业，但经过一段时间的调整，变消沉为主动，专业学习扎实努力，成绩优异，保研成功还积极参加社会实践，为知名媒体撰稿。

xx大一报到时，就一直在念叨着要转专业。而我却主张不让他转，因为就我的经验，学习哲学我也抵抗了两三年，但是我一辈子都在用哲学去指导我的工作和研究。我想关键是任何一门，哪怕是特别枯燥的学科，只要是招生，一定有一些方法是沉淀在里头的，学生需要把这些方法、思维、解决问题的途径和方法学到，而专业只是一个载体。梁延东现在采访人物，写人物传记，能跟马克思主义哲学有多大关系？但是马克思主义哲学让你写的东西方向是主流的，方法是正确的，这才是最重要的。当你没有学完一个专业，没有把这门专业的精髓学到手的时候，轻易地评价一个专业是不合适的。

## 反思自己打开思路

回想高三那年，每当我们埋头苦读、几乎要葬身题海的时候，身边总会出现一个长得帅、打球好、唱歌好、考试总是全年级前几名的男生，亮闪闪地被女生瞩目，被男生嫉妒，被老师爱护，你会觉得他们是天才。可以想象，这样的人即使到了大学，也会是叱咤校园的风云人物。

我们反思，为什么他们能做到这种程度而我不行？我认为这样的学生，说白了就是他的方法好，他把高三老师传授的方法“干货”都储存到自己脑子里，然后见题拆题，见招拆招，就像掌握了一门武林绝学，可以笑傲江湖；即使到大学阶段，依然会如鱼得水，远远走在同龄人前面。而你所应该做的，就是研究他的方法、思维和解决问题的路径。

进入大学，你想成为什么样的大学生？有人说，我要拿奖学金拿到手软；有人说，我要享受浪漫爱情，不虚度青春大好时光；也有人说，我要打工实践，为工作做准备……而我的建议是，大学生就要成为具有思维配置的人。

你在高三阶段是怎么学习的？大多数人是复制型选手，老师教什么我做什么，背公式、背课文、背单词……除了背诵，似乎没有什么特殊学习方法。尽管这类学生也能顺利考入大学，但其实他们根本没有找到学习的路径，说得玄幻一点，就是没有“灵光一闪”去参透学科背后的意义。

大学不同于中学的一点就是，中学老师永远是学生的“拐杖”，能提升学生的分数是多数老师的终极目标；而大学老师没有做你“拐杖”的义务，能够参透多少完全靠学生的自觉学习。所以到大学阶段，你不能按照高中时期的方法去死记硬背，而是要学着去打开思路，升级自己的“思维配置”。

其实人的个性和兴趣，以及各方面的选择、理想、信仰都太不一样，对于中国的年轻人来讲，能够独立生存下来，发展自己，直到实现职业梦想，这个要贯穿于职业规划的始终。所以在大学阶段学生起码应该培养自己具备自我生存的能力，大四一毕业靠自己的本事活下来。

## 大学新生职业生涯规划书篇三

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及变化情况进行及时的评估与修正。

### 1. 评估的时间

在一般情况下，定期(半年或一年)评估规划。当出现特殊情况时，要随时评估并进行相应的调整。

## 2. 规划调整的原则：因时而动、随机应变

根据可能的职业发展道路，对未来几年作初步规划，如下：

20xx年—20xx年

完成主要内容：

a)学历、知识结构：获得大学本科文凭，英语过四级，获得计算机二级证书。

b)个人发展状况：与同学和老师相处融洽，有良好的人际关系。经常参加体育锻炼，有一个强健的体魄。多参加学生会，社团等实践活动，提高自己的实践能力。

a□大学在校期间总体规划：

1、思想政治方面：提高思想认识，加入中国共产党

2、学业方面：以优异成绩完成大学学业。

3、个性发展方面：在四年尽量把自己想干的事都干了，看自己想看的书，学自己想学的东西。尽量不留下遗憾。

4、身体素质方面：每天保证充足的睡眠，不熬夜。经常参加体育锻

炼，提高自身素质。

b□大学四年具体规划：

1、大一：尽可能地多参加社团活动，增长自己的见识，提高自己的能力。英语通过四级，计算机过二级。

- 2、大二：学好专业课，熟练掌握专业知识。
- 3、大三：多考取别的一些证书，证明自己的实力。
4. 大四：进入企业实习，积累社会实习经验。

## 大学新生职业生涯规划书篇四

我家住在农村里，爸爸是一名中学教师，妈妈留在家里照顾家里的日常起居，因而，家里的情况一般，但家里人对我的教育很重视，不在乎我在学习方面花了多少，不管在什么情况下都支持我学习，尽他们所能为我创造更好的学习环境，自己考上了大学，家里人很是高兴，他们其实也不是期望我能做出什么伟大的事，他们只希望我过的好好的，希望将来自己能有一个好工作，能有更好的生活。

### 2. 学校环境

学校给我们的的确很有限，所以我们也应该多参加社会实践，不断来提升我们自己的能力。

### 3. 社会环境

金融危机几乎让每个行业都遭受了不同打击，就业形式严峻，令人堪忧，不少企业做了大面积的裁员，大多数企业则是大幅度缩减招聘人数，这对于大学生就业无疑是火上浇油，农民工，研究生，本科生都在为各自的工作激烈的斗争，随着当今大学的各种扩招，大学生的数量逐年增加，就业形势越来越严峻。

## 大学新生职业生涯规划书篇五

在这个高科技的社会，计算机以成为了日常生活中不可缺少的一部分，而英语更上让我们无处不体会到它的重要，



因此，在大学的学习规划上，我将这两科作为学习的重中之重。在学习的同时，还努力提高自己的各方面的能力。

大学一年级：了解大学年活，了解专业知识，了解专业前景，了解大学期间应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。

大学二年级：要通过大学英语四级考试；通过计算机应用2级考试；熟悉掌握专业课知识。

大学三年级：着重提高自己的工作能力、交际能力、动手能力和环境适应能力，同时极锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性；尽量多体验兼职，积累工作经验。

大学四年级：目标应锁定在工作申请及成功就业上，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。

## 2、近十五年的目标

20xx-20xx年：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。

20xx-2027年：贮备资金，积累经验；

20xx-2032年：了解市场行情；

20xx年：筹划资金，办理相关的手续，准备建立公司；

20xx年：拥有自己的公司。

## 3、求职计划

(1) 学位证书、资格证书，是我们求职的敲门砖，是一个公司招聘人才的首要条件，因此，我们要在大学生期间，拿到相关的证书。

(2) 公司招聘人才看的不仅是文凭和证书，更多的是注重个人的能力与素质，所以，我们在大学期间学习的同时，还在注重的是个人素质的提高和能力的培养。

(3) 对于刚毕业的大学生来说，经验的缺乏是一个很突出的问题，要想在众多应聘者中脱颖而出，就要在变方面占优势才行，所以，我们还要在大学生活中积累更多的工作经验，这一方面可以通过兼职来实现，但在其过程中，要懂得总结经验。

(4) 一定要在大四之前把简历制好，留下更多的时间来找工作。

(5) 要时刻关注招聘信息，积级参加招聘活动，在公司选择我们的同时也选择一个适合自己的公司。