# 2024年大学生职业规划书(通用11篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-07-23

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。大学生职业规划书篇一大学毕业生与用人...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

**大学生职业规划书篇一**

大学毕业生与用人单位供需见面、双向选择的就业制度在我国已经实行多年。职业生涯规划就是因应新制度而引进的新名词。职业生涯规划是否必要，职业生涯规划对事业走向成功有多大帮助，在毕业生乃至高校的就业指导工作者中都未形成普遍共识，也缺乏实证性证明。在北京毕业生就业工作协会的支持下，北京地区大学生毕业选择影响因素研究课题组，选择了北京地区类型各异、层次不等、较有代表性的五所高校进行了问卷调查。

调查围绕职业生涯规划设置了多个问题，统计分析表明：职业生涯规划的明确程度、职业生涯规划做出的时间对毕业生毕业选择的满意度、毕业选择与最初打算之间的一致性等都具有相当重要的影响，个人职业生涯规划已成为毕业生作出毕业选择最重要的决定因素。

对自我了解越深入，职业生涯规划越明确

对个人兴趣爱好、性格气质和能力素质等的了解程度与职业生涯规划明确程度进行相关性分析，结果显示：学生对自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度均与职业生涯规划明确程度具有正向的相关性，而且这种相关是高度显著的。在此基础上，随着学生了解自己程度的提高，其职业生涯规划明确程度平均分值越大，也就是说，越是了解自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的学生，对自己职业生涯规划的明确程度也就越高。

职业生涯规划越明确，毕业选择的满意度越高

对职业生涯规划明确程度与毕业选择满意度的相关性分析说明：职业生涯规划明确程度与毕业选择满意度之间有显著的联系，也就是说，职业生涯规划明确程度不同的同学，其毕业选择满意度是不一样的，两者具有正向的相关性。

在两者有着显著性联系并且是正相关的基础上，可以看出，随着职业生涯规划越明确，毕业选择的平均满意度程度有越来越高的趋势。也就是说，职业生涯规划明确程度越低，则毕业选择的满意度就越低;职业生涯规划明确程度越高，则毕业选择的满意度也就越高。由于前面已经证明，对兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度与职业生涯规划明确程度具有正向的相关性，因此，也可以推断出，越是了解自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的学生，其毕业选择的满意度也就越高。

职业生涯规划越明确，毕业选择结果与最初打算的一致性越高

对调查结果的分析研究表明，职业生涯规划明确程度与毕业选择结果与最初打算的一致性之间有显著的联系，也就是说，职业生涯规划明确程度不同的学生，其毕业选择结果与最初打算的一致性是不一样的。

在两者有着显著性联系的基础上，进一步观察可以看出，职业生涯规划明确程度越高的学生，其中毕业选择结果与最初打算不一致的学生所占的比例越低，毕业选择结果与最初打算一致的学生所占的比例越高。也就是说，职业生涯规划明确程度越高，则毕业选择结果与最初打算就越一致。由于前面已经证明对兴趣爱好、性格气质、能力素质的了解程度与职业生涯规划明确程度具有正向的相关性，因此，也可以推断出，越是了解自己兴趣爱好、性格气质、能力素质的学生，其毕业选择结果与最初打算就越一致。

大二做出职业生涯规划，毕业选择的满意度相对较高

调查显示，最早形成职业生涯规划的时间与毕业选择满意度之间有显著的联系，最早形成职业生涯规划的时间不同，其毕业选择满意度也不同。

从不同时间形成职业生涯规划的毕业选择平均满意度的变化可以看出，大学二年级形成职业生涯规划的学生，其毕业选择的平均满意度最高，相对而言，上大学前做出职业生涯规划的学生的毕业选择平均满意度最低。这一结果其实是可以理解的，一般来讲，在上大学前，在我国的应试教育体制下，学生的唯一目标几乎只是考大学，学校所教授的内容几乎全部是围绕高考而展开的，因此，上大学前学生很少有机会了解自己的兴趣与特长，因而所做出的职业生涯规划是不切实际的。而在上了大学后，经过一年的大学生活，经过对专业方向的了解和对自身了解的深入，大学二年级所做出的职业生涯规划自然也就更切合自身实际，因而按照此时做出的职业生涯规划进行的毕业选择也就容易产生较高的毕业选择满意度了。

职业生涯规划是确定毕业选择的最重要决定因素

调查还显示，受调查学生对于自己毕业选择(国内升学、出国留学或就业)作出决定时，各项影响因素所占的百分比不同。在选择出国留学的学生中，为了寻求更多机会而出国留学的人最多，占33.23%，基于个人职业生涯规划作出出国留学决定的人略少，但也有31.65%的比例;而在选择国内升学和就业的学生中，基于个人职业生涯规划而作出决定的最多，选择国内升学的学生中有34.50%的人、选择就业的学生中有39.76%的人是基于个人的职业生涯规划所作的决定。可见，个人职业生涯规划已经成为当今大学生确定毕业选择最重要的决定因素。

