# 2024年大学生职业生涯规划书(9篇)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2024-09-19

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。大学生职业生涯规划书篇...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生职业生涯规划书篇一**

时至今日，我踏入大学的校门已经有半年多了，比起四年的大学生活来说，似乎并不算长，但是听完老师说的大学三年论，以及大学生就业严峻形势的分析，紧迫感也随之而来。早日做好职业规划对自己今后的生活会起到关键性作用。

20xx年高校本科生毕业人数将达到749万，较20xx年增加，但是工作岗位却没有增加。加上大量的本科生选择继续深造，用人单位也更加看中硕士博士学历，本科生的竞争力下降，每年的毕业人数远远多于社会可以提供的岗位。

1.具有明确具体的奋斗方向,积极向它上,不断进取,百折不挠,不达目的誓不罢休

2.具有全球意识和国际竞争意识,敢于面对崭新世纪的挑战.

3.具有广博知识储备,较扎实的基础知识,较深厚的专业知识,较广泛的邻近科学知识和科技发展前沿知识.

4.具有较强的吸收容纳能力,能够通过学习实践不断丰富自已的知识储备和优化自己的知识结构.

5.具有观察,思考的分析能 ,能透过现象观察事物本他,并将自己的成果准确,清晰,有效地表现出来.

6.具有效强的创造能力,不拘于现有规模式的束缚,通过科学分析,合理推测,大胆想象及成功实践,创造新的社会及自然科学成果.

今天我在老师的建议下参加了两场招聘会，第一场为“云农场”，第二场为“boe”招聘会。本来以为“云农场”与农业相关，结果发现其要招聘的是从事电子信息网络开发的人才，“boe”招聘会，更是让我见识了没有一个本科生参与，全都是硕士生和博士生应聘者的招聘会。

云农场的招聘会让我认识到，应该全面了解求职的单位，以免浪费时间，boe的宣传单上没有只招收本科生的职位，更有许多职位不招收本科生只招收硕士生和博士生，在21个岗位中，只有一个只招收本科生，还有6个岗位不招收本科生，这种情况充分体现了当今大学生就业形势的严峻。而且，两场招聘会都是在当场收简历之后选取自己想要的人才再进行面试，所以我们还需要一定的面试技巧。

今天在招聘会现场我还发现了其它单位，由于我就读的是农学专业，并且没有转专业的打算，所以我总结了一下可能会接受我们的单位，主要包括以下三种。

1.国家机关类(需考公务员)

2.农作物研究类(大北农集团、中农富通园艺有限公司、天津瑞普生物技术股份有限公司、北京金色农华种业科技有限公司、湖南泰谷生物科技股份有限公司、甘肃五谷种业股份有限公司、河北国欣诺农生物技术有限公司、北京首农物流有限公司、北京绿色农华植保科技有限公司、安徽省神农农业技术开发与限公司、中粮集团有限公司、湖北惠民农业科技有限公司)

3.食品加工类(蒙牛集团、海天味业、伊利实业、好想你枣、康师傅味全)

就目前从我校就业指导中心收集到的信息来看，第二类公司占了大部分。

鉴于严峻的就业形势，以及咨询本专业的学姐，我在入学之初就决定今后要考研究生，一是因为研究生的竞争力更强，二是因为我钟爱与生物学，希望可以在研究生时更深入学习相关知识。

1.考研

分析我校的考研方案

1、本科期间学习成绩综合排名在本专业同年级学生前列。其中，985或211工程建设大学(不含分校及专升本毕业生)前三学年的gpa在本专业年级排名前40%。

2、总评成绩在本专业年级排名前50%;其它取得教育部推荐免试资格的高校应届本科毕业生(不含分校及专续本毕业生)前三学年的gpa在本专业年级排名前20%，总评成绩在本专业年级排名前30%。

3、国家英语四级水平考试成绩在425分以上。

由我校考研条件可知，保持成绩并且在四级考试中取得优异成绩是考研的必要条件。

2.保研

保研有成绩保研，工作保研，支教保研，论文保研几种。

由以上分析，我倾向于考研，成绩保研或论文保研。这几种方式中，考验和成绩保研都需要成绩，论文保研需要更深入的学术研究。

心理课上，老师为我们做了个心理测试，得分最高的测试结果是暴躁者又称天生的领导者，第二高的是忧郁型，又称完美型。我觉得其中分析的我的优点和缺点比较准确，称呼概括的也很有特点，几乎代表了我性格中最典型的优点和缺点。下面分析我性格中的优点和缺点。

