# 最新策划职业生涯规划书(十五篇)

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-06-22

*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？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。策划职业生...*

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？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**策划职业生涯规划书篇一**

策划定义

策划人生：科学性的策划人生是通过科学的思考方法，对自己的学习、工作、事业、智慧活动进行良好的策划。策划人生为你提供了一个规范的、有序的、协调一致的、有计划的、有目标的组织程序。使你的日常生活、社会活动、创造活动、学习、工作、事业得以顺利进行。经营自己的强项，是通过最大限度地调动自己的潜在力量，让它成为你事业中的强项。它决定着你未来的发展，是否能有所成就。

策划人生又指个体通过计划、自组织、自我监督等环节来协调个体内环境、个体与环境，从而更好地实现自组织的目标的过程。个体内环境包括：软环境;硬环境。其中软环境主要包括：智慧、观念、心理健康、学习、时间等;硬环境主要包括：机体健康、行为、物质、经济。个体与环境的关系主要包括：个体与自然环境;个体与社会环境;个体与企业环境;个体与家庭环境。

经营自己的强项即策划人生：是通过筹划经管，确定你的经营战略;通过组织计划，确定你的经营的方法;通过规划治理，达成你的经营范畴。经营自己的强项，就等于经营自己的的人生。经营的方法包括：如何从建立自尊到建立自己的社会威信;从建立自强到建立自己的事业;从学习知识到建立自己集成智慧;从创造成就到扩展自己的社会知名度;从寻找合作伙伴到建立自己的社交范畴。

生命清单

一个叫约翰?戈达德的外国人15岁时，就把自己一生要做的事情列了一份清单，称之为\"生命清单\"，给自己明确了所要攻克的127个具体目标。比如探索尼罗河，攀登喜马拉雅山，读完莎士比亚的著作，写一本书等等。44年后，他通过顽强的努力，实现了106个目标。

生命清单，其实就是人生计划，它是由一个个具体的必须付诸努力的目标组合而成。它可以围绕一个主题精心布局，亦可以涉及不同的领域和命题，最大程度地丰富生命。

作为个体生命自我觉醒意识的体现，\"生命清单\"是一种有序的、遵循一定步骤的有益人生策划。当然，由于主观意识的差异和客观条件的制约，并不是每一个人都能洞察预见自身的潜能和实际，来制订整个一生的计划，但针对人生某些时段的某些事，我们完全可以也有必要，仔细地安排做事的程序和要点，作为行动的依据和指南。而有些人，似乎什么都不缺，惟独缺了这么一份相对稳定的\"生命清单\"，因而他们的生活随意性很大，随波逐流，摇摆不定，什么\"吃香\"干什么，哪里\"热门\"就往哪里钻。究其原因，是他们认为人生只是一顿快餐，可以简单地临时调剂和搭配，似乎照样具有营养价值，我们姑且称之为\"快餐式的人生观\"。此种人生难以经受时间的考验和历史的咀嚼。

而真正的人生毕竟不是\"快餐\"，而是一种兼具营养和艺术价值的筵宴。它需要一张清清楚楚的\"菜谱\"，以使各种物料得到最佳的搭配，同时我们也能够从从容容地烹制人生的美味佳肴。生命清单，不光是安排先做什么后做什么，更为重要的是，它使我们树立了一种精神理想和追求。

策划法则

1，成功的目标。强烈的成功动机主要靠内部激发。没有激情成不了大事，这里的激情，就是指对成功的渴望，从内心里激发出来的对成功的追求。当你把目标与自己一生的使命相联系时，你会发现人生的每一天都有它确定的意义。所以，明确自己人生的大目标，对把握好目标有直接的促进作用。遗憾的是，有相当多的人是随波逐流地生活着，他对自己的人生没有任何目标，要么认为时间还长着呢，要么认为\"一切自由天安排\"。这些对自己的人生没有任何设想的人，是很难激发起平时学习和生活中的动机与激情的。认识到自己的责任与使命，并愿意为之付出努力，是内部激发成功动机的最直接的方式。无论通过何种方式激发自己的成功动机，有一点是明确的，即这种动机越早激发越好。因为它将引导自己的行为。

2，认真策划人生每一步。有道是：\"凡事预则立，不预则废\"，千真万确。对自己做的或将要做的事没有任何准备，就是在为失败做准备。实际上，学会制订每一阶段的计划，不仅仅是一个学习习惯的培养问题，也是一个对运筹能力的锻炼过程。一份切实可行的学习工作计划，要综合考虑自己各科的发展水平，充分把握并有效利用自己的作息规律，还有对学习，工作的合理搭配等等。可以说，一份好的学习工作计划，就是一个小而全的系统工程。它能整合各种学习工作以达到最优，从而大大提高学习工作效率。如果你每天每周的计划都能完成得很好的话，那么你所盼望的成功，实际上是一个水到渠成的结果。有计划地学习工作，最关键的因素是按计划实施的决心和毅力，它是对个人自觉性和自制力的最大挑战，只有那些经受了这一挑战的人，才有机会获得成功丰厚的馈赠。

制订每一阶段的计划务必做到具体而明确。有一个著名的马拉松运动员在谈到他成功的秘诀时说：\"我有意将我长跑路线上的几个地点记得烂熟，所以，每当我跑完一个里程时，我就心里想着下一个里程的名，这样，一段很长的路线就被我在心里分割成好几段小的里程，而我需要做的就是全力跑完这些短的里程。\"日本人也主张每天努力改善一点点，他们认为，即使提高的步子不能使你闻名世界，但却一定有助于做出更好的成绩和获得成就感。每天进步一点点，其实最适合于完成我们的目标。

3，理解竞争的意义。现在已很难找到没有竞争的领地。生活中处处存在着竞争，大到整个社会，小至一个小组。竞争，像一根无形的警示牌，在不时地督促我们，使我们不致松懈。中国进入wto后，国家与国家之间都在暗暗较劲，展开着看不见的你追我赶，其目的只有一个，那就是为了在竞争中处于领先地位。每个人策划人生时，应找准自己的生活坐标，这样生活才有意义。如果\"执迷不悟\"，只会给自己的人生平添许多烦恼。明日企业的总经理王克博览群书，嗜书如命，从政经史哲到休闲杂谈，从国外理论专着到中国古籍辞考无不涉猎。他说\"人要读三种书，读政治书，以养大气;读业务书，以养才气，读闲书，以陶冶情操\"。

策划自己的人生，正确地对待自己，成功地发现自我，客观地分析自我，圆满地超越自我。有位教育家认为：\"自我教育是现代人的重要标志，也是人的现代化的最根本的能力。\"因此，只有具备较强自觉性，才能不断激发自己的智慧和灵感，不断创造出自我新的劳动价值。

**策划职业生涯规划书篇二**

活动目的：为了积极配合省就业指导中心做好“广东省第五届大学生职业规划大赛”的有关工作，顺利开展我院分赛区组织和选拔工作，促进更多的大学生开始进行职业生涯规划，活跃我院职业生涯规划活动氛围，我系将于\_\_年5月开始，在全系范围内开展广东省大学生第五届职业规划大赛——电子科技大学中山学院分赛区系级选拔大赛。

活动主题：规划精彩人生，拓展职业空间

活动对象：经济与管理系全体学生

活动时间：\_\_年5月 日——月 日

一、前期准备：

(一) 活动宣传工作

1、 召开我系班长会议，发放系内活动动员计划书。

时间：5月15日 地点：教学楼2-306

2、 海报宣传：由宣传部出三份海报，于5月20日完成并黏贴于四栋、凤翔和2 栋宣传栏。

3、 新闻稿工作：通过新闻稿对本次活动各个阶段进行宣传。活动新闻稿分别发表在我院系网站、我系刊报上。

4、 学院贴吧、网站宣传：活动前期分别在我院系贴吧、论谈及网站宣传。

(二) 初步选拨工作

1、 培训工作：根据今年作品新要求，对我系同学进行培训，提高他们的认识。时间：6月22日晚上7：30 地点：待定

2、 收稿工作：各班班长于6月1日收集完班级作品，上交 到2-316经济与管理系三大组织活动室。上午负责人：吴卓佳、苏翠燕、詹冠文，下午负责人：李婉玲、陈杰莉、周媛女。

3、 选拔赛：6月1-2日晚上进行选拨赛工作。由创业与职业规划小组和学术部统计作品上交情况，并评选进入复赛作品。

4、 复赛选拨：6月3日把进入复赛的作品交由指导老师，并由老师评选出进入决赛答辩的作品。

(三) 答辩会(见附件一)

二、活动内容：

(一)参赛形式：登陆官方网站，凭姓名和学号注册后即可获得免费参赛资格，同时可通过网上“职业测评系统”完成职业测评书后，自行撰写职业规划设计书。各系选拔优秀选手参加院赛，同时，学院将推荐获奖同学参加广东省大学生职业生涯规划大赛。

(二)大赛评委：职业生涯规划资深人士

(三)比赛流程：选拔赛→复赛→决赛 共三个环节

(四)大赛时间：系级选拨赛：\_\_年5月20日—6月10日

(五)参赛类型：职业规划类;

自主创业类(注：参赛学生计划在毕业后5年内进行“自我雇佣型”的创业)

(六)评选标准与撰写要求：(见附件二)

(七)选拨办法：

1、选拨赛选拨办法：

(1)于6月1号收集所有作品，6月1日——6月2日进行评比。

(2)职业规划类和自主创业类作品分开选拨，各占一定晋级份额。

(3)评选负责人：学生会主席团、学术部、创业与职业规划小组

2、复赛选拨办法：

(1)于6月3号把晋级的计划书交由辅导员，进行复赛评比。

(2)职业规划类和自主创业类作品分开选拨，各占一定晋级份额。

(3)评选负责人：系就业专职辅导员

3、决赛选拨办法：

(1)比赛要求：选手通过ppt进行演讲，每人演讲限时7分钟，评委提问3分钟。

(2)通过答辩会(见附件三)最终评定：职业规划类和自主创业类作品分开评比，分别评出：职业规划类一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名;创业规划类一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名。

(3)评选负责人：系就业专职辅导员、老师

三、后期工作：

1、上交入选院级稿件：\_\_年8月10日前进入院赛初赛的选手将修改好的电子作品一份提交到。

\_\_年8月28日将定稿后的书面作品一份交到就业指导中心卓老师处。

负责：创业与职业规划小组

2、两张红榜海报公布系内获奖名单 负责：宣传部

3、上传活动照片及新闻稿 负责：记者团

经济与管理系

\_\_年5月12日

附件一：

经济与管理系职业规划大赛决赛计划书

活动对象: 经济与管理系全体学生

活动地点: 待定

活动时间: 6月12日

奖项设置: 职业规划类：一等奖1名;二等奖2名;三等奖3名

创业规划类：一等奖1名;二等奖1名;三等奖1名

一、活动前期准备：

1、 6月3日通知进入复赛选手并于次日中午进行决赛抽签，给选手充分时间准备ppt及演讲稿。

2、 6月7日上午收齐选手演讲ppt，依照抽签顺序排列好。

3、 场地申请：在5月28日前完成场地申请工作，由吴卓佳负责。

4、 活动宣传：制作两张海报，分别贴于四栋和二栋宣传栏，于6月1日完成并黏贴。

5、 场地布置准备：包括气球、彩带、水、嘉宾牌、签到卡等。

6、 邀请2名主持人，并由他们撰写主持稿。

7、 邀请嘉宾：我系辅导员、三大组织代表(须发邀请函)

8、 联系工作：联系记者团，做好活动现场报道。联系文娱部，准备文娱节目(弹唱类)。

9、 制作活动ppt。

10、 准备活动评分细则、评分表、活动流程，活动当天发放于嘉宾席。

二、活动流程：

6:00——7:00 进行场地布置工作

7:00——7:30 嘉宾观众进场时间

7:30——7:35主持人介绍活动、嘉宾，比赛正式开始

7:35——8:35 上半场比赛结束.工作人员收取一半评分表进行记分

8:35——8:45 文娱表演

8:45——9:45 进行下半场比赛

9:45——9:50评委点评,互动环节

9:50—10:00 公布分数，嘉宾，观众退场

三、活动后期工作：

1、整理总分，确定获奖名单，并交给宣传部与秘书部

2、获奖名单张榜公布(2张红榜海报)

3、奖状的制作

注意事项:

1、 选手通过ppt进行演讲，每人演讲限时7分钟，评委提问3分钟。

2、 选手可以带”亲友团”进行参赛,与观众互动效果达到良好则会提高分数.每位选手的亲友团数目不得超过20人。

3、小组各见习组员应该注意落实活动所有环节,如:申请场地以及布置,主持人,比赛的记时工具,与其他部门通力合作等等

4、通过答辩会(见附件三)最终评定：职业规划类和自主创业类作品分开评比，分别评出：职业规划类一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名;

创业规划类一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名。优秀奖若干。

附件二：作品的评选规则

(1)参赛选手根据自己的《职业生涯规划》测评报告，结合自己的实际情况与社会需求，从专业、就业、职业等方面，按照“自我认知、职业认知、职业规划设计”三大步骤来进行职业生涯规划设计(包括职业规划备选方案)

(2)职业生涯规划设计参赛作品必须有扉页。扉页填写参赛者的真实姓名、笔名、性别、学校、班级、联系电话、e—mail等相关信息。参赛作品要求内容完整、简明扼要，格式清晰，版面美观大方，创意新颖，能充分体现个性而不落俗套，文如其人，能充分展现参赛大学生朝气蓬勃的精神风貌，能充分展现当代青年人的职业新人形象。

(3)本次学院大赛评选活动将邀请资深的职业咨询老师、企业人力资源总监等专业人士对职业生涯规划设计参赛作品进行评选，将以合适性、合理性、真实性、逻辑性、创新性、可行性为主要评选标准，淡化文学性和艺术性。特别提示：本次大赛参赛作品的评选将以近期目标规划为评选重点，近期目标规划指大学期间和毕业后五年内的职业生涯规划。

(4) 选择“自主创业”的参赛选手，需提交一份“商业计划书”。 “商业计划书”是参加此类竞赛选手的另一项评选。

参赛作品的设计与撰写要求

1、自我认知(知己)：根据“职业生涯规划测评报告”客观分析自己的职业兴趣、能力倾向、职业价值观、行为风格、个性特征等，了解自己喜欢干什么?能够干什么?适合干什么?最看重什么?人—岗是否匹配?

2、职业认知(知彼)：通过多种途径(书籍、互联网、社会实践、专家咨询等)和方法(外部环境分析、目标职业分析、职业素质测评、swot分析等)，全面了解目标行业、目标职业、目标企业(用人单位)的相关资讯，结合自己的专业情况、就业机会、职业选择、家庭环境、社会需求等因素，理性评估职业机会。

3、职业生涯规划设计：

(1)选择职业目标和路径：在自我认知、职业认知的基础上，进行职业定位，选择最适合自己的职业目标，并确定相应的职业发展路径。

(2)制定行动计划和策略：围绕职业目标的实现，制定具有针对性、明确性与可行性的行动计划，在校大学生要重视大学期间和毕业五年内的实施计划。在制定计划时要注意区分轻重缓急，在行动计划和策略制定完成后，要加强学习、要高效行动，学会时间管理和应对干扰，确保行动计划的顺利完成。

(3)与时俱进，灵活调整：由于社会环境、家庭环境、组织环境、个人成长曲线等变化以及各种不可预测因素的影响，一个人的职业生涯发展往往不是一帆风顺的。为了更好地主动把握人生，主动适应、利用各类变化，我们需要定期评估、反馈、调整、优化 。

**策划职业生涯规划书篇三**

活动主题：

为了梦想，你选择等待还是追求?

