

2023年机械类职业生涯规划书(优质5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

机械类职业生涯规划书篇一

职业生涯规划完美的人生。

1. 自我评价——自信与坚强

我给自己设定了不同时期的不同职业目标，为了能够实现这些职业目标，我会不懈的去努力，我的自信与坚强就是我实现这些目标最大的保障。

2. 职业兴趣——摄影类，制图类

我有较强独立思考能力和空间想象能力，喜欢去探索新的事物，去自然去享受自然，用自己的笔去描述自然。

3. 职业个性——敢于创新，坚持不懈

我是一个善于发现新事物和探索新事物的人，善于和别人沟通，敢于创新，敢于探索，总是坚持不懈！

4. 职业价值观——综合选择

我的人才素质测评报告结果显示我的职业价值观排在前三的是追求关系（8分），追求成就（7分），支持满足（5分），我的具体的是：首先在得到一份工作后要和自己的同事、领导关系相处的融洽，在这之后要追求自己的劳动成果，做好

自己分内工作的同时，适当去帮助他人。在工作时也需要他人的支持！

5. 胜任能力

优势能力：

敢于创新；坚持不懈；具有积极向上的心态；对自己充满信心；有上进心；

劣势能力：

做事没有逻辑性；不能很好的整理自己的文件；有点懒惰；没有很好的语言表达能力；

参考人才素质测评报告建议以及通过向朋友亲戚的了解，我对影响职业选择相关外部环境进行了较为系统的分析大学生职业生涯规划书（机械专业）大学生职业生涯规划书（机械专业）。

1. 家庭环境分析

我们家在农村，父母在私营企业上班，家庭经济状况一般，在农村，大家最喜欢攀比的就是家庭状况，还有就是子女的就业情况，大家对我都有很大的期望。

2. 学校环境分析

我就读的学校是南通农院，它是一所综合性全日制普通高等学校，学校专业特色鲜明，有着独特的办学理念，学校教学设施齐全，师资力量也比较不错，教学质量也在不断提高，总而言之，我们学校在同行列的大专院校中排在前列。

3职业分析

机械制造与自动化这个职业在目前是一个很热门的专业，而我们在这方面的人才也不是很多，现在的社会是靠机器发展的一个机械化的社会，所以在这方面就业比较良好。

4. 社会环境分析

5. 职业环境分析

随着我国发展的不断深入，工业产品的需求不断增加，同时这方面技能人才的需求也在不断增长，我认为只要掌握好一门技能，在机械行业也是可以找到一份好的工作的。

我生长在中国经济比较发达的沿海城市，沿海城市的就业状况较好，对人才的需求量较多，而需求量多可对人才技能技术要求也很高大学生职业生涯规划书（机械专业）职业规划。

职业分析小结：

我认为周边给了我一个良好的就业环境，但这并不代表不需要危机感，只有更好的充实自己，才能在就业中取得相应的优势。

内部环境因素优势因素[s]弱势因素[w]

工作认真负责，做事小心细致，有耐心。没有很好的语言表达能力。

外部环境因素机会因素[o]威胁因素[t]

机械类职业生涯规划书篇二

尼采曾说：“聪明的人只要能认识自己，便什么都会失去。”如今，随着社会的不断发展，人民对于自我的认识，也进入了一个突破性的新阶段。

1、个人基本情况

我是一个来自农村的大学生，现在就读于广技师机电学院，攻于机械电子工程专业。个人认为自己是一个比较内向的男孩，不怎么懂与人交往，比较缺乏自信，自我感觉实践能力不错，接受的任务一般能够完成。个人爱好广泛，热爱运动，喜欢打篮球。我的座右铭是：一切皆有可能。

2、职业兴趣

在我的人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是研究型(34分)、现实型(32分)和管理型(30分)。我的具体情况是，我觉得我还是比较喜欢一些需要动手或者领导管理的工作，但是一些文员工作我比较厌恶，觉得这些工作枯燥无味。研究型的工作，也许并不是我的强项，我觉得自己的动脑能力还是比较弱，这些科研工作我可能不能胜任；现实型的工作。这个个人认为会比较喜欢，我知道那些现实型的职业有工程师，飞机机械师，自动化技师等，本人学习的是与有关汽车方面的东西，所以，现实型工作很适合我。我也希望自己成为一个管理人才，成为一个出色的政治人物。目前，感兴趣的职业为汽车工程师与政治家。

