

# 2023年旅游管理大学生涯规划 大学生职业生涯规划(通用6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

## 旅游管理大学生涯规划篇一

**摘要：**职业生涯规划教育在西方已经历经百年历史，但在国内高校推行仍处于起步阶段，尚存在教育意识薄弱、缺乏系统性、服务机构不完善等问题。基于此，提出职业生涯规划教育应转变观念，健全各项保障机制；完善职业生涯规划教育体系；建立咨询指导机构，完善服务体系等措施。

**关键词：**大学生；职业生涯规划教育；对策

我国正处于从人口大国向人力资源大国迈进的关键阶段，在这一过程中，高校的人才培养是实现这一目标的重要途径。在社会人才竞争日趋激烈、就业压力增大的时期，系统化、体系化职业生涯规划教育对提升人才培养质量、保障人力资源合理流动，起着不可或缺的作用。20xx年，在教育部下发《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》（教高厅[20xx]7号）文件后，各高校相继系统地开展了职业生涯规划教育的教学及系列实践活动，并不断探索教育改革路径及教育教学模式，在普及规划理念、提升大学生就业能力方面发挥了积极作用。然而，职业生涯规划教育在西方已经历经百年历史，但在国内高校推行仍处于起步阶段，尚存在教育意识薄弱，缺乏系统性，服务机构不完善等问题。基于此，本文提出职业生涯规划教育应转变观念，健全各项保障机制；完善职业生涯规划教育体系；建立咨询指导机构，完善服务

体系。

### 1. 职业生涯规划教育是社会和谐稳定的保障因素

百年大计，教育为本。高等教育承担着为社会培养社会意义合格建设者和可靠接班人的历史使命。大学生职业生涯规划教育符合我国经济社会发展的需要，特别是建设和谐社会的客观需要。对于国家而言，在人力资源大国向人力资源强国转变的过程中，需要生涯规划教育来促进每个个体的进步，使个体自身价值的实现与社会的和谐发展相一致，通过个体的进步推动整个社会的进步。社会主义和谐社会的内涵需要人尽其能、尽其责，大学生职业生涯规划能有效地分配社会人力资源，倡导人尽其才，使青年理性地评价自己，正确定位，提高就业市场配置的成功率，促进大学生和谐就业，获得自身的可持续发展，使社会更加稳定和有序。

### 2. 生涯规划教育可以塑造学校的办学品牌，实现学校的办学愿景

高校的任务是为社会培养合格人才，教育教学质量是高校的生命线。在就业形势越来越严峻的形势下，就业成为衡量高校办学水平的重要标尺，这种考验不仅体现在就业率，也体现在毕业生的职业发展方面，体现在社会对毕业生的综合评价。而职业生涯规划教育是提升学生内在素养，构建学生核心素质，体现学校人才培养质量的重要手段。

### 3. 开展大学生职业生涯规划提升高校的就业水平

开展大学生职业生涯规划教育可以有效培养学生正确的职业价值观、健康的择业心态，使学生实现客观的自我认知，理性看待自身潜能，确立人生方向，引导大学生适应社会和企业的需要，努力实现职业生涯的可持续发展，从而有效地促进大学生就业及高校的就业工作。此外，有效的职业生涯规划教育还可以丰富高校就业指导的理论与实践体系。就业指

导是一项实践性很强的工作，它需要更多科学理论的指导，积极有效开展大学生职业生涯规划教育是提升就业指导科学化、系统化的有效手段，它可以在指导学生的过程中积累新的实践和理论经验，从而更好地服务于教学。

### 1. 高校职业生涯规划教育意识薄弱

当前，就业难已经成为高校面临的一个重要难题。为了达到和追求高的就业率，各高校采取多种措施，想尽办法提升就业率。在一味关注就业率的同时，部分高校并不关注大学生就业的质量和学生的职业需求，这就出现了一种学生不适应社会、企业的需求而频繁跳槽的现象。甚至出现部分学生因迫于一些压力而盲目签订就业合同后毁约的不正常现象，这说明高校在职业生涯规划教育方面的缺失。许多高校没有充分认识到职业生涯规划教育关乎大学生的素质教育成效和人才培养质量及就业质量的高低，没有把大学生职业生涯规划教育放在一定的高度去思考和落实，从而造成了高校无论在教育硬件设施上还是软件的配备上都较为不足。也有高校认为这种课程的教育可有可无，即使部分高校用心地做了也会由于多种原因使这种教育流于形式，并没有起到其应有的效果。

