# 2024年大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书(十三篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-06-21

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇一**

我相信，当有一天每个人都能吃到安全且合理的食物时，我们都会仰起笑脸，从从容容，在喧闹的社会中，找到属于自己的一片天空。

人最难的，就是认识自己，人总是能把别人看的很透彻，却很难看清自己。当我静下心来一遍一遍地剖析自己时，我看到，一个真真正正的我在向自己走来。

1.生活态度乐观积极，充满自信

2.知识面广，热爱读书,自学能力强

3.注重人际关系建设

4.有强的创新能力，喜欢挑战

5.有较强的求知欲

6.为人和善，亲切，乐于助人

1.容易忽略别人的感受

2.做事半途而废，缺乏耐心

3.太好强，爱比较

4.注重别人的看法，有时人云亦云

通过以上评估，我对自己有了更加深刻的认识和了解。发现了在不同人眼中自己的优缺点，看到了自己的潜能。我的优点有利于我要从事的职业公共营养师，我也会尽力克服自身的缺点，扬长避短，使自己更快地实现目标。

社会型 9 分 为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳

管理型 8 分 乐观主动，好发表意见，有管理才能

研究型 8 分 思维缜密，擅长于分析，倾向于创新

艺术型 6 分 思维活跃，创造力丰富，感情丰富

常规型 6 分 忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序

实际型 5 分 做事踏实，为人安分，不擅长于社交

通过职业兴趣分析可以看出，我社会型得分较高，擅长与人沟通，而营养咨询工作需要和不同的人打交道，因此自己是适合的。同时我思维活跃，缜密，擅长分析，并有一定的管理才能，这些能使我把工作做得更好。但我的实际型得分较低，因为自己不喜欢与机器打交道。但即使是这样，我也会在课余和空闲时多做实验操作类练习，以增强自己的动手能力，我相信自己可以克服自身不足，更好的发挥特长。

助人：为人热情，乐于助人

易于合作：具有合作精神，人际关系较好

社交的：喜欢与人打交道，善于表达自己，擅长理解他人，社交能力强

有洞察力：对人际关系敏感，对人、对事、对周围环境的洞察力强

责任感强：较关心社会问题，对社会、对自己所从属的群体、对他人等均有责任心

重友谊：重视与朋友之间的感情，朋友在其生活中显得很重要，尽力与他们之间保持联络

有说服力：说服能力强，擅长于语言表达，逻辑清晰，具有感染力

从个性分析中可看出，我的个性特征是影响稳健服从型，我喜欢与人建立关系，做事满足自己的兴趣与嗜好，容易接纳他人，配合团队，能经由说服技巧或理性讨论达到目的。我的能力优势就是人际沟通与管理能力，有自信扮演积极角色，有办法展现外向个性，理性并能根据现实准确的做出判断，为人友善。同时我平常的快乐与满足感和正面温暖的人际关系将激励我更加的努力。

通过以上几方面的分析，我看到了自身的优缺点，对自己有了更为深刻的认识和理解。我的优势将利于我的工作，因此我会全力以赴的追求自己的梦想。我相信天道酬勤，也相信努力就有收获。我会用自己的努力来实现我的目标，也会从现在开始，积累多方面的知识，发展优势，克服不足，了解不同的环境，为自己将来从事公共营养师做充足的准备。

选择一个职业，也许就决定了自己未来的所有生活，因此需要对自己的理想职业有个清醒的认识，使自己向梦想越走越近。

我出生在一个普通的农民家庭，我的父母只是靠他们诚实的劳动获得一些收入来养活我们，供我们上学。从小父母就教导我要自立自强，要勇敢的面对生活中出现的挫折和不幸，想要的一切都要靠自己的努力去争取。

他们使我懂得坚持，懂得永不放弃。我为出生在这样的家庭而庆幸，父母的教诲对我影响很深。他们不奢求我出人头地,光宗耀祖，只希望我生活快乐而幸福。他们非常尊重我的意见，公共营养师作为自己的目标职业，父母的支持是我前进的动力，激励我更加努力，更加执着。

我的学校郑州牧专是全国高等农林专科教育发展改革试点学校、河南普通高校综合改革试点单位和国家重点职业技术学院建设校。学校本着“改造专业、发展企业、服务行业”的指导思想，利用自身的人才优势和科技优势，积极发展校办产业，主动加强校企合作，探索出了一条产学结合、校企合作、服务行业、良性互动的办学新路子。我校毕业生遍布全国各地，1997年至今，学校的毕业生供求比已连续7年达到1:5以上,学校多次荣获“河南省大中专院校毕业生就业先进集体”光荣称号。

就我所学专业而言,是我系于20xx年因社会需求新增的专业,主要是强化食品检测及管理方面的基本技能以及学习食品加工、食品营养、食品法规等方面的基本知识，同时也为我们提供具体的食品方面的实习工作，为将来积累经验。并且，我校与一些公共营养师培训机构具有长期稳定的合作关系，为将来我参加此类培训提供了便利。

虽然我所学的专业并不是我的目标行业，但都是与食品有关的内容，并且在大一的时候就学了食品营养与保健这门课程，对于自己将来从事这一行可以做铺垫和基石。我的任课老师都有丰富的教学经验和实践经验，教给我们的不只是所学专业，相关内容都会给予讲解，涉及食品工业的方方面面，为我打下了很好的专业基础，因此我深信我可以做好我的目标行业。

从今天我国现状来看，我国公共营养师、食品安全卫生管理员严重缺乏，全国现有公共营养师不到10000人，每13万人才拥有一名公共营养师，而在日本每300人就拥有一名营养师。由此可见，我国从社会到个人对营养学还没有足够的重视。随着公共消费意识的成熟，公共营养师、食品安全卫生管理员的需求会迅速增加。

全国政协委员、福建省三明市人大常委会副主任丁瑜分析，膳食营养缺乏、营养失衡、营养过剩所造成的营养性疾病，在整个疾病谱中所占比重越来越大，并且各种营养性疾病的发病年龄都在提前;而且正在出现一种由高收入居民向中、低收入居民转移的发展趋势，以致成为目前影响我国城乡居民健康的主要危害因素。因此国家领导人建议成立国家营养工作委员会，统一管理、统一政策、完善法规。今后公共营养方面的工作也必将有法可依。

我曾在暑假期间到驻马店的汝南县进行食品营养与安全的宣传活动，从中自己学到了很多东西，也意识到了它们的重要性。因为缺乏相关的食品营养与安全知识，给当地群众的生活带来了很多不良的影响，他们迫切的希望了解食品营养的相关知识，希望得到此方面专业人士的指导和咨询性的帮助。这使我进一步的坚定了我的决心和信心。

同时，我也曾到几家医院进行过考察和咨询，发现大多数医院所制定的食谱针对的是某种病，因为缺乏相关的专业知识和指导，他们并不能对某个人制定其健康、科学、合理的食谱。他们非常乐意了解食品的营养与安全知识，并希望得到相关的专业知识培训。这些将有利于他们更好的照顾病人，使病人尽快康复。

我相信，吃什么和怎么吃决定着一个民族的命运，也影响着我们这一代甚至几代人的健康。在党的十七大报告中要求不断的解决民生问题，而民生中很重要的一点就是人们的饮食健康，但在我国营养问题(营养不良、营养过剩)已成为关系到人民健康的首要问题。随着人们健康意识的增强和各类营养性疾病的出现，公共营养师将越来越多地受到人们的青睐和欢迎。

我的目标地域为南方或沿海地区，这些地方普遍经济发达，与外界接触多，接受新信息能力强，人们追求高质量的生活，因此对于吃特别讲究，更乐于了解不同食物对人体的不同作用，以及各类食物对人体的营养价值。他们会更多地注重食品的营养搭配和合理安全性，因此有较大的发展空间。

但同时我们也看到人们对食品营养不关注，往往等到发生问题后才意识到它的重要。大头娃娃事件层出不穷，高血压，冠心病发病率不断增加，提高全民的公众营养水平已是刻不容缓的事情。所以，当我的工作有一定的发展后，我会将我的目标设定在我国的中西部，在这些地方宣传营养保健知识，提高人们的健康意识，改善生活质量。

随着现代文明社会发展进程中人们健康意识的日益增强，对食品营养的要求不断提高，营养产业已经显示出广阔的市场发展前景和巨大的增长潜力，并在许多国家成为引人瞩目、竞相加快发展的重要的新兴产业和经济增长亮点。然而，我国的公众营养水平和营养产业发展状况，无论与目前的收入水平相比，还是与国际先进水平相比，都存在着明显的不适应和较大差距。我国公众营养水平相对低下(发达与贫困地区营养问题的类型各不相同)和营养产业发展相对滞后，不仅严重影响到全民健康水平和整体素质的提高，而且直接制约着扩大内需、实现经济可持续发展，以及全面建设小康社会目标的实现。尽快确立和大力发展我国营养产业，迅速改善公众营养状况，事关21世纪我国现代化进程的重大战略任务的完成。

1.公共营养师作为新兴职业，专业人才少;

2.公众大多对食品营养重视不够，选择合适的发展地域难;

3.没有系统介绍公共营养的书籍，大多过于专业化和具体化。

我相信，每一个问题的背后都蕴藏着机遇。正因为专业人才少，当努力学好这方面知识时，就有很大的发展潜力，关键是要培养对食品的营养分析以及检测食品质量与安全的能力。

公共营养师是国家劳动部颁布的第4批新职业之一，是指从事营养咨询，营养测评，营养宣教，营养管理以及营养教学与科研工作的特殊职业者。主要分为以下几类：

1.在诊所从事营养工作

负责确诊病人的营养问题，列出保健计划，并监督饮食变化的有效性。通常在医院、社区健身中心或保健机构工作。在那里，为病人解决体重控制、饮食营养、疾病诊断以及儿童和老年人等的医疗保健需求问题。

2.在餐饮服务业负责管理工作

公共营养师加盟到餐饮服务管理行业中，使得不管是一日三餐还是零食小店都能够安全、卫生、成本经济地预备和配送。他们掌管餐饮服务的地点是医院、保健机构、学校和商务场所。

3.公共营养咨询师

为个人、机构、商务组织和媒体提供有关营养、食疗和餐饮服务等方面的专家建议，经营的是自己的私人咨询业务。

4.在公共领域从事保健工作的公共营养师

他们在公共保健领域工作，了解大众的营养需求，确认社区中的营养问题，并发展营养教育项目和健康促进战略。通过在社会公共保健领域和社会服务部门的工作，公共营养师们向其他公众部门、专家和公众提供讯息与咨询性服务。

