# 2024年大学生的职业生涯规划书(精选8篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-06-01

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。大学生的职业生涯规划书篇一职业是通过工作为社...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**大学生的职业生涯规划书篇一**

职业是通过工作为社会做贡献，实现人生价值的重要途径和方法。俗话说，女怕嫁错郎，男怕入错行，这句话充分表明了职业选择对于人生的重要意义。对于当代大学生来说，通过在大学中的刻苦学习并最终找到适合自身的工作，是大学学习的重要任务之一。职业生涯规划是否科学、成功，直接关乎大学生自身价值的实现，甚至是一生的发展。因此大学生首先要正确认识自己，如自身的优点、缺点、爱好、性格等，从而制定出适合自己的科学、合理的职业生涯规划。

一、大学生职业生涯规划中所存缺失

(一)大学生对自我定位及认知方面的缺失

职业生涯规划的任务与内容随着人生发展阶段的变化而改变。大学生在校期间所进行的规划是职业生涯规划的初级探索阶段，在这一阶段，只有认真探索各种可能的职业选择，对于自身的能力与天赋有一个科学、合理的定位，才能为今后的职业选择做好铺垫。可是，目前大学生对于自身的定位过高，不能正确看待自身，导致其在择业时眼睛一味地朝着大的(大机关、大企业)、强的(百强企业)、高的(高薪水、福利)看，对小的(小地方)、弱的(弱基础)、低的(低保障)不予理睬。这无疑为大学生就业带来了巨大的阻碍与压力。因此，科学地进行职业生涯规划，是大学生正确认识自我、明确目标、挑战自我、超越自我的唯一途径。

(二)大学生无法正确看待职业生涯规划的意义

一些人认为时代发展的步伐太快，很多事情都无法事先预料，所以提前规划也是徒劳无功。事实恰好相反，正是因为我们处于这样一个快速发展的社会，才需要未雨绸缪，把即将可能发生的事情规划好，以有备而来应万变之势。

目前，部分大学生将职业生涯规划简单地认定为就是找工作，所以等到临毕业之时再进行规划也来得及。毋庸置疑，这些人误将职业生涯规划简单地定义为就业前的短暂培训，颇有临时抱佛脚的意味。殊不知，职业生涯规划是一项具有前瞻性的系统工程，它贯穿于人的整个职业生涯，并且随着人生发展的改变而不断变化。由此可知，职业生涯规划并非随心制定，而是具有科学性和动态性的，因此不能急于求成，更不能临时抱佛脚，需根据自身的情况、社会的需求与人生的发展规律，从实际出发，进行合理地制定。

(三)职业生涯规划教育的缺失和滞后

职业生涯规划最早在西方出现，直至20世纪末期才传入我国。如今，虽然我国高校的职业生涯规划教育取得了小小的成绩，但呈现更多的是问题。首先，大学生职业生涯规划理论滞后，对于国外的一些最新理论，如职业锚理论、职业匹配理论等难以很快地消化和吸收。其次，大学生职业生涯规划教育指导性不够。目前，多数高校对于大学生职业生涯规划仅仅停滞在口头上，实际指导的工作力度不够，且高校毕业生就业指导中心等机构几近摆设，并没有发挥出其真正的作用。最后，大学生职业生涯规划教育队伍单一，职业生涯规划导师的专业性不强。

(四)职业生涯规划社会氛围不够

因为我国的职业生涯规划教育起步较晚，所以社会各界对于大学生职业生涯规划的认识还不充分。与此同时，面对日益严峻的就业形势，大学生先就业后择业的观念日趋严重，所以基本不会考虑进行职业生涯规划。此外，国家、企业和学校三者之间还没有形成完善的职业生涯规划体系，所以即便是一些想要进行职业规划的大学生在考虑到自身的职业生涯规划无法得到有关部门的指导和支持后，也逐渐打消了这一念头。

(一)大学生职业职业生涯规划是其全面发展的重要条件职业生涯规划是人生中的重要组成部分，大学生应该科学规划，不要让光阴虚度。

1、职业生涯规划与人的全方面发展有密切关系。职业生涯规划是在确立人生职业目标的基础上，挖掘人的潜能，实现职业蓬勃发展，并取得人生成功的。

2、职业生涯可在一定程度上满足人生的需求。人一生中的大部分时间都需要通过职业生涯规划来满足，只有在制定职业生涯规划的过程中多为社会创造财富，多为社会做贡献，才能够受到他人的尊敬，才能够实现自身的价值，实现人生的价值。

(二)国家教育体系所存缺陷需要科学职业生涯规划的补充

随着我国可持续发展与科教兴国战略的逐渐实施与深入，高等教育事业也越来越受到国家的重视。就目前情势看，虽然我国的高等教育观念、管理体制、教学内容等方面都进行了不同程度的改革，但其教育制度依然存在多方面的缺陷。其主要表现如下：