**大学生职业规划书篇二**

当今社会处在变革的时代，到处充满着激烈的竞争。职业活动的竞争十分突出，尤其在世界金融危机的影响下，就业形势越来越严峻，要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并持续立于不败之地，务必设计好自己的职业生涯规划。这样才能做到心中有数，不打无准备之仗。记得高中一位老师说过，当别人已经起跑了，而你还在绑鞋带，那么最先被淘汰出局的肯定是你，此刻细细回味，是多么有寓意的一句话啊。机遇只垂青于有准备的头脑!没错，为了给自己的人生设定一条轨迹，为了最大限度地发掘自我潜能，增强自己的竞争实力，为了让自己的职业生涯发展更有目的性与计划性，为了提升自己应对竞争的潜力，我决定给自己的未来设计一个蓝图，给自己的人生设计一个坐标轴。

我们向往着完美的明天，所以一向为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了职业生涯规划设计，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从此刻起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

每个人的一生都是有限的，在有限的时间里，所有人了都期望自己能够到达自己梦想的巅峰。

在每个人的生命发展的过程中，其发展过程都是独特而又丰富多彩的。一生的时间不能够重复，那么在不可重复的今生必须要为自己做好一份详尽的规划，并按照规划好的人生方向前行。

做好职业规划并不简单，它是一个很庞大的概念。它是在个人与组织的相结合下，对一个人整个人生的主观、客观分析，结合实际状况确定一个人的最佳发展方向与目标，并未实现这个目标做出的合理的行动方案。

人生如同一本书，一本自传。不同的人他书中的资料也有着不同的资料。书中可能有彩色的，黑白的图片;有繁华的，纯朴的文章;有快乐的，痛苦的情绪，等等。

在书中，我们的经历就是那书中的书页，辞去了旧的一天，页码就会相应的增加了一页;迎来了新一天的同时，一张空白的纸也在等着我们去填写。而且每本书的开头都标明目录，以方便我们去查找所需要的资料。那我们人生之书的目录又是什么呢是我们的计划。出版社一般都是根据资料去制作目录，而我们的“书”则是根据目录去填写后面的资料。在不同的时期，能够根据自己的计划去完成预定的目标。古语曰：“凡事预则立，不预则废。”

想要自己人生之书资料变得丰富多彩就的先把目录写好。

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。未来，掌握在自己手中。

当今社会竞争越发激烈，如果我们不加紧自己的脚步，跟随时代的步伐，透过不断学习，来充实自己，将很难有一个长足的进步。而一份对自己未来的规划是与人竞争的主要手段之一。个人发展规划代表了我现阶段人生的最大理想，也是近期最就应付诸时间实践的，它的实施与否主宰着我的后半生的成功与失败。

未来，掌握在自己手中。踏着时光车轮，我已走到23岁的年轮边界。驻足观望，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场。在机遇与挑战并存的未来社会里，作为一名哲学系的新生，我究竟该扮演一个怎样的角色呢?世上没有免费的午餐，只有付出，才能有收获。每个人的骨子里都不甘平庸，每个人都有梦想，但是又不免迷失在容易慵懒懈怠和找不到目标的现实生活中。当“鸿鹄之志”遭遇“蹉跎岁月”，其结果只能是“长空闲，白了少年头，空悲切!”通过职业生涯规划来找到职业发展方向，即职业方面的目标，将职业转为事业。寻找到目标后努力去完成目标，达成生活的意义，实现自我的价值。人人都期望事业成功。俗话说“上进之心，人皆有之”，这是人的本性。然而，事业的成功，并非人人都能如愿。想要自己的事业有成，必须树立明确的目标与管理，运用科学的方法，切实可行的措施，发挥个人的专长，开发自己的潜能，克服生涯发展困阻，避免人生陷阱，不断修正前进的方向，最后获得事业的成功。而这些都需要及时、合理的职业生涯规划来为我们导航。有了目标，才会有动力。规划好自己的职业生涯。当岁月婆娑，一晃至我的暮年时分时，自己还依然能手拈金莲花，对着这份亲手规划出的人生之路无悔的微笑!未来，掌握在自己手中。

转眼间，我已经在我的生命历程中走过了二十几载， 但我到底是个怎么样的人呢，我适合做点什么呢，我的未来会是怎么样的呢？以往我从来细想过这些问题，只是每天很机械地在重复着做些以为该做的事情，对未来也相对迷茫。但周老师的职业生涯规划课给了我一次唤醒自我的机会，一次深刻认识自我的机会，让我意识到机会总是留给有准备的人的，所以我们要时刻准备着，对自己有个清醒的认识，为自己的未来做一个规划。

**大学生职业规划书篇三**

时光荏苒，岁月如梭。转眼间，大二的学习生活即将结束，我也将成为奔三一族了。大三，那是一个让人期待又想要拒绝来临的阶段。时光的迫近将不再允许你自由散漫地挥霍青春，将使尚且纯真可爱的你要清醒理智地思考，如何在校园外的社会空间里生存，如何将心房里一直细心呵护的梦想一步步迈向现实，然后大声地宣告：我的未来不是梦。

