# 2024年大学生职业规划1000字(12篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-08-07

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。大学生职业规划1000字篇一前言西方有一句谚语说:如果你不知道你...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学生职业规划1000字篇一**

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”,朝你的梦想去努力,虽然努力规划的结果不见得尽如人意,但我们可以过一个比较快乐,贴近本性的人生,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的意义就明显了.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的一个万能成功公式：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的重要性。昨天是今天的原因，明天是今天的结果，生活需要目标，生命需要中心，生涯需要规划。一个好的规划书出现是后大学生活的动力,也将决定个人的发展.

目标设立

短、中期目标:拿到国家励志奖学金,成为一个有较经验的电子专业工作人员

长期目标:成为一家大公司的首席电子工程师

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。但是在你冷静的外表之下，内心也许正经历着有强烈的反应。 可靠而值得信赖，有责任感，是严肃的、有责任心并且是通情达理的人。你总是显得责无旁贷、坚定不变、一旦着手自己的行动时，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、清晰的事物，对于细节有很强的记忆和判断。在做决定的时候，重视和利用符合逻辑、客观的分析，倾向于参照准确的事实和自己过去的经历。 能够合理地去决定应做的事情，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的人则很不耐烦。”

自己属于那种偏内向但正在往外向发展的人,动手能力较好,曾做过修电路拉家庭电路的兼职,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.学习的专业是电子信息工程,个人兴趣很广泛,也很爱热闹,很在意别人对自己的看法。从事电子工程方面的工作，我有很大的兴趣，是我的爱好，性格测试中，我是一个讲实际的现实的人，同时作为一个电子信息工程专业的工科生，挺适合电子工程师方面的工作。

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的学科，主要研究信息的获取与处理，电子设备与信息系统的设计、开发、应用和集成。现在，电子信息工程已经涵盖了社会的诸多方面，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的声音甚至图像的，我们周围的网络怎样传递数据，甚至信息化时代军队的信息传递中如何保密等都要涉及电子信息工程的应用技术。我们可以通过一些基础知识的学习认识这些东西，并能够应用更先进的技术进行新产品的研究和开发。

前景。

随着社会信息化的深入，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的设计、应用开发以及技术管理等。

由于信息时代的到来，据推测，在相当长的一段时间内，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的需要量十分巨大，“电子信息工程”的专业，对缓解当前该类人才的供需矛盾是非常必要的。 电子信息工程专业人才已经成为信息社会人才需求的热点。 电子信息产业是一项新兴的高科技产业，被称为朝阳产业。电子信息产品制造业是未来的发展重点之一，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的学科，主要研究信息的获取与处理，电子设备与信息系统的设计、开发、应用和集成。

压力。

据教育部(微博)网站消息，教育部副部长杜玉波在20xx年全国普通高校毕业生就业工作推进会上表示，今年全国普通高校毕业生规模为699万人，比去年增加19万人，再创历史新高，当前高校毕业生就业形势复杂严峻，就业工作已进入关键时期。高校毕业生的有效用人需求呈下降趋势。据2月初对近500家用人单位的统计，这些单位20xx年计划招聘岗位数同比平均降幅约为15%。

当前，全球经济复苏缓慢，下行风险不断加大，就业结构性矛盾更加突出，就业总量压力持续加大，就业形势将非常严峻，绝不亚于20xx、20xx年金融危机时期，现就20xx年就业形势简要分析如下。

一、20xx年招聘大学生计划和就业需求岗位明显减少。众所周知。持续的欧债危机、美债危机等导致全球经济低迷，很多外企的全球市场不好，经济增长速度持续放缓，企业招聘量自然缩水。由于高校扩招和教育产业化政策推行，大学生人数的增幅远远超过经济增长所需要的人才增长，20xx年全国高校应届毕业生规模达700万。截止9月底数据统计，今年企业校园招聘计划总量和招聘岗位数量仅为去年的80%左右。

二、企业对人才招聘的质量把控上更加严格。往年企业大量 发布招聘，是因为企业在发展期需要大量的人员补给，企业也认为一些急需的人才可以在工作过程中逐渐培养的，这也为一部分专业不对口的大学生解决了就业的问题。然而但当经济不景气的时候，企业普遍实行保守的发展战略和紧缩的财务战略，一方面人力资源的补给大幅减少，另一方面用于培养与培训的费用也大幅减少，招聘时会对相关专业的大学生更加优中选优。

全球金融危机，就业依然严峻，但电子工程师的前途还是很好的。有优势也有压力，从长远的角度来看，选择做电子工程师，是个不错的选择。

目标分解与目标组合

目标分解:第一个目标是拿到国家励志奖学金,第二个目标是通过几年的实践努力,成为一个有较经验的电子专业工作人员.

第一个目标又可以分解为专业课程成绩目标和选修课程成绩目标,接下来又可以把课程成绩目标分阶段为第一学期,第二学期成绩目标,同时又要分为各科目的目标……

第二个目标在又可以分解为接触社会，接触企业，实习，在实习方面讲究实习的方法 .先学做人，再学做事。不忙就多找些专业书来看，特别是可以结合工作的实际找些书来看。不但可以掌握相关工作的知识，还可以比较自己单位制度、流程的合理及不足的地方，给自己今后的工作或向领导提合理化建议打基础。

目标组合:学习好专业课程是拿奖学金的前提,学习好专业课程\*(第一目标)对职业目标具有积极的促进作用.前两个目标的实现对长期目标的实现也是很大促进的.长期目标的实现要对前面目标的坚持不懈。对长期目标的实现，技术是很重要的，但还得不断的学习。

工作中想学东西得注意。1、你和公司员工的关系一定要搞好，这是你要学的人际关系的第一步； 2、首先不要换岗位，最好是把现在中国岗位的一些工作内容掌握了以后再换； 3、了解你同事的工作内容，不懂的可以让他们多告诉你； 4、学习公司的整个运作模式，对你以后有好处； 5、不断的学习。

规划与具体实施计划

知识上的差距.书本理论知识的不深入,专业知识的学习不够好,大学已不是中学或者小学,你会有老师会逼着你学习的动力,大学讲究的是自主学习, 怎样学习,这就需要多泡读书馆,多跑去向老师问问题,同学间合作讨论学习,把理论搞懂,搞理解,搞深刻了.还有书本理论和实践经验的差距,这就要求不是死读书,要多做实验,把理论与实践结合起来,同时积极参加一些科技小发明,小创造也能把我的理论与实践能力联系起来能力的差距。这一点可能是最重要的。为了缩小这种差距，除了在实践中逐步学习之外，还要多和高年级的学长学姐保持密切的联系，还有那些已经出去工作的同专业的学姐学长们的多交流，以便随时请教和学习。还有向佩服的人学习，别吝啬对别人的赞美。

思想观念上的差距。刚从事电子电路工作这方面的学生一般会认为，工作的电路是那些普通的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的重要性，认为在学校学习的那点知识够养活他们一生。但如果只是那些电路，那么我们的科技不是停止了吗？电子工程专业的技术也会随着高科技的潮流不断完美化，现在的社会发展的太快太猛啦！在我们学习书本知识的同时，还要不断的上网浏览，了解学习最新的科技发展。有一句话说，你不进步，那就死在世界发展的大潮中。我们不只要当一个好的追随者，更要当一个创造者。世界是发展的，我们的思想也不能定格了。还有，现在的思想层次不高，这就要求多和境界高的人多交流，多谈高一点的话题，坚持每天读书，多读一些名著，提高境界，扩大格局,一个人的格局与境界决定着一个人的成功的大小。

心里上的差距。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的了，街上一抓一大把！但也不能因为我们现在的条件不是很好，我们的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的时候，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的。其实口里已经知道这，但是骨子里还是渗透着那样的自卑想法。我有不少同学在名校里读书，加强与他们之间的联系，参观他们的校园，看看名校学生是怎样学习的，直击我们的心理落差，逐步减小这心理差距。

检查和反馈：在实践过程中，发现英语的学习也是很重要的，英语是世界语言，应用英语可以及时了解世界的最先进的产品，英语方面的能力需要提高，否则无法适应现在的发展。所以，决定加强英语方面的学习，多参加学校里决定的英语角，和学校的外国人多交流，切实提高英语水平。

内心的恐惧一直都是我的一大问题,阻碍实施规划,对于很多应该当机立断,勇敢去做的事缺乏勇气.战胜恐惧,刻不容缓.每天开始接触不同的人,谈不同的话题 .抓住每一个上台表演的机会,面向大众,平静心态. 要成功，需要朋友。要取得巨大的成功，需要敌人。把心剖开，交给朋友，同时也把恐惧分给他们。树立强大的亲密敌人（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的，狠狠的打击它，就会胜利；表现懦弱，它就会胜利。

在生活过程中还发现，很多时候的事情都是一些事务性的活动，没有太多的智力成分，所以决定以后减少参加类似的活动的次数，把精力用在那些对自己有锻炼意义的事情上。

不要总是纠结,,生活在过去当中,无论胜败,让过去的过去,只留下经验.

