# 最新自我职业生涯规划书 自我职业生涯规划(精选15篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-06-27

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧自我职业生涯规划书篇一起初的我，对于今后做些什么，现在要为将来做什么准备都是没有仔细想过的，创]我的职业生...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**自我职业生涯规划书篇一**

起初的我，对于今后做些什么，现在要为将来做什么准备都是没有仔细想过的，创]我的职业生涯规划：坚持前进，逐步接近理想。直到接触了周老师开的大学生职业生涯规划，我才意识到自己现在这样当一天和尚撞一天钟是一种对自己的未来极不负责的行为。“车到山前必有路”的思想是变相的坐以待毙，只有为自己量身定做一份职业生涯规划，并在今后的日子里踏踏实实的按照既定的规划与方向前行才是正确的。

自我分析

1、我的性格

我是一个活泼开朗的女孩，性格大大咧咧，健谈，喜欢钻牛角尖，爱和人争辩，有时为一件特别小的事情就非要争出个是非对错，明明白白。有人说这是太计较，有人说这是太认真。我也不能用简单的对错来评价自己的性格特点，但我明白的是，任何一种特点只要用对地方就是优点。所以我要找到一个合适的角色，在经过专业学习之后，能使自己这个爱说、能说、乐于凡事分出是非曲直、乐于反向思维钻牛角的性格特点变成自己的发家本领，变成自己的一技之长。

2、我的兴趣

怎么说呢，我这个人性子比较急，所以什么事见不到成效就不容易做得长远。而在兴趣爱好这一方面也有着明显的性格痕迹。体育项目方面，我从高中起就喜欢打篮球，大一时选的篮球课，但直到现在还是个半吊子，比不会打的会些，在会打的人眼里又是个十足的菜鸟。除此之外，我还对网球比较感兴趣，今年在学习。其他方面，我从初中起就热衷于韩国小说、电影、电视剧。称不上是个韩迷，但也是比一般人夸张了，这应该是和青春期的花痴梦和总不靠谱的幻想有关吧，不过这个兴趣可帮我增加了不少朋友，因为这个年纪的\'女孩子们还都是满喜欢以这些影视作品作为讨论话题的。再有的兴趣就更是女孩子们，不，应该是女性朋友们的通病了，那就是逛街。逛街这个兴趣的好处呢，一是有利于增加姐妹之间的感情、另一个是有利于充分的锻炼身体，还有就是有利于从物价的波浮来小窥当前的经济发展，职业生涯规划《创]我的职业生涯规划：坚持前进，逐步接近理想》。而最不好的地方就是让我像当前的美国政府一样承担着巨大的财政赤字，我的经济危机也是此伏彼起。

3、我的价值观

我的价值观是“对得起爸爸”。听来可笑吧，这却是我目前为止做事情的最大动力和衡量标尺。什么事情，我努力的做好了是因为我想让他觉得欣慰，并配得上他的信任。为了对得起一个人，面对他时不觉得愧疚，我愿意让自己有理想有目标有骨气。因为自己一时的失误或放纵而犯了错误，尽管没有人知道，没有人责备，我会因为觉得背叛与愧疚而久久的良心不安，觉得压抑。

4、自我能力

（1）来大学以前的能力

能来民大，我觉得首先是对自己应试能力的一个充分认可。虽然大家都知晓应试教育的弊端，但从目前状况来看，我所具备的这一能力还是能够充分为今后的学习工作服务的。除此之外，在初高中生涯中，我还形成了较好的独立自理能力，交际能力，竞争能力等等。

（2）来大学以后的能力

上了大学之后，才知道自己原来生活的世界是多么狭小。有那么多东西是我尚未接触而令我晕眩的。这才知道，一直以来，令我在同学中成为佼佼者，在老师眼中是人才，在亲人眼中是骄傲的学习成绩是多么的空洞无力。在大一这一年中，我参加了校青年志愿者协会，从事外联工作。在这一年的工作中，在别人眼里我虽然是一个微不足道的小角色，但这个角色是我上大学以后打开交流圈，在受挫中逐步成长的一个重要平台。我逐步学会了什么叫交流，什么叫谈判，什么叫将心比心，什么叫坚持原则，什么叫自信，什么叫退一步海阔天空，什么叫失败无所谓，什么叫谦卑。这些说出来的都很零散，但这些都是我来大学以后的重大收获，收获每一个小能力的背后都有一个小的故事，关于我心灵成长的故事。

当然还有很多很多是我需要在今后的大学生活中培养的。我在此做一列举，以此不断警醒自己。我需要变得宽容而不计较，享受生活而不忘本，与人合作而不独断，生活规律而不随性，自信而懂谦虚让步，大方小气都有原则。这些还都是我很欠缺的能力，上了大学，，没有了亲人在旁的提点与叮咛。做人做事总难免有过火的时候，事后再追悔也于事无补。所以就需要时时刻刻自我反省。因为我觉得做人比做事要难，所以觉得以上我所提到的才是真正的能力，而对于考一个什么样的证是不是应该具备的能力，那都是后话了。做事失败了是因为不会做人或天灾人祸的不可抗力，有了做人的能力，做事失败了也就无所谓了，因为自己能看得开而问心无愧了。

**自我职业生涯规划书篇二**

所谓的生涯的成功或成功的生涯就是指“你能够在生涯的过程中，真正去活出你个人很主观所认定的价值观，而同时又能对你所工作（投入）的领域有贡献”我们从生涯（careersuccess）的定义中不难发现生涯规划careerplanning）重点有三：

