# 职业规划app(5篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2024-09-07

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧职业规划app篇一找到符合兴趣的工作之所以重要，除了能给你在工作中带...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**职业规划app篇一**

找到符合兴趣的工作之所以重要，除了能给你在工作中带来愉悦感，也会让你更有责任心。韦玮说，职场的任何选择都是一种赌博，哪怕你可以把风险规避到最小，风险也依然存在。“如果你是按照自己的兴趣去走的，那么输了你至少不会懊恼。”

在30岁转换职业，也不至于将你前几年的积累全部清空。博世中国人力资源管理总监袁效琴在招聘时更倾向于那些有跨部门、跨职能，或海外工作经验的员工，“这些人一般有更宽的知识面，工作能力也更强。”

分布在各个一线城市的创业据点中的创业者们几乎都是30岁左右的年纪。在离职以后自己出去创业，几乎已经快要成为这个年纪的公司人中间的一股风潮了。

如果已经想明白商业价值、盈利模式，有了一个比较周全的创业计划，最好再有那么一两个投资人对你的项目感兴趣，那就义无反顾地去做吧，不要怕失败，也不用太担心后果。

在韦玮的招聘原则里面，有创业经验会是一个加分项。“创业是一个很好的试错机会，最坏的结果也就是5年之后再回到公司里面工作。而这个时候你已经比那些一直在公司工作的员工们有了更多的历练，也成熟更多。”

大多数人都会通过读mba作为从专业技术岗位转往管理岗位的过渡，这也是一个需要承担风险的选择。“从申请开始，到你全职念完mba的周期基本上需要3至4年，这么长的时间内，你很难去预见之后的经济形势会发生怎样的变化。”

任仕达中国区市场总监孙海宁认为，判断是否是一个合适的时机去修读mba需要考虑三方面的条件，“首先是根据当前全球的经济形势，确定念mba可能带来的经济成本。其次是根据申请的情况看你能去什么样的学校，它们专长的管理方向是什么，是否符合你对未来工作的预期。当然更重要的是要判断好现在的工作是否适合你，以及你将来想要做什么样的工作。”

不过这里有个前提，是你先要考虑清楚自己的兴趣和性格是否真的适合成为管理者。如果你天生是一个不喜欢和人打交道的人，那么不如省下这笔高昂的mba学费，继续去钻研你的专业领域。

这是更多30岁的职场女性会考虑的问题。

结婚、生子、带小孩，家庭正在逐步分散这个年纪的职场女性的注意力。如果你不能狠心放弃事业成为一个全职太太，那么你大概会更希望转去一个相对稳定的后台岗位。

不过这不意味着你从此放弃了进入职业的上升通道。“你可以利用在稳定岗位的机会做一些更长远的规划，去想一想十年以后的职场更需要什么样的人才。”韦玮的建议是，在这段时间选择读书等进修的方式，可以为你回到职场积累资本。

在这个时间段，跟女性同事增加交流也是排解生活所带来的焦虑感的有效方法。袁效琴就打算在博世组织类似的女性员工沙龙，“大家互相分享应对生活的经验，你就会发现原来不是自己一个人在撑，就会有动力去克服在平衡工作生活所遇到的困难了。”

狄巧提供了一个案例。一位有培训管理经验的候选人曾经去面试她所在hr部门的培训管理岗位，目标是希望在做培训管理的同时能够接触些校园招聘的工作。但由于校园招聘的岗位设了专人负责，这位候选人一开始似乎有点不满足，狄巧给她的建议是在培训管理的专业上开辟出更多能做的事情，比如担任培训师、编写培训教材。“后来我再去问她是否还有时间兼职做校园招聘时，她说在培训管理上的东西就已经来不及学了，完全没时间再去做其他的工作。”

当然，成为专家不仅是在专业能力上达到精深就足够了的。袁效琴说，在博世为希望成为专家的员工开设的培训项目中，更重视培养员工的项目管理能力，以及他们与利益相关方沟通的能力。“作为专家，能把专业的东西用更有效的方式表达出来是很重要的。”袁效琴说。

尽管30岁还谈不上老，但这个时候你应该已经确定了自己在职场上大致的发展方向。结合此前几年的工作经验，确定自己的兴趣点在哪里，未来会做什么，分几步走，最终达成什么目标。

