

个人职业生涯规划书x 个人职业生涯规划 (通用9篇)

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？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。

个人职业生涯规划书x篇一

不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走？”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。

职业生涯对每个人而言，都是在一定的时间内有效，如果不进行合理有效的规划，就会浪费自己的时间和生命。作为已经工作的我，很早就知道如果不为自己拟定一份职业生涯规划，把自己的未来设计好。生活和工作就会没有了方向，就像大海里的一叶小舟，迷失方向，不知所归，为了高效的利用时间，实现自己的人生价值，特作以下个人职业生涯规划：

勤奋好学，诚恳踏实、积极向上。有极强的责任心，善于观察，做事认真。易于沟通，能够以积极的态度面对工作及尽自己的最大能力及时的完成公司所交于的任务。有时比较固执，不过自己还算有自知知明，知道自己的优点和缺点在那。

自我评价的缺点和改正

遇到自己想不开的事，要保持头脑冷静，要留给自己反思的时间，多反省自己努力使自己的头脑灵活起来，多与人沟通，或向高人求教。优点就不用多说了，继续发扬。

根据自己的兴趣和现在的工作，在未来会向计算机和英语两个方向发展。围绕这两个方向，本人初步规划如下：

1□20xx-2017年：充分利用现在的工作条件的优势，认真跟项目经理和同事学习、研究程序，全面提高个人综合素质，使自己能够达到独立负责某个项目的水平。

2□20xx-2019年：工作完全进入状态期，经过不断的努力工作和学习，能够达到高级程序员、甚至是项目经理，再理想一点的目标是系统分析员的能力，并在外语方面有更大的突破。

3□20xx年之后，如果条件成熟的话，自己独立创业也在考虑范围之内。需要完成的主要内容有：对与多种程序语言和数据库，要从认识到熟练，例如jsp□php□asp□xml□oracle等等，并找准自己的方向，弄精弄强。提高自己的管理水平，当然得把自己先管好。

成功与失败的区别在于，成功者选择了正确，而失败中选择了错误。我们常常能够看到一些天赋相差无几的人，由于选择了不同的方向，人生却迥然相异。我要做一个成功者，我要选好我自己的方向，毫无疑义，职业生涯规划会给我的发展指带来更明确明确的方向。

梦想与现实之间总是存在着差距，但是这种差距是可以通过自己的努力来消除，这个过程也就是梦想实现的过程。我深深的知道要实现以上规划不是一件容易的事。其过程之艰难是可想而知的。成功，不相信眼泪，未来，要靠自己去打拼！大雨过后才会有美丽的彩虹，成功就在彼岸，离我们并不远，明天就可以到达，现在我们只需划好属于自己的船，欣赏着沿岸风景就可以了。

个人职业生涯规划书x篇二

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向人力资源管理和管理学基础两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来十年作初步职业生涯规划如下：

（一）社会环境：

我国政治稳定，经济持续发展。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，在全球经济一体化环境中的重要角色。经济有强劲的势头，大批的外国企业进入我国市场，我国的企业将走出国门做准备。

（二）管理职业社会环境：

由于我国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，我国的企业管理还有许多不完善的地方。我国急需管理人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。要在我国发展企业，必须要适合我国的国情，这就是要求管理的科学性与艺术性和环境动态适应相结合。因此利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找合适自身发展的工作环境、岗位，十年完成规划的目标踏上成功之路。

（一）定立目标和路径

学历、知识结构：提升自身学历层次，从专科走向本科，专业技能熟练。学习书本内容，掌握专业知识，社会经历、工作要求、熟悉工作环境。

1. 成果目标：通过实践学习，掌握专业技能。
2. 学历目标：取得专科毕业资格，提升到本科学历。

3. 职务目标：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，熟读关于人力资源、行政管理等的知识，提高自己对企业创建和运转的熟悉程度。

（二）设定行动计划

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。

（三）动态反馈调整

在课程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。现在正是我为自己的十年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，未来的命运是靠自己的，只要肯努力就会取得成功。

1. 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。

2. 十年时间，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，拥有一个事业有成、完美的家庭。

（一）职业规划肯定要有，但是我觉得职业规划不可能现在就定下来，周围的环境随时在变，而且自随着不断的成熟和接触不同的东西，也会变。我以前想做企业的高官，后来想当大企业的白领，现在想创业，所以我觉得这个很难就定来。

（二）但是，虽然可能没有成型的职业规划，但是我觉得每个阶段的前进方向和短期目标要有，比如这段时间要掌握好基础知识，吸收更多的社会经验，要朝着成功的方向努力，因没有努力的方向和短期的目标，那容易虚度光阴。

