# 2024年自我职业生涯规划书(精选13篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-06-27

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。自我职业...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

**自我职业生涯规划书篇一**

现在社会是一个经济迅速发展的社会,更是一个充满竞争的社会.尤其近几年来,随着各高校的扩招,实现教育大众化的目的,我们的就业压力面临着前所未有的挑战,待就业人员陡然递增.因此提前做好职业规划有利于我们更好的适应社会,以及对现在的就业形势,社会的政治环境,经济环境,文化环境,对自己的性格能力有着清醒的认识,这样我们才能勇攀高峰,为社会做出更大的贡献,实现人生价值的最大化.

我的大学职业生涯与发展规划如下：

职业方向的确定,在很大程度上应倾向于实际方向,企业方向,这是我一贯的主张.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,脚踏实地的坚持实事求是的态度,才是我们成功最根本的条件.其次,我们的生活离不开社会,只有适应社会,服务社会.跟上时代潮流及具有首创精神的人是永不失业的,因此我们应兢兢业业,勤勤恳恳,共创美好未来.

1）x09优势（strength）

待人真诚,与同学,朋友相处融洽；谦虚,与同学,朋友经常一起分析问题,讨论问题,寻求解决问题的最佳方案.

做事较认真,踏实,但不会拖拖拉拉.

自我控制能力较强,很少受到外界因素干扰.

2）弱势（weakness）

竞争意识浅薄,与人交际能力,书面表达能力欠佳.

空间逻辑思维能力不是很好,容易脱节.

3）机会(opportunity)

社会主义初级阶段,人口众多,人均gdp过低,改革开放,全球经济一体化,入世,这些因素对我国的冲击客观上创造出了“世界工厂”的“美誉”,因此机遇还是较多的.

4）威胁（threat）

每年就业人员过多,而提供的工作岗位则较少,自己虽处在需求量较大的机械电子工程专业人员中,但仍不能满足企业对人才的要求.

1）社会环境分析

我国现在社会政治稳定,经济发展迅速；社会不断进步,科技不断发展.进一步的改革开放更将为经济发展注入新的升级和活力.但我国目前仍处在社会主义初级阶段,基础设施相比发达国家较弱.“中国制造占据半壁江山”的言论和“世界工厂”的美誉仍会存在一段时间,因此国家对机械电子工程专业学生的需求会越来越大,可以说机械电子工程专业是一种很有前途的专业.

2）组织环境分析

我国凭借地大物博的优势,连续几年成为最佳投资国,并成为出口贸易大国,此种发展规律为我们提供了大量的岗位.但就业人员中的大多数还处在金字塔底端,只有被排挤的命运.事实上,这几年就已出现了高级技工供不应求,而初级技工供大于求的场面.

3）个体环境分析

从自我条件来看,自已接受了机械电子工程专业学习,已掌握了有关的知识,为自已以后走向工作岗位打下了基础,但自已所具备的思想道德素质,专业技能素质,科学文化素质,身体心理素质和科学文化素质仍较低,因此应更加勤奋刻苦才行.

时间x09目标x09职业生涯发展路线

大一（上学期）---大三（下学期）x09通过计算机二级考试与英语四级考试,并拿到本专业的一些相关证书.x09本阶段认真学好专业知识,为自已走向工作岗位打下理论基础,以优异的成绩完成每学期的学业.多锻炼自已为人处事的能力,作为学习部人员,在做好自已本职工作的同时,不断激发自已对本专业的兴趣爱好,以便获取更好的专业技能,为同学做好表率作用.

大四整年x09以就业为中心,拓展自已的知识面,而不是局限于学校所教授.x09从基本的做起,学习一些工作经验,虚心请教,总结工作教训来适应日以激烈的社会人才的竞争,并着眼于了解社会,参与竞争.

1）首先坚持实事求是的态度,承认自己在某些方面（如知识,人际交往）的短缺性,以便我们对自己有个清楚的认识.

2）接着积极努力的学习,上课认真听讲,做好课堂笔记,特别是对专业知识的学习,平时多读和自己专业有关的书籍,进一步提高自己的专业知识,积极参加学校组织的社会实践活动,提高自己的实践能力,做到理论与实践相结合,同时上好每学期的试验课,要知道社会实践和实验是密不可分的.

3）然后注意自己的身体,多参加体育锻炼.

4）与邻为伴,与人为善,做到真诚待人,成为一名受欢迎的人.

以上是我的大学职业生涯与发展规划,难免有欠缺之处,但是一次认真的职业生涯与发展规划,可在短期内找到奋斗的目标,我也获益良多.前途是光明的,道路是曲折的,我们只有本着实事求是的态度才能为将来的美好生活打下一个良好的基础,也许胜利的旗帜已向我们在招手.

**自我职业生涯规划书篇二**

会计作为一种商业语言，在经贸交往中起着不可替代的作用，在我国具有良好的就业前景。适应中国外向型经济迅速发展的形势，本专业力旨在为国家培养一批既懂中国会计，又懂国际会计惯例的会计人才。为企事业单位、政府机关、会计师事务所培养具有良好思想素质和职业道德水平、基础扎实和具有较强业务能力、有较强外语水平和具有创造品质的会会计与财务管理的专门人才。在企事业单位工作的会计人员，经过几年的努力，可能会走上领导岗位，甚至于走上非常高的管理者岗位，在跨国公司里边，有相当多的管理人员，是有非常强的会计背景，都是也有一些在金融机构，在保险机构。 会计整天和钱打交道，是一份稳定且收入不俗的职业。不过随着中国经济与世界的接轨，国际会计准则的实施将给国内会计师的知识结构和能力水平带来极大冲击，一般的会计人员已经不能满足企业的需要，在一项名为中国未来十年紧缺人才资源的调查中，会计师位居榜首，尤其是通晓专业技术知识和国际事务的会计人才更为抢手，毫无疑问，会计师行业将成为未来人气较高的“金领一族”。

根据自身的了解和大家的评价，发现自己在学习上还存在问题，虽然能不断更新自己的知识，能很快接受新事务；但是学习上不够细心，导致效率不高。在做事情上总是很难做到细心，粗心可是做财务一大忌，因此一定要在今后的学习，生活以及工作中不断改善。 生活工作上，自己适应能力还不错，主要是因为自己性格比较开朗、为人诚实、朴实、踏实，这使自己在和人沟通上比较顺畅；能为集体尽力，职业操守高，所以在工作上可以很快打开局面。

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向会计和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步职业生涯规划如下：

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。

2、20xx-2024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。

完成主要内容：

（1）a 确定目标和路径

成果目标；通过实践学习，掌握专业技能.

学历目标：取得会计从业资格,高级会计师.注册会计师.

职务目标：外企高级企业管理人才

能力目标：在学校掌握的东西远远不够，因而要熟悉企业运行方式，多掌握企业管理方面的知识，熟读关于经济法律的知识，提高自己对企业创建和运转的熟悉程度.

b 制定行动计划

充分利用在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等.充分利用学校或社团提供的培训机会，争取更多的培训机会，提高自己的知识能力。充分利用自身的工作条件扩大社交圈、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，用真心交往，多结交益友。

c 动态反馈调整

在大学开始就要有一个明确的目标，对自己的职业生涯做一个明确的规划。也许以后情况有变，但你现在也有动力有目标去努力。目标要么不定，定了就一定要实行。现在正是我们为自己的个人职业生涯规划做好充分准备的时候，不能因为安逸的生活而放弃努力，因为小小的挫折而丧失信心，未来的命运是我们自己的，只要肯努力就会取得成功.