为了明天的起飞，请在今天装上翅膀!

活动内容：

活动目的和意义：

职业生涯(career)即事业生涯，是指一个人一生连续担负的工作职业和工作职务的发展道路。职业生涯设计要求你根据自身的兴趣、特点，将自己定位在一个最能发挥自己长处的位置，可以最大限度地实现自我价值。一个职业目标与生活目标相一致的人是幸福的，职业生涯设计实质上是追求最佳职业生涯的过程。成功的人生需要正确规划，你今天站在哪里并不重要，但是你下一步迈哪里却很重要。

1、what are you?

2、what do you want?

3、what can you do?

4、what can support you?

5、what can you be in the end?

? 让当代大学生警醒于这五个关于人生的问题，找到人生的目标，既是我们活动的目的和意义.

? 展示一个竞争残酷的现实社会及当代许多大学生享受安逸的大学生活，形成对比，唤起当代大学生的社会危机感、对未来职业和生存能力的思考，唤起当代大学生的学习动力，成就他们的美好未来。我想这不仅对大学生自己，对学校，对社会，对国家都是一个美丽的贡献。

? 通过活动邀请成功人士、老师、大学生代表等对当代大学生该如何进行人生职业生涯规划问题进行指导。

? 通过心理老师、就业指导师等具体指导大学生怎样规划自己的职业生涯，包括如何认识自己，如何在这大学四年中订立目标、如何逐步实现目标继而实现自己的就业能力的培养、如何写简历，如何面试、如何做好自己的未来职业岗位等。

? 响应社会，教育大学生，开福建大学生职业生涯规划系列教育活动之先锋，提高我校的社会影响力。

? 开展职业生涯规划的大型活动，对于学院的学风建设，素质拓展等都将是个良好的推进作用。

活动时间：年末

活动地点：学院

活动的参加人员：毕业

活动组织者：

活动流程：(2～3周)

1、活动的开幕式

2、dv播放(关于具有社会影响力的师大毕业的成功人士的人生成功经历的dv或是成功大学生代表的求职经历dv，以及受挫人士的经历和忠告等)

3、职业生涯规划论坛 (采取《实话实说》的节目形式或是新闻发布会形式)。

4.、话剧表演《面试》(相关探讨)

1) 由公司人事部、就业指导老师、心理老师、已谋求到一定稳定职业的学前辈们等就面试、职业选择、能力积累和自主创业等问题进行专业指导，如简历的写法、面试技巧、创业知识、实践经验积累、心理调整、社会就业形势等。

2) 论坛结束后，通知大学生准备、参与模拟招聘会的具体事宜。

5. 模拟招聘会

6. 职业规划大赛

7. 活动的闭幕式

活动工作安排：

一?活动开幕式(4月9日)

1、3月21日 上交策划书由院领导，老师指导完善

2、3月24日 上交策划书到校管理办

3、活动批准后，开始准备工作，由院老师邀请院，校领导或相关老师准备职业生涯规划活动月的开幕词等。

4、由信息新闻部邀请相关校(校报，校电台)或社会媒体宣传，进行相关报道。

宣传部做相应的宣传活动准备(如海报设计、横幅等)

宣传内容包括：国家职业规划的动态，职业规划的相关知识及大学生进行职业生涯规划的重要性，还有此次活动的相关内容，具体安排及邀请的嘉宾等。

5.、由院学生会邀请其他各院系的老师学生参加活动开幕式。(邀请人员应考虑到座位因素)

二、dv播放(开幕式同天)

活动批准后，便可开始dv的准备或制作。(采用从网络下载、新闻纪实等办法，并结合同学自拍的谋求职业生涯的追踪报道)

初步设想是：

? 讲述两个大学生自己的故事，通过dv展示职业规划的两个不同侧面，正，反两面。

? dv内容包括成功人士的人生经历，最好是与我们同个时代的大学生(比较容易

引起当代大学生的共鸣)。他们有明确的目标，成熟的规划，主动进取的热情，坚持不懈的精神。

? 同时包括与前者情况相反情况的大学生，他们漫无目的，得过且过，履遭挫折。

? 值得注意的是，在学生自拍段落，将着重于如何从大学毕业生一开始谋求职业时无实践经验、能力累积不够等方面受挫到最后谋求一个稳定的职业的过程。

? 通过以上事例，激发同学对未来职业生涯如何规划、如何逐步度过充实有意义的大学四年、如何做好自己的岗位(实现自己的最终岗位目标)的思考。

三、职业生涯规划论坛(4月13日或4月17日)

1、论谈会的形式将不采取讲座的形式，而初步决定采用中央电视台《实话实说》的节目形式，邀请社会成功人士代表，公司人事部领导代表，相关老师(如校就业指导老师，心理老师)，师大毕业的成功大学生代表，校大学生代表，由主持人的组织把嘉宾的各种经历(成功与挫折)展现给同学们，并随时与听众互动、调动气氛让听众参与讨论。

2、邀请嘉宾并通知具体时间让他们做好相关的准备。

3、通知论谈会参加学生，让他们做好提问的准备，保证论谈会的气氛与质量。

4、论谈会期间后勤保障工作(如教室借用，嘉宾饮水，场地的布置，话筒的数量和质量等)。

5、确定主持人的人选并予以培训，粗略统计提问的同学，未雨绸缪。

6、由专业老师谈谈职业规划的重要性、意义，及应如何进行职业规划，如何面对人生。

备注：

1) 论坛针对几个不同的话题展开讨论，加深同学对职业规划的具体认识和理解。(互动穿插其间)

? 根据自身特长(如耐性、灵活度、专业知识的长处和弱点等)，选择自身的职业

? 大学四年如何制定自己的短期目标和长期目标以配合未来职业需求

? 合理安排时间的原则，结合专业特点，发掘长处以实现各期的目标

? 各大企业对人才的基本要求和面试技巧(较略，拟成为下一个环节重点)

? 在大学茫然期间和毕业求职受挫期间如何调整心态

? 如何在找到工作后通过自身努力谋求一个更稳定的发展(制定并实现更高的目标)

2) 可通过开幕式活动对大家的触动，在论坛启动前让同学理出一些长期的疑惑提请专家回答。

3) 节目期间可邀请一两个同学进行现场心理测试或其他测试，现场对其进行职业规划指导以形成互动。

4) 论坛结束后布置任务，每个同学为自己的人生做个职业规划策划书。(要求详情见下文“职业规划大赛”版块)(置前或置后?)

四、话剧《面试》表演及相关的指导活动(4月23日)

1、活动确定后，通知实践部、话剧社准备话剧《面试》。(文娱部指导)话剧准备极为重要，话剧应具有以下特点：

1) 诙谐幽默(吸引听众，活跃气氛);

2) 持续时间较长(如浙江电视台的《人生ab剧》形式，与节目同行);

3) 可停顿性强并包含许多选择及思考性的面试问题(调动同学参与，让他们真正的参与思考人生，面对竞争);

2、上网查找关于面试的种.种新鲜，灵活，以小见大等经典的面试对话和问题丰富话剧的内容也为话剧期间的提问作准备。

3、此步骤的重点工作——话剧的编剧，应集百家之长。

4.、邀请相关专业指导老师在话剧结束后对大学生的就业，创业进行指导，并对简历的准备，面试的技巧，社会就业形势等进行具体的讲解。

5、 通知同学准备并积极参加下一流程的模拟招聘会。

6、现场摄像、并及时报道。

五、模拟招聘会(4月29日)

1. 可以以赞助宣传的形式邀请相关公司人事部经理或是就业指导中心的老师准备模拟招聘会的问题、考验方式、广告主题等;

2. 邀请各院系代表观摩、参与(裁判或参与者?)

3. 同学以自愿报名为主，应依据正式程序，制作前期的简历、项目调查等

4. 后勤准备：桌椅，横幅，场地的布置，人员饮水，海报的通知等。

5. 联系校记者记者现场采访、报道。

6. 『把参加此次招聘会的活动列为素质拓展的主要考核中』。

六、大学生职业生涯规划大赛(截至4月22日晚)

1. 截至4月22日晚上交职业规划策划书到相关部门统计评比;

2. 初步决定采取书面比赛的形式，由同学上交自己的规划策划书，由专业的老师进行指导评比

3. 推荐几份成功人士的经验报告和职业规划书作为参考，鼓励原创。

规划书所含项目可参考：

? 个人简介

? 个人优劣势、心理分析

? 初步拟定职业定向(长期目标、职业内容和要求、职业现状、职业前景)

? 大学4年短期目标及详细规划(目标、内容、学习项目、能力锻炼)

? 能力分析和培养计划(职业进深的要求、个人能力分析、个人预估参与实践项目)

4. 评比结果依可行性的高低划分，由经验人士选定较为优秀的10份进行跟踪指导。

对所有同学的报告进行总的讲评，改进。

5. 与公司联系，协商规划书实现率较高者作为毕业时公司优先入取的参考。

6. 与公司联系，采取公司赞助的形式举行比赛不仅可以减少经费的开支同时也可以提高活动的社会影响力。

七、活动的闭幕式(4月30日)

1. 邀请相关领导对此活动进行点评及对当代大学生的鼓励。

2. 邀请老师，同学参加。

3. 职业生涯规划大赛的颁奖、点评。

活动说明：

活动的准备工作都从活动确定后开始，无先后关系。

活动月期间的各活动的宣传应及时有力。

最好对各个流程进行跟踪报道，形成一个整体。

活动作为本院大学生素质拓展计划的一项重要内容和衡量标准。

相关报道及时准确推向校电台、新区管理办、青通社和社会传媒。

根据社会需求设计职业生涯

根据所学专业设计职业生涯。

根据个人兴趣与能力特长设计职业生涯。

**策划职业生涯规划书篇四**

目录:

一、标题

二、引言

三、个人简历

四、探索自我

五、探索工作世界

六、职业目标定位

七、评估与反馈

一、职业生涯规划书

二、引言:

职业生涯规划是在自我分析和环境分析的基础上，结合自身的内外部特点，选择适合自己的职业发展方向，并以此为方向，跟当下的自己做出比较，以实际的行动来完善和提升自己，以期实现自己的职业生涯目标。当计划的过程发生变化或遭遇阻碍，就需要不断进行评估和给自己提供备选职业发展方向。生涯发展大师舒伯认为，个人职业是否有升迁发展机会，是由他的智慧能力、父母经济社会地位、本人对权势的需求、个人的价值观、兴趣，人际关系技巧以及社会环境、经济的需求等共同决定的。因此结合个人主观、环境客观等方面因素分析，作如下探索和规划。

三、个人简历:

学校:广州\_\_\_\_\_\_\_\_院系:\_\_\_\_\_\_\_

专业:10级\_\_\_\_\_\_\_计算机应用技术姓名:张\_\_

四、探索自我(学校就业指导网)

我是什么样的人?我感兴趣的职业是什么?我怎样确定自己要走的道路?对于自己的了解是职业生涯规划中最基本的方面。对自己当前特征的清楚把握，是定位自己的职业方向最重要的第一步。为了完善你的自我了解，我需要在性格、技能、兴趣三个方面深入把握自己的情况。

根据测评工具的测评结果，可见我的兴趣特点是:

我是一个非常喜欢交朋友的人，同时也注重和物化的具体材料打交道，具有双重个性。我很关心自己和别人的情绪状态和感受，我喜欢从事与教育训练相关的服务性工作，好以团体的方式来教授，我看重团队精神，认为团队的力量不是个人所能比拟的。我喜欢协助别人解决和处理技术性方面的问题。我的学习能力很强。在生活中注重实用，实事求是，对未来很少去想象，认为从现在开始比对有理想更为重要。喜欢认真与人切磋，琢磨，有一定的抱负，有影响欲，归属感强;注重实际行动，对工作持之以恒，坚持不懈;特别善于教导他人，人际关系很好，不矫揉造作，谦虚待人。喜欢做需要动手的工作;性格诚实耿直，对人坦率，比较务实。

使你如鱼得水的环境:有一定技术含量的社会服务工作，要求人际技巧，但有一定的规则约束，要求一定客观性的工作。

你乐衷的活动或课程:带野外团队、夏令营、电脑教学等。

你特别钟爱的专业有:科学教育、体育教育、医学技术、技能训练等。

你可能喜欢的职业有:理科老师、体育教练、技术训练人员等。

根据我最弱的兴趣，提醒自己要避免自己不怎么感兴趣的事:

你不喜欢深入探究事务的本质和基础的原理。一些自然科学和理论研究的事情对于你而言，可能费时费力，并且没有实际的意义。因此你需要避免那些需要追根究底、细致观察、深入探究的事情，需要分析事物的本质，并要求独立完成的工作你也会觉得不喜欢。

综合我在性格测试的倾向，总体来说，我的类型是:

检查员型--细致、谨慎地执行好现有规则

你的特点:

你是一个认真而严谨的人，做事深思熟虑，“天道酬勤”是你的信条，对认准的事情有一股韧劲，信守承诺，是个值得信赖的人。对待任务，你会倾注大量的精力，并希望别人也是如此。

你十分理智，对事情特别关注它的合理性，不会感情用事，总是表现得那么淡定、客观、理性，甚至在遇到危机时都能够表现得平静。

你是一个传统的人，含蓄内敛，谨慎独立。你对细节非常敏感，毫厘必察，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

你相信决定是要建立在充分信息的基础上，因此下判断前，你会充分收集各种信息，再根据信息去综合考虑实际的解决方法，而不是运用理论去解决。你会运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点。你很推崇系统化的流程，对别人不严谨的决策方式很不耐烦。

优势:

你总是一丝不苟、认真专注、现实可行

你认为传统模式既然保留，就肯定有它的可取之处，你会坚定的遵循

你责任意识非常强，别人可以放心你会兑现自己说的话

你追求在短时间内，完成更多的任务

你的毅力和决心让人感觉可以依靠，不达目的不罢休

你通情达理、善解人意

岗位特质:

工作环境要稳定，不需要太多的冒险和变动，是依照经验和规律解决事情

有较多的独立工作时间，可以专心的完成整个项目或任务

你适合的工作内容是:能较多的运用实际经验的技术性工作，能够充分发挥自己精细、准确、逻辑性强的能力

这份工作的工作对象是具体的产品或服务，工作成果要求是有形的并且是可以衡量的

工作组织中，要有明确的工作目标和清晰的组织结构层次

你适合逐渐增加工作中的责任，承担更多的任务，不喜欢被动的参加社会活动

这份工作要有足够的准备和实施时间，在交付成果之前能够进行自我完成情况评估

我的不足与改进:

1、固执或倔强，一旦做出决定就对其他观点置之不理，认为新观点、想法未经考验风险太大而不愿接受和尝试。可以稍微放开自己的心态尝试探索新的可能性也许会带来惊喜的结果。