自我经营这个词并不总是贬义，30岁的确应该开始打造自我品牌了。你可以有意识地为自己建立一些资源，开始重视圈子和某些关系的维系，从各方面把自己塑造成一个职场优质品牌。

30岁的时候，许多人的生活状态会发生变化。在进入人生新阶段之后，对工作、家庭和生活之间的平衡是一门新功课，处理好这个关系也能为你的职场加分。

在30岁之前，我们所拥有的知识和经验大都来自此前20多年的学习生活。工作之后，也基本都是知识运用和消耗的过程。如果有机会，可以在这个时候考虑为自己充电，有针对性地补充一些新知识。

**职业规划app篇二**

一、导言

现在社会是一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、自我分析

1、职业兴趣：我适合在人际友好、环境轻松的氛围中与各式各样的人一起工作，对要求工作环境与我最看重的价值观保持一致。喜欢能充分发挥新颖独特的想法的工作，需要自由的环境和别人的支持。

2、职业能力：我本人对逻辑推理的能力相对比较强，具有独到的远见，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，工作认真、负责。但是，偶尔有时固执己见，以至于较难与别人达成共识。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，有较强的发展、提升意识，逻辑推理能力比较强，有注重团体精神。创造性地解决问题的技能，具有探险精神、创造意识以及克服

困难的勇气，独立自主，能以个人工作，并且全神贯注，能够客观地分析和处理问题。而不是感情用事。交际能力较强。对自己要求严格。有强烈的上进心。

2)能力劣势：做事过于依赖直觉，不喜欢按传统的、公式化的方式来办事。一旦有自己的主张就会贯彻到底，会不听别人的意见。自己性格偏内向，交际能力较差，又过于执着固执，积极主动性不够。

自我分析小结：我认为自己明确职业兴趣，有一定的能力优势，但是也有一定的不足，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，多看一些课外书，多与上级交流经验，多读书，拓宽自己的视野，等等。

二。职业分析

1、家庭环境分析:

家庭经济状况一般，家庭背景也没有特别突出，但家里面是有很有长远眼光的家长，相信多听取他们的建议一定对未来有很好的指导；亲戚朋友众多，是很好的人力资源。

2、学校环境分析：

我就读于包头师范学院，生活环境好，教学设施齐全，且比较先进，教学水平也较好，师资力量一般，总的来说，整体教学还是在不错的。人力资源管理专业的就业前景不错，就业率比较高。

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，而现在毕业大学生渐渐增多，而且需求量渐饱和。不过，政府愈来愈重视学生就业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

三。职业定位

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，逻辑推理能力较强有时过于理性，会忽略别人的感受

工作有毅力，认真，负责不喜欢模式化工作，偶尔会有倦具有创造力，领导能力不错理

人际关系处理得当

威胁因素(t)

社会环境不断变化

竞争激烈，就业形势日益严峻

四。计划实施方案：

1、大学期间：\_\_年～\_\_年

1)学好本专业的专业知识，掌握人力资源管理的基本知识。

2)英语考级积极复习，强化英语，至少过4级。

3)从大二开始，积极准备考多种有关的证书。

4)从现在起，关注各种信息，研习关于人力资源与行政管理方面的书籍。

5)假期打工（和本人专业相符合的工作）积累社会经验。

2、大学毕业的五年：20\_年～20\_年

1)若参加工作，则踏实从事工作，努力实现自己的人生目标。

3、长期计划：

1)在工作之余，不断学习各方面的知识，提高自己的能力，增长各方面见识。

2)努力工作，积极博取提升的机会。

3)在工作，学习之外，坚持锻炼身体。

4)汲取他人各种优点，不断提高自身的修养。

5)不断发现自己的不足，并不大的予以改正。

6)建立良好的交际网，进一步丰富自己的人脉，为将来的可能创业提供契机。

7)在公司中争取做出成绩获得提升，以期在5年内达到目标。

8)如果条件成熟，自主创业。

五。评估调整

社会是不断变化的，而且是不断向前发展的，所以对我的职业规划要做出一些风险的预测。如果我不能够按规划完成以上制定的计划的时候，我会有以下的发展路径：

1)直接参加工作，累积资本，为日后自主创业打下基础

2)在众人的帮助下自主创业。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。

六。结束语

有了职业规划书固然好，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！一个人对自己的目标不清晰，那么无论你的学历有多高，知识面有多广，那也只能是一个碌碌无为的平庸之人，又或只能一辈子做别人的跟班，做一个等着时间来把自己的生命耗尽的庸才。由此可见，职业生涯的规划对与一个有着远大理想的人来说是人生中一件很重要不平常的事情。我的理想是成为一明成功的