（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，如散步、跳健美操、打羽毛球等。

3、20xx-20xx年，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量。

1．讨论交流方法 （1）在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。（2）在工作中积极与直接上司沟通、加深了解；利用校友众多的优势，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

理想可以很大，但是，我们必须将它建立在具体的、可以实现的事业之上，选择一种事业追求时，要考虑自己的长处，避开自己的短处，一生的事业，我们要用毕生的经历去实现。在此过程中，我们必须持之以恒，坚持不懈！千万不可以半途而废！

“天赋”这个词，对于每一位大学生而言，的确有所不同，但是，天赋不是决定我们一生事业的全部，天赋跟勤奋相比，还是勤奋更为重要！

万丈高楼平地起，事业的成功，需要有坚实的基础，更要有勤奋的工作。根据我自己的切身体会，能与人合作，完成我们的目标，是一件很快乐的事情，从中可以增长见识，从而不断提高自己，完善自己。

在我们探索人生，追求梦想的过程中，必须满怀信心，坚定目标，追求卓越，永争第一！

总结：我提倡大学生创业，但前提是，务必要把自己的专业课学好，踏踏实实的念书，不断充实自己，只有这样，才能在今后成为一个有真才实学，能够自食其力的人。我有充分的自信，认为只要自己肯干，是可以做出一番事业的！而且，我相信，只要我们每个人，找准自己的发展平台，然后持之以恒，那么，我们一定可以实现自己的人生价值！

**自我职业生涯规划书篇三**

高等职业教育以就业为导向、以能力培养为本位，重点突出培养学生的职业性、技能性。在高校扩招后，大学生尤其是高职学生的就业压力日益增大，高职生的职业生涯规划和就业问题已成为社会、学校、学生越来越关注的热点。从高职学生自身成才方面来说，职业生涯规划可以帮助他们提高自我认知、发掘自我潜能、增强个人实力，还可以增强他们职业发展的目的性与计划性，激发他们不断为实现自己的各阶段目标和职业梦想而学习的动力，从而提高他们就业成功的机会。

职业生涯规划又称职业生涯设计，是指综合自身条件和现实环境，确立自己的职业目标，选择职业道路，制定相应的培训、教育和工作计划，并按照生涯发展的阶段实施具体的行动以达到目标的过程。

在发达国家，青少年很早就接受了职业生涯教育，从学生时代起，他们就开始有目的地规划设计自己的未来生涯。而在我国，职业生涯教育尚属新鲜事物。对高职院校学生来讲，正处于生涯探索和生涯建立期的转换阶段，通过职业生涯规划，他们可以挖掘、培养自我的潜能与创造力，明确今后的职业发展方向，确立学习期间的学习目标，转变就业观念，从而提高就业率和就业满意度。因此，高职生在大学期间做好职业生涯规划和就业的各种准备显得尤为重要。

（一）有助于学生树立明确的职业发展目标。职业生涯规划首要的就是对自我的分析。通过分析，认识自己、了解自己、估计自己的能力、评价自己的智慧、确认自己的性格、判断自己的情绪、找出自己的特点、发现自己的兴趣、明确自己的优势、衡量自己的差距；通过分析，确定符合自己兴趣与特长的生涯路线，正确设定自己的职业发展目标，在以后的学习生活中根据自己设计的职业规划，科学合理的安排学习。

（二）有助于学生抓住重点实现职业理想。职业生涯规划要有计划、有目的，不可盲目地“撞大运”，很多时候个人职业生涯受挫就是由于生涯规划没有做好。制定职业生涯规划的一个最大的好处是有助于学生根据轻重缓急安排日常学习和生活。学会如何运用科学的方法，采取切实可行的步骤和措施，不断增强职业竞争力，实现自己的职业目标与理想。

（三）有助于学生评估目前成绩。职业生涯规划的一个重要功能就是提供了自我评估的重要手段。如果规划是具体的，规划的实施结果是看得见、摸得着的，就可以根据规划的进展情况评价目前取得的成绩，并根据实际情况及时调整规划。

（四）有利于提升竞争力。职业生涯规划是终身教育的一种形式，它既注重发展学生完善的个性，培养创新精神，又注重把个性发展与社会需求有机结合，利于学生认清形势，准确定位，运用科学的方法，采取有效的行动帮助自己以后选择适合的职业，使事业获得成功。职业活动的竞争非常突出，要想从中脱颖而出并立于不败之地，必须设计好自己的职业生涯。未雨绸缪，先做好职业生涯规划，有了清晰的认识与明确的目标之后再把求职活动付诸实践，这样的效果要好得多，也更经济、更科学。

综上所述，职业生涯规划有利于减轻高职生在就业过程中面临的巨大压力，实现准确定位；有利于减少职业选择的盲目性，为择业提供理性支持，为学生终生职业发展明确方向。

大部分高职学生进入学校以后，对自己将来想干什么、能干什么、怎么干没有很好的规划。劳动和社会保障部劳动科学研究所曾发布的一份调查结果显示，45%的大学生在职业生涯规划方面的投资为零。在一次对北京人文经济类重点大学的205位大学生的调查中显示，对自己将来如何进一步晋升、发展没有规划的占62。2%，有规划的占32。8%。另据有关调查表明：我国大学生中仅有12%的人了解自己的个性、兴趣和能力；18%的人清楚自己职业发展面临的优势和劣势，16%的人清楚知道自己喜欢和不喜欢的职业是什么。目前，高职生自我职业生涯规划主要存在以下问题：

（一）自我认知模糊。首先，不能系统地认知自我。大部分学生对自我认知仅停留在兴趣爱好、性格、特长、优缺点等方面，对于自己的价值观、能力、态度、意志力等方面的心理品质缺乏认知；其次，不能把自己的特长、专业与未来职业很好的联系起来。这也是过于强调兴趣爱好，而忽视专业特长，使得专业与职业脱离。调查中发现，在校生中有48%的学生不了解自己所喜欢职业的从业要求，79%以上的在校生没有经过职业能力测试。

（二）职业目标不明确。大部分高职生在填报高考志愿时并没有很好的考虑专业，根本不知道本专业的职业方向，更谈不上对自己的人生、职业作规划。三年大学生活没有学到什么专业知识，也没有获得专业技能。到了快毕业时还不知道以后该干什么工作，能干什么工作，没有职业目标。还有些同学追求多个目标，同时进行着各种不同的努力，抓不到主次，对自己的职业发展方向很迷茫。

（三）职业生涯规划意识缺乏。在校高职生缺乏职业生涯规划意识的现象比较普遍，根据网易问卷调查“你是否对自己的职业生涯有过规划”，回答“有规划”的只占被调查者的20%。目前，江苏省大多数高职院校都开有就业指导课，江苏省高校毕业生就业网上设计了大学生职业规划系统，可以测评学生的职业兴趣、职业能力、行为风格、职业价值观、个性特征等。应该说经过这样的学习实践后，高职生对自己的职业生涯应有很好的规划，使自己提前熟悉职场和职业，有针对性地提高职位能力，为将来发展打好基础。但事实上很多学生学的时候信心百倍，作业完成后就把它丢在脑后了，无心去实施自己的职业规划，也就是走过场而已。