一、你的信念、你的人生观、价值观究竟是什么？有的人一辈子都没想过这样的问题，所以职业生涯比较难有好的发展。

三、你做事的动力什么？

搞明白这些之后，就应当无怨无悔的投注你的一生于此，不要再心怀二意、心怀不平或这山看着那山高，这样将一事无成。生涯规划完全是个人的事情，简单点说：就是你这一生想做什么（why）？能做什么（what）和怎样去做（how to）？生涯规划之所以越来越象是一门庞杂繁复的学问，主要是职业顾问们故弄玄虚的结果。因为如果一件事情让客户觉得过于简单，实在是无法向客户收取高昂的咨询费用。

刺猬理念的核心内容就是将事情简单化。面对纷繁复杂的社会，只有将事情简单话，才可能集中精力去拼搏。那么刺猬理念具体关注的内容是什么呢？刺猬理念来自对以下三环交叉部分的深刻理解。

1、你能够在什么方面成为最优秀的。同样重要的是，你不能在什么方面成为最优秀的。你能做到最好的，可能不是你现在从事的。

2、是什么驱动你的经济引擎。这是个很企业化的问题，但如果我们把它改为什么是你工作的动力，那就适用于个人了。

3、你对什么充满热情。实现跨越的公司对它们热情的活动全力以赴。这里的问题不是刺激热情，而是发现什么使你的热情洋溢。

为了得到一个发展成熟的刺猬理念，你需要全部的三环。

一、先找出你的兴趣何在？

1、什么事是你永远有兴趣的，不论你心情再不好也都愿意去做的？

2、你不一定能找到完全合乎自己的兴趣的，但你的生涯规划至少不能与你的兴趣相矛盾。（好歹总要有些关连）

二、再找出你的生活的最少需求是多少？

1、我们不一定要求荣华富贵，但至少一定不能挨饿。（贫贱百事哀）

2、所以我们要找出我们生活至少要有多少的收入才够用。

3、用你自己的标准去找出这个答案，不必管别人的看法如何，你的标准比别人高很多或低很多也没关系，但你一定要有自己所认定的一番道理就是了。（也就是说不能是胡乱说个数字）

三、想一想你最希望获得的是什么？

当你决定在生活中保持愉快，在工作中保持效率并为此付出努力时，你可能用两种不同的需要作为动力。比较普遍的一种是所谓的缺陷或不足动力，如你需要公司的某种奖励比如晋升或加薪来取得对自身能力与价值的肯定。另一种则更为积极，源于自身内在发展的需要，叫做发展动力。如一个技术人员升为主管后，他就必须使自己掌握相应的管理能力，才有可能胜任新的角色。

万事万物停止成长也就意味着死亡，生长发展是拥有活力的标志。这一标准同样适用于人。如果一个人他在发展，他就具有生命力；如果停止发展，他也就失去了生命力。

你生涯中的动力应当是要求自我完善、自我发展的迫切愿望，而不应是那种外在的弥补不足的被动需要。只要你认识到自己还需要发展提高，并能不断的使自己的生活充实起来，就足够了。只要选择以发展为动力，你最终一定能够支配自己的生活。有了这种支配能力，你便可以主宰自己的命运，既不会感到无能为力，也不会人云亦云。有了这种支配能力，你便能够决定自己的外部环境。

四、以上三点都应该完全用你内心深处最真实的感觉来寻找，千万不要顾虑到别人的想法或看法。将三点连成一个三角形，在这个三角形靠近中心的位置，就应该是你的刺猬理念之所在。

要不断的积蓄你的实力（也就是要终生学习）。

（一）在这三环模型中，我们比较期望的应该是靠近兴趣的地方，但最初我们能找到的，一定是比较靠近生活需要（收入）的地方，所以你必须逐渐去挪移你的三角形，但挪移需要本钱，所以你必须不断的蓄积实力。

生涯是个持续积累的过程，要有有计划、有盘算，按部就班的去规划、实践而且有始有终。不可偷懒、投机。

要随时检讨、积极思考并具弹性。

（二）生涯规划要有始有终，却也不能顽固。如果外在环境起了重大变化，或生活中出现突发状况，一定要随时检讨、随时调整因应。

（三）这些调整有时是暂时的，有时却是根本的转向，其思考与决策的方式，都和你原先决定选择那个刺猬理念是一样的。

（四）有时候并不是外在环境有变化，而是当你实践一段时日后发现自己原先的选择或对自己的认知有误，这当然也应当立刻检讨改进，因此，随时检讨改进是很重要的。

（五）但是所有的检讨改进都要是积极而正面的，不是去怨天尤人，也不是去自怨自艾，而是很务实的、更深入去发现自己真正的性向、志趣，修正后继续并更加努力。

**自我职业生涯规划书篇三**

花开花落，春去春来。就这样在不知不觉中，我进入了大学的校门。刚刚踏入大学的时候，就觉得大学的生活丰富多彩，但是，我们进入大学的主要目的是学习，是掌握一门对我们踏入社会中能够自我生存的一门技术。大学生职业生涯规划，就是我们自己给自己规划一个未来蓝图。

中国有句话是这样说的“无论什么事情预则立，不预则废”。就是说，再远大的理想也是建立在坚实的土地上的。因此，大学生职业生涯规划就显得比较重要了!作为一名动物医学类学生的我，未来究竟是什么样子呢?但是，有一点我深信不疑：如果没有兢兢业业的付出，就不会得到成功的喜悦。没有勤勤恳恳的刻苦钻研，就不会得到累累硕果。没有点滴的积累，就不会有大的成就。