大学期间很多正书可以考，多能的人才更受社会的欢迎，证书也能提高面试工作的成功率，所以决定多些考取一些对自己 有用的证书，例如：英语四、六级，计算机二、三级，cad，心里学等备用方案

社会是发展的，现实是多变的，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的心，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）能应对好的最好，不能的也要保持积极的态度应对。

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！更能死心塌地的为自己工作，霍姆林斯基也说过：最大的胜利就是自己征服自己的胜利！自己对创业这方面也挺感兴趣的。

**大学生职业规划1000字篇二**

序言

时间是纵轴，理想是横轴，人生的目标就在这个坐标上移动。因此，要使自己的人生精彩些，首先应该给自己一个明确的理想，它有足够的难度，又有足够的吸引力。

身为大学生的我们，一代天之骄子，正处于人生中最美好的时期。面对现在过于激烈的社会竞争压力，我们应该要有充分地准备，为将来毕业后来实现自己美好的梦想。人生是短暂而又漫长的，在这有限的生命中我们必须规划好目标，及时实施，使我们走上正确的道路而不会虚度光阴。

青春是一首歌，生命是一段路生活是一种享受。在这花样年华中，让我们一起规划自己的未来，开创属于自己的理想。为了高效的利用时间，实现自己的人生价值，特作以下个人职业生涯规划。

一 自我探索

1.职业兴趣：

自我评估的结果

我平时喜欢看书，尤其小说一类的故事性较强的书；我还喜欢听音乐，对流行类和古典中国民乐兴趣浓厚；上网冲浪也是我的爱好，假期回家后我每天都会上网看新闻，聊天等；我也喜爱动漫，对其有较广泛的涉猎。

职业测评的结果

在霍兰德职业兴趣测评中测出的结果如下：

社会型social (s)：喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

常规型conventional (c)：尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯接受他人的指挥和领导，自己不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争。

艺术型artistic(a)：想象力丰富、理想的，直觉的，冲动的，独创的，但是无秩序的，感情丰富，但缺乏事务性办事能力等特征。

职业兴趣探索小结

我的兴趣是与人交往，善于写作。我对人和新的事物都十分感兴趣，善于观察周围的事物，喜欢有形的东西，适应能力强且随遇而安，有很强的表现欲望。自尊心比较强，做事力求完美。我执着，脚踏实地，善于处理人际关系，富有同情心，愿意以实际的方式去帮助别人，另一方面能让别人接受自己的意见。

2.职业能力

自我评估的结果

掌握计算机基础技能，逻辑思维、理性思维较强；喜欢唱歌，写作，在文学方面比较出色。拥有会计从业资格证，具备初级会计师的能力与要求，获得英语四级证书。欠缺的地方：文字功底不太强，写作水平不高；与不熟悉的人相处不够大方，与人交流方面需加强。

职业测评的结果

在霍兰德职业能力测评中测出的结果如下：

社会型social (s)：喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新朋友，从事提供信息、启迪、帮助、培训、开发等事物，并具备相应能力。如：教育工作者（教室，教师行政人员），社会工作者（咨询人员，公关人员）。

常规型conventional (c)：喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应能力。如：秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

艺术型artistic:喜欢的工作要求具备艺术修养、表达能力和直觉，并将其用于语言，行为，具备相应的能力，不善于事务性工作。如：艺术方面（导演，建筑师，摄影家，广告制作人），音乐方面（歌唱家，作曲家，乐队指挥），文学方面（小说家，剧作家）。

360度评估结果

自我评价

优点： 做事负责，仔细耐心，比较乖，乐于助人，坚持自己的原则，比较有爱心，做事有条理，。

缺点：有些固执己见，有时也会有点懒惰，。意志力不强，动手能力差，说话比较直接。

家人评价

优点： 大部分时候乖巧听话，很孝顺，不太需要为她操心，自理能力很强。善解人意，做事认真。

缺点：有点内向，有点娇生惯养，应该多吃点苦，多锻炼一下自己。

亲密朋友评价

优点： 聪明、有向进心、有目标 、乖巧。很贴心，讲义气对朋友很好。

缺点：缺少社会经验，太单纯，有点娇气，意志力不强。

同学评价

优点： 乐观开朗，对熟悉的人很贴心，乐于助人，有较强的工作能力 ，有一定的管理能力和学习能力。

缺点：有时固执己见，应该多听取别人的意见，有时候说话也要含蓄点。

职业能力探索小结

自我感觉自己能力的潜力比较强，具有信息收集和筛选能力，准确的自我评价能力和接受他人评价的承受力，并能够从成败经历中有效地吸取经验教训。在工作上能够协同他人共同完成，对人比较公正宽容，注意细节，在平时的生活中十分注意人际交往。一个人应该学会取长补短。精力旺盛、热情、性情平和、乐于助人、忠诚、责任心强、富于创新精神、工作和生活井然有序是我的优点；可也存在着有时过于理想话，我会不断的去完善自己。

3.职业价值观

职业价值观测评结果

结合测验得出我最突出的职业价值观注重关系、赞誉赏识和家庭。

**大学生职业规划1000字篇三**

职业规划即针对职业生涯所做的设计。美国管理学家诺斯威尔对职业生涯设计释义如下：“职业生涯设计就是个人结合自身情况以及眼前制约因素，为自己实现职业目标而确定的行动方向、行动时间和行动方案”。职业规划教育在国外研究较早，已经形成了比较系统的课程体系。美国是最早提出职业规划概念的国家，1909年帕金斯的《职业选择》一书最早提出了就业指导的概念。在美国，职业规划作为一个专业也已有40余年的历史。我国的职业规划教育起步较晚，20xx年12月教育部颁发了《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》，自20xx年开始，全国各大高校陆续将职业规划课程设置为公共必修课，大学生的职业规划教育在全国范围内逐渐受到重视。

一、职业规划课程的重要性

1.有助于大学生了解自我，培养职业特质

从职业发展的阶段性特点来看，以年龄划分，15～25岁是职业探索阶段。大学生的年龄一般在18～24岁，这一阶段的特点在于希望从事不同的工作，进行试探性的职业选择。大学生在生活学习中对于自己的性格、爱好、特长等有了基本的了解，但对于自己的职业兴趣、气质、能力等个性特征并没有系統的认识。充分了解自身的优势和劣势，通过职业规划课程的学习进行合理的人格与职业匹配，有助于大学生认清自己在就业方面的优势和劣势，提前培养职业特质。

2.有助于大学生认识社会，树立职业理想

大学生的主要生活环境是校园，与社会的接触并不多。对社会并不了解的大学生，一到毕业阶段就要面临职业选择，往往并不能理智地走好第一步。通过职业规划，可以在学校与社会之间搭建一座桥梁，让学生在学习中认识社会、了解专业的职业前景。完善的职业规划与就业课程体系，有助于帮助大学生获得外部信息，在心理和能力上提早与社会对接，树立正确的职业理想。