首先，我国的高等教育只注重做事教育，而忽视做人教育。无疑，这种教育观念对学生的.综合素质与企业的人才质量造成了很大的负面影响。截止到目前，我国的高等教育依然存在着诸多问题，欲改善和解决也并非一朝一夕的事情。面对这种情况，身为当代大学生绝对不能认为事不关己，相反，我们更应从以上弊端中进行反思，主动提升自身的综合素质，为将来走向社会做好充足的准备。

其次，我国的高等教育依然遵循传统的教育理念，导致教育方式单一、枯燥，基本上是只重视知识记忆、模仿和重复性练习，忽视学生创新意识的培育。

再次，我国的高等教育主要培养学生的智力。通常，这种教育方式是只注重学生注意力、记忆力、创造力、思维能力等智力因素的发展，而忽视学生的兴趣、情感、意志和性格等非智力因素的培养，因此对学生的创造能力、生存能力等造成了严重的影响。最后，我国的高等教育一般只对学生进行科学分割性教学，忽视知识的整体化教学。科学证明，这种学科教育方式会在很大程度上制约学生所学知识的全面性，影响学生能力的发挥。

(一)完善大学生职业生涯规划的构建模式

后半句是为了强调，但句中并未出现表示强调的词语，须加上就是意义才能完整。

二、就是偏误的形成原因

(一)就是本身的复杂性。根据吕叔湘《现代汉语八百词》，就是可作为为副词、连词和助词，其中光副词的用法就分为三大类、十小类，而且就是有时候并不是词，而是一个就+是的短语。这对学习汉语的留学生来说是相当困难的。

(二)其他用法相似词语的干扰。通过对语料库中偏误类型的分析我们也发现，就是与而是、只是、就、是等词语误用的现象比较严重，不是而是不是就是句式的偏误率更高，因此留学生只有准确把握它们之间的区别，方能避免偏误的发生。

(三)学习者母语背景的影响。101条语料分别是来自日本、韩国、泰国、马来西亚、奥地利等13个国家的留学生hsk 的作文，受其母语的影响，在使用汉语时出现偏误是无法避免的。

三、教学策略

功能的多样性决定了就是的学习难度和教学难度。偏误类型的复杂，在教学方面更需要有所针对。

(一)注重就是的功能教学。强化就是在充当不同的词性或短语时的不同功能的教学，并加强与其配合使用的一些词语的应用和练习，如就是也不是就是等。

(二)注重就是与其相似词语的对比教学。通过对语料库的分析可知就是与而是只是误代的偏误率较高，因此教学中应适当地加入与它相似词语的比较，并让学生通过练习来掌握。

(三)注重教学的连续性。教学的过程与学生学习的过程一样，应是一个连续统。对外汉语教学中的语法基础知识教学多集中在汉语学习的初级阶段，因此强化知识的关联性，将就是的用法贯穿到汉语学习的各个阶段也十分必要。

本文通过对留学生作文语料库的检索，归纳出留学生在作文中使用就是时产生偏误的3种类型：误代、误加和误漏。同时发现留学生在使用就是时，因误代而产生的偏误率最高。因此教师在教学中在注重对就是功能的讲解的同时，也应加强与就是功能相似词语的分析练习，并注意教学的连续性，以提高留学生使用就是的准确性。文章通过深入分析留学生使用就是的偏误，找到产生偏误的原因，以期能对症下药并提出合理的教学策略，对就是的教与学起到一定的积极作用。

**大学生的职业生涯规划书篇二**

在我的人生哲学里，生命不应该是一个简单的轮回和重复，每一个生命都应以其独特的方式去演绎自己的人生。因此，我希望我的人生按照自己设定的方向前进，不管遇到什么样的事或人，都要做自己。下文是我的建筑学专业职业生涯规划。

专业：建筑学

规划年限：12年

年龄跨度：20岁到32岁

因素分析：

自我介绍：我是一个当代本科生，是家里的希望—成为有用之才。性格内向，但开朗、活泼。身形稍胖，个子较矮，平时喜欢上网，玩电子游戏，逛街，偶尔打打篮球，只喜欢看杂志类的书籍。