(1)特长有乒乓球、电吉他、音乐

(2)优势：专科生，更能适应基层工作，环境适应能力强。

(3)劣势：敲门砖不够硬，相对高学历毕业生竞争力不足。

(4)职业兴趣：偏向于企业型，比如从事企业某项目的经理，全权负责该项目的开发、落实等。

(5)职业能力：

一般职业能力：个人领导能力弱，落实能力强，手眼协调能力、团队协作与人际交往能力较强。对环境的适应与心理承受能力强。

专业能力：通过大学的学习可以较快适应并胜任本专业工作。现阶段职业综合能力较弱。

(6)个人特质：性格稳重，待人真诚：兴趣广泛，头脑灵活，反映灵敏;责任心强，富有同情心，能较好的理解别人的需要和动机，善于鼓励和赞扬他人，防范意识不强。

(7)职业价值观：自我实现型与经济型的有机结合，用业绩来取得与之对应的物质回报。通过职业这个平台实现个人价值与社会价值。

(8)教育经历：现就读芜湖职业技术学院动物科学技术专业。

1、专业分析

本人所学的专业为动物医学，我们学习动物解剖学、动物病理学、动物生理学等方面，可以更加深入对动物的研究学习，为我们以后做一名合格的兽医打下坚实的基础。动物医学专业培养具备解剖、预防、治疗等方面的基础理论知识，熟悉动物的病理，掌握基本的兽医技能，具有分析和解决动物病理实际问题的科学研究和实际工作能力，能在企业中从事动物疾病的治疗和预防以及教学、科研等方面工作的动物医学高级专门人才。只有认真学习才能掌握其专业知识。

2、就业前景

中国畜牧业发展迅速、奶制品需求量增加以及宠物饲养量大量增加，但中国动物医生仍然极度缺乏，在中国经济急剧发展的今天，畜牧业的发展、城市及农村中饲养宠物的增加，需要有大批的动物医生对动物的疾病进行预防和治疗，跟上时代的步伐。因此，中国在未来十年里需要大批兽医来涌进畜牧业，更需要的兽医来支撑畜牧业的发展。

3、社会需求情况

在我国现阶段，全国数百所高校中很多学校都设有动物医学专业，每年都有成千上万的动物医学专业大学毕业生涌上人才市场，在这种现状下普通和初级兽医师也明显供大于求。但高级兽医师人才却千金难觅。作为专业技术性很强和个人素质相对要求较高的工作，越来越多的畜牧方面企业开始对其从业人员有了新的期望和要求。目前，具有几年从医工作实践经验，并且取得高级兽医师的人才成为市场上抢手货。这些现状使其就业市场竞争日益激烈。

“择己所爱”这四个字，对于动物科学专业的学生更重要。为什么?因为牧场一线的工作必定远离城市和喧嚣，必定寂寞艰苦，没有一份对这个职业的爱，是不可能长期坚持下来的。

我的优势：

(1)真诚，坦然，善良，乐观，开朗。

(2)学习、动手、独立思考能力强，胆大，具有冒险精神，善于挑战自己。

(3)做事谨慎，认真，考虑问题较周到、全面，具有团队精神。

(4)善于在理想与现实中寻找平衡，能较好地调整自己。

(5)好胜心强，不服输。

(6)喜欢自由，喜欢没有约束的生活。(既是优点又是缺点吧)

我的劣势：

(1)还是学生，社会经验不足，经历挫折少，抗打击能力不是很足，还不是非常熟练的适应社会。

(2)交际能力较差，，积极主动性不够，做事爱拖拉机，惰性较大。

1、职业目标：将来从事生物技术企业的项目经理职业。

2、职业发展策略：进入攻关类开拓类的组织，不受地区工作的限制。

3、职业发展路径：走项目主管的路线。

世所需的“世”，实际上应该是市场，要了解市场需求。目前国家加大对农业的扶持力度，资本也纷纷涌入农业、畜牧业领域。畜牧领域大有可为。但与之相对应的是，有的人望“农”生畏，希望留在大城市、实验室、办公室，殊不知需要人才的，不是大城市而是基层一线。

一个人事业的成败，很大程度上取决于有无正确适当的目标。我是学习动物医学的学生，可以说我的机遇还好。我毕业后可以说就是学校培养的具备预防并治疗动物疾病能力的高技能人才，但是，我的技能还不扎实，没有足够的经验。

相信总有那么一片属于我的晴朗天空;今天的我在右岸拼搏一切艰难险阻,为的是明天能在那片属于自己的左岸晴空展翅翱翔!没有翅膀的鸟飞不向广阔的天空,没有航向的船驶不到向往的彼岸。人生就是如此,要想在人生的道路上踏出坚实的脚步,就必须及早的为自己量身定做一套适合自己的职业生涯规划。它可以帮助我们早日确定发展目标,鞭笞我们去努力,去奋斗。重要的是它可以引导个人潜能的发挥，使我们的能力得到充分的发挥。

**自我职业生涯规划书篇四**

1、关于职业兴趣我喜欢中文编辑，英语翻译，新闻记者。市场营销等工作，具体情况是就读师范英语专业，所以日后成为教师的可能性较大。

2、关于职业水平方面语言水平，分析水平，组织水平都较为不错。

3、个人特质方面适合编辑、新闻、翻译类工作，因为具有较强的文字功底，作为英语专业学生口语也还不错，所以认为自己能够胜任英语翻译类工作。

4、我的职业价值观最看重的是稳定度，信誉度，周边环境，发展前景等。

6、社会环境分析：在当今中国的社会环境下，就业形势十分严峻，每年的大学毕业生数量成几何倍数增长，但工作岗位却没有相对应增加，就业政策当前则是先就业，再择业，多元化战略，复合型人才趋势明显。竞争对手为所有同专业同级甚至不同级毕业生以及其他专业英语水平较强并有意向从事英语方面工作的人。

