# 职业生涯规划书400(五篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-07-04

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。职业生涯规划书400篇一在大学生就业形势...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**职业生涯规划书400篇一**

在大学生就业形势越来越严峻的今天，职业规划开始成为大学生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，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和生命的浪费。

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?每当人类经过一次重大变革，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先结的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。在茫茫人海中，如何能先拔头筹，就看你是否准备充分了，所以，对自己个人职业生涯规划做个适当的规划是很有必要的。有了目标，才会有动力!

一、自我分析

1.价值观

我崇尚自由自在的生活，不喜欢被拘束。舒服安逸富裕的生活，是我的向往。从小就被教育要有团体合作精神，所以我一直认为，人最可贵的就是能团结合作，全力以赴。这样可以做到事半功倍。

我的职业价值观(进行过职业价值观测试)：工作的目的和价值,在于不断创新,不断取得成就,不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事.. 获得优厚的报酬,使自己有足够的财力去获得自己想要的东西,使生活过得较为富足。希望一起工作的大多数同事和领导人品较好,相处在一起感到愉快，,是一种极大的满足。是一种极大的满足。

2.性格

比较外向，开朗，幽默,乐观的。也很率性。喜欢交朋友,擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠。

3.兴趣

平常喜欢打篮球,听音乐，逛街，交朋友。还喜欢上网，看些小说，喜欢看各种杂志类书籍。积极的培养各方面的兴趣，比如学吉他，对辩论方面的知识也很想去了解,想成为全方面人才。

4.能力

计算机应用，office软件应用,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,擅长想象思维。可以充分发挥善于运用抽象思维、逻辑推理等能力来分析解决问题的优势，发扬独立钻研的学习精神。由于参加学生会和长期担任班干部,有丰富得管理经验,实践能力强。但缺乏耐心、毅力。

5.职业兴趣

我的职业兴趣很广泛，由于我是学管理的,对管理方面的知识比较了解,可以学以致用。希望能够在企业人事行政管理方面有所发展,自我表现和体现我的价值所在。

6.职业个性

喜欢独立地计划自己的活动和指导别人的活动，在独立的和负有职责情景中感到愉快，喜欢对将来发生的事情作出决定,想努力成位一位优秀的领导者。在工作中形成一定个人魅力，得到大家的肯定及尊重。软硬兼用,以身作则。对自己未来有信心。

7. 职业价值观

希望工作以团队合作的方式进行，大多数同事和领导在工作中有融洽的人际关系，相处在一起感到愉快、自然，认为这就是很有价值的事。重视工作中人与人之间的关系，希望能建立良好的同事关系。愉快、协调的团队协作是我这种类型的人所追求的。

二、自我分析小结

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，及时指出自身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，以弥补体质不够带来的负面影响。要有温情，有同情心，反应敏捷，有责任感。非常关注别人的情绪、需要和动机。善于发现他人的潜能，并希望能帮助他们实现。能够成为个人或群体成长和进步的催化剂。忠诚，对赞美和批评都能做出积极地回应。友善、好社交。在团体中能很好地帮助他人，并有鼓舞他人的领导能力。

三、未来人生

职业规划(未来5至20xx年规划)

1.基本目标(理想状况下)：富裕水平，有房有车;身体健康，工作顺利;家庭幸福和睦。

2.具体规划

(一).即日起至大学毕业

a.认真修完大学所有学分，拿到学士学位及毕业证书;争取通过英语四六级考试。

b.学好并掌握专业知识，多参加些社会实践，拓宽视野。

c.锻炼身体,以良好的体质迎接全新的挑战。

(二).大学毕业后5年内

目标：

a.找份较为理想的工作，不一定要与专业对口，能养活自己。最好能养活家人。

b.尽可能在这5年里考取mba证书,提升管理能力。

c.往各方面了解。这期间要尽量多学习各方面的知识技能，多接触各行业的人，以建立更好的人脉。

d.不排除经商的可能。

(三).大学毕业后5/20xx年

目标：

a考取公务员，买套房子(不排除按揭)

b.如果对原来工作不满意，则重新找工作。往金融方面发展，要精通该行业的运作方式及发展前景,使自己在与别人竞争中有优势。

c.看准时机，抓住机遇，自主创业。也是一个不错的选择。

d.这是非常关键的几年一定要好好把握。

(四).大学毕业后10/20xx年

目标：

a.买车;过富裕生活。

b.在前十年的基础上，制定出正确的、适合自己的人生方向,从而更进一步

四、社会环境及就业环境分析

1.社会环境：

当今经济全球一体化，我国已从工业化社会进入到信息化社会。加上我国加入wto之后国际竞争更加激烈,加上近期的国际金融风暴,造成有钱的不愿投资怕夸本，没钱的做什么都很难。每当人类经过一次重大变革或一次金融风暴后，总是新的机会在产生，有的机会在消失。只有那些先知先觉的人才能抓住机会走向成功，而那些抱着旧观念不放的将会被社会所淘汰。