### 2. 大学生职业生涯规划教育缺乏系统性

理论与实践相脱节。现阶段，高校的就业指导在一定程度上有重理论研究轻实践操作的倾向。职业生涯规划方面，过分依赖国外的已有理论，没有结合本国国情进行特色的创新与改进，职业指导的研究缺乏深度和广度。课程设置不规范，内容零散，教育形式单一，同时，职业辅导随意性大，缺乏专业有效的后续跟踪管理。

### 3. 大学生职业生涯规划服务机构不完善

职业生涯规划理念缺失，部分高校视职业生涯规划教育为短

期行为，在教育内容及形式方面过于功利化。机构缺失，缺乏本土化、科学规范的职业测试工具。职业生涯规划的专业咨询机构在国内高校也并不多见，学生遇到政策咨询、心理辅导、职业道路选择等方面的问题时，没有通畅的交流沟通渠道[1]。缺乏大学生职业生涯规划实践平台的构建。目前大学生缺乏有效的实践经历成为应聘失败的主要因素，因没有专业的实践经历，学生在校期间甚是迷茫，不清楚市场的需求，不知道理论的用处，更不了解自身职业素养、专业知识与岗位需求是否匹配，毕业找工作时手足无措，不是盲目就业就是盲目跳槽，这对学生自身及企业长远发展很是不利。

### 1. 转变观念，建立大学生职业生涯规划教育的保障机制

一是细化全程化教育。我国的职业生涯规划教育起步较晚，课程多在大学阶段才开设，所以更应提倡教学和指导的全过程，建立全员参与、全程导航、全方位渗透的完整科学的系统教育体系。一年级为大学生职业规划的探索期，重在适应生活，进行初步的职业规划。二年级为大学生职业规划的定向期，重在方向决策，引导学生在就业、升学及创业领域进行初步定位。三年级注重提升专业知识的运用及职业素养的强化和提升，重在进行职业适应，落实职业规划。四年级为大学生职业规划的差异化期，重在反馈职业认知，确立职业选择。高校要结合本校学生的实际情况，选择适合本校学生的教材或自编教材。二是要加大对学生的职业生涯规划教育后续管理力度，定期对学生的规划情况进行督查和指导，促使学生付诸于实际行动并认真评估，针对学生存在的生涯问题及时进行解疑答惑。

### 3. 建立咨询指导机构，完善服务体系

一是打造咨询平台。在个性化指导方面，可以建立大学生职业咨询室，就大学生就业等职业方面问题，进行个别咨询。其内容包括自我测评、职业信息、就业政策、择业心理、求职技巧等各个方面，对不同学生的特殊问题进行探讨、协商

和建议，对于共性化方面，要针对共性问题通过团体辅导、团体活动等体验式方式进行。二是推进职业测评的专业化。职业测评具有预测、诊断、探测和评估等功效，不仅可以帮助学生了解其职业兴趣、职业能力、职业倾向性，还可以评定其个性特征和动机需求水平，并提供其潜力、不足及发展建议的指导[2]。通过测评结果，学生对自身会有一个清晰的认知，在完善自我方面会起到指导作用，同时，教师也可以根据学生的目前现状进行有针对性的引领、指导和咨询。三是构建大学生职业生涯规划社会实践平台。当前社会就业形势严峻，在学生参与社会实践的同时，我们不仅要积极引导了解当前的就业形势，使其树立正确的择业观念，还要坚持“走出去、请进来”的做法，广泛征集社会资源，积极为学生开辟和建立更多更好的实践基地，以密切学生与实践基地的联系，从而使实践基地稳定化、长期化[3]。学生根据自身职业目标岗位参加职场体验和实践，能够培养其职业意识与素养，缩短其在社会的适应期，更好地适应社会发展的需要。

## 旅游管理大学生涯规划篇二

职业生涯:是指一个人一生工作经历中所包括的一系列活动和行为。职业生涯规划分为个人职业生涯规划 and 组织的职业生涯规划，个人的职业生涯规划是指在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效规划,以实现个人发展的成就最大化为目的的而做出的行之有效的安排。