（三）虽说我是一个即将毕业的专科学生，我可要听一些别人的成功案例，取别人的成功之处、吸收别人的成功道理。虽然成功是有它的共同特点，但作为我是一个学生的身份，我必须从中学到一辈子受益的和优点。

个人职业生涯规划书x篇三

□xxx□20岁至30岁)

完美愿望：事业有成，家庭幸福

方向：企业高级管理人员

总体目标：完成硕士、博士的学习，进入××著名外资企业，成为高层管理者。

已进行状况：读完硕士，进入一家外资企业，想继续攻读博士学位。

1、社会一般环境：

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要主角。经济发展有强劲的势头，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

2、管理职业特殊社会环境：

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业管理还有许多不完善的地方。中国急需管理人才，

尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

要在中国发展企业，务必要适合中国的国情，这就要求管理的科学性与艺术性和环境动态适应相结合。因此，受中国市场吸引进入的大批外资企业都面临着本土化改造的任务。这就为准备去外企做管理工作的人员带给了很多机会。

1、行业分析：

本人所在××公司为跨国性会计事务所。属管理咨询类企业。由于中国加入wto商务运作逐渐全球化，国内企业经营也逐步与国际惯例接轨，因此这类企业在近年来引进中国后得到迅猛的发展。

2、企业分析：

××公司是全球四大会计事务所，属股份制企业，企业领导层风格稳健，公司以“诚信、稳健、服务、创新”为核心价值观，十年来稳步在全球推广业务，目前在全球10余个国家、地区设有分支机构。

公司进入中国，同年在上海设立分支机构。经营中稳健拓展业务的同时重点推行公司运作理念，力求与发展中的共同进步。本人十分认同公司的企业文化和发展战略，但公司事务性工作太过繁忙，无暇进行个人自我培训，而且提升空间有限。但总体而言，作为第一份工作能够接触到行业顶尖企业的经营模式是十分幸运的，本人可能在本企业实现部分职业生涯目标。

1. 个人分析：

(1) 自身现状：

英语水平出众，能流利沟通；法律专业扎实，精通经贸知识；具有较强的人际沟通潜力；思维敏捷，表达流畅；在大学期间长期担任学生干部，有较强的组织协调潜力；有很强的学习愿望和潜力。

(2) 测评结果 (略)

2. 主角推荐:

父亲：“要不断学习，潜力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们退休后搬来一齐居住生活。”

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

老师：“聪明、有上进心、单纯、乖巧”，缺乏社会经验”

同学：“有较强的工作潜力”，“适合做白领”。

.....

职业目标：著名外资企业高级管理人员。

1□

成果目标：透过实践学习，总结出适合当代中国国情的企业管理理论

职务目标：外企企业商务助理

潜力目标：具备在经济领域从事具体法律工作的理论基础，透过实习具有必须的. 实践经验；接触了解涉外商务活动；英语应用潜力具备权威资格认证；有必须的科研潜力，发表5篇以上论文。

经济目标：在校期间兼职，年收入1万元；商务助理年薪5万

2□

学历目标：透过注册会计师考试

职务目标：外资企业部门经理

潜力目标：熟练处理本职务工作，工作业绩在同级同事中居于突出地位；熟悉外资企业运作机制及企业文化，能与公司上层进行无阻碍地沟通。

经济目标：年薪10万

3□

学历目标：攻读并取得博士学位

职务目标：著名外资企业高级管理人员，大学的外聘讲师

潜力目标：科研潜力突出，在国外权威刊物发表论文；构成自己的管理理念，有很高的演讲水平，具备组织、领导一个团队的潜力；与公司决策层有直接流畅的沟通；具备应付突发事件的心理素质和潜力；有广泛的社交范围，在业界有必须的知名度。

经济目标：年薪25万

我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。

只要自己尽心尽力，潜力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（收入目标）我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

为了家庭牺牲职业目标的实现，我认为是能够理解的。在28岁之前必须要有自己的家庭。

差距：

- 1、跨国企业先进的管理理念和丰富的管理经验；
- 2、作为高级职业经理人所必备的技能、创新潜力；
- 3、快速适应潜力欠缺；
- 4、身体适应潜力有差距。
- 5、社交圈太窄。

缩小差距的方法：

1. 教育培训方法

(1) 充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，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。时间：7月以前。

(2) 充分利用公司给员工带来的培训机会，争取更多的培训机会。时间：长期

(3) 攻读管理学博士学位。时间：五年以内

2. 讨论交流方法

(1) 在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选取和其中某些人经常进行交流。

(2) 在工作中用心与直接上司沟通、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。

3. 实践锻炼方法

(1) 锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2) 养成良好的锻炼、饮食、生活习惯。每一天保证睡眠6—8小时，每周锻炼三次以上。