3、职业能力及适应性

我的人才素质测评报告结果显示，机械操作能力得分较高(5分)，艺术创作能力得分较低(2分)。我的具体情况是，这个测试结果很符合我自身能力，因为我真的很喜欢自己做一些东西，例如修理自行车，在家里自己都是一个人把坏的车子修理好，当然，修理汽车，现在还没有这个能力，不过我相信自己在未来的几年内通过自己的努力，一定可以掌握这个技能。艺术创作能力，自己真的感到悲哀，因为这个能力是我最缺乏的，就连写出一句优美的句子都不能，不过人无十全十美的，有自己的特长就行，所以，现在要培养自己的某种能力，通过测评结果，我知道自己在那方面有自己的

优势，在未来的大学生涯里，我会把自己的优势能力增强，为自己的以后找工作增加资本，成为企业的抢手人物。

4、个人性格

我的人才素质测评报告结果显示我的测试得分只有43分，是属于稍微内向的性格。不过事实上我也真的是属于内向的类型，平时不怎么爱说话和别人交流，所以身边也很少朋友。我觉得我是一个比较感性的人，很重感情，对于友情很重视，不会潦草。亲情我会特别重视。这个测评分析说，内向的人稳妥，严谨，遵规守信，专心致志，感情不易外泄，心理活动倾向于内部。但这种人常常墨守成规，反应迟钝，优柔寡断，为人迟钝。以上有一些我有类似，不过墨守成规，反应迟钝，我觉得自己没有。

5、职业价值观

我的人才素质测评报告结果显示我是属于支配型的。也称独断专行型。这种类型的人想当上组织的一把手，飞扬跋扈，无视他人的想法，为所欲为，且视其为快乐。我觉得这种类型有点像专政的帝皇，我是这种类型吗？我认为我自己有很强烈的当上组织一把手的想法，不过无视他人想法，为所欲为，似乎我并不是这样的人。我个人看重的还是工作的利益，我对于地位和财富有强烈的渴望，所以我的职业观会是有两种兼并一起，支配型和自尊型的混合型。

6、胜任能力

我就觉得自己的动手实践能力不错，一般的工作都可以胜任，而且我都希望自己把每一项工作做到做好。我自身的不足是，我不够耐力，大多数情况下不能坚持到最后。

7、自我分析小结

通过分析，我认为自己是一个有上进心的人，我的性格虽然不是很好，有点内向，不过我会努力改变一下这个现状。价值观，我有很强的领导欲望，对于名利有很强烈的渴望。我是一个爱实践的人，所以我也希望自己能把手不好的方面改好。对于未来，我充满了信心，不过现在的我还是未能实现自己的梦想，只有在未来的日子不断努力，不断增强自己，梦想才有可能实现。我觉得自己适合一些有挑战性的，能多动手实践的工作。

机械类职业生涯规划书篇三

俗话说得好，天生我材必有用，每个人都有攀登上成功顶峰的可能，胜利永远只向强者招手！成功的路上布满荆棘和坎坷，跌倒在所难免，受伤毋庸置疑。难的是你能否在饱经困难和挫折后，仍能喊出“敢叫日月换新天”的豪情壮志...为了更好的利用大学的光阴，清楚地认识自己的优缺点，适合怎样的职业，特制定机械设计专业职业生涯规划书。首先，下面是自我认识的部分：

自己的优点：

1. 自认为是有理想、有思想、有纪律、有自信和自知之明的人；遵纪守法，态度端正，坚持原则及责任感强；热爱生活、积极乐观，取他人之长补己之短。
2. 本人有一颗善于学习借鉴自我优化的消化力，对人真诚和蔼、尊敬正直的友爱之心，善于培养兴趣，重视实践与探索。

自己的缺点：

1. 口才欠佳，交际面小。
2. 信赖随和，计划性弱。

3. 做事方式欠灵活。

自我总结：

职业心理学的研究表明，一个人的性格对于其在中的表现有着非常重要的影响，本人认为，对于自身性格特点进行一下全面深入地了解，很有必要。为此，从我的个人鉴定中可看出，通过对自身的“职业定位，个人风格特点”有了全面的认识，才能在未来的学习工作中获得最大的成就感。