由此可见，大学生的职业选择不是个人面临就业时的某个单独事件，而是贯穿于整个教育的全过程。许多大学生在当初高考填报志愿时，混淆职业与专业的区别，选择专业时带有一定的盲目性，因此在学生在进入大学时，高校应该指导大学生树立正确的就业观，指导他们逐步完成对自己职业生涯的规划。但从现状来看，此项工作开展的并不容乐观，据一项对北京人文经济类综合性重点大学大学生的调查中显示，

大部分学生对自己将来的职业没有规划：对自己将来如何一步步晋升、发展没有设计的占62.2%；有设计的占32.8%，而其中有明确设计的仅占4.9%。在大学期间，大学生对自己的发展规划不明确，不能运用职业设计理论，规划未来的工作与人生发展方向，这种情况严重影响了学生对就业的提前准备和准确职业定位，甚至影响对工作的适应性。

作为一项系统工程，职业生涯规划虽受社会发展的需求的制约，但更多的是受大学生个人自身素质影响，因为职业生涯规划不是社会或学校强加个人身上的实施方案，而是当事人在内心动力的驱使下，结合社会职业的要求和社会发展利益，依据现实条件和机会所制定的个人化的实施方案。但由于我国长期受“包分配”思想的影响，高校对大学生的就业指导手段落后，更谈不上对大学生进行个性化的职业生涯规划和设计。随着社会形式、生活方式、就业方式、利益主体等方面的多样化，高校应建立相应的职业生涯规划咨询机构，按照职业生涯规划理论，从多方面对大学生将来的职业规划提供科学的指导。

## 二、职业生涯规划应成为高校就业指导工作的重要手段和核心内容

由于缺乏科学的指导，许多毕业生在择业的时候存在很强的盲目性、随机性和从众性。虽然许多学生在毕业前拥有许多“证书”，但却得不到用人单位的青睐，原因是用人单位认为应届毕业的大学生们只学到书本知识而没有掌握学习方法、实际解决问题的能力弱、缺乏团队精神、人际沟通能力和自我认识，而且对未来的发展盲目，没有规划。大学作为大学生职业生涯规划的第一站，高校生对他们的职业生涯规划如何规划呢？笔者认为可以考虑以下几个步骤：

- 1、评估自我。评估自我是为了更好的认识自我、了解自我。要通过科学认知的方法和手段，如借助于职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价等，对自己的职业兴趣、气质、

性格、能力等进行全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。评估自我时要客观、冷静，不能以点代面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。

2、正确进行职业分析。现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特性。职业区域可能是城市，也可能是农村，可能是经济发达的特区，也可能是经济一般或贫困落后地区。职业生涯规划设计时要考虑到职业区域的具体特点，比如该地区的特殊政策、环境特征；职业角色的发展与职业所在的行业的发展有着密切的关系，职业生涯规划时，不能仅看重单位的大小、名气，而要对该职业所在的行业现状和发展前景有比较深入的了解，比如人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等；不同的职业岗位对求业者的自身素质和能力有着不同的要求，在职业生涯规划时，除了解所需要的非职业素质要求外，还要了解所需要的职业素质要求，除了解所需要的一般能力外，还要了解所需要的特殊职业能力。

大二：要让大学生了解应具备的各种素质，鼓励学生通过参加各项活动，锻炼自己的各种能力，如鼓励学生参加兼职工作、社会实践活动，并要求具有坚持性，最好能在课余时间后长时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，如参与学生科研工作，提高自己的责任感、主动性和受挫能力；同时增强英语口语能力和计算机应用能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅修其他专业的知识充实自己；同时检验自己的知识技能，并要根据个人兴趣与能力修订个人职业生涯规划设计。

大三：由于临近毕业，在指导学生加强专业学习，准备考研的同时，要指导学生开始把目标锁定在提高求职技能上，培养学生独立创业能力。如高校可以通过大学生素质拓展活动来锻炼学生的独立解决问题的能力 and 创造性；鼓励学生参加和专业有关的暑期实践工作；加强和已毕业的校友联系，交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信，加大了解搜集工作