(3) 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，不论身份贵贱和亲疏程度。

本人对于职业生涯规划的看法：

1、职业规划肯定要有，但是我觉得职业规划不可能此刻就定下来，周围的环境随时在变，而且自己随着不断的成熟和接触不同的东西，也会变。我以前想当官，之后想当外企白领，此刻想创业，所以我觉得这个很难就定下来，更何况是在校大学生，没有任何社会阅历，谈这个就似乎有点纸上谈兵。

2、但是，虽然可能没有成型的职业规划，但是我觉得每个阶段的前进方向和短期目标要有，比如这段时间我要练好英语听力到什么水平，我要朝着什么方向努力，没有努力的方向和短期的目标，那容易虚度光阴。

3、如果我是学生，我可能想听一些别人成功的案例，和为什么别人能取得成功，虽然每个人走的路不同，但是我想有些成功的共同点是相同的，那我作为一个学生，就能够从中学到一辈子受益的美德和优点。

个人职业生涯规划书x篇四

“凡事预则立，不预则废”，青春易逝，人生短暂，人不能停留在等待与迷茫中，特别是我们这些有理想的21世纪的青年们，一定要趁我们年轻，来规划我们的人生。我们每个人的心中都有一个梦，我们要为梦而战，特别是在就业压力巨大的今天，好好规划我们的未来，有目标有计划地实现心中的梦!高中生职业规划，就是对我们心中那个蓝图的描绘，当下进行职业规划，就是给我们的梦想插上结实的翅膀。因此，我要好好规划自己未来的路!

专业：家居设计

座右铭：我的未来不是梦!

我从小就有很多的梦想，到现在才意识到，这些所谓的“梦想”，都只是种遥不可及的奢望!想当官，因为看到国家要员是多么地风光;想成为百万富翁，就像李嘉诚那样;希望自己能变得巨人般强大，那样才可以不受他人的欺负!而今自己面临的是职业的选择，是实现自己愿望起跑点。

1、性格品质：自信心强，能吃苦;具有一颗善良的心，待人真诚。

2、个人素质：兴趣广泛，适应性较强。

2、优势：从小生活很好，，这是我最宝贵的财富。认识的朋友较多，在以后的求职或创业道路上，这都是很好的资源。

3、劣势：工作经验很少。

4、优点：乐观，开朗，大胆，创新，有责任感。

5、缺点：做事不够细心，做决定时优柔寡断，惰性较大。

总体上：学好英语和计算机。现在已经是二十一世纪，不懂计算机，不懂英语，就是当今的文盲。世界在飞速发展，中国已进入高科技年代，而计算机，囊括了整个科技的基础。英语作为迈向世界的钥匙，更要学好它，唯有如此，才可在社会上立足。

一年级：

了解高中生活，了解专业知识，了解专业前景，了解应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。学习好语文数学英语等基础课程，同时学好3d,构成、动漫基础课程。

二年级：

利用时间，考取跟自己专业有关的证书。尽量脱离对父母的依赖，做到自己的问题自己解决，从洗衣、家务开始，锻炼自己的能力，提前接触社会，了解社会。提高自己的动手能力。

个人职业生涯规划书x篇五

以前，怀揣着梦想，充满着希冀，来到了莆田，来到了莆田学院这个大学，在大一的第一个学期，在枯燥乏味生活中，突然感觉自己失去了以前为之坚持的很多东西，尤其是梦想。看着身边的同学们也这样平凡懒散的生活，使得自己也开始要习惯了这种缺乏营养的日子。但是，在大一时学校给我们开了职业生涯规划这一课程，我才一点点的开始改变自己的想法，我开始明白，我只有活的和别人不一样，尽早规划自己才能去完成既定目标，以前的梦想，于是，我开始向那些优秀的学长们学习，开始规划自己的职业生涯，虽然在大一的时候我早对自己的职业生涯进行了一次规划，但是当时的我在各方面还不太很成熟，有些想法还是太单纯了，这天很高兴老师能够在给我们一次机会，让我们再次对自己了人生进行了更完美，更完整的规划。

关键词：职业生涯、自我分析、就业方向，规划调整，职业取向分析

我已经是大三的学生了，虽然大四的师兄、师姐们那么经验老道且成熟，但也不像大一的新生那样应对一切都是那么新鲜、陌生、好奇、茫然。至少对于这个学校的生活，学习各方面我已经有所了解，对自己学习的专业课程也有了进一步的认识和了解，那么就不能像大一大二时一样，我要有规律地过好以后的两年多大学生活。我十分重视与别人的关系，并善于给他人实际关怀，待人友好并有很强的职责心。对于批评和漠视十分敏感，但是我会经常反省自己。能很好地适应生活，有良好的习惯。不吸烟、不赌博，喜欢安静、和谐、稳定的环境，比较随何。瞬间记忆力不是很好，对于烦恼很容易忘记，不会去想太多没用的东西。