1、优点

有责任感，可以很好并及时的完成各项任务。

果断，善于抓住时机做出决策。

身体力行，积极做好每一件事，而不是空头去说。

认真，做事不因粗心犯错。

考虑问题全面，不至于忽略重要的细节。

有耐心，可以长时间完成一件任务。

头脑灵活，经常可以想出好主意。

让人信任，让交付工作的人很放心。

独立，可以很好的适应陌生的环境，并自己生活的很好，不依赖父母。

2.缺点

较真，很容易将别人的玩笑当真。

暴躁，讨论起问题是容易激动，忽视别人的感受。

懒散，经常将任务拖延到最后才做。

掌控欲强，讨厌事情超出自己的计划。

漠然，很少对事情有强烈的欲望去做，对大多数事物没有热情。

精力不济，经常感觉到困倦，缺少少年人的活力。

缺少亲和力，不太会与陌生人交流。

缺乏勇气与闯劲，不敢在公共场合表现自己。

1.合理运用时间。

2.作为学生还是需要以学习为重，要保持成绩。

3.多读一些书，增加知识储备。

4.参与学生工作，增加经验。(已经有在挚友社和团工委的工作)

5.参与活动，增加综测。

6.学会克制自己的脾气，学习与人交往。

7.坚持锻炼身体，保持精力。

8.利用学院路资源，参观了解不同的学校文化。

9.学会表现自己。

10.在课余时间可以进入班主任的实验室，提前了解更多的学术知识。

11.多搜集信息，更加全面的了解自己所学的专业。

对于自己在研究生学习结束后的去向，我没有太明确的打算，主要需要依据研究生时期的成绩和成果。对于未来的未来，我大概有以下几个方面的设想

1.若学术成绩理想，将继续读博士，之后进入研究型单位或留校当老师。

2.若科研成绩一般，将寻找工作，进入机关类单位或比较偏向研究的单位。

感谢老师提供的这次机会，让我认真思索了之前一直逃避的关于自己未来的思索，也许我今日的想法还很幼稚，考虑问题也并不全面，但是有了这震醒自己关于未来思索的警钟我相信自己将会在探索中成为连自己都不敢想象的那个我。

**大学生职业生涯规划书篇二**

一、前言

有句名言：“机遇总是降临于有准备的人。”而“有准备”即是要有规划，因此，拟订一份合理的大学生职业生涯规划将对我的人生有很深远的影响，毕竟把人生掌握在自己的手中要远远胜过随欲而安。在我看来，这份职业生涯规划，不仅包含了我对未来发展的信心，也是促进我理想实现的催化剂。

然而，制定一份有效的职业生涯规划，不但可以减少时间的浪费，还可以加快自己在职业生涯中前进的步伐。作为当代大学生，若是对自己未来的发展方向一片茫然，那又怎么能被这个社会所接纳呢?又怎么能去为自己的事业拼搏奋斗呢?因此，我为自己拟订了一份职业生涯规划，为自己的未来进行好好的规划。我选择了物流管理专业，也就意味着我的职业方向是沿着物流学大道行走，最终成为高级管理人才。

二、自我分析

我是一名大一本科生，性格偏内向，爱沉默思考，比较重感情，业余时间喜欢看书，打球，听音乐，唱歌，也喜欢外出散步，和朋友聊天。

自我优势：做事认真，心思缜密，有毅力，有计划，有责任心，有耐心，注重合作。

自我劣势：做事有时太好强，性格内向致使交际能力不强。

三、物流专业职业规划分析

wto使中国的大门逐步打开，跨国快递巨头们在中国的人才需求也随之剧增，而在物流行业的需求上，最缺乏的是中高级物流策划管理与营销人才，最好是既懂营销管理又懂得策划，还懂得如何运用现代技术去改善提升原有操作模式的。显然，我们大一新生甚至是刚毕业的大学生在工作经验上都难以适应这些岗位。不过，经验总是要积累才能有的，我们可以通过在操作岗位以及低级别管理岗位上的锻炼来达到那个水平。

职业通路：普通操作人员→中层管理人员→高级管理人才

四、物流的发展趋势

提升物流行业的整体竞争力，很多物流企业都在积极引进和采用信息管理平台，对物流信息管理师的需求也相应增加。鉴于物流培训多是从知识普及方面出发从而帮助学员进入物流行业，而物流信息管理师是从解决实际物流管理问题出发，提高学员解决现代物流行业实际问题的能力，因而前景更为广阔。

在目前的物流人才市场，这种既懂物流业务操作和管理又懂信息技术的复合人才非常少，物流信息管理人才将成为物流行业内紧俏人才，无论是业务操作人员还是一般管理人员或高层管理者，都必须掌握物流信息技术这一项物流核心技能。物流信息管理师将在物流行业中发挥越来越大的作用。物流作为市场的基础，在今后十年甚至更长的时间都会快速发展，对物流人才的需要也会很大。因此我做一名物流管理员，今后的职业发展空间必定非常广阔。