信息的渠道等。

大四：是一个分化期，大部分学生对自己的出路应该都有了规划，这时可指导学生对前三年的准备做一个总结：首先检验已确立的职业目标是否明确，前三年的准备是否已充分；然后，有针对性的对学生进行专项指导，除了常规的就业指导课，比如可以聘请人力资源方面的专业人士为学生介绍各行业人才要求，让学生接受择业技巧培训、组织参加招聘活动，让学生在实践中校验自己的积累和准备等。最后，指导学生充分利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人单位资料信息、强化求职技巧、进行模拟面试等训练，尽可能地让学生在做出较为充分准备的情况下进行施展演练。

在指导大学生进行职业生涯规划设计时，要充分发动各有效力量，如二级学院、辅导员等人员；同时要发挥学生宣传工作的有效阵地，如素质拓展实施中心，各类就业导报等，加强就业信息的交流。

职业生涯规划是一项长期的工程，大学阶段的规划只是一个起步，高校应把此项工作作为高校教育的核心内容和重要手段，在各职能部门的配合下，共同探索，以提升学生就业的科学性和实效性。

### **旅游管理大学生涯规划篇三**

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。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，我试着为自己做一份有用的职业规划书，将自己的未来好好的设计一下。有了目标，才会有动力。



我是一个大学生,最大的希望——成为有用之才,性格外向、开朗、活泼,业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天,还有上网。喜欢看小说、散文,尤其爱看杂志类的书籍,心中偶像是周恩来,平时与人友好相处群众基础较好,亲人、朋友、教师关爱,喜欢创新,动手能力较强做事认真、投入做事比较认真仔细,很喜欢从事会计方面的工作,有很强的学习愿望和能力。做事仔细认真、踏实,友善待人,勤于思考,考虑问题全面。但缺乏毅力、恒心,学习是“三天打渔,两天晒网”,以致一直不能成为尖子生,有时多愁善感,没有成大器的气质和个性。但身高上缺乏自信心,且害怕别人在背后评论自己。

所谓江山易改,本性难移,虽然恒心不够,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。

波兰语专业就业前景怎么样?

波兰语专业是一个冷门专业,但是就业率很高。

小语种的学名应该叫做“非通用语种”。目前,有6种语言是联合国通用工作语,即英语、汉语、法语、俄语、西班牙语、阿拉伯语,联合国的所有会议都有这些语言的口译,以及所有的官方文件,都打印或在网上出版这些语言的翻译版本。

但在我国高校招生领域内,大家习惯地把除英语外的外语类专业统称为“小语种”,其中也包括上述六种语言。

1、波兰语专业工资待遇:

截止到2000年12月24日,40420位波兰语专业毕业生的平均薪资为5355元,其中应届毕业生工资3173元,3-5年工资4698元,10年以上工资5698元,0-2年工资5439元,8-10年工资6624

元, 6-7年工资7000元。

## 2、波兰语专业同类专业排名:

波兰语专业在专业学科中属于文学类中的外国语言文学类, 其中外国语言文学类共55个专业, 波兰语专业在外国语言文学类专业中排名第18, 在整个文学大类中排名第53位。

在外国语言文学类专业中, 就业前景比较好的专业有: 英语, 翻译, 日语, 商务英语, 韩国语, 俄语, 德语, 法语, 西班牙语等。

职业生涯规划是一个动态的过程, 必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。

### 1、评估的内容:

职业目标评估(是否需要重新选择职业?) 假如本科毕业我没有进入外企, 那么我将先做一名教师和兼职的波兰语导游, 待生活稳定后继续向外企奋斗。

职业路径评估(是否需要调整发展方向?) 当出现自己得理想与现实有太大差异的时候, 我会根据自己得真正实力做适合得工作。

实施策略评估(是否需要改变行动策略?) 如果自己不适合翻译行业, 我就选择当一名教师。

其它因素评估(身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估) 如果中间家庭出现什么变故, 不排除我放弃学业找工作的情况。但成为翻译是我终的追求。

### 2、评估的时间:

一般情况下, 我定期(半年或一年)评估规划; 当出现特殊情况时, 我会随时评估并进行相应的调整。

### 3、规划调整的原则：

以自己的终目标为航向，努力向自己的理想航行。狂风暴雨我不怕，烈日暴晒难不倒我，目标只有一个——幸福的彼岸。

以上就是我对自己以后人生道路的一个规划，也许有很多人会质疑它，认为我想象的太简单。确实，英语是一个漫长的积累过程，不能期待一朝一夕就能取得什么辉煌的成绩。我相信，总有一天我会达到我的目标，拥有属于自己的一片天空和幸福。不管怎样我会向着自己的理想进发的[]begood,doright!