在大一、二两年迷茫中度过的自己不该再傻傻地问：路在何方？而应当清醒地认识到未来的职业生涯，在仰望浩瀚无际的星空同时，需要脚踏实地地为走好未来的路积蓄能量。以下是我的职业生涯规划书，我将努力从这些方面做出具体行动，坚持不懈。

一、个人情况

1、家庭情况

我出生在一个生活还算过得去的六口农村家庭里，有一对大我5岁的双胞胎姐姐（因为家庭生活条件不好，一个姐姐自小由一家亲戚抚养）和一个大自己3岁的哥哥。为了维持家庭生计，父亲更换过多份工作，目前年近半百的父母均是在家务农。因为家庭经济负担过重，姐姐初中毕业，哥哥初二辍学，此后他们均不满十八岁就早早地工作。往事已过，现今已成家的他们生活很好，父母的负担也轻了，只需供养我这个上大学的小女儿。

虽然生活在尽管不富裕却很和睦的大家庭里，但我一直感觉被家里人的爱包围下很幸福的长大的。对于父母的辛苦我一直身怀愧疚和感激的，他们是我好好学习的资本和无限动力，想要学有所成让他们以我为豪，好好工作给他们安逸的生活。

2、教育情况

现今在严峻的就业压力下，大学生亦到处都是，想要找到一份称心的工作实属不易。本科我学习的是编辑出版学，为了学习更多地文化知识和技能，提升自己的文学素养，在本科毕业后，我计划考研，中国传媒大学的传播学专业硕士。

目前，我的英语四级通过，计算机一级优秀。接着，打算通过英语六级、计算机二级考试，全国普通话水平测试。另外，大学里，想要自学韩语和法语两门语言，学习基本的日常用语，可以进行基本的沟通。

3、个人兴趣

我是一个性格内向、喜欢尝试不同事物的人，如果有条件的话希望学习更多地东西。我做事认真，细心，耐心，有很强的责任感和守时观念，但组织管理能力尚处于劣势地位。大三打算和舍友一同报考驾照同时学习一项乐器。试想着会一定的才艺和通过参与一些实践活动能够增强自信，为人处事落落大方，更好地融入集体中，与大家团结合作。

二、求职意向

因为我所学的专业是编辑出版、传播方向的，所以未来的工作想从事网络编辑工作。网络编辑作为互联网时代的新兴职业，是指利用相关专业知识及计算机和网络等现代信息技术，从事互联网网站内容建设的人员。

校内期间，我在xx-xx年加入河北大学红色战线担任采编记者，主要做过校园新闻和人物专题方面的的采写。大二上学期在保定市市委资料室实习过一个月，做过报刊的整理、文字录入以及一个关于社区文化建设的调研报告。通过两个地方的工作，我深感学好知识技能的重要性，为了更好地适应未来的工作，还应当多投身实践，增添网编的学习经验。

三、职业背景分析

1、职业发展现状

随着互联网的越来越普遍，网络编辑这个工作也成为非常受欢迎的一个岗位。网络编辑职位将呈需求上升趋势，总增长量将超过26%，比其他各类职位的平均增长量还要高。网络编辑职业的发展，已日益引起业界和相关领域的密切关注。网络编辑从业人员的素质的高低，直接影响网络媒体队伍的整体水平及网站内容是否取得成功。随着计算机的普及，互联网站的不断涌现，网络编辑职业的前景也将是光明璀璨的。

据估算，中国拥有网络编辑人员近600万，而传统媒体有编辑记者75万人，在未来的xx年内，网络媒体从业人员从数量上远远超过传统媒体。同时，现在网络编辑的学科背景与六年前相比，也有了显著的变化。

2、职业要求

网络编辑最主要的要求就是几个软件。一般是网页三剑客dreamweaver，flash，fireworks及制图用的photoshop，另外还会要求了解html语言，随着互联网的发展，有的开始要求了解css代码。部分要求有采访能力及独立制作专题能力。

另外，如果是优秀的编辑，还需要能够整合周边资源，结合技术、内容、界面展现站点定位。在电子商务站点中就是完成信息流的整合并引发预期的商业行为。这个过程需要涉及目标人群的确定，交互方式的合理设计，用户信息的统计和分析等等工作对网站美术编辑，要精益求精的设计理念，较强的美术功底、审美和色彩感觉。出色的沟通和领悟能力，站在美学的角度审视和完成界面设计。网站内容编辑要具有开阔的视野和积极学习的态度，对待行业趋势具有较强的敏感性，出色的沟通和表达能力，通过活跃创新的思路组织周边资源，为站点提供粘合用户的有效信息。随需应变的眼光和魄力，实时优化站点框架和内容表现形式。

一名合格网编的要求：第一，需要懂得seo的基础知识，包括内容的标题的设计、关键词加粗、文章内部锚文本的设置、关键词的布局等等。第二，懂得线上营销的知识，抓住用户的心理，一步步将访客转换为我们的客户。第三，要知道怎样获得自己需要的写作材料。