2、看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，不够灵活。没有尽善尽美的人，要学会欣赏别人的优点，多点耐心。

3、沉浸于具体细节和日常操作，有时会由于坚守近期目标而忽略长远需要。可以学习不时跳出来展望一番，查看事情的整体发展。

4、对事情的期望和自己的要求都高，不太自信。要学会自我鼓励和激励，培养自信心。

职业技能探索

结合测评结果，以下是我认为比较擅长的5项技能:

人际敏感:人际交往中，关注他人的反应，并从中理解他们的想法

人际适应:根据他人的表现，来调整自己的行为和表现

积极倾听:注意倾听他人说话，充分理解要点，适当提问，不随意打断

服务他人:想方设法地给他人帮助和服务

希望在平时的生活和学习中认真思考和观察自己这些技能的应用，充分发挥自己的长项。将来可以考虑选择自己的优势技能对应的职业，这样在求职中将更有竞争力，从事工作时也更得心应手。

以下是我认为你最薄弱的3项技能:

科学思维:利用科学的规则和方法(比如对比、分类、演绎、归纳等)解决问题

编程:根据不同目的和要求编写计算机程序

时间管理:有效安排并管理自己的时间和他人的时间

我认为这些技能是我的软肋，我可能并不重视这些技能，也没有关系。但如果要提升这些技能，就需要付出比一般人更多的努力，对于这些弱势技能对应的职业，将来求职时要谨慎选择。

五、探索工作世界:

随着互联网的飞速发展，网络编辑这一媒体新人力的队伍在逐渐壮大。从国家的政策导向、市场的经济导向、实际需求看，网编绝对是未来十年的黄金职业。网络编辑并不只是“搬运工”，他需要用统筹的眼光去分析、构建并持续优化网站，来提升网站的知名度和流量。另外，网编还要经常通过开展与网民互动、与其他网站业务合作等活动来切实增加公司的收益。

网站编辑职责:

1.根据网站发展规划，策划栏目及内容，完成网站概要设计、流程设定、内容策划、页面架构、资源整合等工作;

2.不断完善所负责的网站下属频道的栏目内容，提高栏目质量，对网站下属频道的内容整合和流程管理负责;

3.根据市场需求，设置栏目内容，策划专题活动并负责跟踪执行;

4.协调合作伙伴，丰富网站内容，策划联合活动等，并根据活动策划安排版面;

5.承担网站访问量指标，提高网站访问量，提升品牌影响力;

6.按照网站更新要求，负责所负责之相关内容日常更新与维护;

7.与技术及设计部门沟通，协调执行网站策划及设计工作;

8.检查所负责频道内容，确保频道内容正常，无错字别字、无无效链接、过期信息等。

任职基本资格:

1.文笔流畅，熟练掌握编辑软件，对html、javas cript、photoshop、dreamweaver、flash等有了解并能运用;

2.了解互联网发展，熟悉互联网媒体最新技术发展，善于查询并了解互联网媒体最新内容制作流程等;

3.了解网站策划流程及商务网站业务流程;

4.对网站的内容建设有一定的经验并有自己独到的理解和认识，对新闻有着敏锐的洞察力;

5.有较强的系统分析能力和较强语言表达能力，思路清晰，目标明确，工作效率高;

6.有很强的责任心，事业心与团队精神，执行能力、沟通能力、组织协调能力和管理能力;

7.思路清晰，思维活跃，有创意;耐心细致，自信，有韧性。独立工作能力强;

8.有独立编写网站市场推广活动方案策划书的能力。

职业发展路径

我国将该职位分为网络编辑员、助理网络编辑师、网络编辑师和高级网络编辑师四个等级。

六、职业目标定位:

根据我的职业性格测试结果综合考虑，将职业目标初步定为网络编辑、网络工程及硬件工程技术支持

七、制定职业生涯规划:

短期目标

1、争取通过英语四级证书的考试，不过不罢休

2、认真参加硬件工程师的考证准备工作，争取在6月18日

3、复习各门功课，准备期末考试

4、关注网上各招聘信息的更新，用招聘要求来指导职业规划之路，积极寻求实习机会

5、关注20\_\_年专插本升学考试最新动态，提前做好专插本的思想准备工作

中期目标

1、考取各类与自己求职意向相关的认证证书，为求职做好知识技能的准备

2、继续学好专业知识，在顺利毕业后好做专升本的深造学习准备

3、做好专插本书本复习工作，争取考上理想学校进一步深造

4、在假期寻找实习工作，增加社会实践经验

长期目标

1、进入职场，在网编、网络或硬件技术工作经验方面有所进展

2、将本专业所学知识应用于工作中，有较好的行业发展方向

3、在以上领域从业5年左右有较好的经济基础和职业升迁

八、评估与反馈:

对于未来职业发展的诸多不确定性因素以及其中可能发生的变化，均以实际情况的变化而做出相应调整，不断对自己做出有效评估才能适应自身未来的发展需求

对于其中的不确定性因素我认为有:工作时间与学习时间的相互冲突、专插本未能一次性考上而无法继续学习、就业竞争的巨大压力及学历限制不能使我找到合适并且满意的工作

**策划职业生涯规划书篇五**

序言

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。

自我分析

缺点：做事爱拖拉，惰性较大。太容易相信别人，以前是优点，但是现在我觉得是缺点，因为这样总是被忽悠，为这吃了不少的亏。喜欢做事情半途而废，积极性不能保持到最后。喜欢说说而已，实施起来总会很难。胆子很小，不敢走夜路。

优点：性格很好，喜欢交谈，友善待人,做事仔细认真、踏实，勤于思考，考虑问题全面,喜欢表现自己。

性格表现：不安于现状，喜欢一切刺激的事物。

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。

职业分析

职业探索与分析

职业探索就是指结合对自己的文化水平，综合素质来进行分析。包括个人自身的要素，所在组织所提供的发展条件因素。社会环境所机遇的支持和制约因素

兴趣是最好的老师，是成功之母，调查表明：兴趣与成功率有着明显的关系，在设计自己的职业时，参考自己的特点，珍惜自己的兴趣，择几所爱，选择自己喜欢的职业。

任何职业都要求从业者掌握一定的技能，具有一定的能力条件，而一个人一生中不能将所有技能都全部掌握。所以你必须对你的职业有很深的了解，从而发挥自己的优势。神会的需求不断演化着，就得需要不断消失，新的需要不断产生，新的职业也不断更替。职业是个人谋生的手段。其目的在于追求个人幸福。所以你在择业时，首先考虑的是自己的预期收益，一个人幸福最大化。

我所学的专业是播音与主持，希望将来能够成为一名播音员或者主持人。

常常被问起有什么人生理想，常常无言以对。我实在找不到一个特别具体的事件或成就作为自己的人生的奋斗目标。但是对于生活的期许有很多，愿望有很多。这些期许和愿望一个个的让它们实现也许就构成了我的梦想吧。比如，我要让父母过上更好的生活，不用像现在这么的辛苦。比如，我想“读万卷书，走万里路”，即想读很多书，去很多地方旅行。我想要有一个圆满的家庭和一些真诚、要好的朋友。也许归结起来就是好好生活，好好的学习，好好的做个好人吧。

完成主要内容：

(1)学历、知识结构：提升自身学历层次，从专科走向本科生，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，如打羽毛球等。

职业定位

电视节目主持人作为公众人物，他们的角色特征具有典型性、代表性乃至示范性。因此，主持人角色在传播媒介的作用下呈现为受众的潜意识的心理参照系，是受众将理想角色投射与对应到主持人个体上而形成的。如果当这种比照是符合受众拟定的理想角色要求的，那么这种主持人角色将得到受众的认同、赞许和褒扬。反之，如果这种比照是错位甚至相悖的，那么这种主持人角色将遭到受众的批评、反对和否定。

众所周知，节目主持人这个电子时代的宠儿发源于美国。1952年随着美国“电视天才”唐·休伊特将“最后一棒”形象地引进电视传播领域，随着沃尔特·克朗凯特以资深记者的老到将“最后一棒”隆重推出与成功尝试，加上大众喜爱的传播媒介电视的发扬光大，节目主持人从此开始了在电子传媒上飞速地、超国界地发展。

我国的节目主持人是上个世纪80年代才出现的。由于历史和现实的原因，我国的新闻媒介长期以来一直是作为一定社会团体的宣传工具而存在，它在整个社会功能系统中往往表现为工具性的一面，忽略了人和人格方面的因素，使受众所接受的信息都是经过媒介大量复制后的抽象化符号。甚至在一段时间里连编辑、记者、播音员的名都不许提及，更不用说以“栏目人格化”为基本特征的主持人节目难以获得生存空间。1980年召开的第十次全国广播电视工作会议，吹响了“自己走路”的号角，一种新的节目样式--主持人节目悄然问世。从此，一个新的工种--节目主持人悄然诞生了。

“节目主持人实际上早就充当了舆论领袖的角色，”因而，中国的节目主持人应具有强烈的使命感，同所有电视人一道担负起这份责任，使中国的优秀文化世代传承。同时，中国还需要吸收外来文化。随着新世纪的到来，世界已经整合成一个整体，各民族的发展已经越来越离不开世界。在这种情况下，各民族必须广泛地加强和其他民族的文化交流与合作，在向外传播本民族文化的同时，不断吸收其他民族的文化精髓。因此，不管是继承中国传统文化，还是吸收其他民族的文化，中国的电视节目主持人都应当做一名排头兵。

规划实施

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向播音和表演两方面发展。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、20\_\_-20\_\_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、20\_\_-20\_\_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，从专科走向本科，争取考研,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、20\_\_-20\_\_年，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，拥有一个完美的家庭。

评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据事实结果的情况以及变化进行及时的评估与修正。

一直以来我都想成为一名演员,不是一定要成名,对我来说,站在舞台上那一刻,是我人生最辉煌的时刻!可是现实却是，我走进了大学学的播音主持，虽然同样能学到表演,但总归不及专业的.所以在今后的生活中会有什么样的变化谁都无法预测，我们可以憧憬，可以规划，但是却不可以左右，所以我不敢肯定我的人生会想我规划的这样一帆风顺，在没有实现自己理想的时候，我想我需要给自己的计划加以完善，如果三年后我毕业了，没有拿到专升本，没有找到和关于播音主持相关的一些工作，那么我会选择对自己的职业生涯从新定位，从新规划我的人生，让自己的人生从新快开始一个新的旅程。。。。。。或许,我会去选择我的梦想,去做一名北漂,当我的演员.

结束语

任何目标，只说不做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。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪;未来，要靠自己去打拼!实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振;要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄;成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

在这里，这份职业生涯规划也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

**策划职业生涯规划书篇六**

一个人的人生，要走的永远是自己的路，不管路有多曲折，有多么的坎坷，都是前世所注定要走的道路，也许有的朋友不会相信，但是如果知道前世所有的一切，就明白是自己的选择，也许选择在今生是个错误，但是别无选择，所以是无选择。选择什么样的职业就是选择什么的生活方式，乃至选择何种人生。

一个人精通一件事，哪怕是一项微不足道的技艺，只要做得比所有人都好，那么也能获得丰厚的奖赏。如果集中精神，坚韧不拔，将这门微不足道的技艺使得异常精湛，也将有益于人类并应为此得到报偿。只要确立我的人生目标事业目标生活目标生命目标，把它们永远铭记在心。只有全心全意地寻找，才会有所发现，否则生命也没有任何特殊的意义。并非只有蜜蜂才在花丛中飞舞，然而却只有蜜蜂将花粉收集起来酿成蜂蜜。我是否从多年的学习中以及年少时的辛苦中获得了丰富的经验并不重要，因为如果我踏人生活时，对未来没有一个深思熟虑的想法，那么可以肯定，幸福不会降临，那种可以使我们成功的机遇也不会发生了。

人们常常说，我们要树立高远的目标，但是我们必须千里之行，始于足下。仅仅有远大的目标是不够的。箭发于弓，直中目标，从不偏离轨道，寻找别处的靶子。雷霆万钧敌不过瞬息爆发的一道闪电。只要一心一意向着一个目标稳步前行，百折不挠，一定不会失败。这就好比用玻璃聚集起太阳的光束，那么即使在最寒冷的冬天，也可以燃起火来。

最弱小的人，只要集中力量于一点，也能得到好的结果，相反，最强大的人，如果把力量分散在许多方面，那么也会一事无成。小小的水珠，持之以恒，也能将最坚硬的岩石穿透;相反，湍流呼啸而过，了无踪迹。

一、自我分析

1. 价值观

我的职业价值观：通过自身的努力，赢得领导与同事的肯定。选择了这门职业，就要真心去热爱这门职业。在平凡的岗位上争取做出不平凡的成绩。

我的生活价值观：少去计较个人得失，开心过好生活。日子可以过得不富裕，但一定要过得开心。

我的情感价值观：如果我现在不争取，我会后悔一辈子。

如果我们现在不咬紧牙关，那我们将一事无成------阿道夫·希特勒

2.性格

真实的我是比较内向，无语，但很乐观的。但参加工作以来感觉变化了不少，可能与环境有关。人是一个矛盾的综合体，虽然性格属于内向型，偶尔会有自卑感，甚至会发展到很极端的程度，以至于我对自己不自信。常常怀疑自己的能力，对于各种活动也不敢大胆的参加。有时会多愁善感。

3.兴趣

很喜欢上网，看些杂志小说，尤其喜欢看各种的历史类书籍。还在积极的培养各方面的兴趣，比如说想学学语言、经济学，心理学等。

4.能力

会基本的计算机应用，office软件应用，cisco一些设备应用。实践能力还算强，听从指挥，有计划有思考的去完成一件任务。有责任心，上进心，做事认真投入。也喜欢发问。但缺乏耐心、毅力，工作激情往往是“三天打鱼，两天晒网”。

二、目标与计划

1.目标

短期目标：(最近两年)

工作方面：将自己完全融入集体，完全进入工作的状态，在工作中虚心向前辈学习，做好一个员工的基本工作，扎实各项基本功。

学习方面：考一个驾照;学习博弈论、经济学、心理学，华为、北电、h3c等书籍广阔我的视野，无论技术与非技术;重读我的奋斗、从乞丐到元首、三国、三十六计等书籍，加强对书籍的理解;业余学习德语，虽然是小语种，但希望可以和别人交流，和不同思维模式的人进行交流，也算做是完善自我，完美自我，发展自我，改变自我，创新自我。

生活方面：贷款买辆自己的车，懂得照顾长辈，照顾父母，照顾自己，自己的事情自己做，不靠别人，只靠自己;为姥姥，奶奶，爷爷扫墓，实现长辈们的心愿;重视现今所有的朋友，结识新的朋友。3年之内我绝不放弃，始乱终弃另我憎恶，坚持坚持再坚持，咬牙咬牙再咬牙。

中期目标：(未来五年内)

工作方面：在继续向前辈学习的过程中，整理、总结出一套自己的特色。不断学习新知识，新技能，踏实工作，在工作岗位上干出一定的成绩，争取实现自我创业，创业是艰辛的，但也是快乐的。