## 旅游管理大学生涯规划篇四

答：每一个新进入的员工都会进行一系列相关的培训，内容主要是对新来员工培训相关技能，让员工能够更好的将学校中所学到的知识更好的转化为想用的技能。除了部门自己组织的的学习以外，公司每年都会组织一些培训，让大家更好的了解当前行业的新动态。正式进入工作岗位后，要求每个人都有一定的技能，能够独立面对一些问题，在教学方面要求会比较。在深造方面，公司是比较支持大家进行更加高层的学习，公司所举行的每周一次的读书会就是一个很好的例子。

问：据您所知，从事这份工作的人在单位或同行业内的发展前景如何？

答：目前期教学行业现有的人员构成并不是非常合理，尽管做这个方面的人相当多，但是很缺少能够独当一面的人才，总的来说就是，高层人才比较欠缺，低层人员泛滥。所以，对于每一个想要在此行业有所发展的人来说，机遇和挑战是同时并存的。

三、访谈时间[]20xx年7月17日

访谈方式□qq采访访谈人：陈斌

被访谈人：某小学教师

被访谈人简介：陈斌，毕业于杭州师范大学，在大学毕业  
后参加上岗考，成为一名普通的人民教师，刚工作1年访谈内  
容：

问：您是如何找到这份工作的？答：参加上岗考。

问：您认为做好这份工作应具备哪些知识、技能和经验呢？

答：作为一个老师，教学基本功肯定要扎实，经验是可以在  
教学的过程中慢慢学习，最主要就是自己的态度要认真。

问：目前行业内要求从事这份工作的人应该具备什么样的教育和

培训背景？答：这个要求是因地方而异的，他们的要求肯定  
不同，有些地区

本科师范毕业能教高中，而有些地方只能叫初中，甚至是小  
学，作为一个新老师，上班前的新老师培训是不可缺少的。

问：行业内，单位对刚进入该领域工作的员工一般会提供培训  
吗？

都会进行哪些培训呢？答：一般学校都会进行一些培训，有  
一些比较权威或者资格比较老的老师去执行，作为一个老师，  
培训的内容肯定是和怎么样当好一位教师有关的，包括教师  
的一些人生观和价值观等等。

问：您觉得做好这份工作应有什么样的个人品质、性格、能  
力？

答：我觉得作为一个老师，必须要耐得住寂寞，只有这样你才能默默无闻的付出，教师不同于其他行业，这是几十年如一日的工作，每天都在重复着，所以你的人格耐力必须要很强。

#### 四、大学生职业生涯规划人物访谈总结

此次的大学生生涯人物访谈活动是我们对未来拟定职业生涯的一次探索性活动，更是学生对自我的设计，自我规划，自我成就的探索性活动。对于这次的生涯人物访谈颇有感触，现在我也说说自己的感受吧。

也上过学校开设的就业指导课程；也积极关注大学生就业现状和发展趋势；也十分清楚地了解如今就业形势的严峻……但总觉得“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。没有亲身的经历，就无法清楚地了解当今就业形势的真实状况，就只能让自己继续隔绝于社会之外。社会的复杂多样，变幻莫测，是在书本、网络和学校里无法感受和洞悉的到的。而且我学的是师范专业，如果没有对自己所向往的职业和该行业对从业人员的要求有一定的了解的话，在学校自己就不能更有针对性地去学习，以后找实习单位、找工作或者创业势必会使我措手不及、困难重重甚至一败涂地。下面就我参加此次活动所体悟到的一些感受和收获进行一下总结：

##### （一）要重视和精通自己的专业知识。

所以我们要充分利用在校学习时间不断夯实我们的专业基础知识和提高自己的专业技能，要肯去学、肯去钻、肯去精益求精。而且我们要勤动手，多多培养我们的动手能力，此外广泛涉猎各方面报刊书籍，关注行业动态，确定自己的研究方向，提高自己的综合业务素质和专业竞争实力等，不断拓展自己的优势和成功渠道。