5.在社区健身中心提供服务的公共营养师

这些营养师与社区、个人进行合作，目的在于提高其营养水平，抵御疾病，增进对饮食的关注以及提高个人对健康的控制能力。

6.在教育领域工作的公共营养师

在饮食学、护理学、食品生产和儿童保健等方面，他们对学生开设营养学、食品化学和餐饮服务管理学等课程。这些课程将普及到小学、中学、职业学校、高等院校和医院等。

7.在商务领域工作的公共营养师

在商务背景下，公共营养师协助各自的领导进行研究，帮助促进生产，对管理和市场提出专家性意见。在公共营养师的帮助下，食品和制药公司、市场协会和餐饮服务供应商得以生产出更好的食品和营养产品并投放市场。

8.研究性公共营养师

少数公共营养师可能向研究项目方面发展，这些项目能从根本上提高医疗护理水平，节约餐饮服务成本。同时，高等院校、保健机构和工业企业将对公共营养师作的研究给予支持。

医院，学校，幼儿园，宾馆，饭店，食品企业，健身俱乐部，美容院，社区，营养咨询中心，体检中心，养老院等都对公共营养师有很大的需求。 具体工作内容由工作地点而定，无论在哪个地方工作都要求有丰富的工作经验和完善牢固的知识体系，在大学期间应努力学习专业知识，多参加社会实践，了解不同的工作环境要求，开阔眼界，增加阅历。

学历要求：高中毕业(或同等学历);

经历培训：二级营养师，高级营养师，管理方面的培训;

经验要求：工作5～6年，从事与食品相关的工作(最好有从事食品营养方面的工作)，并且有一定的管理经验;

能力要求: 具有较强的语言表达能力以及理解、分析、归纳和判断的能力以及正常的色、味、嗅辨别能力;

人格要求：为人稳重，做事果断，办事认真负责，待人真诚宽容，善良有爱心，恒心和耐心，有毅力，能坚持不懈，不畏挫折，勇于创新;

人脉要求：有广泛的交际圈，能与不同性格、环境中的人沟通，有一些志同道合，共同为梦想努力的朋友，有几个知己，要乐观、开朗;

工作场所：社区、医院、学校、幼儿园、宾馆、饭店、食品企业、健身俱乐部、社区、营养咨询中心、体检中心、养老院等;

环境舒适程度：良好;

危险性：无。

就我国经济、医疗卫生事业发展趋势来看，十分需要营养方面专业人才。随着社会的发展，传统的营养概念和原有的生活方式已不能满足人们的需要，例如饮食营养不平衡，脂肪摄入过多等，严重危害了人体的健康，人们开始注意饮食保健，要求增加营养保健知识，并需要专门人才进行指导和研究。例如区级医院、社区服务中心等都需要既懂临床又懂营养的专业医师。由此可见，此类专业毕业生将有非常广阔的就业前景。

1.对专业兴趣浓厚，学习努力，凡是专业课，没有下过90的;

2.喜欢和不同的人交流，开朗乐观自信，有一定的亲和力;

3.有多次实习工作经历，比较会与成年人打交道，语言表达能力优秀;

4.性格随和，易接触;

5.英语基础好，口语表达能力强;

6.有一定的文学功底，能写不错的文章;

7.参加社团活动，有更多的机会和不同的人交流沟通以及在众多人面前发表自己见解和看法的经历，结识了更多的朋友。

1.申请技术类工作时，由于有较好的专业技能，稍占优势;

2.工作和面试时，自信心强，能更好地和新认识的人结成朋友;

3.在交流沟通时更为自然，在面试中占有先机;

4.有一定的文学功底，在写申请等书面材料时占优势;

5.英语口语好，在同龄人中较为突出。

1.一些实际操作性强的课程成绩一般;

2.有时缺乏耐心，易半途而废;

3.不太有主见，有时过于倔强不肯放弃;

4.有时有点高傲，说话语气过重，较伤害别人;

5.某些事太孩子气，太单纯。

1.面试时强调专业技能并多参加操作类方面的锻炼和练习;

2.尽量将心态放平和，有始有终，坚持到底;

3.自己确定正确的就坚持，不可能或希望很小的就放弃;

4.多和比自己大的人交流，更好的了解社会和适应社会，也使自己更成熟。.

1.学校提供食品加工,食品检测等方面的实习;

2.毕业前的各种招聘面试;

3.有机会参加英语四级和公共营养师的学习考试及资格认定;

4.假期的各种兼职工作;

5.社团的.每次交流机会和组织的大型活动。

1.立即申请，并在其后的工作中兢兢业业，认真负责，受到领导的表扬与欣赏;

2.认真对待每一次面试和工作, 尽量多地抓住机会，得到很多不同的工作，工作结果令人满意;

3.努力提高自己英语能力，争取考一次就考好一次，作为自己今后的信心源泉，不断地激励自己;

4.周末和假期参加不同的兼职，增加锻炼的机会，积累不同的工作经验，拥有不同的工作经历;

5.在社团中好好表现，尽量展示自己，增加多方面的能力。

1.班里学习和技能好的同学很多，自己不是最突出的;

2.成绩不是最优秀的，培训参加的不多，与老师接触的也不很多;

3.面试和工作时的各种刁难与未知挑战;

4.不同人际关系的处理要得当。

1.多参加不同类型的实践活动，休息时反省一天的得失，在评测和上岗前进行心理方面的鼓励，为自己加油;

2.多看些专业方面的书籍，增加专业技能训练，同时多看书报，扩大知识面，开阔眼界，努力学习英语，注意英语口语的练习;同时不忘记每天锻炼，争取在较大工作量的情况下保持精力旺盛，不生病;

3.和专业人士聊天，吸取经验，弥补自己的不足;在兼职过程中积累和职业人士及不同社会层次的人打交道的方法，拓宽眼界;对每一个面试公司做深入调查，分析需求与对招聘人员的要求，了解公司的特点;面试之前准备充分的材料和应变策略，面试之中发挥表达能力强、自信、亲和力强等优势。

4.和同学沟通交流，学习不同的知识，了解不同的工作环境和要求，不断地适应社会，以便在不同的环境中都能发挥自己的优势;

5.与人打交道时，心态平和，宽容友善，建立和谐的人际关系。

1.可能会在开始找工作和工作中遇到很多的压力和挑战，不同环境的变化要求不断的改变自己来适应以寻求发展;

2.目标职业的实要求现在多看些专业书籍和好好学习，增强自己的专业技能和操作技能;

3.要多接触不同的人群，了解社会，扩大人际关系，结识更多志同道合的朋友;

4.培养自己的耐心和坚持到底的精神，只要认定就不言弃;

5.发展自己的优势，克服自己的劣势，不断向符合社会需求的方向发展，在竞争中脱颖而出;

6.进行专业培训和训练，发挥自己的沟通特长，积累社会经验和了解专业的具体情况。

通过职业认知几个步骤的分析，我认为公共营养师在我国目前是一个亟待规范但又充满机会的职业，在一些沿海城市营养师需求大，并且这种需求必将在整个社会中加大，因此只要认真努力的钻研，就一定有好的前景。

公共营养师的工作内容符合我自己的兴趣，不管将来会在怎样的环境中工作，公司或者医院、学校，我都会努力去适应，以更好地实现自己的人生价值，我相信自己能够胜任。

任何一个目标的实现，都是一场艰辛但却不断坚定自我的过程，也许其中不乏挫折和困难，但我不会轻易放弃。

在校期间，努力学好专业知识，牢固掌握专业技能，积极参加课外实践活动，多在公司和工厂中实习，在周末和假期参加不同的兼职工作;通过英语三级、四级考试，大二自考食品质量与安全本科，力争在大三或毕业后一年获得本科文凭，毕业后2～3年考取二级公共营养师证。

深入研究本专业，努力工作，在所在公司有一定的发展，开始进入中层领导者行列，创作和发表学术性的文章，考取高级公共营养师证，积累工作经验，有一些志同道合的朋友，开始组建自己的合作团队。

积累丰富的工作经验，人际关系更加和谐，在实践中不断成长，能准确地面对市场做出判断，更加稳重，最终成为营养方面的专家。有很好的人际关系和工作环境，工作快乐，有一个幸福的家，双方父母安度晚年。

专科毕业后2～3年考取二级公共营养师，同时获得食品质量与安全本科文凭。毕业后到一些公司工作，积累实际工作经验，大约5～10年后考取高级公共营养师，成为营养方面的专业学者。当我积累一定的经验和人脉关系后，拥有自己的合作团队，继续努力学习和研究，增强自己的管理能力和对问题的分析判断能力，最终成为营养方面的专家。

有目标更要有计划，它使目标更快的实现，也使做每件事时的目的性更强。因此我制定了我的未来计划，我相信：完善的计划是获得成功的关键。它使每一天过得充实而有意义。

为暑假假期。会在小姨所在医院实习，学习电脑的应用，接触医院的环境。

开学伊始，了解各专业所学的基本内容，有针对性的看一些食品方面的书籍。

国庆长假到森林公园实践，学会和不同的人打交道。准备社团的招新活动，设计版块，征集稿件，做好开学第一张报纸和第一轮面试工作。

为社团挑选新一届的会员，临近英语三、四级考试，积极备考，认真复习。

学期期末，准备各科考试，争取考出好成绩。

寒假期间，到思念或三全等食品厂打工，丰富实践经验并了解食品厂的工作情况及环境条件。

准备自考食品质量与安全本科，各专业课的学习更为紧张，要多进行实验操作类练习。

期末考试，认真备考，在课余时间看食品方面的书籍，参加自考。

做实习前的准备工作，完善各类知识体系，增强专业技能。

毕业前 ：到食品厂或公司实习，约10个月左右，回校后准备毕业论文及毕业答辩，考取食品检测中级技工，参加招聘会，找到适合自己发展的工作。

在这个阶段，我已不再是一名学生，将进入社会并努力使自己融入其中，为了使自己将来更好的发展，会尽力找一份适合自己的工作。

找老师沟通或参加招聘会后找到一份与食品营养有关的工作。

在工作中积极认真，积累丰富的工作经验，掌握专业知识和技能，考取二级公共营养师。

考取高级公共营养师，开始从事食品营养方面的工作和研究。积累丰富的工作经验以及建立完善的人际关系。在这几年中，进入企业中级领导层，并有一定的资金和一些志同道合的朋友，开始转入医院、学校、社区等，为人们设计日常的饮食以及营养的搭配方案等。

工作：参加培训和知识讲座增强多方面的能力，进入企业高级领导层，在社会或行业中享有较高的知名度和美誉度，工作顺利;

生活：有自己的家庭，婚姻幸福，双方父母安度晚年，生活态度乐观积极。

人际：有一些很要好的朋友，会定期聚会，同时在工作中结识更多的人，不断扩大人际范围，了解不同环境情况。

这段时间中，我也会尽力做一些慈善活动，努力帮助别人。在自己年轻的时候受到过社会的帮助，当自己有能力的时候，就应该回报他们。那些得营养性疾病的人需要的更多的是人们的关心和真诚的帮助，只要我们把眼光放的纯洁透明起来，我们就会发现，世界是如此美好!