可能的盲点：过分在意别人的情感想法和对我的评价，期望得到别人的表扬，担心被忽视。为了保护和睦的人际关系，通常采蓉避或沉默的方式。

- 1、兴趣爱好：听音乐，散步，喜欢盆栽植物但没有行动，以前喜欢打篮球，此刻没什么机会打。
- 2、优势：善于学习别人的优点，然后自我反省，
- 3、劣势：家在农村，没什么后台。见识较少，工作经验生活经历少，各类荣誉证书获得也很少，不善于表达，说话潜力差，不够勇敢，怕这怕那的。
- 4、优点：从小养成吃苦耐劳的精神，做事细心，对待每一件事情都会先准备妥当不马虎。
- 5、缺点：做事情缺乏胆量，不够自信，口才和演讲潜力较低。比较内向，不够激情，比较被动。

所谓江山易改，本性难移。但是只要有恒心，凭借那份用心向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来。把握每次机会，勇于说出自己的想法，敢于尝试。尽可能多地阅读书籍，提升自身的修养，培养心态和内涵。必须要坚持写日记，启迪思想和智慧。多跟有思想的人交谈，向他们学习，时刻训练自己的口才和说话潜力。

1、社会环境：如今我们这一代生活压力越来越大，房价肯定是越来越高的，生活在基层的百姓越来越艰难，像我们这一代，谁都不愿意在家乡种田，大家都出来大城市工作，都期望能在城市生活，全国有56%的是农村人口，城市的土地有限，农村的劳动力大多在城市，造成农村土地的浪费，像我家乡的很多土地都丢荒了。此刻的毕业生大多是有数量没质量，想创业的人也很多，谁都不愿意总是帮别人打工，在城市竞争会越来越大，发展很快，很多东西新不了几年就淘汰了，城市的生活很精彩，那都是有钱人的世界。做生意就要去赚有钱人的钱。返朴归真是每个人心灵深处的感动和渴望，正如千年来古人所叹“久在樊篱里，复得返自然”。

2、家庭环境：在乡下，农村家庭，家中有六名成员。经济环境处于中下等水平，父母的对我的要求很高，但我的家人都很理解我，在各方面不会过分的给予我压力，通常状况都不干涉我的选取。和姐姐的相处也很融洽，家族中有很多堂兄弟姐妹。

父亲：目前，要多锻炼自己的潜力，让自己成为同龄人中的强者，以后过上好日子。母亲：好好照顾身体，不要逼自己太紧，不要有太大的压力，要好好学习。同学：期望我变得开朗，提高胆量，多说话。朋友：期望我过得快乐一点，有空都出了聚聚餐。

其他：多沟通感情，多交流，期望我快点 and 旁边的人打成一片。

毕业后可到技术学校、研究单位、生产企业、管理部门，从事相关领域的教学、科研、设计、生产、应用、经营、管理以及质量检测与技术监督等工作。

及技术监督检查部门的需要。随着目前电子科学，嵌入式技术，新型传感器技术的不断发展，测控技术与仪器的就业前景一片大好。

1、在工作中的优势

2、在工作中的劣势

没有得到表扬和欣赏的时候可能会变得失望、泄气可能由于情感方面的负担而疲惫不堪，情绪受影响说话不经思考，有的时候优柔寡断在比自己出色的人面前，容易感到自卑，不自信，感觉低人一等不敢在公众前表达自己的意见和看法。

1、我的理想：毕业后找一份好稳定的工作，等有足够的资本和潜力后在自己出来创业，再之后在成家过上幸福的日子，一家人和和睦睦永远在一齐，过一种与世无争的生活。

2、近期8年内的目标

20xx年顺利让自己毕业，毕业后，利用这半年多的时间里，努力工作，不断的尝试，初步找到适宜自身发展的工作环境、岗位。

用3年的时间勤奋苦干，努力打拼，贮备资金，积累经验，同时了解市场行情，找到以后发展的方向，并且努力在这方面多学习经验，掌握流程，多积累人脉。正式拥有自己的经营和生意路，结束打工生涯。