##### （二）要学好英语。

面对全球化的今天，英语的重要是不言而喻的，你要学习国外先进的理论和技术，去国外留学等，英语就是必需品。成功的职业人给我们的建议是：要有更高的发展，那就学好英语吧。（三）要多学会做人的方法并多花一些心思经营自己的人际关系网络。

大学不仅是学习的乐园，更是育人的圣地。学会做人是我们大学生必修的一门课程。如今在校学习的我们，交际圈仅限于亲人、部分同学和少许的朋友等，非常狭窄，对自己今后生涯的顺利发展非常不利。所以，我们应该从现在起就更加重视培养自己的为人处世能力及经营并维护好自己的人脉资源。

## 旅游管理大学生涯规划篇五

在不断发展的社会环境里，科技进步、经济高速发展；高等教育也在快速发展，这些都增加了我们毕业后的竞争压力。我们面对这样严峻的'就业压力，毕业后如何找工作？又怎样才能找到适合自己的工作？这些都取决于大学期间自己有怎样的业规划，是否为自己的职业人生创造了一个良好的起点。

很多人进了社会之后，因为没有做好职业规划，让自己的生涯路越走越迷茫。在课上，老师以多样化、形象化、生动化的授课方式，一步一步引导我们制定大学生职业生涯规划。现在，我懂得了确立自身发展目标的重要性，并开始思考未来理想职业与所学专业的关系，尤其，在那次为自己制定职业规划的过程中，我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了一条职业生涯。设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。

确定一个人的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的成功。

大一的时候做的职业生涯规划曾规划大二上半年我要考计算机二级证；大二下半年我要拿到普通话一级甲等；大三上半年，锻炼自己的工作能力及应聘能力。这些我完全按照规划做到了。 我对自己指定的目标是做一名电子商务师。虽然我现在还不会实现这个规划，但是我一直在朝着这个目标前进。实习期间我尽力一家电商公司的推广部做了一名推广专员。由于主管是电子商务师，所以自己也一直朝着这个方向努力。目前做的微信营销，我相信只要按着对自己的规划一步步踏踏实实的一定会有所成就的。

在工作期间我认为有几点是非常重要的：1. 第一个主管非常重要 。第一个主管能对个人产生深远的影响，好比职业生涯中的第一个启蒙老师，因为第一个主管的人品、办事风格、是否会培育教导员工，都将对你以后的工作态度和职业习惯产生重大影响。所以最好能在初期的面试中尽量多沟通，了解主管的风格和思想。 2. 待遇不是惟一考虑条件 。一个人大学毕业大约22岁，60岁退休，可以工作的时间有将近40年，挣钱的机会其实很多，年轻人不要将待遇作为衡量工作的惟一标准，重要的是看是否有发展前景与学习机会，有热情的投入，为成功的职业道路累积深厚的能量。3. 不要骑驴找马。一旦选好了工作，就是对公司有基本的承诺，没有把握在这家公司做足两年，建议在最开始就不要接受。否则不仅伤害公司，也伤害了自己，频繁调换工作实际是为自己未来设置更多的障碍。

我们的职业生涯规划，它是一个漫长的过程，其成功与否也是以其一生的标度来考量的。我们生活在一个变革的时代，一切都在变化，唯有变化是不变的。我们的职业生涯规划，就是用未来的目标来预示自己的变化。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。通过职业生涯规划的一步实施，我们从中得到了专业课中无法学到的知识。让我们一起自我定位，订立目标，走向目标！对自己的人生作一个生涯规划，在我们还

似白纸一样的生命里描绘出最绚丽的色彩；在我们还空白的生命之歌中谱写出最动听的音符；在我们还单调的人生中留下最光辉的一页！

## 旅游管理大学生涯规划篇六

参赛者资料

姓名：黄亮波

性别：男

年龄：21

籍贯：湖南郴州

所在学院：化学化工学院

专业及班级：化学工程与工艺专业工艺一班 学号□11060401xx

联系电话□1519728xxxx

e-mail:[email protected]