2.就业环境：

我们将处于一个无固定化职业的社会，下岗及待就业人员已越来越多。大学毕业生越来越多，就业压力越来越大。再加上金融危机所带来的一系列的问题，我们至少要有一技之长，才能立与不败之地。行政管理专业具备行政学、政治学、管理学、法学等方面的基本理论和基本知识，受到行政学理论研究、公共政策分析、社会调查与统计、外语、公文写作和办公自动化等方面的基本训练，具备行政管理的基本能力及科研的初步能力,也具备了理论基础。

3.职业分析及企业分析

a.职业分析：三百六十行，行行出状元。

b.企业分析：企业要有竞争力，口碑要好，最好是上市公司。

五、职业选择

1.树立职业发展目标可以成为追求成就的推动力，有助于排除不必要的犹豫，一心一意致力于目标的实现。那么，如何确定职业发展目标呢?通常，在自我调查、评估、定位之后，根据社会的需要和环境的许可程度，将自我动机和需要以奋斗目标的形式与社会需要相结合，来制定职业发展目标。

2.职业选择:公务员

3.职业风险：公务员考试很多人都认为是行政管理专业就业的正宗领域。行政管理专业的确研究行政管理活动，研究公务员，研究如何做好一个公务员，但是在我国的公务员考试方面，行政管理专业并没有额外的照顾，考试的科目也没有什太强的行政管理专业色彩。复试很多单位的招聘职务都有很强的专业要求，因为公务员考试招聘的都是主任科员以下的非领导职务。对你的事实操作能力很高，所以一般都需要中文系、计算机系、法律系火人力资源管理专业的学生，而行政管理专业的学生由于培训定位如何管理好社会事物，如何领导好行政机关的，这样的专业的学生虽然不适应非领导职务的具体要求的。所以行政管理专业的学生在公务员考试中要显示出你有特别的资质。

六、职业优化

我对自己感兴趣的事物会花心思去学习钻研;热爱自己的事业。自信，进取，奉献是我的所拥有的。学习，学习，再学习;实践，实践，再实践;锻炼，锻炼，再锻炼。这是给自己充电的最好方式，这要求我要有虚心，耐心，进取心，信心。我对自己有信心。父母，老师的社会经验及社会阅历要比我们丰富的多。在人生的旅途中，我们要经常请教他们。毕竟读万卷书不如行万里路，如行万里路不如阅人无数，阅人无数不如跟着成功者的脚步。俗话说：“天有不测风云!”“世事难料”每个人在自己的人生旅途中都会遇到许多难以预测的事情。职业规划固然好，但更重要在与其具体实施并取得成效。任何目标，只说不作到头来都会是一场空。而且职业规划归规划，实际归实际。定出的目标计划随时都可能遇到问题，所以为了自己的现实职业生涯规划行之有效，我结合自己在现实职业目标的过程中可能出现的实际情况对职业规划进行评估分析和作出相应的调整。

七、反馈与修正

这项工作只能在计划的实施当中进行，但是这里我觉得能够把握的是对近中期目标的实施策略过程。近期目标的计划主要应该考虑到的是自身的学习与工作状况的因素。由于自己还在担任学生干部的职位，所以这个过程还要考虑到学生工作因素，以及各种学习任务必须完成的情况。同时，在制订每年的计划时，还要考虑到自己的精力和效率问题。计划赶不上变化。随着客观条件的变化而不断的变化修改的。所谓实践出真知。应该在实践中不断的调整评估修改。在这份规划书下，我还应该结合自己的能力和实际情况制定每天或者每周的计划。或许，大学毕业以后不能马上找到和自己专业对口或是自己满意的工作，那时的我绝不会苦苦的搜索等待，我会先将就的找份工作安定，然后再专心寻找自己中意的工作。

八、对职业规划的看法

记得曾听说过：“一个人的悲哀不在于目标未达成，而在于没有目标可达成。”如果你对自己的人生毫无目标，毫无规划。我不敢说你不会走向成功，但有一点可以肯定的是：你将会比那些准备充分的人要走更多的弯路，遇到更多是挫折。成功没有捷径，但是有方法。选择比努力更重要，方向比速度更重要。记住：当规划好自己的职业生涯时，就相当于已经是从选择与方向这方面开始，再加上自己的努力与速度，人生将会飞黄腾达。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，要求时刻保持清醒的头脑。一个人要想获得成功，就必须那出勇气，付出努力，拼搏、奋斗。成功不相信颓废;成功不相信幻影，未来是要靠自己去打拼!要靠自己的努力。

**职业生涯规划书400篇二**

要想写好职业生涯规划，就必须先认识它的含义。因此，所谓职业生涯规划，又叫职业生涯设计，是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

生涯设计的目的绝不仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作，达到与实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己定下事业大计，筹划未来，拟定一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

大学生认识到生涯规划的重要意义，职业生涯活动将伴随我们的大半生，拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。因此，职业生涯规划具有特别重要的意义。古人说：“有志不在年高而无志空活百年。”

其实人生何需百年?只要我们能像阿基米德寻找地球支点一样给我们的灵魂一个支点，那么激跃生命的腾飞还不是易如反掌吗?这个支点就是规划人生。

遗憾的是我们往往不能或者不敢给人生一个规划，前路迷茫，没有人生规划这座灯塔的指引，我们能找到前进的方向吗?扑面而来的风风雨雨，我们能挺得过去吗?或者会误入歧途，一失足成千古恨呢?由此可见，为我们的人生做一个正确的人生规划，那是必要的!