自己的优势盘点：有理想，有追求，有不到黄河不死心的执着和全身心投入的激情。做事有责任心、恒心，动手能力较强。

自己的劣势盘点：缺乏社会实践经验，交际能力较差，组织能力较弱，口才欠佳。

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。

解决自我盘点中的劣势和缺点：利用假期找份兼职工作，增加实践经验，提高对社会的认识。看一些心理学方面的书籍或是向心理老师咨询解决自己在性格方面的弱点。

社会一般环境：

**大学生的职业生涯规划书篇三**

努力很重要，但是方向更重要。在当今激烈的社会竞争之中，相关知识体系和工作经验相对完备者更具有优势，而大学生活是我们进入社会之前的磨练和演习，在对自己所学专业对应的职业有所了解和定位，明确将来前进的方向，能让我们更有侧重点的学习。通过着眼于现学专业和个人所长来进行职业规划，可以分析自我，为将来的奋斗确立方向。如果只是混混度日或者盲目学习各门课程而忽略专业偏向和主次，怎么能够满足将来的工作需要? 再者，职业规划可以让我们根据未来的理想制定可行的生活规划，评估当下和目标之间的差距，弥补自身不足，在反复的学习和实践中让之间更具竞争力，充实自我，了解自我，从而找到职场机遇。

我的性格是比较诚实、正直的。在做事情时认真勤奋责任心强，往往尽力做到自己能达的最佳，同时比较喜欢创新。喜欢用不同的角度来看待分析问题。 在自己的生活与同学及其他人的交往中比较随和，很少跟人发生正面冲突，也基本能做到小事不计较不记仇，当我遇到没有接触的事情和不懂的地方时能向人虚心请教，但有时也会坚持己见按自己预先设想的来办。

就性格而言，我认为有待改善的地方是，有时缺乏自信，优柔寡断。

对于做事态度方面，有时比较急躁，没有细致地规划好，这也是我认为做一份职业规划非常必要的原因之一。还有，虽然我经常能够意识到问题的存在，忧患意识较强，也常会立刻付诸实践，但是恒心毅力不够，没有坚持到底，这也算是我性格的一个弱点。就此，在未来3年多的大学生活中我会主要到阻止自己做到更好的因素，并努力完善自我，让我在未来更具优势。

性格的理智特征在感知注意方面，我是属于那种主动观察的类型;在想象方面，我是属于主动想象的类型，是那种发散型的类型，同时我认为自己在做事情的时候是现实主义与幻想主义的结合。

如果按照美国霍兰德的职业兴趣理论的分析，我认为我是属于企业型的职业兴趣者，按照美国人才专家把人们的职业定位类型的五种划分方法的话，我认为我是管理型或者是创造型的人。

(1)我的兴趣比较广泛，对事物的接受能力较强;

(2)社会实践能力以及组织协调能力较强;

(3)对人诚恳，大方，喜欢与人交流社会交际能力强;

(4)特长是画画，有一定的素描基础;

(7)忧患意识较强，喜欢多角度分析问题。

(8)我自问不是什么聪明的人，但相信我的智商是中等偏上的;在道德上虽然不是高尚的人，但起码我认为自己不会破坏社会道德，损人利己。

我的缺点：

(1)我的缺点还是比较多的，自己最大的缺点就是有时候做事情会比较粗心，有时可能会丢三落四，做事情有时候会比较冲动，考虑问题不全面，规划不细致。

(2)由于性格比较直，所以有的时候或许会不注意说话的方式。

(3)我的另一个大缺点是脾气有点倔强，认定的事情就一定要做到而且要做好

我所学的专业是信息与计算科学，该专业是以信息领域为背景数学与信息,管理相结合的交叉学科专业.毕业以后，可以在信息与计算科学、计算机信息处理、经济、金融等部门从事研究、教学、应用软件开发或者是管理部门从事一些实际应用、开发研究或者管理工作。

(1)继续深造：由于信息与计算科学专业的毕业生不仅具有扎实的数学基础和良好的数学思维能力，而且掌握了信息与计算科学的方法与技能，受到科学研究的训练，因此继续深造的可选择领域将变得非常广泛，既可以继续攻读计算数学、计算力学、计算机应用与软件、信息与网络安全、信息科学、自动控制、金融信息等专业和研究方向的硕士学位，也可以攻读具有行业特色且与信息与计算关系比较紧密的某些专业的硕士学位，象地球物理、油藏数值模拟、试井、储运等方向都是继续深造的理想专业。

(2)高等院校、科研单位：信息与计算科学专业的毕业生可以在大专院校和科研单位从事教学和科研研工作，可以继续从事信息科学与计算数学的教学和研究工作，也可以凭借其出色的数学建模能力和计算能力解决实际应用问题。

(3) it企业：信息与计算科学专业的毕业生进入it企业是一个重要的就业方向，它们可以在这些企业非常高效的从事计算机软件开发、信息安全与网络安全等工作。信息产业对人才的需求首先是基本的“技能”，包括计算机编程的基本能力，要求具有良好的数据库和计算机网络的知识和使用技能，熟悉基本的软件开发平台。由于信息产业进入“应用”为主流的时代，高水平的从业人员不仅要掌握基本的“技能”，关键还要具备将实际问题提炼为计算问题以及求解该问题的能力，这正是信息与计算科学专业学生的优势所在，也是近几年来国内大型it企业“抢购”知名高校计算数学专业毕业生的原因所在。