渲染师，当我走进这所大学，走进动漫设计系的时候，我知道我已经离这个梦想不远了。

成功与失败的区别在于，成功者选择了正确，而失败中选择了错误。我们常常能够看到一些天赋相差无几的人，由于选择了不同的方向，人生却迥然相异。我要做一个成功者，我要选好我自己的方向，毫无疑义，职业生涯规划会给我的发展指带来更明确明确的方向。

梦想与现实之间总是存在着差距，但是这种差距是可以通过自己的努力来消除，这个过程也就是梦想实现的过程。我深深的知道要实现以上规划不是一件容易的事。其过程之艰难是可想而知的。成功，不相信眼泪，未来，要靠自己去打拼！大雨过后才会有美丽的彩虹，成功就在彼岸，离我们并不远，明天就可以到达，现在我们只需划好属于自己的船，欣赏着沿岸风景就可以了。

**职业规划app篇三**

优点

乐观向上、兴趣广泛、适应力强、上手快、勤奋好学、脚踏实地、认真负责、坚毅不拔、吃苦耐劳、勇于迎接新挑战

爱好

桌球，羽毛球，书法，写小说，看电影

个人特征：我的控制欲强，希望控制生活与学习环境，喜欢按照自己的想法来行事；我很自信，对待每一件事都充满信心，决定有能力将它做好，且做事有始有终，坚持到底；我很内向，在同学和亲人面前总是有所约束，不敢在大众面前显示自己的能力，显露自己的理念；我对未来充满了美好，相信自己将来一定有所作为。

人际关系：我平时喜欢与人交往，以诚待人。和同学相处采用“等边三角，中心突出”的政策，所以从小到大和同学朋友都保持良好的友谊，尤其是好多个知心朋友，更是经常保持沟通联系，这是我非常巨大的财富。

价值倾向：我渴望能力能受到肯定，有强烈的掌控支配欲，希望能享有不受拘束的发展空间。我有正确的世界观、人生观、价值观，并通过在大学的学习，使自己具备良好的的价值倾向。

优点：待人真诚，随和，有一定的亲和力；学习积极，勤奋刻苦；生活乐观，向上；有强烈的进取心。

缺点：不善于言辞，性格慢；处理问题不果断，考虑事情不全面。

优点：懂事，为人诚实，心地善良；学习勤奋，不怕挫折。

缺点：不喜欢讲话，容易发脾气。

**职业规划app篇四**

在向阳生涯职业生涯规划咨询案例中，经常会谈到职场礼仪相关注意事项。对此，现代企业，尤其外企绝大多数是一个很讲究open格调的环境，不仅体现在人与人的交往上，更体现在人对事的处理上，过于拘谨、保守只会让自己处处显得不够nice——这就是一种礼仪文化。

而据向阳生涯针对工作1~3年职场人士调查数据显示，80%以上对于职业礼仪的没有清晰概念，或是仅局限于礼貌方面，这是完全不够的。

下面，我们就从着装、谈吐、行为举止等最能展现你个人风采的职场礼仪加以阐述。

着装：清新适当

首先说到着装。男士一般就是衬衫西裤加领带，更正式的场合下，则要求西服“加冕”；女士的选择和搭配会比较多些，无论是西裤还是裙子，只要不至于太夸张即可，颜色不要太出挑，款式不要太新奇，尽量给人一种清新娴熟的感觉。作为女性，穿上高跟鞋的时候，脚尖至脚跟的自然提升会隐形给内心蒙上一层力量——演变成一种内心的提升，尤其是每每配上干练明快的着装，你会很自然地流露出自信的感觉，所以，一旦你觉得自己自信心不足时，着装也会是一剂良药！值得一提的是，现在很多公司有一个很好的规定，考虑到员工难得周末活动，公司尽量从人性化的角度出发，规定每逢周五员工着装可随意，给大家一个难得释放自己的机会。因此，逢周末，很多公司的气氛便会显现出别样的轻松和“浮躁”。