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。

我的职业生涯规划如下：

自我认知

1.兴趣分析：我虽然从小没有学医学的梦想，但是我发现自己的兴趣很符合学医的标准.我经常与我的高中同学联系，听他们说他们学的一些工类和理工类的对数学要求很高.我这人不能说对数学没兴趣但是我的数学成绩不好，这也不是我没努力.在高中时我是数学课代表，挺爱学数学的但是就是考不好.

一些工类和理工类的专业学的数学很难，但是我学的临床专业对数学要求不是很高.临床专业就象是化学与生物一样，学习方法也差不多.而我就对化学尤其是生物的学习很有妙招，在高中是我的化学成绩一直很好生物经常在班里考第一.我现在都庆幸自己当时幸亏没学别的专业，我对临床医学充满了信心，对自己充满了信心.

2.性格分析：我是一个活泼、开朗的女孩.我相信一个人的性格是可以改变的，我就是一个很好的例子.在上初中的时候我的性格有点内向，但是到了高中以后我认识了几个好朋友，也在班里负责工作，我变的外向了.我做事很认真，做每件事情总是尽自己的最大努力，争取作到最好.我很重感情，如果有同学真心对我好我就会把他当作我的好友来对待，我的高中同学就是这样，我喜欢挑战自己，如果一件事我知道自己不行但是我还是要试一试，我很喜欢与人沟通交往，但是如果我发现他不好我就永远不想与他交往如果好的话我会好好的对他.

3.能力分析：我的理论分析能力比我的动手能力要好，当然我的动手能力也是很棒的，我不怕苦，不怕累，不怕脏，吃苦耐劳.我喜欢用科学的眼光去分析问题解决问题.能够接受别人对我的建议和意见.

**职业生涯规划书400篇三**

大学生职业生涯规划书范文

从上大学后就一直处在困惑之中，时常问自己：“到底我的人生之路将如何?我的人生之路将如何走下去?怎样才能使自己一生无悔呢?” 一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生”。是啊，人生就是一个不断选择的过程，每走一步自己都要做出选择，同时每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想.人生之路说长也长，因为它是自己一生意义的诠释;人生之路说短也短，因为自己生活过的每一天都是自己的人生。在这世界我就像一棵很不起眼的小树，可是小树也有它的理想，为了让小树能够更好的实现自己的理想,长成参天大树。于是对自己做出以下一生的规划，以便于时常提醒自己不要忘记目标。

其实我自己对经济就比较感兴趣，希望在大学能够学经济管理之类的专业，但由于父母认为我的性格不适合，所以在选择专业的时候选择机械类(飞行器设计与工程)，但是进入大学之后才清楚自己对它并不感兴趣，还是喜欢经济方面。所以在毕业之后将会找与经济相关的专业。

(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非常擅长，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，能力分析

我的动手能力比较强，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，能够接受别人对我的批评和建议。

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，职业生涯规具有特别重要的意义。职业生涯规划可以发掘自我的潜能，增强个人的实力;职业生涯规划还可以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能力。

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，希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。但是后来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，不知道到底以后做什么，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。这里需要建设，需要大量的大学生，并且给我们提供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。通过五年的学习，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。通过十年的努力，把自己公司的业务做大，将公司做强。

3. 长期的职业目标(20xx--)

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。在现在的社会，竞争太残酷了，没有知识是不行的，我们必须不断学习，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，通过这些活动，可以增加自己的胆量，和口头表达能力。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，为自己选择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。

**职业生涯规划书400篇四**

自我性格

总的说来，我是一个较为内向的人，平时就不怎么主动和别人说话，感觉自己的交际能力很差。其实，我就是很喜欢交朋友，可是就是有一种害怕别人不理你的心理。和熟悉的人，他们都会觉得我很爱说话，经常都是我的“听众”。我一直都是一个很平易近人的人，大家都喜欢和我交往，其实，我觉得自己如果能勇敢一点，我会做的更出色。平常我对朋友都是非常真诚的，如果别人对我好，我也就会加倍地对别人好。我对自己的家人也特别好，他们总是会夸我做事很认真，而且很会讨他们欢喜。

自我兴趣

我比较喜欢一些理性的东西。平常就喜欢画画，打乒乓球了。不太喜欢记忆一些文字性的东西，感觉很繁琐。特别喜欢数学，特别就是享受做数学的那个过程，让我觉得很有意义。还喜欢一些外语，比如，英语和日语等等。但是总感觉自己的英语就挺差的，其实自己已经很努力地在学习了，但是不见什么效果。自己也喜欢交朋友，不过因为自己较为内向吧，所以很害怕主动和别人交流。

探索职业发展

通过课堂的学习，进行了mbti性格测试，了解到自己是intp型的，主要适合的职业是科学和技术领域，或者其他能够让他们其于自己的专业技术知识独立、客观分析问题的职业。