学习方面：进一步冲实自己，使自己有一个良好的开端，保持自己，坚持不懈，永不放弃。

生活方面：营造幸福美满的家庭生活。爱自己、爱家人，拥有自己稳定的朋友圈子。生活惬意，当然也一定要兼顾工作，开心、快乐、幸福、健康。

长期目标：

拥有幸福美满的家庭生活。兼顾家庭和事业。照顾好家庭，做好孩子的教育工作。在工作中能逐渐展现出魄力，能在自己的岗位上得心应手，并帮助新员工适应环境，要有前辈的榜样，注意自己平时的衣着言行举止。

方志敏说过：“我们活着不能与草木同腐，不能醉生梦死，枉度人生，要有所作为。”所以有计划的规划自己的人生，使之不再蹉跎间转瞬即逝。

面对漫漫人生路，规划只是个导向标，最重要的是靠自己去实践。有毅力有耐心的走下去。相信在规划的指引下，我会有目标的走得更好。

人生的道路有许多的坎坷，不是一条通往光明之路，有痛苦，有伤心，有无助，也有面对一切所不能忍受的，这就是生活。但是生活中确实有许多美好的东西，有些时候你不会看到它的本身的色彩，如果用这一种方式感受不到的话，不妨换一种方式去感受，也许它正是我所需要的那种生活方式。千万不要放弃生活，放弃了它，生活也就放弃了我，人生贵在的是感受，会感受才会有幸福，在生活中如果感受的多了，那才会感受到生活中的美好，才会知道我在前世所选择的是今生的最正确的人生路。

在生活中我会感受到许多的坎坷和挫折，许多的事情并不是我不行，而是我没有勇气去尝试，其实如果尝试了，也许就会成功，不去尝试的话，永远都不会知道我是否会成功。歌德说过：那些是你的梦想的，那你就要去做，去尝试，去努力，去奋斗。

人生的道路永远都是美好的，我的梦想也都是最真的，也许所有的梦想在现实生活中，经不起现实的磨砺，也许当所有的期待都会像泡沫一样在现实中破裂，那时也许会失去对生活的勇气，也许不甘心在平平淡淡中生活。

风可以吹走了春天，但是它吹不走春天的种子，失败可以暗淡昨天的努力，但是阻挡不了辉煌明天的到来。当走过一条条坎坷的道路后，当一个个憧憬破灭后，只要不让风把那通往那扇成功的大门关闭，只要不让风把心中的那盏明灯吹灭，只要我不把信念抛弃，那生活就不会被抛弃，那扇通往成功的大门永远的为我敞开着。

永远的燃起那盏心中的明灯。为我照亮成功的道路。

如果现在有两条路供选择，会怎么样做出选择呢?

一条是可以过着平稳无忧的平凡生活;一条是需要付注一切的努力去拼搏你的理想目标，可是成功与否却不得而知，而且成功的概率可能会很小。知道会有一个什么样的答案。可能都会有一腔的热血想去追求我的理想。而实际上敢于去放手一搏的只有两种：一种是没路可走的人;一种是有后路的人。而介于两者之间的人是不会轻易去搏的。

路在脚下，慢慢来，相信可以的，会成功的。

努力吧，我相信一个成语，就是天道酬勤。

努力永不晚,天道酬勤时

其实人还是有点磨难好，只是时间不等人，不能白白浪费时间，浪费青春。

关键在于自己，想做什么，想向那方面发展，而不是别人让做什么,就做什么。

要有个目标，有份信心，然后是向着理想去一步一步的实现，可以将目标定成几个阶段。打比方说是1万米的长跑，你可以将每一个1000米作为一个阶段，然后去实现，这样不会感觉到累，重要的是有信心,有持之以恒的精神去一点一点的实现。

不要轻易言弃,那样,会成功的，不要气馁，有了目标，就一点点的实现，重要的是在于我自己，在于以后发展的前景是什么，想做什么。

相信我自己，努力并加油，没有办不成的事，只要有时如激光一样,有个始终如一的目标，人生就是进进进,进取进击进前，慢慢来，那样我的穿透力会很强很强,实现的可能性也会很大很大。

自信，相信自己是最好的最优秀的最有能力，我自己给自己打气鼓劲。

成功属于随时随地准备的人,有智慧的人,有心的人。有目标的人。加油前进

路虽远，行则将至;事虽难，做则必成。很多事，不是我能不能，而是我要不要!天高任鸟飞，海阔凭鱼跃。不要怨天不够高，不要怨地不够宽。首先要问的是这鸟有没有比鹰飞得高的愿望;这鱼有没有敢越龙门的志向。成功不是将来才有的，而是决定去做的那一刻起，持续累积而成的!

一个人最重要的是要有目标,而后是随之的努力，有行动, 有目标始终如一的理想，有人生就是进击的动力,努力永不晚,天道酬勤时,努力永远不会晚,天道酬勤时自成…。

人生有限，生也有涯,无论是什么身份,无论做什么事业,家事国事天下事，事事关人,因此，存活于世,最重要的是要懂得:如何做人?如何做事

做自然人，做目标事，简单做人，简单做事，做好人，做好事;简单的方法重复地去做;这就是成功的人事，这就是成功的人生

从五个方面来着手进行：

1 . 建立正确心态：了解他人专长，放下身段、虚心学习。

2 . 业务素质：分成基础能力(基础知识、专业知识、实务知识和技能技巧)、业务能力(理解力、判断力、规划力、开发力、表达力、交涉力、协调力、指导力、监督力、统帅力、执行力等)、素质能力(智力素质、体力素质、性格个性、态度、自我价值观等)。

3. 潜能开发：参加培训、构建人际关系网、业余课程学习等。此外，竞争机制和指导他人也能有效挖掘自己的潜在能力。

4. 善用学习渠道：同行、有经验的前辈、利用信息平台、利用媒体、参加社团等。

5. 采取有效方法：善向优秀者学习、生涯规划的定期检讨、总结成功经验、以及养成最重要的习惯--坚持。

**策划职业生涯规划书篇七**

一、自我认知

通过人才测评分析结果以及本人对自己的认识、朋友对我的评价，我认真的认知了自己。

1.职业兴趣：研究型，希望日后能在科研方面工作。

2.职业能力：逻辑推理的能力相对比较强，而信息分析能力也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

3.个人特质：喜欢追求各种不明确的目标;观察力强,工作自觉、热情，能够吃苦耐劳;主张少说多做;爱学习;喜欢独立工作。

4.职业价值观：基于家庭条件，首先考虑待遇较高的工作，对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会;当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想;最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

5.胜任能力：

1)能力优势：头脑灵活,有较强的上进心，逻辑推理能力比较强;相信自己行，能全神贯注，能够客观地分析和处理问题，对自己要求严格，经常制定目标.

2)能力劣势：一件事做第二遍定会出错;做事过于理性，而有时候应该是按常规出牌的;有严重的个人中心主义,有时听不进别人的劝导;

自我分析小结：

我认为自己明确职业兴趣及方向，有一定的能力优势，但是也有一定的能力劣势，所以要发挥自己的优势，培养自己不够的能力。平时要多对自己的不足进行强化的训练，譬如，要多练练写作，多看一些课外书，拓宽自己的视野，等等。

二、职业认知与决策

职业认知

1.家庭环境分析:

家庭经济能力仅能维持正常的生活，我的学习费用为全额贷款。我的父母亲的工作不够稳定，所以经济收入不稳定。家庭文化氛围一般,姐姐从医，妹妹钢琴弹得不错，父母亲均未完成九年义务教育，但支持我们最低完成大学教程。

2.学校环境分析：

我就读于天津医科大学，生活环境一般，教学设施齐全，且比较先进，教学水平也较先进，只是学校更重视研究生，我们本科生不受重视;所在预防医学系虽不是全校最好的学科，但专业课的科目开设受到一致好评，毕业的就业率百分百;教学质量高，师资雄厚，总的来说，整体教学还是在不错的。

3.社会环境分析：

我国人才的竞争日趋激烈，大学生就业难、失业率居高不下等等，都使我们的就业环境看起来不容乐观，而现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，有些地域还存在性别歧视，女性就业前景不是很好。不过，政府愈来愈重视预防专业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

4.职业环境分析：

在我国，由于预防医学为新兴专业，这方面的人才需求量目前很大，社会分工还行，前景不错，但也因此，专业知识技能不够发达，(要干实事最好去国外进修发展)，报酬也不高。

5.行业环境分析：

将来我希望进cdc工作。预防医学目前还处于幼童期，不够壮大;但就业范围比较广，现在的医药、食品、卫生等方面均可，容易找工作，只是待遇不高，且国内此类高端人才及技术缺乏;不过经历非典、禽流感、甲流及此时正猖獗的麻疹(年年猖獗)后，国家越来越重视预防，正提倡培养该方面人才，全国各地都逐渐设立有cdc;现在自己多考些证，以更易游刃于上述就业范围。

职业决策

综合前面的自我认知和职业认知这两部分的内容，我得出本人的职业定位的swot分析如下：

内部因素： 优势因素 (s) 弱势因素 (w)

头脑灵活,逻辑推理能力较强 具有个人中心主义，顽固

具有创造力，认真，负责 不喜欢模式化工作，偶尔会有厌倦心理

有毅力,观察力强

外部因素： 机会因素 (o) 威胁因素(t)

新兴专业的工作岗位相对 社会环境不断变化，

多些，疾病预防发 竞争激烈，就业形势日益严峻。

展前景较大。

结论：

1)职业目标：

我根据自己的职业兴趣和个人能力，最终成为一名在预防医学专业的科研工作者。

2)职业的发展路径：

考多种证----公务员-----cdc工作者-----进华中研究院

三、计划与途径：

1.大学期间：20xx年～20xx年

1)大四、五学好各科专业知识，掌握预防医学的基本知识。

2)大四前英语6级争取过600分，积极考托福，希望能用英语与外国人自由交谈。

3)大四前考取全国计算机二级证书。

4) 大三开始业余学习韩语，希望能用韩语和商务伙伴自如沟通.

5) 假期实习(和本人专业相符合的)积累社会经验.

2.大学毕业的五年：20xx年～20xx年(随机应变)

1)若考上研究生，则继续勤奋学习。

2)考公务员，去cdc工作

3)进科研院

4)去国外留学,学习本专业,继续深造.

5)去国外工作.

3.长期计划：

1)在努力工作之余，不断学习各方面的知识，增长各方面见识。

3)坚持锻炼身体。

4)汲取他人各种优点，不断发现自己的不足,并不大的予以改正，不断提高自身的修养。

5) 扩大自己的交际圈，享受友谊。

**策划职业生涯规划书篇八**

一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

如今，中国社会的就业形势严峻、就业市场环境恶劣。大学生很多，现在也有很多找不到工作的，更何况像我们这种连高中都没有考上的人就更难找到工作了吧!因此，我们应该认清现实，做好充分的准备，做好一份职业生涯规划。要知道，一份科学的职业人生规划在其成长中起到了不可估量的效用。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。人生的精彩让我不断地渴望“飞得更高”“飞得更远”。

求知、探索，实践、起步，成就、发展，收获、享受，漫漫人生路，每个人都有不同的理想和经历，有的成功，有的失败，有的得到收获的欢欣，有的却废然而返。

我学习的专业是电子商务，以后找工作，基本就是以在电商专业范围中的工作。因此，我就更应该学习专业知识，争做一个掌握计算机信息技术、市场营销、国际贸易、管理、法律和现代物流的基本理论及基础知识，具有具有利用网络开展商务活动的能力和利用计算机信息技术、现代物流方法改善企业管理方法来提高企业管理水平能力的创新型复合型电子商务高级的专门人才。

这种专业主要学习的知识有很多，比如：基础知识、经济数学、英语、经济法、经济写作等知识;商业企业经营与管理理论知识;计算机基础知识;电子商务概论;计算机网络与网络营销知识;市场营销知识。

我觉得只要我努力做到确立的目标，学习好各种知识，掌握好各种技术，上述人生职业规划可行的机会是很大的。如果毕业后找不到一些电子商务有关的工作，到时我会根据市场的供需的情况而再次决定适合我的工作。不管周围环境及自己人生某一阶段出现何样的变化都应该善于发现其中的各种机遇并驾驭这些机遇。

计划固然好，但重要的，在于其具体实践并取得成效，更要持之以恒。人生贵在坚持嘛。任何目标，只说不做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。无论何时何地，都要牢记：成功，不相信眼泪;成功，不相信颓废;成功，不相信幻影;未来，要靠自己去打拼!

**策划职业生涯规划书篇九**

以前，怀揣着梦想，充满着希冀，来到了莆田，来到了莆田学院这个大学，在大一的第一个学期，在枯燥乏味生活中，突然感觉自己失去了以前为之坚持的很多东西，尤其是梦想。看着身边的同学们也这样平凡懒散的生活，使得自己也开始要习惯了这种缺乏营养的日子。但是，在大一时学校给我们开了职业生涯规划这一课程，我才一点点的开始改变自己的想法，我开始明白，我只有活的和别人不一样，尽早规划自己才能去完成既定目标，以前的梦想，于是，我开始向那些优秀的学长们学习，开始规划自己的职业生涯，虽然在大一的时候我早对自己的职业生涯进行了一次规划，但是当时的我在各方面还不太很成熟，有些想法还是太单纯了，这天很高兴老师能够在给我们一次机会，让我们再次对自己了人生进行了更完美，更完整的规划。

关键词：职业生涯.自我分析.就业方向，规划调整，职业取向分析

一、自我分析

我已经是大三的学生了，虽然大四的师兄、师姐们那么经验老道且成熟，但也不像大一的新生那样应对一切都是那么新鲜、陌生、好奇、茫然。至少对于这个学校的生活，学习各方面我已经有所了解，对自己学习的专业课程也有了进一步的认识和了解，那么就不能像大一大二时一样，我要有规律地过好以后的两年多大学生活。我十分重视与别人的关系，并善于给他人实际关怀，待人友好并有很强的职责心。对于批评和漠视十分敏感，但是我会经常反省自己。能很好地适应生活，有良好的习惯。不吸烟、不赌博，喜欢安静、和谐、稳定的环境，比较随何。瞬间记忆力不是很好，对于烦恼很容易忘记，不会去想太多没用的东西。

可能的盲点：过分在意别人的情感想法和对我的评价，期望得到别人的表扬，担心被忽视。为了保护和睦的人际关系，通常采蓉避或沉默的方式。

二、自我盘点：

1、兴趣爱好：听音乐，散步，喜欢盆栽植物但没有行动，以前喜欢打篮球，此刻没什

么机会打。

2、优势：善于学习别人的优点，然后自我反省，

3、劣势：家在农村，没什么后台。见识较少，工作经验生活经历少，各类荣誉证书获得也很少，不善于表达，说话潜力差，不够勇敢，怕这怕那的。

4、优点：从小养成吃苦耐劳的精神，做事细心，对待每一件事情都会先准备妥当不马虎。

5、缺点：做事情缺乏胆量，不够自信，口才和演讲潜力较低。比较内向，不够激情，比较被动。

解决自我盘点中的劣势和缺点：

所谓江山易改，本性难移。但是只要有恒心，凭借那份用心向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来。把握每次机会，勇于说出自己的想法，敢于尝试。尽可能多地阅读书籍，提升自身的修养，培养心态和内涵。必须要坚持写日记，启迪思想和智慧。多跟有思想的人交谈，向他们学习，时刻训练自己的口才和说话潜力。