7、职业环境分析：英语专业当前存有人才过剩问题，发展趋势今年内继续过剩，行业匹配以大中小学英语教师及涉外翻译人员为主。

职业分析：英语教师工作内容即教授学生英语技能，工作要求培养二十一世纪英语人才，发展前景较为稳定。

内部环境因素：优势因素：本人有较强的叙述表达水平及语言组织水平，弱势因素是缺乏独断力及逻辑分析水平。

外部环境因素：因为二十一世纪进入与世界接轨的时代，英语和计算机是新时代人才必备技能，英语人才在很多领域尤其是外企都有需求性，机会遍布，但必须做好准备去迎接挑战，威胁因素是竞争太强。

短期计划

20xx年至20xx年，大学毕业时要达到英语专业四级通过，英语专业八级通过，拿到普通话二级甲等证书，计算机二级证书，相关翻译证书和教师资格证。大一要打好专业基础，大而要提升专业技能，通过公共英语四级，公共英语六级，专业英语四级，普通话等级考试，大三时实行第二外语的学习，并参加雅思考试，计划达到七点零通过出国语言关，大四考过英语专业八级。在此期间专业学习达到一个相对完备的.层面，同时应适合社会人才需求积极参加社会实践，积累相关工作经验，并努力培养职业素质，提升日后竞争力。大一以适合大学生活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主。

中期计划

20xx年至20xx年，毕业后第一种可能在国内，走上英语教师工作岗位;第二种可能出国读研，当前计划赴英，学制一年，那么毕业后第二年拿到教育学或是心理学硕士学位，随即回国，进入企业实行对外翻译类工作。与此同时实行各向社会技能训练，尽快适合职场，实行知脉，人脉，钱脉三脉积累，做好应对各种变化的准备。

长期计划

xx年以后，毕业后第六年后事业进入一个发展相对稳定的时期，家庭上已经结婚并育有下一代，经济开支计划确立，并开始储蓄以作整个家庭未来的宏观微观考虑。

总结：我会一直按此职业生涯规划实行，并依据实施结果的情况以及相对应变化实行即时评估与修正。

进入企业实行对外翻译类工作。与此同时实行各向社会技能训练，尽快适合职场，实行知脉，人脉，钱脉三脉积累，做好应对各种变化的准备。

**自我职业生涯规划书篇五**

略

（二）本人的家庭经济状况

本人的家庭为中下等经济水平。母亲在小学当教师，父亲在林业部门工作，月收入均在一千元左右。

（三）本人的职业倾向

本人职业倾向于临床工作，希望可以做一名合格的护士。虽然大家都说临床工作是很辛苦的，但是我觉得临床工作是最直接的服务于社会的方式，用我们的知识和爱心解除别人的痛苦是我们每个护士的心愿。

护士肩负着救死扶伤的光荣使命。护士素质不仅与医疗护理质量有密切的关系，而且是护理学科发展的决定性要素。

（四）本人的职业规划图及职业目标

时钟老人好象要跟我们赛跑似的，如果对自己一点规划都没有的话，我觉得快要落伍了，一切知识日新月异的变化着，没有目标并付之行动的话，人的一生就这样无聊的过完了。规划如下：

1、第一年：实习能否给自己一个固定的工作还要靠自己努力，凭借自己年轻的优势去自己梦想中的地方闯闯，争取找到可以在编制内的工作。

2、第二年：给自己定个新的目标，尽量在事业上勇攀高峰。在生活上要考虑个人问题，争取在3年内买套房子，把父母接来生活。

3、第三年：再攀事业的高峰，专心做自己的护士。

4、第四年：争取改善生活质量，构置一套房子。

5、第五年：稳定工作，接父母来生活，在父母的帮助下争取把房子换成两室。

（五）实现职业目标的努力措施梦想总是美好的，现实却不一定会如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。