但是说实话，自己的专业是物流管理，是管理系的。有时，我就在想，我以前是不是应该选择理科，文科的东西真还是不太适合我。不过自己的物理有真实很差。不管怎样，选择已经选择了这条道路，就应该走下去。我对于自己的性格和兴趣分析，我觉得我不擅长于和人打交道，所以还是要搞一些研究性的工作，譬如，策划、会计之类的。对于我自己，我还是比较喜欢上班族的工作，因为我觉得这样的工作比较有规律性，而且还富有挑战性。

对于我以后的职业规划，首先就是要做好目前的工作，那就是要好好的学习。还有就是要弥补自己不足的地方，培养自己的综合素质。学好各科专业知识，掌握经济管理行业的基本知识。然后就是争取把英语六级和计算机二级过了，为以后的就业打下一个好的基础假期打工(和本人专业相符合的工作)积累社会经验.。对于以后出身社会，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。努力工作，积极博取提升的机会。在工作，学习之外，坚持锻炼身体。汲取他人各种点，不断提高自身的修养。不断发现自己的不足,并不大的予以改正。 建立良好的交际网,秉承 君子之交淡如水 的人生座右铭。

我知道性格是很难改变的，但未来的事情谁也不能够决定，所以我就有把握好现在，认真地对现在的我进行分析，预测将来的事情，让我的未来有更高的成功的概率。而且，社会是不断变化的，是不断向前发展的，所以对我的职业发展就要做出一些风险的预测。

我国现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，对经济方面的研究不透彻，社会就业率不高，反而失业率有上升的趋势，所以就业环境不是很好的。在我国金融人员需求量不是很大，但对于高级技术人员却短缺，社会需求量大。经济与管理这个行业的就业范围比较小，不容易找工作的，现在自己多考些证能够拓宽些就能拓宽就业范围。

相信自己在未来的道路上总有自己的成功之路。

大学生职业生涯规划自我认知小结

古语有云：自知者明，知人者知。大学里面做职业规划，最重要的一步就是对自我的认知。无论你以后要走怎样的路，无论你现在怎样过，一个重点就是先知道：我是谁?who am i?

至于怎样进行对自我的认识：

我的理想历程：

1.小学时代(孙武，韩信式的人物)

由于父母工作方面比较繁琐，基本没有多少时间关注我的发展，这段时间我养成了很好的独立能力，尤其是独立学习能力(父母学历不高无法给予我太多指导)和独立解决问题能力，看了许多古代名著和历史人物传记，立志做一个像孙武，韩信式的人物，带兵打仗，利用谋略保家卫国，攻城伐地。另一个方面就是4年级的时候，我自己就拥有了一台电脑，开始学习电脑知识和操作。在学习上以优异的成绩进入中学，并且培养了自己广泛的爱好：历史，地理，政治，计算机等，遗憾的是没有学会一种乐器或者绘画。

2.中学时代(卡耐基，拿破仑·希尔式的人物)

我开始认识到现在社会不可能出现古代式的战争，但是古代的兵法和谋略在现代商场上可以有无限的发挥空间。初二我真正确定了要成为一个成功企业家的长远目标。并且一直在坚持着，这段时间除了完成正规的学习任务外，我主要是看了大量的著名企业家传记，工商管理书籍，并且组织和参与了很多校内外活动，担任班干，学校学生会干部等。大学生职业生涯规划自我认知大学生职业生涯规划自我认知。

3.高中高考(李嘉诚，民族企业家)

高考成绩还没有出来，我已经开始为大学，为职业做准备，先在舅舅的公司(加拿大健美生深圳分公司)实习，帮助公司维护计算机和网络，以及帮忙策划产品推介会。大学目标是，上海财经大学，2+2(国内两年，国外两年的课程)。结果并没有如愿，来到华南农业大学，我的目标没有改变，我希望在华南农业大学里找到可以结合我专业和目标的途径和工作，立志到哪里都要干一番事业。

2、背景分析：对自己的认识总是有一定背景来限制的。我们认识自己，要在社会背景，学校背景，家庭背景，以及个人生活背景来分析自己，这样做的自我认识，除了对自己有全面的认识外，还会得出家庭，社会，学校等背景下，自己如何发挥。对自己背景的分析，可以让专家全面的帮助你运用所有的资源。

我的背景：(成长背景)

社会背景：改革开放以来，中国经济不断发展，教育事业也取得了同样的发展，全国高等学府每年都进行扩招，中国已经成为世界上高等教育规模最大的国家，但是本科生和研究生就面临着竞争日益激烈得形势，企业对人才的要求越来越严格，对人员的招募也越来越严谨。商机无限，经济高速发展，科技日新月异，加入wto以及全球化，中国成为世界发展的核心。

学校背景：华南农业大学是一所历史悠久、具有热带亚热带区域特色的多科性全国重点大学，在90多年的发展过程中，学校办学规模不断扩大，现己建设成为以农业科学为优势，以生命科学为特色，农、工、文、理、经、管、法多学科全面发展的综合性大学。

家庭背景：我童年时家里人主要是务农，接着父母响应国家的号召，加入深圳的建设队伍。之后在深圳经商，很多亲人也随着到深圳经商，到了现在，基本上整个家族都是从事商业活动，大部分为个体商人。家里的商业气氛也是影响我发展的重要因素。