(4)特色行业的就业：在前面的办学指导思想中曾经提到过一条是重实际，即各学校应紧紧结合本校的实际，努力使所办专业与所在学校的定位相适应、与本校教师的特长与发展目标相适应、与所在地区经济发展对人才的需求相适应。

工作职能权限

首先，要认真听课，保证学习成绩，拿到奖学金。但是，我认为，眼光应当放远一些，在我的大学时代多方面培养自己，丰富知识，提高综合素质，而不是急功近利，纯粹为了就业而学习。当然，学习中应当有所偏重，除了数学类必修课，还需要掌握精算实务和资产管理概论等方面知识。这就需要跨专业的学习。

其次，多参与活动，将所学知识运用于实践，初步积累编程和测试经验。平时利用网络与从业人员交流，多去软件测试的论坛、贴吧。让自己在加入工作之前个职业有更深更全面的认识，并且能在这个过程中积累人脉资源 具体计划：

大一下学期，英语过四级。

人生犹如在大海里漂泊的船，如果找不到航行的方向，就会迷失自己。就像万吨巨轮没有罗盘掌控方向就不能远航。对自己的未来没有系统的规划，梦想只能遥遥无期,永远实现不了，只能导致自己找不到自己奋斗的目标，一切的理想都将成为空谈。

大学是人生最为重要的时期，能否成为祖国现代化建设的合格接班人，就看你大学四年如何度过了。为了能使自己充实的度过大学四年的美好时光，学有所成，因此制定如上学习计划，用以时刻提醒自己，勉励自己，为美好的明天而努力奋斗。

我相信在我的大学四年中，给自己制定一个合适的职业生涯规划会给我将来的发展起到一个灯塔的作用，将影响我的一生。现在的大学生处在一个纷繁复杂的社会环境，如果不给自己一个很好的方向，在各种社会的迷惑下很容易迷失自己。有压力才会有动力，此计划将作为我大学学习上的启明灯，照亮我前进的道路。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。要我坚持自己的信念，我相信我的梦想并不遥远。

第一步：分析你的需求：你也许会问：这一步怎么做呢?不妨试试以下两种方法。一种是开动脑筋，写下来10条未来 5年你认为自己应做的事情，要确切，但不要有限制和顾虑哪些是自己做不到的，给自己头脑充分空间。第二种更直接，完成这个句子：“我死的时候会满足，如果……”想象假设你马上将不在人世，什么样的成绩、地位、金钱、家庭、社会责任状况能让你满足。

第三步：长期和短期的目标根据你认定的需求，自己的优势、劣势、可能的机遇来勾画自己长期和短期的目标。例如，如果你分析自己的需求是想授课，赚很多钱，有很好的社会地位，则你可选的职业道路会明晰起来。你可以选择成为管理讲师–这要求你的优势包括丰富的管理知识和经验，优秀的演讲技能和交流沟通技能。在这个长期目标的基础上，你可以制定自己短期目标来一步步实现。

第四步：阻碍确切地说，写下阻碍你达到目标的自己的缺点，所处环境中的劣势。这些缺点一定是和你的目标有联系的，而并不是分析自己所有的缺点。他们可能是你的素质方面、知识方面、能力方面、创造力方面、财力方面或是行为习惯方面的不足。当你发现自己不足的时刻，就下决心改正它，这能使你不断进步。

第五步：提升计划现在写下你要克服这些不足所需的行动计划。要明确，要有期限。你可能会需要掌握某些新的技能，提高某些目前的技能，或学习新的知识。

第六步：寻求帮助能分析出自己行为习惯中的缺点并不难，但要去改变它们却很难。相信你的父母、老师、朋友、上级主管、职业咨询顾问都可以帮助你。有外力的协助和监督会帮你更有效地完成这一步骤。

第七步：分析自己的角色制定一个明确的实施计划：一定要明确根据计划你要做什么。那么现在你已经有了一个初步的职业规划方案。如果你目前已在一个单位工作，对你来说进一步的提升非常重要，你要做的则是进行角色分析。反思一下这个单位对你的要求和期望是什么。做出哪种贡献可以使你在单位中脱颖而出?大部分人在长期的工作中趋于麻木，对自己的角色并清晰。但是，就像任何产品在市场中要有其特色的定位和卖点一样，你也要做些事情，一些相关的、有意义和影响但又不落俗套的事情，让这个单位知道你的存在，认可你的价值和成绩。成功的人士会不断对照单位的投入来评估自己的产出价值，并保持自己的贡献在单位的要求之上。