3.有助于高校促进就业，是提高就业率的有益探索

就业率是检验高校培养水平的重要标准，尽管国家出台了一系列促进就业的政策，但当前就业形势仍十分严峻。本科培养模式中的实习阶段是大学生进入社会前的很好过渡，在职业规划的理念下，通过了解自我、认识社会，可以使实习阶段更加具有针对性和目的性，有助于通过实习签约实习单位，一改毕业实习的盲目性和刻板性，从而提高实习签约率。同时，在当今“大众创新、万众创业”的政策下，越来越多自主创业的学生也可以通过职业规划课提高自己自主创业的各项能力，从而提高创业成功率。

二、目前高校职业规划课程存在的问题

自20xx年12月教育部颁发《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》以来，国内高校相继在培养方案里设置了职业规划类课程，这对大学生顺利就业理性择业起到了促进作用。经过近十年的探索，大学生职业规划课程已不是一个新兴事物，但在其实践中仍存在一些问题。

1.授课时间缺乏连续性和持续性

国内的多数高校在课程设置上以选修课的形式，集中在某一学期开设大学生职业规划课。以西南科技大学为例，学校在全校开设了本科生“大学生职业发展规划与就业指导”全校通选课，该课程共计16个学时，每学年第一个学期开课。课程只在夏季学期集中开设8周，其他学期就几乎不再涉及这个课程，学生对职业规划的热情逐渐消退，跟踪行业发展的热情也会逐渐淡褪，直接影响学生学习专业课的主动性和积极性。有些高校集中在毕业阶段针对择业开设职业规划以及就业方法的课程和讲座，这些课程大多在大四学年，学生毕业设计任务紧张，往往不重视就业讲座。而单纯在就业阶段突击进行的职业规划与就业指导也缺乏连续性，效果不佳。

2.课程内容上仍有不足之处

（1）缺乏实践性课程。当前大学生职业发展规划课程多以理论教学为主，结合兴趣讲座，有部分实践课内容，但实践课效果不好、比重不够。毕业实习阶段应该是大学生职业规划课最好的实践环节，但往往毕业实习成为一种形式，或者并不能与大学生具体的职业规划相联系。

（2）专业契合度不高。全校通选的大学生职业规划课在提高课程普及度的同时也降低了课程的针对性。笔者认为，全校通选的、内容没有区分度的大学生职业规划课只能作为职业规划的入门教育阶段，必须结合有专业区分度的、针对性高的职业规划教育才能起到较好的作用。

（3）与思想政治教育结合不够。职业生涯规划以学生就业为导向，全面拓展学生的素质，帮助学生了解自己、认识社会，是个人价值与社会需求的结合。把大学生职业规划教育引入思想政治教育工作中，改变传统的灌输教育方式，突出以学生为本的思想，引导学生分析提升自我，把立志成长与贡献社会相联系，有助于帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观。

3.缺少专业团队的指导

目前，许多高校成立了就业指导中心，但还没有专门的职业规划师，仅由辅导员或专职教师来兼职任课，而这些指导教师往往缺乏职业规划的专业知识和技能，指导教师的专业化程度大大阻碍了职业规划教育的发展。

4.不注重心理健康教育

大学生对职业规划从入门到实践的过程中，面对复杂的职业环境、社会环境、家庭环境，自我认知容易发生偏差，理想与现实产生冲突。在职业规划的过程中遇到挫折和困难，心理上容易产生挫折感和不适感，往往出现矛盾、自卑、攀比、从众等心理。加强职业规划教育中的心理健康教育，引入心理测量工具、心理咨询机制等对于大学生积极健康的就业择业有重要的价值。

三、职业规划课程改革方案探索

1.构建科学的职业规划课程体系

（1）课程应贯穿大学四年，体现全程化和层次性。职业规划教育应该是全程性系统化层层递进的课程体系，而不是仅在某一个学期学习有限的基础知识。建议职业规划课程覆盖大一到大四，授课总课时不变，每阶段针对大学生的学期特点设置针对性的课程内容。大一时可以以基础知识和职业规划理念的启蒙为主；大二、大三为具体的职业规划教育学习阶段，实践与理论相结合；大四结合毕业实习设置为实践阶段。通过层层递进适应不同年龄和年级阶段的职业规划教育，真正起到促进就业的作用。

（2）理论与实践相结合。职业规划课程教学模式应该以学生为主、以实践为主，通过实践课理解并学会运用基础知识。可以引入案例教学、情景教学、第二课堂等形式，并设置专门的实践阶段。在平时的授课中针对不同的职业选择安排专题的实践活动，使学生具体参与到某个职业的工作中，告别纸上谈兵。也可以与毕业实习相结合，结合所学习的职业规划课内容将自己的职业规划、职业个性特征实际应用于职业选择中。

（3）普遍性与针对性相结合。职业规划是具有很强的个体针对性的工作，当前很多学校的职业规划课程以基础知识授课为主，這对于学生学以致用帮助就业、择业是远远不够的。可以在大一、大二的课程中集中进行基础知识授课，在大三、大四时分专业授课。在低年级时启蒙职业规划的理念，高年级时针对专业进行实效性更强的教学。大一入学的学生对自己的专业可能并不熟悉，经过一到两年的学习对所学专业以及未来将要从事的工作有了一个大概的构想，高年级授课分专业引入较多的实践环节，有助于增加职业规划课程的针对性，提高实效性。

2.打造专业化、多样化、市场化的教学团队

（1）引进专业化人才。高校的职业规划课程效果与授课团队的素质有密切的联系，应大力引进具有职业规划教育背景的专业化人才，扩充职业规划课程授课团队，让授课在专业知识的指导下进行。

（2）提高授课教师专业背景的多样化。职业规划涉及经济学、心理学、管理学相关多个学科领域，应扩充一部分有相关背景的专职、兼职教师加入到职业规划教育团队中。同时，在针对性的授课阶段，应选择有相应专业学科背景的教师进行有针对性的授课，如选择工科专业背景的教师对工科专业进行针对性授课，便于从相应的专业角度出发，提高授课的效果。

（3）在着力打造以学生为本、以实践为主的授课理念下，有市场背景的实践导师也不可或缺。可以邀请具有企业背景的教师、企业家、创业成功人士等，以讲座、实践课的形式参与到职业规划课程中来。让学生在校园内就可以更多地与社会接触。

3.关注心理健康教育在职业规划教育中的重要作用

（1）利用心理测量工具对学生进行全方位评估。综观国外职业生涯规划的发展历史，专业的心理测量工具已经成为国外职业生涯发展规划的理论依据。mbti职业性格测试、霍兰德职业兴趣量表等工具已成为职业规划中重要的心理测评依据。职业规划课程中也应该有心理测量工具的参与，定期开展心理测评。一方面增加学生对于职业规划课程的兴趣，另一方面可以为职业规划提供重要的心理学依据。

（2）定期开展心理咨询和辅导。可以联合心理咨询中心，采取心理团辅或者学生主动心理咨询的方式，也可以在授课中安排具有心理咨询资质的教师进行心理健康专题授课。帮助学生在职业规划中及时地疏解和释放负面情绪，解除心理困扰，使学生在良好的心理状态下进行职业规划、寻求自我发展。

职业生涯规划课程对于大学生自身职业发展以及促进高校就业率有着深远的意义。通过十几年的课程实践，我国的职业生涯规划课程有了较广泛的`覆盖性，并得到了一定的重视。但在实践中也发现，当前的职业规划课程仍存在一些制约其实效性的因素。作为高校，应该本着从学生根本利益出发的态度，从以上几个方面着手，结合学校自身情况，整合可以利用的资源，积极为学生构建科学、合理、有效的职业规划课程体系。