3、职业匹配

我的专业是编辑出版、传播方向的，和网络编辑工作正好对口，有一定的专业优势。加上我性格比较认真谨慎、从一而终，在编辑中应当会及时发现并避免减少常识性的错误。

成为一个合格的编辑需要有过硬的业务水平之外，编辑自身需要有渊博的学识和沟通能力。目前，从专业角度看，内容比较宽泛，知识不深，而且排版技术有限，编辑需积极涉猎深层次的领域。另外，内向的性格不利于团队合作沟通，应在更多活动中，培养自己的交际能力。

四、预期目标

短期目标（现在—xx年毕业）：顺利考过英语六级、计算机二级考试、全国普通话水平测试，考上中国传媒传播学研究生。

中期目标（xx—20xx年）：在北京一家传媒公司做网编工作，争取获得网络编辑员和助理网络编辑师资格证书。

远期目标（20xx—20xx）：到一家报社、或传媒公司做网编工作，能兼任采编记者工作。

五、调整改进

毕业之后，倘若短期目标考研未实现，那么就先到一家报社做编辑工作，增加工作经验，如若在一年多内有合适的学习机会，会继续学习，考上学硕。

在后两个阶段，待工作基本稳定下来后，寻求合适的单位，能够有外出采访的机会，做采编记者。

六、总结分析

现阶段，我会一步步按职业生涯规划努力学习，其实，能否考上理想大学的研究生是一个重要的门槛。我想坚定信念，并坚持不懈的走下去是至关重要的。高中老师的一句话给我感触很深，“有自制力的人才有可能成功”，既然认定前方，就要义无反顾，不为诱惑所牵绊，不断积聚正能量，走好每一步，每一段路。

**大学生职业规划书篇四**

近年来，大学生就业形势越来越严峻，那个读了大学就有金饭碗的时代已经一去不复返了。大学生就业已经成为社会普遍关心的一个问题。那么，作为这个问题的关键人物大学生心里是怎么想的，他们的职业规划情况又如何呢?对此，我在湖南财专和互联网上对一些同学进行了调查。

调查人群以财专学生为主(17人，占85%)，本科类学生为辅(3人，占15%)。其中大一10人(50%)，大二8人(40%)，大三2人(10%)。

在调查所学专业由谁选择的时候，70%的学生选择了自己选择的选项，25%的学生因学校调配学了现在所在专业，5%的学生因其他原因学现在所在专业。没有人选择父母亲戚帮他们选择了专业。由此可见，现在的大学生有很大的权力来决定自己所学的专业，父母给了孩子们充分的自由空间，不可否认这是社会的一大进步!而一部分学生因成绩等问题被学校调配专业也是有一定合理性的，因为学校有时要站在大局的角度考虑，但建议最好让学生学所选专业。

在调查是否喜欢所学专业时，40%的人很喜欢学的专业，40%的人有一点喜欢所学专业，15%的人不太喜欢所学专业，5%的人很不喜欢所学专业。这组数据表明大学生对所学专业的认可度还是很高的。不太喜欢的人大都是因为爱好问题。而很不喜欢的人的专业也是他自己选的，当初选的时候就很糊涂，现在很不喜欢也不足为奇吧。

在调查小时候梦想的职业着一项中，教师(20%)、医生(20%)、金领(15%)、商人(10%)人数较多。很容易看出的一个道理:小孩子对乐于奉献的老师和救死扶伤的医生是非常崇拜的啊!至于金领这个行业，出来的时间并不长，据我所知在被调查这小时侯还未出现，即使出现了，也不是一个小孩所能想到的。

但我们再来看一看现在这些大学生们最想做的职业是什么。调查显示，比重最高的是自己开公司当老板，占20%。而想从事证券分析师、银行职员、投资人等金融领域的人占到35%。而始终坚持以教师为职业的就一人，但她给出的理由是因为是乱写的。而选择医生为职业的人只能说很抱歉没有了。

通过对以上两组数据的对比，我们不难发现想从商的人越来越多，想从事金融行业的人越来越多，而从事教师、医生行业的人越来越少了。这是什么原因导致的呢?商人的增多我们可以说是大学生的市场意识提高了，渴望更多的物质财富，这没有什么值得议论的，人为财死，鸟为食亡不无道理。但教师、医生行业人数的减少可能也说明一部分大学生对物质文明追求上升，对精神文明追求有所下降吧，又或是他们看到了一些社会的阴暗面后看法有所改变吧。(从事金融行业人数可能是因为调查主体是财经类院校学生，受到了所学专业影响。)

上大学前很深刻想过毕业后从事何种职业的人为40%，想过一点点的为35%，没想过的为25%。上大学后认为与自己所想职业差距非常大的站60%，有一定距离的占35%，没有差距的占5%。由此可见，大多数人来上大学之前是有自己的职业规划的。在上大学后能正确客观地认识自己的处境，直面就业的压力。