谈吐：自然最好

谈吐所要强调的是自然。无论是清晨的一声“morning”，还是工作交流中一句“yes”，都要尽量表露自己的smile。当然这绝不是“强颜欢笑”，事实上，当你具备了自信的感觉，当你面对同事的合作和工作的挑战，隐约的冲劲就会迫使你的神经给你一个自信的smile,前提是你必须喜欢你的工作，就算不是，也要学会喜欢！无论是面对你的上司还是你的同事，更或是下属，你都要学会倾听，尤其是用你专注的眼神，告诉对方你在听，这既是一种尊重，也是一种工作效率体现的方法。当你在汇报工作，抑或是组织会议时，一定要事先做好充分的准备，只有给了自己充分发挥的理由，才会挥洒自如，言谈中充满了精彩和流利，甚至于幽默也是在不经意间流露出的。值得一提的是还有office phone，无论你是在接电话还是在打电话伊始，都要学会“自报家门”：“你好，我是××部××，请问……麻烦您……对不起，他不在，您需要……谢谢！”通过这种礼貌性的非直接面对性交流，不仅可以帮你顺利地完成电话事务传达，更重要的是树立和维护了本部门的形象。

举止：大方有礼

接着谈到行为举止。如果是在欧洲的一些公司，作为女士，总是能够体验到lady first的优越感。当你和老外“狭路相逢”时，当你乘坐电梯时，当你进入会议室准备入座时等等，你都可以受到这种“礼遇”，毕竟，“女性能顶半边天”嘛，最重要的是，不要忘记亲切地回应一句：“thank you!”当然，如果你是男性，一定要学会这点，否则你的粗心大意不仅会影响到你在女士心目中的形象，同时也会让周围的男士觉得你是缺乏礼貌甚至于没修养的人。

而当你在办公室行走中遇到自己的老板或者同事时，千万不要装作视而不见，难免尴尬，你要学会去微笑，或者是亲切主动地上去say hi，更不要在行为上表现得切切诺诺。特别是很多大学毕业刚开始工作的新人，一看到boss，就会很紧张，说话时都不知道正确的姿势该是怎样的。通过和接触，你会发现，一个好的上司是很容易接近的。所以，你要给自己自信的力量，相信自己跟老板的差距也就不过是在职位和能力上的，见到老板，“有事汇报，无事微笑”，很easy的。

此外，在办公室的一些特定的场所或场合，个人的行为举止需要特别注意一些不成文的“规矩”。比如下面的tips：

你在午休时间用餐时，尽量不要在办公室进行，若你是自带便当的，最好在相应的员工休息室用餐。因为office是办公的地方，如果偶尔飘出一股饭菜香，存留至开工时间，会影响到整个办公员工的情绪，这也是一个很不professional的做法。

一定要保证你个人桌面的清洁，既是指办公桌面，又是指电脑桌面。办公桌面清洁，是指要学会定期清洁桌面，不要残留任何污迹，而且要学会时时刻刻整理自己的文件资料，不要整个桌子乱糟糟的，一旦发生这种情况，不仅会影响到你工作的情绪和效率，同时让你的老板看到了，也会觉得你是一个很没有工作规律的人，心目形象大打折扣，电脑桌面清洁，是指要学会定期整理文档，每日可能会面对很多的邮件传阅和文档处理，你要学会合理划分和归纳，不要一股脑儿地全部“晾”在那一块，否则，既影响了你电脑桌面的美观，又影响到你对文件的再次回顾。最值得注意的是，不要在工作时间聊天和浏览娱乐网站，一旦被你的老板发现了，可能会受到很严重的警告哦！这是大多数老板忌讳看到的。

是不要借故利用公司电话进行私人聊天，也不要借故利用公司打印机或是复印机进行打印复印，这些你可能觉得存在侥幸的因素，偶尔一次无所谓，但是一旦发现了，虽然是小事，但是会影响到个人素质形象。看来很细节的东西，在领导心目中是不能轻易cancel的。

