

# 大学生职业生涯规划书 10 篇

## 大学生职业生涯规划书 1

这就是我大致的职业生涯规划，确定自己的目标才有前进的动力，职业生涯规划为我们提供了这个机会。因为现在经验不足，所以在某些比较细致的方面还不是特别的清晰明了，还有待在以后的生活去完善和发展，但是总的来讲我至少有了自己的一条路了，我们要认识自我，严格要求自己，脚踏实地，激发兴趣，储备知识，把自己培养成一个专业的人才，坚定自己的脚步，持续不断的努力，克服一切的艰难险阻，追求自己的梦想。审视现在，创造未来，我相信，成功就在我们眼前！虽然现在大学生的就业压力很大，但是我有了梦想，有了追求，有了自己的规划，有了导航，我一定会在它的带领下一步步地向我的目标靠近，并终实现它，我相信我的事业我规划，我的未来我做主。

正所谓个人奋斗制胜、攫取成功的精神财产将永远贫富不均。在浩瀚的生命之岸，你应该自豪地告诉世界，你追求过，你奋斗过，你为辉煌的人生从来没有放弃过希望，从来没有停止过拼搏。而这个造就了万物的世界也将自豪而欣慰地回答你：只要奋斗不息，人生终将辉煌。

## 大学生职业生涯规划书 2

## 一、前言

现在社会是一个经济迅速发展的社会，也是一个充满竞争的社会，提前做好自己的规划对我们更好的适应社会打下基础，作为新时代的大专生，就应该对社会有一个清醒的认识，对现在的就业形式，社会的政治环境、经济环境、文化环境等等，对自己的性格能力都应有清醒的认识，只有这样我们才能更好适应社会，为社会做出更大的贡献，更好的实现自己的人生价值。

## 二、自我认识

1、我的兴趣爱好：自己的性格有时候比较活泼开朗，有时候又比较内向，不太善和同学交流；喜欢听歌，但不会唱歌；还是比较喜欢运动，比如跑步球类都还挺喜欢的，但对于舞蹈部感冒；平时上上网啊，看看电影；对于学习，通常是前半学期比较积极，后半学期就开始懒惰了，导致成绩总是不理想。比较喜欢做各种实验。

2、我的性格是具有双重性的，在做事方面有时很马虎比较的轻率，有时存在一定的惰性，在理智中又存在着盲目。现在来到学校我想主动的观察已经代替了过去在高中中的那种被动的接受，自己在清醒的面对现实时又多少带有一种脱离实际的幻想。在以后的学习工作中，我要努力改进自己的不足发扬自己的长处，让自己变的更优秀。

3、自己在学习上有点马虎不认真，造成学习成绩的不理想，以后这方面应该积极的改进，在以后我将以积极的态度努力学习，争取以优异的成绩完成学业。

4、自我的潜能的分析，我想没个人都有自己的潜能，只是发挥没发挥出来的问题，在高中里我的理综都较好，数学也还好，英语比较差，我想我的逻辑思维有较好的潜能。

5、自己职业性向的确定，我想职业性向自己可能更倾向于实际性向、社会性向和企业性向，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这才是你成功最根本的，社会性向你的生活离不开社会，你只有才能适应社会受到社会的欢迎，企业性向大概就是创业吧，你敢于拼搏敢于创造才能更好的适应社会服务社会。

### 三、职业分析

我国现在社会政治稳定，经济发展迅速，社会不断进步，进一步的改革开放更将为经济发展注入新的生机和活力。我是化学类专业专业的学生应分析以下医学、化学科研、质检行业的所处的环境。医生是比较稳定的职业，虽然也有很多风险。质检是相对比较冷的职业，比较难找工作，而且工资比较低。

### 四、职业生涯目标的确立

通过对自己才能、性格、兴趣爱好、潜能等等，以及现在的社会、经济、政治、文化环境的分析，我开始对自己以后的职业生涯有了一些规划。自己打算利用自己丰富的化学知识，在努力学习医学方面的知识，并争取最好转到医学方面的专业。将来从事与医学有关的工作。