至于爱好很大一部分人选择了读书、运动。承认爱好与职业影响非常大的人占到60%，承认有影响但不大的占35%，认为没影响的占5%。又此看来，职业选择时还是应该考虑一下爱好的问题。

调查显示，大学生很大一部分是有自己的规划的。又到了毕业生离校的季节，祝大家都能找到理想的工作吧。

**大学生职业规划书篇五**

1、无论你现在或者将来从事的职业是什么，对职业负责这一点切切不可以忘记。所以在大学里你一定要对平时的事情用于承担责任，恪守职责。

2、切忌和谐融洽的人际关系非常重要。实践证明，与同事间人际关系融洽将使工作效率倍增。大学给了你一个很好的机会。

3、要优化你的交际技能。优良的交际技能可为你谋职就业提高成功几率。

4、要善于发现变化并适应变化。大学里，不管周围环境以及你人生某一阶段出现什么样的变化，你都应该善于发现其中的各种机遇并驾驭这种机会。

5、要灵活。未来时代的工作者可能必须要经常转换职业角色，这就是说你要善于灵活地从一个角色迅速地转换到另一个角色，方能适应时代环境的变化。

6、要善于学习新技术。或许你相当一名作家，但是在当今时代作家想要成功也必须不断学习并掌握新的技术技能才行，比如作家必须同时成为一名计算机文字处理员、打字员、网上发行员才能获得成功。

7、要舍得花时间学习各种指南性知识简介。大学里很多的相关讲座都是很好的知识途径，这类指南性知识简介的讲座可能是探索新领域“水深度”的最简便易行的`方法。

8、要不断开拓进取、不断开发新技能。一个复合型的社会将不仅需要专业化的知识，同时还需要通用化以及灵活式技能。一名专业工作者若能借助于专业只是以及通用技能综合武装自己，才能适应未来年代的挑战和斗争。换句话说，为了你的未来的职业考虑，你绝不应该只“低头拉车”专心研究某一种知识，还应同时\"抬头看路“，看看这种专业知识在未来社会是否为人们所需求。一般来说以长远眼光看问题，多掌握几种技能要比只精通一门狭窄专业知识更有前景。

**大学生职业规划书篇六**

在就业压力日趋激烈的今天一个良好的职业规划无疑增加了一份自信.而如今身为大学生的我们在一每天消磨时光的日子里不如多学习点知识来充实自己.未来把握在自己手中趁现在还年轻赶快为自己的未来之路定好一个方向一个好的规划就像灯塔一样为我们指明了方向，我们可以按照这个方向前进!

二、自我剖析

1)兴趣爱好:

看书，听音乐，下棋，photoshop，网页设计，计算机信息治理，软件测试，编程

2)特长：

数据库维护管理，认识c、java、delphi、vb语言，精通c#语言，纯熟掌握office系列。

3)人格描述:

·依赖理智的思索来做决定，总是采取客观、合乎逻辑的步骤。

·谨慎而传统，重视稳定性、合理性;天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

·喜欢先充分收集各种信息，然后根据信息去综合考虑实际的解决方法，而不是运用理论去解决。对细节非常敏感，有很实际的判定力，决定时能够运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点，并且非常系统有条不紊。

·是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。

·看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，需要时常的换位思考，更广泛的收集信息，并理智的评估自己的行为带来的可能后果。

4)在工作和学习中的优势

1.办事精确，希望第一次就能把工作做好

2.乐意遵循确定的日常安排和传统的方针政策，是组织忠诚的维护者、支持者

3.每次都能十分专注地把注重力集中在一个项目或任务上

4.特别能够用心细致地工作，可以不需要别人的合作独立工作

5.敏捷的组织能力

6.一丝不苟、认真专注地对待详细问题、事实和细节

7.相信传统模式的可取之处，并且能够遵循传统模式

8.非常强的责任意识;别人可以信任你实现自己的诺言

9.通情达理、视角现实有稳定平和的心态

5.)在工作和学习中的不足

1.不愿意尝试、接受新的和未经考验的观点和想法

2.对变化感到不安，可能会有些僵硬、死板;排斥革新

3.对需要很长时间才能完成的`任务缺乏耐心

4.有时会由于近期目标而忽略长远需要

5.不愿意促成必要的改变，不愿意支持有风险的行为

6.见到实际应用后的结果才肯接受新观点

7.不能理解与他们自己的要求不同的要求

8.对自己及自己对组织的贡献估计过低

9.缺乏挑战精神，对失败和挫折的承受力差

10.缺乏相应的工作经验

6)相应措施

针对我的缺点与不足，我应该采取一定的措施来弥补我的缺陷：

1.避免墨守陈规，需要尝试新的东西;要有开放态度，敢于尝试探索新的可能性

2.考虑问题要更全面周到，需要考虑人的因素，不单单只考虑自己的利益和感受

3对那些与我观点不同的人保持足够的耐心和虚心

4.适合的时候，主动承担一些工作

5.准确看待失败，遇到困难不随意放弃

6.增强做事的灵活性，学会变通的看待和接受新事物

三、职业倾向分析

适合的岗位性质:

·工作环境稳定，不需要太多的冒险和变动，最好依照经验和规律解决事情

·有较多的独立工作时间，可以专心的完成整个项目或任。

**大学生职业规划书篇七**

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。

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。

**大学生职业规划书篇八**

由于大学生还未走上社会，进入工作岗位的缘故，他们对职场、对工作缺乏了解，因此，普遍把职业生涯规划，当成一件非常务虚的事情，以为是纸上谈兵，甚至有些非常想为自己做好职业规划的学生，也常常把职业规划当成一个特别抽象的东西，而无法落地实现。

比如，有个女生来咨询，她说自己的目标是：个人价值最大化，该找什么工作?为了实现这个目标，她做的事情是在上学期间，看了两百多本书，政治，社会，科学，历史，文学等涉猎较广。

这样的职业规划让我哭笑不得，其实想法没错，多看书也不是坏事，但这些想法与做法，跟职业发展应该说关系不大。

职业规划其实应该更具体一些，个人价值最大化，这只是个概念，个人价值一定要被具体化。通常可具体化为：多挣钱、有声望、被尊重等，这些都可以实现个人价值，主要看自己认为什么最有价值。对于社会和他人来说，这些都是积极的观念，没有为害社会与他人，都挺好。

具体的职业目标确定后，再明确实现目标的方法和途径，基本上就是一个清晰的职业规划了。

如果职业目标是：多挣钱，那么有相应的达成目标的方法，比如找工作的时候，应该优先考虑平均收入较高的行业与岗位，例如金融、地产行业通常收入最高，销售这一职业也是年轻人最容易成功的职业。

**大学生职业规划书篇九**

外国语言系1x级新生职业生涯规划比赛圆满举行！

为丰富校园文化，树立新生奋斗意识，20xx年11月17日晚，外国语言系在教c楼301室成功举办了首届学生职业生涯规划比赛，比赛本着“规划未来职业方向，培养当前奋斗精神”的思想，志在将20xx级新生凝聚成一个有目标有志向的群体。比赛特邀外国语言系副主任刘晓光教授担当评委，由外国语言系科技协会负责策划举办，来自外国语言系1x级的10名选手参加了比赛，100多名学生到场观看。

本次演讲赛内容紧扣“新生大学生涯与职业规划”的主题，同学们以ppt演讲的形式为大家展示了自己的职业生涯规划思路，经过职业生涯规划课的开展，同学们学会了一些科学的职业生涯规划方法，借助一些测评软件找出自己性格与职业的结合点，对自己所处的各种环境进行分析，最后制定属于自己的道路。比赛中，选手们用精彩的讲解展现着自身的魅力，一步一步将自己的未来规划呈现给大家，讲解结束之后还接受了评委的统一提问和点评。同学们有的立志回到家乡，有的要继续读书，在科研方面有所建树，还有的打算去企事业单位应聘。选手们演讲内容积极健康，精神风貌昂扬向上，展现了10级外语系学子的风采。

经过激烈的角逐，最终，三名参赛选手以其极富表现力的演讲、自然大方的舞台形象和切实可行的职业目标、科学合理的大学生涯规划设计分别荣获一、二、三等奖。

活动最后，外国语言系副主任刘晓光教授为此次比赛点评，他指出，职业规划既是人生规划的技术，也是指导人生的分析工具，同时强调“千里之行，始于足下”，要将规划落实到行动中才能取得最终的成功。

**大学生职业规划书篇十**

三资企业依然是大学生较为理想的`就业倾向所指，有54%的被调查者表示希望毕业后到那里工作，其余依次为机关事业单位(13%)、国有企业(12%)、民营企业(10%)、自己创业(7%)等。做出这样的选择，其原因主要出于个人发展(88%)和学有所用(60%)的考虑，三资企业有较高的福利待遇，也是大学生对三资企业感兴趣的原因之一。此外，性格因素、家庭影响、社会舆论等也会影响大学生做出就业选择，比例分别为41%、23%、15%、12%。

但是，专家认为这种清晰更多可能只是大学生们一厢情愿的想法。复旦经济学院党委书记、人力资源研究专家阎嘉陵教授，复旦管理学院苏勇教授，复旦就业指导中心刘教师，在与此次调查受访单位宝钢股份集团人事处人员座谈时认为，在校大学生中对于择业还存在一些普遍的问题，主要是大学生的自我设计，自我价值同企业的设计和价值之间存在矛盾。这种问题可能会造成以后的择业不当甚至于失败。

不过，专家们还是从调查结果中看到了积极的一面。专家指出，这种结果的影响是两方面的，对大学生来说，就业的心态理性化，心理上比较稳定;对用人单位来说，则变提供高薪水福利为提供人才的发展空间和机会，来迎合大学生在事业成功和实现个人价值上的追求。

当代大学生对于自己的就业已经做好了一定的准备。其准备分为3种类别：

第一，应用型技能的强化训练和考证热。包括，中高级口译、商务英语、各类计算机等级考试、甚至连出国考试托福、雅思、gre都成为了表示自己英语水平的标志，这一部分占80%之多。