二、在校期间规划如下(2017年—2017年)

现已是大二时期，很快就面临就业了，从今以后要利用好大学的学习时间，树立个人的职业目标，以勤奋的态度完成学业，争取通过pro-e和cad高级资格考证，英语能力继续加强，以自身所具备的优势，扎实的专业基础在本地公司谋职做一名专业的技术人员。

1、思想道德方面：树立正确的人生观、价值观、奋斗观，坚持正确的人生价值取向。 2科学技术方面：认真学习专业技能，同时，充分利用校内图书馆，书城与网络信息，开拓视野，扩展知识范围，尝试专业设计方面的实践。

3、文体与身心发展方面：积极参加校内外问题活动，社团的演讲赛，借此充分锻炼胆量，展示个人能力。

4、技能方面：虽然通过了英语(b级)与cad中级资格证书的考试，但仍达不到目标，我决定下学期参加pro -e资格证书的考试并力争通过。

5、学业方面：提高自身素质，保证学习质量，学习时应注意听课、复习及综合分析对比，知识雷击不仅要博，跟应做到专。本学期的任务或许会增加压力，因此，要找准自己的定位，调整好心态，打好基础知识，为更深层次的学习做好准

备。

6、求职方面：主要内容，参加与专业有关的或相关的假期兼职工作，多和同学交流求职工作心得，搜集相关信息，参加校外招聘活动。

三、职业定位

根据个人的性格与兴趣，适合的职业类型有：机械技术员、建筑景观类、实验技师...我的职业类型偏向与现实性和社会性，做事能力较灵活，动手能力强，同时有较强的社会责任感和人道主义倾向。经过自我剖析，毕业后的我将会直接从事与专业有关的工作，如：技术员，自我认可能力强。

计划虽好，但重要的是具体实施并取得成效。然而，往往有计划赶不上变化的时候，不仅要及时面对，分析问题，更要有解决的办法。

每个人心中否有一座山峰，雕刻着理想、信念、抱负。

识部分：

一、基本情况：

姓名：杨继文

性别：男

出生年月：1988年4月

学历：大学本科三年级

专业：机械设计制造及其自动化

兴趣爱好：人文历史、科学、自然、旅游（较广泛）

性格特点：内、外并兼，对事物偏于理性认识

优点：1. 自认为是有理想、有思想、有纪律、有自信和自知之明的人；遵纪守法，态度端正，坚持原则及责任感强；热爱生活、积极乐观，取他人之长补己之短。

2. 本人有一颗善于学习借鉴自我优化的消化力，对人真诚和蔼、尊敬正直的友爱之心，善于培养兴趣，重视实践与探索。

缺点：1. 口才欠佳，交际面小。2. 信赖随和，计划性弱。

3. 做事方式欠灵活。

二、社会环境和职业分析

1. 社会总体环境

在科技发展迅速、全球经济一体化的环境中，我国政治稳定，经济持续稳定发展，对全球经济发展扮演着越来越重要的角色，特别是在加入wto之后，跨国企业不断涌入中国市场，促使我国企业不断提高自身竞争力，力争走出国门“国内市场国际化、国际竞争国内化”的新竞争格局已经形成。然而企业之间的竞争归根到底是人才的竞争，这就促使了人才竞争日趋激烈化，于是怎样在社会竞争中处与不败之地，成了当今求职者必须面对和解决的问题。