世事难料，职业生涯规划是一个动态的过程，务必根据实际结果和状况，因变化进行及时的评估与修正。

1、评估的资料：职业目标评估：假如一向没有到达我的规划目标，那么我将按实际状况作出改变，或另制定计划和目标。

实施策略评估：如果不能把计划坚持下来时，我就改变行动策略或找身边的人帮忙，指点。

其它因素评估：随时了解状况，当问题出现时，作出适当的选取。

2、规划调整的原则：要按照自己的实际状况，针对出现问题的方面进行调整，避免主观或者没有目的的随意调整原先的计划。要争取别人的意见和看法。

过。有句话说，天空不留下鸟的痕迹，但我已经飞过。这些努力，绝对不会白费，只要有信心，只要够坚定，只要不放弃，我想我的梦想会照进现实，我会走到梦想的彼岸。

个人职业生涯规划设计

个人职业生涯规划范文

个人职业生涯规划书x篇六

“人为何来到这个世上，又是为什么而活”有时人们会有这个疑问，就我个人认为我们为什么来到这个世上这无关紧要，重要的是我们已经来到了世上，我们要怎样生活，要为什么而活着。

我们都一样赤裸裸的来到世上，但每一个人的生活却不一样。有的人平平庸庸的度过了一生，什么事都没完成，感觉生活了无情趣。有的人则正好相反，他们觉得生活很有趣。之所以有那么大的区别是应为积极的人会制定自己奋斗目标，在不断的奋斗中体验生活的意义，所以他的生活是快乐的。而没有目标的人就会迷失自己，浑浑噩噩的度过一生。因此，

人生最重要的不是你所在的位置，而是你所朝的方向，重要的是下一步迈向哪里，这就要求我们制定自己的目标，规划自己的未来。

(一) 我是谁?

现在的我只不过是一个普通的大学生，暂时没有什么伟大的贡献。有的只是一颗热枕的心，一个美好的理想。我不知道自己未来会是什么样子的，但我有自己的目标，我相信自己的生活至少是充实的，我也许是平凡的，但我希望是快乐的。

这就是我。

(二) 我的理想是

每个人都会有自己的理想，我也不例外。但我的理想很简单，就是做一名优秀的工程师。希望能用所学到的知识为自己的祖国发展贡献自己的一分力量。

(三) 自我简介

(1) 个人概况

姓名：罗xx 性别：男

民族：汉 籍贯□xx县

身高□158cm 健康状况：良好

学历：本科 政治面貌：团员

就读学校□xx工学院 专业：土木工程

(2) 其它实践情况

曾多次去小学参加有关的支教活动。

曾多次参加志愿者活动：如xx市老人xx园志愿服务活动、校园保洁、图书馆保洁等

(3) 其他能力

通过全国计算机一级考试并获证书

(四) 我记忆中曾经

从懂事到现在我们度过了十几年，其间我们经历了很多，也体验到了很多事。其中最令我难忘的还是军训时的那段时间。

想想这些年，我们有很多想做但却没有去做的事情，因为没有把他们当作目标，也就缺少军训时的那份毅，就只能甘于放弃。人生的路程总不会一帆风顺，即使是聪明绝顶的爱迪生也会有失败的时候。只要我们拿出那份毅力与自信，即使失败了那也是值得的。

(一) 职业兴趣：

1. 通过兴趣岛小游戏我学习了职业兴趣探索的一些基本原理，职业兴趣和工作环境可以分为实用型、研究型、艺术型、社会型、企业型和事务型六种。当职业兴趣与工作环境相符合是，职业满意度、幸福感和控制感都会增强，这样不仅有利于个人的发展还有利于组织的成就。根据职业兴趣测评的结果，我的职业兴趣如下：

自我评估的结果：crs

c(常规型)：常常被认为是实用的、顺从的、友善的和保守的；喜欢结构性和条理性强的工作，例如分类、处理数字和文字等
r(现实型)：指有非社交的、物质的、遵守规则的、实

际的、安定的、缺乏洞察力的、感情不丰富的、不善与人交往的特征。：指有助人的、易于合作的、社交的、有洞察力的、责任感强的、重友谊的、有说服力的，比较关心社会问题等特征。

可能适合的职业：物理实验人员、建筑设计师、结构设计师、飞机检修工、机械操作工、列车员、施工员、工程监理等。

(二)职业能力：

通过兴趣岛小游戏我学到了职业能力探索的一些基本原理，职业能力与职业兴趣一样可以实用、研究、艺术、社会、企业和事务六种类型，在不同类型的工作环境中需要不同类型的职业能力，根据职业能力测评的结果，我的职业能力如下：

1. 职业测评的结果

i(研究型)：喜欢从事智力活动和抽象推理等工作。通过观察、科学分析而进行的系统性的创造活动
r(现实型)：、按一定需要进行明确的、具程序要求的技术性、技能性工作。
：从事更多时间与人打交道的说服、教育和治疗工作。