第二，互补型的学习。有的学生对于自己目前自己的专业并不是很满意，于是想补充相关的知识。学校开设的第二专业选修课就成为了比较好的选择。另外，也有不少同学偷偷地旁听他系的课程，或者选择程度比较浅的公选课的学习。

第三，各种经历都是使自己简历增色的砝码。这些砝码不仅仅包括以前所指的奖学金、荣誉称号等，而且更包括了校内外的各种社会工作、学生活动中的工作、勤工俭学的经历、打工兼职经历、参与研究活动、科技创新活动等等。

求职的过程不像考试的过程，往往心中有底，而求职的过程有很大的不确定性，学生们会产生迷茫。调查显示，大学生对职业前景缺乏比较清晰的理解。33%的大学生表示不知道其职业前景如何，43%的大学生对此不置可否，两项合计超过被调查整体的四分之三。了解自己职业前景的被调查者只有24%。

目前大学生认为掌握职业发展信息并不完全。67%的学生认为自己的职业发展信息不完全，30%的人没有注意过有关职业发展信息，了解职业发展信息的人仅占3%。事实上，对于职业发展信息，许多大学生表现出渴望的心态。有46%的人认为，了解这一方面十分必要，主张“应该了解一点”的人也不在少数，约为42%。看来，因信息不完全和不对称造成一系列问题，如就业选择迷茫不定，不能把个人自我设计与所选择职业的岗位需要有机结合等，这是当前高校毕业生就业过程中的课题之一。

从学生就职的单位来看，“贫富”差距比较大。大型跨国公司、国有企业、小型外资企业、国有事业单位等等，薪金待遇、所承诺的发展前途、工作的性质千差万别。即使是同一个系、同一个专业、平时成绩不相上下的，在求职过程中，还是会有很大的差别。因此培养比较健康的心态，学会心理调节方法，对于大学生顺利进入社会有重要的作用。

也许由于很多“成功”的毕业生求职的经历给在校大学生一个错觉——高工资是大学生应得的，这种错觉容易造成今后求职中造成“高不成、低不就”的局面。因此，如何在学生中进行正确的引导和宣传是必要的。不能光把宣传目标集中在少数成功的大学生身上，他们毕竟是少数，而应该更加关心大多数普通的大学生。

80%的往届毕业生都表示希望能够继续参加研究生、mba的教育，或者出国。这个时候他们参加教育的目的就比较明确。同时，继续教育对于职业发展也是有促进作用的。

在调查中发现，在个别大学生身上也存在着一些缺点，会反映在求职中，比如诚信问题。一些直研的同学会中途休学出国，求职的学生会擅自毁约。其实并不是不懂法，不知道应该怎么做，而是观念比较模糊，一旦遇到了价值冲突的时候，就会失去方向，做出错误的选择。

同时，经过调查访问发现，对于本科生而言，无论专业和系别，只要对自己有清楚的认识和定位，那么就会对于未来比较乐观的。

而研究生毕业后，求职过程中，受专业的影响限制就比较大，往往“隔行如隔山”。研究生在心理上比较成熟，并且有了3年研究生学习作为“缓冲期”，他们大多能够比较好的规划好自己的将来发展方向，能够有时间使得自己在毕业求职上占有一席优势。

**大学生职业规划书篇十一**

以我目前的个人阅历和学历来说，是不可能完全理解职业的具体含义的，所以在此借用书中的一句话：职业是指具备劳动能力的\'个体，运用自身的知识、技能与态度从事社会生产或服务，为社会创造物质财富与精神财富，并获取合理的个人报酬以满足自身的物质与精神需求的持续性活动。

社会中有着各式各样的职业，职业又是人们谋生的手段，所以人的一生离不开职业，也就是说，人的一生中，将有大部分时间在职场中度过，除了少部分自由职业者，大多数人会在各自的职业环境中生存。就是这种必然的生活环境的影响，产生了迥然不同的个性发展，每种职业都有独特的活动结构，对从事着的个性与心理有着潜移默化的影响，人们参与职业活动，完善者属于自己的个性。又因人的一生大多只能从事一到两种职业，这就表明了人不可能能一个人照顾到生活的全部劳动成果，人们将自己专属的职业劳动成果与他人交换，达到填充个人物质以及精神的目的。

二、职业生涯规划

规划之前必须了解生涯的含义，它是指个人通过从事工作所创造出的一个有目的、延续一定时间的生涯模式。既然这个职业规划是贯彻在生涯之中的，所以我们就按部就班的来分析如何完善的建立这个规划。