还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。

三、护士的职业生涯规划书范文时间：

工作进程顺利，家庭美好幸福职业方向，临床护士总体目标，进入三甲以上医院踏实完成近十年的临床护理工作已进行情况，读完本科。

四、社会环境规划和职业分析

1、社会一般环境：中国政治稳定，经济持续发展。

在全球卫生事业发展迅速的形势下，中国卫生事业也在突飞猛进的发展

3、个人分析：

（2）性格：内外兼有。特长：中医刮痧。爱好：听音乐，读书。

**自我职业生涯规划书篇六**

1.一个卓越的企业的特征是(d)回答：正确

1.a比别的企业能赚钱

2.b比别的企业的市场占有率高

3.c连续十五年的市盈率高于同行业平均水平

4.d连续十五年的市盈率高于同行业平均水平的三倍

2.在五级经理人体系中，富有实力的经理人的特征是(c)回答：正确

1.a用自己的智慧、知识、技能和良好的工作作风作出巨大贡献

2.b为实现集体目标贡献个人才智，与团队成员通力合作

3.c组织人力和资源，高效地朝既定目标前进

4.d将个人的谦逊品质和职业化的坚定意志相结合，建立持续的卓越业绩

3.沟通没有有效完成，原因可能是(c)回答：正确

1.a沟通的互动性

2.b沟通的双向性

3.c单向沟通

4.d沟通的反馈性

4.在进行职业生涯规划与管理中，职业生涯管理包括(a)回答：错误

1.a职业发展目标

2.b职业发展方案

3.c职业发展角色转换

4.d环境分析

5.在五级经理人体系中，乐于奉献的团队成员的标准是(b)回答：正确

1.a用自己的智慧、知识、技能和良好的工作作风作出巨大贡献

2.b为实现集体目标贡献个人才智，与团队成员通力合作

3.c组织人力和资源，高效地朝既定目标前进

4.d全身心投入、执着追求清晰可见、催人奋发的远景，向更高业绩标准努力

6.要取得别人的信任，一定不能(c)回答：正确

1.a真诚对待，真实守信

2.b慎重许诺

3.c坚决不能否定自己

4.d健全的人格

7.个人测评分析中包括(d)回答：正确

1.a专业知识

2.b能力

3.c个人特质

4.d以上都包括

8.在职业规划与管理中，公司应该做的是(b)回答：正确

1.a定期检讨

2.b提供培训和发展机会

3.c参与员工职业生涯的讨论

4.d提供及时考核

9.解决冲突的最好办法是(d)回答：正确

1.a逼迫法

2.b退让妥协法

3.c竞争法

4.d合作协商

**自我职业生涯规划书篇七**

短期的职业生涯规划指导工作已经结束了，而它使我的感受却颇为深刻，由此我对自己重新作了一番全面深刻的审视,剖析了自己的特性,明确了人生定位,把握了发展方向,激发了学习热情,对自己有了一个崭新的认识。

一开始，总觉得自己离工作还很遥远,没有认真地想过自己以后要从事些什么。作为迈入大学生活的学生来讲，一开始，大学、社会对我来说都是很陌生的，甚至有时候觉得它们距离自己是那么的遥远。当前的大学生活除了孤独，就是对大量课余时间无法利用的茫然，整天过着一种教室——宿舍两点一线的生活，没有对自己未来的职业生涯做一个整体的规划。甚至没有正确的审视自己，审视自己的专业。而经过这几堂职业生涯规划课的学习，在老师们的讲解和指引下，我开始慢慢地拨开眼前的团团迷雾，瞭望自己的未来，开始重新认识自我和自己所选择的专业，甚至也开始构画自己未来的职业蓝图。我想在职业生涯中我的收获和体会是颇多的。是本次职业规划指导，让我更详细地了解了自己,熟悉了自己属于什么气质,有怎样的职业倾向和职业价值。

只是追求一时的满足。职业生涯规划,是我实现自己人生价值的第一步,好比为我的人生画了一张地图，让我在将来的学习生活中有了明确的奋斗目标。不去空想科学家、工程师,给自己的职业生涯作一个完整的规划,随后朝着这个理想,在这张地图的指引下,向着一个正确的方向一直走下去；职业生涯规划让我有了明确目标,并且为我注入了动力,在这张地图的指导下,实现我的人生价值。

职业生涯规划简称生涯规划，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。职业生涯课程有利于我们把握现阶段学习和工作的重点,从自己今后的目标中，找寻自己现阶段所必须把握住的东西，有重点地学习，提高自己的素质和能力。同时，这门课程让我重新开始重视社会发展的趋势、考虑社会对各类人才的需求，甚至对每个人才所应具备的各项能力的要求。使我的职业规划能更为贴近现实社会的实际需求，具有现实的可能性和可行性。

理解了职业生涯规划的内涵以及它对于我们未来生活的重大意义，也使我对职业有了进一步地了解，解开了我原来对职业诸多的偏见和迷团。因此，职业生涯规划具有特别重要的意义。

第一，职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力。

一份行之有效的职业生涯规划将会：引导我正确认识自身的个性特质、现有与潜在的资源优势，帮助我重新对自己的价值进行定位并使其持续增值；引导我对自己的综合优势与劣势进行对比分析；使我树立明确的职业发展目标与职业理想；引导我评估个人目标与现实之间的差距；引导我前瞻与实际相结合的职业定位，搜索或发现新的或有潜力的职业机会；使我学会如何运用科学的方法采取可行的步骤与措施，不断增强我的职业竞争力，实现自己的职业目标与理想。

第二，职业生涯规划可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会。

生涯发展要有计划、有目的，不可盲目地“撞大运”，很多时候我们的职业生涯受挫就是由于生涯规划没有做好。好的计划是成功的开始，古语讲，凡事“预则立，不预则废”就是这个道理。 第三，职业生涯规划可以提升应对竞争的能力。

《职业生涯规划自我总结》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

**自我职业生涯规划书篇八**

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，感觉自己的交际水平很差。其实，我就是很喜欢交朋友，不过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。

自我分析之自我兴趣

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。

自我分析之探索职业发展

通过课堂的学习，实行了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，首先就是要做好当前的工作，那就是要好好的学习。还有就是要补充自己不足的地方，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，持续学习各方面的知识，提升自己的水平，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，持续提升自身的修养。持续发现自己的不足,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，认真地对现在的我实行分析，预测将来的事情，让我的未来有更高的成功的概率。而且，社会是持续变化的，是持续向前发展的，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逐步增多，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。

**自我职业生涯规划书篇九**

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。

一、职业生涯规划是一种有效的手段

对于每个人医护工作者而言，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。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，有了目标才有动力。

二、自我评价

我是一个当代本科护理学生，家里最大的希望是成为有用之才，平时喜欢外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，不爱运动，有时学习是“三天打渔，两天晒网”，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。

三、内外环境分析

当今社会，医院都是以科技为先导、以人才为基础、以疗效为根本、以服务求生存医院聚集一批精萃的医学人才，医院中有护理组织发展战略、护理人力资源需求、组织护理队伍的群体结构、组织护理人员的升迁政策等等四、未来人生职业规划目标与行动计划根据自己所学专业，在未来应该会向护理事业发展。围绕这方面，本人特对未来十年作初步规划如下：

1、20xx—20xx年学业有成期：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，并作为就业准备。

（具体规划见后）。

2、20xx—20xx年熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

主要完成内容：

（1）学历、知识结构：提升自身学历层次，专业技能熟练。英语四、六级争取考好

（2）个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，

（3）生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动。

3、20xx—20xx年，在自己的工作岗位上五、调整与评估计划固然好，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，要求有清醒的头脑。

