

职业生涯规划书音乐学 大学生个人职业生涯规划计划书(模板5篇)

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

职业生涯规划书音乐学篇一

千里之行，始于足下。人生之路，首先要有梦想，才能迈开自己坚定的一步，去达成自己的理想！

孩提时代，就曾梦想自己要成为一个有用之人，不要求自己做个顶天立地，垂名青史的杰出之人，或许做个优秀的*凡人就罢了。我不是天才，但也绝非庸才。每个人都是这个宇宙之中唯一的个体，都有着自己独特的一面。所以不要忽视了自己，要记住，每个人一生都有他自己的使命。

经过长久的思量，思想上的挣扎，最后终于把自己的理想确定下来。我曾问自己，我自己的兴趣在哪方面？是物理啊，这是从小就令我如痴如醉的学科，是物理给了我人生前进的动力，它伴我度过了懵懂的中学时代。而今，我对它的兴趣更是有增无减。虽然我是错误地进了数学系，但我还是会保持着对物理的钟爱，对他的热情，以及对美的追求。我肯定自己的能力，但却有时也会遭到自己的怀疑，极度的自信也是极度的不自信，内心的混乱，迷茫，常使我找不找方向。我不是天才也绝非庸才，我始终相信，只要对自己肯定得当，便是对自己最大的鼓励。

尽管做基础物理研究的人并不是能够得到很高的收入，甚至做不好研究还可能不足于养家糊口，也就是说，这是不赚钱

活！这些都是摆在自己眼前再现实不过的问题。或许做一个工程师能够赚很多的钱，成为一个所谓的富人。但我始终相信，“钱乃身外之物，不要求很高也罢。”只要摆脱自己对物质贪意，一心追随自己的学术，就必能作出一番业绩。为了自己的兴趣，或者讲是自己的理想，就不得不放弃这些物质追求，而是去追求自己的兴趣，自己的爱好，达成自己的理想。于是乎，最终目标锁定，心意已决，我要去做理论物理基础研究工作，踏踏实实做学问，这便是我的理想所在！

仰慕的人：莱布尼茨，麦克斯韦，爱因斯坦，海森堡，薛定谔.....

优点：做事认真，踏实，能吃苦。爱思考，有毅力。很多.....

缺点：过于固执，不太爱说话，有时较粗心的。也很多.....

大体上来说，自己的优点还是蛮多的，有些可能会让我受益终生，助我走向成功。但自身内在的缺点也不能忽视，他可能是你成功路上的绊脚石，所以，我要尽量克服自己的缺点，发扬自己的优点，张扬自己的个性。再者，一个人既有优点，也有缺点，他才是一个有血有肉的人，才是一个真正的一一人。

勤能补拙是良训，一分辛苦一分得。我想，只要下定决心，做自己喜欢的事，并且加之于勤奋，用汗水和勤劳锻造理想，最后就一定会有好的结果。正确地评判自己，中肯一点，这才是最好的自我分析，自我认识。

本科阶段□20xx~2014□

一、自我认知

我是个性格中性的男生，心理素质比较好的，爱讲笑话，比较幽默，一开始认识我的人会认为我是个文静的男生，一段时间下来后他们的看法会完全改变，都说我是个表面看上去文静，其实爱疯，直爽，又带有一丝狂妄，讲话做事直来直去，想到什么做什么，不在大脑里多做思考，做事很鲁莽的男生。优点：对于我自己认为正确的事，我会不惜一切代价去做，哪怕已经知道那是难以完成的事，我也会去尝试，这也促使了我要强，喜欢竞争，对人对事，不管是朋友还是敌人，只要是对手，我都会公*竞争，我认为或许是缺少对情感的表达，不选择竞争就是弃权，所以我认为自己是理性高于感性。缺点：由于土生土长于农村，给予了我一份独立。什么事情都希望能用自己的能力解决，不喜欢求助别人。这会让我失去很多和别人合作的机会，但自己却还是比较喜欢团队合作。觉得对事情只有三分钟热度，渴望接触新的东西，有充足的耐心。中学时代，朋友都说我性格蛮好的，不会生气，感觉也好欺负，抗压能力强。自己看待事情也蛮乐观。觉得得失成败不重要。经过很多事，树立了人生的原则。但是，还是觉得与社会的交流，看的东西还是很少，缺少社会经验，能力还很欠缺。