我们自己也来做一个规划!如果能够成功回答第五个问题“我的职业规划是什么?”您就有了最后答案了。在许多机构和专家那里，职业生涯规划似乎非得借助他们。不可否认，这方面的研究必须有心理学等方面的知识和训练;而一个有基本人文素养的人，做职业生涯的规划，则可使用一些简便易行的方法，包括五步法。

这种笔者在工作实践中设计的、被许多人士成功应用的方法，依托的是归零思考的模式：

从问自己是谁开始。然后一路问下去，共有五个问题：我是谁?我想做什么?我会做什么?环境支持或允许我做什么?我的职业与生活规划是什么?回答了这五个问题，找到它们的最高共同点，您就有了自己的职业生涯规划。如果您有兴趣，现在就可以试试。

先取出五张白纸、一枝铅笔、一块橡皮。在每张纸的最上边分别写上以上五个问题。然后，静下心来，排除干扰，按照顺序，独立地仔细思考每一个问题。对于第一个问题“我是谁?”回答的要点是：面对自己，真实地写出每一个想到的答案;写完了再想想有没遗漏，认为确实没有了，按重要性进行排序。

对于第二个问题“我想干什么?”可将思绪回溯到孩童时代，从人生初次萌生第一个想干什么的念头开始，然后随年龄的增长，回忆自己真心向往过想干的事，并一一地记录下来，写完后再想想有无遗漏，确实没有了，就进行认真的排序。

对于第三个问题“我能干什么?”则把确实证明的能力和自认为还可以开发出来的潜能都一一列出来，认为没有遗漏了，就进行认真的排序。

第四个问题“环境支持或允许我干什么?”的回答则要稍做分析：环境，有本单位、本市、本省、本国和其他国家，自小向大，只要认为自己有可能借助的环境，都应在考虑范畴之内;在这些环境中，认真想想自己可能获得什么支持和允许，搞明白后一一写下来，再以重要性排列一下。

如果能够成功回答第五个问题“我的职业规划是什么?”您就有了最后答案了。

做法是：把前四张纸和第五张纸一字排开，然后认真比较第一至第四张纸上的答案，将内容相同或相近的答案用一条横线连起来，您会得到几条连线，而不与其他连线相交的又处于最上面的线，就是您最应该去做的事情，您的职业生涯就应该以此为方向。并在此方向上以三年为单位，提出近期、中期与远期的目标;再在近期的目标中提出今年的目标;将今年的目标分解为每季度目标、每月目标、每周目标、每天目标。这样，您每天睡前就可以对照自己的目标进行反省，总结当日成就与失误、经验与教训，修正明天的目标与方法，第二天醒过来后稍加温习就可以投入行动了!这样日积月累，没有不能实现的规划。

**大学生的职业生涯规划书篇四**

步入了大学生活，我们的生活空间自由多了，很可能会因无目标而迷失方向。给自己制定目标，就像是给船舶导航!日益激烈的就业压力就在我们身边，我们就更应该好好的规划我们的职业生涯!使自己能够有目标的学习，有目标的工作，有目标的生活，使自己每天都过得充实而有意义!而职业生涯规划则是为我们的梦想插上翅膀，让我们在人生战略上更胜人一筹!

首先，我的规划分为六个部分：自我分析，环境分析，swot分析，大学四年规划，毕业后计划以及调整与反馈!

知己知彼，才能百战不殆!在职业分析之前，我先对自己做了一个全面的剖析!我性格开朗，擅长交际，是一名乐观主义者!这种对什么事情都乐观对待的态度能为我以后的创业提供很好的条件!而且我还拥有不服输的个性，所以我确信，我的人生必将是精彩而且辉煌的!

可是，金无足赤，人无完人!通过swot分析法，我将自己的优缺点做了一次比较!一个健康的身体，一个明确的目标，外加耐心细心的处事态度以及开朗的个性造就了一个活泼大方且意志坚定的我!但这样的我并不完美!面对这个社会的种种压力，有时我会用一些借口去忽悠自己!过于固执的处事态度显示出的却又是一个不够稳重的我!这样一个具有双面性格的我，还需不断的去改正，力求以一个更完美的姿态去面对这个多变的社会!

我很庆幸自己有一个完整的家庭，父母的支持给了我无尽的力量!他们的存在，为我撑起了一片广阔的蓝天!而湖南理工学院的各种设施也很健全，学习氛围也很浓厚，这就为我提供了一个很好的学习环境和生活空间。于是，这里便成了我新旅程的起航之处!