向阳生涯职业规划师重点提醒，关键词——一定要自信！当然首先确认不是自信过头到自负了。自信是心灵上的感召，随即而来的就是行为上配合的默契。你会因为心灵上的首先认可，而承认自己的举手投足都是正确的，这样你就能挥洒自如了。

**职业规划app篇五**

这些我们都没思考过，只是一味的去放松。想想现在的就业压力，现在的大学毕业生数量，我们能在竞争中胜利吗？所以呢，先做好规划，然后一步一步脚踏实地的去实干，才有可能让我们在就业压力下立于不败之地。

也许，我永远无法认清我自己看透我自己，但走在认识自我的路上永不放弃，便是一个追求真理的过程。

我永远成不了一个完美的人，但我希望，在大学的四年里，我的优势能够得到发挥得到增强，而我的劣势能够得到扭转，化劣为优。我想这也是大学教育的目的之一吧。

在以后的四年里，我会更多的参与学校的活动，在参与的过程中更多的与老师同学交流，提高自己的技能，增强自己的组织能力，同时这些活动也将丰富我的大学生活。在学习的同时，我也会融入社会，做一些兼职，在增加收入减轻父母的负担的同时，拓展自己的社会阅览，加深对社会的认识。人们常常说，社会是一个调色盘，什么样的人都有。只生活在大学的象牙塔里，不在社会里锻炼的人是不能适应这个社会的。深入社会，形成自己的思想，对将来的发展是有及其重要的影响的。

我的学业目标是：拿到学士学位，通过英语四、六级并尽可能拿高分，通过计算机考核，拿到专业认可证书，成为一名优秀的大学生。

大一时：初步了解职业，提高人际沟通能力。主要内容有：和师哥师姐们进行交流，询问就业情况；参加学校活动，增加交流技巧；学习计算机知识，辅助自己的学习。

大二时：提高基本素质。主要的内容有：通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的各种能力；主要尝试兼职、社会实践活动；提高自己的责任感、主动性和受挫能力；英语口语能力增强，计算机应用能力增强。

大三时：提高求职技能，搜集公司信息。主要的内容有：撰写专业学术文章，提出自己的见解；参加和专业有关的暑期工作，多和同学交流求职工作、心得体会；掌握简历、求职信的写法及其技巧；了解并搜集工作信息的渠道，并积极尝试。

大四时：工作申请，争取就业。主要的内容有：对前三年的准备做一个总结。然后，开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备；预习或模拟面试、参加面试等；积极利用学校提供的条件，强化求职技巧、进行模拟面试等训练。

大一：1.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，加强与同学之间的交流，建立自己在学校的关系网。2.学好数学，为将来的专业课打好基础。3.积极学习英语，为英语过级做好准备。在大一下学期时，通过英语四级的考试，并争取拿到较高的分数。

大二：1. 继续深造，努力学好各门必修课和选修课。积极参加社会实践活动，不放过任何一个锻炼自己的机会；2.加深对专业的的大范围学习及其课外深广度学习，争取比书本知识大上一号，能更好的驾驭书本知识；3.通过英语六级考试和计算机一级二级考试。

大三：1.开始为就业积极做准备，学会简历的撰写，把所学的专业知识与现实相结合，理论联系实际；2.锻炼自己的工作能力及应聘能力。继续学好各门功课；3.继续对目标完成情况做出判断及总结并及时修正目标计划，使得各项准备更加科学化。

大四：1. 开始积极准备实习；2. 完成毕业论文；3. 制作简历，学习面试技巧，找工作。

其实这些规划和其他人的大同小异，这些应该是每个学生都要做到的。可在毕业时，人与人之间还是存在差距。显然是很多人没有完成，规划做好了，接下来就是做了。自己能不能忍的住外面世界的诱惑，能不能看着其他同学在玩耍、恋爱、逛街，自己一个人闷在宿舍挑灯夜读，有没有那样的定力呢？关键是自己要忍得住寂寞，稳扎稳打，要为自己的人生道路准备充足的精神食粮，为自己人生的成功多加些筹码，就要认真实施，按计划一步一步往前走。人生就是在不断探索，在探索中进取，途中机遇很多，要善于发现。博学，慎思，明辩，笃行。

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