现实是很难预料的，职业生涯规划也不是一次就能完成的，它是一个不断循环的动态过程。在制作规划书的时候难免有一定的遗漏和疏忽，而且外部环境也一直在变化之中，各种未知的因素也是我无法预测的，需要根据现实情况适时进行评估和调整。我的评估调整周期为两年。

我想成为一名公共营养师，但这也存在一些风险：由于竞争压力可能毕业后不能马上找到工作，我会继续学习，掌握应聘技巧，作好下次准备。工作繁忙不能考高级营养师，我会不断积累经验，忙里抽闲，争取早日考上。我也会

一直深入研究本专业的知识形成完善的知识体系，同时参加培训，提高自己多方面的能力。

如果由于某些原因，我未能在成为公共营养师的道路上发展，那么我会首先选择成为一名食品检测高级技工。这本来就是我所学的专业，学校会要求在大三的时候考取中级食品检测技工，工作两年后即可考取高级食品检测技工。在校期间，我学习成绩优异，食品检测专业当初也是因为自己的兴趣而报的，因此，即使我不能成为一名公共营养师，我也要成为一名食品检测高级技工。它们都是与食品有关的工作，我会在注意锻炼实操技能的同时积累多方面的知识，更多的找时间阅读食品专业类书籍，以便更好地实现我的目标。并且它们都符合我的人生理想，为人们的科学、健康饮食服务。无论将来从事两种职业中的哪一种，我都会从现在开始培养自己这些方面的能力，使自己将来可以完全胜任它们，为实现自己的梦想而不断努力。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇二**

一、职业生涯规划书

-------合理规划，实事求是！

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

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。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇三**

1. 职业兴趣——喜欢干什么

我个人职业兴趣方向，通俗一点说就是以扎实的艺术理论知识为基础向艺术绘画方面，也就是纯艺(绘画)方面发展。这也许与我之前的学习生活经历有关，我小学、初中、高中都是美术专业生。因此我对艺术方面的东西比较感兴趣，虽然大学选的是环境艺术设计，但未来的职业并只想在设计方面有所发展，我的兴趣在艺术行业管理以及艺术绘画方面，当然所有的艺术是通的，设计也是一门艺术。从小到大的绘画基础给我的综合发展打下良好的基础。

2. 职业价值观——什么是我看重的

我个人认为，对一个刚刚就业的大学生来说，一个职业或者职位是否适合自己，虽然薪酬是一个很重要的因素，不过更重要的是这个工作是否适合自己，是为是自己喜欢的，以及在未来的几年、十几年、甚至几十年里对自己来说是否有足够的发展潜力。

3. 职业能力——我能够干什么

之前我说过，以扎实的艺术理论知识为基础向艺术绘画方面，也就是纯艺(绘画)方面发展。所以我对自己的职业能力定位要求较高，既要有丰富艺术理论知识，较深后的绘画经验，也要有较好的艺术表现手法。再通俗一点说，就是既能够搞一些研发工作，也能从事管理及艺术创作。

4. 性格特征——适合干什么

如果从性格方面分析就比较简单了，人和人之间都是不一样的，没有任何两个人有完全相同的性格。不存在完全的外向也不存在完全的内向。这要看每个人对自我的认识了，我对自己的理解是——内外双向。至于说我的这种性格到底该干什么工作，我个人认为以性格来决定行业选择是不可行的，性格是随着时间和环境不断变化的，只能作为参考。如果非要参考性格因素的话，我想我选择综合发展因该是个很好的解释。

5. 自我分析小节

从兴趣、价值观、能力、性格以及职业测评等因素综合看，我还是比较适合做啊、绘画艺术类工作，我的优势在于对艺术的热爱、多年的绘学习经验，并且坚持综合全面发展。

1、家庭环境分析

从家庭上分析，我家是的贫苦农民家庭——父母都在家农民，应该说既有利也有弊吧。利在从小家教比较严格，也就是所谓的比较有教养吧。弊也有不少，有时候人比较正经，简单的讲就是有时候不太吃得开。经济上说，条件不太好，以后的生活还是要靠我自己了。不过这样一个殷实的家庭给我事业的发展打下了一个良好的基础。我是家里的长子，应该说不仅是家里，亲朋好友对我的期望都比较高，这也是无形的压力。

2 、学校环境分析

众所周知，天津商业大学宝德学院是一所“三本”院校，我们只有“奋斗、再奋斗”在低起跑线上出发赶超别人，但是我们学校给了们最真的生活“社会-老师、同学”。

3 、社会环境分析

应该说，当今由美国次贷危机所引发的国际金融危机有可能持续长达几年、甚至十几年，已经融入世界经济圈的中国经济当然也不能幸免。预计当我们毕业时社会的就业形势不容乐观，不过机遇也总是存在，20xx年开始国家投放几万亿人民币扩大内需，刺激经济，这也是一个难得的创业机遇。应该说竞争异常激烈，但是机会总是存在的。

4、 职业环境分析

(1)行业分析：如今中国艺术市场成为世界上最大的艺术市场，改革开放以后的中国经济飞速发展，带活了人们的生活水评，也提高的人们对美的要求。如今中国的艺术市场，又迎来新的机遇与挑战。

但是如今各大学艺术专业都是热门，学生人数较多，就业还是面临着激烈的竞争。

(2)职业分析：艺术创作，艺术设计，展览策划

(3)职业分析小结：综合以上，我倾向在文化低蕴深厚的北京‘西安、杭州等地区。

1内部环境因素

优势因素：

(1) 我家在南京，在长三角地区的亲朋好友比较多，应该来说在长三角一些城市落脚比较容易。

(2) 我坚持文理综合发展，既有扎实的工科理论知识，也有金融管理类知识，各方面综合发展。

(3) 一些工作实践经验，我计划大四准备考研，研究生学习时多参与一些项目增加自己的经验。

弱势因素：

(1) 自认为是双向性格，加上自小家教严格，有些时候不太吃的开。

(2) 有时候比较懒惰，总是喜欢拖事情，原定的计划总是要打折扣。

2外部环境因素

机会因素：

(1) 国家如今大力投资扩大内需，鼓励大学生自主创业，，给企业以及刚刚毕业的大学生们带来了很多机遇。

威胁因素：

艺术类的学生的加多，艺术区的发展(什么798等)

结论：

职业目标：艺术设计、艺术管理

职业发展策略：进入大的艺术画院、艺术区发展

职业发展路径：走创意创作以及艺术市场管理路线

具体路径：学员(技术类或市场类都可以)——助理画师(设计师)——设计师(画师)——国家级设计师(画师)

大学期间学习好相关的设计专业，假期去公司实习、去画室学习。创建与艺术的网络平台，组织大学生画展提高策划能力，

1评估的内容：

(1) 职业目标评估：

在当今社会，没有永久不变的职业，也没有长盛不衰的职业，很多职业之间也都是相通的，为了生存有时也要学会放弃。

(2) 职业路径评估：

旧的路总有走到头的时候，当我之前选择的职业发展方向遇到瓶颈时会考虑向相关的行业转型，不过相信在当今社会中，时刻做好准备才能在激烈的竞争中处于不败之地。

(3) 实施策略评估：

个人认为不需要改变行动策略，虽然路是活的，但作为一个人来说，打好基础做好准备才是自己能做的事。以不变应万变，当下我能做的事唯有学好自己的知识，扩展自己的视野，进一步完善自己。

(4) 其他因素评估：

如果有意外情况发生，我会审时度势，尽量将变化损失减到最小。具体的按具体情况而定。

2.评估时间

结束语：

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。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。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!

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇四**

时间是你我都浪费不起的成本之一，在已过去的时间里可能没有太多的人认识你，但只要你在以后的时间里做够的努力，足够的用心，有一天你会获得所有人关注的目光!!!

1自我认识：

(一)

a. 兴趣爱好：喜欢运动、音乐、看一些励志书籍、交友、逛街等。

b. 优 点：学习和适应能力强，勤于思考，做事仔细、认真、塌实和负责，积极主动性强，时间观念强，自信心强，考虑问题深入而全面，待人友善。

c. 缺 点：交际能力一般，做事过于执着顽固，有点保守缺乏足够的冒险精神，办事略显急噪，有点惰性。

d. 生活教训：少一点抱怨，多做点实事。

e. 扬长避短：在大学三年中，要扬长避短，进一步发展自己的长处与优势，积极加强与人的沟通交流，积极参加各项活动，使自己更加自信，克服因性格内向带来的交际能力的问题，同时努力学好各门学科专业知识。 (二) 在班级，我是学习委员;在私下，和他们是最好的朋友。

在同学眼里我是发言具有一定的信服力;在老师的眼里，我是一个爱学习，态度认真的好学生;在班主任眼里，我是她的好帮手，对待她所交代的任务，能按时按质完成。

在系里，我是学习部的委员，也是总的团支书。

在学习部，完成自己应尽的责任;团支书这一职务，我更多的理解就是不

断提高自己的组织管理能力，完成系领导布置的工作。在课余时间多与同学们沟通，组织一些活动曾进同学之间的友谊。

在社会，我是众多兼职大学生众多中一员，促销方面的工作是现今大

学生都会参与的兼职之一。面对促销我拿我的真诚对待所有来的消费者，让他们体验到不一样的服务。同时总结领导组织、管理、分配工作的方法，

为我今后的工作做准备。

2 职业生涯规划条件设计：

a. 家庭环境分析：对于刚开始选择的这一专业，家里面人有点不能理解，

电子商务是一个新的一个发展前景，对于一对农村夫妇来说是不能体谅的，但是，我坚持了，通过我对电子商务的浅层的理解，说服了父母，现在他们对于我以后的就业更多是支持，他们说只要你活出自己的亮点，做出自己的风格，他们都会义无反顾的支持。

b. 学校环境分析：安徽建工技师学院是国家重点教育基地，对于机电系电

子商务专业的教师是高级的电子商务高级师，正因为她是电子商务专业的老师，她可以在课堂上贯穿所有电子商务的知识，从而能提高我们知识的衔接能力，以至于我们对电子商务更加的了解。不仅如此，学校为我们能更好的学习电子商务，让我们拥有自己的专业机房，为提高电子商务专业操作能力，购买了有关实训的应用软件，使其操作更加的透明化，提高我理解的能力。

c. 电子商务专业环境分析：因电子商务是一门综合性较强的学科，学校也

配合其开设的相关的课程。大一：因刚接触电子商务，我们学习了电子商务概论，为了跟好的了解如何做生意，国际贸易为我们解答，以及相关的计算机网络与商务英语，要想在电子商务中有好多作为，学校为组织我们考相关的资格证书考试，并学习资格证书考试所涉及的课程等等。到大二，不仅仅有理论方面的课程，还会有操作实训课和创业课程的开设。

在实训过程中，我们能根据实训软件更正确的理解b2c、c2c的商城管理，商品分类及运作，

3专业前景分析及就业机会评估：

21世纪将进入电子商务时代，是社会发展的必然，我们将别无选择地生活在电子商务的时代。因此具有很大的发展前景，在发展中也出现了很多不同的情况，这对于我们专业来说是一个机遇也是一个挑战。因此做好一份职业生涯规划，能让我们更好地了解自己 ，更好的把握未来，面对个对就业!