三、社会，家庭环境分析

1、社会环境：如今我们这一代生活压力越来越大，房价肯定是越来越高的，生活在基层的百姓越来越艰难，像我们这一代，谁都不愿意在家乡种田，大家都出来大城市工作，都期望能在城市生活，全国有56%的是农村人口，城市的土地有限，农村的劳动力大多在城市，造成农村土地的浪费，像我家乡的很多土地都丢荒了。此刻的毕业生大多是有数量没质量，想创业的人也很多，谁都不愿意总是帮别人打工，在城市竞争会越来越大，发展很快，很多东西新不了几年就淘汰了，城市的生活很精彩，那都是有钱人的世界。做生意就要去赚有钱人的钱。返朴归真是每个人心灵深处的感动和渴望，正如千年来古人所叹“久在樊篓里，复得返自然”。

2、家庭环境：在乡下，农村家庭，家中有六名成员。经济环境处于中下等水平，父母的对我的要求很高，但我的家人都很理解我，在各方面不会过分的给予我压力，通常状况都不干涉我的选取。和姐姐的相处也很融洽，家族中有很多堂兄弟姐妹。

四、主角推荐

父亲：目前，要多锻炼自己的潜力，让自己成为同龄人中的强者，以后过上好日子。母亲：好好照顾身体，不要逼自己太紧，不要有太大的压力，要好好学习。同学：期望我变得开朗，提高胆量，多说话。朋友：期望我过得快乐一点，有空都出了聚聚餐。

其他：多沟通感情，多交流，期望我快点和旁边的人打成一片。

五、就业方向：毕业后可到技术学校、研究单位、生产企业、管理部门，从事相关领域的教学、科研、设计、生产、应用、经营、管理以及质量检测与技术监督等工作。

六、专业就业前景分析

测控技术与仪器能够分两个方向，一个是仪表方向，一个也能够从事自动控制方向。测控技术与仪器是一门覆盖面很广的专业，其开设目的是为了培养会根据应用需求而设计相应测试仪器的电子工程师。其面向对象相当广，每个学校开设这个专业的侧重点也不同，计算机化的测试与控制技术以及智能化的精密测控仪器与系统，是现代化的工农业生产、科学技术研究、管理检测监控等领域的重要标志和手段。本专业培养掌握相关领域的知识与技能，适应高新技术、信息化生产与社会发展的人才，以适应不断崛起的高新产业、技术园区，以

及技术监督检测部门的需要。随着目前电子科学，嵌入式技术，新型传感器技术的不断发展，测控技术与仪器的就业前景一片大好。

七、职业取向分析测试1、在工作中的优势

能够有效地和别人协作，并且和他人建立起友好和睦的人际关系稳重，工作勤奋，富有效率，认真，诚实，有十分强的职责意识有稳定平和的心态2、在工作中的劣势

没有得到表扬和欣赏的时候可能会变得失望、泄气可能由于情感方面的负担而疲惫不堪，情绪受影响

说话不经思考，有的时候优柔寡断

在比自己出色的人面前，容易感到自卑，不自信，感觉低人一等不敢在公众前表达自己的意见和看法

八、未来生涯规划

1、我的理想：毕业后找一份好稳定的工作，等有足够的资本和潜力后在自己出来创业，再之后在成家过上幸福的日子，一家人和和睦睦永远在一齐，过一种与世无争的生活。2、近期8年内的目标

20xx年顺利让自己毕业

毕业后利用这半年多的时间里，努力工作，不断的尝试，初步找到适宜自身发展的工作环境、岗位。

用3年的时间勤奋苦干，努力打拼，贮备资金，积累经验，同时了解市场行情，找到以后发展的方向，并且努力在这方面多学习经验，掌握流程，多积累人脉。正式拥有自己的经营和生意路，结束打工生涯。

九、规划调整

世事难料，职业生涯规划是一个动态的过程，务必根据实际结果和状况，因变化进行及时的评估与修正。

1、评估的资料：职业目标评估：假如一向没有到达我的规划目标，那么我将按实际状况作出改变，或另制定计划和目标。

实施策略评估：如果不能把计划坚持下来时，我就改变行动策略或找身边的人帮忙，指点。

其它因素评估：随时了解状况，当问题出现时，作出适当的选取。

2、规划调整的原则：要按照自己的实际状况，针对出现问题的方面进行调整，避免主观或者没有目的的随意调整原先的计划。要争取别人的意见和看法。

十、结束语：

以上就是我的职业生涯设计，虽然实现梦想这条路很难走，但是既然选取了远方，便只顾风雨兼程。未来，掌握在自己手中。人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念。人都是有了目标才会有动力的，但是任何目标，只说不做到头来都会是一场空。一个人，若要获得成功，务必拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪;未来，要靠自己去打拼。我没有退路，只能向前，考研，就业，都很艰难，但是在努力地过程中，我会感受到为了梦想而拼搏的幸福与快乐。即使，最后我没有实现理想，但是，至少我努力

过。有句话说，天空不留下鸟的痕迹，但我已经飞过。这些努力，绝对不会白费，只要有信心，只要够坚定，只要不放弃，我想我的梦想会照进现实，我会走到梦想的彼岸。

**策划职业生涯规划书篇十**

第一章 认识自我

1.职业兴趣

我是一个相对来说不是很外向的男孩，因而我不是很喜欢过于外向的工作，所以，我喜欢比较稳定的工作，具体的讲，我最喜欢最想做的是一名医师，当然，根据自己的专业，我想我也会尝试一些适合于我自己其他方面的工作，总而言之，我会根据自己的爱好，特长，专业以及以后自己的发展方向与生活经历来选择自己的道路

2.职业价值观

我不是很看重名利与地位，相反，我只是想找份适合自己的工作，想通过自己的工作做出自己的贡献，在其中学习，进步，并掌握一定的能力，工作，我觉得就是要认真，努力，不要太计较个人的回报，尤其是对于我这样的想成为一名人民教师来说，踏踏实实的工作，为自己的学生负责，其他的，不必计较太多，因而，我价值观很明确：不在乎金钱多寡与地位高低，做要手头工作，知足常乐。

3.性格特征

如前面所说，我是一个相对来说比较生，平时除了与我认识的人有较多的话外，在陌生人面前，尤其是在陌生的长辈面前，我一般是不会有太多的话语的，但并不是说我喜欢一个人独处，我喜欢的与值得信赖的人，相处很好的朋友分享我的事情，其实我自己也是蛮与他人谈的来的，因为只要我想去与别人联系，或者别人与我交流，我都是比较容易与对方成为朋友的，所以在职业选择上我明白自己适合做什么，对我而言，根据个人兴趣，爱好以及专业，我觉得我适合有关会计与语言研究方面的工作

4.胜任能力

由于自己真诚，因而，我相对来说具有亲和力，这也是我在最大优势吧，加之自己的专业优势，做一名会计师，我能很好利用自己的发展自己，自己的性格温和，专业知识也还扎实，相信一定能很好的做好自己的工作，回馈社会。其次，我个人的业余爱好也很广泛，除了正常工作外，我想，自己广泛的业余爱好也会为自己的工作增添一份精彩的。至于自己的劣势，我认为自己在某些方面的胆量有待增加，例如在大众面前发言能力，我想自己应该多多参加社会的各种社交，增加自己的社会实践，在各种活动中提高自己，使自己不断的进步，克服自己的缺点，发扬自己的优点，完善自我。

5.自我分析小节

根据以上方面分析总结，我很大程度上认识自己，自己有很多的优点，但也有不少的不足，鲁迅说过，好的开头等于成功的一般，因而正确认识自己，明确自己适合什么样的工作，对自己的职业生涯做出合理的规划，可以让自己更加快脚步走想自己的成功，职业是自己一生的事情，所以必须先选好适合自己的工作，才能在以后的工作中不断的学习，不断的进步，不断的完善，以期望自己能够在未来有更大的发展。当然工作生活与日常普通生活必须协调好，身体健康也不容忽视，总而言之，自我认知，正确选择，兢兢业业，综合协调，和谐发展。

第二章：环境分析

1.家庭环境

我家住在小山村里，都是农民，为了生计爸爸不得在外打工，妈妈则大部分留在家里照顾家里的日常起居，因而，家里的情况不是很好，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是事，他们只希望我过的好好的，而后留在他们身边，我要感谢我的爸爸妈妈，以后我要好好的陪陪他们。

2.学校环境

说实话，我所就读的是一所普通专科院校，但学校的教学设备很齐全，对于学生来说这无疑是一个很有力的条件，学校的环境也很好，但是，作为当代一名大学生，我一直认为一个人的自我 学习能力才是最重要的，学校给的只是一个学习环境，一个学习平台，我在学校的专业学习，大多是通过自己学习掌握的，老师给的大多是引导，更多的是指点，在时实践经验方面，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。

3.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，本科生都在为各自额 工作激烈的

第三章 职业目标定位及其分解组合

1.职业目标的确定

结论：职业目标——将来从事会计、出纳或审计职业

职业发展策略——将来计划选择管理型行业

职业发展路径——管理路线

2. 个人的 swot 分析

现在结合本人的具体情况，包括本人的毕业院校、学历、专业、学业、个人特长、获奖情况、社会工作经验和职位意向来进行 swot 分析。

1 、 strengths (长处、优势)。首先，在专业上具有优势。因为目前在银行中普遍缺少精通国际业务(如国际结算、外汇买卖)的国际金融专业的人员。其次，本人优秀的学习成绩也可以成为一块有力的敲门砖。再者，在个人特长方面，本人的英语口语比较好。第四，在班里任英语课代表一职，英语应用能力得到了很大程度的提升。第五，在社会工作经验方面，本人在担任系学生会卫生部曾获得优干等称号，并在大二暑期到校外兼职营销。

2 、 weaknesses (短处、劣势)。首先，在毕业院校和学历上有比较明显的劣势。在学历方面，大专的学历在就业的开始就已经缺乏竞争力，以后的升迁也有一定的障碍。

3 、 opportunities (机会、机遇)。首先，要抓紧国际金融人才短缺这一机遇，努力地加强自己的业务能力，尤其是国际结算和外汇买卖的能力。其次，要努力地增加自己在各个业务的工作经验，以增加升迁的机会。因为随着银行的国际化，必将有更多的国际业务产生，掌握更多的业务也就为自己增加了更多的筹码。

4 、 threats (威胁、风险)。首先，如果本人选择就业，将失去进一步深造的机会。其次，一旦国际性金融人才趋向饱和，仅凭大专学历和一定的工作经验很难继续在银行金融行业生存下去。

第四章 评估调整

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。

3.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，对未来五到十年作初步规划，如下：

20xx年—20xx年

完成主要内容：

a) 学历、知识结构：获得大学专科文凭，英语过三级，获得计算机二级证书，考取会计证，如有可能，为注册会计师资格证书做准备。

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

20xx—20xx

完成主要内容：

a) 学历、知识结构：获得硕士文凭，通过分步骤的考取，获得注册 会计师资格证。提高英语口语表达能力。

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。结识一些经济经融方面的人物，提高人际关系网的质量。

l 20xx年以后

进入财政局或税务局，但最好是一家比较好的企业，处理好人际关系，不断积累经验。五年争取做到公司中层。

3) 短期目标规划

千里之行始于足下，做好每一天我该做好的事，终有一天成功的大门会向我敞开，我现在在做的就是让每一天过得充实有意义。

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，拿到会计师资格证书

3、个性发展方面：在三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、大学三年具体规划：

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。

2、大二：英语通过基本能力测试。

3、大三：考取会计师资格证，并为升本做准备。

**策划职业生涯规划书篇十一**

前言

今天站在哪里并不重要，最重要的是你下一步迈向哪里。大学时代可谓是人一生中的黄金时代，也是一个人的性格形成和能力发展一个重要的阶段，不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走?”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为这是你一生意义的诠释;人生之路说短也短，因为你度过的每一天都是你的人生。每个人都在计划自己的人生，都在实现自己的梦想：梦想是一个百花园，我只是百花园里一根小草，可小草也有一个大理想。21世纪是一个人才的世界，处处充满着竞争，竞争就像前进道路上的荆棘，如果不能克服，必将被其湮灭甚至毁灭。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?作为一个高职院校的学生，要想在这样一个弱肉强食的世界立稳脚跟，就必须对自己的专业及未来所需要的发展情况一清二楚，

一、自我认知

1.个性特征

我还算品行端正，待人温和不会经常发脾气，已经改了好多坏习惯，因为我就得在一个新环境里，不是让环境去适应你，而是你自己去适应环境。具有一定的隐忍性，会和认识的人保持较好的关系，因为我想留住身边每个对自己好的人，对我好的人我会加倍的对她好。我不是淑女，我大嗓门，因为我觉得，太小声了的话听都听不见还能干什么事呢。但我认为我性格具有两面性，超级喜欢热闹，和朋友在一起谈天，给彼此带来快乐，我会感觉很开心。但有时候，突然啊心情不好的时候，就不想讲一句话，因为我都会感觉很累。喜欢旅游，每次都只能想象一下，每次想去旅游，都会被各种各样的事情耽搁了，所以旅游这事还没成过。我有很强的自信心，具有协作能力，比较强的创新意识，动手实践能力及自学能力。我很喜欢笑，我一整天都可以保持快乐的心情。每天带着笑容。我觉得笑容拥有化解一切问题的力量。我可以是一个很好的听众，你的一切不开心，我都可以收藏。但我有一个缺点，就是有时候过于看淡很多东西，生活有时没有目标，没方向，有时候会莫名的自卑，总是在茫然中虚度时光，不能很好的有效率的利用自己的时间。可是我自卑不代表我不自信;我自信不代表我自负。

职业测评：我的专业——金融管理实务与管理。高中的时候，我们学的是会计。在填志愿的时候，我选了金融管理，因为我觉得，在高中的时候我已经掌握了足够的基础，我觉得应该选一门自己喜欢的专业了。况且，我已经有基础，学起金融管理的话，应该会简单起来了。而目前我国金融人才的结构性矛盾比较突出，现在很多企业在衰败，也有很多企业在崛起，金融业的发展蒸蒸日上，金融管理也越来越重要，中国现在是国际化的社会，金融管理的地位也越来越高，所以以后就业还是发展都比较通畅。金融管理，一个很现代化的名词，那个领域有很多很多都是我没有接触过的东西，我对自己不了解的东西，会比较感兴趣，既然已经学会了会计，那么当然，金融管理也不放过。

2、职业兴趣

自我评估：我喜欢这个职业，是因为我觉得这个专业充满了一种神秘感，它能让我们无时无刻的感觉到它的存在和它的重要性。要是没有了金融管理，那么那么金融机构，保险机构就变得岌岌可危，那有一种很强的管理能力，能支撑着中国这个国家快速发展，获得更大的利润。对自己，对他人都是很有益的。还有一点，也是最吸引我的一点，这个职业的绝对领导优势。其实，我是一个挺有野心的女人。我不觉得男生就一定会比女生强，女生就一定是弱势。每个女生小时候也许都会有一个公主梦。要不就是女王梦。只是有的人长大了，梦也就散了。只是我的女王梦延续到了现在，现在还没散，我就想这样下去，想把她变得不是梦，是现实。能有那么一席之地，能在一方领域有我的一席之地，就够了。