《职业生涯规划书之机械设计》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。

机械类职业生涯规划书篇四

(1) 测评结果分析

通过《大学生职业生涯规划测评》测评结果显示：我的个性类型是：内倾、感觉、思考和感知 我坦率、诚实、讲求实效，喜欢行动而非漫谈。我很谦逊，对于完成工作的方法有很好的理解力。我擅长分析，所以对客观含蓄的原则很有兴趣。我对于技巧性的事物有天生的理解力，通常精于使用工具和进行手工劳动。我往往做出有条理而保密的决定，仅仅是按照自己所看到的、有条理而直接地陈述事实。我好奇心强，而且善于观察，只有理性、可靠的事实才能使你信服。我重视事实，那是我知之甚深的知识的宝库。我是现实主义者，所以能够很好地利用可获得的资源，同时擅于把握时机，这使我变得很讲求实效。我平和而寡言，往往显得冷酷而清高，而且容易害羞，除了是与好朋友在一起时。我平等、公正。我往往受冲动的驱使，对于即刻的挑战和问题具有相当的适应性和反应能力。因为喜欢行动和兴奋的事情，所以我乐于户外活动和运动。通过过测评，从不同维度了解自己的性格特征。测评结果很符合我性格特征。我一直是比较内向的人，不善与人交际，内向、冷静依然是不变的性格，这么多年来，我一直在寻找改变自己孤僻性格的办法，但是都没有，还是依然做自己，没有进行什么改变，也改变不了什么。

(2) 自我分析

自我评价：勤奋，诚实，乐于助人；孤僻，沉默寡言，不善交际。

家人评级：勤奋好学，为人正直，行为谨慎，落款大方，开朗乐观，孝顺家人，珍惜朋友，乐于助人，积极向上；太过于迁就家里，没体验到有偏向的意识，自信心不够强，没有足够的觉悟。

老师评价：勤奋好学；性格内向，羞涩。

亲密朋友评价：勤俭节约，对生活充满激情与希望，乐于助

人，心胸开阔与同学友好相处；自主学习，刻苦钻研，为理想努力奋斗；做事不够果断，犹豫不决，不够注重一些细节问题；成功贵在坚持，缺乏动力让自己坚持下去。

同学评价：对待工作认真负责，态度端正，学习上勤学刻苦，劳逸结合，积极向上，生活安排合理，乐于助人；性格内向，参加活动积极性与主动性不高。

乐于助人是我一个不错的优点，但是往往要在自己觉得适合出手帮忙时才帮忙，经常会碍于羞涩不敢或不好意思帮忙，自己对面子这个问题太过于注重，受到来自各方面的影响，自己有时会人云亦云，随波逐流，自制这样不好，可是又不知如何是好。“勤能补拙”这句话，我一直坚信，因为我自己本身有各方面的缺点，学习能力、接受能力、社交能力……这些往往会对我产生很大影响。承受压力的能力也很弱，自己还不够开明，经常会因为别人的批评而感到不适（即使那是正确的批评），有事甚至不能接受而反驳。交际能力是一个很大的问题，一直以来交的朋友不是亲戚就是同班同学，人际关系网过于单一，上大学以后认识的人就不只是同班的了，其他学院、专业的同学都有交流，但是依然很是单一，不广。自制能力比较差，以前读书迫于压力，没有很多自己安排的时间，自然说不上什么自制能力，都不用自制，别人把自己给制了。

上大学才发现我的自制能力是如此弱。大学不同了，自由支配的时间过多反而不适应，这是个问题，可能就是因为还没有一个明确的目标的原因吧。高傲也是一个严重的问题，总会自恃有某些优势就骄傲，总看到自己的优势忽略别人的优势，看到别人缺点忽视自己的缺点。有时会对某些同学存有偏见，但是又不会说出来，直至产生很多误会才一吐为快，那样就很伤人。很没有主见也是一个很大的缺点，很多时候会人云亦云，盲目跟风，也就是通常说的“三分钟热度”，自己是有这问题。太高估自己，总想学这学那，但是因为时间和真正的兴趣问题，总不能坚持，喜欢寻找借口来解释各

种事情安慰自己。

2. 职业兴趣

(1) 测评结果分析

根据测评结果，我的职业兴趣类型是：实际型、常规型、社会型。遵守规则、实际、安定、喜欢需要基本技能的具体活动。比较适合的职业：有具体的规则和程序，需要特定的技巧或技能的行业，对人进行说服劝导、帮助、教育和治疗的行业，有条理、稳定、顺从、有序，喜欢程序化的条理性的工作，具有固定规则的习惯性、重复性工作。测评结果比较符合。不可否认我这人比较内向，也不喜欢太多变数的活动，喜欢安定而幽静的生活环境。没错我是喜欢比较机械化的生活与工作，这样有计划有目标的生活着我的理想生活。职业的选择当然与我性格息息相关，对需要特定的技巧或技能，有固定规则的习惯性、重复性工作我还是比较感兴趣的。