扬帆启航，总有一天会到达梦想的彼岸。而我的梦想便是成为一名市内设计师!放眼市场，市内装饰行业的前景是非常好的，许多省市都把这个行业作为新的经济增长点来规划!室内设计专业更是被人们称为“金色灰领”。但是需求大并不等于竞争小。环艺人才的急剧增多为我以后的就业带来了很大的压力!所以，我必须从各方面努力提升自己的能力，争取在这一领域占据自己的一席之地!

接下来是毕业后的计划了，这才是我人生真正意义上的启航!因为我将用工作去创造快乐，再用快乐去服务社会!我要花三年时间做一名设计工作者，进入相关企业工作， 提高经验，提高技能!再用十年时间争取成为一名设计总裁，并积累一定的资金，为下一步的创业做积极的准备…最后，再用十年时间经营一家自己的设计公司，并积极投身于慈善事业建设之中，使公司不断变强、变大!

**大学生的职业生涯规划书篇五**

职业生涯规划指的是一个人对其一生中所承担职务的相继历程的预期和计划。下面是小编为大家整理的关于大学生的职业生涯规划，欢迎大家的阅读。

1、本人的性格：大家都说本人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，本人的大学生职业生涯规划书。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、本人的兴趣：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,音乐能让本人快乐。

3、本人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,本人也为班上争光。

4、本人的价值观：本人自己感觉本人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、本人的优势和劣势：优势，本人的人缘还可以，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、本人的技能：钢琴比较好，口语表达能力比较强，善于学习新事物。

本人所学的是音乐学。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,所以本人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。本人们还可以考研，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，本人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。

1、 在选择职业时遇到的最大困难和困惑：本人现在学习的专业是音乐学，如果本人从事本专业工作，那么就需要本人有很扎实的`专业基本功和基础，但是现在本人所学习的编程等内容对本人自己来说有一定的难度，而且有很多人是从小学起的，本人只是从高中学的。第二，现在全国有很多学校开展关于音乐的很多课程，而本人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、 本人的职业选择：第一，是当一名音乐老师；第二，是考研；第三，是演奏家。

3、 本人的选择路径：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

7.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：本人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。

**大学生的职业生涯规划书篇六**

那么来说说这次的主题，今天的演讲会上，我给大家带来的主题是“大学职业生涯的规划”！

首先，请让我先恭喜我们这些新生，恭喜我们顺利的度过了高考，结束了我们的高中生活！如今，我们凭借着自己的努力来到了\_\_学院，这值得我们感到自豪！

如今，我们的同学们都已经成年，并且成为了一名真正的大学生！在此，我相信大家都已经成熟了，对我们的目标，我们的责任，都有了非常深刻的了解。那么，大家也一定知道我们来到大学的目标是什么……没错，是为了我们能学到更多的本领，在未来有更好的生活！就是这么的现实，也是这么的重要。

如今的我们已经走上了大一的生活，对我们来说，是一个刚刚开始的全新生活。但是，同样对我们不少的同学来说，这也是我们最后的四年学生生活！我希望还没有对这方面有所思考的同学们要注意一下了，在未来的四年里，我们不仅仅要学习，还有在最后一年的实习，也就是外出工作！而在之后，在我们将真正的离开学校，走到社会中，靠我们自己在这四年来收获的能力开维持我们的生活！

现在，相信大家都明白了，我们现在的时间其实并不多！进入大学并不代表着我们可以完全的放松自我。休息是必要的，但我们不能不为之后的人生做打算。

在此，我提倡大家好好的`规划自己未来的时间，对自己的在大学的未来，甚至是在社会的未来做出自己的期望和规划！像我，同样作为一名大学生，我也早早的对自己的职业生涯做好了规划！

在大学的第一年，我决定让自己好好的适应大学的生活，感受大学的风采，并积极的在大学中去体会，去感受过去所没有的精彩！但是在学习上，我也要养成良好的习惯，放松中也不忘对自己保有最低的要求。

而在第二年，我将努力的学习，通过一切手段来掌握自己专业的知识，并且好好的利用空闲时间去锻炼自己的能力。

而在第三年，我要让自己去慢慢的去感受社会，适应社会，为实习和未来的工作打好基础！

最后的第四年，我会在社会中进一步的去完善自己，改进自己。

我明白，现在我的规划还不够完整，但是我会在未来通过自己的经验去完善自己的规划！我也同样希望大家在大学的生活中都能有自己的规划，不用太过焦急，但也不要一事无成，让我们一起在未来的大学生活中，边感受大学的青春，边完成自己的未来的拼图！为了我们能在未来真正的展翅高飞，让我们一起加油！

**大学生的职业生涯规划书篇七**

走进大学，是我们一个全新的发展，但是大学的时间有限，要在大学中我们就必须要规划好人生后续的方向，做一个大概的提升和学习的规划，因此职业规划也成为了我们今后的一个道路。