电子商务的不断发张，给我们专业的就业带来了很大的就业机会，但随着发展，问题的出现也给我们专业提出了更高的要求。随着网络的普及，重视网络的程度也在不断的加大。但就安徽的电子商务发展来看，还没有完全的发展起来，可以说安徽的电子商务就业的潜力是很大的，也就说明着很多企业在电子商务的了解还不够，我们必须努力才能让企业都逐步接受这一种商务方式。

4 具体规划：

a 短期规划：大一下学期即将结束，面对已过的时间是无法挽回的，但在未逝的时间里做结合对自己的认识做出规划，以更好的实现自我价值。

1. 大一的暑假准备找一份有关电子商务有关的工作，然而，在大一期间，我参加的信息化办公工程师技能考试，拿到这一证，在加上对电子商务的认识，几实训操作，更能保证我的就业

2.对于大二的准备：大二是我们理论教育的最后一年，也是电子商务专业主课程开设的一年。所以，再次要更加努力的学好专业课程，要把电子商务管理新视

角更加的理解透彻，以便于大二下半年考助理电子商务师资格证书做准备。在此期间 ，还要做好兼职，积累更多的经验，为大三实习做好准备。

3.大三是踏出校园，面对社会的一年，实习是我们找到好工作的开始。因此，你在寻找实习岗位时，要看看你所找的职业你能否胜任，是否已最好的状态投入到工作中。寻找一份你能胜任，又能热爱的工作同时，拿到自己的大专毕业证书，提高自己的学历。

b 长期规划：未来十年

职业目标：高级电子商务管理人才

能力目标：高级电子商务人才，是一种人才具备电子商务项目整体操作能力，具备较丰富的电子商务实战经验，此类人才目前极度短缺，公司一旦能够成功引进，可快速进入角色，避免浪费时间、金钱、精力。因此，在成为高级管理人才的前 在不断克服自身缺点的基础上，学好扎实的管理专业知识，并最终形成一套自己的管理理念;提高自己的演讲水平;通过不断实践提高组织、领导能力;善于沟通尤其是与公司决策层;能从容应付各种突发事件，通过不断加强自身的交际能力，形成广泛的社交范围。

c 晚期规划：

通过不断加强自身修养和持之以恒地学习，且学习的内容必须聚焦，力争在电子商务管理的方面成为专家，塑造个人竞争力最终形成 知识创新。

使自己的职业转型，如担任电子商务培训师、电子商务管理咨询师、电子商务 学术专家等职业

5总结

电子商务是一个发展潜力很大的新兴职业，不仅仅是国家政策的支持，还因为他是一门综合性很强的学科，他涉及的领域广。因此,在总体不变的情况下，根据事实的变化，作出相应的调整，不要因为压力过大而放弃自己的规划，放弃自己的理想，不时的拿出自己的职业生涯规划书看看，激励自己，实现人生的理想。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇五**

题记：弗洛伊德是我所敬仰的科学家之一，他说过“生活怎么可以缺乏激情、癖好和全心奉献的兴趣？”很喜欢这句话，喜欢一个科学家对科学研究的豪情。作为一个以科研工作者为目标的自己，自然想腾飞自己，自然想为科学进步做出贡献。这就自然更需要我有激情地全心地奉献，需要我精心规划一场美丽的化学专业大学生职业生涯规划书。

成为国内著名甚至国际著名的大型化工企业的科研人员，并在科学研究上做出较大贡献。

⒈政治环境。

国内局势保持总体和平、缓和与稳定态势，但局部性战争及动荡有所加剧。国内相对平和的局势与国家对科学发展的重视，加之科学发展观的施行，十分利于化学这一学科的发展。在过去的100多年里化学作为一门核心、实用、创造性科学，已经为人类认识物质世界和人类的文明进步做出了巨大的贡献，这也加深了广大人民对化学这一学科的重视。

⒉经济环境。

改革开放三十年，我国从封闭型经济快速成长为全球最为开放的巨大经济体之一。按名义汇率衡量，从xx年占全球经济的约xx%上升为近x％以上。从全球第六位，即将上升为第三位。按购买力平价衡量，从x%上升为x%以上。相对于传统计划经济时代的大起大落，我国经济的稳定性是同期亚洲国家和地区最高的。x年代初，我国对外贸易不到xx亿美元，外汇储备xx亿美元。xx年对外贸易达到xx亿美元，今年将超过x万亿美元，外汇储备超过x万亿美元。xx年我国在世界贸易排名第xx位，目前为第三位。过去三十年，是三百年以来，我国人均收入增长最快，与世界平均水平的差距缩小最快的时期。目前，我国人均gdp已经相当于世界平均水平的xx%以上。按照现行汇率计算，我国人均gdp在xx年突破了xx美元，上升到世界的xx位；按照购买力平价计算，排名为xx位。种种数据表明，我国已经成为拉动全球经济增长的重要力量，我国的综合势力有了巨大和显而易见的增强。

⒊自然环境。

进入xx年代以来，随着经济的发展，不仅发生了区域性的环境污染和大规模的生态破坏，而且出现了温室效应、臭氧层破坏、酸雨、物种灭绝、土地沙漠化、森林锐减等大范围的和全球性环境危机，严重威胁着全人类的生存和发展，特别是温室效应、臭氧层破坏、酸雨等重大问题，都严峻地摆在每一位化学家面前。

化学是研究物质的性质、组成、结构、变化和应用的科学。世界是由物质组成的，化学则是人类用以认识和改造物质世界的主要方法和手段之一，它是一门历史悠久而又富有活力的学科，它的成就是社会文明的重要标志。

化学是一门实用的学科，它与数学、物理学等学科共同成为当代自然科学迅猛发展的基础。化学的核心知识已经应用于自然科学的方方面面，与其它学科相辅相成，构成了创造自然、改造自然的强大力量。

化学在我国成为一门重要的学科，已是不争的事实。我国从事化学研究的科研机构有近千个，大学的化学系（院）有250多个，石油与石油化工企业有80多万家，加上其他化学化工和相关行业，我国参与化学研究与工作的人员队伍，其规模是国际上少有的。这正是我国化学科学发展的背景和动力。

而对中国大型化工企业中的龙头老大，中石化与中石油，无论是在国内甚至是国际上，都名次靠前：

xx年度《财富》世界xx强公司

x国石化集团名列第xx位，x国石油集团名列第x位

xx年度《财富》世界xx强公司

x国石化集团名列第x位，x国石油集团名列第x位

两家公司皆在国际顶尖水平的争锋较量中稳中有进，为国家在化学学科的发展上起了巨大的推动作用。

而在当前，我国所面临的挑战有人口控制问题、健康问题、环境问题、能源问题、资源与可持续发展问题等，化学家们希望从化学的角度，通过化学方法解决其中的问题，为我国的发展和民族的振兴作出更大的贡献。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇六**

职业生涯规划书将分为三个部分。

第一：内部因素，是自我的认知。

第二：外部因素，是对外部环境的认知。

第三：在明确了内部因素和外部因素之后，咱们再对其计划我们的职业发展路径。

内部因素

内部因素，是自我认知，既是本人对自己的认识，自我的分析，我是一个什么样的人？我是不是一个严谨的人，还是一个喜欢自由自在，乐于安逸的，还是喜欢冒险的。然后我想做的职业是什么？我是不是喜欢研究型的工作？还是喜欢诗歌文学性的工作。我的职业能力如何？逻辑推理能力是否很强？我的信息分析能力是否也很强？我是否能对复杂的东西进行归纳，使之简单化。我是否十分有灵感，可以成为文家大豪？

个人的特质：我个人的特质是什么？我是一个内向的人，是想做科研工作呢，还是我是一个外向的人，想去做外交型的工作，比如创业。我的观察力是否很强，是否自觉，是否懒惰，是否吃苦耐劳，我爱学习吗？我能够独立工作吗？还是喜欢团体工作？

胜任能力：我能胜任什么样的工作性质？我爱好锻炼，我是否可以胜任体育工作，做健身教练。我喜欢指使人，我能否胜任管理工作。我爱好文学，我能否去从事写作工作。所以我们需要自我认识，知道自己的优势能力，然后再知道自己的弱势能力，就自我得之，我是一个什么样的人？

如果我是一个外向的人，那么就注定了我很难从事科研性的工作，忍受科研程序员那枯燥的生活。如果我是一个内向的人，那么我就很难去，从事外交性的工作。

外部因素

外部因素就是，家庭条件环境的分析。我的家庭条件经济如何。我爸妈是农民还是中产阶级？我的学费是不是靠借朋友亲戚的钱？家庭的经济是否稳定。家庭条件的文化氛围如何？父母是不是都是高知人群，还是普通的农民从事苦力活动的。父母文化程度如何？

家庭条件是否能支撑得起我从事一门昂贵的专业工作。比如留学，当飞行员，那么家庭条件肯定要很好。

然后分析我学校的环境如何，我的学校是三本还是二本，还是一本。学校的教育设备如何，师资力量是否强悍。是本科生还是研究生，还是专科生，学校的就业率如何？本科生的就业率如何？假如我是一个本科生的话，但是学校却重视博士生研究生，那我是否有优势？

社会环境，现在大学生越来越多，将近饱和，就业率不容乐观，我从事的这门工作，就业难不来？竞争是否激烈，是否会有性别歧视，假如你是一个女孩子的话。从事一些需要男性的工作，就会受到性别歧视。还有这种专业才能是否有提升的空间。

职业环境，这门职业，它是不是新型的职业，还是已经很老旧的职业？它的生命力是如何的呢？需求量是否非常的大，工作岗位是否非常的多？是否遭到国家的重点扶持。能不能去国外进修，学习提升，提升是否有空间，它的报酬如何？报酬是不是能达到我心目中的标准，这行业是否十分缺高端的人才，高端的技术。是不是可以考很多证，考了很多证，就能有更多的报酬，更多的发展途径，这些都是外部因素。