职业测评：金融管理作为一种商业语言，在经贸交往中起着不可替代的作用，在我国具有良好的就业前景。适应中国外向型经济迅速发展的形势，本专业力旨在为国家培养一批既懂中国金融，又懂国际金融惯例的金融人才。为企事业单位、政府机关，培养具有良好思想素质和职业道德水平、基础扎实和具有较强业务能力、有较强外语水平和具有创造品质的会金融与财务管理的专门人才。在企事业单位工作的金融人员，经过几年的努力，可能会走上领导岗位，甚至于走上非常高的管理者岗位，在跨国公司里边，有相当多的管理人员，是有非常强的金融背景，都是也有一些在金融机构，在保险机构。这个职业最我感兴趣的是他那本身的神秘性。在席卷全世界的金融危机，我认为对于金融学及相关学科的人来说，我认为既是挑战又是机遇。尽管众所周知,美国华尔街的无数大的银行在本次金融危机中极少幸免,致使许多昔日高薪人士现在处于失业状态。可是大家也许忽略了这个问题，每次经济危机，最先感知和影响的是金融，而最先走出危机，迅速恢复的也是金融业，那时急需的通过本次危机吸取教训，建立更完善的金融体系，更需要大量的人才。所以，我认为，未来几年内，仍是金融学者展现自己，大显身手的机会。而且，只要自己有足够的知识实践储备，把自己培养成社会需要的人才，无论出于什么样的情势下，都会有所作为。

3、职业能力

我现在拥有的英语能力，计算机基础技能，会计专业基础知识及相应的实验技能。我在高中时期考出了跟金融管理相关的会计从业资格证书，珠算四级，初级电算化。但我要求的不只有那么一点点，我还想取得就是关于经济这一方面那些有关的所有证书，我野心很大，我希望我可以更好的胜任一份好工作，那么那些就是地基，没有一层层的铺垫，那么无法成功。我坚信善有善报，恶有恶报，喜欢帮助别人，乐在其中。班主任，她给我的感觉就是女强人，所以我对她的感觉很好，当她说我工作效率很好，做事不错的时候，我感觉自己又成长了一步，我感觉我已经可以为自己打算起来了。而且，我拥有那个规划自己的能力。现在的我也许比一些人缺乏社会实践经验，可是那些都是可以一点点积累的，没有人生下来就是天才。积极争取条件，参加校内外的各项勤工俭学活动，以解决短期内的生活费问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。我可以少一份张扬，多一点内敛，相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各项有益的活动，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。我也将会及时改正身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。

现在的寒暑假，以及以前高中的寒暑假，我都在努力的在兼职中，去赚的钱虽然很少，可是那个经验确实多少钱都买不了的，就是为了以后能更跨更好的融入工作环境。

第二章职业认知

1.目标职业一大型企业财务公司、金融投资控股公司的投资计划人。

与职业选择目标的差距：我现在仅仅是个大一的学生，对于金融的了解确切的说.所以，自己现在的无论是知识还是能力，都与目标差距甚远,需要付出更多的辛苦,可是只要与梦想和为实现梦想而执着不懈的努力,我相信自己能行。

(1).工作本身

工作内容：

把握市场动向，与公司内部各部门密切沟通，根据市场动向做出准确的投资计划，确定投资原则、投资范围和投资策略;编制信托计划财产报告。胜任这份工作需要有缜密的思维和对市场透彻的分析及预见能力，当然首先要具备专业的金融学知识和其他的经济、投资学知识。这个工作对我来说是一个很大的挑战，从自我的个人因素来说，我的分析理解能力较强，善于分析思考问题。我所选择的这些职业，无一不需要深刻的洞察能力和紧密的思维能力，这一点比较有优势。这些专业都是和金融学(即我所学习的专业)对口性很强的专业，我通过大学或是以后研究生阶段充足的知识与能力的培养，与其他非专业的求职者来说，有更强的竞争实力。

其次，我所选择的职业，在目前看来是社会上收入处于中上层次的职业，对于从业人员的素质能力要求很高，所以，有利于自己在大学生活学习中始终以更高的要求约束自己，做社会需要的人才。最后，从我所选择的职业的劳动力市场分析，目前中国处于社会主义初级阶段，实行的是分业经营、分业监管的金融体制，在市场经济尚不成熟、市场体制和机制尚不完善的情况下，特别是面对加入世贸组织带来的挑战，无论是金融机构内部还是外部，都有业务拓展的需求。在目前分业经营的制度框架一时难以改变的情况下，通过金融控股公司这一组织形式，既能在一定程度上享受综合经营的好处，又能在金融业务之间形成“防火墙”，从而有效地控制风险。所以，在这个过程中，国家必将需要更优秀、更专业的人才，企业要想在激烈的市场竞争中脱颖而出，也需要能给其投资、证券带来巨大效益的专业人士。所以这些职业有很大的劳动力市场。

工作环境：

具有强大的竞争力，可以激发自身的身体本能，在高手如云的金融界摸爬滚打之后，得出来的永远的最珍贵，最好的。那种工作环境出来的金融人士不仅抗打击能力强，而且会锻炼出人的一种毅力，那是锻炼自己的最好去处，而且可以锻炼出我们最强大的意志力。

职业的典型生活：

那个时候的我们不会想现在那么无知，不会像现在那么多有空余的时间，不会像现在那么无忧无虑，职场上只会充满了尔虞我诈，因为那个时候我们都不会只想在原地踏步，都想往更高处怕，那时候我们的压力，可想而知。我们不会再想着要去哪里玩，不会想着怎么去请到假，不会想着我喜欢的人是否也刚好喜欢我，不会想着怎么从父母那里拿多一点的钱。那个时候，我们休息时间少了，我们只会抱着一堆东西，在办公室里，坐在电脑前，键盘在拼命的敲打着，计算机也是拼命的工作着。那个时候我们都是为了工作而工作，我们不能再放松自己，我们不能再抱着手机煲电话粥，不能和自己的朋友聊着东家长西家短。因为职场上不允许你有丝毫的懈怠。我们是新手，那么我们更应该从时间里挤时间，跟时间赛跑。因为我们没有太多时间可以浪费。我们要当“飞人”。我们要做到“做一行，爱一行”。

(2).进入职业的途径：

刚从学校毕业，我们无论从哪一方面来说都会显得那么不成熟，所以我要开始从小事做起，一点一点积累，什么事都要抢着干。对自己从来没有做过的事更要去尝试，因为要是就因为自己没尝试过，对自己没有信心就放弃的话，这是对自己的不负责，这是对自己能力的一种否认。什么事都是从无到有，再到精通。当一点点小事积累起来，慢慢变大，地基打的越来越稳的时候，我们就可以渐渐的精通各项我们的职业，开始挑战自己。年轻的时候，谁没有张扬过，谁没有放肆过。你不拼，就永远不会知道自己年轻的人生会变成什么样子。从一点一滴做起，从抢着做开始。

胜任标准：

初入职场的新人在职业生涯的成长过程中唯有稳扎稳打，才能针对工作上被赋予的新功能进行有效学习。当然，在职业生涯规划践行的漫长道路上，还有各种各样的问题等待我们探索和解决。肯定要有一定的工作基础，不可以盲目，要有自己的思想，要有自己的打算，要有着一些的技能的证书，有强大的抗压力，有强大的忍耐力，要强大的毅力，要做好辛苦生活的日子。因为没有多少人是一路顺风的，都会坎坎坷坷。经历很多才会成长。有时候，你不一定是精英中最好的那个，但是你一定要是那个肯学的，你要抓住一切机会不断的努力去学。机会不会等你，只有你自己去抓住机会。机会也没有很多，完完全全都是靠自己的思想。

(3).工作待遇

薪酬、福利待遇：其实刚开始的时候不用太好，只要能进一家自己满意的公司里，就算从最底层做起，那也是好的，只要从里面得到历练，那也是好的。然后最后自己可以靠着实力慢慢的加上去，其实只要你有能力，不怕赚不到钱，就只是时间的问题，就像那句“水不在深，有龙就灵”。所以，对自己，稍安勿躁。赚钱的机会也总是有的，但要是失去一个好的工作环境的话，那就完全不值了。

(4).职业本身的前景：

我觉得这个职业的发展很好，这个职业在目前看来是社会上收入处于中上层次的职业，从所选择的职业的劳动力市场分析，目前中国处于社会主义初级阶段，实行的是分业经营、分业监管的金融体制，在市场经济尚不成熟、市场体制和机制尚不完善的情况下，特别是面对加入世贸组织带来的挑战，无论是金融机构内部还是外部，都有业务拓展的需求。职业本身的需求量很大。因为中国正处于发展中国家，需要大批大批的金融人才为其打理好企业。只要我们踏实肯干，干出成绩，是金子总会发光。

(5).从事该职业人员的生活方式：

生活中很忙碌，对平时的收支也会精打细算一点，不会像以前没头没脑的就只知道网外面花钱。从事该职业之后，就会想着，怎么花一倍的钱赚两倍的钱。对自己总会有很大改变。更会生活。

每天都和钱打着交道，在办公室里盯着电脑，有时候在家也不例外，电脑就成为最重要的信息集聚地，每天花在电脑上的时间会比外出逛街，休闲多出很多倍。电脑辐射一直伴随着左右，“贴身保镖”。

2.目标职业二----上市股份公司证券部代表

时间会占据我们生活的大部分的时间，也许有的人一生都在忙忙碌碌。我觉得在工作上就一定要有自己的野心，一步步，就算再艰难，自己选的路，跪着也要走完。有一句话说：“不想做将军的士兵，不是好士兵。在干一件事的事，不做就是不做，要做就要做到最好，最强。那是我选择的路。

3.目标职业三----自己办起属于自己的公司。

因为我不太喜欢束缚，我觉得自己应该可以有自己的选择。而不是规规矩矩的替别人做事，规矩是死的，人是活得，我们不应该跟木偶一样，有时候放手搏一搏就是好的。我要先在职场上打拼，看清市场，然后用自己的资产，先从小发展，一步步变大。不会一口吃成大胖子的。我觉得，其实人生还是应该靠自己改变的，什么命运天注定，我才不相信，虽然这个天我们都还没有办法解释。我们还很年轻，不能没有希望，至少年轻的时候试过了，老了想想的时候才不会后悔。90后的思想就是，不到最后不后悔。就是那么倔强。思想就是那么的不一样。年轻的时候，试了。赢了，说明你年少有成。败了，没关系，说明你资历不够，不会有人看不起你，说明你还没有准备好。到中年，老年，我们还有很多时间，我们还可以积蓄力量，还可以重头开始，那个时候的我们，我想应该会比现在更有想法。所以，觉得年轻就是好，有那么多那么多的机会，不然等到自己老了老了，走路都走不动了，牙也没了，脑筋都不会转了，身边还什么都没有，那该是多么的可怜。我们应该主宰自己的命运，没有什么什么可以阻挡。

三职业决策

行动计划

短期计划：

大学一年级：打牢基础，脚踏实地学好基础课程，积极参加活动，增加交流技巧，提高人际沟通能力。提高英语水平，通过英语b级考试。多阅读书籍，扩展知识面。尽可能的多考出一些有关专业的等级证书。

大二：上学期，主要把自己转专业之前的专业课程补修完，这样就可以与原来金融专业的其他同学处于一样的水平上。还应在学习的同时不只是单一的死记硬背，在理解中记忆，逐渐掌握更多的知识。下学期，选修课基本都完成了，就集中精力进行准备英语四级考试。主要是专业极强的课程的学习阶段，这一阶段，要注重把所学的理论知识应用于实践中，关注周围时刻发生的国内国外的经济金融形势，自己简单的写一些关于金融投资计划分析，并及时与老师交流沟通，请老师指出其中的不足，自己不断改正。此外，在大二还应在寒、暑假到一些金融机构实习的机会，即使是做一些最简单的工作，也可以先对自己未来工作环境和内容有一个初步的了解。在实习过程中总结自己应该具备哪些必要的素质与能力。

大三：即将毕业的一年，学校开的课程会减少，主要是毕业论文的准备。我们也面临着去实习，我会乘着年轻，乘着现在还有精力，去多打几份工，积累更多的工作经验。青春就是来拼的。因为我觉得，要是你年轻的时候没去拼，没去有所行动，那么你就是真的这辈子就这样平平淡淡了。

长期计划:

这是在学校主要的学习计划，在自己的空余时间去听课，积累更多的专业知识。而且，我会努力和那些教授交流，争取能和他们成为朋友，这对于自己未来的发展肯定会有极大的作用。同时，建立自己的人脉交往圈，在与朋友们交往的过程中，让不同的思想进行碰撞，自己从中总结新的思想经验。毕业后三年内：根据自身的情况，把握时机，适当地变换自己的工作环境，找到一份适合自己的工作。从基层做起，锻炼自己，提高自己的实务水平，努力赚取经验。我的职业目标对于就业者来说无论是学历还是能力要求都很高，所以，我可能在读完大学三年以后还是不能实现自己的职业理想。我的初步计划是先在财务公司找一份比较基本的工作，利用两年了解公司的基本金融运作情况，积累足够的经验以后，再向自己的目标迈进。

四、职业规划结束语

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。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。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼博、奋斗。成功，不相信眼泪;成功，不相信颓废;成功，不相信幻影。成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。

未来，掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠打拼!爱拼才会赢!坐而写不如站而行，最无益莫过于一日曝，十日寒，恒为贵，何必三更眠，五更起。我的青春，掌握在我的手里。

因为年轻，所以敢做;因为年轻，所以敢于天为敌。

**策划职业生涯规划书篇十二**

今天站在哪里并不重要，最重要的是你下一步迈向哪里。大学时代可谓是人一生中的黄金时代，也是一个人的性格形成和能力发展一个重要的阶段，不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走?”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为这是你一生意义的诠释;人生之路说短也短，因为你度过的每一天都是你的人生。每个人都在计划自己的人生，都在实现自己的梦想：梦想是一个百花园，我只是百花园里一根小草，可小草也有一个大理想。21世纪是一个人才的世界，处处充满着竞争，竞争就像前进道路上的荆棘，如果不能克服，必将被其湮灭甚至毁灭。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?作为一个高职院校的学生，要想在这样一个弱肉强食的世界立稳脚跟，就必须对自己的专业及未来所需要的发展情况一清二楚，