**大学生职业规划1000字篇四**

前 言

我国是一个人口大国，每年需就业的人数达xx万(xx年大学生630万，农村剩余劳动力转移就业400万，城镇人口和新增劳动力1000万)。以我国每年经济增长10%算，每一个经济增长1%带来80~100万个就业岗位，每年还有近1000万人失业。劳动力市场供大于求，带来就业的压力相对增大，造成大学毕业生就业难。

大学生要理性面对就业形势，平衡心态，要学会自己去经营自己的人生。学生要根据自己的实际情况给自己一个合理的定位，“天助自助者”，人只有通过自己的不断提升和提高，用脚踏实地，一步一个脚印才可能有更好的发展。一个社会的发展离不开人才，只要是人才，就一定能找到自己的立足点。

大学生要积极参加社会实践，增强动手能力，提高处理事物的能力，不断积累各方面的经验，以适应社会。现代社会对人才的要求越来越高，不仅要有丰富的理论知识，更重要的是解决问题、创新的能力，把知识转化为财富的能力。作为当代大学生，不能只“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”，要更多地接触社会、了解社会、融入社会，才能立足于社会。

每位大学生应规划好自己的大学生活，在五年的大学生活里努力从全方面发展自己，使自己成为社会需要的人才，为祖国的建设奉献自己的一份能力。

自我认知

我来自农村，也许是家庭的原因使自己从小就不怎么爱说话。在整个求学阶段应该说是比较顺利，进入好的初中和高中但是自己总认为自己的性格里面还缺乏一点韧性和活跃。高考失败后的复读经历让我收获了我的韧性，而这直到现在包括以后都会让我收益。进入大学，自己在开学的时候就给自己确定了两个目标：一、把自己的学习弄好;二、把自己的人际交往能力提升，现在看来，自己在这两方面效果还是有的但是要做的还有很多。另外，作为一名医学生，当到达一定的时候就会发现自己的当时目标只能算一部分，因为职业赋予我的责任更大，而这也要求我要调整好自己的目标。通过日常的学习，现在的自己已经收获到自信、快乐、向上，能团结好自己身边周围的人。

家人评价 关心体贴、尊敬父母、关爱老人、 懂事

老师评价 开朗活泼、诚实守信、关爱同学、得力助手

亲密朋友评价 两肋插刀、做人豪爽、对人真心、做事分明

同学评价 学习榜样、为班幸苦、待人和善、知心朋友

其他社会关系评价 做人爽快、活波开朗

学习的进步

获奖项目学年 名称

英语四级证书二等奖学金

国家奖学金二等奖学金

在进入大学，在给自己确定好目标的同时，我努力养成良好的学习习惯。通过按时的作息时间，让自己每天都有充沛的精力投入到学习中。在每天的课程学习过程中，认真做好笔记，课后认真复习;每天利用早读和晚读的时间来给自己的英语补充动力。 大学学习情况

思想道德的提高

作为一名医学生，在具备良好的专业技能同时还必须要有高尚的道德情操。我立志成为一名共产党员，在生活中，关心每一位朋友，尽自己的能力去帮助他们解决困难，通过参加不同的讲座来丰富自己的阅历，严格要求自己，用自己的热情去感染每一位朋友。在过去的两年里我已经成为一名入党积极分子，并荣获“昆明医学院优秀共青团员”、“云南省三好学生”、“创先争优先进分子”等称号。

自我小结

不喜欢多说话但绝对是朋友们的知心朋友，做事有自己的想法但有时不能很好的控制好自己的情绪，有自己的一套学习方法，是老师的得力助手。

我的能力

级肿瘤班班长 临床二系生活部部长 大学生就业素质拓展中心部长韧性、学会忍耐、团结、吃苦耐劳 细心、责任、活波、积极性高 技术活强、感染力强、沟通能力强

在过去了两年中，通过在不同的学生组织锻炼让我学会了与人交往和组织能力。在这两年中，我组织过“我为乡亲送瓶水”、“流出一片绿”、“小班篮球赛”、“集体生日”等，参加过“团队大比拼”、“学生之家篮球赛”、“昆明医学院海源学院运动会”，在这样的一次次实践中让我学会了如何和别人相处，同时让我乐观面对生活中的困难。

专业素质

人力资源助理的素质 我已具备的能力

在不断的学习过程中，通过平时认真的学习和积累，我已经对于专业基础知识有了较好的掌握，对于基本的公司过程自己能够比较清楚但是作为现阶段相对于一名进入实践工作的人员来说，这还很不够。

作为一名人力资源助理，动手能力为其最重要的几项能力之一，而目前的自己虽然平时动手能力较多但大多数局限在小范围内。进入大三，时间更加少，通过作为一名学生干部，在日常的生活和工作中通过将理论知识和自己的实际情况相结合起来使自己对于以后将要从事的工作更加熟悉。

职业道德，作为一名即将踏入社会的人。现在的我虽然做人踏实、为人热情和活波，但是因为还未进入真正的实践还未长期接触各种工作人员，所以这方面的思想道德建设还待加强。

心理素质

经过两年的学习我已经能够很好的适应自己所生活的环境，在日常的生活中能够很好的处理好周围身边的关系。我乐观，在遇到困难时我也能很好的面对并解决掉。我积极，除去学习之外我还积极参加各种社会实践，提前了解社会动态。我向上，有着创新精神，我喜欢思考，而这也让我有了更多的想法和意见。

身体素质

自己小就喜欢锻炼，在进入大学之后拥有锻炼的时间更多。在过去的两年里我最喜欢的运动项目就是篮球和跑步，篮球除了下雨之外，每周我都会打三次。另外，如果没有打球之外我就会在一天的学习之后跑步，所以我的身体超棒，健康，结实，体力好。

**大学生职业规划1000字篇五**

向阳生涯首席职业规划师洪向阳表示，职业规划的关键并不在于纸上写了多少，写得多好。tips：向阳生涯是国内首家职业规划师资格认证培训及职业规划咨询机构，全国领先的职业生涯管理专业服务商。

职业规划:大学生要规划，但不可止于规划

向阳生涯高级专家王一敏指出，职业规划不能纸上谈兵。

众所周知，大学生就业难问题是近年来全社会聚焦的热点，更是关乎民生的大事。因而，大力提升大学生职业规划意识，提高大学生求职能力是时下的当务之急，职业规划是破解大学生就业难的根本之道已达成了共识。来自南京航空航天大学金陵学院的老师在xx中国就业与职业规划高峰论坛上提到，怎样能够辅助或帮助到学生们将自己的职业规划坚持到底?

上海交通大学学生就业服务和职业发展中心主任刘建新认为，大学生要规划，但是不能止于规划。学校做了很多努力，教学生制定职业规划，最后形成职业规划书后，学生难道就要按照这个计划书按步就搬地走吗?其实在大学期间仍然是生涯规划的探索期，要允许有改变，允许其探索。不要认为计划书形成了，探索后如果觉得需要改变，就是说明这个计划书是失败的，对于这个错误的观念一定要纠正。

那么怎样让学生行动起来，不能职业规划只停留在纸面上呢?第一学vs会。学习从学会到会学的转变，适应新世纪对人才的要求。第二培养兴趣。大学处在探索期，必然要利用大学丰富的资源再作探索。第三，积极主动。第四，做人做事。现在学生有一个普遍的倾向问题，即注重能力的提升，而忽视品格、品德的塑造。

向阳生涯高级专家王一敏指出，职业规划不能纸上谈兵。人在变化、社会也在变化，职业规划是一个不断改进调整的过程，因而大学生的项目书、计划书同样需要不断思考。思考除了自己之外还有社会上等很多不确切的因素。比如设定了一个目标，如果去实习、见习、职业体验的话，很可能会发现与原来的想法有差异，也可能是自己很难甚至做不到的。所以，职业规划千万不要纸上谈兵。学生们怎么去做规划，怎么一步一步走下去，其实是有具体的操作方式的，比如量表、价值澄清法等。