目录

一、自我分析

二、环境分析

三、职业定位

四、计划实施



## 五、评估调整

### 结束语

### 职业规划

#### 一、自我分析

##### （一）职业爱好

对于自己，爱好比较多，比如篮球、乒乓球、网球、羽毛球，此外喜欢玩电脑，喜欢玄学类的书籍，喜欢看些中医类的现代的和古代的书籍，喜欢音乐，喜欢好莱坞电影，喜欢交朋友，对于新闻只喜欢看时事政治。

##### （二）职业能力

交友能力强，适应能力强，容易配合别人工作

##### （三）个人特质

工作环境要轻松、友好，能和他人在一起积极地工作

工作需要满足我来动员大家合作，处理人际关系和争执冲突，消除紧张气氛

##### （四）职业价值观

我希望能促进team的发展和别人的进步，并因此得到认可，我认为这是实现自我价值的基础，我的个人成就也往往是在对别人的影响互动的中取得的。我善于组织、协调和管理，不喜欢单打独斗，各自为政。我会很自然地表达自己的观点，使别人接受。我看重权威，常借助权威性增强自己观点的说服力。我热爱新尝试，面对挑战性新任务或者结果还不确定

的时候我会奋发进取，争取每一个可能的机会，不畏风雨，不惧怕风险和失败，不抛弃不放弃，用意志顽强来形容我再合适不过。所以我常常能抓住一些特别的机会。将来在需要面临巨大挑战或开拓新领域的工作，只要是能给我带来新鲜的刺激的，都能激发我源源不绝的活力和动力。

## （五）胜任能力

### 职业规划

敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战

对各种事情都非常好奇，以致于总是分心，导致工作受到干扰

自我约束力不强，做事容易拖拉，显得不那么尽职尽责；不喜欢提前准备，时间管理较差

不喜欢过多的条条框框和官僚作风

倾向于将失败当作对个人的批评和负面回应

常常不会拒绝他人的要求

当缺少支持时，做事的动力会减弱

自我分析小结：性格类型为：表演者型-有我在就有笑声；我的动力类型：“寄托型”、“开拓型”。

## 二、环境分析

### （一）家庭分析

家庭经济状况一般偏下，上有老，下有小，只有父亲有收入。家人期望我能够自食其力，没有别的太大期望和要求，家里

爷爷奶奶一辈以上都为农民，没什么文化，父亲一辈读书也不多，从小教育我们，要努力学习，为自己奋斗，家里人不用担心。但是我更加看重家里人，虽然自己真的没有什么雄心斗志，只愿同亲人平平静静度过一生。

## （二）学校环境分析

学校学习氛围良好，校风学风都很好，认真学习是可以学到所有东西的，专业学习方面，软硬件方面都不错，对于学习帮助都很大，实践方面也不错，有不少实践操作。

## （三）社会环境分析

职业规划

还是很严峻的。

## （四）职业环境分析

职业分析：化工专业技术人员的工作要求技术能力强，工作内容精细，发展前景不错；化工企业在国内很多，发展前景不错，各方面发展已经成熟，产品服务已经成熟，员工素质很高，工作氛围很好。化工专业为日不落专业。

职业分析小结：咱化工方面职业为低不成高不就。

## 三、职业定位

我的职业就为化工厂技术员，之后发展为化工工程师

## 四、计划实施

本人现在正就读大学一年级，我的大学总目标：大学毕业时要拿到毕业证书、学位证书等，要有良好的化工技术员基础和基本经验。大一以适应为主，并且学好文化基础，奠定好

技术基础；大二以考证为主，努力考证，计算机二级、英语四六级等其他证；大三努力学习专业知识，并且为考研而努力；大四进行一定的技术实践训练。

中期计划是：毕业后第五年要成为一个技术熟练的老技术员工。假如考研成功，就继续深造，努力学习深入的技术，毕业后进入社会，进入化工企业发展；假如考研不成功则直接出社会，进入化工企业努力学习发展。

## 五、评估调整

职业生涯规划毕竟是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。一切以现实出发，根据自己的性格和实际的发展为基准，进行必要的变化和适应。

结束语：任何计划都有可能是一场空，但是我不能打没有准备的战争，相信自己，相信未来，好好学习天天向上！