五、建立初步目标

根据自己的兴趣和所学专业，在大学期间，应该会向国际贸易知识和实务方面发展。所以本人制订如下：

大一年度学业：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，主要做好职业生涯的基础工作。

大二年度学业：加倍勤奋学习英语，通过英语四、六级考试，参加物流师资格认证，不断深入研究物流方面知识和实务，并一次通过考试。

大三年度学业：努力提高英语口语水平，特别是商务英语;积极参加有关物流的实践活动，并经常性的总结。

大四年度学业：开始接触社会，熟悉工作环境，积累人际关系，加强沟通，虚心求教，初步找到适合自身发展的工作环境和岗位。

六、未来人生职业规划

1、20\_\_—20\_\_：在物流基础岗位工作，熟悉工作方式，积累工作经验。在工作期间，充分利用空闲时间为自己补充所需的知识和技能。

2、20\_\_—20\_\_：在原来企业做上一名中层管理者，成功管理自己的下属，加强与上级的沟通，充分利用自己的工作条件扩大社交圈，重视各种场合的交际，重视和每个人的交往。

3、20\_\_—20\_\_：到一家外资物流公司工作，学习跨国企业先进的管理理念、丰富的管理经验和先进的科学技术，争取当上一名外资企业高级物流经理。

七、生涯的目标

我觉得只要我在大学里努力做到树立正确的目标，学习好各种知识，掌握好各种技术，上述人生职业规划可行的机会是很大的。如果毕业后找不到物流方面的工作，到时候我会根据市场的供需的情况而再次决定适合我的工作。不管周围环境及自己人生某一阶段出现何种的变化，都应该善于发现生活中的机遇。

八、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。理想，信念，追求，成功，未来，一切的一切都要靠自己去打拼。人生的事没有十全十美，我们应该认真活在其中，无怨无悔!

**大学生职业生涯规划书篇三**

引言

奋斗赋予生命的动力，拼搏定义人生的内涵。在高中三年的奔跑过程中，我们咬牙切齿，卯足了劲，昏天黑日，埋没在漫无边际的试卷当中。而当迈入大学的门槛后，曾经的那些豪言壮语、昔日的伟岸抱负似乎日趋模糊。人生容不得我们肆意地消磨如此短暂的青春，古语有云：“凡事预则立，不预则废。”人生需要定位，欲使那些美好的预言成为现实，职业规划将是开篇之笔。

第一章 认识自我

1.【自我分析】

我个性温和，待人真诚友善，善于倾听，乐于与他人分享，平日里主动热心，诚实守信，遇事认真踏实，有很强的责任心，会争取自己最大努力完成任务。面对错误，勇于承担，及时更正，并能总结经验。个人崇尚创新、多彩的生活方式。但是在信心方面有所欠缺，对人对事较强的敏感力形成了多愁善感的性格，给人留下了易情绪化的印象。

2.【职业兴趣 】

我是一个比较腼腆内向的女孩，对于工作，希望能拥有一个稳定的工作，而医学无疑是一个不错的选择。我欣赏白衣天使无私奉献的精神，羡慕他们能够探索人类如此奥秘的生物体，我以作为一名医学生而感到荣幸，也为将来成为一名医务工作者而感到自豪。当然，根据专业，我也会选择其他相关的行业进行尝试，为自己的今后的发展方向提供更多的参考。

3.【胜任能力】

在校学生会任职期间，通过各种活动，培养了良好的人际沟通能力，积累了一定的处事经验，拥有一定的组织基础和创新能力。在具备扎实的专业基础知识上，能较快适应新环境，积极与他人合作，培养团队默契。除此之外，我个人的业余爱好也较为广泛，相信广泛的业余爱好也会为自己的工作添姿增彩。

第二章 职业生涯条件分析

1.【家庭环境分析】

从家庭来说，其一，长辈们希望我能够从事稳定的工作，而医学是永远不会消失的行业;其二，学医能够帮助他们提高健康方面的意识，改变不健康的生活方式。

2.【学校环境分析】

我所在的城xx职业技术学院至今已有70年的历史，学院环境优良，教学设施先进，实训基地优越，满足了各专业学生的需求。学院认真贯彻“质量立校，项目立业，诚信立身”的办学思想，践行“行方智圆”的校训，弘扬“诚、爱、美、洁、精”的校风。我为身在这样的学习环境中而感到幸运。