向阳生涯首席职业规划师洪向阳表示，职业规划的关键并不在于纸上写了多少，写得多好。职业咨询是针对问题对有需求的人来做的。真正解决方案的内容基本上不超过一千个字。对于一个真正合适的职业规划，很多东西是在咨询者自己的心里。自己内心深层次的认同才会有动力来执行，否则就成了纸上谈兵。

向阳生涯首席组织生涯管理专家马士斌认为，在大学阶段制定规划，如果要切合实际、切实可行，在校期间要结合学习、社会实践、人际关系的建立，这是一个阶段。另外一个阶段是毕业后，在校期间所制定的规划更多地把注意力放在校期间规划的制定，而不是毕业后。毕业后的规划不需太细，但要有一个五年、十年长远的目标，不一定要规划出详细的道路，因为这是学生不可预见的。离开校园来到企业需要细化规划，或者调整大学期间不合理的规划，这样才能顺利实现对接。

总之，大学生要做好职业规划，但绝不能止于规划。站在人的生涯角度来看，职业规划不单单是发现问题才想到去解决问题，它一定是伴随着人的一生。通过职业规划可以让人们不断认识自我、分析自我、规划自我、实现自我的过程，因而职业规划是人一辈子的事，需要长期关注。而对于处在职业探索初期的大学生们来说，需要在前期制定好职业规划的基础上，经过实际的感受和不断摸索，才能最终找到正确的职业定位以及未来发展的长远目标。

tips：向阳生涯是国内首家职业规划师资格认证培训及职业规划咨询机构，全国领先的职业生涯管理专业服务商。专业提供职业定位、职业转型、职业规划、生涯管理等咨询、培训服务，帮助企业及个人获得更大的知识。

**大学生职业规划1000字篇六**

在现代社会中，有一个永恒的话题，那就是人才竞争，必须认清自身的实力，还要不断的学习、改正、充实、完善自己。为未来拟定一个方向，并朝着这方向勇往直前。有了目标，才有奋斗的动力。

1、优势：专业的技术强劲，术业有专攻。就业高。这个专业人手不够。

2、劣势：对其他非专业知识的掌握较少。

3、机遇：国家政策开放，透明。进出口简单。

4、挑战：专科生会受到高学历的影响，有的不招收专科生

1、家庭环境

慢慢地长大后，认识到应该改变自己，适应这个社会，不能一直依靠着父母。而且和睦的家庭，使我在外闯荡具有了动力。

2、专业前景

①适于发展水产养殖许多水域未被开发利用。

②养殖种类的迅速传播，提高了产量。

③先进养殖技术应用极大地丰富了养殖种类。

④人工繁殖理论的应用为其供应大量苗种。

⑤高密度流水养鱼、混养、综合养鱼等技术的出现为养殖空间的扩大提供了可能。

1、近期目标

大一：通过英语b级和计算机一级。

暑假：找公司对自己的专业的实践机会。

大二：上学期打好专业知识(考虑升本)，下学期出去实习，磨练。

大三：毕业论文。

2、中期目标

在獐子岛一边工作一边深入学习，努力做好自己的分内的工作，培养自己的实践能力，了解工作的最新动态，时刻让自己处在工作的最前沿。

3、长期目标

经过几年的工作，积累了一定的工作经验和管理经验还有腰包，带着我的技术回我的老家，开始我人生的新的起点。

**大学生职业规划1000字篇七**

一、自我分析

1.个人基本情况

性格特点：性格外向，待人诚恳，交际能力良好做事认真，能吃苦耐劳，有良好的学习能力

2.职业兴趣

做一名机械工程师是我的第一职业兴趣!做一名机械工程师需要具备基本的机械加工工艺知识，比如机床选择、刀具选择、切削参数、走刀路径;基本的动手能力，而我正是从小就开始锻炼自己的动手能力，拆装、修理方法的选择对我来说基本上从小学就开始学习，并且已经有了自己独特的方法。做这一方面还需要注意经验积累与总结，这样才能不断提高自己的能力，我会不断地虚心向老师傅学习，从而不断纠正自己的不足。

3.职业能力及适应性

有创造性，能发挥个人智慧和支配性。在工作中，有热情，喜欢在工作自由展开想象，做事倾向于追求完美，但也追求新意;胆大，爱冒险，希望有独立主见;对过程和目的都有兴趣，但对教条的制度并不感兴趣，喜欢随机应变，往往根据环境变化而变化个人的策略，具有强烈的内心感受性和言语表达能力;喜欢出入公共社交场所，喜欢说服和劝导他人的活动。

4.职业人格

高度的责任心、团结协作、勇于创新、认真细致、勤奋好学、坚毅自信、严于律己

5.职业价值观

崇尚独立，注重关系期望在工作中能够独立工作、独立决策，而且能够表现出自己的创新，发挥自己的责任感、自主性。而且能够以自我监督的形式使自己的工作按照自己的计划顺利进行。

6.胜任能力

心理素质较好，能够在困难中及时找出自己身上出现的问题，并且努力寻求解决问题的方法，相信方法总比困难多!

二、 职业生涯条件分析

1.家庭环境分析

爸爸、妈妈、哥哥和我组成了这四口之家，爷爷和奶奶不和我们一起住。父亲是一名木匠，月收入一千左右;母亲是一个超市的小员工，月收入几百。家里经济状况不佳，父母一直给我以关爱和生活上的支持与鼓励!爸妈对我的期望就是将来能够像大鹏鸟一样展翅飞翔!

2.学校环境分析

我现在就读的武汉工业职业技术学院是经湖北省人民政府批准成立、国家教育部备案的全日制普通高等学校。学院现设有建筑工程系、机械工程系、经济与管理系、电子与电气工程系、航空服务与艺术系、国际学院、继续教育学院、公共课部等8个系(部、院)，开设有建筑工程技术等34个专业。学院现有教职员工675人，专任教师353人，在校生8800余人;学院教学设施完备，教学仪器设备总值3800余万元，馆藏图书27万余册，校内实验实训室50个，校外实训基地43个。学院按照“质量立院、特色兴院、人才强院”的发展战略，依托行业优势，坚持以市场为导向，以能力为本位，以产学结合为途径，培养具有良好素质的技能型人才。

3.社会环境分析

中国现在正处于近两百年以来最好的历史时期。虽然社会上还有许多的体制存在弊端，还有许多没有解决的矛盾，但是政治上比较稳定，法制化进程已经开始，市场经济已经初步形成并步入正轨。二十一世纪的中华大地充满各种人才发展的机遇。我们这个专业的就业还比较好，工资好找，只是前期工资不高，但是这个是需要累计经验的，越老工资越高!