(2) 自我分析

内向一直是最不为看好但又改变不了的事实，这样的性格虽然不是很好，但是对于选择职业来说，因为各种职业都有不同的性格特征要求，我永远都会很有激情，不管做什么事情，即使以后出去工作了也一样，所以这样又会为我创造了很多就业机会，有些即使不适合我性格的工作，但是由于具有积极乐观的生活态度和负责任的工作态度，很多职业方向都会适合我。动手能力是我的一个职业优势，我喜欢实实在在的工作，特别是一些诸如技术类的工作。机械电子工程专业方面的人才正是当今社会比较缺乏的，而我所学的专业正是机械电子工程，在校时我会努力学习专业知识以适应社会的需求。

3. 职业价值观

(1) 测评结果分析

根据测评结果，我的职业价值观取向是：自我发展取向、社会价值取向、人际关系取向。即在工作中能获得信任，能够自我充实，促进个人发展；能够发挥个人才华，提升生活品质以及实现人生目标。工作中能帮助别人，为他人服务；工作能增进社会福利，对社会具有积极地意义。工作能与其他人建立良好的友谊关系，营造一个人际关系融洽的环境，并通过工作能提升自己的人际关系。在工作中能利用自己的一技之长为公司做贡献是我作为一个职员所应该做的事情，我有义务和责任做，在工作中追求个人目标的实现，同时为公司谋福利而不为呢！乐于助人是我的一个性格特点，我做的工作对社会有积极意义是我理想的工作！工作环境是比较重要的，融洽的工作环境我可以做得更好，人与人的交往需要积极的人际关系，这才很好！

(2) 自我分析

从事的工作符合兴趣爱好、求职机会均等、职员之间公平竞争、工作有挑战性、能在工作中发挥自身才能、工作自主性大、并且希望能够提供培训机会、晋升机会多、专业对口、发展空间大等。我不一定要追求工作环境舒适、交通便捷、生活方便等等，但是希望是工资高、福利好、保险全、职业稳定，不喜欢动荡的生活，安安静静就很好。也不追求单位知名度、单位规模多大和权力多大、行政级别多高和社会地位多高等，但是一定要在工作中能受到应有的尊重。在工作中被信任，工作被认可是我对自己职业的追求，自我发展、自我充实是我的职业目标，在工作中提升自己改变自己。

4. 职业能力

(1) 测评结果分析

测评结果显示，我的优势职业能力是：空间判断能力、察觉

细节能力、动手能力。空间判断能力指对立体图形以及平面图形与立体图形之间关系的理解能力，包括能看懂几何图形，对立体图形的三个面的理解力，识别物体在空间运动中的联系，解决几何问题。这结果非常符合我对自己的评价，事实上我对空间几何的理解就是有一种说不出的熟悉感，相对来说，空间物体比较容易理解。察觉细节能力指对物体或图形的有关细节具有正确的知觉能力，对于图形的明暗、线的宽度和长度作出视觉的区别和比较，看出其细微的差异。这个能力我目前还没有明显的感受到，但也许是我没有发现而事实上是存在的一种能力。动手能力指手、手指、手腕能迅速而准确地活动和操作小的物体。动手能力强我是不否认的，一直以来我是比较喜欢实践性的活动或课程，因为感觉这样比较实在。测评还显示言语能力相对比较差，这是比较正确的。

(2) 自我分析

空间判断能力是我的一个优势职业能力，我很认同，这样也会对我以后的职业选择有很大帮助，空间判断需要有比较理性的思维，思考事情的方式会从很多维度进行。这正是我自己的一种能力。动手能力强也是一个很好优势，自己本身就是那样，比较喜欢需要很强的动手能力的工作，比较喜欢实践性的工作和学习，这样的性格适合我选择一些比较稳定而又需要实践的工作，这样的优势对我选择职业也是有很大帮助的。察觉细节能力优势在我身上可能表现的不是很明显，或者说我没有发现自己有这样的优势，因为自己好像很多事情都比较疏忽大意，考虑事情不是很全面，既然测评结果这样说，表明我是有这样的潜力的，只是自己没有挖掘。