我们不要因为怕麻烦，就不重视职业规划，我们在为了自己最终的目标在创造机会，同样也在朝着目标不断的搭建台阶，为的是什么，当然是希望自己在今后的发展中有更多的空间，有更多的提高，不管有多难，都需要一个合适的职业规划减少我们以后在行走中遇到问题。

或许现在不需要，因为没有到急需的时候，但是我们能确定当真的需要之时，我们就一定能够提前做好规划吗，既然没有先见之明，那我们就要做好提前的准备，毕竟有准备的人才能够走的更远，才能够在前进的道路上不断的朝着目标方向不断的探索，比如我们有的同学选择成为一个优秀的土木工程师，有的要成为程序员选择不同的路我们就有不同的侧重点。

当然侧重点如何关乎我们该如何改变，如何去规划，那我们应该如何做好自己的职业规划呢。想要找到适合自己方向的工作和目标，我们就要从多方面分心自己，比如自己的性格如何，喜欢什么运动，有爱做什么事情，有什么爱好等等都是很重要的，我们需要对自己做一个全面的分心，充分的从中找到一个合适的发展机会，从而让字在这个过程中极大的提高自己的价值。

没有人会差人一等，更没有人能够因此就落下多少距离，就算我们现在比其他人弱我们一样有赶超的机会，同理就算我们现在远超同辈，但是也一样容易被其他人超越，不想在即因此就被超越，我们就要规划好自己的方向，选择一个学习和奋斗的目标，这是我们大学的习惯，也是为我们的工作在规定一个方向，让我们可以继续在前进的路途中不断的去摸索。

时间已经很紧迫了，每一天时间都在一点点减少，每天都在消耗大量的机会，不要认为机会消耗的快，我们不要等待。更重要的是能够学会主动去出击，主动去战胜对方做的好才能够有更好的收获，做的不对就会留下更大的遗憾，任何人都有自己选择的权利，十字路口很多，就如同贪多嚼不烂一样，我们只要，选择一条适合的路一直走下去，能够走多远全靠自己的意志，继续坚持还是放弃，更需要找到与自己方方面面契合的方向去奋斗。

**大学生的职业生涯规划书篇八**

记得去年9月16号刚刚步入大学校门的时候，些许希冀，些许兴奋，些许迷茫，些许不安，四年之中的学习生活应该怎样度过?四年之后的发展道路又应该延伸向何方?时间如水，光阴似箭，转眼间，大学的四分之一已经离我而去，在一年后的今天，通过对大学生职业生涯规划课的学习，我已经不再彷徨，不再迷茫，而是明确了目标，找准了方向，并准备为之努力拼搏。大学生职业生涯规划，它是我大学生活的启明星，它是我人生道路的导航塔，它唤醒了我的职业生涯规划意识，它使我系统全面的认识自我并在此基础上找到了适合自己的职业规划道路，总之使我受益匪浅。大学生职业生涯规划课给予我的思维意识与规划方法，不仅仅局限于大学四年的学习生活，而且将会延伸到未来的工作与生活之中去。

一 自我认识

1 感性认识

从自己的角度来分析：在生活中，我有时喜欢独处，自己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，我比较严谨，注重学习过程中细节上的精确性，希望尽可能做得完美。

从他人的角度来分析：在家长的眼中，我是个比较听话懂事的孩子;在老师的眼中，我是个比较踏实认真并富有潜力的学生;在朋友的眼中，我是个有时严肃有时搞笑，具有亲和力，比较平易近人的女孩。

综上分析，我认为自己的性格特征比较倾向于双面性，有时外向，有时内向，有时好动，有时好静，但总体上是一个开朗乐观的女孩，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。

2 理性认识

根据霍兰德理论分析，我具有社会型，现实型和研究型的复合型特征。

一面属于社会型，是因为我比较容易适应新环境，比较喜欢接受新事物，很爱与人交往并能够在沟通交流之中提升自我。一面属于研究型又一面属于现实型，是因为我肯动脑，善思考，钟爱富有创造性与挑战性的工作，有时喜欢逻辑分析与推理，有时喜欢接受操作性行动性任务，有时喜欢从学识才能的提高上认可自己，有时喜欢在实践操作的完善中证明自己。

二、专业认识

1.就业现状

当今世界对环境污染问题，新能源的开发，新武器的研制，新材料的合成，以及一些新药物的研制等问题都十分关注，所以我们所从事的就业范围十分广泛。虽然化学专业的学生就业面不窄，但是对于我们本科毕业生来说，就业现状却不容乐观，因为我们现在所学并不细致深入而太过于宽泛，而且我们大多缺乏实际工作经验，所以我们仍需不断提升自己。