4.职业环境分析

(1)行业分析

为了振兴我国装备制造业，加快缩短与国际先进国家的差距，20xx年国务院审议并原则通过了装备制造业调整振兴规划，机械行业存在广阔的发展空间。机械行业与固定资产投资密切相关，因国家固定资产投资结构的调整、机械各子行业发展程度的不同，相对而言，发动机设备、航天航空设备及机床设备处于成长期，而船舶、工程机械及港口设备则已接近成熟期。行业面临并购整合与重新洗牌。我国机械行业跟国际上已相当成熟的同行业相比，行业集中度仍较低，没有明显的行业龙头。随着国家产业政策的调整，机械企业的重组势在必行，而且应以组建大型企业集团为目的。产品创新设计。在机械产品中融入信息技术和其他高新技术，提高产品质量、技术含量和附加值。我国机械工业产品整体上技术含量水平偏低，与发达国家相比存在着5-20年左右的差距。必须广泛全面地应用信息技术，加快产品更新换代，提高产品技术含量，缩短与国际先进水平的差距，在机械产品中融入传感器、单片机、微处理器、plc、nc、数字通信接口以及激光等现代信息技术和高新技术，提高产品的机电一体化、数字化、智能化和网络化的程度，使产品的技术含量、知识含量、附加值得以提高，以满足现代社会各行各业用户对于机械产品和机械装备的需求。

(2)职业分析

我在学校所学的专业是机械设制造及其自动化，是一个近年来还比较热门的专业。毕业后就业方向大概分析有下面这几类：

a、制图员，一般也从事一些设计工作，主要是跟着师傅，要天天改图，输图.需要具有学好pro/e和cad等一些制图软件，工作不是很累，但需要有一定的经验。

b、设计员，当然也要画图，可以学到很多设计知识，有前途，但这个工作得有相当强的技能知识和工作经验;

c、机械维修，现场工作，可以学到不少东西，靠自己的技术干些实实在在的工作。

d、专科技校的老师，待遇挺好，但需求量少，工作比较难找;

e、机械销售代表，需要了解产品知识 ，要口才了得，会处事.

f、一线机械加工人员，如果你技术够好，且操作数控机床类，相当不错;

三、计划实施方案

(一)在校期间规划(20xx~20xx年)

现已是大一下学期，很快就面临就业了，从今以后要利用好大学的学习时间，树立个人的职业目标，以勤奋的态度完成学业，争取通过计算机等级考试和cad高级资格考证，英语能力继续加强，以自身所具备的优势，扎实的专业基础在本地公司谋职做一名专业的技术人员。

思想道德方面:树立正确的人生观，价值观，奋斗观，坚持正确的人生价值取向.

科学技术方面:认真学习专业技能，同时，充分利用校内图书馆，书城与网络信息，开拓视野，扩展知识范围，尝试专业设计方面的实践.

文体与身心发展方面:积极参加校内外文体活动，社团的演讲赛，借此充分锻炼胆量，展示个人能力.

学业方面:提高自身素质，保证学习质量，学习时应注意，听课，复习与综合分析对比，知识累积不仅要博，更应做到专.本学期的任务或许会增加压力，因此，要找准自己的定位，调整好心态，打好基础知识，为更深层次的学习做好准备.

(二)具体实施

1.大学一年级：探索期

[阶段目标]职业生涯认知和规划。

[实施方案]现阶段我已经适应了由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求;目前的首要任务是要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯设计;熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职业认识方面多向高年级学长学姐尤其是大四的毕业生们询问就业情况;积极参加各种各样的社团活动，增加交流技巧;在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语、计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的最基本技能，多利用学生手册，为将来的就业选择打下良好的基础。

2.大学二年级：定向期

[阶段目标]初步确定毕业方向以及相应能力与素质的培养。

[实施方案]认识自己的需要和兴趣，确定自己的价值观、动机和抱负。考虑未来的毕业方向(深造或就业等)，了解相关的活动，并以提高自身的基本素质为主，通过参加学生会或社团等组织，培养和锻炼自己的领导组织能力、团队协作精神，同时检验自己的知识技能;开始尝试兼职、社会实践活动，锻炼坚持性，最好能在课余时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，提高自己的责任感、主动性和受挫能力，并从不断的总结分析中得到职业的经验;增加英语口语和计算机应用的能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅修其他专业的知识以充实自己。

3.大学三年级：准备期

[阶段目标]掌握求职技能，为择业做好准备

[实施方案]加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道，如果有机会要积极尝试;加入校友网络，向已经毕业的校友了解往年求职情况;如果根据实际情况决定是否考研，要做好复习准备。

4.大学四年级：冲刺就业。

[阶段目标]成功就业

[实施方案]这个阶段我的毕业方向应该已经确定，目标应该锁定在工作申请及成功就业上。这时，应该先对前三年的准备做一个总结;首先检验自己已确立的职业目标是否明确，前三年的准备是否已充实;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;最后，进行预习或模拟面试。积极利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人公司资料信息，强化求职技巧、进行模拟面试等训练，尽可能地在做好较为充分的准备的情况下进行施展演练。锻炼大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力和创造性。重视实习机会，通过实习从宏观上了解单位的工作方式、运转模式、工作流程，从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范，为正式走上工作岗位奠定良好的基础。

(三)大学毕业的五年

1)找到一份稳定且有一定经济收入的工作。

2)在工作中不断学习，掌握技能，改善家庭经济状况。

长期目标

1)结合自己所学知识和实际操作经验，不断摸索创新，同时坚持锻炼身体。

2)工作认真负责，工作受到领导和员工的肯定。

3)在实际工作中不断总结，形成自己独特的工作特点。

4)成为公司基层的管理人员，不断学习新的知识，认识新的事物。

5)成为公司的技术骨干。

**大学生职业规划1000字篇八**

职业规划决定了人一生的事业走向，职业规划必须在职业选择之前，并与职业发展有着密切的关系。职业规划，需要规划后再调整再规划，慢慢的摸索、寻找适合自己的规划。

一、职业规划五要点听从心的召唤

在评估过自己的能力，特长和专业方向之后，一定要顺从心的选择。很多年轻人容易被物质条件，社会评价和同类攀比等多种因素影响了自己的判断和选择。

二、寻找优质的职业规划师

职业生涯很长，很多职业经验是必须靠时间累积。所以对一个初入职场的人要一眼看到职业的本质，或许是一个不小的难题。所以在职业规划之前，可以寻找优质的职业咨询师进行咨询和了解，从他们身上解读职场发展的定律，并少走不必要的弯路。这样的导师可能是实习时的上司，可能是顶尖企业的人事经理，也可能是身边的学长学姐。虚心聆听，就可以掌握一定的规律，让自己的职业之路走得顺畅。

三、寻找优质的职业规划师

职业生涯很长，很多职业经验是必须靠时间累积。所以对一个初入职场的人要一眼看到职业的本质，或许是一个不小的难题。所以在职业规划之前，可以寻找优质的职业咨询师进行咨询和了解，从他们身上解读职场发展的定律，并少走不必要的弯路。这样的导师可能是实习时的上司，可能是顶尖企业的人事经理，也可能是身边的学长学姐。

四、走好职场第一步

职场的第一步，也是职业规划中的重要内容。职场发展的积累就是从第一步开始的。要学会分析公司，行业，职业岗位的优势劣态，同时要了解自己的swot，千万不能盲从。第一步值千金，千里之行始于足下，第一步的准确将有可能带来后面每一步的准确。

五、职业发展要有大目标

职业规划好比人生规划，如果局限在一个前途和个人利益方面，那么此一生也就仅仅是一个自我满足的一生。

六、在调整中完善

职业规划有一个明显的阶段性特征，所以在不同发展的阶段都必须做出相应的调整，甚至是改变。但职业发展的宗旨是不变的，就是通过职业发展的机会，体现个人的价值，为社会做出应有的贡献。所以有了这样长期而又宏观的视野，就会根据自己的自身状况的改变而做出应该的调整。职业规划不是将职业目标定得最高就是好，而是切合实际的，可行的，有计划一步步完成的规划才使最好的职业规划。

**大学生职业规划1000字篇九**

一、前言

谁都想活的精彩，都希望有一个新奇而又美好的明天，所以一直都在为心中的梦想而努力、而奋斗拼搏。大学生职业规划的另一个解释，就是用我们手中的画笔，描绘出我们心中的蓝图。我们对自己的职业生涯进行规划，就是放飞自己的梦想，去遨游寰宇。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，人生易逝。可未来却是掌握在我们自己手中，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去书写心中的梦想。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规划，为将自己的未来好好的设计一下。漫漫人生，唯有急流勇进，不畏艰险，奋力拼搏，方能中流击水，抵达光明彼岸。大学期间，正是我奋力拼搏的大好时期，因此要有正确的理想和信念，它们是我乘风破浪，搏击沧海的灯塔和动力之源。人无远虑，必有近忧。成大事者，须立长志。