对于高职学生来讲，要明确大学三年职业生涯规划的阶段管理，并付诸于有效地实施。一般来说，三年的职业生涯规划分以下几个阶段：

（一）大一年级为适应探索阶段：主要是大学生活的适应和学习目标的确定。通过自我评估，了解自己的兴趣、个性心理特征和与之相适应的职业范围，特别是自己未来所想从事的职业或与自己所学专业对口的职业。要清楚自己是谁？自己想要做什么？自己能做什么？加深对本专业培养目标和专业发展方向的认知，初步确定今后的职业发展方向，拟定个人职业生涯规划。同时要加强自我教育的能力，相应的调整自己，适应环境的需要，很好的完成高中到大学生活的过度。除了完成每学期必修课外，还要有目的地选修与就业相关的或其他专业的课程充实自己，争取尽早通过英语、计算机等级考试。

（二）大二年级为提高拼搏阶段：主要落实职业生涯规划，以拓展职业素质，提高自身的就业竞争力为重心。通过具体的职业心理测试，深化对自我的认识，认真评估自己的职业生涯规划目标，进一步加深对职业的思考。根据自己的职业规划学习专业知识，参加职业技能证书考试和相关教育培训，提高专业技能；参加学生会或社团等组织，锻炼自己的各种能力，并检验自己的知识技能；参加和专业有关的兼职工作和假期社会实践，以提高自己的责任感、主动性和承受挫折的能力。参加就业专题讲座，学习写简历、求职信等求职应聘的方法和技巧，了解搜集求职信息的渠道，加入校友网络，和已经毕业的校友谈话，了解往年的求职情况。

（三）大三年级为总结冲刺阶段：大部分学生的目标应该锁定在工作申请及成功就业上。首先，对大学前两年进行评估总结，检验自己的职业目标是否正确，行动方向是否有偏差，根据实际情况调整职业生涯规划；其次，重点开始求职准备，制作简历，参加招聘会和面试，和同学交流求职过程的心得体会，在实践中检验自己的积累和准备；最后，积极利用学校提供的条件，了解当年的就业形势、就业政策和用人公司资料信息，强化求职技巧，进行模拟面试、创业大赛等训练，尽可能地在做出比较充分准备的情况下去求职。

有了规划不一定能实现，高职生要通过努力学习储备未来职业发展所需的理论知识，培养适合个人职业生涯规划的专业技术技能和综合素质，成功的实施与实现自己制定的目标。

（一）在思想道德教育中培养职业规划意识

1、通过心理健康教育认知自我。参加专场报告会和咨询会，通过“比较法”、“他评法”、“自评法”、“心理测验法”等方法发现真实的自我，进而确定自己的职业目标，并考虑如何实现这一目标。

2、通过主题教育活动确立可行的职业目标。积极参加主题征文、演讲比赛，使自己树立职业理想。通过专题讲座、就业指导课等团体辅导的形式形成强烈的职业意识。在企业家和成功校友的现身说法中激励自己树立坚定的职业信念，挖掘自身潜在的内驱力，对自己未来的职业生涯充满信心。

（二）在课程学习中形成职业生涯规划方案

1、通过就业指导课程的学习设计一份完整有效的职业生涯规划。包括自我评估、外部环境分析、目标确定、实施策略和反馈评估这五个环节。高职生职业生涯规划方案应做到：各项分析要简洁、客观；各项目标要明确、有导向性；各项计划要具体，有可操作性。

2、通过专业课的学习提高职业素质。高职生在专业学习的时候逐步了解本专业的历史、现状、发展前景，以及与本专业相关的职业对从业人员的素质要求，提高自己的职业素质。

（三）在实践活动中认识职业环境

1、通过第二课堂活动培养综合能力。高职生在校内应积极参加文艺表演和体育竞技活动，以及板报比赛、知识竞赛、演讲比赛、创业大赛等来培养自身的团队、诚信、创新、敬业等职业精神。

2、通过毕业实习体验职业生涯。高职生经过两年半的在校系统学习与训练后，三年级下半学期就要去企业实习了，有的在上半学期就会提前上岗。在实习过程中，学生能切实感受到企业文化、工作环境；所需的知识、技能和职业道德；该行业的发展前景等。企业实习为高职生提高能力、弥补不足提供了良好的机会。

主要参考文献：

[1]乔德宝。大学生就业与职业发展指导[m]。同济大学出版社，20xx。

[2]陶青松，邵伟。高职生职业生涯规划研究与实践[j]。安徽电子信息职业技术学院学报，20xx。2。

[3]吴朱燕。职业生涯规划：高职生顺利就业的保障[j]。河南职业技术师范学院学报，20xx。1。

[4]龚建林。高职生职业生涯探析[j]。职业技术教育，20xx。26。

**自我职业生涯规划书篇四**

1、你为什么是a穷人，第一点就是你没有立下成为富人的目标。

2、你的人生核心目标是什么?杰出人士与平庸之辈的根本差别并不是天赋、机遇，而在于有没目标。

3、起跑领先一步，人生领先一大步：成功从选定目标开始。

4、贾金斯式的人永远不会成功。

为什么大多数人没有成功?真正能完成自己计划的人只有5%，大多数人不是将自己的目标舍弃，就是沦为缺乏行动的空想。

5、如果你想在30岁以前成功，你一定在23至25岁之间确立好你的人生目标。

6、每日、每月、每年都要问自己：我是否达到了自己定下的目标。

。

1、人怕入错行：你的核心竞争力是什么?