个人背景

童年背景：因出生于农民家庭，童年的一大部分时间都是在农村度过，在农村长大，我自小就帮助家里干活，生活艰苦，知道作为农民的艰辛，热爱大自然，渴望成功。

求学历程：在农村读完幼儿园和一年级后就随父母来到深圳这个大都市，在深圳完成小学，初中，高中的学习，毕业于深圳重点中学“深圳高级中学”。在求学过程中成绩优秀，中考为深圳市化学单科状元，高中取得全国奥林匹克化学竞赛深圳市一等奖，在校多次获得学科之星等奖项。高中时是学校溜冰队和曲棍球队成员。

生活背景：在20xx年里，农村生活让我热爱大自然，让我知道什么是贫穷，什么是艰辛，也让我明白到勤劳的重要性。在城市的生活，让我看到世界的变化，开阔了眼界，敏捷了思维。深圳是中国经济发展的最好证明，而我的成长过程也同样见证了深圳的发展。深圳人和深圳一样，开明外向，容易接受新鲜事务，求异创新，懂得使用新生科技。我也可以算是深圳的一分子，我在深圳生活了20xx年，只是多了一份农民的勤劳和吃苦精神。

3、优劣势分析：swot分析法又称为态势分析法，它是由旧金山大学的管理学教授于20世纪80年代初提出来的，swot四个英文字母分别代表：优势(strength)、劣势(weakness)、机会(qpportunity)、威胁(threat)。所谓swot分析，即态势分析，就是将与研究对象密切相关的各种主要内部优势、劣势、机会和威胁等，通过调查列举出来，并依照矩阵形式排列，然后用系统分析的思想，把各种因素相互匹配起来加以分析，从中得出一系列相应的结论，而结论通常带有一定的决策性。运用这种方法，可以对研究对象所处的情景进行全面、系统、准确的研究，从而根据研究结果制定相应的发展战略、计划以及对策等。

swot分析法常常被用于制定集团发展战略和分析竞争对手情况，在战略分析中，它是最常用的方法之一。

进行swot分析时，主要有以下几个方面的内容：

分析环境因素

运用各种调查研究方法，分析出公司所处的各种环境因素，即外部环境因素和内部能力因素。外部环境因素包括机会因素和威胁因素，它们是外部环境对个人的发展直接有影响的有利和不利因素，属于客观因素，一般归属为社会的、市场的、家庭的、学校的、能力的、竞争的等不同范畴;内部环境因素包括优势因素和弱点因素，它们是个人在其发展中自身存在的积极和消极因素，属主动因素，一般归类为管理的、组织的、经营的、财务的、人力资源的等不同范畴。在调查分析这些因素时，不久要考虑到个人的背景与现状，而且更要考虑个人的未来发展。

构造swot矩阵

将调查得出的各种因素根据轻重缓急或影响程度等排序方式，构造swot矩阵。在此过程中，将那些对个人发展有直接的、重要的、大量的、迫切的、久远的影响因素优先排列出来，而将那些间接的、次要的、少许的、不急的、短暂的影响因素排列在后面。

制定行动计划

在完成环境因素分析和swot矩阵的构造后，便可以制定出相应的行动计划。制定计划的基本思路是：发挥优势因素，克服弱点因素，利用机会因素，化解威胁因素;考虑过去，立足当前，着眼未来。运用系统分析的综合分析方法，将排列与考虑的各种环境因素相互匹配起来加以组合，得出一系列个人未来发展的可选择对策。

4、性格分析：(可参考星座，血型，测评各个方面进行性格分析)，性格决定命运，气度影响格局。要对自己进行完整的性格分析，通过性格分析，得出自己的优点与弱点。

我的性格分析：

性格方面：积极、主动，热情、大方，受人信任和依賴;雄心勃勃，学习能力很强，具有很好的口才和娱乐他人的能力。优点是充滿活力，果敢、刚猛;喜歡冒险，求知欲很强。缺点是个性冲动，主观强，太过权威和专断，自制能力不够。

5、个人价值观分析：(在我们的人生历程中，我们会对很多方面的事情，具有自己的看法，在工作，事业，爱情，家庭等等，在职业规划，自我认知方面，我们都需要去罗列，这些有助于遇到问题你如何去分析和解决。

我的个人价值观

学习方面：我不是一个勤奋的人，但是我是一个讲求效率的人。我习惯在最短的时间用自己认为最好的方法去处理大量的事情，而且保证事情的质量。坚持学对自己有用的东西，学自己需要的东西，增强信息收集能力和吸收学习能力，整合资源能力。能力第一，形式第二。“这个世界，是金子就一定会发光。”

工作事业方面：我是一个认真的人，我是一个比较有自我规划的一个人，我从初中就制定了自己的人生路途和目标，虽然一切不能全部如意，但是我并没有改变我的目标，并且在前进的路途上，不断修正方向。参加了学多校内外的工作，形成了属于自己的人生工作和处事的理论

生活方面：我是一个大方，勤劳的人，适应能力很强的人。不容易受周边人员合事情的影响。热心帮助别人，得到许多人的认可。生活上往往向其他同学退让以求总体的协调。认为自己多做一点事情，多付出一点对自己没有太大损失。