我的职业兴趣，做一名耐心，热情，活力四射的物理教师，我的职业价值观要做一个优秀的物理教师，就要深入到学生中去，把我所学的物理知识毫无保留的地传授给他们。让学生乐学，爱学。因为，看到一个个学生增长见识会让我有成就感和归属感；我喜欢校园生活，校园里永远是那么生机勃勃，永远充满丰富多彩的东西，永远那么活力；我认为在校园里，可以让我更热爱生活，让我更热爱生命，让我即使老到可以退休的时候心还是年轻的。

二、职业认知

职业生涯规划书音乐学篇二

新的学期珊珊来临，新年的喜气和活力还是余寒未尽。每个

同学都带着狂热的笑容回到学校，整个校园充满了一股青春的气息。今年，我们学习部将会更加努力为同学们服务，让这种“如坐春风”的感觉永葆下去，为建校的精神文明贡献我们璀璨的力量。

今年我们学习部将采取分工管理的方式，让每位成员都能尽自己的力量去协助部门的工作。工作计划大体分为以下几点：

1) 在新学期开始后，采取有效措施来协调部门的管理，尽量倾听成员们的意见，力求使整个部门的成员更加团结互助，真正做到不计较个人的利益，全心全意的投身到学习部的工作中。

2) 晚自修执勤工作的安排情况：

a) 结合成员们的实际情况，我将部门成员分成八个小组，每个小组每星期执勤两次，每个小组有一位组长，分别负责该小组的执勤工作。每星期组织一些成员统计好执勤表，按期把统计名单交给学生科。

例如：如团委学习部联合开展一次“答辩比赛”……

• 学生会主席工作计划 • 学生会宣传部工作计划 • 学生会学期工作计划 • 学生会招新计划

4) 新的学期我部将成立一个文学社。由其中选出的一名干事负责。

5) 我部决定每双周的星期四召开一次学习委员会会议，会议的主要任务是交流思想，征求意见和建议。让我们畅所欲言，以长补短。

学生会学习部

职业生涯规划书音乐学篇三

有个小故事：

六年前，我是按部就班过日子的小职员，每天规划着自己以后做老板；六年后，我有了年入百万的公司，却规划着如何回到朝九晚五的生活。

吾生有涯，规划无涯。当我们尚未弄清规划的目的与标准是什么，生涯规划往往显得缥缈或无用。

所以，在开始正式的生涯规划之前，先问自己一个问题：成功还是幸福，我要的是哪种人生——毕竟，这两者并非等义词。

成功与幸福的倒u关系

说到成功与幸福，碰巧有这么一件相关的事。

其实，早就有人提出，中薪阶层的幸福指数最高，那些世人看来“最不成功”和“最成功”的人士幸福指数却相对偏低。最新的“全球幸福指数”调查显示：国民幸福感名列前茅的并不是世界上最富裕的国家，而是拉丁美洲、亚洲以及加勒比海地区的中等收入国家。这些国家的人对生活的满意程度非常高，而美国、英国这样的富裕国家却分别排在了第114位和第74位。

这些统计告诉我们，幸福感是相对的，与人们对周围环境的感受相关，带有强烈的主观色彩。这与你贫穷还是富有、是否成功出色不是简单的对应关系。显然，这对于那些抱着“成功就会幸福”想法的许多当代年轻人来说，或许会是一个不小的打击。这是因为很多来找我做职业生涯规划的青年，张口就是成功，仿佛这是唯一目的。当然，我并不排斥将成功作为规划目的，我想要强调的只是：成功不等于幸福。

在做职业生涯规划之前，首先要弄清你究竟想要怎样的生活。

职业生涯规划的核心是价值观，也就是说，你把什么看得最重。有人看重收入，那么职业生涯规划就会朝向高薪方向；有人看重地位，那么规划时就会优先考虑升迁；而有的人宁愿平凡安宁地生活，如此一来，职业生涯规划就会侧重稳定。一般来讲，职业价值观对确定职业规划具有本质意义。不过，从纵向来看，一个人的职业生涯规划也会因时因境做出一定调整和改变。比如，一般在职业规划初级阶段会较多考虑一些经济利益，以满足自己的生存需要。随着初级目标的实现，职业规划就会多一些考虑成就感的获得；再进一步，职业规划则会加大幸福感的权重。当然，任何一种职业价值取向都是因人而异的。