制定职业发展途径

分析完内部因素和外部因素之后，我们就要开始规划自己的职业发展途径了。

在大学期间我需要完成什么项目？完成什么学业。我需要保证我的专业知识达到优等。科技时代这么发达，那我还要考取计算机三级证书。

如果我需要出国去一些大企业的话，那我的英语肯定也要好，达到英语六级。我可能还要学习一些其他的小语种，比如韩语泰语日语等等。

在假期的时候也要进一些大公司进行实习。在大学期间我是不应该考一个研究生呢，我是不是应该考一个公务员，然后进国家的科研院或者文学院。我是否应该去国外留学，比如这门行业在在国外是十分的火的，那我必须去国外进行国外留学，然后可能还会在国外工作。

除了这些职业的规划之后，我们还要一些其他的长期计划，比如我们要扩大自己的视野，增长各方面的知识。身体是革命的本钱，那么我们还要锻炼好自己的身体，以便能够去进行高强度的工作，我们还需要提高自己的修养，以便于和其他上层人士可以正常无隔膜的交流，来提升扩大我们的交际圈。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇七**

1、mbti测试结果

mbti人格动力测试结果是infj型（内向+直觉+感觉+判断）

对infj类型的人来说，重要的是能忠实于自己的预见。在恬静的外表下，他们对人生重要大事有着更深的信仰。积极分子们（infj人有这种倾向）不是为了个人的辉煌或政治权利而工作，而是为了自己的事业而战！

infj人是不容易受人牵制的，他们在任何时候都不易被愚弄欺骗。虽然infj人很通情达理，并富有同情心，但是他们对朋友却是很挑剔的，这种友谊是以相互间的利益为基础的。

infj人对语言的熟练表达和交际的才能有自己的诀窍，再加上infj人的那种无需过多言语表达的敏感性使得他们能与人们很好的交往。当然，在写作，咨询，甚至政治领域都有infj人的一席之地。

对infj人的描述：

富有创造性和独创性，独立自主，细心周到，热情细腻；全球化的思想家有独特的洞察力，并有高涨的热情；细致谨慎，深思熟虑；有计划有组织，有生产能力的，有决策力的；有节制，有礼貌。

2，自我认知

优点：偏内向的性格使我少一份张扬，多一点内敛。做事仔细认真、踏实，稳重，准备充分，有条理，不打无准备之战。与同学相处融洽，对环境的适应能力强。

劣势：交际能力相对较差，缺乏自信心和冒险精神，积极主动性不够。做事缺乏恒心，常常半途而费。体质较弱。

3，自我调整：

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，勇于表现出自己的一面，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。正所谓能战胜自已的人才是真正的强者。

加强体育锻炼，增强自已的体质。

总体方面：中医在中国虽然已有上千年的历史，但目前还并不能完全被所有人接受。更有人大肆呼吁取缔中医。可见中医的路还很长，需要我们这些人为它注入新的生命力，让它走得更长更远。

学校方面：学校有2所直属附属医院和3所非直属附属医院，是所二类学校。师资及教学质量自然不能与一些大学相媲美。这就更需要我们不懈努力，以加强自身的学习实践，来实现自身素质的进一步提高。

专业方面：针灸推拿是祖国医学的传统医疗手段，是中华文化中的一颗明星，堪称“中华一绝”。这种回归自然的古老医疗方法倍受国人青睐，也正在被国际医学所接受并认可，针灸推拿技术作为中医走向世界的排头兵，更受到世界人民的关注，具有不可估量的前景。

作为国粹的针炙推拿专业被大众公认为未来具有广阔就业前景的专业。（）通过本专业的学习，学生既会针炙又会推拿，同时还会开药方，相当于教给我们三套本领，这样既扩大了学生的知识面又扩大了学生的就业范围。

学生毕业后，可到各级中医院、综合性医院及各级针炙推拿场所从事中医医疗和预防保健工作。可以自己创业开办个体特色门诊。可以参加一些评议班如日语、英语等到外国从事针炙推拿职业。

以上是针灸推拿专业大学生个人职业生涯规划书正文，仅供参考。若需要更专业的大学生个人职业生涯规划书，请在职导网直接免费向职场导师寻求职业指导。

针灸推拿专业就业前景分析：

对于针灸推拿专业的我们来说，其就业前景及市场人才需求状况又是如何呢？针灸推拿专业的就业情况，其实并不能简简单单的说好还是不好，首先从学历方面看，对于本科学历，一般在县级院；硕士学历的，可以在市级的医院从或事科研工作，除此之外也都可以自己开诊所，英语学习好的话，还可以到国外发展。针灸推拿应该来说在国外比在国内发展好，人的体质不同，针灸推拿的效果也不同，现在有人发现，针推对白种人比对我们黄种人更有效，所以现在在欧美，备受推崇。针灸推拿现在也是要考证书的，如果能拿到针灸推拿师的证书，应该工作会更好找些。是一个适合个人创业的专业。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇八**

没有翅膀的鸟是飞不向广阔的天空，没有航向的船是驶不到向往的彼岸的，人生也是如此，要想在人生道路上踏出坚实的脚步，就必须及早为自己量身定做一套合适自己的职业生涯。它可以帮助我们早日确立发展目标，鞭笞我们去努力奋斗。

我叫向海波，今年20岁，我的性格较为开放，在我们班里有一定的组织能力，可以很好的团结同学活跃班级气氛，并且我也善于结交，但是性格是一把双刃剑，具有两面性，虽然说自己组织能力好，但我缺乏责任心，并且在社会上不能很好的识别人的好坏，这也是我善于结交的一大弱点，但是这些弱点我会进一步的更正，使自己的优点得到进一步的发扬，我也相信自己可以做好这一点。

生涯规划不是给自己的一朝一夕打算，而自己的生涯做好设计，这个规划他的“支持者”就是自己自身的强大的“后勤服务”着就使我们朝多个方面综合发展，在学校应使自己德、智、体、美、劳，共同发展大学四年之后，步入社会，就应该在学校的基础上进一步深化发展。

现在在学校里的我做的的还刚刚是一个及格，离满意还有一段距离，对于这我自己也会在最短的时间内上心向着满意这个词奋斗。

在我的生涯中外因对我的影响是非常大的，我的家庭，有着父母对我的期望、支持，并且父母作为哺育我的人，同时又是教育我的人让我终生受益，在众亲戚当中，他们对我也是相当看好的，在学校有着老师和同学们的支持，他们对我的优缺点一一指出，他们就好比是我的一面镜子，叫我很好的看到了我自己，是他们让我有改进，有发扬，有学习的地方。

1、社会的一般环境：

中国当前政治稳定，经济持续快速发展，在经济全球化中扮演一个重要的角色，经济发展有强劲的势头在中过加入wto后，会有大批的外国企业走进中国市场，中国的企业也将走出国门，国内人力资源的兴起和发展有深刻的背景，所以对人才的要求也在无形中进行了提高，同时由于各个领域的快速发展，于是在短短几年时间国内爆发了对优秀人力资源的巨大需求。

2，学校的特殊环境：

我学的是艺术设计这个专业，在学校我们是比较受重视，学校给我们配备了齐全的教学设备和骋请了优秀的老师，还有在我们院里面我们这个系人数也是最多的，但是在这个环境中有利比弊，利在于同专业的人比较多，利于讨论与专业相关的问题相互学习，弊在于同行业的人多了，走出社会之后就业压力大，但是这样也激发了我们奋发向上的心态。

3、我的专业在社会中的情况：

现社会已经满足了人类最基本的物质消费，现在人们的消费水平已经升上我精神上的了，而我们艺术设计这一专业正是满足了人们的这一需求，我们是走在时代的最前列的，现代社会对我们这一行业的人才需求越来越大，从而也使我们这一行业的人才越来越多，也因此社会对人才的要求，社会要求我们要有综合化中的专业化的能力，这就要求我在自己的行业中更加努力。

我学的是艺术设计，虽然说这一专业比较难但我还是期望自己在这一专业中有所建树希望自己将来可以成为一名设计师，可以在自己所在的城市中设计自己的作品，并且在工作中遇到适合自己的工作伙伴到到属于自己的较好的待遇。有机会的话可以试着创建自己的公司，自己给自己打工。

大一期间：利用放假时间尽量多地参加校内举办的各种活动，丰富自己的业余生活，在校内外结交更多的良友。

大二期间：利用寒暑假时间在校外打工〈找与自己专业相关的工作〉，增加自己的社会实践能力，并且尽量在班委中任职，锻炼自己组织和沟通能力。

大三期间：把注意力集中到学习上面去，平时多收集与专业有关的知识。

大四期间：就要到企业去实习，搞好毕业论文，并且尽可能的在暑假的时候考到驾驶证。

毕业后一年，我不想去考研，所以我第一年尽可能快的进入到企业，积累专业知识丰富社会实践。

毕业后第二年，利用拥有的专业知识和社会实践找到适合自己的企业,并且打算拥有自己的事业。

毕业后三——五年，在这期间更加熟练了自己的专业知识，为将来自己的事业打下了坚实的基础。

毕业五——十年，在这段时间利用自己的知识和技能，在自己的工作岗位上努力工作，并且打算自已创办自己的公司。

毕业十——十五年，在这段时间好好打点自己的公司，走在自己的创业之路上。和组建自己的家庭，开始立家。

毕业十五——二十年，在自己的中年，回想自己的人生路，在加以总结，纠正自己的所范的错误。

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、我是学生，我可以去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。如果你有职业规划方面的问题，欢迎加入生涯设计和同龄人一起探讨。我们的口号是成长互助，一路一起舞。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇九**

一、毕业后的十年职业规划

xx年—20xx年，22岁至32岁

美好愿望：事业有成，家庭幸福

方向：企业基层人员

总体目标：完成专升本的学习，进入外资企业，成为基层管理者。

二、社会环境规划和职业分析（十年规划）

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，中国的企业也逐渐走出国门。

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。

三、个人分析与角色建议

1.个人分析：

自身现状：英语水平中上层，基本能流利沟通；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；在大学期间长期成绩较好；有很强的学习愿望和能力。

2.角色建议：

父亲：“要不断学习，能力要强，实践经验还不够”。

母亲：工作要细心、努力，婚姻也要耽误。

老师：聪明，有上进心及责任心，缺乏社会经验。

同学：有叫强的综合能力，适合做白领。

四、职业目标分解与组合

职业目标：外资企业中级管理人员

年—xx年

学历目标：专科生毕业，取得专科学位；取得律师职业资格、通过计算机二级和英语六级考试。

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，接触并了解涉外商务活动，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1万元以上，商务助理年薪5万。

年—20xx年

学历目标：取得本科学位

职业目标：外资企业中级管理人员

能力目标：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，有一定的知名度。

经济目标：年薪8-10万

五、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，我认为是可以理解的。在30岁之前一定要有自己的家庭。