### 五、行动方案的制定

自己在前面对自己的性格、潜能、职业性向等等都作了一定的分析，我作为一个学生应如何根据自己的条件，制定适合自己的行动方案呢，首先利用现在的大好时光努力学习科学文化知识和专业知识，努力参加实践工作，做到理论与实践相结合。认识到自己的长处和不足，积极发扬自己的长处，拟补自己的不足，积极培养自己的独立性，努力调整自己的心态，当自己忧郁时学会适当的发泄，控制自己的性格，使自己的性格变的沉稳，不急噪。努力改进自己性格的不足之处，在学习中使自己的潜能得到最大的发挥，在学习中和以后的工作中维持自己对本职业的兴趣爱好，确立自己的职业目标，在学习中不断的充实自己所学的专业知识，不断提高自己的修养，获取更为好的专业技能，积极培养自己对社会的适应性，来适应日以激烈的社会人才的竞争。在着其中就需要我们从现在就开始认真的了解社会，参与竞争！

## 六、评估和回馈

自己现阶段随制定了自己的职业计划书，但受到自己现阶段思想不太趋向成熟的限制，以后在自己的职业的选择，生涯路线，人生目标都可能存在一定的改动，自己在以后的工作学习中要不断的总结经验教训，使自己变的更成熟使自己以后的规划设计更接近实际打下基础。

## 大学生职业生涯规划书 3

大学规划里这样写到：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。作为当代大学生，身处当今社会变革的时代，到处充满着激烈的竞争。

职业活动的竞争非常突出，尤其在世界金融危机的影响下，就业形势越来越严峻，要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地，必须设计好自己的职业生涯规划。这样才能做到心中有数，不打无准备之仗。

记得高中一位老师说过，当别人已经起跑了，而你还在绑鞋带，那么最先被淘汰出局的肯定是你，现在细细回味，是多么有寓意的一句话啊。机遇只垂青于有准备的头脑！没错，为了给自己的人生设定一条轨迹，为了最大限度地发掘自我潜能，增强自己的竞争实力，为了让自己的职业生涯发展更有目的性与计划性，为了提升自己应对竞争的能力，我决定给自己的未来设计一个蓝图，给自己的人生设计一个坐标轴。

## 大学生职业生涯规划书 4

### 引言

奋斗赋予生命的动力，拼搏定义人生的内涵。在高中三年的奔跑过程中，我们咬牙切齿，卯足了劲，昏天黑日，埋在漫无边际的试卷当中。而当迈入大学的门槛后，曾经的那些豪言壮语、昔日的伟岸抱负似乎日趋模糊。人生容不得我们肆意地消磨如此短暂的青春，古

语有云：“凡事预则立，不预则废。”人生需要定位，欲使那些美好的预言成为现实，职业规划将是开篇之笔。

## 第一章 认识自我

### 1. 【自我分析】

我个性温和，待人真诚友善，善于倾听，乐于与他人分享，平日里主动热心，诚实守信，遇事认真踏实，有很强的责任心，会争取自己最大努力完成任务。面对错误，勇于承担，及时更正，并能总结经验。个人崇尚创新、多彩的生活方式。但是在信心方面有所欠缺，人对事较强的敏感力形成了多愁善感的性格，给人留下了易情绪化的印象。

### 2. 【职业兴趣】

我是一个比较腼腆内向的女孩，对于工作，希望能拥有一个稳定的工作，而医学无疑是一个不错的选择。我欣赏白衣天使无私奉献的精神，羡慕他们能够探索人类如此奥秘的生物体，我以作为一名医学生而感到荣幸，也为将来成为一名医务工作者而感到自豪。当然，根据专业，我也会选择其他相关的行业进行尝试，为自己的今后的发展方向提供更多的参考。

### 3. 【胜任能力】

在校学生会任职期间，通过各种活动，培养了良好的人际沟通能力，积累了一定的处事经验，拥有一定的组织基础和创新能力。在具

备扎实的专业基础知识上，能较快适应新环境，积极与他人合作，培养团队默契。除此之外，我个人的业余爱好也较为广泛，相信广泛的业余爱好也会为自己的工作添姿增彩。

## 第二章 职业生涯条件分析

### 1. 【家庭环境分析】

从家庭来说，其一，长辈们希望我能够从事稳定的工作，而医学是永远不会消失的行业；其二，学医能够帮助他们提高健康方面的意识，改变不健康的生活方式。

### 2. 【学校环境分析】

我所在的城 XX 职业技术学院至今已有 70 年的历史，学院环境优良，教学设施先进，实训基地优越，满足了各专业学生的需求。学院认真贯彻“质量立校，项目立业，诚信立身”的办学思想，践行“行方智圆”的校训，弘扬“诚、爱、美、洁、精”的校风。我为身在这样的学习环境中而感到幸运。