不存在两个完全相同的职业规划

职业生涯规划有一个特征，也可以说是宗旨：适合的就是最好的。而每一名职业规划师也都需要把握一条准则，那就是：你可以帮来访者分析情况，但永远不能代替他做出决定。

我帮很多人做过职业生涯规划方面的咨询，其中有一个案例让我印象深刻。xx年8月，一个大学毕业生来做咨询，想要确定一条适合自己的职业之路。事实上，她的条件非常优秀，外形气质很好，而且能说一口流利的英语，专业也是当下的热门。按照我的判断，她的整体素质非常适合到外企发展。

但是，她说了一段出乎我意料的话：“李老师，我并不想进外企，我希望自己能进国企。相对来说外企竞争太激烈，不稳定。我希望压力小点儿，稳定点儿，希望工作之余有更多的时间和精力去经营自己的爱情、婚姻和家庭。”显然，这个学生并不像当下很多年轻人那样把高薪和外企的名声看得那么重，相反的，她更看重生活的稳定性和家庭要素。

听了她的叙述，我理解了什么样的职业生涯才是她要的，也

是能够带给她幸福快乐的。

在一个鼓吹成功学的年代里，人们提起生涯规划想到的就是“怎样做个成功人士”。其实，职业生涯规划的目的从来都不是让每个人都去做伟人和成精英，它只是按照人们各自不同的需求和条件，帮助他或她设计出适合的职业道路而已。职业生涯规划没有简单的模式可以套用到任何人身上，就像天底下没有两片绝对相同的树叶，同样，也没有两个完全相同的生涯规划。

所以，做好个人职业规划的方法之一就是：说出你的故事。

我真心期盼在我们这样一个人人都需要自我管理的时代，每个青年人都能大胆率真地说出自己的过去、现在和未来。

生涯规划就是理性的冒险

理解了职业生涯规划的准则和目的，然后按照你的价值观，设定一条实现目标的路。如此即可吗？其实不然，在我看来还欠缺一点儿东西，那就是超越自我的冒险精神。

前面我们说过了，工作前期是满足生存需要，之后则会更多地侧重满足成就需要。心理学家马斯洛在他的“需要层次理论”基础上，又提出过“高峰体验论”。我想：一个人的高峰体验应该离不开奋斗的挑战与冒险过程。

那么，在工作中，我们同样也需要高峰体验。比如你是一名记者，肯定不会满足于简单的采访、写稿，你会争取进步，成为知名记者和媒体圈里有影响力的人物。如果有一天，你真的实现了这个目标，比如获得了新闻界的至高荣誉普利策大奖，你会去想能得多少奖金，够不够买栋房子？肯定不会，那一刻你的高峰体验是被人认可和欣赏的快乐。

然而，一个人生涯高峰体验的获得需要巨大的付出，包括可

能遇到的挑战和失败。因而，国外有一种说法，认为职业规划的过程就是生涯冒险[career adventure]的过程。从某种角度来看，的确如此。每个人的职业生涯都是一次冒险的历程，其中会有理想的召唤和奋斗的喜悦，这会给你带来精神的刺激。但同时，这种刺激也可能带你跌入深渊，甚至丧命。所以，这就要求我们在做生涯规划时必须具有想象力和冒险精神，要多做一份承担痛苦和折磨的准备。

天底下任何一份职业，回归到本质上看，都避免不了一定的简单重复过程。因此，生涯发展并不像我们最初憧憬的那样完全充满着乐趣与新奇。当然，如果能把自己的价值观、兴趣性格和素质能力进行与职业的有效匹配，那么，相应的痛苦就会呈现得少一些。正是在这个意义上，我们需要学会用一种理性的态度来看待分析自己的生涯和职场的关系，从而，更加理性地去思考和安排自己的职业生涯之路。