六、职业生涯规划实施方案

差距：

1、跨国企业先进的贸易管理理念和丰富工作经验；

2、作为职业中级管理人所必备的技能、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。

七、缩小差距的方法

1.教育培训方法

充分利用专科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：xx年7月以前。

工作后，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。

自学攻读研究生学位。

2.讨论交流方法

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。

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

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。

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。

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。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇十**

未来掌握在自己手中，看清脚下的路，我的未来不是梦!古人云：凡事预则立，不预则废。任何成功人士都有完整系统的人生规划，明确的人生目标。

早在初中我就立志成为一名翻译，可高考的失利让我对自己失去了信心，我曾一度认为自己以后只能待在家乡当一名乡村教师。但在学校的陪护外教工作中我发现自己挺有语言天赋，一位来学校参观的美国人曾对我说:“你的语音是我听到的所有中国人中最好的，一定要好好学习。”也许她是刚到中国没几天，没遇到几个会说英语的中国人。但这却象一支强心剂一样激励着我，催发着我的斗志。现在我可以宣布我的目标就是成为一名翻译。下面我从自我分析，职业环境分析，职业定位，具体计划实施和评估调整这五个方面进行概述。

根据人才测评报告以及自评分析方法，我对自己进行了全方位、多角度的的分析。

1.职业兴趣——喜欢干什么：

我的人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是管理型(7分)、社会型(6分)和常规型(5分)。我的具体情况是：乐观主动，好发表意见，有管理才能，为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序。我从小就是特别喜欢当干部，进入大学也先后在社团及团组织担任职务，时刻要比别人奉献的多是我学到的东西，希望我以后从事的职业也是尽自己最大的努力为别人创造好的生活条件。

2.职业能力——能够干什么：

我的人才素质测评报告结果显示，信息分析能力得分较高(8分)，人文素质得分较低(5分)。我的具体情况是：我一直认为我如果是个男生肯定会成为擅长侦破案件的警察。

3.个人特质——适合干什么：

我的人才素质测评报告结果显示支配稳健服从型，通常善于辞令，尤其适合做推销工作和领导工作。通常精力充沛、热情洋溢、富于冒险精神、自信、支配欲强。喜欢与人争辩，总是力求使别人接受自己的观点。缺乏从事精细工作的耐心，不喜欢那些需要长期智力劳动的工作。通常追求权力、财富、地位。我的具体情况是：我一直是个很随和的孩子，喜欢听父母的话老师的话，但我并不是没有主见的人。

4.职业价值观——最看重什么：

我的人才素质测评报告结果显示前三项是支配取向(7分)、经营取向(6分)和志愿取向(6分)。我的具体情况是：控制欲强，喜欢支配他人;善于决断;工作作风凌厉;做事有担当;独立性强;主动行动;有强烈的成就动机;富有同情心;喜欢帮助他人;不计较个人利害得失。

5.胜任能力——优劣势是什么：

我的优势能力我的弱势能力

处理事实与复杂系统

重视效果及效率

愿意等待务实理性

较不考量情绪问题

不多谈私事或个人想法

环境艰难则独断性强

压力缓和则态度开明

不重视交际

被动接收他人的批评建议

必要时主动提供意见

比较情绪化

易受他人或环境影响

考虑问题不够全面

较主观协作性可能不够

可能比较固执

自我分析小结：

根据我的人才素质测评报告，以及家人老师同学的建议我对自己进行了综合分析。我在性格上乐观好动，自信，独立性强，有时情绪化，在作风上比较保守、被动。在特长上擅长英语口语和演讲;专业知识扎实，勤学好问。智商和情商属中等偏上水平，活动能力强，有一个健康的身心。

参考人才素质测评报告建议以及家人老师同学的意见等途径方法，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

1.家庭环境分析(经济状况、家人期望、家族文化等以及对我的影响)

我是独生子女，父母都是医务工作者收入比较稳定，还不需要我过早工作养家。在姥姥家这边我是最小的孩子，几个姐姐都没有上过大学，所以希望都寄托在我身上。三叔是家里学历最高的人研究生毕业现为一所医学院的教授，他一直就是我学习的榜样。所以家里的人都希望我能不断的学习充实自己，为自己的以后打好基础。在学业上他们会100%的支持我，在事业上他们也会尊重我的选择。

2.学校环境分析(学校特色、专业学习、实践经验等)

我现在所在的这所学校只是一所普通专科学校，我学习的英语专业是学校里最好的专业之一，将来从事的职业方向是小学英语教育。

3.社会环境分析(就业形势、就业政策、竞争对手等)

目前的就业形势对专科生十分不利，×年全国高校毕业生万，×年达到万，比去年增加了万，增长率为%，而全国对高校毕业生的需求预计约为×万人，比去年实际就业减少%。这意味着将有×成应届毕业生面临岗位缺口。

4.职业环境分析

2024年北京奥运会和2024年上海世博会将为中国翻译业带来前所未有的机遇。有数据显示，中国现有在岗聘任的翻译专业人员约×万人，而翻译从业人员保守估计需××万人。来自中国翻译协会的数字则显示，目前全球翻译产业年产值已经超过亿美元，其中亚太地区占%，中国市场约为亿元人民币。

综合第一部分(自我分析)及第二部分(职业分析)的主要内容得出本人职业定位的swot分析：

内部环境因素

优势因素(s)

家人的大力支持

自己对英语的兴趣

弱势因素(w)

学历起点太低

受家庭影响大

外部环境因素

机会因素(o)

目前国家缺少专门的外语人才

威胁因素(t)

学历起点比较低，发展空间小

结论：

职业目标将来从事英语口译工作

职业发展策略举例：攻读研究生向口译方向发展(到上海发展)

职业发展路径举例：走英语口译路线

具体路径举例：本科毕业——研究生——高级口译

计划实施一览表

计划名称时间跨度总目标分目标计划内容策略和措施备注

短期计划(大学计划) ×年～×年大学毕业时拿到专业四级证，和专升本大一大努力提高自己各方面的能力;大三专心准备专四考试和专升本专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划等大一以适应大学生活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主，大三为了实现专升本目标我要努力学习大学生职业规划的重点

中期计划(毕业后五年计划) ×年～×年专科毕业后要读本科，争取考取研究生毕业后第一二年读本科学位，拿到教师资格证和导游证。第三年考取研究生职场适应、三脉积累(知脉、人脉、钱脉)五年内多进行社会实践为自己的将来定好切实的方向本科两年压力最大需要拿到教师资格证和导游证，和专业八级证书。努力考研究生。大学生职业规划的重点

长期计划(毕业后十年或以上计划) ×年～×年争取拿到英语高级口译，从事这方面的翻译工作毕业后第十年要尽自己最大能力发挥特长争取事业上有所发展;第二十年要全身心投入到家庭中去事业发展，工作、生活关系，健康，心灵成长，子女教育，慈善等找一份工作，成家，孝敬父母和姥姥姥爷，为自己的下一代打好基础方向性规划

详细执行计划如下：

具体计划实施。分为短期中期长期和远期计划。

短期计划，专科第三年(-)经过了大一大二对自己各方面能力的培养，大三我的主要计划就是专升本。结合自己平时的成绩以及近年来专升本的趋势我给自己定下了两所院校，信阳师院和洛阳师院。我将以最大的热情投入到学习中去，为实现专升本奋斗。

中期计划，毕业后的五年(-)如果专升本考上了信阳师院，根据信阳师院浓厚的学习风气和考研比例，本科期间我就以学习专业知识，全力考研为主，为成为同声传译努力。在此期间要考取英语专业八级证书和教师资格证。如果考上了洛阳师院，目标仍然是考研。在此期间除了要考取英语专业八级证书和教师资格证，还要考取英语导游证书。研究生期间要进行大量的同声传译训练，考取英语高级口语证，参加各项社会实践活动积累社会经验。

长期计划，(-)这个时间跨度比较大。根据自身条件到上海找一家翻译公司就业。在积累了一定的工作经验后参加国家公务员考试，力争到国家的外事部门从事翻译工作。

远期计划(以后)，同声传译这个特殊行业要求人必须时刻高度集中精力，要有超强的记忆力。到了40岁我无法不面对一个女性在40岁要面临的问题——工作压力，生活压力和身体精神压力。我想那时也该是自己休息的时候了。我会做一名自由的笔译工作者，把更多的时间留给家庭。等到50岁后，子女可以独立生活我会回到我的家乡做一名英语教师，陪父母安渡晚年。

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因应变化进行及时的评估与修正。

1.评估的内容：

职业目标评估(是否需要重新选择职业?)假如本科毕业我没有考上研究生，那么我将先做一名教师和兼职的英语导游，待生活稳定后继续向研究生奋斗。

职业路径评估(是否需要调整发展方向?)当出现自己得理想与现实有太大差异的时候，我会根据自己得真正实力做适合得工作。

实施策略评估(是否需要改变行动策略?)如果自己不适合翻译行业，我就选择当一名教师。

其它因素评估(身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估)如果中间家庭出现什么变故，不排除我放弃学业找工作的情况。但成为翻译是我最终的追求。

2.评估的时间：

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

3.规划调整的原则

以自己的最终目标为航向，努力向自己的理想航行。狂风暴雨我不怕，烈日暴晒难不倒我，目标只有一个———幸福的彼岸。

对自己职业生涯的规划有助于我找到自己未来的目标，但是一切还是需要我自己的努力。未来的一切都在瞬息万变，计划永远赶不上变化，现在的规划只是让自己在宏观方面有一个大的目标。但是以后的生活还是要靠自己一步一步的走下来。

我无法预知未来，却可以把握现在，我不知道自己的生命到底有多长，但我却可以安排当下的生活，我左右不了变化无偿的天气，却可以调整自己的心情。在今后的道路上，我会抓住每一次机遇，让自己不断地得到锻炼，得到蜕变!

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇十一**

座右铭：成功之花，人们往往惊羡它现时得明艳，然而当初，它得芽儿却浸透了奋斗得泪泉，洒满了牺牲得血雨——冰心

前言

西方有一句谚语说:如果你不知道你要到哪儿去,那通常你哪儿也去不了.”如果你有梦想,你就能完成梦想”,朝你得梦想去努力,虽然努力规划得结果不见得尽如人意,但我们可以过一个比较快乐,贴近本性得人生,当死亡来临时,我们或许可以说:”我死而无憾了”,那么大学生职业生涯规划存在得意义就明显了.时间匆匆,大一已成为过去式,懵懂,无知,那些日子”做一天和尚,撞一天钟”,甚至是堕落,颓废，这不是大学生，这不配是大学生，这是在荒废生命,不能再这样下去。曾经看过美国成功大师安东尼罗宾斯提出得一个万能成功公式：成功=明确目标 详细计划 马上行动 检查修正 坚持到底。这明显道出了职业生涯规划得重要性。昨天是今天得原因，明天是今天得结果，生活需要目标，生命需要中心，生涯需要规划。一个好得规划书出现是后大学生活得动力,也将决定个人得发展.