**自我职业生涯规划书篇十**

我在仰望月亮之上，有多少梦想在自由地飞翔，给自己一点时间考虑一下将来吧，给自己做一个规划吧，那样梦想才能展翅飞翔。人生像一次没有回头路的旅程。前方也许是盛开芬芳的玫瑰园，也许是充满毒蛇猛兽的黑森林，但是不管怎样的未来，我能做的不过是给自己一个规划并且实施。今天的生活是由一年前我的选择决定的，而今天我的行动将决定我三年后的生活。

耳边再次响起周其洪老师在“大学生职业生涯规划”课上讲的话：“没有计划的人会被有计划的人计划掉！”

**自我职业生涯规划书篇十一**

(一)学习水平：

1.我自认为为自己的学习水平较强。我从不把学习看作是记忆死的知识，而是透过现象看本质的过程。我在学习方面能够举一反三，善于对表面的事实实行归纳和总结，追求通过纷繁复杂的表象中看到本质。与此相对的，我还乐于把抽象的理论具体化(先不管对不对)，看看能不能说得通，哲学中称这个叫“演绎”，不过我离达到这个境界还有一段路要走。另外，如果说“归纳”是我的强项的话，那么我的“类比”水平“排名”第二，不论是相同的事物还是有不同点的事物，我愿意从比较中找到联系和获取知识，相信这能让我的视野更开阔。

2.我认为，学习不但仅是一种纯粹知识的学习，社会同样是学习的大平台。所以，我同样重视个人在实际生活中的学习。我是个擅长从生活中学习的人，所谓“吃一堑，长一智”。工作中，我喜欢向身边的同伴学习，所谓“三人行，必有我师焉”，通过学习他们身上优秀的水平品质，使我在工作中持续取长补短。此外，我还认为把“理论使用到实际中去”也是学习水平的一部分，“尽信书，不如无书”，要“通过实践来检验真理”。当然，因为社会经验的不足，这个水平正是我最欠缺的。所以，日后我还应多参加各种社会实践工作，以提升自己这方面的“学习水平”。

3.古罗马的政治家西塞罗说：“学习对于头脑，如同食物对于身体一样不可缺少。”所以，不管学习的现状如何，我总能够用刻苦认真的态度去面对学习。我相信，一个人为有拥有了准确的学习态度，才能在此基础上提升自己的学习水平。我同样相信，我的.那颗独一无二的“好奇心”会永远给予我学习的热情和动力，成为我学习水平提升的“助推器”。不过，话虽说得好，但做起来，我还有很长的一段路要走。相信在“学习水平”上有较大的进步空间，是对于我的挑战，更是我前进的动力。

(二)思维水平及价值观：

我思维水平的特点就是思维活跃，创新水平较强。我不容易人为地把知识限制在某个框架内，作茧自缚;总是能够带着一面“多棱镜”，从不同“角度”观察事物。但思维的活跃也同时给我来了难题，让我有时缺乏一种“目标感”，只顾着去观察纷繁事物的复杂面，而忘记了这样观察的目的和意义。我喜欢天马行空的自由想象胜过刻板严谨的逻辑，这个特点给我带来学习和生活上无穷的创意，同时也给我添加了麻烦——他人很难理解自己。此外，我也比较相信自己的直觉思维。我的价值观积极的面对人生，从自我小处着眼。

(三)管理水平：

1.时间管理水平。自认为自己对于时间的管理水平还有待增强。对客观时间的安排上是没问题的，仅仅对主观时间的计划上会有一定的误差。例如，可能需要两个小时做成的事，我会计划成一个或一个半小时。总结一下原因——是自己对时间的估算水平还不强，对自己的执行水平还有所欠缺。

2.理财方面。因为我是个崇尚节俭的人，所以生活较为朴素，除

了生活的必需品，基本上不会有任何的“奢侈品”(对学生来说)消费。

性格：

我的沟通水平中等，不是很好。知道在对不同的对象时应用不同的沟通和交流方式，但自己大概不能处理得很好。有自己的想法，但在团队中还不能很好的阐述。我不是个善于交际的人，但能够耐心倾听别人诉说。在遇到问题时，能够以恰当的方式向长辈请教。所以我希望在大学这样相对轻松的环境里提升自己的沟通水平。

(四)我的爱好及特长：

我喜欢阅读，写作，看电影，听音乐，旅游。我是个安静的人，平时的空余时间很大一部分都用来阅读各种书籍和写作，通过文字来了解生活，感悟生活，从中汲取很多生活的真谛，并通过即时的记录来发现自己的处境，持续鞭策自己。所以自认为自己的写作水平应该算是一个特长。

**自我职业生涯规划书篇十二**

一位毕业生在自己的求职资料中简要地描述了自己的生涯规划，乐意从最基层的工作做起，用至少5年时间熟悉业务，掌握相应经验，然后向高级主管职位挑战。尽管他的成绩在众多竞争者中并不突出，但负责招聘的公司副总却一锤定音：我相信他能成功，我初出茅庐时的想法跟这位年轻人完全相同。

生涯需有“的”

“的”，箭靶的中心，前进的方向。美国生物学家克林莱斯有幸拍到了一组精彩镜头。有一种麻雀大小的鸟儿扑扇着翅膀刚刚停在沙地上准备觅食时，潜伏在沙子里的蛇猛地张开大口窜了出来。鸟儿用自己的爪子一下又一下地拍击着蛇的头部，力量有限，蛇依然对鸟儿攻击不止，鸟儿一边躲闪着蛇的血盆大口，一边用爪子拍击着蛇的头部，其准确程度分毫不差。就在鸟儿拍击了1000多下时，蛇终于无力地瘫软在沙地上，再也爬不起来了。