一、自我认知

1.个性特征

我还算品行端正，待人温和不会经常发脾气，已经改了好多坏习惯，因为我就得在一个新环境里，不是让环境去适应你，而是你自己去适应环境。具有一定的隐忍性，会和认识的人保持较好的关系，因为我想留住身边每个对自己好的人，对我好的人我会加倍的对她好。我不是淑女，我大嗓门，因为我觉得，太小声了的话听都听不见还能干什么事呢。但我认为我性格具有两面性，超级喜欢热闹，和朋友在一起谈天，给彼此带来快乐，我会感觉很开心。但有时候，突然啊心情不好的时候，就不想讲一句话，因为我都会感觉很累。喜欢旅游，每次都只能想象一下，每次想去旅游，都会被各种各样的事情耽搁了，所以旅游这事还没成过。我有很强的自信心，具有协作能力，比较强的创新意识，动手实践能力及自学能力。我很喜欢笑，我一整天都可以保持快乐的心情。每天带着笑容。我觉得笑容拥有化解一切问题的力量。我可以是一个很好的听众，你的一切不开心，我都可以收藏。但我有一个缺点，就是有时候过于看淡很多东西，生活有时没有目标，没方向，有时候会莫名的自卑，总是在茫然中虚度时光，不能很好的有效率的利用自己的时间。可是我自卑不代表我不自信;我自信不代表我自负。

职业测评：我的专业——金融管理实务与管理。高中的时候，我们学的是会计。在填志愿的时候，我选了金融管理，因为我觉得，在高中的时候我已经掌握了足够的基础，我觉得应该选一门自己喜欢的专业了。况且，我已经有基础，学起金融管理的话，应该会简单起来了。而目前我国金融人才的结构性矛盾比较突出，现在很多企业在衰败，也有很多企业在崛起，金融业的发展蒸蒸日上，金融管理也越来越重要，中国现在是国际化的社会，金融管理的地位也越来越高，所以以后就业还是发展都比较通畅。金融管理，一个很现代化的名词，那个领域有很多很多都是我没有接触过的东西，我对自己不了解的东西，会比较感兴趣，既然已经学会了会计，那么当然，金融管理也不放过。

2、职业兴趣

自我评估：我喜欢这个职业，是因为我觉得这个专业充满了一种神秘感，它能让我们无时无刻的感觉到它的存在和它的重要性。要是没有了金融管理，那么那么金融机构，保险机构就变得岌岌可危，那有一种很强的管理能力，能支撑着中国这个国家快速发展，获得更大的利润。对自己，对他人都是很有益的。还有一点，也是最吸引我的一点，这个职业的绝对领导优势。其实，我是一个挺有野心的女人。我不觉得男生就一定会比女生强，女生就一定是弱势。每个女生小时候也许都会有一个公主梦。要不就是女王梦。只是有的人长大了，梦也就散了。只是我的女王梦延续到了现在，现在还没散，我就想这样下去，想把她变得不是梦，是现实。能有那么一席之地，能在一方领域有我的一席之地，就够了。

职业测评：金融管理作为一种商业语言，在经贸交往中起着不可替代的作用，在我国具有良好的就业前景。适应中国外向型经济迅速发展的形势，本专业力旨在为国家培养一批既懂中国金融，又懂国际金融惯例的金融人才。为企事业单位、政府机关，培养具有良好思想素质和职业道德水平、基础扎实和具有较强业务能力、有较强外语水平和具有创造品质的会金融与财务管理的专门人才。在企事业单位工作的金融人员，经过几年的努力，可能会走上领导岗位，甚至于走上非常高的管理者岗位，在跨国公司里边，有相当多的管理人员，是有非常强的金融背景，都是也有一些在金融机构，在保险机构。这个职业最我感兴趣的是他那本身的神秘性。在席卷全世界的金融危机，我认为对于金融学及相关学科的人来说，我认为既是挑战又是机遇。尽管众所周知,美国华尔街的无数大的银行在本次金融危机中极少幸免,致使许多昔日高薪人士现在处于失业状态。可是大家也许忽略了这个问题，每次经济危机，最先感知和影响的是金融，而最先走出危机，迅速恢复的也是金融业，那时急需的通过本次危机吸取教训，建立更完善的金融体系，更需要大量的人才。所以，我认为，未来几年内，仍是金融学者展现自己，大显身手的机会。而且，只要自己有足够的知识实践储备，把自己培养成社会需要的人才，无论出于什么样的情势下，都会有所作为。

3、职业能力

我现在拥有的英语能力，计算机基础技能，会计专业基础知识及相应的实验技能。我在高中时期考出了跟金融管理相关的会计从业资格证书，珠算四级，初级电算化。但我要求的不只有那么一点点，我还想取得就是关于经济这一方面那些有关的所有证书，我野心很大，我希望我可以更好的胜任一份好工作，那么那些就是地基，没有一层层的铺垫，那么无法成功。我坚信善有善报，恶有恶报，喜欢帮助别人，乐在其中。班主任，她给我的感觉就是女强人，所以我对她的感觉很好，当她说我工作效率很好，做事不错的时候，我感觉自己又成长了一步，我感觉我已经可以为自己打算起来了。而且，我拥有那个规划自己的能力。现在的我也许比一些人缺乏社会实践经验，可是那些都是可以一点点积累的，没有人生下来就是天才。积极争取条件，参加校内外的各项勤工俭学活动，以解决短期内的生活费问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。我可以少一份张扬，多一点内敛，相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各项有益的活动，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。我也将会及时改正身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。

现在的寒暑假，以及以前高中的寒暑假，我都在努力的在兼职中，去赚的钱虽然很少，可是那个经验确实多少钱都买不了的，就是为了以后能更跨更好的融入工作环境。

第二章职业认知

1.目标职业一大型企业财务公司、金融投资控股公司的投资计划人。

与职业选择目标的差距：我现在仅仅是个大一的学生，对于金融的了解确切的说.所以，自己现在的无论是知识还是能力，都与目标差距甚远,需要付出更多的辛苦,可是只要与梦想和为实现梦想而执着不懈的努力,我相信自己能行。

(1).工作本身

工作内容：

把握市场动向，与公司内部各部门密切沟通，根据市场动向做出准确的投资计划，确定投资原则、投资范围和投资策略;编制信托计划财产报告。胜任这份工作需要有缜密的思维和对市场透彻的分析及预见能力，当然首先要具备专业的金融学知识和其他的经济、投资学知识。这个工作对我来说是一个很大的挑战，从自我的个人因素来说，我的分析理解能力较强，善于分析思考问题。我所选择的这些职业，无一不需要深刻的洞察能力和紧密的思维能力，这一点比较有优势。这些专业都是和金融学(即我所学习的专业)对口性很强的专业，我通过大学或是以后研究生阶段充足的知识与能力的培养，与其他非专业的求职者来说，有更强的竞争实力。

其次，我所选择的职业，在目前看来是社会上收入处于中上层次的职业，对于从业人员的素质能力要求很高，所以，有利于自己在大学生活学习中始终以更高的要求约束自己，做社会需要的人才。最后，从我所选择的职业的劳动力市场分析，目前中国处于社会主义初级阶段，实行的是分业经营、分业监管的金融体制，在市场经济尚不成熟、市场体制和机制尚不完善的情况下，特别是面对加入世贸组织带来的挑战，无论是金融机构内部还是外部，都有业务拓展的需求。在目前分业经营的制度框架一时难以改变的情况下，通过金融控股公司这一组织形式，既能在一定程度上享受综合经营的好处，又能在金融业务之间形成“防火墙”，从而有效地控制风险。所以，在这个过程中，国家必将需要更优秀、更专业的人才，企业要想在激烈的市场竞争中脱颖而出，也需要能给其投资、证券带来巨大效益的专业人士。所以这些职业有很大的劳动力市场。

工作环境：

具有强大的竞争力，可以激发自身的身体本能，在高手如云的金融界摸爬滚打之后，得出来的永远的最珍贵，最好的。那种工作环境出来的金融人士不仅抗打击能力强，而且会锻炼出人的一种毅力，那是锻炼自己的最好去处，而且可以锻炼出我们最强大的意志力。

职业的典型生活：

那个时候的我们不会想现在那么无知，不会像现在那么多有空余的时间，不会像现在那么无忧无虑，职场上只会充满了尔虞我诈，因为那个时候我们都不会只想在原地踏步，都想往更高处怕，那时候我们的压力，可想而知。我们不会再想着要去哪里玩，不会想着怎么去请到假，不会想着我喜欢的人是否也刚好喜欢我，不会想着怎么从父母那里拿多一点的钱。那个时候，我们休息时间少了，我们只会抱着一堆东西，在办公室里，坐在电脑前，键盘在拼命的敲打着，计算机也是拼命的工作着。那个时候我们都是为了工作而工作，我们不能再放松自己，我们不能再抱着手机煲电话粥，不能和自己的朋友聊着东家长西家短。因为职场上不允许你有丝毫的懈怠。我们是新手，那么我们更应该从时间里挤时间，跟时间赛跑。因为我们没有太多时间可以浪费。我们要当“飞人”。我们要做到“做一行，爱一行”。

(2).进入职业的途径：

刚从学校毕业，我们无论从哪一方面来说都会显得那么不成熟，所以我要开始从小事做起，一点一点积累，什么事都要抢着干。对自己从来没有做过的事更要去尝试，因为要是就因为自己没尝试过，对自己没有信心就放弃的话，这是对自己的不负责，这是对自己能力的一种否认。什么事都是从无到有，再到精通。当一点点小事积累起来，慢慢变大，地基打的越来越稳的时候，我们就可以渐渐的精通各项我们的职业，开始挑战自己。年轻的时候，谁没有张扬过，谁没有放肆过。你不拼，就永远不会知道自己年轻的人生会变成什么样子。从一点一滴做起，从抢着做开始。

胜任标准：

初入职场的新人在职业生涯的成长过程中唯有稳扎稳打，才能针对工作上被赋予的新功能进行有效学习。当然，在职业生涯规划践行的漫长道路上，还有各种各样的问题等待我们探索和解决。肯定要有一定的工作基础，不可以盲目，要有自己的思想，要有自己的打算，要有着一些的技能的证书，有强大的抗压力，有强大的忍耐力，要强大的毅力，要做好辛苦生活的日子。因为没有多少人是一路顺风的，都会坎坎坷坷。经历很多才会成长。有时候，你不一定是精英中最好的那个，但是你一定要是那个肯学的，你要抓住一切机会不断的努力去学。机会不会等你，只有你自己去抓住机会。机会也没有很多，完完全全都是靠自己的思想。

(3).工作待遇

薪酬、福利待遇：其实刚开始的时候不用太好，只要能进一家自己满意的公司里，就算从最底层做起，那也是好的，只要从里面得到历练，那也是好的。然后最后自己可以靠着实力慢慢的加上去，其实只要你有能力，不怕赚不到钱，就只是时间的问题，就像那句“水不在深，有龙就灵”。所以，对自己，稍安勿躁。赚钱的机会也总是有的，但要是失去一个好的工作环境的话，那就完全不值了。

(4).职业本身的前景：

我觉得这个职业的发展很好，这个职业在目前看来是社会上收入处于中上层次的职业，从所选择的职业的劳动力市场分析，目前中国处于社会主义初级阶段，实行的是分业经营、分业监管的金融体制，在市场经济尚不成熟、市场体制和机制尚不完善的情况下，特别是面对加入世贸组织带来的挑战，无论是金融机构内部还是外部，都有业务拓展的需求。职业本身的需求量很大。因为中国正处于发展中国家，需要大批大批的金融人才为其打理好企业。只要我们踏实肯干，干出成绩，是金子总会发光。

(5).从事该职业人员的生活方式：

生活中很忙碌，对平时的收支也会精打细算一点，不会像以前没头没脑的就只知道网外面花钱。从事该职业之后，就会想着，怎么花一倍的钱赚两倍的钱。对自己总会有很大改变。更会生活。

每天都和钱打着交道，在办公室里盯着电脑，有时候在家也不例外，电脑就成为最重要的信息集聚地，每天花在电脑上的时间会比外出逛街，休闲多出很多倍。电脑辐射一直伴随着左右，“贴身保镖”。

2.目标职业二----上市股份公司证券部代表

时间会占据我们生活的大部分的时间，也许有的人一生都在忙忙碌碌。我觉得在工作上就一定要有自己的野心，一步步，就算再艰难，自己选的路，跪着也要走完。有一句话说：“不想做将军的士兵，不是好士兵。在干一件事的事，不做就是不做，要做就要做到最好，最强。那是我选择的路。

3.目标职业三----自己办起属于自己的公司。

因为我不太喜欢束缚，我觉得自己应该可以有自己的选择。而不是规规矩矩的替别人做事，规矩是死的，人是活得，我们不应该跟木偶一样，有时候放手搏一搏就是好的。我要先在职场上打拼，看清市场，然后用自己的资产，先从小发展，一步步变大。不会一口吃成大胖子的。我觉得，其实人生还是应该靠自己改变的，什么命运天注定，我才不相信，虽然这个天我们都还没有办法解释。我们还很年轻，不能没有希望，至少年轻的时候试过了，老了想想的时候才不会后悔。90后的思想就是，不到最后不后悔。就是那么倔强。思想就是那么的不一样。年轻的时候，试了。赢了，说明你年少有成。败了，没关系，说明你资历不够，不会有人看不起你，说明你还没有准备好。到中年，老年，我们还有很多时间，我们还可以积蓄力量，还可以重头开始，那个时候的我们，我想应该会比现在更有想法。所以，觉得年轻就是好，有那么多那么多的机会，不然等到自己老了老了，走路都走不动了，牙也没了，脑筋都不会转了，身边还什么都没有，那该是多么的可怜。我们应该主宰自己的命运，没有什么什么可以阻挡。

三职业决策

行动计划

短期计划：

大学一年级：打牢基础，脚踏实地学好基础课程，积极参加活动，增加交流技巧，提高人际沟通能力。提高英语水平，通过英语b级考试。多阅读书籍，扩展知识面。尽可能的多考出一些有关专业的等级证书。

大二：上学期，主要把自己转专业之前的专业课程补修完，这样就可以与原来金融专业的其他同学处于一样的水平上。还应在学习的同时不只是单一的死记硬背，在理解中记忆，逐渐掌握更多的知识。下学期，选修课基本都完成了，就集中精力进行准备英语四级考试。主要是专业极强的课程的学习阶段，这一阶段，要注重把所学的理论知识应用于实践中，关注周围时刻发生的国内国外的经济金融形势，自己简单的写一些关于金融投资计划分析，并及时与老师交流沟通，请老师指出其中的不足，自己不断改正。此外，在大二还应在寒、暑假到一些金融机构实习的机会，即使是做一些最简单的工作，也可以先对自己未来工作环境和内容有一个初步的了解。在实习过程中总结自己应该具备哪些必要的素质与能力。

大三：即将毕业的一年，学校开的课程会减少，主要是毕业论文的准备。我们也面临着去实习，我会乘着年轻，乘着现在还有精力，去多打几份工，积累更多的工作经验。青春就是来拼的。因为我觉得，要是你年轻的时候没去拼，没去有所行动，那么你就是真的这辈子就这样平平淡淡了。

长期计划:

这是在学校主要的学习计划，在自己的空余时间去听课，积累更多的专业知识。而且，我会努力和那些教授交流，争取能和他们成为朋友，这对于自己未来的发展肯定会有极大的作用。同时，建立自己的人脉交往圈，在与朋友们交往的过程中，让不同的思想进行碰撞，自己从中总结新的思想经验。毕业后三年内：根据自身的情况，把握时机，适当地变换自己的工作环境，找到一份适合自己的工作。从基层做起，锻炼自己，提高自己的实务水平，努力赚取经验。我的职业目标对于就业者来说无论是学历还是能力要求都很高，所以，我可能在读完大学三年以后还是不能实现自己的职业理想。我的初步计划是先在财务公司找一份比较基本的工作，利用两年了解公司的基本金融运作情况，积累足够的经验以后，再向自己的目标迈进。

