

最新职业生涯规划书封面(优秀6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

职业生涯规划书封面篇一

(一， 20岁至30岁)

美好愿望：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。

进行情况：读完硕士，进入一家外资企业，想继续攻读博士学位。

(一)社会一般环境

进入中国市场，中国的企业也将走向国门。

(二)管理职业特殊社会环境

过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

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提供了很多机会。

二、社会环境规划和职业分析（十年规划）

(一) 社会一般环境

进入中国市场，中国的企业也将走向国门。

(二) 管理职业特殊社会环境

过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

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提供了很多机会。

(一) 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能力；思维敏捷，表达流畅；在大学期间长期担任学生干部，有较强的组织协调能力；有很强的学习愿望和能力。

2. 测评结果(略)

(二) 角色建议

父亲：“要不断学习，能力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们退休后搬来一起居住生活。”

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：“有较强的工作能力”，“适合做白领”。

完整ppt版下载：[职业生涯规划ppt](#)

职业生涯规划书封面篇二

对自我的认识：

性格：和蔼、友善、谦虚、负责、有上进心、务实、耐心、易相融、孝顺、注重团队合作、外向、善于和人交往、富有想像和冒险精神。

本事：做事的主动性较强，愿意承担职责，难以拒绝别人，满足他人的需求。对事情要求不高，倾向于容忍自我的不高追求或失败，喜欢较为简便的生活。不愿影响、控制或引导他人，期望每个人按自我的方式做事，不期望与他人进行争权夺势。

兴趣和爱好：喜欢听听音乐、看看书、跳舞、打打羽毛球、打网球。。。

内在需求：在校期间成绩良好：增强自我的交际本事：拿到适合自我发展的证书等。

价值观：接触了政治以后，我就比较相信唯物主义，推崇团体主义价值观，虽然在这个观念里说“性善论”是错误的，我还是觉得不管什么人，他的内心深处都有一颗善良的心。

身心状况：我比较重视自我的身体素质，体育本事较强。和别的同学相比，身体素质还算较好，我会继续努力坚持身体锻炼。

情绪的平稳度：一般情绪不大，但当压力超过我的负荷时，易于受情境的影响，导致情绪话的一面。

问题的解决本事：做事稍显粗心，有时出现差错。在意结果，做没有把握的事情会犹豫不决。遇见比较大的问题时，不明白如何去解决，从而不敢做出抉择。

综合以上所有，我比较热衷于社会关系和帮忙他人解决问题，适合在彼此支持的气氛下工作，换言之我认为我自我适合从事护理。

对护理专业的认识：

搞好护理工作是提高医疗水平的根本保证。护理工作是医疗工作的重要组成部分，互利质量的好坏直接关系到病人的安危，俗话说：“三分治疗，七分护理。”这就说明护理质量的高低直接影响患者的康复。护士要把“质量第一”放在核心位置，预防为主，掌握主动，变事后管理为事先控制，做到三预(预测、预查、预防)，四抓(抓个别)抓重点工作、、抓特定时间、抓有关科室)。

人类进入21世纪，世界更加关注人的身心健康，人性化护理显得有为重要，其本质是“以病人为中心”，它转变了以往护士被动机械地执行医嘱的工作程序。从““要我做”，到“我要做”，从居高临下到与病人的平等相待，耐心指导，倾听病人的心声。所以这就对护士提出了更高的要求。简单的说，护理工作比较烦琐、繁忙、紧急、人际关系比较复杂，护士需要有良好的心理和身体素质，护士的工作不再仅仅是给病人打针、发药，更要学会和病人沟通。护理的对象是人，所以护士的重要职责是：促进健康，预防疾病，恢复健康，减轻痛苦。

职业机会评估：

1、社会一般环境：中国政治稳定，经济持续发展。在全球卫生事业发展迅速的形势下，中国卫生事业也在突飞猛进的发展，逐渐从以前的中专水平—大专水平—本科水平—硕士水平—博士水平，更甚者能够出国深造与国际进行交流。