可能适合的工作：物理实验人员，建筑设计师、结构工程师、飞机检修工、机械操作工、列车员、律师、营业员、供销员。

(三)职业价值观：

职业价值观因人而异，每个人都有自己的职业价值观，它也决定了一个人以后选择怎么样的工作，通过测试，以下是我的职业价值观：

1. 职业价值观测评结果：

智力刺激：就是指工作的目的和价值，在于不断进行智力的

操作，动脑思考，学习以及探索新事物，解决新问题。

(四)个人特性:

1 李白曾言“天生我材必有用”。在这社会中我们是无可代替的，性格也如此，我们都有自己独特的性格。就我对自己的了解，我是一个诚实守信的人。在答应别人的事我会及时的去做好，在与人约好的时间里我会提前一点时间到达。我做事有自己的原则和立场。自己认定了的事情，我就会去做。在有人需要帮助的时候，我都会尽自己的能力去帮助他们。对别人的缺点我也会帮他指出。但我不喜欢那些弄虚作假的人。我喜欢挑战尝试不同的事物，希望自己能不断地进步。所以对校内校外的活动我都积极地参与。而不足的是我有时太冲动。我时刻都在提醒自己希望能有所改进。

2 我的思考分析

人无完人，我们都有自己的优点与缺点。古人云“择善而从之”。对于自己的优点应该去发展，有缺点就去更改，从中学习他人的长处。在于他人交往时不光只看到别人的不足，更应看到他们的优点。因为只有相互的体谅才能不断地提高。

(五)360度评估:

除测评外，采用360度评估的方法，收集周围的人对自己的通用能力的评价可以全面、客观地了解有关自己优缺点、能力信息。使用优赛生涯在线提供的360度评估辅助工具，我对自己的通用能力进行了更深入的探索。

自我评价

乐于助人、诚实守信，工作认真、积极主动，喜欢挑战新鲜事物

不够成熟稳重

有时候较沉默

缺乏耐心

家人评价

独立、自主，不与他人攀比 关心家人

有时候很倔强

有时候很冲动

老师评价

做事积极、认真， 思路清晰、知识面较广学习主动

对于不喜欢的科目缺乏钻研精神 、 课上较沉默、喜欢自己解决问题

亲密朋友评价

值得信赖、善解人意

善于总结自己

性格直率，豪爽

有时太过自信

原则性太强

同学评价

开朗，热心

积极参加各项活动

有时做事耐心不够

过于追求完美

其他社会关系评价

知识面广泛、细致，耐心

遇到临时变故能较好的处理

做事时过于专心，忽略周围事物、有时会高谈阔论；

(一)家庭情况分析

经济分析：我来自偏远的山区，家里经济情况比较困难，父母亲都是农民，家里的收入主要靠父亲到处去打工。现在我还不能自己赚钱，我哥哥和妹妹他们也是去打工收入都甚少，所以家里的经济还是比较困难的。

家人期望：父母最大的希望是我能有一个好的专业，能在毕业之后找到一份好的工作，过上好的生活，不用像他们一样一生为生活奔波、劳累。

家庭文化：我在祖辈们都是农民的家庭里，父亲也就是高中毕业而已，他们没有多大的知识，但却教会了我很多做人的道理。他们朴实、热情，让我懂得了人穷志不穷的道理。

(二)学校分析

xx工学院是一所以工科为主、理、管、文、经、法、教育等学科门类协调发展的多科性高等院校，并形成了从本科生教

育到研究生教育、继续教育、高等职业技术教育和留学生教育等多层次、多类型的完整的人才培养格局。其中土木建筑工程系是广西工学院最早建立的系部之一，开设有“结构工程”专业硕士点及土木工程、交通土建、建筑学(五年制)、工程管理4个本科专业。

(三) 职业环境分析

就像我们看到身边的高楼大厦正在不断地拔地而起、一条条宽阔平坦的大道向四面八方不断延伸一样，土木建筑行业对工程技术人才的需求也随之不断增长。20xx年进入各个人才市场招聘工程技术人员的企业共涉及到100多个行业，其中在很多城市的人才市场上，房屋和土木工程建筑业的人才需求量已经跃居第一位。随着经济发展和路网改造、城市基础设施建设工作的不断深入，土建工程技术人员在当前和今后一段时期内需求量还将不断上升。再加上路桥和城市基础设施的更新换代，只要人才市场上没有出现过度饱和的状况，可以说土木工程技术人才一直有着不错的就业前景。

各种勘察设计院对工程设计人员的需求近年来持续增长，城市规划作为一种新兴职业，随着城市建设的不断深入，也需要更多的现代化设计规划人才。随着咨询业的兴起，工程预决算等建筑行业的咨询服务人员也成为土建业内新的就业增长点。

十一五规划全国路网10万公里，许多大中城市兴起修建地铁交通，这些轨道建筑都需要大量技术人员来检测和维修。

(一) 对第二、三部分主要内容进行swot分析与归纳

内部环境因素

s (优势)