目标设立

短、中期目标:拿到国家励志奖学金,成为一个有较经验得电子专业工作人员

长期目标:成为一家大公司得首席电子工程师

个人分析

istj性格特点： “沉静内敛，传统、谨小甚微，天生不喜欢显露，即使是面临危机和成功之时，也显得很平静。但是在你冷静得外表之下，内心也许正经历着有强烈得反应。

可靠而值得信赖，有责任感，是严肃得、有责任心并且是通情达理得人。你总是显得责无旁贷、坚定不变、一旦着手自己得行动时，就很难转变会一直坚持下去。

讲求实际，注重事实。喜欢陈述和聆听确实、清晰得事物，对于细节有很强得记忆和判断。在做决定得时候，重视和利用符合逻辑、客观得分析，倾向于参照准确得事实和自己过去得经历。

能够合理地去决定应做得事情，而且坚定不移地把它完成，不会因外界事物而分散精神。不论在工作上，家庭上或者生活上都以做事有次序、有条理为乐。你很重视传统惯例或者一些原则，对于那些不是如此做事得人则很不耐烦。”

自己属于那种偏内向但正在往外向发展得人,动手能力较好,曾做过修电路拉家庭电路得兼职,在家常修理各种电器,做过服务员,当个厂工做一线员工,也做过建筑工人.学习得专业是电子信息工程,个人兴趣很广泛,也很爱热闹,很在意别人对自己得看法。从事电子工程方面得工作，我有很大得兴趣，是我得爱好，性格测试中，我是一个讲实际得现实得人，同时作为一个电子信息工程专业得工科生，挺适合电子工程师方面得工作。

环境分析

职业认知。电子信息工程是一门应用计算机等现代化技术进行电子信息控制和信息处理得学科，主要研究信息得获取与处理，电子设备与信息系统得设计、开发、应用和集成。现在，电子信息工程已经涵盖了社会得诸多方面，像电话交换局里怎么处理各种电话信号，手机是怎样传递我们得声音甚至图像得，我们周围得网络怎样传递数据，甚至信息化时代队得信息传递中如何保密等都要涉及电子信息工程得应用技术。我们可以通过一些基础知识得学习认识这些东西，并能够应用更先进得技术进行新产品得研究和开发。

前景。随着社会信息化得深入，各行业大都需要电子信息工程专业人才，而且薪金较高。学生毕业后可以从事电子设备和信息系统得设计、应用开发以及技术管理等。

由于信息时代得到来，据推测，在相当长得一段时间内，此类人才仍将供不应求。

据调查，现阶段对于电子信息工程人才得需要量十分巨大，“电子信息工程”得专业，对缓解当前该类人才得供需矛盾是非常必要得。

电子信息工程专业人才已经成为信息社会人才需求得热点。

电子信息产业是一项新兴得高科技产业，被称为朝阳产业。电子信息产品制造业

是未来得发展重点之一，未来展望 电子信息工程是一门应用计算机等现代化技术进行电子信息控制和信息处理得学科，主要研究信息得获取与处理，电子设备与信息系统得设计、开发、应用和集成。

思想观念上得差距。刚从事电子电路工作这方面得学生一般会认为，工作得电路是那些普通得家庭电路或者更深有点，或者他们根本就没意识到不断学习得重要性，认为在学校学习得那点知识够养活他们一生。但如果只是那些电路，那么我们得科技不是停止了吗？电子工程专业得技术也会随着高科技得潮流不断完美化，现在得社会发展得太快太猛啦！在我们学习书本知识得同时，还要不断得上网浏览，了解学习最新得科技发展。有一句话说，你不进步，那就死在世界发展得大潮中。我们不只要当一个好得追随者，更要当一个创造者。世界是发展得，我们得思想也不能定格了。还有，现在得思想层次不高，这就要求多和境界高得人多交流，多谈高一点得话题，坚持每天读书，多读一些名著，提高境界，扩大格局,一个人得格局与境界决定着一个人得成功得大小。

心里上得差距。很多大学生认为他们 进入到社会就会得到一份好工作，无知啊！！大学生已经没有值得沾沾自喜得了，街上一抓一大把！但也不能因为我们现在得条件不是很好，我们得学校不是名牌就妄自菲薄，和那些名牌大学学生相比较，心理落差特大，压力很大。要知道，当因为倒一杯水而忧虑不安得时候，尼亚加大瀑布仍然在奔流直下。要改变这种经济发展心理差距，大学生已经不那么稀罕啦，不管在哪里，只要你肯拼一样可以成才，名校没有什么太多值得骄傲得。其实口里已经知道这，但是骨子里还是渗透着那样得自卑想法。我有不少同学在名校里读书，加强与他们之间得联系，参观他们得校园，看看名校学生是怎样学习得，直击我们得心理落差，逐步减小这心理差距。

检查和反馈：在实践过程中，发现英语得学习也是很重要得，英语是世界语言，应用英语可以及时了解世界得最先进得产品，英语方面得能力需要提高，否则无法适应现在得发展。所以，决定加强英语方面得学习，多参加学校里决定得英语角，和学校得外国人多交流，切实提高英语水平。

内心得恐惧一直都是我得一大问题,阻碍实施规划,对于很多应该当机立断,勇敢去做得事缺乏勇气.战胜恐惧,刻不容缓.每天开始接触不同得人,谈不同得话题 .抓住每一个上台表演得机会,面向大众,平静心态. 要成功，需要朋友。要取得巨大得成功，需要敌人。把心剖开，交给朋友，同时也把恐惧分给他们。树立强大得亲密敌人（我们很熟，但他某方面很强），我要把他打倒，必须不畏恐惧。其实这些恐惧都是我们空想出来得，狠狠得打击它，就会胜利；表现懦弱，它就会胜利。

在生活过程中还发现，很多时候得事情都是一些事务性得活动，没有太多得智力成分，所以决定以后减少参加类似得活动得次数，把精力用在那些对自己有锻炼意义得事情上。

不要总是纠结,,生活在过去当中,无论胜败,让过去得过去,只留下经验.

大学期间很多正书可以考，多能得人才更受社会得欢迎，证书也能提高面试工作得成功率，所以决定多些考取一些对自己 有用得证书，例如：英语四、六级，计算机二、三级，cad，心里学等

备用方案

社会是发展得，现实是多变得，所为计划赶不上变化，对于这一点，每个人都应该有充分心理准备，当然也包括我自己，在面对突发因素、不良影响是，要保持一颗客观冷静得心，积极面对。不仅要及时面对、分析所遇问题，还要快速果断拿出应对方案（比如考试搞砸啦,要及时查漏补缺，找出问题所在）能应对好得最好，不能得也要保持积极得态度应对。

社会太多变，如果上方案遇到了太多不顺，难以完成，那么就选择方案二：自主创业，毕竟现在创业扶持多，自己做老板更有挑战性！更能死心塌地得为自己工作，霍姆林斯基也说过：最大得胜利就是自己征服自己得胜利！自己对创业这方面也挺感兴趣得。

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇十二**

对大多数人来说，工作不仅仅是一种必需。它还是人们生活的焦点，是他们的个性和创造性的源泉。当我回首往事，不因碌碌无为而悔恨，不因虚度年华而羞愧；当我展望未来，会为任重道远而奋斗，更为美好前程而欢欣！那么，作为一名尚未走进职场的大学生，怎么才能未雨绸缪的进行规划就业呢？所以，根据我的实际情况，我以成为一名金融投资顾问为目标，把自己的职业生涯规划分为五个阶段。每个阶段有着不同的目标、任务，通过对每个不同阶段的规划，使自己更加认识到自己的优势和劣势；通过努力工作学习，实现目标，并在提升自我的同时不断改进自己的职业规划，使职业生涯规划更加合理化、更加能促进社会、市场以及自己的发展。我相信，凡事预则立，不预则废。职业规划，让努力更有方向！我相信，自己的未来，自己有责任去自我管理，自己作主！职业的蓝天，让我们一起张开怀抱吧！

通过百途职业定向测江试报告，本人对自己进行分析：

1、职业兴趣：百途职业定向测江试，本人的职业兴趣前三项是社会型，事业型，常规型，

2、职业能力：通过测评，本人在基本智能能力、语言能力、推理能力方面较好，在数理能力方面得分较低。

3、个人物质：本人是一个当代本科生，性格外向、开朗、活泼，业余时间爱交友、听音乐、喜欢竞争、敢冒风险，注重效率、为人务实。

4、胜任能力：本人的优势和弱势能力如下表所示：我的优势能力在工作中：

（1）、有组织领导才能

（2）、健谈乐观、有活力

（3）、严谨细心

（4）、追求个性，喜欢创新

（5）、动手能力较强我的弱势能力

在工作中：

（1）、可能有点自负

（2）、经常一下子讲了就停不来

（3）、较主观

（4）、不喜欢一成不变的做事

（5）、缺乏毅力、恒心

通过测评：我比较开朗自信，积极乐观，精力充沛，具有管理、劝服、监督和领导才能，喜欢要求与人打交道的工作，不断结交新的朋友，在校也有良好的人际关系：大学所选的专业是农村合作金融，虽然对金融不是很多的志趣，但也有些兴趣。

1、家庭背景：我是一个当代本科生，（平时）是家里最大的希望——成为有用之才。我家在浙江杭州，杭州是省会城市，八大古都之一，电子商务之都，生活品质之城。杭州金融业也发展也比较迅速，几个表姐从事银行等相关的金融业工作，所以对金融有点兴趣。所以毕业后打算进入银行工作。

2、市场行情：由于本人目前的专业为农村合作金融，一旦就业，行业基本上就定在银行金融业，所以在此对银行金融行业的现状进行分析一方面，随着中国加入wto，银行业也在这几年对外开放，为了适应银行业间日益增长的竞争，无论是中资银行还是外资银行都必将会对金融人才有着很大的需求。举个例子，专家预测明年中国将缺理财规划师20—25万。另一方面，随着国有四大商业银行陆续上市，将会从事更多的国际性业务，这也必将造成国际金融人才的需求增大。

3、职业分析：

（1）、银行业的人员素质要求：目前银行的相当一部分的职位要求是大专以上（如柜台、大堂经理、会计和业务接线生等）。而中高层人员则是由原来的员工升迁上去或是银行在社会通过其他途径招聘而来的，而这部分的人员通常要求大专加上一定的工作经验或本科硕士，而高层人员则硬性规定要有一定的学历水平。