二、行业环境分析

说说我们现在的就业环境吧，二十一世纪进入信息时代，席卷全球的信息科技给人类的生产和生活方式带来了深刻的变革，信息产业已成为推动国家经济发展的主导产业之一。目前，中国软件产业还处于成长期，其市场潜力还远远没有挖掘出来。20xx年左右，中国软件产业将步入成熟期。it产业作为知识密集、技术密集的产业，其迅猛发展的关键是有一大批从事it技术创新的人才。一定数量、结构和质量的it人才队伍是it产业发展的支撑，一个国家的it人力资源储备、it人才培养及使用状况决定着该国it产业发展的水平和潜力。也可以说，it产业的竞争就是人才的竞争，高水平的it人才培养和队伍建设是走向it产业大国和强国的前提条件。所以，无论是从大的方向讲，还是从小的方面讲，培养和储备高素质的it人才都显得非常重要。

市场需要的是计算机专业人才，而很多计算机专业毕业的学生都不能满足市场的需求本文来自，所以才会有抱怨计算机专业就业难的说法。解决办法还是靠自己吧，大学四年，不要像上面说的无所事事，对自己的专业有所熟悉并且精通一个方向，相信前途会是美好的。

三、自我盘点

1、优势盘点：

小时候的生活条件虽然有些艰苦，却让我养成了不怕吃苦，刻苦奋斗，愈挫愈勇的良好品格。人生漫漫，难免去经历风吹雨打，面对纷繁复杂、竞争激烈的社会。这些品格将永远伴随我，是我取得成功的重要保证，同时也是我人生中一笔弥足珍贵的巨大财富。

2、劣势盘点：

有时候不爱接受批评,推卸责任,明明是我的不对,却想法推卸到别人身上。现在虽然不那么严重了，但有时还是会有的。还有因为来自农村，没有经济基础，这决定了我的事业的起点相对而言要低，要做相对较长时间的物质积累，才能去实现心中的种种梦想。而且，到目前为止，还没有任何的工作经验，各类的荣誉证书也太少。而且目前我的专业课也不是很突出，这无疑为今后的求职之路带来一定的阻力。

3、优点盘点：

本人活泼开朗，乐观;善于坦诚待人，结交朋友，喜欢助人为乐，善于学习，时刻积累知识;善于组织活动，有一定的领导能力;容易与人相处，合作和适应能力强，喜欢与人共同工作;而且，我口齿伶俐，胆大，动手能力较强做事认真、投入，有毅力、有恒心，能坚持目标，另外有一股不服输的屈脾气。

4、缺点盘点：

做事不够细心，精力不够集中，效率不高，态度也不够专注。有时候

也比较怀疑自己的能力，面对重大事情总是犹豫不决，于是很多情况下会坐失良机，另外还爱幻想，惰性较大，行动更不上思想。有时候说话过于直率，有时候还会有点霸道，总不能三思而后行，对此我深感悔恨。

四、解决自我盘点中的劣势和缺点

面对上面的自我分析，我想起自己走过岁月中的点点滴滴，心中不禁有些惭愧。我对自己以往在学业、文体、社团活动中的表现不是很满意。我发现我自己惰性较大，平日里总有些倦怠、懒散，学习、倘若不改正，这很可能会导致我最终庸碌无为。不过还好，我还有改进的机会。否则，岂不遗憾终生?

**大学生职业规划1000字篇十**

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。

**大学生职业规划1000字篇十一**

生命究竟有没有意义，并不是我的责任，但怎样安排此生，却是我的责任。

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。然而人的一生当中究竟有多少个春秋，多少事值得回忆和纪念。生命就像一张白纸等待着我们去描绘，去谱写 。你有梦想吗？你有对自己的人生进行过规划吗？

1，、职业兴趣：我的职业兴趣属于特殊性，只要我喜欢就是刀山我也要硬闯。有很多事情我们都以为是自己喜欢的，可是当亲自接触了，幕然发现自己喜欢的只是一个被社会大众口耳相传所构造出来的假象。时间的人事物须自己亲身体验才知道自己是否真的喜欢。现在的我站在一个人生的十字路口迷茫交错，不知何去何从。不知何时起，我对经商感兴趣了，可是对于经商只是个门外汉。面对求生欲望强烈的病人，我感觉到自己工作的神圣，救死扶伤。

2、职业价值观：我希望自己有自己的一片天空，我很欣赏温州人的做事风格，宁可自己当老板月赚一千元也不愿国企上班月赚三千元。也许在父辈们以及大多数的北方人看来，能有一份稳定的高薪工作那就是再好不过的了，可是我并不这样认为，我所希望自己可以白手起家，那怕是拥有一家小店，至少也是我所要的一部分。我希望能够得到更多学习的机会，自己的理论成绩不好，希望在工作中取长补短。

3、个人特点：我是一个积极、主动、友善、大方、坦诚、热心、冲动、情绪化、有责任心的城市女孩。我敢于大胆挑战，敢于创新，积极进取。不同场合表现出来的我是不同的，因为我的情绪化，我更多的学会了察言观色，不同的场合不同的人给予不同的态度。对于知识的渴求，我有时充满了热情，有时却懒得只想学五柳先生只读其意，不见世人，不问世事，不思事理。

4、角色分析：在人生的舞台上，我扮演了多个角色。而就我的职业生涯而言，具体有三个不同的进程，也有三个不同的角色。在短暂的规划中，首先，我扮演的是一名“问路者”的角色。因为在没有投身于社会实践之前，最重要的是理论知识，因此学好新闻采编与制作这一专业职能。打好扎实的基础，为将来的社会实践做充分的理论准备。而这一阶段恰好是一个吸取经验，可塑性很强的时期，所以称为是“问路阶段”。

第二，在中程规划中，我要扮演的是“行路人”。千里之行，始于足下。只有在掌握了娴熟的理论知识的前提下，才能使之与实践相结合，完美的配合人的生活，学习，工作的进程。在实际工作中，积累工作经验，更好的发挥专业特长，在不断的努力和探索中打造美好的自我。

最后，在远程规划中，我要扮演的是“指路人”因为在积累了更多的实战经验后，更有利于打拼并且具有良好的专业特长及专业心理素质，不但能在工作中指导他人更好的完成“行路”这一阶段，更能在这一阶段中充实自我，完善自我，这样才能成为同行中的佼佼者。

5、自我分析小结：有理想、有追求，目标明确，但是缺乏专业知识，理论能力差。我相信，只要我努力，一切尽在不言中！

1、家庭环境分析：

出生在弄从家庭，父母都是农民，在农村长大，家庭调价不是很富裕，仅能维持一般的正常生活，但对于我的学费来说还是有一定经济负担。但家庭文化影响很好。

2、学校环境分析：

我就读的是私立高职院校，学校环境一般而已，教学设施基本齐全，地理位置处于人杰地灵的宝鸡，教学水平一般，所以在护理系教学不是全省最好的。

3、社会环境分析：

我国现在的大学生不断地增多，而且雪球两渐渐饱和，对专业研究不透彻，社会就业刘不高。反而失业率由上升趋势，所以就业环境不是很好的。

4、职业规划分析；

有关专家指出，近几年，物业管理专业出现了报名冷、就业热的情况，一般情况下，学生到岗实习一段时间后都能签约。

现在，物业管理的职责已不仅是过去管理煤气水电、打扫卫生了，而是帮助业主提升物业价值，并追求其中的附加价值，物业理念的升级给这个行业的就业带来了新的契机。

此社会环境为物业管理提供了一个较好的就业前景。而随着社会的发展，这行业的发展空间也会相当大。

目标

【我的目标生涯】

大学期间的学业规划

大一学年：了解基本的专业知识，加强社交活动，锻炼交际能力。

大二学年：奋斗自考，完成英语四级考试。加强巩固专业理论知识，并与学校的实训教学紧密结合。考取在校期间应取得的相关证书，如计算机二级证书。

大三学年：继续考取在校期间应取得的相关证书，自我增值。

大四学年：冲刺就业。考取物业管理师证书。

【具体实施方案】：要成为一个有一定经验的物业管理人员，需要缩小自己和有一定经验的物业管理人员的差距。规划毕竟是规划而已。世事总不会那么的合人意的。奋斗路上挫折必不可少，但是我有坚强的毅力。