1、评测结果匹配职业：企业型、现实型、对工地施工较为熟悉。

2、学生工作、社会实践等培训经历。

3、对当前就业形势及就业市场有一定了解。

w(弱势)

1、缺乏耐心、勇气

2、自我观点较强

3、做事过于专心，忽略周围事物。

外部环境因素

o(机会)

1、当今社会技术人员多。

2、社会实践经验较高，值得信赖。

3、从长远看前景较好。

t(挑战)

1、就业竞争对手云集：专业毕业生、行业精英。

2、工作内容决定了对专业技术要求较高。

3、控制自己情绪和欲望

(二) 我的职业规划

第一阶段

大学期间：完成学业，并进行英语计算机再学习，拿到学位证以及英语等级证书，并争取学习其他至少一门技能。

第二阶段

毕业后三年：从事本专业工作，期间积累工作经验，增长社会见识，了解社会需求。

(一) 短期计划

时间□20xx年——20xx年

目标：完成学业，取得学位证，积累各种经验。

计划内容：(1)学好本专业知识，注重技巧及知识的应用，有空再去学习其他非本专业的知识。

(2)提高综合素质，积累实践经验，学会就业心理调节，保持自信和主动。

(3)确定主攻方向。

策略：(1)考英语四级，计算机二级，提高全面知识。

(2)参加各种面试和实习，从而积累社会经验和工作经验。

(二) 中期计划

时间□20xx年——20xx年

目标：找到一份适合自己的工作，积累工作经验，并且不断学习专业知识，准备考结构工程师，完善自我。

计划内容：(1) 找一个有实力的团队，一起工作，适应工作环境，熟悉专业的范畴。

(2) 积极参加各种专业培训，积累经验。岗位提升。继续掌握专业的各种技能，完全明确主攻方向。

策略：(1) 参加各种必要的培训。

(2) 阅读各种有关专业方面的书本。

(3) 继续提升自己的全面素质，特别是人际交流的能力。

(三) 长期计划

时间□20xx年——20xx年

目标：有知名度的结构设计工程师

计划内容：(1) 留意专业的走向，了解专业的走向。

(2) 提升职业技能并加以完善。

策略：(1) 工作之余阅读有用的书籍。

(2) 自身素养的提高。

(3) 继续提高人际交流的能力。

计划只是给我们指定了一个前进的方向，具体的路还得自己来走。社会时刻在变，我们要适应这个社会就要时刻关注社会的发展，跟上时代的变化。所以在计划实行的期间我们要进行适当的调整，实现自己的梦想，实现自我。

(2) 考虑方面：企业环境、市场环境、个人因素。

(3)个人因素：以此为提供培训、继续教育等机会、以长远职业为出发点、个人兴趣与工作的结合点、家人意愿等。

个人职业生涯规划书x篇七

学号□XXXXXXXXXXXX

20xx年x月xx日

序言

我一直处在迷茫之中，现实来的太快，在我还没有准备好的时候，大学校园已经向我敞开了大门，迎接我的.到来！迷茫的大一啊，我像一个迷路的小孩不知所措，我应该做些什么？我可以做些什么？我该怎么做？我的未来在哪里？这一切的一切都在等着我去完成！

仿佛在一夜之间我意识到了，自己已经不再是个孩子了，未来的一切都需要自己去规划，去实现！戴高乐曾说过：“眼睛所看到的地方就是你会到达的地方。而我将要好好的利用大学这个平台，让自己看的更远，从而走的更远！我相信，我努力，我可以！

未来，你就等着我吧！我一定会活出我自己的精彩！！

个人资料

性别：女

个人职业生涯规划书x篇八

转眼之间大一第一个学期只剩下短短的半个月，如今知识经济迅猛增长源源不断，人才竞争日趋激烈，我不由考虑起自己的前程：在机遇与挑战面前，作为一个学习医学的大学生，

我将如何面对?俗话说，欲行千里，先立其志。因此，我首先要把自己今后学习生活以及工作目标大致计划一下，让多一份力量鞭策我、激励我在未知多变的人生旅途中稳健前行。

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。

我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，尊师守纪，刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，全面发展。我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉。救死扶伤，不辞艰辛，执著追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生。”

不少人都曾经这样问过自己：“人生之路到底该如何去走?”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释;人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。仙桃学院是一个大的百花园，我只是百花园里一棵不起眼的小草，可小小草有一个大大的理想，就让我在这里畅想一下自己的职业生涯!