2、卫生职业特殊社会环境：由于中国的卫生事业的发展需要更多的高素质，高技术，高本事的医学人才，异常是临床经

验丰富的教师，教师是培育`青出于蓝，而胜于蓝`的使者。中国卫生事业的发展，必须要适合中国的国情，这就为当代卫生事业的认识提出了切实的要求与任务。

3、护士的工作环境：当今社会，医院都是以科技为先导、以人才为基础、以疗效为根本、以服务求生存医院聚集一批精萃的医学人才，医院中有护理组织发展战略、护理人力资源需求、组织护理队伍的群体结构、组织护理人员的升迁政策等等，护士的地位大大得到了提高，工资待遇也和医生一样。

行业分析：就中国的医疗体系中，医护比例而言，中国仍需要很多的临床护理工作，临床护士的市场需求较大，对与具有丰富的理论知识，扎实娴熟的技术的临床护士更是急需。

应对这一情景，我想毕业之后也就是回到自我的家乡工作，一方面是因为大部分人都期望呆在城市，城市就业压力很大，另一方面是因为回到家乡工作，既能够方便自我，又能够为自我家乡的卫生公共事业贡献一点绵力。

但计划赶不上变化，作为一名护理专业的学生，我们不能太过乐观，因为近几年，国家不断加大对护理事业的投入，再加上人们对服务性行业的观念开始转变一觉得类似于护士、教师等行业比较容易找到工作，越来越多的投身于这个职业。目前专科护士市场已经开始饱和所以我不敢确定我们毕业了可不能够找到一份满意的工作。

所以我们此刻就要树立起危机意识，作好自我的生涯规划

短期目标：

- 1、进取准备等级英语考试，争取经过。
- 2、这个学期多参加一些技能竞赛，丰富自我的知识。

3、每次计算机理论课认真听讲，上级课抓紧练习，为秋季的计算机登记考试做好准备。

4、平时多练练钢笔字。

长期目标：

1、培养自我的兴趣爱好，多参加一些活动，提高自我的交际本事。

2、多去考一些和自我专业有关的证书。

3、在实习的同时，进取准备护师的资格证书的考试。

4、工作后3`4年，完成自我的终身大事。

5、工作后3`5间，争取主管护师资格证。

6、工作后第六年，生个孩子。

7、工作后十年内，竞选护士长的岗位。

总结：

梦想总是完美的，现实却不必须会如意，所以我们仅有梦是不够的。在此刻我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自我的综合本事，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的`爱好特长，此刻则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践本事。我们利用自我的年轻给自我充电，在专业上应当是样样精的同时对于其他的我们可能用的到的专业知识也要样样通。这样才能适应社会的发展而不被淘汰。

未来的形势怎样，没有人敢确定，可是我们能做的是以进取的心态去应对，我想每个人心中都有一座山峰，雕刻着梦想、

信念、追求、抱负;每个人心中都有一片森林,承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人,若要获得成功,必须拿出勇气,付出努力、拼搏、奋斗。成功,不相信眼泪;成功,不相信颓废;成功不相信幻影,未来,要靠自我去打拼。

职业生涯规划书封面篇三

职业生涯规划是对自己一生职业发展道路的设想和谋划,是对职业前途的瞻望,是实现职业生涯的前题。正确的生涯规划可以帮助我们目标正确的发展自己,只有不断追求和改善自己才会成为成功者;可以帮助我们扬长补短,了解自己的短处,才能改进自己、提高学习的针对性、实效性。只有制定出符合自己发展的职业生涯规划,才能把命运把握在自己手中,才能实现自己的职业理想。