首先说这个延续一定时间的概念，这里的时间没有局限于具体明确的几年几月，而是考虑到职业对于个人一生的内外在影响力，这个时间也包含了对个人工作的某个特定的环境和生活结构的变化发展历程。所以规划时必须考虑到自身在将近40年的工作历程大致会发生的过程。从职业前期的学会适应职场的环境，学会如何工作，以及第一次获得在现实中成功或失败的真是体验，成为一名可以独立工作的合格员工的历程；期间对职业的选择，对职业发展目标的确立和自我心态的调整都是对初入职场的年轻人一种挑战。步入职业中期的阶段是，容易形成职业中期危机，这时的年龄段，基本已经在职场形成了一定的成绩，而面对更深一层次的挑战时，就可能翻一下抉择上的错误，这错误很可能会付出巨大的代价。所以中年职场要抗住压力，肩负责任，作出最优的判断；到了职业后期，基本上已经距离退休不远了，这时已经经历过了大风大浪，总体来说在职场是元老级别的人物，多年来的经验也使处事变得稳重得体，有掌握全局的判断力，所以只要不出现大的变故，稳定的走完自己的职业生涯是信手拈来的事了 。

三、自我素质评价

认识自己的性格是认识自己的一个重要因素。性格是一个人在学习与生活过程中形成的较为稳定的对现实的态度和与之相适应的习惯的行为特征。

有一句话在哪都适用，就是态度决定一切。而态度又是由性格决定的，虽然性格是一种十分复杂的心理构成物，但只要合理分析自己的内心，认识自己的性格，把握性的的基本特征，就能客观全面的了解自己真正属于怎么样的人。

首先我对自己进行了一个大致的性格评定，经过多份性格测试报告的结论得出，我是一种活泼型的人，活泼型的人喜欢说，喜欢与人交往，害怕孤独，热情助人，不会算计别人，一般比较单纯，别人喜欢与之交往，情感外露，情绪化，有孩子气。热爱与人打交道的岗位或者是富于变化的工作，入销售、公关、记者、教师等。测试结果还说这类人着眼于工作的面而不是工作的点，如果要让他们在某一个点持久停留，入座研究分析或机械重复则缺少耐心或毅力。

这个测验报告个人认为大致是符合我个人性格的，我对自己的客观评价是，在某些道德方面比较注重他们的评价，所以道德约束感很好，会经常反思个人的行为对他人造成的影响，所以人缘关系不错。喜欢新鲜的事物，对新鲜的环境和周围的人没有很强的排斥感，但也没有很好的融合感。个人为人处事相对被动，因为我个人比较独立，所以很少会要求别人帮助我什么，能自己解决的事尽量自己克服，所以面对新同学或是新同事时，不会主动搭讪，但要是他们能主动开口向我表示友好，我定会热情无比。个人有个人的朋友交际准则，对不适合自己性格的人还是会慢慢淡出，对相符自己性格的人又会时时相处，即便分离，也不会减淡那份友谊。个人有竞争好胜心，但仅局限于自己有能力特长的范围内，如打篮球。而超出自己喜好范围的事物，都抱着可有可无的态度面对，因为即便在自己得到时，都会回头考虑考虑自己失去时该如何面对，所以没有很强的控制欲。

将性格与自己个人目前的专业相结合分析，自己还需要付出很大的努力。作为软件程序的一名学员，需要的是自学能力，以及面对困难有一颗钻研的有毅力的心。而自己喜好新鲜事，面对重重代码的压力，并不能很好的调整心态，利用各种途径查找资料去解决问题，往往面对困难要是没有同学或者老师的点播帮助，就会陷入学习的僵局。这原因主要是怕自己的努力得不到结果，是太在意自己的成果的表现。所以目前的自己时刻告诫自己，付出的过程是艰辛的，很有可能是少有回报的，但也只有付出过，才有一天会得到辉煌的成果。

四、职业目标与实际计划

从20xx年数据显示的android操作系统超越十年霸主诺基亚的symbian系统后，互联网的发展之路越来越向移动客户端靠近，所以it行业的人员普遍认为之后几年的互联网发展路线将大力推进手机端移动通信。

结合自己的专业来看，就业前景相对其他专业来看，还是比较乐观，而且在收入方面有较大的优势。到大二目前为止，基本对将来的职业定位是从程序员做起，所以现在全力学习程序开发的知识。坚信只要自己能有一手程序开发稳定的能力，便能给自己一个步入职场的金钥匙。虽说在真正的职场里并不能用编程能力在站稳脚跟，与之对应的是人际关系处理，企业管理方面的知识，这些并不能在大学期间窥探到什么，必须等进入职场后，有过磕磕绊绊，自己实打实的增长经验才能将这类事处理好。而且现在身边的同学有创业计划，我也参与其中。创业又与入职是不同的概念了。

自己开发程序能力的训练，还是有机会入职软件公司，找到自己就业的一片天地的。

这里还有大学的学业与职业目标相互冲突的问题，大学开设的学科，有几门是与自己将来的就业没什么联系的，如何处理好学习时间的分配，也是个人目前要做出的计划。暂定是与互联网行业完全不着边际的学科只求通过，不细钻研。与个人未来发展方向有帮助的科目，将细心研究。这个决定必会影响自己在大学的成绩，会错失各种奖项的评定和淡化个人在老师心中的形象。但不妨碍自己朝着心中目标计划的前进。

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