这种鸟儿和蛇的力量对比是悬殊的，它甚至还没有一只麻雀飞得高，生物学家唯一能解释的答案就是，这种鸟儿在经过长期的经验积累后，终于掌握了一套对付蛇的办法，那就是瞄准一个点，持之以恒地用爪子击打蛇的头部。

在现实生活中，很多人之所以失败就是没有瞄准一个点，持之以恒地走下去。而成功者则瞄准了这个点，并坚持走到了最后。这个点就是自己所定的目标，人生的理想，只要能瞄准一个点，哪怕力量微小，但只要坚持，就一定能够到达胜利的彼岸。

工作贵有“新”

大家都知道当代教育家魏书生先生，他并不是一个高学历的人，仅是一个初中毕业生。他为什么会取得那么多骄人的成绩?这主要得益于他善于学习，有极强的创新能力。我们再来看一个小故事：一家美国食品公司在参加一次展览会时，由于报名晚而被安排在顶楼最偏僻的角落，光顾者当然少得可怜。于是老板想出一条妙计，在底层撒下许多铜牌，并在铜牌上写着“拾到此牌者，可到1068室换取纪念品”，结果使生意一下子火了起来。显然，这个案例成功的前提条件就是老板具有“怎样去吸引顾客”的创新意识。而我们常人普遍缺乏的就是这种创新意识。

如果一个教师长期安于现状、墨守成规、不思进取，从未想过应该有所创造，那他就难以开展创造性教学活动，也就不会产生创造性教学成果。当我们确立前进的目标后，不仅要有坚韧不拔的毅力，还要有创新精神与改革意识，这样才能达到理想的彼岸。就拿写文章来说，有的老师文笔不谓不好，选材的角度不谓不新，可屡屡不能见诸报刊。为何?其中很重要的一点，就是所列举的教例没有特色，因为在实践中没有创新，没有变革。因此说教研文章不是写出来的，是做出来的，这句话很有道理。这个“做”就看你怎么做?是沿袭，是因循，还是创新。

**自我职业生涯规划书篇十三**

如今之社会，竞争无处不在。我们当代大学生，若要在这个优胜劣汰的社会中得以生存、变得强大、甚至在未来的广阔的舞台上占有一席之地，就必须认真的审视自己，看清社会的发展趋势，为自己的未来做好规划。有句谚语说得好：“有一个清醒的头脑比有一个聪明的头脑更重要”。人的生命是有限的，在这有限的生命里，我们如果不能做到对未来职业生涯有着良好的规划，满是迷惘的的踏入社会，必然会白白浪费大好青春。因此，作为当代大学生，我有义务当然也有觉悟为自己制定一份职业生涯规划书，精心设计自己的未来，有了明确的目标，我才会一直向着它前进不停，才会用动力赢得自己的成功。

我是一个很平凡的本科生，但我并不甘于平凡。作为家里的孩子，出人头地当然是全家寄予我的希望，所以，自我踏进大学校门的那一刻起，我便决定，要向更高的地方前行。

我自认为我的性格是我的优点。平日里开朗活泼，爱与同学们相处。我脾气比较好，不爱生气，因此可以交到很多的朋友。业余时间里，喜欢看书、听音乐和上网，由于第二外语选修的是日语，尤其对日本文化比较感兴趣。在学习成绩上，我并不算突出，只能说是中等靠上，这可能和我缺乏恒心有着莫大的关系。所以，我必须要努力克服这一致命性的缺点。虽然不够有毅力，但我有着满腔的热情，我可以凭借这份积极性鞭策自己，慢慢培养自己的耐性与持之以恒的良好习惯，结合自己的优点不断改正自身存在的问题，慢慢的弥补，直至最终克服。

我比较喜欢语言和文学等这一类的学科，未来应该会向这两个方面发展。当然，在这之前，我必须要历经一个崭新的开始，那就是考研。

在大学本科的四年里，首先要认真学好专业的知识，努力通过专四、专八的考试，顺利的毕业，拿到学士学位。

在大学的这几年，除了专业知识，还要全面拓展自己的个人素质。我计划在大学期间，考到导游资格证和教师资格证，并争取考过计算机二级。我相信，这些除专业之外认可，会为我的就业提供更广阔的道路，而我自己亦能从中获益不少。

由于第二外语选修的是日语，我希望能学有所成。在专修英语的同时，我也会努力学习日语，并计划通过日语的四级水平测试，如果我有能力，我会尝试去通过日语的二级水平测试。

我考研的目标是中国传媒大学，并且我想跨专业考新闻传播学的研究生。这是我一直以来的梦想，并且我始终坚定不移的想着这个目标迈进。所以，在大三的一年里，必须要全力准备，不丢下专业课程的同时要挤出时间学习新闻传播学。或者去新闻系听课或者是在图书馆借书自学，总之，为了这个目标，我会全力以赴。

对于工作，我的理想是当一名记者。有了前面的各种铺垫，我希望可以在一家影响较大的报社或者电视台工作。为此，我必须强化我的知识储备，不能有丝毫的放松。同时，也要发展良好的人际交往关系，加强与人沟通的能力，这是记者这一职业所必备的。得到了工作，我会以满腔的热情如入其中，踏踏实实的贡献自己的力量。当然，我也会争取任何一个提升自己的机会，那是对自己的肯定也是对自己的又一新的挑战。我希望，以自己的辛勤工作为自己换取一个不会后悔的人生，使未来富有色彩与意义。

计划固然是好的，但也需要汗水与毅力浇灌才能最终开花结果。任何的理想与目标，只说不做都只不过是一张空头支票，没有任何价值。制定了目标，就要做好全力以赴，忍受一切困难的觉悟。但是，众所周知，未来是变幻莫测的，制定的计划随时都会出现问题，我们必须还有要清醒的头脑，准备应对一切变故。