二、自我分析

1、自我介绍

我是李zz□10级大专的一名学生,就读于青岛卫校,学习护理专业。

2、性格分析

性格是一个人对事物的稳定态度与其相适应的习惯化了的的行为方式。我的性格属于中间型,具有现实性,适应性,安全性,计划性,缜密性的特征。

a我喜欢计划自己的活动并指导别人活动,喜欢对将要发生的事情做出决定。

b我善于与人合作,并期望得到合作伙伴的认同。

3、职业兴趣

职业兴趣是一个人对工作的态度，对工作的适应能力，表现为有从事相关工作的愿望和兴趣，拥有职业兴趣才会增加个人的工作满意度、职业稳定性和职业成就性。

a我喜欢安稳有秩序的工作，做事方面细心有条理，还喜欢乐于助人，有责任心、耐心，重视社会义务和社会道德，并追求社会地位。

b家人主要从事医疗工作，对家中长辈的职业比较熟悉，最后在家人共同协商下选择了这个职业。

c当今社会的经济迅速发展，人们对医疗的需求原来越多，政府实行医疗改革，各大各小的医疗机构广泛招医疗岗位的人才。

4、价值观

价值决定人的就业方向 and 职业行为，是人在从业过程中的驱动力。

a我追求成就感，希望得到社会的认同，重视别人对我的评价。

b我重视我所从事的职业在社会发展中的作用，希望为社会和他人贡献一份力量。

c重视所从事的职业能明显、有效的增强自己的收入，重视收入不断增长。

d重视所从事的职业对家庭的影响。

e能满足基本的需求，安全感，职业变动可能性小。

5、行为习惯

习惯是一种定型的行为，是长期累积，反复强化的产物，是经过反复练习养成的。

a我喜欢学习，自己可以自主阅读一些课外读物，并从中汲取知识。

b乐于手脑并用，边学习边实践。

c习惯去制定计划，并按计划完成各项工作。

6、能力

能力是从业者在职业活动中表现的能动实践能力。

a可以理解客观事物并运用知识，经验等解决问题。

b我可以清楚而准确地表达自己的观念。

c能对事物做出很好的反应。

三、环境分析

1、学校因素：作为一个中职学校，有充足的设备，有优秀的教师资源，并与国外医院有着联系，提供出国机会。

2、家庭因素：家人的支持，并且家人大多是从事医疗工作，在这种环境的熏陶下，使我热爱这门行业。

3、环境因素：政府现在实行医疗改革，每个医院都需要护理人员。

四、确定发展目标

人因为有目标才会不断的追求，才会拥有美好人生。发展目

标是建立在符合实际的基础之上的，只有实事求是，才能使自己的学习工作以及各种行为措施沿着路线前进。

1、近期目标：热心集体活动，提高交际能力，跟上文化课，精学重点科目，在二年级拿下英语二级的认证，毕业拿下护士上岗证，考上本科院校继续深造。

2、远期目标：进入医院工作，在工作生活中培养素质，积累经验，争取成为像李桂美一样优秀的护士。

五、规划

1、在校期间

a□在老师同学的监督下，争取考出育婴师的证明。

b□坚持学习英语，现在外国人在我国的数量越来越多，英语变得很重要，掌握英语，才会立足于社会。

2、踏入社会

a□在医院中实习，多向长辈请教，积累经验，多练习，多和病人沟通。

b□处理好人际关系，形成良好的发展环境。

六、制定实施步骤与措施

第一步：在校努力学习，成为一名优秀的中职毕业生。

第二步：毕业后进入一家大医院实习，熟悉操作技术，考本深造。

第三步：努力钻研，认真为病人服务，争取成为一名优秀的

护理人员。

七、调整与评价

(一)、调整

由于发展的需要，可能会导致职业生涯发展目标难以实现，必须及时调整近期目标和发展措施，甚至调整长远目标。

1、根据实习中和求职过程中的体验，依据就业市场供需实际，对职业生涯规划进行调整。

2、从事工作一定时间，根据从业过程中对自身的体验，根据环境和自身素质的变化，在职业转化过程中调整。

(二)、评价

个人：在工作中，自己可以充分发展，并 through 努力可以在工作中发展，社会进步中取得成就，工资待遇还算满意，可以处理好人际关系。

家庭：父母理解我的工作需求，并支持我给予我鼓励。

同学：同学对我的规划很认同，符合实际发展。

八、结束语

成功只垂青于有准备的人，从现在做起，脚踏实地，只要努力，就会拥有成功的职业生涯。

职业生涯规划书封面篇四

职场人士在职业规划时，必须考虑到行业的特性与个人的优缺点，这样才能制定合理、有指导意义的职业规划。

一、职业发展目标要契合自己的性格、特长与兴趣。职业生涯能够成功发展的核心，就在于所从事的工作要求正是自己所擅长的。从事自己擅长的的工作，我们会工作得游刃有余；从事自己所喜欢的工作，我们会工作得很愉快。如果所从事的工作，既是自己所擅长又是喜欢，那么我们必能快速从中脱颖而出。而这正是成功的职业规划核心所在。