我的座右铭是：意志能克制住感情的人是一定能成功的人。我从现在起老老实实走好每一步，就按照我的计划一步一步的干下去，今日事今日毕，只要这样我不相有过不去的火焰山。

**大学生职业规划1000字篇十二**

机会往往是垂青于那些有准备的人的。因此，置身于大学校园的我们，是否已经开始为今后的求职就业“累土”，又是否已经开始对自己的职业做出相对合理的规划了呢？鉴于职业规划在我们今后的就业取胜中占据如此重要的地位，我选择了周老师的大学生职业生涯规划一课，并且通过一个学期的理论、案例学习与未曾间断的自我剖析，在学期末，我结合自身实际情况拟定出了这份职业生涯规划报告。

我的人才素质测评报告结果显示前三项是服务/奉献型取向（25分）、生活型取向（24分）和挑战型取向（20分）。我的具体情况是

上图是我在八种职业价值观中的得分，其中得分最高的三种是最能反映我进行职业选择时首先看重的价值。因此，从上图来看，我的主要职业价值取向是：

服务/奉献型（d）：

服务型的人一直追求他们认可的核心价值，例如：帮助他人，改善人们的安全，通过新的产品消除疾病等。他们一直追寻这种机会，这意味着即使变换公司，他们也不会接受不允许他们实现这种价值的变动或工作提升。

生活型（l）：

生活型的人希望将生活的各个主要方面整合为一个整体，喜欢平衡个人的、家庭的和职业的需要，因此，生活型的人需要一个能够提供\'足够弹性\'的工作环境来实现这一目标。生活型的人甚至可以牺牲职业的一些方面，例如放弃职位的提升，来换取三者的平衡。他们将成功定义的比职业成功更广泛。相对于具体的工作环境、工作内容，生活型的人更关注自己如何生活、在哪里居住、如何处理家庭事情及怎样自我提升等。

挑战型（o）：

挑战型的人喜欢解决看上去无法解决的问题，战胜强硬的对手，克服无法克服的困难障碍等。对他们而言，参加工作或职业的原因是工作允许他们去战胜各种不可能。他们需要新奇、变化和困难，如果事情非常容易，它马上变得非常令人厌烦。

自我分析小结

通过对职业规划测评结果的分析和总结，重新认识了自我：我的职业兴趣在研究型、社会型和艺术型；我的主要职业能力是算术能力，察觉细节能力和空间判断能力；我的主要职业价值观取向是服务/奉献型，生活型和挑战型。我的职业性格是内向，有责任心，喜欢安静，独立思考，善于运用逻辑分析得出结论，但在人际交往方面不足，处于被动，对于职业选择不利。可以看出，我可以从事医疗方面的工作，对于我要成为一名医生，我会充分发挥我的优势，在未踏入社会前努力完善自我，让自己更适合做一名医生，做一名真正为人民服务的好医生，才无愧于这神圣的职业。

学校环境分析

学校特色：学校是全国高等学校重点院校之一，具备学士—硕士—博士人才培养完整体系，现有学科涵盖医学、工学、理学、法学、管理学、文学、教育学、经济学八大领域，下设基础医学、临床医学、生物医学工程、中医药学、公共卫生等16个二级学院，7所附属医院，拥有65个硕士学位授权学科，53个博士学位授权学科，6个博士学位授权一级学科，3个博士后科研流动站。师资力量和教学科研实力雄厚，医疗特色优势明显，临床教学基地完善。

专业学习：相对丰富和优厚的教学资源为我们的技能培养提供了便利条件，尤其是有名的附属医院为我们提供了良好的实践和就业条件，其中南方医院、珠江医院和是我毕业后就业的目标。

行业分析

（1）行业现状：随着经济的发展，人们对健康的重视，医药行业的发展前景可观。随着中国文化在国际上的风靡，中国传统医学在世界医学界也越来越被重视。目前，中国已经具备了比较雄厚的医药工业物质基础，医药工业总产值占gdp的比重为2.7%。

（2）发展趋势：传统医学地位的提升自然带动中药的发展，学习中药学的人才也越来越受到社会的重视，但“以药养医”这样影响医药产业发展的体制仍然不能消除。

（3）人业匹配：中药地位的提升使各企业、药厂对掌握此技术的人才更为看重，在国有大中型企业、国内私营企业及外资企业对这类人才的薪酬待遇都十分优厚。这也带动了中药学的发展，为企业和人才及广大人民带来实惠。

就业形势：目前每年大学毕业生人数都在递增，就业压力越来越大，本科生已是非常普遍，许多人都开始追求更高的学历，以适合这激烈竞争的社会。尤其是医学生，压力特别大，就业竞争上，本科生已经没优势，必须考研和读博，才能立足于医学这一行业。这是一个知识爆炸的年代，知识就是实力，而文凭就顺然地成为了知识的证明，因此每个人都用更多的时间来提高自己的文凭，不然就会被淘汰。同时，社会对人才的要求也是更高了，综合性的人才是最受欢迎的。

当前中国，政治稳定，经济、文化高速发展，并且这种状况还将持续相当长的一段时间。虽然竞争激烈，但随着经济的发展，留给我们的机遇还是很多的，能不能把握住就要靠个人能力。前途是乐观的，同时又是严峻的，我应该努力在大学期间提升自己，增强自己的竞争力。

内部环境因素

优势因素（s）

我的优势在于我的观察力很好并且好奇心旺盛。在熟悉的人面前非常活跃。我能够经常反思自己，哪些对哪些做错，以及如何完善自己的人格和关注心理健康。懂得开导自己，并以己推人，己所不欲勿施于人。

弱势因素（w）

我的缺点是兴趣虽广，但没有专长的一面；有时不大喜欢喧哗的场面，人多的场合不擅口头交际，这让我有时在人际交往中处于被动状态；不大能主动参加积极性高的活动。缺乏毅力、恒心，学习是“三天打鱼，两天晒网”。有时多愁善感，喜欢随遇而安，缺乏进取心。对自己的一些方面缺乏信心。

外部环境因素

机会因素（o）

当今社会大家在温饱之余更关注身体健康，我所学的医学正是广大人民一直信赖的传统医药学，这就决定了我们专业毕业后就业不会困难；这一类的人才的需求量大并且需要的范围广，无论是政府部门（药监局）、医院、药房、制药企业都需要。

1、近期目标：在大学三年里认真学好学校要的知识和扩展阅读面，积极参加或组织各种有意义的活动。总的来说就是要做一个好学生！

2、中期职业目标：认真努力学习，天天向上，希望在实习期间能够学到更多操作性和书本上学不到的东西，同时也希望能结识更多的良师益友，极力做一位出色的实习生！

3、长期目标：实习后成功考取助理医师、执业医师两证，任何时候都要不断吸取新的知识和常跟同行的人沟通联系，尽量要与时俱进，逐渐向自己的私人诊所努力，然后慢慢做大

成功与不成功的人唯一的区别在于成功的人可以无数地修改方法，但绝不轻易放弃目标；与之相反，不成功的人总是修改目标就是不修改方法。无数的事情证明：一个人成就一番事业，很大程度上是取决于有无一个正确适当的人生目标和计划。所以我们做事都要有计划的去进行，永远的记住：天下事有难易之乎，为之，则难者亦易乎，不为，则易者亦难矣。谨记：只要肯下苦功就一切皆有可能！

只要头时时燃烧着坚定的信念，一往无前地进行下去，就会惊讶地发现————很多所谓的远方，其实并不遥远。用我们的热情和智慧扬起理想的风帆，用我们青春和生命奏响时代的强音！

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