2.就业前景

化学的研究领域十分广泛，包括分析化学，无机化学，有机化学，物理化学，材料化学，电化学，结构化学等。一般研究的领域不同，所从事的工作也会有所不同。化学专业的本科毕业生适宜到石油化工、环保、商品检验卫生防疫、海关、医药、精细化工厂等生产、技术、行政部门和厂矿企业从事应用研究、科技开发、生产技术和管理工作;适宜到科研部门和学校从事科学研究和教学工作;也适宜继续攻读应用化学及相关学科的硕士学位研究生。

三、未来的方向分析

1 职业发展路线

到药品公司、食品公司、化妆品公司、精细化工厂等与化学相关的企业求职，主要从事有关应用研究、产品开发、分析检验或质保监测等相关工作。

2 职业抉择理由

通过数据统计研究发现，在当今的社会时代背景下，第一，对于招聘公司来讲，在某种程度上其更倾心于高能力者而非高学历者，一定的工作经验对能力的考核起着极其重要的作用。第二，对于自身来讲，作为一名女生，基于生理、心理等各种原因，本科生的就业率高于研究生。因此，我放弃继续深造而是选择就业，以此提高自己的实战能力，并决定在工作的同时利用空余时间对所从事的及其相关领域进行更深层次地学习研究，以此提高自己的专业能力，通过这两方面的提升为将来的进一步发展奠定坚实的基础。

3 职业抉择因素

(1)根据swot法则进行分析

a 优势因素

目标明确;积极进取;勤于思考;敢于尝试;勇于创新;

乐观开朗;富有梦想;思想成熟;喜欢挑战;渴望独立;

与父母关系很深;与朋友相处融洽;经常得到老师赞许;

学习成绩优异;逻辑思维能力强;理性与感性思维共有;

被认为是一个具有很大潜力的孩子。

b 劣势因素

有时缺乏自信 有时缺乏恒心 有时比较被动 有时比较懒散

不能相当扎实地掌握理论知识 不能相当熟练地进行实验操作

专业术语的使用方面欠佳 实验报告的书写方面过简

沟通交流方面的能力一般 组织策划方面的能力一般

c 机会

客观方面：化学属于基础学科，从横向角度来讲其进一步学习研究的领域较广，从纵向角度来讲其进一步发展提升的空间较大，而当今时代对化学的关注焦点也很多，于是很多与化学有关的企业或部门应运而生，这就为我们的就业提供了更多的机会。

主观方面：地处北京，时处大一，我拥有更多的空间和时间去各大高校蹭课蹭讲座以及寻找一些实习与兼职机会，不仅能够以此提高自己的综合素质，而且能够建立本专业本领域的人脉资源网。

d 威胁

客观方面：机遇与挑战并存，正是由于其学科的基础性，很多高等院校都开设了此专业或其相关专业，随之而来的便是日渐增多的本专业学士学位与硕士学位毕业生。加之不断涌来的“海外留学生归国”热潮，其中那些文凭高、能力强、见识广的留学生更是使我们所面对的日益严峻的就业形势雪上加霜。总之，在竞争激烈的当今社会，到处充满了威胁因素。

主观方面：针对化学专业来讲，学习任务重，实验时间长，经常接触一些有毒有害物质，而我的身体素质不是很好，应该强加锻炼以面对挑战克服困难。

(2)综合四种因素进行总结

通过对自身及本领域影响因素的主客观分析，特总结如下：在今后的日子里，我应该扬长补短，发挥优势因素，弥补劣势因素，制定出一套符合自身实际情况的计划，在保证质量的基础上定期地完成自己的各种目标，以提高自己的恒心与毅力，并且经常向家长，老师，同学虚心请教，及时发现自身存在的各种问题并加以改正。在学习与生活上，不仅要系统全面的掌握理论知识，更要提高自己的实验操作能力，建立属于自己的信息体系与人脉网络资源库，而且要提升自己的沟通交流能力及团队协作能力，从而从综合素质上提升自我，以使机会因素最大化，威胁因素最小化。

四、与目标的差距分析

1 职业的工作内容

(1)研究型：以医药学研发者为例，其工作内容主要包括信息碉研、药理研究、毒理研究、临床研究、注册与报批。

(2)质检型：以化工用品质检者为例，其工作内容主要包括负责企业的原料辅料、包装材料、工艺用水及成品等检验工作，负责质检部日常管理工作，根椐产品质量标准编制和修订有关的检验操作规程并进行审定。

2 职业的胜任条件

(1)专业要求

研发型：研发产品的最终目标都是市场，因此除了必须掌握一定的专业知识之外，还应该熟悉注册，分析，专利等工作流程;质检型：能够掌握化学专业尤其是分析化学课程的基本理论，基本知识，基本技能，能够熟练使用工作中常见的现代分析仪器和质检仪器，了解工作流程及相关法规。

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