3.【社会环境分析】

随着人民生活的提高，国家医保制度的完善和对残疾人事业不断加大投入，患者日益重视治疗后的恢复情况，越来越多地需要专业康复人才，才虽然康复事业从80年代进入中国，但中国目前康复人才极为紧缺，供不应求，康复专业将在较长一段时间内成为热门专业，其就业前景广阔，前途光明。

第三章 职业定位

1.【具备基本素质】

a.掌握医学专业知识，具备扎实的基本功

b.冷静、稳重的处事能力，面对紧急情况不慌乱

c.具有良好的伦理、道德素养

d.拥有一颗慈悲之心，与患者及其家属相处融洽，保持良好的一环关系

2.【我的职业定位】

根据本人的性格特征，认真负责，细心随和，希望能够从事本专业的工作，进入理想的医院工作。在工作空挡可以去当地卫生学校从教，传授医学知识。

3.(1)【本人目前存在差距】

a.在大一第一学期，基础知识的根基建造得不是很牢固，距离自己的b.目标甚远

c.英语水平有待提高

d.学习生活管理分配不是很得当，自觉性需要增强

e.对自己升本工作还未做好准备

f.动手能力也不是很好

(2)【缩小差距的方法】

a.努力学习，做到每天学习的新知识能及时巩固，阶段性地对知识进b.行总结归纳

c.对于英语学习平时多听，多看，多记，为四级备战

d.主动了解相关专业知识信息，关注社会动态

e.抓住实践机会，提高自己动手能力。

第四章 具体执行计划

短期计划

大一

通过国家英语四级考试(有能力向六级进发)

↓

获得计算机二级等级证书

↓

参加各活动取得荣誉

↓

获得奖学金

↓

假期巩固书法

大二

拿到推拿按摩师证书

↓

教师资格证

↓

通过专业资格考试

大三

假期去医院见习，一面巩固在校学习的知识，一面在临床锻炼实际能力

中期计划

1.在三甲医院从事康复工作

2. 熟悉工作环境和行业特点

3.积累工作经验，完成本职工作

4.锻炼人际交往能力及领导能力

长期计划

1.完成本科学历

2.从事本职工作同时去学校任教

3.获得职称

第五章 评估调整

优秀的毕业→三甲医院工作→升本→考研→职称→成为有资历的专科医师

职业规划中得每一步都是让我走向最终目标的关键，职业生涯是个动态的过程，如果在实践过程中有不适合的目标，那么就需要在调整每一阶段小目标的基础上适时调整最终目标的选择。

结束语

人生犹如一具雕塑，需要我们精心镌刻，挫折与磨难往往会让我勾勒出更加精细的线条。星罗棋布的天空总有一颗是属于我们自己的星，不要迷恋于安逸的生活，行动起来，奔向明天，清尘的第一抹阳光终会照亮我们灿烂的脸庞!

**大学生职业生涯规划书篇四**

座右铭：成功之花，人们往往惊羡它现时的明艳，然而当初，它的芽儿却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨——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。

**大学生职业生涯规划书篇五**

结合人才测评报告等分析方法，我对自己进行了全方位、多角度的的分析。

我的人才素质测评报告中，职业兴趣前四项是社会型(8分)、企业型、现实型、研究型(7分)。

报告分析显示，社会型的人喜爱训练人、治疗、教育人的活动。他们具有教育能力和善于与人相处等人际关系方面的能力，这种类型的人适合于做教员、咨询、社会工作者等以与人接触为中心的社会服务性工作，其人格特征是社交的、爱帮助人和善解人意的。

在我自己看来：我的社交能力一般，并不能在与陌生人的交往中占据主导地位;性格上具有内外向的双重特点并倾于外向但有时有点情绪化。关心他人不知道方式，易与他人发生摩擦，而自己却不知道，而且不善于表达自己的情感。但我对生活和对待他人总是充满热情，有着积极乐观的态度。总的来说，我的性格相对较符合社会型的特征。

参考人才素质测评报告建议等途径方法，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：父亲是公务员,总体经济情况较好.

家人期望：我的体质不算很好，所以父母都希望我通过对中药的学习来调养自己以及家人的身体。

家庭文化及影响：我的家人对传统医学都非常信赖，小姨是学习中药学的，外祖父舅舅母亲也对养生方面很有研究，这使我对中药学和传统医学有着极高的热情。

2、学校环境分析

学校特色：我们大学的校名就是“湖南中医药大学”，而中药学又是其中开办历史最久最有经验也是在各类中医药学校中最具权威的专业。

专业学习：中药学是医药学同中国传统文化的统一，发展空间大发展潜力大，社会需求量大市场广阔。

实践经验：我校拥有1.4亿元实验器材，8所省内知名的附属医院，创建了具备二级甲等中医医院临床基本诊疗技能训练条件的“模拟医院”，为我们的实践提供了良好的物质基础。