感情方面：

友情：有不少知心朋友，有更多的普通朋友。喜欢结交志同道合之人。深感“物以类聚，人以群分”爱好越多，认识的朋友就会越多，人的其中一个精神享受就是可以做自己爱做的事情。

爱情：一个负责人的人，一个理智(现实)的人。

兴趣方面：十分广泛，因为小时候喜欢看报纸和书籍，加上成长于深圳这个中国的窗口。知识面比较广阔，和很多人都拥有共同话题。

特长：组织，策划，管理，公关，创新，演讲。

人生原则：经营个人品牌!思考是用于解决问题，而不是逃避问题。

自我评价：一个好人，一个善良的人，一个理智的人。认真!负责!守信!积极进取!

6、身边人对你的评价。包括：父母、亲戚、老师、上司、同学。当局者迷，旁观者清。自我认知除了要自己对自己进行分析外，还需要借助外力，收集身边人对自己的客观评价，就是一个通过外部来进行自我认知的模式。这个模式可以通过自己设计调查问卷，让身边人来填写，通过他们的问卷，来客观的分析和定位自己。

7、职业测评：职业测评是现在最常用的职业规划工具，专家和学者用大量的时间设计出大量的题目，通过完成这些题目，来对于你的个人素质，职业价值观，综合能力等等进行测试。职业测评是客观的评价自己，给与你客观的参考意见，由于人是复杂的动物，标准化的东西只能作为一个参考。

我的职业测评(一部分)

个人风格

支配的：控制欲强，喜欢支配他人

乐观的：常看到事情积极的一面

冒险的：主动，大胆，有冒险精神，喜欢从事有挑战的工作

自我显示：好表现，显示自己的能力，表达自己的理念、个人见解

自信：自我感觉良好，对自己的评价高

精力旺盛：有冲劲，干劲十足，所需休息时间少，工作效率高

好发表意见和见解：有见解，并喜欢用自己的意见去影响他人

不易被人支配：有思想，有主见，不易受他人影响，不愿受制于他人

喜欢管理和控制别人：喜欢从事管理方面的工作，喜欢别人按照自己的指示来行事

职业个性特征

通常善于辞令，尤其适合做领导工作和推销工作。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。

适合的职业特征：从事需要胆略、冒风险且承担责任的活动。

喜欢从事 领导及企业性质的职业。

大学生职业生涯规划：自信是最好的武器!

从小到大，我虽然是个女生，但是没有被宠坏或是娇惯，在家长心中，我是一个很懂事很努力上进的孩子;在同学朋友眼中，我是一个不会害怕不会放弃不会犯错误的很强势的假小子。所以，我一直都是一个比较独立坚强、忍耐力与上进心极强的女生。我的兴趣比较广泛，运动、看书、听音乐、聊天、旅游等等，但是我却在舞蹈、唱歌等艺术方面和哲学历史政治等文科的方面毫无潜力。

当我在小学三年级的时候接触到英语，我就喜欢上了，喜欢去看去读去写，也有一定的优势。高中时候也喜欢数学和化学，对此很有兴趣。但是因为听从家长的要求，大学选了法英专业，或多或少违背了我的兴趣，所以必然会觉得遗憾。在学习法律的过程中，我还是习惯理科生的思维模式----去想去钻研，却完全不习惯背诵和阅读长篇的难以理解的书籍。对于法律，我的兴趣仅仅在于对于案件的思考和探究。

我觉得可能我是一个比较实际的人，对于无形的理论的东西没有天赋。我觉得真正有用的东西不在于能说多少而在于能解决多少实际问题。我个人认为觉得，学习、工作是为了获得更多自己所不会的东西，不在于你是否有兴趣，而在于你能成为一个全面的复合型的人才，拥有自己需要的能力与品质。

我觉得自己是一个考虑比较周全的人。很多人都说我具有领导才能，这一点我并不否认。因为我的个性上很踏实肯干，冷静稳重，会考虑事情的方方面面，有一定的组织策划能力，对于任何一件事任何一件工作都能够比较冷静的思考处理，并且有极强的热情并且努力做好也愿意承担责任。我个人比较偏重自己能力的锻炼与提高，但是也一样看重组织纪律性和团队合作精神。

我目前所感兴趣的职业选择有翻译和法律顾问。

对于翻译：我原来觉得自己个性上很不服输，喜好挑战，所以喜欢做一些不重复不固定的工作，但是年龄慢慢变大，人也慢慢成熟了，考虑到以后的客观情况，我在选择职业的时候还是少了一些激情，希望能轻松稳定一些同时还能有一些成就感。之所以会倾向于翻译，是因为我觉得自己爱好语言并且有一定的发展潜力与优势。

在英语方面，我的成绩一直都很不错，加上父母培养得很适当，我的口语也比较地道并且我也喜欢去用英语思考交流。除此之外，我喜欢法语和阿拉伯语。本想着进入大学可以选择小语种，但是因为专业关系被取消资格了。虽然我现在还没有正式开始学习，但是我对它很有兴趣。