2、成功者找方法，失败者找借口。

3、从三百六十行中选择你的最爱。

人人都可以创业，但却不是人人都能创业成功。

4、寻找自己的黄金宝地。

1、不满现状的人才能成为富翁。

2、敢于梦想，勇于梦想，这个世界永远属于追梦的人。

3、30岁以前不要怕，30岁以后不要悔。

4、出身贫民，并非一辈子是贫民，只要你永远保持那颗进取的心。中国成功人士大多来自小地方。

5、做一个积极的思维者。

6、不要败给悲观的自己。

有的人比你富有一千倍，他们也会比你聪明一千倍么?不会，他们只是年轻时心气比你高一千倍。

人生的好多次失败，最后并不是败给别人，而是败给了悲观的自己。

7、成功者不过是爬起来比倒下去多一次。

8、宁可去碰壁，也不要在家里面壁。

克服你的失败、消极的心态。

(1)找个地方喝点酒。

(2)找个迪厅跳跳舞。

(3)找帮朋友侃侃山。

(4)积极行动起。

1、管理时间：你的时间在哪里，你的成就就在哪里。把一小时看成60分钟的人，比看作一小时的人多60倍。

2、你不理财，财不理你。

3、自我管理，游刃有余。

(1)创业不怕本小，脑子一定要好。

(2)可以开始做外汇投资。

(3)做别人不愿做的生意。

1、做人优于做事。做事失败可以重来，做人失败却不能重来。

(1)做人要讲义气。

(2)永不气馁。

2、豁达的男人有财运，豁达的女人有帮夫运。

3、忠诚的原则：30岁以前你还没有建立起忠诚美誉，这一缺点将要困扰你的一生。

4、把小事做细，但不要耍小聪明。

中国人想做大事的人太多，而愿把小事做完美的人太少。

1、谋事在人，成事在天：中国的古训说明各占一半。

2、机会时常意外地降临，但属于那些不应决不放弃的人。

3、抓住人生的每一次机会，机会就像一只小鸟，如果你不抓住，它就会飞得无影无踪。

4、智者早一步，愚者晚一步。

(1)别人可你以拿走你的一切，但拿不走你的智慧。

(2)巧妙运用自己的智慧。

(3)智者与愚者的区别。

(1)勇气的力量有时会让你成为“超人”。

(2)敢于放弃，敢于“舍得”。

(1)激情感染别人。

(2)“三七法则”实现领袖气质。

(3)拍板决断能力。

(4)人格魅力。中高级营销人才

(1)知道自己的长处、短处，定向聚焦。

(2)尽量在自己的熟悉的领域努力。

1、知识改变命运。

2、30岁以前学会你行业中必要的一切知识。

a)每天淘汰你自己。

b)在商言商。

3、太相信书的人，只能成为打工仔。

4、思考、实践、再思考、再实践。

1、智商很重要，情商更重要：30岁以前建立起人际关系网。

2、人脉即财脉。

3、交友有原则。

4、善于沟通：30岁以前要锻炼出自己的演讲才能。

1、积极思维的好习惯。

2、养成高效工作的好习惯。

(1)办公室

(2)生活可以不拘小节，但要把工作做细。

(3)学习聆听，不打断别人说话。

3、养成锻炼身体的好习惯。

4、广泛爱好的好习惯。

5、快速行动的好习惯。

1、自信是成功的精神支柱。

2、自信方能赢得别人的信任。

3、把自信建立在创造价值的基础上。

(1)为自己确立目标

(2)发挥自己的长处

(3)做事要有计划

(4)做事不拖拉

(5)轻易不要放弃

(6)学会自我激励

(7)不要让自己成为别人

1、只有功劳，没有苦劳。

2、不要“怀才不遇”，而要寻找机遇。

3、不要想发横财

4、不要为钱而工作，而让钱为你工作。

5、盲目跟风，人云亦云，人做我也做。

6、小富即安，不思进取，知足常乐。

7、承认错误而非掩饰错误。

8、脚踏实地而非想入非非。

9、野心太大而不是信心十足。

10、反复跳槽不可取

11、眼高手低

12、不择手段

1、小不是成功，大不是成功，由小变大才是成功。

2、中国社会进入微利时代：巧干+敢干+实干=成功。

3、努力尝试就有成功的可能。

4、做任何事情，尽最大努力。

5、把事情当成事业来做。

6、我看打工者。

**自我职业生涯规划书篇五**

一个人做好自己的职业规划并不难，往往有基本人文素养的人，在做自我职业生涯规划的时候都会采取一些简便易行的方法。当然，我也不例外，下面是我个人觉得总结的自我职业生涯规划五步法。

用五个问题归零思考

1我是谁？

2我想做什么？

3我会做什么？

4环境支持或允许我做什么？

5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？”

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。

**自我职业生涯规划书篇六**

性格的态度特征 我的性格是比较诚实、正直的，相对谦虚但不乏张狂，在做事情时认真勤奋责任心强，同时有一定的创新意识。在自己的生活与同学及其他人的交往中是比较大方的，同时自己做事情虽然细心但还是比较马虎的，这是山东人的性格与豪放在我身上的体现。

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。

在一般能力上，我认为我的智力还是中等偏上的，在注意力上比较集中，善于观察，记忆力较强，思维比较开阔，想象力较强。在特殊能力，也就是我的特长上，我认为自己并没有什么特长，只是自己的兴趣所到对一些东西投入了，或许会做的较好一点，比如：计算机的掌握与控制，计算能力等，在语言表达能力及动作协调能力上我做的还不是很好，空间判断能力也不是很突出。

（1）我的个人能力 在能力上我自知自身能力还是比较欠缺的，可能与其他几位师兄、师姐有差距，但是通过大学近一年的学习生活与锻炼，我认为我的社会交际能力比较强，具有一定的组织领导能力，实践能力较强。具有较好的计算机控制能力和英语翻译写作能力。

（2）我的相关经历 我相信我在大一里面，在社会实践方面还是比较强的，我利用周末时间参加联想手机的促销；在今年x月x日至14日，参加国际贸易见习；五一期间参加海尔空调及中国万景旅游网的促销。同时也为同学提供过一些实践机会。

（3）相关知识 我们现在大一没有开设专业课，但我通过自我学习，对专业知识有一定的了解，同时，对报关、报检的知识进行学习。在基本的课程上，我的英语成绩较好，有一定的写作翻译能力，但是口语较差。

（4）人生格言 知识成就命运，梦想铸造未来！ 总的来说，我认为我的潜能还是比较大的，因为我相信自己可以的，我一直对自己有很强的自信心，相信自己在以后会有比较大的发展空间，当然这是建立在自身努力的基础上的。

前面我也说过，按照美国霍兰德的职业兴趣理论，我是属于那种企业型的职业性向。因为通过前面的自我认识，我认为自己在组织领导能力上、交际能力上还是可以的，同时我所学习的专业是国际贸易实务，这与企业型的职业性向是比较接近的，最主要的是自己有着方面的理想，我的理想是有一天拥有自己的公司 ！

所谓江山易改，本性难移，虽然目标坚难，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。经常锻炼，增强体质，以弥补海拔不够带来的负面影响。

**自我职业生涯规划书篇七**

“我是谁?”这是哲学的三大命题之一。“我适合做什么工作?”是高职生在生涯发展中常常思考的问题和职业定位的结点。根据人——职匹配理论、职业生涯规划首先要对个体自我进行了解和认识，这是职业发展的起点，个体对自己的认识越深入、越清楚、就越能够了解自己的所需所能，从而在纷繁的职业环境中找到适合自己的职业发展之路。

职业生涯规划中的自我认识包括四个方面的因素：价值观、兴趣、性格和能力。

1、价值观。价值观是指“某些贵你来说很重要和你能想要的东西”。价值观是个体在后天成长过程中于环境互动中逐渐形成的。价值观一旦形成，便具有较强的稳定性，对人们的行为发生着强有力的内在动力和支配作用。

在很多的时候，价值观往往对个体的人生方向、生活方式起着核心作用。“你想要一种什么样的生活?”“什么样的职业能够使你实现这个目标?”因此，价值观是一个重要的决策因素，学生在职业决策中的许多困惑，决断困难往往与价值观有重要关俩，如高收入而相对不稳定的甲工作和相对低收入而稳定的乙工作，实际上就是两种生活方式的选择，个体需要澄清的是，对于自己来讲哪个因素更重要。对自己的价值观有清楚认识的人在做生涯决策时较为容易，他们清楚什么对于自己更重要，并在选择中坚定自己的决定。大学生正过于职业价值观尚未完全定型的阶段。容易陷入误区，如盲目从众，追求热门而忽视自身的特点。要正确地看待自己的人生以及个人与国家、社会、他人的关系，树立正确的职业价值观。