二、职业规划要考虑到实际情况，并具有可执行性。有些职场人士很有雄心壮志，短时间内工作虽具有一定飞跃性，但更多时候却是一种积累的过程——资历的积累、经验的积累、知识的积累，所以职业规划不能太过好高骛远，而要根据自己实际情况，一步一个脚印，层层晋升，最终方才能成就梦想。

三、职业规划发展目标必须有可持续发展性。职业发展规划不是一个阶段性的目标，而是一种可以贯穿自己整个职业发展生涯的远景展望，所以职业发展规划必须具有可持续发展性。如果职业发展目标太过短浅，这不仅会抑制个人奋斗的热情，而且不利于长远发展。

阶段划分

成长阶段

(18岁以前)，即职业的幻想期。认同并建立起自我概念，对职业的好奇逐步占据主导地位，有意识地思索职业能力培养与未来职业的结合。

探索阶段

(18~24岁)。主要通过学校学习来进行自我考察、角色鉴定和职业探索，完成第一份工作的选择，并实现初步就业。

确立阶段

(25~45岁)。获取一个适合自己的工作领域，并谋求发展，这是大多数人职业生涯中的核心阶段，是人适应职业需要逐步走向职业成熟和职业成功的重要阶段。

维持阶段

(46~55岁)。维护已获得的成就和社会地位，维持家庭和工作两者之间的和谐关系，开发新的技能，将职业强化或转化为职业理想。

退出阶段

(56岁~退休)。逐步退出和结束职业生涯，开发更广泛的社会角色，减少权利和责任，做好适应退休后的生活准备。

职业生涯规划书封面篇五

时间总是那么地不经意，正值大二的我对未来的生活充满向往。

20__年9月，我来到了湖北三峡职业技术学院，开始大专阶段的学习，报的是医学检验技术专业，这与我当初想当药剂师的念头有些不符，但是几个月的学习下来，我已经从心里接受它了。有时候做的决定，一旦定了就很难改变，但我们可以改变自己，去接受去热爱，就像我对摄影的热爱一样，从最开始的仅仅记录生活到现在想把生活拍成画一样。都说学医很苦，但是我不怕，我想我应该会很享受刻苦学习时的充实，从小我就有那么一股子一件事情做不好不罢休的劲儿，相信一份耕耘一份收获，我将脚踏实地的去实现我的理想。通过科学的规划，了解发展自己的能力，发现培养自己的兴趣，洞察自己的性格，分析并树立正确的职业价值观，不断调整学习的习惯，使自己处于最佳的学习和生活状态，全方位发展，多元化挖掘自己的潜力，让自己在今后的工作学习

中站稳脚跟。

二、自我剖析

(一)个人基本情况

我今年21岁，来自湖北长阳，从小就生活在有着八百里清江美如画口谕的清江河畔。目前是医学检验技术专业的大二学生，担任班上的学习委员，希望通过职业生涯规划书为自己指引未来的发展方向。

(二)我的性格

1. 我的性格类型

经过性格测试，我的性格属于“教导型——谆谆善诱地引导他人。”

2. 我的性格特点

表达能力强，善于社交，气宇不凡，生气勃勃。精力旺盛，热情洋溢，能很快理解他人情感的需要、动机和所忧虑的事情，因此能做到与他人高度协调。把能量放在帮助他人、鼓励他人进步向上，是体贴的助人为乐者。容易看出他人的发展潜力，并倾力帮助他人发挥潜力，是催化剂，能引发出他人的最佳状态。既可以做有号召力的领袖，也可以做忠实的追随者。