（2）、银行的工作条件和工资薪酬：对于应届毕业生来说，在被录用之后通常会被分派到中小城市的分支行，一定时间后视其工作情况再进行分派。就工作条件而言，中小城市的工作环境总体来说比不上大城市。在工资薪酬方面，视应届毕业生的工作单位而定，少的话在800—1000之间；一般在1000—1500的居多，少数效益好的银行或分支行会在1500—20xx左右。除基本工资外的奖金或提成的多少则要视乎工作单位效益的好坏和个人业绩的高低。

得出本人的职业定位的swot分析：4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、获奖情况和职位意向来进行swot分析。strengths（优势）在专业上具有优势，有较强的组织、沟通能力；做事严谨细心动手能力较强weaknesses劣文凭缺乏优势；缺乏毅力、恒心；社会经验缺乏；（势）专业知识掌握不够全面opportunities学校政策的大力支持；银行提供订单名额；相关金（机会）threats胁）融业提供岗位（威来自其他应聘者的竞争；职业素养不够；职业目标职业发展策略职业发展路径支行副行长毕业后进入一家银行从柜员——综合柜员——大堂经理——支行副行长

本人总体发展规划如下：计划名称时间跨度总目标大学毕业时要达到银行要求的基本技能水平计划内容学好银行会计及综合柜台业务等相策略和措施大二以专业学习和掌握职业技能为短期规划（21——23岁）年提高专业交专业课程。主，全面提升自己的职业素养，利用假期去积累社会工作经验。知识水平，大三强化技能中期规划（24——28岁）年毕业后五年内要成为综合柜员第一年从试用工转正式积累工作经验、人脉，多柜员；第五年交朋友，学习成为综合柜员相关的知识，提高专业知道水平。长期规划（29—20xx——58岁）年成为一名行支副行长第十年成为以实现自我大堂经理；价值为主，最实终成为一名支行副行长现自己的目标。

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。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。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！

**大学生个人职业生涯规划书500字 大学生个人职业生涯规划书篇十三**

当今社会是一个经济迅速发展的社会，竞争与角逐相当激烈，一份清晰明了的职业规划，对想要在众人中脱颖而出的求职者而言显得尤为重要。作为新时代的大学生，就应该对所处社会有着相当的了解，包括政治、经济、文化等各个方面，同时也要对自己的性格、能力都有清醒的认识，积极挖掘自身潜力。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。关于职业规划，我用了四部分来阐述，以下是我的职业规划蓝图：

中心塘村，是广东省河源市龙川县车田镇的一个贫困小山村，十九年前我出生在那里。那里是丘陵地带，实实在在的开门见山，山与山之间的平坦地带一般是田地，其间盘旋着淙淙小溪。父母外出务工，五六岁我就跟着爷爷奶奶上地下田，培养了勤劳能干、淳朴自然的性格。那时上小学我们是要提着稻谷去充当学费，路上还要拾树枝充当学校厨房的柴火，每次收割稻谷后，我们都会到田里拾稻穗。到集市赶集，要走十几公里的山路，常常早出晚归。清贫的生活在我的生命里留下了烙印，使我铭记，也使我立志要走出大山，走到城市，走向世界。然而，农村还赋予了我一颗爱大自然的心，我到老也不会忘记与小伙伴在河里捕鱼捉虾、在山顶遥放风筝、在山谷做竹筒饭的快乐时光。后来，10岁的我随父母到广州读书，见识到了城市文明与农村文明的差异，也讶异于贫富悬殊的鸿沟。城市有繁华，也有阴暗，正是那些阴暗，促使我养成了勤思考、爱动笔写文字的习惯，也变得更加睿智。生于农村，长于农村，我有着浓厚乡土情怀，在一次回乡途中产生了为家乡修路的想法。我最大的梦想是环游世界，要会外语、赚够钱，所以我选了商务英语专业。在高中和大学我积极加入各种社团和参加社会实践活动，去做义工，努力提高自身综合能力。我学到了不少管理、组织、和策划的方法。闲时我也在研究《孙子兵法》和《三十六计》， 希望未来的商战中能用到。

优势：

积极乐观，看到事情积极的一面

做事认真、负责、有耐心、有创业激情

较高的学习能力和品德素质

冷静沉着，遇事不慌，良好的心理素质

注重细节，顾全大局

喜爱动笔， 较强的文字表达能力

劣势：

想得多，有时思想飘太远

有时不能将计划落实到位

自信心欠缺、不够果断

慢热型，不能很快融入群体，社交能力有待提高

商务知识、经济法律法规了解不多

a、主要专业核心课程：综合（商务）英语、高级（商务）英语、英语听力、英语口语、商务英语写作、商务翻译、国际商务谈判（英）、人力资源管理（英、）、国际商法（英）、国际贸易实务（英）、国际市场营销（英）

b、培养要求和目标：本专业培养具有扎实的英语语言基础、宽阔的国际视野、较广博的商务专业知识和技能，具备较强的跨文化交际能力与较高的人文素养，()能在国际环境中熟练使用英语从事经贸、管理、金融等领域商务工作的的德、智、体、美全面发展的应用型、复合型、外向型高级专门人才。

a、招聘条件：1.大专及以上学历，国际贸易、商务英语类相关专业优先考虑 2.了解进出口业务流程，熟悉外贸进出口业务环节3.具备良好的英语听说读写能力，大学英语四级以上，熟练运用各种办公软件。4.具备较好的沟通、协调及执行能力，工作踏实认真、应对快捷敏锐……

b、就业方向：毕业生适合于外经贸各部委、贸易公司、涉外机构、外商投资企业、跨国公司、金融国贸等单位的文秘、翻译、业务人员或行政管理人员等工作，同时也适合于各级政府涉外部门、各类外向型企业或公司以及银行、保险、海关、边防、高等院校及科研部门工作等工作。例如英语教师、外贸专员或主管、国际销售人员、商务秘书或翻译

c、福利待遇：月薪3000到5000，提成看个人实际情况，五险一金，有出差外国和周游外国的机会

1、大学生就业形势：42.86%的大学生在毕业前就已经找到工作，第一个工作机会主要来自于招聘会和亲友介绍/学校推荐的学生，各占了31.67%，第一个工作机会来自于招聘报纸和招聘网站的学生各占9.17%和10%，来自于学校发布的就业信息占14.17%。大部分大学生在单位性质选择上都偏向与国营单位和私营民营企业，分别占38.05%和47.79%，而在外资企业工作的只有7.96%，在合资企业工作的只有6.19%。高校统计就业率的时间应该是在学生即将离校之际，虽然大部分学生在毕业前找到工作，但从调查数据来看，跟我们这几年众所周知的高就业率还是有一定差距的、、、随着市场竞争的加剧，各种职业不断推陈出新，越来越需要复合型人才，这就要求大学生不能把所学知识定位在某一职业方向，在有一个工作内容核心的前提下掌握多方面技能。虽然大学生在经历或长或短的求职过程后都能就业，但就业情况未能达到理想状态，薪资较低成为普遍现象。

2、商务英语招聘信息汇总

a、岗位分布情况

b、招聘具体要求

c、工作待遇薪酬

3、广东省近年高校毕业生就业政策：

a、鼓励和引导高校毕业生到城乡基层就业。鼓励高校毕业生积极参加社会主义新农村建设、城市社区建设和应征入伍。

b、鼓励高校毕业生到中小企业和非公有制企业就业。各类中小企业和非公有制企业是高校毕业生就业的主要渠道。

c、鼓励骨干企业和科研项目单位积极吸纳和稳定高校毕业生就业。鼓励国有大中型企业特别是创新型企业创造条件，更多地吸纳有技术专长的高校毕业生就业。充分发挥高新技术开发区、经济技术开发区和高科技企业集中吸纳高校毕业生就业的作用，加强人才培养使用和储备。

d、鼓励和支持高校毕业生自主创业。鼓励高校积极开展创业教育和实践活动。对高校毕业生从事个体经营符合条件的，免收行政事业性收费，落实鼓励残疾人就业、下岗失业人员再就业以及中小企业、高新技术企业发展等现行税收优惠政策和创业经营场所安排等扶持政策。

e、强化高校毕业生就业服务和就业指导。充分发挥人力资源市场配置资源的作用，强化公共就业服务的功能。人力资源社会保障、教育等部门及高校要加强协作，采取网络招聘、专场招聘、供求洽谈会和用人单位进校园等多种方式，大力开展面向高校毕业生的就业服务系列活动，为应届高校毕业生提供更多、更快、更好的免费就业信息和各类就业服务。

1、职业目标：由就业到创业，创办一家商务公司。

2、计划实施

短期计划一览表（20xx--20xx年）

项目

时间段

计 划 内 容

大学一年级

1、提高综合英语技能，包括口语、听力、写作、语法等，以及一些基础商务英语知识

2、加入校青年志愿者行动指导中心人力资源部，培养策划、组织活动的能力，加强与会员的沟通

3、考取教师资格证、计算机一二级证书

4、寒暑假在 长隆国际大马戏兼职，学习控场和管理经验

大学二年级

1、通过英语专业四级水平测试，拿到专四证书

2、利用周末和课余时间学弹吉他

3、开一间淘宝网店，涉猎销售、订单、售后等生意常识，提高对商机的敏感度

4、假期到广州卓越教育集团冬夏令营当助教，提高教学能力

大学三年级

1、学习商务英语专业课知识和 第二外语德语

2、做学程旅游的校园代理主管，着手培养管理团队的能力

3、考取bec证书和驾照

大学四年级

1、努力冲刺英语专业八级水平测试

2、撰写毕业论文

3、找一间与本专业相关的公司实习

备注：同学聚会和图书馆利用贯穿大学四年生活。

中长期计划一览表（20xx年后）

项目

时间段

计 划 内 容

20xx-20xx年

1、在一家商务公司由低做起，多观察市场动态，撰写市场调研报告，积极表现，争取当上公司的中高层，了解整个公司的运行机制、部门构成和一些事务的操作流程

2、娶一个贤惠的妻子

20xx-20xx年

1、建立一支卓越的团队，开始创办自己的公司，努力让它走上正轨；建立公司慈善基金会，助学贫困山区儿童

2、多陪伴家人出去旅游、散心

20xx--

到贫困山区支教（如果那时中国还有贫困山区）

备注：中长期计划会根据实际情况作小部分的调整。

古人云：凡事预则立，不预则废。漫漫人生路，我们需要规划好这条路如何比别人走得对、走得远，才不会在白首之时慨叹：我当初如果那样做就好了……千里之行，始于足下。有计划，还要脚踏实地去做，坚持最初的梦想，才有可能成功。没有比脚更长的路，没有比人更高的山峰，我会不断挖掘自身的潜能，燃烧梦想的激情，上下而求索，去努力追求自己想要达到的境界！

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