因为是回族，家里也有人擅长阿语，对于我来说是个很好的环境优势。我的父亲一直对于我的英语学习要求非常严格，他希望我在英语上能有很深的造诣。他觉得一个女孩子能掌握一到两门外语，会是一件很好的事情，并且如果能就此找到一份简单而稳定的工作，正好满足了他们的心愿。

再加上我现在的专业是法英，虽然没有全部投入在英语上，但是也是得到了英语专业学生的基本教育，这对于我继续从事英语是一个比较好的优势。

然而，现今社会中，英语专业的学生并不少，竞争也非常激烈，这是一个比较残酷的现实。但是，同声翻译、其他语言(法语、阿拉伯语)的翻译还是比较短缺的。因为这样的翻译需要很高的能力和学习过程。在此基础上，翻译也可以进行一些外文书籍翻译的工作，这样既可以拓宽自己的视野，也把翻译工作的内涵深化了。现今从事法律与从事英语的人非常多，但是将二者结合起来的人才却是十分的短缺。因为法律英语包含了很专业的词汇与基础知识，想要掌握的确很不容易，但是我的专业可以给我很好的资源与机会。

做一名翻译的要求也是不低的!首先，作为一名英语专业的学生，我应该通过英语专四和专八的考试;其次，我必须拿下国家翻译资格等级考试，这样才能得到做一名翻译的基本资格;第三，如果我想胜任语言翻译，必须有过硬的听力与口语能力。

自己的差距：

在目前的情况下，我个人的水平与自己理想的目标相差甚远。首先，作为一名法英专业的学生，我的时间很难平衡，我不能很好的投入英语学习与提升，这样我的英语能力提升很慢，最明显的表现是词汇量严重短缺，更不能说我很好的将法律渗透到英语中;其次，我的口语能力有待于提高，对于形成自己的口音、表达方式与思维模式，我还有很大的差距;再次，我还没有开始学习法语和阿拉伯语或者其他的小语种，学习越来越忙时间越来越少的情形对此无疑是一种威胁;第四，为了实现自己的理想，我觉得可以从以下几点努力，缩小我的差距：

1、将重心稍微偏移到英语上，按照自己的目标合理地去加强英语学习。

2、专心准备英语专四考试，争取在明年四月以一个好成绩拿下考试，并且一定在6月通过大学四级在12月通过六级考试。

3、在大三上半学期报名学习法语，争取在最短时间内学到可以考证的等级，参加等级考试。

4、了解国家翻译等级考试的具体要求，以此作为发展自己的一个方向，努力尽早通过相关考试。

5、做一些有关英语翻译的兼职，同时也可以参加导游培训，通过后做英语导游以提升英语交际能力。

6、对于所学的法律知识，尽可能地掌握相关英语表达，有意识地加强自己的法律英语技能。

7、对于这一职业的追求，再有必要的情况下，我会选择考取英语专业的研究生，专门学习高级翻译课程，以此来加强自己的能力。

对于法律顾问：

虽然我个人不喜欢法律也不擅长法律，但是因为我主修的专业是法律，如果将来完全放弃，真的很可惜。想到法律和英语的一些相关性，我想到了这个令我比较感兴趣的职业。就我个人而言，并不是完全对法律没兴趣，而是想实际操作运用法律而非研究法学，所以我觉得法律顾问是对于理论知识与实际应用的结合并且有时会需要语言的辅助。

这一职业在某一程度上并不是很固定无创造性的，这恰好符合我不安于现状敢于挑战的性格。但是和律师不同，这个职业只是对于法律知识的运用，但并不牵涉到律师工作中的那些复杂性。作为一个女生，我觉得自己难以承受律师的劳苦与挑战，相比起来，法律顾问更适合我做。

并且在这个职业的选择上，我有一定的资源，或许可以提供给我出国的机会。这样对于我从事法律英语的学习及涉外法律顾问来说会有很好的机会与条件。

这份职业有很大的挑战性：首先，它要求我必须具备很过硬的法律知识功底，当公司或是个人面临一个案件或是情形时，我必须能够准确地联系法律知识予以解决，这在某一程度上很类似律师。其次，如果我想做一个外企的法律顾问，那么英语能力必须要非常好，不仅仅指英语口语能力，更加重要的是法律英语技能。

如果要想从是这一职业，我必须从这几方面来提升自己：

1、用心学习法律基础知识，准确的掌握法律的应用知识，努力提升自己的应用技能。特别不能轻视国际法等知识的学习与掌握。

2、提高英语运用能力，特别是法律英语的技能，法律的交际能力。

3、通过国家法律司法考试，这是对于我的法律资格的基本的评定。

4、如果有机会或是尽可能找机会在律所或是公司做一些助手或实习工作，体验相关工作的要求，实地提升锻炼自己。

对于我的职业规划，我觉得仅仅有固定的目标是不够的。无论我将来选择干什么，对于求职的技巧与准备是我现在就必须开始学习的。

首先，我必须留意社会对于人才的需求，什么样的人才是复合型人才，什么样的人是每个单位和公司争着要的类型，我必须有意识的去发展自己，提高自己的竞争力;其次，我必须学会写作简历、面试、工作的能力，在大学中的几次面试让我觉得自己并不懂得怎样去表达自己，这是一个致命的缺点;再次，我不该将就业压力夸大，并不只是消极的认为机会少应征者太多，以一个很有压力的心态去尝试，我应该充满信心，充分武装自己，因为在很多情况下，自信是最好的武器!