2、兴趣。兴趣是“人们为了乐趣或享受而作的事情”。兴趣在人的职业活动中有着非常重要的作用，它为个体带来兴趣，提供强有力的内在动力，激发个体的潜能与创造力。有研究表明，如果一个能从事的工作与其职业兴趣相吻合，能发挥其全部才能的80%-90%。并能长时间地保持高效率的工作乐此不彼。反之，则最多只能发挥其全部才能的20%-30%，还很容易导致厌倦与疲劳。更重要的是，工作也是生活的一部分，工作质量的高低就决定了生活质量的高低，一个人从事的时候是自己喜欢的自己，是人们快乐生活的重要源泉。

按此人格偏好和职业对应我们把它分为六大类：

(1)现实型：有运动、机械操作的能力、喜欢工具、机械、动植物：对应工程师、机械式等职业。

(2)研究型：拥有数学和科学能力，喜欢独立工作和解决复杂的问题：对应科研人员、学者等职业。

(3)艺术型：拥有艺术能力、创造力、喜欢从事原则性的工作。对应艺术家、记者、摄影师、室内设计师等职业。

(4)社会型：擅长和人相处，热衷于社会关系和帮助他人解决问题;对应社会工作者、教师、咨询员等职业。

(5)企业型：喜欢和人群互动，有影响力、领导力、追求政治和经济上的成就。对应律师、企业经理、政治家等职业。

(6)传统型：喜欢从事资料工作，拥有文书和计算能力，能够听从指示，完成琐细的工作。对应编辑、计算机程序员、秘书、会计等职业。

3、性格。性格是指一个人对事物的稳定态度以及与之相适应的习惯化的行为方式，是个体区别于他人的主要特征。人的性格类型与职业之间具有关联性。如外向型的人可能更适合诸如营销这样需要热情多变，以人为主要工作对象的职业;而内向型的人则可能更适合会计等要求细致、严密、以数据为主要工作对象的职业。

性格是天赋和后天作用共同形成的，一旦形成就有较强的恒长性和稳定性，不易改变。不同性格有不同的特点，对于学生来说，重要的不是去改变自己的性格，而是一方面寻找性格和职业的结合点，另一方面要在对自己的性格不断修正、完善的同时，更要善于在工作中发挥自己性格的特点。

4、能力。能力是用人单位特别感兴趣的部分。常常会以“你能为公司做些什么?”这样的问题表现出来。与职业相联系，可以把能力区分为天赋能力和通用技能两类。

每个人会有不同的天赋能力或“天分”，如数字能力、运动协调能力、音乐能力等。不同的职业对天赋能力的要求是不同的，比如会计工作需要有较强的数字敏感性和计算能力，运动员需要具备运动协调能力。当选择的工作与你具备的“天分”一致时，可以收到事半功倍的效果，反之，再努力勤勉也可能收获其微。

通用技能更多的是个体通过后天学习而获得的综合的，可迁移的能力。如执行能力，沟通能力，组织管理技能等。这部分能力具备更大的提升空间，并且不同的职业有不用的能力要求。如教师工作需要有较好的表达能力，管理者需要有较强的组织管理能力，沟通能力等。不同的职业有不同的能力要求，特别是通用能力的要求，需要在大学期间就有意识地培养、发展职业所需的个人能力。

价值观、兴趣、性格、能力这四个因素在个体的职业生涯发展过程中发挥着不同层面的重要作用。可以用一个比喻来帮助大家理解他们的关系。价值观是“导航仪”，是个体生涯发展最核心的东西，不仅是重要的决策因素，还对个体人生发展方向有重大影响。兴趣是“发动机”，发挥着内在动力作用;性格是“稳压器”，保持个体与职业之间的协调，稳定;能力是“燃料”，是“发动机”运转的基础，推动个体在生涯发展中不断向前。

**自我职业生涯规划书篇八**

我觉得职涯发展不等同于职位晋升，职涯发展是一种包含健康、家庭、学习、工作、交际等等诸多因素的集合体，是经验、知识和技能的沉淀积累过程，是从幼稚走向成熟的过程，是目标自我实现的过程，而职位晋升可能只是职涯发展进程中的某一个目标而已，虽然说职位晋升未必就需要一个完美的职涯发展规划，但却必须基于职涯发展的根本出发，这样就会有一个大致的方向，然后不断的努力缔造自己，由此得来的职位晋升才显得更有底气，更加踏实，才有说服力。

职涯发展的根本，我觉得应该是一种奉献精神，是一种职业态度，当然不可否认每个人都有一个自己的职业目标，但我们却应该清楚的认识到，不是任何人都能成为领导者的，实现工作的价值，或者说人生的成就，可以在职涯发展进程的各个阶段，可以在人生的方方面面，但首先要放低自己，而且不可消极的应对，这样职位晋升才能成为职涯发展的必然。

二、职业自我规划

马克思在其17岁所写的《青年在选择职业时的考虑》一文中说过：在选择职业时，我们应该遵循的主要指针是人类的幸福和我们自身的完美。不应认为，这两种利益是敌对的，互相冲突的，一种利益必须消灭另一种的。人类的天性本身就是这样的：人们只有为同时代人的完美、为他们的幸福而工作，才能使自己也过得完美。

又说：如果我们选择了最能为人类福利而劳动的职业，那么，重担就不能把我们压倒，因为这是为大家而献身；那时我们所感到的就不是可怜的、有限的、自私的乐趣，我们的幸福将属于千百万人，我们的事业将默默地、但是永恒发挥作用地存在下去，面对我们的骨灰，高尚的人们将洒下热泪。

虽说我们绝对多数的人，不能成为如马克思一样的伟人，但其择业的精神却是值得我们大家学习的，这对于社会职场人士有着重要的启示作用，我们只有设定一个合适的目标，当然这种目标应该是善意的，并为之规划自己，才可能少走一些弯路，同时也势必拥有向目标行进的动力。

那么应该如何拟定职业目标和职业规划呢？我想这需要一个比较系统的论证。

1、自我分析

我出生在东北的一个普通农村家庭，虽然家庭条件不

好，但是父母为了争口气，为了兑现曾经对去世的爷爷所做的宣战，为了子女告别那面朝黑土背朝天的劳累，他们靠着这份执拗的想法支撑着几个孩子相继大学毕业，不负父母期望，目前基本能自力更生。

到目前为止虽说有了多年的工作经验，但还欠缺太多的职业内涵，如：知识的容量、工作的能力、兴趣爱好和特长等诸多方面，这也是我应该着重改进的地方，我喜欢有适当规则约束的工作，不善辞令，不适合担任领导角色，不喜欢抽象的思考，大脑记忆力、反应力、分析力较差，但比较容易接受新的观念，做事比较踏实，注重时效性，倾向于追求工作中的安全和稳定感。

我是属于比较宅的那种人，不喜欢和陌生人接触，也许是因为内涵的欠缺，所以缺少一种自信，我经常和朋友说的一句话是，人要具有一种生存的霸气，而这恰恰是我缺少的。

2、专业方向及前景分析

无论做哪一行，都得懂这一行应该做些什么，应该怎么做，拥有一定的理论和知识是不可或缺的职业要求，懂得多了，内涵便自然变得丰富。

3.2、掌握科学的财务分析方式方法

财务管理的一项重要内容，就是进行分析，以得出对经营发展有用的数据信息，以支持最终的战略决策，财务分析是一种相对实在的管理手段，也是财务人员专业素质的一种体现方式。