3、社会环境分析

就业形势：中药学本科就业方向大致分为如下几种：

从政：政府机关部门，如到各级药监局，中医药管理局作公务员;

学术：教科研单位，如到中医药类大中专院校作教师、科研院所作实验研究人员;

基层：医院、药店、药厂，如到各级医院药房、制剂室作药剂师、各医药企业内部或其下属药店作管理人员、各药厂作技术员等;

经商：医药公司作销售代表。

就业政策：在现阶段中国的药品市场西药略占主导，但中国传统医药正呈上升趋势。国家已放宽对中医药的政策，并加大对中药科研的投资。

竞争对手：竞争对手主要为同专业以及相关专业如药学、制药工程、药物制剂学科的人才。

4、职业环境分析

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。

职业分析

(1)工作内容：

指导和参加药品调配、制剂工作，认真执行各项规章制度技术操作规程，严防差错事故。

负责药品检验鉴定和药检仪器的使用保养，保证药品质量符合药典规定。

参加科学研究和技术革新，配合临床研究，制作新药及中草药提纯，了解使用效果，征求意见，改进剂型，并经常向各科室介绍新药知识。

解释和配制处方，进行药物的服用指示、分配、标签、妥善的处理;为病人选择并提供基本用药的指导。按照处方为顾客配药，并且向顾客说明如何服用等相关事项。

向购买者提供药品用途、禁忌、不良反应等信息，回答病人和其他专业医务人员的咨询。

从事研究、开发，并参与医药产品的生产制作，负责新药产品的医效实验，对新药进行生产质量监控等一系列工作。

(2)工作要求：掌握大量理论知识，掌握实践操作技能，细心谨慎尽职尽责。

(3)发展前景：医药业是世界贸易增长最快的朝阳产业之一。现阶段，在城市里，药店星罗棋布，据调查显示，目前我国有近1/3的患者自行到药店买药服用。《药品管理法》规定每家医药零售店中都配有一至二名执业药剂师，于是药剂师的缺口凸显。国家药监局提供的数据表明，我国的执业药剂师只有一万多人，远远不能满足这一新生的社会需求。有鉴于此，可以预见在未来的五至十年中，我国的药剂师人数将会大量的增加。

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，我所学的中药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。

威胁因素(t)

中药行业对专业知识的要求较高，而大学本科生在基础理论方面就缺乏竞争力;相关工作单位在进行招聘时，有时需要应聘者持有执业药师证，考取执业药师证又需要本科学历加三年相关工作经验，我们在大学毕业时较难达到这一要求;目前大学毕业生的就业形势相当严峻，有许多药学相关专业的毕业生仍然未能就业，因而，这一岗位的竞争也会相当的大，并且也有许多在其他的岗位积累了一些工作经验的毕业生加入到这一岗位的竞争中来，就业压力就更加巨大。

结论：

职业目标：将来从事药剂师职业

职业发展策略：进入医院药房

职业发展路径：技术与管理相结合的路线

具体路径：药剂员——药剂师——药剂科室副主任——药剂科室主任——业务副院长——院长

1、短期计划(大学计划)

时间跨度：20xx——20xx

总目标：大学毕业时要拿到英语六级证、计算机国家二级证及相关的各项专业资格证书。学习成绩名列前茅，各科成绩优秀并累积相关工作经验。

分目标及计划内容：

大一期间，认真学习高等数学、无机化学、有机化学、物理学等基础的专业知识。通过计算机国家二级考试，期末考试综合成绩均在良好以上。担任班团干部以培养自己的组织管理能力。

大二期间，上学期通过英语四级考试，下学期通过英语六级考试。通过普通话考试并争取拿到一乙。争取在本学年内成为预备党员。掌握学习到的基础知识，为大三的专业知识学习打下良好基础。并利用课余时间阅读中医药方面的书籍，拓展自己的专业知识面。期末考试成绩保持良好。

大三期间，学习专业知识，并取得技术资格证。

大四期间，在实习岗位中不断总结经验完善专业知识职业技能，并继续理论知识的学习，了解掌握古代药典中实用的理论知识，为正式工作坚实基础。争取在毕业前加入中国共产党。

2、中期计划(毕业后的五年计划)

时间跨度：20xx——20xx

总目标：实现质的飞跃，从初出茅庐的新手长成专业能力过硬的专业人才及管理人才。

分目标：

毕业后第一年至第二年：在医院药房从事基础工作。

毕业后第三年：从事技术要求较高的技术工作，对中药进行研发并能在学术期刊上发表论文。

毕业后第四年：通过执业药师考试成为一名执业药师。从事高级技术工作，并在药房中担任一定职务。

毕业后第五年：从事专业技术指导与检查工作，在权威性学术期刊上发表论文。

3、长期计划

时间跨度：毕业后十年或十年以上(20xx——)

总目标：担任并能胜任药房主任，用专业技术及领导、创新才能带领单位与我个人共同进步。完成心中的梦想。让自己对社会不仅做出物质贡献还有精神贡献。

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修正

1、评估的内容：职业目标评估：如在大学毕业前有更感兴趣的职业，我将根据实际情况调整职业目标。职业路径评估：重视个人机遇，如遇重大变故会重新修正、调整方向.

2、评估的时间：一般情况下，我定期一年做一次评估规划。当出现特殊情况时，我会随时对评估进行相应的调整。

3、规划调整的原则：尽力争取不改变职业，根据市场及个人爱好，适当改变专业内部工作性质，适时适度根据市场调整工作方向。坚持不懈，永不言弃。

现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，我们应该有充分心理准备。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对、分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。

人生的长跑刚进行了小小一程，与其后悔过去的失败，不如去思量明天该如何选择。这份职业规划，让我对自己以及自己今后的职场生活不再举棋不定，而是向着梦想鉴定出发。

**大学生职业生涯规划书篇六**

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。

五、行动方案的制定

自己在前面对自己的性格、潜能、职业性向等等都作了一定的分析，我作为一个学生应如何根据自己的条件，制定适合自己的行动方案呢，首先利用现在的大好时光努力学习科学文化知识和专业知识，努力参加实践工作，作到理论与实践向结合。认识到自己的长处和不足，积极发扬自己的长处，拟补自己的不足，积极培养自己的独立性，努力调整自己的心态，当自己忧郁时学会适当的发泄，控制自己的性格，使自己的性格变的沉稳，不急噪。努力改进自己性格的不足之处，在学习中使自己的潜能得到最大的发挥，在学习中和以后的工作中维持自己对本职业的兴趣爱好，确立自己的职业目标，在学习中不断的充实自己所学的专业知识，不断提高自己的修养，获取更为好的专业技能，积极培养自己对社会的适应性，来适应日以激烈的社会人才的竞争。在着其中就需要我们从现在就开始认真的了解社会，参与竞争!

六、评估和回馈

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。

**大学生职业生涯规划书篇七**

一、自我分析

1、我的性格：大家都说我是一个活泼开朗的人，很善于与人交流，人缘也比较好，但是很多时候在一些场合缺乏自信，有的时候患得患失，总是考虑的太多，所以错过了一些很好的机会，现在来到大学，发现人外有人，天外有天，所以开始懂得只要自己努力了就不后悔，不管结果是不是第一，只要自己尽力了就是最好的了。性格比较直爽，有的时候容易伤人，虽然在尽力在改变，但是还需要进一步改善。

2、我的兴趣：喜欢唱歌，弹钢琴,听音乐，逛街，打羽毛球等。但是也很关心政治方面的新闻，可以说爱好广泛，但是最喜欢的是音乐,音乐能让我快乐。

3、我自己认为所具有的能力：现在在所属学校钢琴是在09级排名第一，虽然在班上没有当班干部,但是作为班上的一份子,我也为班上争光。

4、我的价值观：我自己感觉我的人生观和价值观都比较正确，信仰共产主义，而且一直坚信，人一生不能只为了钱去追逐，最有意义的一生是活的快乐幸福，而不是为了追逐金钱和奢侈的生活。

5、我的优势和劣势：优势，我的人缘还可以，善于与人交流，性格比较开朗，能够很好的调节自己的心情,做事踏实。劣势，缺乏恒心，自制力也比较差，不能很好的控制自己，有的时候性格太直了，有什么说什么，容易伤害到别人，做任何事都对自己没信心。

6、我的技能：钢琴比较好，口语表达能力比较强，善于学习新事物。

二、专业就业前景分析

我所学的是音乐学。音乐学主要是全面性的学习有关音乐方面的,与本专业就业领域是当老师，演员,导演,主持人,歌唱家,乐队指挥等，因为现在学艺术的人非常多,所以我们必须要在大学四年里努力地学习，这样对今后找工作有帮助。我们还可以考研，考本专业的研究生，继续深造，争取能够在对口专业找到一个工作。虽然，在考研期间会比较辛苦，但是如果坚定了信念，并努力把它学好，应该没有什么做不到的事情。“既然选择了远方，便只顾风雨兼程”，在今后的几年里，我要努力的学习关于音乐的所有知识，争取能够在四年里有社会实践的机会，在实践中找到培养自己的专业技能。

三、职业选择分析

1、 在选择职业时遇到的最大困难和困惑：我现在学习的专业是音乐学，如果我从事本专业工作，那么就需要我有很扎实的专业基本功和基础，但是现在我所学习的编程等内容对我自己来说有一定的难度，而且有很多人是从小学起的，我只是从高中学的。第二，现在全国有很多学校开展关于音乐的很多课程，而我们这所学校并没有开展很多课程，所以不知道自己以后能不能找到合适的工作，也不知道今后能不能胜任音乐学的工作。

2、 我的职业选择：第一，是当一名音乐老师;第二，是考研;第三，是演奏家。

3、 我的选择路径：考研，考研之后当一名老师

4、 swot分析

内部环境因素

优势因素(s)

1.有学习新知识的能力

2. 目标明确

3.善于动脑思考

4.分析问题的能力比较强

5.情商较高，综合素质比较强

弱势因素(w)

1.专业知识水平不够

2.不自信

3.自己努力不够

4.英语和政治都比较差

外部环境因素

机会因素(o)

1.所学专业很好。获得工作机会不错

2.社会上很多父母让小孩子从小时候就学艺术，就业机会多一点

威胁因素(t)

1不是从小学，基本功不怎么好

2.全国开设此专业的学校很多，竞争压力较大

3.大学生就业形势紧张

swot分析：我的性格的严谨等方面都很适合这个职业，而且综合素质比较高，比较有竞争力，而且现在大环境上此专业有一定的缺口，因此就业相对比较容易。

**大学生职业生涯规划书篇八**

感谢老师提供的这次机会，让我认真思索了之前一直逃避的关于自己未来的思索，也许我今日的想法还很幼稚，考虑问题也并不全面，但是有了这震醒自己关于未来思索的警钟我相信自己将会在探索中成为连自己都不敢想象的那个我，很信奉一句话：今天的你是你昨天的决定产生的。

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。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；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

在这里，这份职业生涯规划范文也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取最后的胜利。

计划固然好，但最重要的在于付出实施并取得成效。时时刻刻都不能忘记，任何目标，只说不做到头来只是一场空。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。不经历风雨怎能见彩虹。我们要时刻保持一颗清醒的头脑。其实，每个人心中都有一座山，雕刻着理想、信念、追求、报负；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。机遇不相信眼泪，不相信颓废，不相信幻影，只相信爱打拼的人！

以上的职业生涯规划固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。

当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对、分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。

职业生涯规划的目的，决不只是帮助个人按照自己的资力条件找到一份工作，达到和实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己订下事业大计，筹划未来，进一步详尽估量主、客条件和内外环境优势和限制，在“衡外情、量己力”的情形下，设计出符合自己特点的合理而又可行的职业生涯发展方向。每个人都有自己的奋斗目标，既然已经制定了，就要勇敢的去向它迈进，才能不负职场生涯。

有计划目标的职业生涯规划制作并不容易，为了这份规划，下载了许多资料，也查看了许多职业规划范文，但那些范文多数都是草草收场，更多的是对自己的激励的语言，而非细致的自我分析。

以前不是没机会来进行自我的剖析，而是一方面因为不知道方法，不知道怎么去做；二是因为懒惰形成的惯性让自己哪怕是有些奇特想法时也被玩耍所淹没，然后就成了已经忘却的记忆。很高兴自己能一个人坚持下来并完成这份生涯规划书，很信奉一句话：今天的你是你昨天的决定产生的。

人是不能活在记忆和幻想里面的，应该是靠希望和追求活着的，只有这样的人生，才更有意义。 看而今的大学校园，只为混毕业证书而荒废学业的人，为电脑游戏而晕晕沉沉的人，为贪玩好耍而得过且过的人…比比皆是，人生成功的秘密在于机会来临时，你已经准备好了！

**大学生职业生涯规划书篇九**

时光过得很快，转眼已经我来到这个学校已经有3个月了。看着学校里其他即将毕业的学长，想想自己再有两年左右也就要毕业了，想到将来的日子，开端觉得迷茫，不知该怎样走。但生活不会永远迷茫，希望总会存在。

作为一名对社会有用的人，我们都希望能有一个光明的将来。要完成这个愿望不但要有雄道的学习计划，更重要的是还要有合适本人的职业规划，这样自己才不会在学校里虚度年华，也不会像无头苍蝇一样不知方向。