**职业生涯规划书400篇五**

一、专业知识的学习

专业知识是知识结构的核心部分，只有对自己所从事专业的知识和技术精益求精，对工作涉及学科的历史、现状和发展趋势有较深的认识和系统的了解，并善于将其所学的专业和其他相关知识领域紧密联系起来，才能真正建立自己的核心竞争力。基础知识、基本理论是知识结构的根基，拥有宽厚扎实的基础知识，才能有持续学习和发展的基础和动力。

采取对策：首先是要明确自己的发展方向，制定相应的目标，有目标才有信仰，有信仰才能做到坚持不懈，动力产生于现实与目标差距的张力。虽然我的专业是工科类，但从进入大学以后我的人生目标是做一名优秀的管理者，管理学本身就是一个庞大的学科，必须不断地学习和实践。

(1)每半年学习一门与产品相关的学科书籍，结合深圳考试院的考试科目进行。

(2)每个月学习1到2两本管理方面的书籍。

(3)每周学习两节著名高校的公开课。

(4)随时随地在有机会的情况下年长者、管理者学习交流。

(5)5年内考取mba.

二、能力的自我培养

(1)自学能力

自学的能力一方面是自我学习的坚持，另一方面是学习方法的探索和学习意识的培养。 而一个良好的习惯是实现以上目标的保证，科学的方法也能更加促进自己的学习的规划和增强自我学习的动力。

采取对策：聆听自己内心的声音，忠于自己的承诺和规划。

(1) 每个月的最后一个星期天对自己的学习成果和生活进行总结和反省。

(2) 与团队一起学习，成长会更为迅速，由于居住地的限制，仍未找到学习的社团。

(2)勤于实践

善于学习是培养能力的基础，实践是培养和提高能力的重要途径，是检验学习成果的标准。而把工作做到最好是对所学知识的最好检验，全心全意的投入工作，投入生活，自己就能领悟的更多。采取对策：实践的本质就是对生活的体验，工作也只属于生活的一部分，参照外国人选择工作的标准：第一是自己的喜爱程度;第二是是否在行业内做到了领先;第三是这份工作是否能保证你的生活开支;第四是薪水。与其说是选择一份工作，不如说是选择一种生活。真正做到从心里热爱工作的人，最终都会得到丰厚的回报。

(3)人际交往能力和团队合作精神

就是与人相处的能力。随着社会分工的日益精细以及个人能力的限制，单打独斗已经很难完成工作任务，人际间的合作与沟通已必不可少。我对自己的人际交往能力评价为差。

采取对策：基于自己的评价认知，我对自己的人际交往能力差做出了分析，结合自己的成长经历，挖掘意识层面之下的真正影响交际能力的思维模式，主要原因是不够自信和缺乏勇气，学习了相关书籍(戴尔 卡耐基的《语言的突破》)，并时常温故。人际交往能力是一种实践性学习，各种交际技巧也只能在实践中学习和熟悉，在生活中注意培养和别人进行有意义的交谈，真正影响人际交往能力的核心因素是个人能力的加强，就是人格魅力。一个人的未来怎么样，很大程度上取决于你和什么样的人呆在一起，选择自己的一位导师就显得很重要。

三、身心素质培养

身体素质和心理素质合称为身心素质。身心素质事业的成败有着重大影响，不断提升身心素质显得尤为重要。现代社会生活节奏快，工作压力大，没有健康的体魄很难适应。

1、健康的体魄：参加锻炼，多参加自己喜爱的体育项目：篮球，每周至少一次。

2、健康的心理

健康的心理是一个人事业能否取得成功的关键，它是指自我意识的健全，情绪控制的适度，人际关系的和谐和对挫折的承受能力。心理素质好的人能以旺盛的精力、积极乐观的心态处理好各种关系，主动适应环境的变化;心理素质差的人则经常处于忧愁困苦中，不能很好地适应环境，最终影响了工作甚至带来身体上的疾病。

采取对策：

(1)健康的心理源于对真善美的不懈追求，经常的自我激励，书籍也可以净化人的心灵。

(2)利用工作之余参加跑步、登山、骑自行车可以锤炼自己的坚强的意志，也能让自己更积极乐观。

(3)经常与自己的心灵对话，不断的追问自己想要的是什么，时常的反思和总结，有了目标和方向，更坚定自己的步伐，就能用更大的胸怀去包容无常世事。

3、创新精神

现代社会日新月异，我们不能墨守成规。在市场经济条件下，企业要参与激烈的市场竞争。迫切运用创新精神和专业知识来改造技术，加强企业管理，使产品不断更新和发展，给企业带来新的活力。人才，尤其是信息时代的人才，更需要创新精神。

采取对策：

(1) 踏实的学习和掌握基础知识，只有打下坚实的基础才会有创新;

(2) 跨领域的学习能激发创新的灵感。

(3) 对同行佼佼者的持续关注。

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