3.3、了解相关的政策和法律法规

做任何事情都是要遵守既定的规则的，没有规则约束，所从事的行为是好是坏，所造成的结果是利是弊，则无法判定，所以人类有自己的道德约束，社会有自己的法律规范，这是一种原则，是人们行使社会行为必须遵守的底线。

3.4、具有较强的语言与文字表达能力

无论作为财务人员有多么优秀，但若没有能力表达出来，

那么必然是一种遗憾，工作中所面对的很多事情，都是需要通过语言沟通的，都是需要通过文字呈现的，比如：谈判、汇报等，所要阐述的内容要让听的人明白，这也是从事财务管理的人员需要必备的基本素质。

3.5、其他能力

当然，财务人员需要具备的能力很多，并不局限于本专业，怎样丰盈自己的内涵还是需要深思的。

4、职业规划

以上写了那么多，无非是想给自己做个简单的职业规划，但作为我来讲，我并不会想的那么长远，几十年之后的事情无论怎么讲都显得太遥远了，不太实际，结合自身情况，我觉得还是做好当下最为重要，这样才踏实。

4.1、短期规划（3年内）

我会通过进一步的知识积累和能力提升，逐渐丰盈自己的职业内涵，计划在短期内多涉猎一些专业内外的书籍，多做一些新的切实可行的工作，最好能通过注册税务师的考试，成为一个合格的经理人员，使自己看待问题更加清晰，心态更加成熟。

4.2、中长期规划（3-10年）

拥有一个幸福的家庭和体面的工作是我一直以来的目标，经过多年的努力，我将更加具备这样的能力，可能届时我会考虑更加全面的发展，毕竟不到退休的年纪，应该持续的奋斗下去，以体验更加多味的幸福人生。

总之，职业规划是一种系统性的、综合性的行为艺术，它应该是较具体的、可度量的、可实现的、相关性的、有时限的特点，我的理解也只有一个字：“实”，实在、踏实、务实、诚实、真实、、、而并非“浮”，浮浅、浮躁、浮漂、浮滑、浮夸、、、规划要脚踏实地，勿好高骛远。

附摘录，以共勉：

摘自马克思《青年在选择职业时的考虑》

如果我们错误地估计了自己的能力，以为能够胜任经过周密考虑而选定的职业，那么这种错误将使我们受到惩罚。即使不受到外界指责，我们也会感到比外界指责更为可怕的痛苦。

如果我们把这一切都考虑过了，如果我们生活的条件容许我们选择任何一种职业；那么我们就可以选择一种能使我们最有尊严的职业；选择一种建立在我们深信其正确的思想上的职业；选择一种给我们提供广阔场所来为人类进行活动、接近共同目标（对于这个目标来说，一切职业只不过是手段）即完美境地的职业。

如果我们通过冷静的研究，认清所选择的职业的全部份量，了解它的困难以后，我们仍然对它充满热情，我们仍然爱它。觉得自己适合它，那时我们就应该选择它，那时我们既不会受热情的欺骗，也不会仓促从事。

一个选择了自己所珍视的职业的人，一想到他可能不称职时就会战战兢兢——这种人单是因为他在社会上所居地位是高尚的，他也就会使自己的行为保持高尚。

**自我职业生涯规划书篇九**

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

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

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

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

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

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

1.a专业知识

2.b能力

3.c个人特质

4.d以上都包括

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

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十**

亚里士多德曾经说过：“人是一种寻找目标的动物，他生活的意义仅仅在于是否正在寻找和追求自己的目标。”而这目标有大有小，有短期的也有用尽一生去完成的。目标也有多方面的有涉及学业、家庭、工作等。如今我们正处于20岁左右，无论根据萨帕的职业生涯发展五阶段理论，即成长期（1—14岁）、探索期（15—24岁）、确立期（25—44岁）、维持期（45—64岁）、衰退期（65岁以上），还是《黄帝内经》第一篇《上古天真论》中对人体的的成长与衰老作了阶段性划分的女子二七、男子二八后后天生命的开始，都说明现在是进行职业目标寻找即职业生涯规划的黄金时期。

什么叫职业生涯规划？从广义上来说，生涯即是指一个人的一生从始到终的整个经历。而我们在职业方面所说的生涯，更多的是指狭义的生涯概念。从狭义上来说,职业生涯规划是指个人发展与组织发展相结合，通过对职业生涯的主客观因素分析、总结和测定，确定一个人的奋斗目标，并为实现这一事业职业目标，而预先进行生涯系统安排的过程。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。对企业而言，如何体现公司“以人为本” 的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，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。作为当代大学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？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，才会有动力。

一、确定志向

在制定职业生涯规划时，首先要确定志向，这是制定职业生涯规划的关键，也是生涯规划最重要的一点。志向是事业成功的基本前提，没有志向，事业的成功也就无从谈起。俗话说：“志不立，天下无可成之事”。综观古今中外，各行各业的佼佼者，都有一个共同的特点，即都具有远大的志向。立志是人生的起跑点，反映着一个人的理想、胸怀、情趣和价值观，影响着一个人的奋斗目标和成就。戴高乐曾经说过，一个人之所以伟大，并不是从事的事业伟大，而是他立志要成为伟人。

二、自我评估

在充分认识自我、了解外界环境之后，应评估各种环境因素对自己职业生涯的影响；根据自己的兴趣、爱好与特长，考虑自己的性格、气质与能力等特征是否适合这样的环境发展。在生涯机会评估的工具中，swot分析方法是最基本的一种方法，通过它能很容易知道自己的优点和弱点在哪里，并且可以详细地评估出自己所感兴趣的不同职业道路的机会和威胁所在。其中s代表strength （优势），w代表weakness（弱势），o代表opportunity （机会），t代表threat（威胁），其中，s、w是内部因素，o、t是外部因素。我对我自己的评估是没有聪明的大脑，但是有着坚忍不拔和不服输的精神。对自己的理想和职业有着不懈的追求。

三、生涯评估

特点、环境的发展变化情况、自己与环境的关系、自己在这个环境中的地位、环境对自己提出的要求、环境对自己的有利条件与不利条件等等。只有对这些环境因素予以充分了解，才能做到在复杂的环境中趋利避害，使生涯规划具有实际意义。