下面，我将从自我分析、专业认识、工作规划、角色转换这四个方面介绍我的职业规划。

在生活中，我有时喜欢独自一个人读读书或者听听歌，有时喜欢和大家一起玩，经常会从和朋友的聊天中得到一种愉悦的感觉;在学习上，我比较注重学习过程中细节上的性，希望尽可能做得完美;在家长的眼中，我是个比较听话懂事的孩子;在老师的眼中，我是个比较踏实的学生;在朋友的眼中，我是个具有亲和力，比较平易近人的男孩。我认为自己的性格特征比较内向，偶尔外向，有时好动，有时好静，但总体上是一个开朗乐观的男孩，比较积极进取并且渴望独立，但是有些方面有些情况会缺乏自信;自己比较喜欢动手操作，喜欢实践。所以，我认为我的焊接专业适合我，也是我喜欢的。

焊接工程技术应用专业是一门集材料学、工程力学、 培训自动控制技术的交叉性学科,教学以培养多学科知识的综合运用为基础,进行工程师的基本训练。

焊接工程技术应用专业是一个技术性较强、知识面相对集中的一个专业,近几年来,大量外资制造业和技术服务业的涌进,使社会对焊接专业人员的需求增加。剖析现代的焊接，我们不难发现其愈发显现出的四大特征：

1、焊接已成为流行的连接技术：在当今工业社会，没有哪一种连接技术象焊接那样被如此广泛、如此普遍地应用在各个领域。而其中主要的原因就是其极具竞争力的性价比。

2、焊接显现了极高的技术含量和附加值：在人类社会步入21世纪的今天，焊接已经进入了一个崭新的发展阶段。当今世界的许多新科研成果、前沿技术和高新技术，诸如：计算机、微电子、数字控制、信息处理、工业机器人、激光技术等，已经被广泛地应用于焊接领域，这使得焊接的技术含量得到了空前的提高，并在制造过程中创造了极高的附加值。

3、焊接已成为关键的制造技术: 焊接作为组装工艺之一，通常被安排在制造流程的后期或终阶段，因而对产品质量具有决定性作用。正因为如此，在许多行业中，焊接被视为一种关键的制造技术。

4、焊接已成为现代工业不可分离的组成部分: 在工业化发达的美国，焊接被视为“美国制造业的命脉，而且是美国未来竞争力的关键所在”。其主要根源就是基于这样一个事实：许多工业产品的制造已经无法离开焊接技术的使用。

目前焊接专业的学生在毕业前,签订率就达到90%,在未来10到20年,随着制造业的发展和企业自身的完善,该专业仍然有比较好的就业前景。但随着高等教育的大众化，毕业人数会剧增，就业压力会增加。进入二十一世纪后，焊接作为制造业中的一个重要组成部分得到了迅速的发展，这给我国焊接产业带来了前所未有的发展机遇，也为广大电焊工职业的从业者提供了施展才华的舞台和机会。

1、确定目标和路径

(1)近期职业目标：以优异的成绩毕业，期间掌握好专业技能和专业知识，考取相关证书，如英语四级、焊接高级工等。

(2)中期职业目标：

进入企业销售部工作，通过积累销售经验和打通与客户的关系，为以后的晋升打下坚实的基础。

(3)长期职业目标

(4)职业发展路径

大学毕业→进入焊接设备(焊材)制造企业做销售员→努力做好产品推广以及销售工作，作出一定的业绩出来，为自己争取晋升机会→成为销售经理。

2、制定行动计划

(1)短期计划：学好专业课;利用课余时间阅读产品销售技巧方面的书籍;周末做销售方面的兼职(非焊接方面的也可)

(2)中期计划:从基层做起，去适应职场环境，学习一定的销售技巧，积累人脉关系。

(3)长期计划：待工作稳定下来之后，会考虑成家立业，并把家人带来，让他们享享福。等到经济许可后，想资助一些贫困学生，帮助他们把学读完，然后回报社会。

3、动态反馈调整

由于计划本身不完善、职业本身的发展变化以及随时可能出现意外情况等因素的存在，需要适时评估、调整我的职业目标、职业路径和行动计划。

因为大的企业会有一系列的条条框框，比较受约束，而且人才济济，想光彩照人很难，所以可先在小企业锻炼一下，积累一定的工作经验，顺便改正一下“我行我素”的处世态度，等到时机出现再进入心仪的大企业。

由于社会环境、家庭环境、组织环境、个人成长曲线等情况的变化以及各种不可预测因素的影响，一个人的职业生涯发展往往不是一帆风顺的。为了更好的主动的把握人生，适应千变万化的职场世界，拟定一份备选的职业生涯规划方案是十分必要的。

备选职业规划方案：一个很现实的问题摆在眼前，就是专科学历很低，许多岗位要求或者在考虑晋升的时候都会要求本科及以上学历，如若发现自己能力欠缺的话，会选择自学考试考取本科文凭，如有精力和必要的话，会考虑考研。如果适应不了企业制度的约束或者发现商机的话，会选择自主创业。

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