### 3. 【社会环境分析】

随着人民生活水平的提高，国家医保制度的完善和对残疾人事业不断加大投入，患者日益重视治疗后的恢复情况，越来越多地需要专业康复人才，才虽然康复事业从 80 年代进入中国，但中国目前康复人才极为紧缺，供不应求，康复专业将在较长一段时间内成为热门专业，其就业前景广阔，前途光明。

### 第三章 职业定位

#### 1. 【具备基本素质】

- a. 掌握医学专业知识，具备扎实的基本功
- b. 冷静、稳重的处事能力，面对紧急情况不慌乱
- c. 具有良好的伦理、道德素养
- d. 拥有一颗慈悲之心，与患者及其家属相处融洽，保持良好的一环关系

#### 2. 【我的职业定位】

根据本人的性格特征，认真负责，细心随和，希望能够从事本专业的工作，进入理想的医院工作。在工作空挡可以去当地卫生学校从教，传授医学知识。

#### 3. (1) 【本人目前存在差距】

- a. 在大一第一学期，基础知识的根基建造成不是很牢固，距离自己的
- b. 目标甚远
- c. 英语水平有待提高
- d. 学习生活管理分配不是很得当，自觉性需要增强
- e. 对自己升本工作还未做好准备
- f. 动手能力也不是很好

#### (2) 【缩小差距的方法】

a. 努力学习，做到每天学习的新知识能及时巩固，阶段性地对知识进行总结归纳

c. 对于英语学习平时多听，多看，多记，为四级备战

d. 主动了解相关专业信息，关注社会动态

e. 抓住实践机会，提高自己动手能力。

#### 第四章 具体执行计划

##### 短期计划

##### 大一

通过国家英语四级考试(有能力向六级进发)

↓

获得计算机二级等级证书

↓

参加各活动取得荣誉

↓

获得奖学金

↓

假期巩固书法

##### 大二

拿到推拿按摩师证书



教师资格证



通过专业资格考试

大三

假期去医院见习，一面巩固在校学习的知识，一面在临床锻炼实际能力

中期计划

1. 在三甲医院从事康复工作
2. 熟悉工作环境和行业特点
3. 积累工作经验，完成本职工作
4. 锻炼人际交往能力及领导能力

长期计划

1. 完成本科学历
2. 从事本职工作同时去学校任教
3. 获得职称

第五章 评估调整

优秀的毕业→三甲医院工作→升本→考研→职称→成为有资历的专科医师

职业规划中得每一步都是让我走向最终目标的关键，职业生涯是个动态的过程，如果在实践过程中有不适合的目标，那么就需要在调整每一阶段小目标的基础上适时调整最终目标的选择。

### 结束语

人生犹如一具雕塑，需要我们精心镌刻，挫折与磨难往往会让我勾勒出更加精细的线条。星罗棋布的总有一颗是属于我们自己的星，不要迷恋于安逸的生活，行动起来，奔向明天，清尘的第一抹阳光终会照亮我们灿烂的脸庞！

## 大学生职业生涯规划书 5

1. 性格方面：我是一个不够喜欢自己的专业的本科生。性格偏外向，责任心相对强，崇尚勤俭节约；主动，肯吃苦，勤于找机会。表现欲望相对强，意志坚定，不易被别人影响但一不小心会变固执。

2. 处世态度：善于和别人沟通交流，待人有礼和善，乐于助人。最欣赏的人是周恩来，希望自己为人处世像他一样，自强谦和睿智公正而且有魄力。关注政治但没有打算进入官场奋斗。

3. 学习方面：学习成绩不会差，爱看书容易接受新事物，钟情于销售管理。而且对学习自己喜欢的东西很有毅力，对所遇到的困难充满信心。在自己不擅长的领域会缺乏信心，但善于求助。社会实践能

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/878057043060006025>