环境因素评估主要包括以下一些方面：

社会环境：社会道德风尚，舆-论环境。

经济环境：宏观经济状况，行业经济政策。

组织环境：组织发展战略，人力资源需求，晋升发展机会。

政治环境：宽松稳定、团结和谐的政治环境，是个体和社会发展的保障。

职业环境：良好的职业环境体现在员工能方便地与上级、各管理层、其他员工相互沟通和交流；同时，让你充分地享受自己的权利，履行自己的职责。

四、职业的选择

分析自我，了解自我，分析环境，了解职业世界，使自己的性格、兴趣、特长与职业相吻合，这一点对于刚步入社会初选职业的年轻人非常重要，对于在职人员调整自己的职业也很重要，甚至对于即将退休或已退休的人再次选择职业仍然重要。在职业选择时，要充分考虑到自身的特点，即自己的性格、兴趣和特长；要充分考虑到环境因素对自己的影响，即组织环境、社会环境和经济环境的影响。对这些因素的分析，是职业选择的前提条件。信息管理与信息系统专业：培养具有现代管理学和信息科学技术的基础知识和应用能力，系统掌握信息管理的基本理论与技能和信息系统分析与设计方法，能在国家各级管理部门、工商企业、金融机构、科研单位和信息机构从事信息（资源、系统和网络）管理的高级专门人才。业学生的管理技能，也不如计算机专业的计算机技能的情况。其实从另一个方面，管理专业不懂技术，计算机专业不懂管理——现在企业更多是需要综合型的人才。无疑，只要我们学得够专业，弱项很可能就成为了我们的优势。

《自我职业生涯规划书》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十一**

传统的职业观是“做一行，爱一行”，这就使很多人爱得很痛苦，明明不喜欢的工作又必须天天去面对，又要体现出爱岗敬业的良好职业道德，这种违反人性的传统的职业观不知害了多少人，数学家陈景润年轻时被安排在一个中学当老师，据说当时是一位成绩很差的老师，就好比安排一头大象去做上树的工作一样，大象能上好树吗？如果陈景润还是“做一行，爱一行”继续在中学教书，他能成为数学家吗？有位伟人说过，兴趣是最好的老师，做与自己“职业兴趣”吻合度高的工作，可能工作更快乐，更容易发挥出自己的能力。现在我们所倡导的职业观念是“爱一行，做一行”，只有你喜欢做的事情你擅长做的事情你有能力做的事情你有条件做的事情你才能做好，才有可能产生绩效，才是符合人性的职业观念。我们的用人观应当是用人所长、扬长避短，在合适的时机把合适的人放在合适的位置，这才是人力资源管理所应该做的事情。人与事的匹配始终是人力资源管理的核心工作内容，那从个人层面来讲你如何跟你所从事的职业匹配，也是你进行职业生涯设计第一步要考虑的问题？正所谓“男怕入错行，女怕嫁错郎”，要当心这可是关乎你一辈子幸福的人生大事。

那应该如何解决“男怕入错行，女怕嫁错郎”的问题呢？在这里介绍一种职业兴趣(又称职业倾向)测验理论。霍兰德是美国著名的职业生涯指导专家。他强调：同一类型的人与同一类型的职业互相结合，才能达到适应状态。而“人”在一生，面临着许多职业的选择、工作的选择、职位的选择、甚至具体项目的选择，这些选择是否能与其类型相匹配，自然也是影响其成功的重要因素。例如倾向与“人”共事并且在该方面颇具技巧的人能在于他人的交往中获得乐趣，并且喜欢人际交往中的领导、劝说、教导或咨询等事务；对“数据”王国颇感兴趣并具备一定才能的人倾向与通过词语和符号表达出来的数字和抽象概念打交道；喜欢实用机器、工具、器械的个人则属于喜欢“事物”的人，他们喜欢在实际的物理环境中解决问题。喜欢观念的人可以从事抽象的、利用想象的工作。

根据霍兰德理论，职业兴趣分为六种类型，每个人都归属于职业兴趣中的一种或几种类型。具体如下：

\"共同特征：喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

\"典型职业：喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新的朋友，从事提供信息、启迪、帮助、培训、开发或治疗等事务，并具备相应能力。典型职业如：教育工作者(教师、教育行政人员)，社会工作者(咨询人员、公关人员)。

\"共同特征：追求权力、权威和物质财富，具有领导才能。喜欢竞争、敢冒风险、有野心/抱负。为人务实，习惯以利益得失，权利、地位、金钱等来衡量做事的价值，做事有较强的目的性。

\"典型职业：喜欢要求具备经营、管理、劝服、监督和领导才能，以实现机构、政治／社会及经济目标的工作，并具备相应的能力。典型职业如：项目经理、销售人员，营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师。

\"共同特点：尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯接受他人的指挥和领导，自己不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争，富有自我牺牲精神。

\"典型职业：喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应能力。典型职业如：秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

\"共同特点：愿意使用工具从事操作性工作，动手能力强，做事手脚灵活，动作协调，就业参考《自我职业生涯规划的简捷思路》。偏好于具体任务，不善言辞，做事保守，较为谦虚。缺乏社交能力，通常喜欢独立做事。

\"典型职业：喜欢使用工具、机器，需要基本操作技能的工作。要求具备机械方面才能、体力、或从事与物件、机器、工具、运动器材、植物、动物相关的职业有兴趣，并具备相应能力。典型职业如：技术性职业(计算机硬件人员、摄影师、制图员、机械装配工)，技能性职业(木匠、厨师、技工、修理工、农民、一般劳动)

\"共同特点：思想家而非实干家,抽象思维能力强，求知欲强，肯动脑，善思考，不愿动手。喜欢独立的和富有创造性的工作。知识渊博，有学识才能，不善于领导他人。考虑问题理性，做事喜欢精确，喜欢逻辑分析和推理，不断探讨未知的领域。

\"典型职业：喜欢智力的、抽象的、分析的、独立的定向任务，要求具备智力或分析才能，并将其用于观察、估测、衡量、形成理论、最终解决问题的工作，并具备相应的能力。典型职业如：科学研究人员、教师、工程师、电脑编程人员、医生、系统分析员。

\"共同特点：有创造力，乐于创造新颖、与众不同的成果，渴望表现自己的个性，实现自身的价值。做事理想化，追求完美，不重实际。具有一定的艺术才能和个性。善于表达、怀旧、心态较为复杂。

\"典型职业：喜欢的工作要求具备艺术修养、创造力、表达能力和直觉，并将其用于语言、行为、声音、颜色和形式的审美、思索和感受，具备相应的\'能力。不善于事务性工作。典型职业如：艺术方面(演员、导演、艺术设计师、雕刻家、建筑师、摄影家、广告制作人)音乐方面(歌唱家、作曲家、乐队指挥)文学方面(小说家、诗人、剧作家)。

根据霍兰德的理论：一个人的职业兴趣会影响到职业的适宜度。当他从事的职业与其兴趣相吻合时，就可能发挥出能力，容易做出成就；反之可能导致其原有才能的浪费，或者必须付出更大的努力才能成功。

了解了“我是谁”以后，根据霍兰德的理论也弄明白了究竟你应该从事何种职业。接下来要回答的问题就是：你要“去那里？”也就是说你的方向和目标在那里？如何制定个人的目标呢？不妨试试以下两种方法。一种是开动脑筋，写下来10条未来几年及一生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，往往你会高估了一年能做的事情，而低估了十年能做的事情。第二种更直接，想象假设你马上将不在人世，什么样的荣誉、成绩、地位、金钱、家庭、社会责任状况能让你满足。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成为知名演说家，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培训讲师–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一步步来实现。

制定目标很重要，它将决定你的职业规划成功与否。哈佛大学有一个非常著名的关于目标对人生影响的跟踪调查，对象是一群智力、学历、环境等条件都差不多的年轻人，调查结果如下：3%有清晰且长期的目标；10%有清晰但短期的目标；60%有较模糊的目标；27%无目标。25年后：3%：25年来都几乎不曾更改过人生的目标。他们都朝着同一方向不懈的努力，现在他们几乎都成了社会各界的顶尖成功人士，他们中不乏白手创业者、行业领袖、社会精英。10%：大都生活在社会的中上层，他们的共同特点是，那些短期目标不断被达成，生活状态稳步上升，成为各行各业不可或缺的专业人士，如医生、律师、工程师、高级主管等。60%：几乎都生活在社会的中下层面，他们能安稳地生活与工作，但没有什么特别的成绩。27%：几乎都生活在社会的最低层，他们的生活都过得很不如意，常常失业。靠社会救济，并且常常都在抱怨他人，抱怨社会，抱怨世界。由此看来人必须要有长期清晰的目标，利用目标来牵引实现个人发展。

在前面介绍的制定个人发展目标时要参考smart原则。smart是五个英文单词的缩写：s是指要具体明确，尽可能量化为具体数据；m是指可测量的，要把目标转化为指标，指标可以按照一定标准进行评价；a是指可达成的，要根据个人的资源、个人技能和环境配备程度来设计目标，保证目标是可以达成的；r是指合理的，各项目标之间有关联，相互支持，符合实际；t是指有完成时间期限，各项目标要订出明确地完成时间或日期。根据smart原则使个人发展目标具体化、可视化、可达成、合理的、有时间要求，这样你就基本明白要“去那里”。

在明确“去那里”以后就有了个人的发展方向和目标，有了个人的职业愿景，明白了自己存在的价值，树立了个人的使命感，你要做的事情就是如何去实现个人的目标，就是职业生涯的各个发展价段，你在头脑为自己要达到的目标规定一个时间计划表，即为自己的人生设置里程碑.职业生涯规划一旦设定，它将时时提醒你已经取得了哪些成绩以及你的进展如何。

那究竟要怎么去呢？首先要考虑阻碍你达到目标的自己的缺点和所处环境中的劣势，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。他们可能是你的人脉关系、性格方面、素质方面、知识方面、经验方面、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。有个观念很重要，就是成功者做别人不愿做的事情，每个人有一扇只能从内开启的改变之门。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。其实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。

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。

“我是谁”关键要进行自我分析，你适合做什么？“去那里”要求制定个人职业发展中的方向和阶段性目标，“怎么去”要制定一个职业发展目标的实施计划。只要你把以上职业规划三步曲弄明白，你就一定能在人生道路上走向成功。

**自我职业生涯规划书篇十二**

自我分析与自我剖析、自我研究相类似，都是一个人为更进一步了解自身，包括了解自身的优缺点，(主要是为了解缺点)，而列出的相关逻辑上的分析与对比。做出相应的分析结果，进而制定相应的对策。通过定期，或不定期的自我分析而不断的进行自我完善。

自我分析

1、职业兴趣:我是一个doer，以实实在在地完成实实在在的事情为原则，喜欢和材料、机械过程打交道，爱好动手操作的工作，乐于使用各种工具和设备，关注各种自然原理，务实，严谨。我还表现为情绪稳定、有耐性、坦诚直率，宁愿行动不喜多言，喜欢在讲求实际、需要动手环境中从事明确固定的工作，依既定的规则一步步地制造完成有实际用途的产品。对机械与工具等事务较有兴趣，生活上亦以实用为重，对眼前的事重于对未来的想象，比较喜欢独自做事。另外你还讨厌夸夸其谈;喜欢身体力行，事必躬亲;做事有特定的目标和方向;愿意承担一定的责任。我不喜欢与人周旋，喜欢直爽，待人真诚，实在，不好个人表现;务实，节俭，注重方法和效益。

1) 我适宜的工作环境可能是：生产性部门，注重质量、实效、制度约束，任务取向性管理，时间性强，人际要求不高职业生涯规划自我分析小结职业生涯规划自我分析小结。

2) 喜欢职业领域：机械、电子、土木建筑、农业等。

个人性格:

1) 基本描述:

友善、负责、认真、忠于职守的特点，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。

与人交往时较为敏感，谦逊而少言、善良、有同情心，喜欢关心他人并提供实际的帮助，对朋友忠实友好，有奉献精神。虽然在很多情况下有很强烈的情绪反应，但通常不愿意将个人情感表现出来。

做事有很强的原则性，尊重约定，维护传统。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，依据明晰的评估和收集的信息来做决定，充分展现出自己客观的判断和敏锐的洞察力。

他人能随时体会到我的善良和体贴，但不太了解我，因为我总是做的含蓄和复杂。事实上我是非常重感情，忠于自我价值观，有强烈的愿望为大家做贡献，有时候我也很紧张和敏感，但表现的深藏不露;我倾向于拥有小范围的而深长久远的友谊。

2) 可能的盲点:

职业生涯规划自我分析小结职业规划。我专注的追求一个理想，不会听取别人的客观意见，因为自己的地位是不容置疑的。

我需要留意周围的情况，并学会运用已被证实的信息，这样可以帮助我更好的在现实世界中发挥我的创造性思维。

我敏感，非常关注个人的感受和他人的反应，对任何批评都很介意，甚至会视为人身攻击。对我来讲，我需要客观的认识自己和周围的人际关系，更好的促进事情向正面转化。

过分关注细节和眼前之事，容易忽略事情的全局和发展变化趋势，难以预见存在的其它可能性。

**自我职业生涯规划书篇十三**

有所作为是生活的最高境界！一个好的规划是有所作为的必要前提，而我想规划一个属于自己的与众不同的职业生涯！

我出生于夏天，母亲想让我拥有男儿的阳刚之气，所以就给我取名顾夏阳。现在就读于苏州高等职业技术学校机电一体化专业，目前已经是三年级了。

我喜欢打篮球，虽然我的球技不是很好，但与同学们一起玩耍其乐无穷。我对机器人技术非常感兴趣，从初中开始就学习机器人搭建及编程，多次参加不同级别的机器人竞赛，取得了较好的成绩，最好的一次是在初三时获得全国（香港赛区）机器人竞赛二等奖。

进入苏高职后，我申请成立了学校的机器人社团，获得了学校的认可和支持。建社以来，我带着自己的社员参加了许多比赛，20xx年，我们的团队同时获得澳大利亚（亚太区）机器人竞赛和美国机器人竞赛总决赛的资格，遗憾的是，由于各种原因没能代表学校出国参加比赛。

我还有一个特别的爱好——观看赛车比赛。每年观看世界一级方程式锦标赛是我必不可少的生活乐趣。看着优秀车手驾着赛车狂飙并登顶领奖台时，我激动万分、羡慕不已。联想到自己的专业，我由衷钦佩赛车风采背后默默付出辛劳、智慧的设计师和机械师们，我想成为他们，并效力于某个车队。

我的性格气质应该属于那种外倾型、独立型、意志坚强型。我平时话不多，但只要是志趣相投，也会相谈甚欢；我的反应性较强，对于突发事件比较敏感，我会很好地接受别人的意见和建议，但更敢于独立思考，自作决断；对于未来，我充满理想，目标明确，时刻鞭策自己为理想目标奋斗、奋斗、再奋斗！

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