5. 自我探索小结

通过对自我个性特征、职业分析、职业价值观、职业能力的评价与分析，对自我有一个更全面的了解，内倾、感觉、思考和感知的个性特征是我选择职业的主要参考因素，因为工

作和学习一样得感兴趣，感兴趣才做得开心做得好。测评结果显示一下职业比较适合我的各方面特性：1、行政主管；2、文艺创作；3、工程设计；4、设计装潢；5、秘书助理。有些工作不是很了解，不确定我到底适合不适合，但是工程设计这个工作自我认为还是不错的。实际型、常规型、社会型的职业兴趣类型是比较符合我的，我就是喜欢实际现实的工作。自我发展取向、社会价值取向、人际关系取向的职业价值观取向是我追求自我发展的职业取向，工作对社会有贡献就好。空间判断能力、察觉细节能力、动手能力的优势职业能力是我选择好职业的基本能力，对我的职业选择有很大作用。

机械类职业生涯规划书篇五

(1) 家庭环境分析

家庭经济状况一般，可以满足我在校的生活费和学费支出，可以支持我顺利完成学业。家里人受教育程度都相对较低，没有任何信仰的家庭，家人希望自己毕业后能找到一个好工作。

(2) 学校环境分析

广东技术师范学院的办学定位是：面向职教，服务职教，引领职教。虽然我所学专业不是师范类的，但是在这样的环境下学习也是会受到良好学习风气的感染，进而督促自己努力学习。学校环境优美，各种生活、运动实施基本齐备，各种社团组织的活动足以丰富在校的课余活动。机械电子工程是多技术融合与集成而面向应用的学科，这种专业特点要求我们学习的东西会比较多，就业前景很不错，在我校往年本专业毕业生就业率很不错，其中2008年非师范本科为90.58%，而本专业初次就业率高达100%。

(3) 社会环境分析

当今世界正向和平方向发展，但是恐怖袭击问题、人口问题、环境问题、能源问题、城市化问题、粮食问题、劳动就业问题、青少年犯罪问题和老龄化问题等一系列问题依然存在。中国现在正处于近两百年以来最好的历史时期。虽然社会上还有许多的体制存在弊端，还有许多没有解决的矛盾，但是政治上比较稳定，法制化进程已经开始，市场经济已经初步形成并步入正轨。改革开放以来，广州的经济社会发展和城市建设取得了显著成就。广州正处于经济、政治、文化高速发展的时期，经济发展离不开工业，政府对工业发展是持支持态度的，工业方面的岗位需求量大，特别是机械类的职业岗位。

空间判断能力是我的一个优势职业能力，我很认同，这样也会对我以后的职业选择有很大帮助，空间判断需要有比较理性的思维，思考事情的方式会从很多维度进行。这正是我自己的一种能力。动手能力强也是一个很好优势，自己本身就是那样，比较喜欢需要很强的动手能力的工作，比较喜欢实践性的工作和学习，这样的性格适合我选择一些比较稳定而又需要实践的工作，这样的优势对我选择职业也是有很大帮助的。察觉细节能力优势在我身上可能表现的不是很明显，或者说我没有发现自己有这样的优势，因为自己好像很多事情都比较疏忽大意，考虑事情不是很全面，既然测评结果这样说，表明我是有这样的潜力的，只是自己没有挖掘。

5. 自我探索小结

通过对自我个性特征、职业分析、职业价值观、职业能力的评价与分析，对自我有一个更全面的了解，内倾、感觉、思考和感知的个性特征是我选择职业的主要参考因素，因为工作和学习一样得感兴趣，感兴趣才做得开心做得好。测评结果显示一下职业比较适合我的各方面特性：1、行政主管；2、文艺创作；3、工程设计；4、设计装潢；5、秘书助理。有些工作不是很了解，不确定我到底适合不适合，但是工程设计这个工作自我认为还是不错的。实际型、常规型、社会型的职

业兴趣类型是比较符合我的，我就是喜欢实际现实的工作。自我发展取向、社会价值取向、人际关系取向的职业价值观取向是我追求自我发展的职业取向，工作对社会有贡献就好。空间判断能力、察觉细节能力、动手能力的优势职业能力是我选择好职业的基本能力，对我的职业选择有很大作用。