性情平和，心胸宽阔，且很圆通，很会促进周边关系的和睦，对于批评特别敏感。愿意组织大家参与活动，使大家和睦又感到愉快。

理想主义者，非常看重自己的价值，对自己尊重景仰的人、事业和公司都非常忠诚。非常有社会责任感，谨慎，能为理

想和事业(尤其是对人类有贡献的理想)坚持不懈。你对现实以外的可能性及事物之间的内在联系非常感兴趣,容易发现别人看不到的意义和联系,并感到自己与万物息息相关,可以井然有序地安排生活和工作。

生活中,重感情,忠诚,强调价值和意义,理想至上;非常注重外表,总是穿着得很得体,也注意服装、服饰的搭配,相当在意他人对自己的评价;善于言谈,是所有人中最具交流技巧的人,在各种社交环境中泰然自若。

(三)我的兴趣

我爱好广泛,并且对自己喜欢和认定的事物有着较强的好奇心和求知欲。平时喜欢跑步锻炼身体。尤其对电子产品和摄影有着由衷的爱好,常常在家倒腾各种电子产品,什么东西坏了我都会拆开弄个明白,同时也是一个摄影爱好者。

(四)我的能力

我一向有一股子爱钻研,爱思考的劲儿,有较强的上进心和责任心,对自己认定的事情有一种执着的态度和钻研精神,会用心去做所有事情;逻辑思维能力较强,我的特点是喜欢自己动手做各种试验,比较善于从实验中加强理论知识的学习,这些对于检验专业的我来说至关重要,需要对各种仪器设备精通,因此相信自己有能力学好我所钟爱的专业。

(五)我的职业价值观

对于职业价值,世人对医生的第一印象就是救死扶伤,而不是以盈利为目的。我认为一份好的职业是在服务社会的同时,还能从业者实现人生价值、获得稳定的经济收入提供机会,让从业者和家人过上健康、舒适的生活。作为医学检验人员,我的目标是将来能够及时准确地送出检验报告,提供有价值的检验数据,协助临床医生做好相应的诊断和治疗工作,以

帮助病患。现在，检验事业有很大的发展前景，因此我会认真踏实的学好专业知识，为今后的工作打下基础。

三、环境分析

不同的环境陶冶不同的性情，造就不同的人生，对外部环境的分析是职业生涯规划中不可缺少的一部分。

(一) 职业环境认知

近年来，医学检验在我国得到了快速发展，不断发展的新的检验技术，如生化检验中的酶促率法分析技术、临床检验中的干化学试纸条发检测、免疫检验中的放射免疫和酶免疫及化学发光、微生物检验中的全自动鉴定技术和最近发展起来的以聚合酶链反应为代表的分子生物学新技术等等，使检测方法的灵敏度不断提高，特异性愈来愈好，检测结果也更加准确可靠。先进检验仪器的迅速发展在医学检验领域更加惹人注目，分项目已实现了全自动或半自动化。医学检验技术的进步和设备的更新换代，对许多疾病的诊断，治疗监测和愈后评估都起着越来越重要的作用。过去临床检验科室一直被看作是医院的辅助科室，只对临床部门起辅助作用，现在检验科室已经成为各医院很重要的一个部门。衡量一座医院整体水平的高低，很重要的一方面就是看这座医院的检验部门的人员素质好坏、检测项目多少、检测水平高低，以及所应用的技术手段和设备是否先进。另外，随着检测技术的不断发展，检测项目的逐渐增多，临床疾病的诊断对医学检验的依赖愈加明显。仅此，检验学科及其相关部门在现代医学中的地位和作用已越来越受到重视，相关岗位具有很好的发展前景。