四、职业规划结束语

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。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。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼博、奋斗。成功，不相信眼泪;成功，不相信颓废;成功，不相信幻影。成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。

未来，掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠打拼!爱拼才会赢!坐而写不如站而行，最无益莫过于一日曝，十日寒，恒为贵，何必三更眠，五更起。我的青春，掌握在我的手里。

因为年轻，所以敢做;因为年轻，所以敢于天为敌。

**策划职业生涯规划书篇十三**

职业规划，是职业生涯规划的简称，是指一个人对其一生中所承担职务相继历程的预期和计划。是个人发展与组织发展相结合，在对个人和内外环境因素进行分析的基础上，确定一个人的事业发展目标，并最终确定实现事业目的的职业或岗位。

因此，职业规划书要包含以下六个方面的内容：

1、自我评价就是要全面了解自己。

审视自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么等问题。

2、确立目标。

确立目标是制定职业生涯规划的关键，通常目标有短期目标、中期目标、长期目标和人生目标之分。

3、环境评价。

职业生涯规划还要充分认识与了解相关的环境，评估环境因素对自己职业生涯发展的影响，了解本专业、本行业的地位、形势以及发展趋势。

4、职业定位。

职业定位过程中要考虑性格与职业的匹配、兴趣与职业的匹配、特长与职业的匹配、专业与职业的匹配等。

5、实施策略。

制定实现职业生涯目标的行动方案，要有具体的行动措施来保证。没有行动，职业目标只能是一种梦想。要制定周详的行动方案，更要注重去落实这一行动方案。

6、评估与反馈。

整个职业生涯规划要在实施中去检验，看效果如何，及时诊断生涯规划各个环节出现的问题，找出相应对策，对规划进行调整与完善。

毕业生如何规划职业方向毕业生如何规划职业方向?在大学里，我们就学过，想要有一个好的未来，事先规划好自己理想的职业前景是非常重要的。有人身在桃林，肩落桃花，好运连连。有人却身陷误区，雾里看花，一片茫然。看来，要想找到属于自己的理想职业方向，需要同时具备几个相关的必备要素。

一、心理因素

性格决定命运，脑袋决定口袋。这一点您了解过吗?可是，在选择职业时您仔细想过没有，您的性格是否适合自己所从事的职业。时下，本科生扫地、硕士生卖货、博士生打杂。初听感觉笑口难掩，可是细细想来不免有种淡淡的悲哀。诚然，上述群体学历颇高令人羡慕，但是最后的结局却让人大跌眼镜，发人深省。一个不容忽视的问题令人深思，他们究竟怎么了?人才是否浪费了?读书是否无用了?有些人性格内向整天郁郁寡欢，使人望而生畏，无形之中与人产生距离。人际关系淡化，缺乏必要的适时沟通，久而久之脱离了群体。在今天这个强调团队精神的职场里，他们能不“掉队”吗?人要学会合作，要学会融入群体，因为只有这样，才能集思广益取得胜利。否则，孤芳自赏只能孤掌难鸣。到头来一无所获，两手空空。永远不能适应变化的时代需求，适应变化的职场需求。

二、信息因素

信息时代的到来，就在眼前，这一点您清楚吗?我们每个人都生活在一个信息社会里，感受于信息带给我们的便捷。无论您承认与否，信息无时无刻不在影响着我们每个人生活的方方面面。这一点从某种意义上讲，对选择理想职业显得至关重要。有针对性地广泛收集来源于不同渠道的职业信息，通过理性分析及时做出科学决策，从而取得理想职业打造属于自己的一片理想天空。有人把握契机先行一步，而胜人一筹。而有人错失良机与机遇擦肩而过，抱憾终身。

三、判断因素

就像赛场上一个优秀的足球运动员一样，他的门前一射对于取得胜利来说至关重要。同样有针对性地收集于特定的相关职场讯息，经过理性的、科学的分析后，如何因地制宜、把握时机，占据主动性及时出击，适时做出抉择，而不至于错失良机追悔莫及。这一点您能深切体会吗?判断来自于对各种信息要素做出适时分析，有的放矢对症下药，将有利于自己的一些信息要素加以提炼，得出最后结论，直至取得一个令人满意的结果来。

四、潜力因素

就象一个教练选择运动员一样，他首先需要了解该运动员是否符合该项目的标准，是否有潜力可挖，是否是可造之才，在做了相关综合测评后，才能决定是否培养他。选择理想职业，同样也需具备潜力因素。因为人是最大的资源，如何有效地利用和开发人的潜力，最大限度地发挥人的效应，使人在一定意义上保持长久的职业竞争力，让自己永远走在职场的前列，领先于他人。这就需要我们无时无刻都要充分挖掘自身的潜力，成为我们取得职业成功的法宝。

五、学习因素

一个人的学历在很大程度上讲决定着其个人的未来发展方向，也决定着其本人能否适应本职工作，能否在本职岗位上做出一些成绩，取得一些成就，开创自己的美好前程，走好自己的美丽人生。学习在今天看来是一个终身的话题，面对日益加剧的职场竞争趋势，只有不断学习有针对性地充电，不断补充新的“血液”才能满足不断变化的职场需求，避免遭遇淘汰的厄运，驰骋于风云变幻的职场。

**策划职业生涯规划书篇十四**

一、前言：

现在社是一会个经济迅速发展的社会，也是一个充满竞争的社会，提前做好自己的规划对我们更好的适应社会打下基础，作为新时代的大专生，就应该对社会有一个清醒的认识，对现在的就业形式，社会的的政治环境、经济环境、文化环境等等，对自己的性格能力都应有清醒的认识，只有这样我们才能更好适应社会，为社会做出更大的贡献，更好的实现自己的人生价值。

二、自我认识：

1、我的兴趣爱好：自己的性格有时候比较活泼开朗，有时候又比较内向，不太善和同学交流;喜欢听歌，但不会唱歌;还是比较喜欢运动，比如跑步球类都还挺喜欢的，但对于舞蹈部感冒;平时上上网啊 ，看看电影;对于学习，通常是前半学期比较积极，后半学期就开始懒惰了，导致成总是不理想绩。比较喜欢做各种实验。

2、我的性格是具有双重性的，在做事方面有时很马虎比较的轻率，有时存在一定的惰性，在理智中又存在着盲目。现在来到学校我想主动的观察已经代替了过去在高中的那种被动的接受，自己在清醒的面对现实时又多少带有一种脱离实际的幻想。在以后的学习工作中，我要努力改进自己的不足发扬自己的长处，让自己变的更优秀。

3、自己在学习上有点马虎不认真，造成学习成绩的不理想，以后这方面应该积极的改进，在以后我将以积极的态度努力学习，争取以优异的成绩完成学业。

4、自我的潜能的分析，我想没个人都有自己的潜能，只是发挥没发挥出来的问题，在高中里我的理综都较好，数学也还好，英语比较差，我想我的逻辑思维有较好的潜能。

5、自己职业性向的确定，我想职业性向自己可能更倾向于实际性向、社会性向和企业性向，因为我们生活在一个客观的实实在在的社会中，我们必须去讲实际从实际出发这才是你成功最根本的，社会性向你的生活离不开社会，你只有才能适应社会受到社会的欢迎，企业性向大概就是创业吧，你敢于拼搏敢于创造才能更好的适应社会服务社会。

三、职业分析:

我国现在社 会政治稳定，经济发展迅速，社会不断进步，进一步的改革开放更将为经济发展注入新的生机和活力。我是化学类专专业的学生应分析以下医学、化学科研、质检行业的所处的环境。医生是比较稳定的职业，虽然也有很多风险。质检是相对比较冷的职业，比较难找工作，而且工资比较低。

四、职业生涯目标的确立:

通过对自己才能、性格、兴趣爱好、潜能等等，以及现在的社会、经济、政治、文化环境的分析，我开始对自己以后的职业生涯有了一些规划。自己打算利用自己丰富的化学知识，在努力学习医学方面的知识，并争取最好转到医学方面的专业。将来从事与医学有关的工作。

五、行动方案的制定:

自己在前面对自己的性格、潜能、职业性向等等都作了一定的分析，我作为一个学生应如何根据自己的条件，制定适合自己的行动方案呢，首先利用现在的大好时光努力学习科学文化知识和专业知识，努力参加实践工作，作到理论与实践向结合。认识到自己的长处和不足，积极发扬自己的长处，拟补自己的不足，积极培养自己的独立性，努力调整自己的心态，当自己忧郁时学会适当的发泄，控制自己的性格，使自己的性格变的沉稳，不急噪。努力改进自己性格的不足之处，在学习中使自己的潜能得到最大的发挥，在学习中和以后的工作中维持自己对本职业的兴趣爱好，确立自己的职业目标，在学习中不断的充实自己所学的专业知识，不断提高自己的修养，获取更为好的专业技能，积极培养自己对社会的适应性，来适应日以激烈的社会人才的竞争。在着其中就需要我们从现在就开始认真的了解社会，参与竞争!

六、评估和回馈：

自己现阶段随制定了自己的职业规划书，但受到自己现阶段思想不太趋向成熟的限制，以后在自己的职业的选择，生涯路线，人生目标都可能存在一定的改动，自己在以后的工作学习中要不断的总结经验教训，使自己变的更成熟使自己以后的规划设计更接近实际打下基础。

自己能在这里做自己的第一篇职业生涯设计，使我自己对自己有进一步的了解，对自己的目标也有了进一步的明确，自己的学习动力有了进一步的提高，树立了自己的人生目标和职业目标，使自己的学习有了目标和针对性，对自己以后充满了信心，相信自己以后一定能取的成功，也使自己敢于面对自己人生路上的挫折和困难，尽量发挥出自己的潜能，这让我知道了自己的局限和弱点，接受现实，并勇敢的去面对，这也开始让我建立一种积极的心态，学会如何调整自己的心态。自己能以后更好的适应社会。面对竞争。

**策划职业生涯规划书篇十五**

(一)自我分析阶段

1，兴趣分析

合乎兴趣的工作才是事业，唯有将自己所长以及所的兴趣与工作相结合，做一个最好的搭配，才能称作事业—一个你永远都会努力的工作。如何才是对自己的工作感兴趣呢?

在网上对我的兴趣进行了分析：具有比较多的兴趣，对艺术不算太感兴趣，比较实际，做自己喜欢的事。

2，性格分析

人与人之间是有很大的区别的，有的人乐意干事务性的工作，而有的人对信息加工与处理十分擅长，还有的人热衷于人与人之间的沟通和交流。这就是人的性格偏好所起的作用。因此，性格能让你在一种职业环境中获得成功，但在另一种职业环境中却大受挫折。

做了mbti自测题之后，发现自己是属于esfp型，即：外向实感感情认知型。

我是一个比较活泼、开朗的男孩。喜欢凭自己的感觉做事，比较重感情，喜欢与人沟通，团队合作，还很喜欢挑战自我。

3，潜力分析

我的动手潜力比较强，不怕苦，不怕累，做事坚持到底。比较喜欢动脑，经过认真的思考来解决问题，能够理解别人对我的批评和推荐。

4，优缺点分析

优点：做事认真仔细，关心他人，有恒心，人品端正，有上进心

缺点：骄傲自满，信誓旦旦，过于关心他人

(二)职业分析阶段

1.职业生涯规划的重要性

在跟老师学习了职业规划之后，才认识到职业规划的重要性，职业规划就是我们对人生的规划，这将伴随着我们的一生，拥有成功的职业规划才能实现完美的人生。因此，职业生涯规具有个性重要的好处。职业生涯规划能够发掘自我的潜能，增强个人的实力;职业生涯规划还能够增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会;职业生涯规划更能提升应对竞争的潜力。

2.家庭环境分析

我是来自农村的一个男孩，父母都在县城里做成生意，由于我家有三姐弟，我是最小的一个，姐和哥都已经大学毕业了，家里虽然不富裕，但是一家人过得很开心。家里人都很支持我，期望在我大学毕业后能够考取研究生，但是我想毕业后找工作，了解一下到底自己喜欢什么。

3.学校环境分析

读初中的时候，自己就独立生活，没有人在身边管我，还有当时周围的环境不好，就整天跟着朋友、同学混，打架，赌博等等。但是之后清楚这样下去将会没有出路，所以在初三好好学习才考上了高中，进入高中后就变得低调了，不想和以前的那些混混接触，三年的高中生活使得我想变了一个人似的。变得那么的自以为是，心高气傲的，然后考上了大学。但是进入大学却十分的迷茫，不明白到底以后做什么，自己喜欢什么?

4社会环境分析

我的家乡在贵州，它是一个十分贫穷落后的地方，各方面都比不上东部沿海地方。那里需要建设，需要超多的大学生，并且给我们带给了很好的自由发展的机会，但是还是不想回家乡工作，那里太落后了。

(三)目标确定阶段

1.短期的职业目标(20xx-20xx年)

毕业之后，找份与自己专业相关的工作，获我自己喜欢的职业，跟同事，老板学习经验，虚心的向他们学习。对工作认真，多学习点。透过五年的学习，有点资本完成我的短期目标。

2.中期的职业目标(20xx-20xx)

在有了稳定的工作，有了一些经验之后，并且在这几年有了一些积蓄，于是我想独立出来创业，开自己的公司，自己当老板。透过十年的努力，把自己公司的业务做大，将公司做强。

3.长期的职业目

自己成为老板之后，会不断的学习新的知识，使自己更加的充实，用科学的管理方法来管理自己的公司，更别人多加交流，将公司做得更好。

(四)职业计划实施

1.教育为先

“学无止境，”“活到老，学到老”等。在此刻的社会，竞争太残酷了，没有知识是不行的，我们务必不断学习，充实自己，让自己做一个对社会有用的人。过英语四级和六级，加强专业和非专业的学习。

2.虚心向别人取经

在学校期间，经常和老师、同学多交流、讨论，从而在交流中学到一些对我们有用的知识。在暑假的时候参加实习，更加的了解工作和社会，并向他们学习。

毕业之后，步入社会，我们的经验毕竟很少，要向人家学习。经常与上司和同事沟通，加深了解，搞一些活动，增加友谊。

3.实践锻炼

在学校的期间，多参加一些社会工作，透过这些活动，能够增加自己的胆量，和口头表达潜力。还能结交到很多朋友，为今后打下基础。

在学校期间多参加一些有关职业方面的讲座和培训，让自己对职业有更深的了解和认识，为自己选取一个自己喜欢的职业做好准备。

养成良好的锻炼、饮食、生活习惯，也是十分重要的。我要有充分的时间锻炼身体。俗话说：“身体是革命的本钱”。身体不好，什么也干不成。

还有在平时要注重自己的言行，不要让自己的言行损害了自己的形象，好的言行是个人的精神面貌和个人素质的修养的体现。在假期做一些兼职，提高自己的社会经验，学会与人相处之道。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找