我相信，带有冒险精神的理性思考，能更好地帮助我们青年人规避奔向理想道路上的潜在风险，让我们实现更多的高峰体验。

职业生涯规划书音乐学篇四

生活就是生下来活下去的意思。一份工作除了养家糊口，还应该帮助自己有所成长。面对自己的事业，你有一种被动的感觉吗？从来没有过真正主宰自己事业的所有权的你，是可悲的。要知道为什么当老板的会做老板，上司为什么会坐上那个位置，这就是职业的掌握权。只有自己掌控事业的所有权，把未来的发展方向牢牢控制在手中——不用怀疑，这种可能性时时存在，你可以随便在哪个工作日做出这个决定。

第一步：建立长期的职业愿景。对于未来五年之内的职业愿景，不仅是在面试时候会被提出的一个相当重要的问题，同时也应当是你真正用心考虑的至关重要的问题。当然，对于这个问题的唯一正确的答案来自你的真实内心：你想要的是

什么。所以，再接下来的几年中，你想做到一个什么样的位置？只有深入思考，才能找到自己最终想要的。

第二步：用时间和努力来为职业愿景投资。要想将职业愿景真正化为现实，首先你得知道自己的最终目标。现在，假设你已经实现了这个目标，那么回头看一看，在这条路上你都采取了哪些步骤，才让你的愿景得以实现呢？尽你所能，想出更多的这样的步骤，把它们记在本子上，然后从里面选出对现在的你来说最容易实现的一步，今天就去完成它。明天再去完成另一步。如果一天不够，就用两天、三天、一星期。在你不断地完成这些事情的同时，你的终极目标也会一点点地靠近，罗马就是这样建起来的。

职业生涯规划书音乐学篇五

大二：

(1) 构建合理的知识结构，并参与一些社会实践，如“三下乡”等活动。

(2) 拼了命也要把英语四级过了，争取一次性通过。这学期实在过不了，下学期再给最多一次机会，当然这不绝对不优先考虑。

(3) 尝试着考计算机二级。一级证书有了，但那是将来地球大学生都会有的证书，摆出来会让人笑掉大牙的，它基本上没什么用处可言。“物以稀为贵”，考计算机二级是形势所迫、势在必行，即使过不了也要考。据前人（学长学姐）所述，没考和没过并不能划等号，没报名参加考试就有了不去学习的借口，让自己变得懒惰、无所事事，处于零成功阶段，而参加考了没过效果是不一样的，虽然不能把梦想中的证书握在手中，但在用心去学习的过程中自己的能力已经得到很大的提高。证书和能力如果不能兼得，那么我认为自己会选择后者，因为它具有长远的利益。考计算机二级，我

的原则是重在参与。

大三：将精力放在专业课程的学习。实行证书大攻破。到那个时候已经没有太多课程了，可以准备考一些相关的证书，但是千万杜绝盲目考证，要积极咨询就业方面较有经验的专家、老师，获取对自己最有效的信息，然后对症下药。

大四：前期进入实习阶段，寻求各个有意向招聘舞蹈编导或是教师的单位，并在面试成功后好好实习一段时间，这样我的努力就算达到了目的，也为毕业后四处奔波找工作省下心。后期，准备毕业论文，参加毕业论文答辩，最终能顺利毕业。

第二、为人处世方面

(1) 改掉自己偶尔性情急躁的坏毛病，千万不和同学发生冲突。

(2) 尊重身边的每一个人，不管他（她）有着什么样的性格，学习优秀的人，感化恶搞的人，用一颗真诚的心去对待他们，不去争名利，不计较利益，做一位合格的中国公民，为和谐社会的构建做自己力所能及的。

(3) 抓住每一个锻炼自己的机会，这样的机会不是每个人都有。全力以赴地完成在班级和学院的本职工作，为集体做一些力所能及的事，为劳累了多年的老师们哪怕减轻一点点负担也好。干出一点成绩，不一定非要得到他人的肯定，重要的是给自己找一个相信自己的理由。

第三、生活方面

(1) 篮球是我的好伙伴，那些和我一起打篮球的伙伴更是我的好伙伴，我喜欢他们的大气，喜欢和他们呆在一起的感觉。所以，每周至少打一次篮球，这是必须的，劳逸结合，

和篮球好友们联络联络感情，调节身心健康。

(2) 多和家人和同学联络，告诉他们我的快乐和不安，一路走来是他们支撑着我克服了重重困难。尤其是上了年纪的父母，他们操劳一辈子也许最想要的只是我的一个消息一个平安而已，所以我绝对不能让他们失望，他们幸福了我才能真正的心安理得。