(二) 家庭环境认知

我出生在一个普通的农民家庭，经济条件并不宽裕，父母用艰辛的劳动供我们上学，维持家庭生计。他们的淳朴、善良、

勤劳影响着我，让我懂得了许多做人的道理，明白了生活的艰辛与不易，也让我对美好生活充满了强烈的向往和期待，更加坚定了自己的理想和信念。

(三) 校园环境认知

20__年9月，我来到了湖北三峡职业技术学院，开始了大学的学习，开启了我的医学检验的职业生涯。我很快就融入到了全新的环境，接触到了来自东西南北各地的同学。丰富多彩的大学生活给了我更多锻炼机会和展示自我的舞台，更重要的是学校给了我们一个良好的平台。现代化的实训中心、先进的实验设备和多媒体教室让我们能够通过实践理论相结合的方式更好地掌握专业知识。在这样一个优越的环境里，我相信我可以更加积极扎实地学习专业知识、锻炼实践能力、提升综合素养。

四、职业目标规划

(一) 职业生涯规划路线与时间

职业生涯规划路线与时间一览表(略)

(二) 具体实施方案

1. 加强专业理论学习

不论是在学校还是在医院实习的时候都不会忘记对书本知识的学习和温故知新。除了学习理论知识外，对医院的一些规定也要在实习之前就进行了解，特别是对于检验科的一些硬性规定以及仪器、试剂等也要熟识它的摆放位置以及它们的质控。

2. 培养综合能力

勇于承担各项工作和领导交办的不同任务，接受来自各方面的挑战与压力，不断提高自己的思维能力和研究能力，使自己成为一个综合素质高、能力强的综合性人才。

3. 积极参加社会实践

积累社会实践经验非常必要，不但有利于将所学的知识真正转化为生产力，使自己成为一个有用的人，还会使自己今后的理论学习和研究有的放矢，达到事半功倍的效果。对于大型的体检、献血等活动要积极参与，同时也要锻炼身体保持健康的体魄，以便更好地投身于工作。

五、评估与调整

事物是在不断的发展变化的，常说计划赶不上变化，所以我做的职业生涯规划也应根据实际情况作出相应的修正，以适应其变化发展。就像木桶一样，只有每个板都足够高，木桶才能盛更多的水。知识、能力、道德素养等都只是其中的一块木板，我深知只有“木板”齐了再加上生涯规划将其固定，我才能走得更快更高更远。对于这份计划书，我会每达到一个目标就总结一次，对自己存在的问题进行修正，让自己在职业生涯中少走弯路，不断向总目标前行。

六、结束语

一路走来，这份人生的规划才刚刚启程，知道了许多，还有许多仍不明朗，但我已经在开始的时候做好了准备，去迎接即将到来的一切，不管未来是如何，只愿我心依旧，砥砺前行。

职业生涯规划书封面篇六

1、教师的职业自我认知首先是对教师角色与职业性质等的认识。简单地说，就是回答“教师是什么？他有何特性？”的

问题。

其次，是教师对自身职业发展的认识。

吴卫东老师说：如果你能十年如一日的写反思日记，你不能成特级的话，就拿着写的这些日记去找她，她会负责。我相信如果真能如此投入，肯定会成功！

2、教师的职业自我感受

教师的职业自我感受，主要是指教师对职业角色、职业性质以及自己教育现状的认识程度。

3、教师的职业满意感

自我效能感：个体对自己能否胜任和职业有关的任务或活动所具有的信念。

成就感：个体在职业过程中的成功体验。

幸福感：个体在职业过程中的满足感。

二、教师的职业自我设计

职业自我设计步骤：

第一步：要增强职业生涯的规划意识；

第五步：在达成职业目标的过程中自觉地总结经验和教训，修正对自我的认知和最终的职业目标。

1、教师自身发展的需要

2、教育教学改革发展的需要

3、学生发展水平提升，教师权威需重新认识

4、有助于解决教师的工作倦怠

三、教师职业生涯发展阶段理论

1、职前准备期：主要指大学四年的职业学习及见习、岗位培训等；

2、上岗适应期：大约1—2年时间；

3、快速成长期：从初步适应后到30岁高峰期；

4、“高原”发展期：30岁—40岁；

5、平稳发展期：40岁—50岁；

6、缓慢退缩期：50岁—60岁；

7、平静退休期：临近退休时，要有心理准备，平静地离开岗位。