作为医学生的我，又如何走好自己的下一步呢?只有认真规划，仔细执行，下一步才有精彩可言。

一位智者这样说过：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己

的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

随着社会经济的不断变化，在机遇与挑战面前，作为一个学习医学的大学生，我将如何面对？俗话说，欲行千里，先立其志。因此，我首先要把自己今后学习生活以及工作目标大致计划一下，让多一份力量鞭策我、激励我在未知多变的人生旅途中稳健前行。

一个好的计划能给我们带来动力，当我们还在徘徊不知道我们将来要做什么的时候，那就像是一个没有指南针的船在浩瀚无边的海洋中航行一样，只会不停地在同一个地方犹豫不决。所以我们应该对自己的将来有个计划，就像在我们人生的道路上点亮一盏指路灯一样，让我们的人生更加精彩。尤其是在当今社会中，竞争如此之激烈，怎样在这样的社会中发挥自己的优势，能在社会中立于不败之地呢？罗素说过，选择职业，就是选择未来的自己。是的，就是规划，这就是我们领先于其他竞争者的最佳选择。

个人职业生涯规划书x篇九

职业规划者姓名：***学号：

院系及专业：

前言：

生活是需要自己创造把握的，幸福也要靠自己争取。每个人都有自己的路要走，也都有他的选择权利。正因为这样才有了丰富多彩的世界。人生匆匆，我们应该作到的是努力过好每一天，让自己的生活充实。而明确的人生目标就好比一面指引人前进的旗帜，有了它才有我们前进的方向，才会拥有奋斗的目的地。对自己说“一分耕耘，一分收获”，天道酬

勤，我会努力的！

个人职业规划书

一、自我盘点

1、个人兴趣爱好

业余爱好：听音乐、上网、看书

弱势盘点：家里经济不是很好、自己身高不够

个人优点：心态良好、心地善良、做事踏实谨慎、遇事比较理智

个人缺点：做事缺乏恒心、不够大胆、事业心不强

生活中成功经验盘点：成功竞选为学生会部长、成功入选管委记者

生活中失败教训：不好好学习，导致成绩下降

二、职业取向分析测试

1. 霍兰德博士测试你的个性

2. 职业能力倾向

适合职业：社会服务助理人员

3. 创业能力测评

4. 创造能力倾向测试：冒险性22好奇心26想象力26挑战性

5. 成就动机测试：23成就动机中

6. 交际能力:

7. 性格: 62外倾、内倾混合型性格

8. 气质

胆汁质-1多血质7黏液质11抑郁质

9. 职业价值观取向

(1) 科学型111 (2) 实用型79 (3) 社会型

(4) 政治型90 (5) 信仰型89 (6) 审美型

10. 艾森克情绪稳定性测验

自卑感14抑郁性14焦虑7强迫症16依赖性17疑心病观念9负罪感

我心目中的理想职业: 文员、作家、编辑、会计

三、未来职业规划

(一) 确定职业通路

职业目标方向: 文字类型工作

主要职业领域: 金融经济

培训和准备: 在校期间学好韩语、工作时拿到驾照、考取教师资格证书、参加韩语等级考试。

(二) 短期目标: 在校期间目标规划

大学生活匆匆而过, 我还有两年的大学生活可把握。在这两

年的时间里，我必须好好把握自己，为了自己毕业后能够顺利实现自己的人生目标。

学习方面：

学生以学为本所以我首先应该把握的是自己的学习。由于自己选择了不喜欢的'专业，所以一直都在失望中度过。但是既然没有退路可选择，那我必须接受现实。东西学多点总是有好处的所以不管怎样我还是要好好学好自己的专业知识。同时我很希望去韩国，所以我也会利用业余时间学习韩语。

思想政治方面：我现在是一名预备党员，在余下的两年里我会争取转为正式党员。

工作提升：我曾经在学生会做过部长，虽然现在已经退下。但是我又接手了班级团支书，我会利用这个机会好好锻炼自己。提高自己的工作能力，处理好人际关系。

在校期间的其他打算：过英语六级、拿到计算机二级证书、拿到教师资格证书

（三）未来人生总规划

人的一生有时很长但有时感觉是那么短暂，我觉得在这里规划好自己的一生未免太不实际，漫长的人生多变故。所以我只是想规划下我近十年的人生目标。

在校生活，努力学习的同时争取提高自己的综合素质，为毕业就业做好准备。努力锻炼好身体！

做好自己的第一份工作，努力工作挣钱为自己出国作好准备。同时也要不断学习来提升自己，并且要学好韩语。

能够到韩国发展两年，那毕竟是自己喜欢的国家。自己会出

去在那里努力立足，在那里好好工作。

回国找到一份自己比较满意的工作，找到一段美好的感情，一个理想的伴侣。然后结婚能够组建一个幸福美满的家庭过平凡快乐的生活。我始终信奉的是平平淡淡才是真，简简单单才是福！