其实，我们每个人都是朝圣者，各自走在自己朝圣的路上。我们所信仰的高度与所追求的远方，就是我们心中最神圣的顶点所在。那是我们心中的灯塔，只有它，才能照亮我们的人生。而能触碰它的，只有我们自己的`双手。

**自我职业生涯规划书篇十四**

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。作为刚走进xx的我，若是带着一脸茫然，踏入xx怎能满足xx这片蓝天的的需要。为此我作一下规划：

首先自我定位：

优点：我是一个办事认真苛刻的人，既能坚持原则，有相对的灵活性。性格比较活泼开朗比较善于和孩子家长沟通，为人坦率直爽，乐于助人，在工作上我相信自己能够与同伴团结一致。心理素质良好，具备一定的组织协调能力和分析判断能力，有较强的团队合作精神和服务精神，我不怕吃苦加班对我来说真的不是事。

缺点：经验不足，在工作上有些不懂的问题，书本上的知识真正到实践中还不是很完善，所以我需要多向前辈学习取经；在教育孩子上还没有一个很完善的体系，需要同事的协助和领导的支持以及自己的摸索。

其次职业分析:

(1)职业环境分析;首先，随着中国的不断发展，各种幼儿园教学模式很多，所需的幼师人才也在不断增多。其次，随着人们生活水平的提高和精神需求以及对孩子的期盼，幼儿园是一个十分重要的组织机构，幼师是一个很神圣的职业。

(2)xx幼儿园的分析;xx有强大的市场实力，在中国有60多家分院有强大的市场规模；能够在这个行业中形成龙头；xx有自己独特的教学产品和方案以：自己的幼儿玩具自己设计的`教学模式；有博爱的领导能够指导我们的方向；还有优良的生活环境和幼儿学习环境能够让我们驻扎以及家长的信任。

(3)家庭分析：父母支持我做这个事业，觉得这个职业是一个很美的职业；希望我在这个事业中有所发展。

最后个人职业规划和实施：

我觉得每个阶段的前进都要有一定的目标，有了目标就有了方向，才能更好的发展自我。只要自己尽心尽力了，能力都到了发挥，每个阶段有了切实的提高，即使目标没有实现，我也不会觉得失败，至少目标引导我如何走好人生的每一步。目标的确立对于人生来说有着至关重要的作用，因此，我根据自身的不同阶段把目标确立如下：

千里之行，始于足下。我觉得现在首要的是认真做好配班老师，扎实专业知识，学习前辈教学经验严格完成考核。对主班老师好的教学模式吸收不好的加以改良。同时，严格按照xx制定的制度执行各项工作，听取领导的意见和忠告，未来能成为xx一名合格的主班老师，从而在自己的位置上发光发热，经过自己的努力希望将来能为xx做更多的事。

不经历风雨怎能见彩虹。我要时刻保持一颗清醒的头脑。虽然，每个人心中都有一片汪洋大海，奋发着理想、信念、追求和报负;每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳和磨砺。一个人，若想取得成功，必须拿出十足的勇气，付出百倍的努力、拼搏、奋斗才会成功。机遇不相信借口，不相信颓废，不相信幻想，更不相信眼泪;只相信爱打拼的人!若想实现自己那远大的目标，就必须从生活中的点点滴滴开始做起，努力地积累从中所学到的知识，总结经验，那就是打开成功大门的钥匙。因此，从今天开始我要出发了，为xx蓝天画上彩虹！

**自我职业生涯规划书篇十五**

1、 职业兴趣

首先，城市轨道交通工程是我主修专业。其次，我也深深地为能够进入这个专业而感到荣幸。同时，这也是一个在全国范围内新起的热门专业，它具有很大的发展空间，所以，我的职业兴趣是做一名的地铁公司的工作人员。

2、 职业能力

我相信，只要有信心、有热情、肯投入，就没有做不成的事。身为理科毕业的我，拥有良好的逻辑推理能力，我的学习能力较强，细心、坚韧、能和别人友好相处、有良好的团队协作能力。同时，我修取了具有专业知识的各总证书，我可以作为管理和专业一体的复合型人才，也为我实现自己的规划而打下一定的基础。

3、 个人特质

我比较喜欢团队合作。因为我擅长篮球，篮球是一个团队意识比较强的运动，所以我认为在团队合作的过程当中我能学习到更多的知识，了解别人的想法和独到的见解，同时也能够认识更多的朋友。 团队合作能够激发我的工作的热情、鞭策自己努力前进。同时，我能试图用理论分析问题，解决问题，能够顾全大局，喜欢有激情的工作。我相信的人组成的团队会更加。

4、 职业价值观

我会考虑这份工作对实现我自身理想有多大帮助，对实现我的目标有多大的铺垫作用。我看重职业能不能有一个好的发展前景，有没有从中不断学习提高我个人能力的机会。当然，工资收入也占有很大的重量。在我毕业后的几年时间里，将会是我职业生涯中非常重要的几年。能否积累一定的经验和知识让自己更加是非常重要的。

5、 自我小结

我是一个性格活泼、开朗，同时拥有坚韧，细心，内敛，的思维和良好的团队协作能力的人。

首先，我是城市轨道交通工程技术专业，在以后的生活中我都会以此目标前行，我能够成为一名的负责任的城市轨道交通工程师。其次，在未来的1年—3年期间，我会获得很多的生活阅历以及广大的人脉关系，丰富自己所学的知识，增加自己的社会阅历及更多的.工作经验。成为的城市轨道交通规划设计师，并且在3年后创下属于自己的成就，我想我还是蛮有信心的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn