# 2024年职业生涯规划书(7篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-09-27

*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。职业生涯规划书篇一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...*

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。

**职业生涯规划书篇一**

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。

1、自我评估

我的兴趣爱好：自己性格活泼开朗，善于和同学交流，课外活动最喜欢和同学打羽毛球，去阅览室看杂志，小说之类的，平时和同学在一起聊天，学习吗，自我感觉还好，期末考试的成绩自己还算满意吧。

2、自我优势优点盘点

（1）积极主动，勤奋向上，只要我认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做我认为毫无意义的事情。

（2）实事求是，有目标有想法，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。

（3）与人交往时比较谦逊、有同情心，对朋友忠实友好，有奉献精神，喜欢关心他人并提供实际的帮助。

（4）做事有很强的原则性，学习生活比较有条理，愿意承担责任。

3、自我劣势缺点盘点

（1）信心不足，不敢去尝试一些新事物；对失败和没有把握的事感到紧张和压力。

（2）脾气有时温和，有时暴躁，不过当情绪波动的时候我会努力克制自己，在公众场合不敢展现自己。

（3）做事情有时拖拖拉拉，做一些决定的时候拿不定主意。

4、个人职业分析

**职业生涯规划书篇二**

大学生就业问题成为了社会各界关注的问题，大学生就业心理准备不足，主要体现在自我角色转换不够及时和自我认识，自我了解不够准确，职业能力不足，知识结构相对单一，应聘前对公司了解不够，缺乏规范的职业指导与清晰的职业规划等。针对以上的就业形势分析，可见大学生做出科学合理的职业形势规划具有重大意义，科学合理的职业生活规划是大学生迈向成功的第一步。

（一）职业兴趣

我喜欢从事高效有序性的工作，包括企事业或行政单位的职业经理人具体的执行工作或是行政工作。愿意执行上级的命令，自己也有意寻求担任领导工作，习惯于自己对事情做判断和决策。不喜欢那些模棱两可的指示。通常忠诚、可靠、自我控制能力强。既不喜欢从事笨重的体力劳动，也不喜欢在工作中与别人形成过于紧密的联系。对于明确规定的任务可以很好完成。

（二）职业能力

通过的职业发展测评和分析，了解到自己有着较高的基本智能，有着良好的推理分析能力及比较不错的语言沟通能力，同时也具备了良好的人文素养和交际能力。经过长时期学校及社会的教育和培养，不论是相关的专业能力还是实践要求基本符合社会需求。相信对以后所选择的工作能够很快地适应和很好地胜任。

（三）个人特质

我为人较宽容，能包容别人过失，并忘记不开心的事情，让生活轻松，会受别人观点影响，但也在他人观点中“取其精华”，不断自我完善，当不开心的时候，喜欢自己消化，尽量不影响他人情绪，有一定的自我防卫，会从实际出发，思考分析问题要害。比较稳重，基本不会做出冲动的事。同时也喜欢尝试新事物，喜欢创造，不喜欢生活千篇一律，在相对规律的一段时间后会乐于做与日常不同的事。

（四）职业价值观

我的职业价值观主要包括家庭取向、经营取向及志愿取向。

愿过十分平淡但又安定的生活，珍重同家人的团聚。为人踏实，生活态度保守，不敢冒险。有较高的稳定性和忠诚度；做事勤奋踏实；重视同事个人情感。但是处事比较保守；工作状态易受家庭影响

不愿受别人指使，凭自己的能力拥有自己的“小城堡”，不愿受他人干涉，想充分施展本领。独立性强；主动行动；有强烈的成就动机；但有时可能比较固执

富有同情心，能把他人的痛苦视为自己的痛苦，不愿干表面上哗众取宠的事，把默默地帮助不幸的人视作无比快乐。喜欢帮助别人；不计较个人利害得失；但易受他人或环境影响；

（五）胜任能力

我的优势能力主要在于推理能力、文字组织表达能力、敏知能力、自主学习研究和自我完善能力及领导能力、判断决策能力。但有时不够果断，对事情考虑到太细，到起了相反的作用。

（一）家庭环境分析

家里经济条件不甚良好，家里基本上不能提够一些有利的条件，所以凡事都得靠自己去打拼。另外，家里基本上也没人能够在职业方面提够一些经验或是介绍。父母的受教育程度不高，但为人诚实通情达理，很重视本人的学习生活，体贴照顾，对本人的要求只简单地规为自强自立，拥有一份自己的事业，有完满的家庭。

（二）学校环境分析

上饶师范学院经济与管理学院是上饶师范学院的二级学院，拥有比较先进的教学设备和精良的师资队伍。学院教学以理为主，重视对外交流与合作，制度创新，教学创新，为我们提供了如学习氛围及能力锻炼等良好并十分有力的外部条件，特别是本人就读的会计学专业，聘任的教师是会计专业的精英及拥有注册会计师证书的骨干教师，教学经验及在职经验丰富，上课生动灵活，并能结合其经验，提前我为我们的职场所须注意事项上了一课。

（三）社会环境分析

我国现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，对会计方面的研究不透彻，社会就业形势不明确，大学生自己也缺乏就业能力和指导，反而失业率有上升的趋势。给就业带来新的压力。

（四）职业环境分析

随着社会经济的高速发展，会计行业已经开始和其它的专业慢慢融合从而产生了很多新职业，这也为以后会计人员的发展提供了更多的选择机会。

会计是一个非常讲究实际经验和专业技巧的职业，它的入职门槛相对比较低，难就难在以后的发展。想要得到好的发展，就要注意在工作中积累经验，不断提高专业素质和专业技巧，开拓自己的知识面。以会计作为职业会获益很多。其中最重要的是，可以了解企业到底是如何运作的。会计领域为从业者提供了不断变化并富有挑战性的工作。所以很多商界成功人士最早都是从事会计工作的，同时，很多大企业的财务总监必须具有会计的背景。

会计专业四大职业方向：

第一种是“做会计的”，即从事会计核算、会计信息披露的狭义上的会计人员，全国大约有1200万人，其中总会计师或“cfo”级别的，全国大约有3万人左右。

第二种是“查会计的”，包括注册会计师和政府和企事业单位审计部门的审计人员、资产清算评估人员，全国目前大约有8万名注册会计师以及30万左右的单位内部审计人员。

第三种是“管会计的”全国估计不少于20万人。

第四种是“研究会计的”，全国估计不超过3万人。

厦门作为中国的经济开发区及经济腹地，与世界多个城市有贸易往来，工业有一定基础，文化教育比较发达，其建设具有国际国内双重良好的投资环境，中国加入世贸组织必将给厦门带来更加多的发展机遇和更为广阔的发展空间。厦门地区一年四季气候温和宜人，风景优美，环境整洁。目前来说我我最想就业的一个城市。

（一）综合自我分析及第二部分职业分析的主要内容得出：

优势因素（s）

弱势因素（w）

内部环境因素

一定的会计、计算机水平；涉及会计知识的学习；

对数字较敏感；

交际能力有待提高；

对就业行业的细化了解不深。

机会因素（o）

威胁因素（t）

外部环境因素；

会计行业的发展及其人才的需求加大；经验学习渠道广；

人才供过于求，竞争激烈；

市场的发展对人才提出高要求。

（二）结论

职业目标

将来从事会计职业

职业发展策略

进入大中型企业（到厦门地区发展）

职业发展路径

实务路线——管理路线

具体路径

一般会计——前期从事实务操作，中后期财务总监，再到企业总经理

根据上一阶段所制定的各个目标进行计划，分析达到目标所需的条件，并在大学阶段开始实施。

（一）短期计划（大学）

1、时间跨度：20xx年至20xx年

2、总目标：完成大学学习任务，圆满取得毕业证书及学位证书；参与社会实践。

3、分目标：学好各科专业知识，掌握会计行业的基本知识。英语考级积极复习，强化英语，至少过四级，争取过六级。参加报考和会计相关的各种证书；关注各种经济信息，学习关于会计方面的书籍。假期打工积累社会经验。

4、策略和措施：20xx年报考并争取通过会计从业资格证、计算机证书及英语四级证书；20xx年报考并争取通过初级会计师证及英语六级证书，并参与暑期实践；20xx年报考注册会计师两门并争取通过，参与和专业相关的暑期实践。20xx年报考公务员及注册会计师部分科目，完成论文答辩，获得毕业证书及学位证书。

（二）中期计划（毕业之后的五年计划）

1、时间跨度：20xx年至20xx年。

2、总目标：进入企业后开始基础工作，考上cpa，为高级管理工作做好准备，成家立业。

3、分目标：进入外贸企业，开始基础工作；努力看书，考上cpa；在五年中的后阶段开始学习高级管理运作所需知识，培养一个高级管理者所需要的各方面的素质；自由恋爱，找到最适合自己的人组建家庭，孝敬父母，报答父母二十几年的养育之恩；经济收入水平在此阶段的定位为：2024—5000元人民币。

4、策略和措施：处理和与公司内部人员的关系，虚心请教经验丰富者，慢慢形成自已的一系列处事方法；养成毕业后仍坚持学习的习惯，多看书学习；处理好与爱人的关系，夫妻间相互体量、相互鼓舞、相互帮助。

（三）长期计划（毕业后十年）

1、时间跨度：20xx年至20xx年。

2、总目标：从事管理工作，争取做到高级管理者；经营好自己的家庭和生活并开始回报社会。

3、分目标：生儿育女，重视儿女的身心健康教育，并重其文化素养，后期注意其个性的发挥，为其提供良好的深造的经济条件；在第十年要做到大中型企业的高级管理者，并在管理过程中表现优秀，深得民心；服务大众，回报社会，尽己所能捐助贫困学生，减少其在经济和精神方面的压力；经济收入在此阶段的定位为年薪十万左右。

4、策略和措施：为小孩营造一个好的成长环境，做到高级管理者的同时不断学习和别人交流，多向优秀的人才学习，多走访高校；建立自己的基金会，为贫困学生尽自己力所能及的帮助。

1、职业目标评估

如果不能如愿地从事会计职业，那么，我将继续发挥经济与管理方面已有的知识，对职业的选择进行调整，如销售方面。

2、职业路径评估

当发现此行业不适合我的话，那么我就要多方面地考虑，从职业路线的行程是否太急考虑，尽量把不适应的形势扭转过来，如果真的不行，就要重新科学合地进行规划。

3、实施策略评估

如果在进行过得中发现实际工作不如想像中理想，我就重新定位，分析，并找到更好的实施方案。

4、其它因素评估

如果身体方面出现疾病导致不能如期实现规划任务，就适当地将完成期限延长；如果所从事的行业工资收入不如我意料的水平，那么要先尝试和上级沟通，如若不行，可以考虑到相应行业的其它公司求职。总之，我将立足实际深入分析出现状况的原因，再做出谨重的选择。

5、时间评估

一般情况下，我定期一年评估规划。当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

人不可以没有理想，也不可以没有目标。良好的开端是成功的一半。现在完成根据我目前实际情况的职业生涯规划书，不仅为我的生活学习更加明确的明标，也为我今后的就业准备了不可缺少的一份指导方案。我希望自己在工作方面做得出色，敬重自己的岗位，对自己负责，也对社会负责，尽自己最大的力量改变一些社会上不公正的事情，做一个正直的人。同时也希望有个幸福美满的家庭，因为平平淡淡才是真，健健康康才是福。

我将会一如既往地向前探索着，走出自己的人生，走出自己的辉煌。

**职业生涯规划书篇三**

一．序言

中国教育应该在早期就对学生进行职业培训了，记得高中报考的时候大脑里似乎只有医生，老师……然而现在回想起来，那个时候如果就开始规划了，那么我们就可以节省更多的时间来开发我们剩余96%的大脑智力了。

上了大学我的计算机生涯正式开始了，三年里，自己也是像高中一样刻苦学习，拿奖学金，获光荣称号，争取一切机会锻炼自己，因此毕业找工作时，自己满怀信心的去面试，正是我的自信和扎实的基本功受到了企业的亲睐。我有了我的第一份工作：网站策划。在这里，我要提醒大家，做技术的基本功时一定要很扎实，虽然很多人说，工作了在学校里学的东西都用不上，但是如果你打算作技术，那么基本功不过硬就谈不上其他了。因此，学校里的基本功锻炼还是必要的而且要重视的。特别在找技术工作的过程中，企业更看重你的专业功底。还有就是找工作的时候公司不是看你是不是最优秀，而是看你是不是最合适！

二．努力，创新，挫败

第一份工作，虽说是网站策划，但是技术含量并不高，倒是分析设计比较费心。公司规模不大，但是在那一年里，我的成长是迅速的。感谢原公司的所有员工，在那里我学到了很多，如何与人沟通，认识到团队精神如此重要，遇到困难时，不要浮躁和气馁，想尽办法解决它！不能做到最好，但总能更好！一个机会，我能进更好公司做软件测试，因为自己一直从事网站策划而测试也是web测试，因此，顺利面试后，交接了工作，离开了原来的公司，这样选择是因为，我觉得自己还是应该在计算机领域内有更进一步的发展，再加上自己也有考研的打算，因此，我开始了我的第二份工作，虽然是黑盒测试，但是针对不同的软件要求你有不同的知识结构，也正是在第一份工作中的经验积累，使我很快融入工作中。在工作中我发现，如果想在软件测试领域内有进一步的发展，我必须要有丰富的开发经验。而这正是自己欠缺的！在第二份工作的过程中，我参加了我的第一次考研，失败告终，不能说我没有尽力，我尽力了。但是我们当初学的是数四，而理工科要考数一。差太远了。败在数学上，也是我下工功夫最多的科目上，直到今天，我还能想起当初在考数学时自己的心情，三个小时的答题时间，一个小时后，我就已经对空空如野的卷面毫无办法了。那两个小时的心理和精神的战争，几乎让我崩溃。所以这里提醒想要考研的专科兄弟姐妹们，数学是一大难关，要有充分的准备！

挥泪过后，爬起来继续前行，我相信，毅力+方法早晚有一天，我可以！

三．收获

第二次飞跃之前，我选择辞职，这也需要很大的勇气，冒很大的风险。但是鉴于对自己的评估和判断，我自信这次我一定行，因此，断然辞职，从返校园，以研究生同等学力的身份，又一次返回校园，在那一年里，我提前进修研究生的课程，也听了自己觉得欠缺的本科课程，因为工作以后我深知，校园里学到的东西如果有选择性的学好了，是可以受用终身的！苦心人天不负，第二次，我以优异的成绩实现了自己的飞跃。而我知道这又是一个新的开始。

研究生三年中，有两年的时间是在老师的公司实习，因为研究生课程提前修完，因此有更多时间在实践中积累经验，按照自己曾经的规划，虽然自身性格不是很喜欢开发，但是我又是那种迎难而上的个性，因此，在工作过程中，不断地锻炼自己这方面的能力，在工作中充分发挥自己较强的沟通技能，不断积累学习，不断进步。

四．规划

进行职业规划的过程中，我认为对自己做出正确的客观的评估和定位是很重要的。每个人都有不同的志向、背景和经历。而这个人的兴趣和动机，在很大程度上影响着他的职业选择和为这一选择而做得准备。所以，我认为每个人在对自己正确评估的基础上，结合自己的兴趣为自己构建一个实际的职业规划是很必要的。

我是一个开朗乐观、有思想、注意细节的人，喜欢创新，喜欢有挑战性的事物，我更希望能把这种热情一直持续！我的优势在于：较强的英语听说读写能力；丰富的需求分析和软件测试经验；一定的软件开发经验；较强的学习能力；较强的沟通能力；良好的团队合作精神；综合能力比较强（有些不谦虚啊！但是实事求是！）我的劣势在于：专科毕业考的研究生（有的企业会介意）；没有足够的专项工作经验。对于我的劣势我认为，虽然我是专科毕业考的研究生，但恰恰是这一点证明我有很强的学习能力！工作经验和专业技能在一段时间内是可以拥有的，而一个人的整体素质和综合能力则是无法替代和改变的！

在长期的摸索和实践过程中，也借鉴了导师的意见，觉得自己比较适合做分析设计，协调工作。因此我将以此为核心，尽量扩大自己的能力范围。根据我曾经的经历，加上对自身的评估，综合自己的兴趣，毕业5年后我的目标是：成为公司中层技术管理人员。

在开始阶段当然是熟悉公司的运作，和自己的工作方向，没有坚实的技术基础，做管理会无法令人信服，因此从基层做起，点滴积累，相信很快便会使自己和公司得到双赢！

机遇可以靠自己把握，也可能从你身边溜走！

生活还在继续，梦想就在前方。一份耕耘一分收获，相信自己。加油！

**职业生涯规划书篇四**

一、前言

水无点滴量的积累，难成大江河。人无点滴量的积累，难成大气候。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功的喜悦没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果只有付出，才能有收获。大学是人生职业生涯发展中的一个重要准备期，在这个阶段，我们准备的如何直接关系到我们四年后在职场上的竞争力和未来职业生涯发展的水平。然而，身为大学生的我们却没有认识到这一点，在一天天的消磨大好时光。人的大学时光一生中也许就一次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。于是，在经过一番深思熟虑之后，我决定把自己的未来设计一下。有了目标，才会有动力。

二、自我认知

职业兴趣：

我是一个行为上不太按牌理出牌的人，喜欢想象力与创造力的艺术，聪慧、好奇心强、思维活跃，常有不错的创意表现，小时候的我想当一名小说家或者摄影师。只是这些幻想都已经随着知识和认知的增加而逐渐远去。现在的我还是像以前那样喜欢幻想，我很想做的是影视后期方面的工作。

职业能力：

遇到打击绝不会轻易放弃的我对于人和事都比较敏感，打破旧有的体制与观念、建立新主张、找出新的技巧与理论、创造新的风潮并带领与众不同的时尚，想人所不敢想、做人所不能做。

职业价值观：

我最看重的是能力，一个人的能力可以说决定这他在工作中的地位。影视艺术技术是一种创造性的的活动，它需要我们平时的不断积累、分析和理解再创造；制图，则是我们的表现手段，而这些正是我们能力的一种表现，当然其他的像团队合作、协调也是比较重要的。

自身优点：

（一）工作方面：责任心强，工作态度认真投入并要求自己做到至臻完美，有一定的组织能力和领导力，有耐心，想象力丰富、思维活跃且富有创造力，并且乐于听取他人意见。

（二）学习方面：自学能力强，涉猎广泛，动手能力强。

（三）生活方面：喜欢帮助他人，待人热情，性格上静若处子，动如脱兔，心思细腻，生活比较随性，习惯单纯，对待事情较为执着，偶尔会有情绪低落，但很快会变得心境明朗。

自身缺点：

有时候比较健忘，脾气有时急躁，偶尔极端，过于追求完美而缺乏自信，较为自卑，敏感脆弱，容易情绪化，有时候略显懦弱，做事容易受到外界因素的干扰，偶尔说话太直，易得罪人。

数字媒体艺术：

综合以上分析和总结，对自己又有了更新的认识。做事比较认真，具有很强的责任心，有一定的组织能力和领导力，能吃苦，完美主义者，但有很多时候又因为过于追求完美而给自己和他人都带来一定的干扰；凡事比较细心，观察能力、动手能力和自学能力强，但是还是缺乏相当程度的耐心，情绪控制力欠佳；虽然涉猎广泛，但不够深入和精炼。在性格方面，呈现内向和外向双重性格，喜欢广交朋友，和熟悉的人能够很好的交往，待人热情，乐观活泼，情绪化严重，过于计较一些琐事，缺乏一定的交际能力。

家庭环境分析

家里的经济状况属于中等，从小的生活也没有太多的担忧，与别人不同一点，我是和我们家一起成长的，从什么都没有，到什么都不缺。家庭对我个人的职业并无多大影响。与我最大的影就是父母的经历父母从十几岁就开始了四处打工，各种各样的工作都一一做了遍，经历和所悟的东西都有了自己的认识。

学校环境分析

北京联合大学广告学院的数字媒体艺术专业具有多年传统，数字媒体艺术又是现在社会还未认可的专业

社会环境分析就业形势

处于中国人力资源的鼎盛时期我们，加之金融危机让本来就严峻的就业形势更是雪上加霜，大学生就业难正日益成为社会问题，就业是民生之本。“十二五”规划纲要强调，实施更加积极的就业政策，把促进充分就业作为了经济社会发展的优先目标。有关部门的统计显示，目前每年社会新增就业机会大约700万至800万个，而每年大学毕业生人数则大约在600万以上。但我国在疏通渠道和就业服务上有明显不足，也有很大拓展空间。一方面是民营企业、边远地区有很大需要，另一方面是目前的就业服务有很大的局限，尚未形成全国性的就业市场，大学生异地求职，信息不畅，成本太高。此外还有就业观念须转变的问题。

据称有一定的能力，熟练使用后期制作软件人才不难找到工作。最受青睐的是正规院校本专业或相关专业本科及以上学历，有大中型公共建筑设计经验者，或者有一年以上较大的影视公司工作经历或优秀应届毕业生。而具备影视后期制作、动画制作、平面设计等方面的知识，能在影视后期部门从事影视后期工作，并具有多种职业适应能力的通用型、复合型高级工程技术人才是我国行业中最匮乏的人才之一。

数字媒体艺术职业环境分析

“数字媒体艺术”那当然就是艺术类专业，与我们一般理解的、传统意义上的“艺术”所不同的，只是这个专业的定位在学科领域有一定的交叉和细化，是关于媒体领域的，表现方式为数字化的，也就是“换笔”了的艺术类专业。在国家20\_\_年的学科目录中，“数字媒体艺术专业”属于艺术学的“1305 设计学（可授艺术学、工学学位）”。这的确是一个新专业，她充分体现了社会分工的细化、融合和时代的进步与发展。事实上，当我们从工业社会迈进信息社会门槛的时候，艺术家与科学家都不约而同地猛然发现，艺术与科学竟然同处一个载体中，以至于达到密不可分的程度。这种密不可分的现象，几乎遍及艺术与科学的任何一个领域，舞蹈、音乐、绘画、戏剧、影视……一切都离不开新技术，有了新技术，传统的艺术形式才更加绚丽多彩。艺术需要借助科学技术来塑造形象，创造更新、更奇、更异的艺术效果；科学也同样需要调动一切艺术手段，证明和推销自己的新技术，依赖艺术无边的想象来创新。信息社会为艺术与科学的结合，提供了更广阔的天地；艺术与科学也在这个广阔的新天地里，上演着更加引人入胜的一幕。数字媒体艺术专业应运而生，她理所当然地走在了艺术与科学携手的最前沿。

三、职业目标

想进入电视台，现在大一已经开始准备了电视台必备的一些软件的学习、和大二会争取一些电视台的实习机会。可能会去\_\_电视台或者\_\_电视台（\_\_电视台），这些电视台进行实习。

大三的实习期，希望我能在大二的实习里收获到不少经验，大三的实习期会让工作走上正轨。

职业发展路径：

影视后期制作是一个后期处理的工作我会渐渐的熟悉节目流程与需求，走向编导的一个位置。

具体路径：

员工——初级小员工——中级员工——高级编导。

四、评估调整

（一）评估的内容：职业发展不可能是一成不变的，就像企业做计划也会随着环境的变化而作相应的调整。沉重的工作压力和双专业紧张的学习可能会使我的计划打乱或者无法进行实现，但是我不会放弃，我会努力朝着目标与计划去追求我想要的职业人生，不管在这期间实施过程中出问题还是身体或是其他方面的原因，我的大体方向不会改变。

（二)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。

（三）规划调整的原则：对评估结论不合理的地方进行修改、增加、或删除。力争达到客观真实。

五、结束语

中国人常说，尽人事，听天命。对于我们可以控制的，理当全力以赴，因为操之在我；对于不可控制的，我们应当养成坦然接受的胸怀和气度。要抱着一种信念，那就是不做则已，要做就要做好。在工作中，努力奋斗，自动自发，精益求精。这样，才能赢得收获。

**职业生涯规划书篇五**

1、自我兴趣爱好盘点：

（1）业余爱好：研究历史及中国经济、打篮球、英语、阅读、音乐、书画等等

（2）喜欢的书籍：《货币战争》、《人性的弱点全集》、《再坚持一点点》、《唐诗三百首》

（3）喜欢的歌曲：《光辉岁月》、《welcometomyworld》……

（4）心中的偶像：股神巴菲特、科比布莱恩特、\_

（5）信奉教条：自信和希望是青年的特权。──大仲马

2、自我优势优点盘点：

（1）具有冒险精神，积极主动。勤奋向上，只要我认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做我认为毫无意义的事情。从小担任学生干部，有较强的组织领导能力和责任心。交际能力较好、做事认真、口才也还不错。

（2）务实、实事求是，有目标有想法，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。喜欢单独思考、收集和考察丰富的外在信息。

（3）与人交往时较为敏感，比较谦逊、有同情心，对朋友忠实友好，有奉献精神，充满一腔热血喜欢关心他人并提供实际的帮助。

（4）做事有很强的原则性，学习生活比较有条理，愿意承担责任，充分发挥自己客观的判断和敏锐的洞察力。

3、自我劣势缺点盘点：

信心不足，不敢去尝试一些新事物；对失败和没有把握的事感到紧张和压力；对于别人对自己的异议不服输；脾气有时温和，有时暴躁，容易激动，在公众场合不愿展现自己，有些害羞。缺乏社会实践经验，动手能力不强。做事有点毛躁，抗压能力不强，对某些事物过于敏感

4、生活中成功经验的盘点：

独立自主，很多事都必须要自己一个人去面对去思考去决定。不管在学习上还是在生活中，都要自己亲身经历才能领悟到其中的奥秘。

5、生活中失败的教训：

目前我遇到的失败就是高考，我把高考看得太重要了以至于没有发挥自己的真实水平。现在觉得生活中没有一个人或一件事就能完全决定我的人生，只要以一种平常的心态去面对那些所谓重要的事和人，没什么大不了的。

6、个人分析（结合职业测评）：

我的职业价值观：小康型。渴望能有社会地位和名誉，希望常常收到人们的尊敬。\_得不到满足时，由于过分强烈的自我意识，有时反而觉得很自卑。

相应职业类型：模具师、工程师、技术员、主管等。

我的职业兴趣：企业性工作。包括策划、管理及模具专业工作等，需要具备领导才能、有决断力、并能在压力下独立工作。

我的气质：多血质。活泼好动，乐于交往，兴趣和情绪多变。

我的职业性格：敏感型和思考型。敏感型——精神饱满，好动不好静，办事爱速战速决，但是行为常有盲目性。与人交往中，往往会拿出全部热情，但受挫折时又易消沉、失望。思考型——工作、生活有规律，爱整洁，时间观念很强，重视调查研究和准确性，但缺乏灵活性。

所谓知己知彼，通过上面较为客观的自我分析，我认为，最基本的我清楚了我现在学的这个专业还算是通往我理想职业的专业，也比较符合我自身的个性。

每年寒暑假都会找一份兼职工作，增加实践经验，提高对社会的认识。多接触一些没有学到而又有用的知识，比如：看一些社会心理学方面的书籍，向心理老师咨询解决自己在性格方面的弱点，学习管理学等等。增强自己的抗压能力，让自我感觉更好。

正如马云所言：“生活是公平的，哪怕吃了很多苦，只要你坚持下去，一定会有收获，即使最后失败了，你也获得了别人不具备的经历。”

要敢于面对自己的缺点，不断改进才能不断提升。

**职业生涯规划书篇六**

结合相关的测评报告对自己进行全方位、多角度的分析。从测评得分可以看出，我在学习风格、性格、兴趣的自我了解方面稍有欠缺。你在技能、价值观的自我了解方面对自己比较清楚。

1，价值观探索职业价值观指的是，你无论从事的是什么工作，都会努力在工作中追求的东西。从某种角度，可以认为，工作价值观就是你在工作是最期待获得的东西。当然，这可能是金钱、权力，也可能是成就感、社会奉献等。

对我而言，我所设想的工作是一个能让我的才华尽情展示的，拥有一定的挑战性，而且，我喜欢有人能认同我，鼓励我，这样我会更有精力与热情投入到这件事中，让事情更好的完成。我还是一个喜欢看见回报的人，不希望我的努力什么都没有得到，我希望能有一种成就感，不一定是金钱带来的，只要是能让我感到有意义的就可以。我不是安于现状的人，我希望能得到更多的发展与提高的机会，以此来提升自己，更好的完成工作，也得到更好的发展。

2，职业兴趣探索

每个人都有独特的兴趣特点，通过霍兰德六边形，我了解到我的兴趣类型是：现实型和研究型。而最弱的兴趣类型是：常规型。

现实型手脚灵活，擅操作，爱运动。研究型理性、精确，求知欲、思维力强。常规型有条理，循规蹈矩，脚踏实地对我而言，我不是很喜欢运动，好像身体协调性也不好，手脚不太灵活，有些不太准确。而常规型还和我挺接近的。我喜欢把精力投入抽象理念的活动中，像证明题的证明。

我觉得我还比较靠谱，脚踏实地，我不太喜欢仓促地做决定，希望在明确、固定的环境中，有充分的亲身活动来获取经验。

3，学习风格探索

我在反省型上得分，属于反省型的学习者。

对我来说，我更喜欢独立思考。喜欢事前有时间准备，比如在行动前思考权衡利弊，在发表观点前综合别人的意见，有机会事先阅读介绍背景情况的简要资料等等。这样对我的帮助会很大。希望有机会能复习和回顾经过和所学到的东西。提交东西很谨慎。我喜欢平等地与他人交流，没有事先约定和没有结构化学习经验的束缚。在没有压力及紧张期限的情况下思考，得出结论。

我不喜欢被迫抛头露面，充当组织者、，或在别人面前角色扮演。我也不想卷入一些未经计划而需要马上进行的紧迫情况。在未经提醒的情况下投入某项工作，要求当即立断和即兴想法，会让我很不适应。我讨厌有较大的时间压力或在不同的活动之间奔忙，为了出结果而不得不走捷径或做表面文章。

4，技能探索

我认为我最擅长的5项技能：

1、时间管理：有效安排并管理自己的时间和他人的时间

2、批判性思考：解决问题时，运用逻辑分析和推理，鉴别不同解决方案、结论或方法的优劣

3、判断和决策：权衡各种方案的得失利弊，并从中选出

4、积极学习：学习新知识，并能很快运用新知识

5、科学思维：利用科学的规则和方法（比如对比、分类、演绎、归纳等）解决问题

我认为我最薄弱的3项技能：

1、口头表达：有效地口头传达信息或观点

2、说服：说服他人改变想法或行为

3、修理：使用工具修理机器或系统

5，性格探索

特点：考虑问题理智、清晰、简洁，不受他人影响，客观的批判一切，运用高度理性的思维做出判断，不以情感为依据。喜欢用批判的眼光审视一切，如果形势需要，会非常坚强和果断。不屈从于，并且很聪明，有判断力，对自己要求严格，近乎完美，甚至也这样去要求别人，尤其讨厌那些不知所措、混乱和低效率的人。有很强的自制力，以自己的方式做事，不会被别人的冷遇和批评干扰，是所有性格中最独立的。是优秀的策略家和富有远见的规划者，高度重视知识，能够很快将获取的信息进行系统整

合，把情况的有利与不利方面看的很清楚。具有独特的、创造性的观点，喜欢来自多方面的挑战。在你感兴趣的领域里，会投入令人难以置信的精力、专心和动力。其实这个测评是我觉得最接近的，我做出决定后，就决不轻易改变，对自己要求也还行，就是有时有点自制力不足。在团队中，我也不是特别爱发言，基本上以听为主。而且，我还比较独立，更喜欢一个人做事情，不喜欢有别人的介入或帮忙，同时，我的耐心不是很够，有时就容易态度不好，有时会有些不切实际的想法。我喜欢有挑战性的任务。

6，自我探索小结

每个人都有多种价值观，因为价值观是与个人需要密切相关的。要能够早早定位自己内心深处追求的东西，及早有一个方向，才会获得更多的成功与机会。

职业兴趣类型没有好坏之分，不需要故意地形成好恶。每种兴趣都有适合的工作环境，也都有自己的特点和不足。每个人都可能将他的兴趣和工作结合起来发挥自身的价值，应该做到的是：了解自己的兴趣特点，将其发挥到极至！

四种学习风格在一个人身上都可能存在，只是有侧重而已。学习风格的不同，最终决定了一个人行动的风格。因此，基于对自己学习风格的认识，以及自己目前面临的学习任务，需要为自己的风格完善与改进做出思考与计划。

**职业生涯规划书篇七**

一、自我认知

兴趣：我兴趣广泛，如喜欢逛街，喜欢旅游，喜欢集邮，喜欢手动制作些手工艺品，喜欢可爱的东西，对新事物充满好奇心。

职业兴趣：我喜欢那些穿着白大褂、以睿智丰富的知识为病人解除病痛的医生。自己也喜欢当医生。

职业价值观：我认为医生首先要有崇高的敬业精神，要有精湛的医学技术和追求卓越、利他主义、责任感、同情心、移情、负责、诚实、正直、严谨的科学态度。能力：我的管理和学习能力还不错。从班里的学习委员和当社团的会长这两点来看，我的办事能力是可以的，管理组织能力也得到别人的肯定，有独立学习的能力。好的学习能力为我以后的职业能力打下了基础。

性格：我是比较喜欢独立的人，一般都是自己的事情自己解决，不喜欢麻烦别人。面对别人，我是热情开朗的女孩。我会对我遇见的人很阳光的微笑，很热情的打招呼。我会热心地待人。对于不幸的人我会同情他，对于失意伤心的朋友，我会安慰她，对于需要帮助的朋友，我也会热心地尽自己所能地帮她„„我在别人面前是乐观，是开朗的。所以很多人都人认为我很厉害，很不错，根本都不会有愁的时候。这就是我阳光的一面吧！大多时候，我是有耐心的人，我可以很细心地做好事情。只是近段做事有点缺少恒心与毅力，只抱三分热情，没有动力。不过这只是暂时的，我会找好自己的方向，努力前进的。再仔细端详自己的性格，待人待事热心热情，适合当医生的。

二、社会环境规划和职业分析

环境与职业的分析

1、家庭环境分析：从家庭来讲，我从事医生这一职业是很好的。首先，我家人的身体不是很好，我希望自己可以更多地帮助到家人。

2、学校环境分析：就目前我所就读的学校——广东药学院来讲，读医不是个很好的选择，因为本学校是以药剂学等专业较好的，在一个药科学校里读医不是很好的选择。但是，我想，只要我读研时在更好的学校读，这样就可以弥补回来了。现在学校并不重要，重要的是我要学到过硬的知识才是真理。

3、社会环境分析：现在各行各业受到金融危机的影响，导致今年的大学生就业 率才达8%，然而，医生这一行业是不受金融危机影响的。但是虽然不受金融危机影响，因为大学生越来越多，每年医院的病人的数量是差不多的，医生这一职位也接近达饱和状态，所以没有过强过硬的本领，是很难在这个强手如林的社会里立足的。

4、法律环境分析：现在医患关系处于紧张状态中，医生这一职业，可以说是一只脚在医院，另一只却在监狱。患者都会认为，医生医好人是应该的，然而医不好就你不对。所以，为面对这么严峻的形式，学好知识，完善自我是至关重要的。

5、职业环境分析：大学里读医的人数在逐年增多，现在对医生的要求也愈来愈高，本科生想在较好的医院里呆是很难的事情，除非你的能力非常的高。否则，现在大多医院都是要求硕士以上的学位才可以的。

6、发展领域分析：我现在就读的是\_\_医学，以后可以选择\_\_科等方向。外科医生需要理论知识牢固、动手能力强、体力够强、思维敏捷细腻等能力。各科医生的要求各不相同，给自己定向时要有充分的了解才可以。

三、职业目标分解与组合（十年规划）

职业目标：医生

20\_\_-20\_\_年——大\_要达如下目标

学习目标：过英语\_级，学好专业知识，学好计算机，拿\_等奖学金；

能力目标：提高自己的领导能力；

职务目标：做\_\_协会的会长。

20\_\_年-20\_\_年——大\_达如下目标：

学习目标：牢固掌握学过的所有医学基础知识，医学专业英语水平达可以自如地阅读外医书的水平，能力目标：会熟练运用推拿、针灸、拔罐、急救等。会为诊断简易病情。

20\_\_-20\_\_年——大\_为冲刺期，要达如下目标：

学习目标：熟练掌握各项医学智能，医学知识牢固， 掌握求职技巧；

考研目标：考取\_\_的研究生。

20\_\_-20\_\_年——大\_冲刺分化期，要达如下目标

学习目标：各科医学基本理论知识非常牢固，医学智能可以安全使用；

学历目标：考上研究生。

20\_\_年-20\_\_年：三年研究生生活

学习目标：要有自己的研究课题，作出成果；

能力目标：动手能力强，医学技能可以熟练运用。

20\_\_20\_\_年：

学位目标：考取研究生学位，医师证；

工作目标：在\_\_或者\_\_的三甲医院上班。

20\_\_-20\_\_年——三年目标：

职位目标：向主任医师、专家前进。

四、结束语

其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想与追求；但是无论你眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么一切都只是镜中花、水中月，可望而不可及。一个人若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力，不断拼博奋斗。成功，不相信眼泪，不相信颓废，不相信幻影，它只垂青有充分磨砺充分付出的人。未来，掌握在自己手中。所有的退却都有借口，而所有的挑战都没有理由，只有必胜的信念才可向成功、向梦想越靠近。

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