

大学生职业生涯规划书模板（最新7篇）

大学生职业生涯规划书 篇一

作为一名新教师，我还有很多需要学习的地方，在短时间之内我需要很快的提升自己的工作能力，让自己能够完成教学任务，让我的学生能够在我的课堂上学到知识，学好知识。我决定做一个个人发展的规划，让自己能够有计划的去提升自己，取得进步，更快的成为一个教学能力好的老师。

一、多听课

想要更快的提升自己的教学能力，的办法就是多去听优秀的老师们讲课，他们的教学时间都比较的长了，积累了很多的经验，这正是我所欠缺的地方。所以我需要多去听其它老师讲课，从他们的课堂上吸收一些对我的教学有帮助的经验，转化成自己的教学经验。给我试错的时间是很少的，在教学的过程中我也不能出现错误，所以我不能只依靠自己去摸索出经验和方法，而是要向他人学习，在这个过程中总结出一套好的教学方法。

二、多学习

在教学之外，我也需要多阅读一些书籍。作为教师，首先自己需要有文化，才能够去教育学生。教师所知道的知识要比学生多得多，这样才能够学生在提出问题的時候能够给出答案，而不是被问到哑口无言，不知道该怎么去回答学生的问题。所以我需要阅读很多的书籍，让自己有文化底蕴，才能够教育好学生。阅读的书籍包括教育方面的，还有一些名著，让自己的谈吐变得大方得体，从而影响到我的学生。

三、多研究

作为老师，我们最重要的还是要帮助学生学习的，所以在课余时间我也要花时间去研究近几年考试中出现的题型以及考试的趋势和知识的重点。要让学生能够做到不管是什么题型，都知道该怎样去解题，就是要让他们能够看到题目就明白考的是哪一个知识点。我知道这对于我一个新老师来说还是比较困难的，所以这是我的一个长远的目标，是我之后需要一直努力去完成的目标。

四、多拓展

现在实行的是素质教育，所以在课堂上也需要给学生拓展一些课外的知识，让他们不要局限于课本。在传授知识的过程中也要对学生进行思想品德方面的教育，从课本中引出一些大的道理，对他们的发展有帮助的道理。也希望自己的课堂不要那么的死板和无趣，希望自己的课堂是有趣的，能够带动同学们去学习的。

以上就是我的个人发展规划，我会朝着这个方向努力，早日让自己成为一名优秀的老师，让我的学生们能够更好的学习。

大学职业生涯规划书模板 篇二

一、前言

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人生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。

二、自我盘点

1、我的性格：大家都说我是一个很少说话的人，不过我人缘却还是不错。

在公共场合从事某些事情的时候总是担心自己做得不够好，在做一些自己不是很熟悉的事情的时候总是缺乏自己的主见，但在自己所了解的行业中就能有自己的想法，会去做一些自己认为对的事。而且我也比较好强，在自己的强项上总不希望居于第二，但通过大学两年来的学习，发现了人外有人，开始懂得了不管做什么事情只要自己尽力了就好，不再太过于的要求结果了。

2、我的兴趣：喜欢看电视、上网、听音乐，早上习惯起来跑步，偶尔也看一下时事和政治方面的新闻。

3、我的优势和劣势：优势，我人缘还算是比较可以能够很好的调节自己的心情，比较要强，做事踏实，责任心强，喜欢把事做到最好；劣势，缺乏恒心，毅力和自制力太差了，自己不喜欢的事一般不会去做。

三、解决自我盘点中的缺点和劣势

强制自己去做一些自己没多大兴趣的事情，努力的去培养自己对每件事的兴趣，兴趣起来了自然就会认真的去做好自己的每件事，也就不会存在毅力不足的问题了，在自己不足的地方可以充分利用自己身边的优势，真心的向老师、朋友请教，及时的指出自己存在的各种不足并制定出相应的计划以针对改正。

四、未来人生职业规划

1、专业就业前景分析：我学的是冶金工程，目前，全国仅有 20 多所高校开设有此专业，每年培养的专业人才非常有限，而市场需求量又特别大。有关统计数据显示，市场对冶金工程专业人才的需求是实际该专业毕业生人数的 10 倍。如此大的市场需求也为该专业的学子提供了广阔的就业前景。

由于冶金工程专业培养的学生基础宽厚、理论扎实、技能全面，同时，又具备冶金和金属材料加工等方面的知识和技能。加之，冶金行业属于国民经济的基础和支柱产业之一，因而，毕业生择业面宽，适应能力强。毕业生可以到冶金、化工、材料、环境保护及其相关行业的生产、科研和管理部门从事生产技术管理、工程设计、技术开发、新型结构材料和功能材料的研制和开发等工作，也可以到高等院校和高等职业学校从事专业教学工作。“感觉现在钢铁、冶金类专业的大学生太吃香了。”在东北大学 20__ 举办的一次毕业生双选会上，一位钢铁冶金类专业毕业生述说了该专业毕业生的就业好机遇。的确，祖国蓬勃的建设事业需要冶金工程方面大量的专业人才，众多的钢铁冶金，有色金属冶金企业等都是学子们一展身手的好地方。

随着现代科技的迅猛发展，该专业对从业人员的综合素质也提出了较高的要求，如计算机技术在冶金工程领域的广泛应用，也就使得学生在大学里就要逐步接触并掌握到丰富而实用的计算机知识。另外，该领域在国内的发展与国外先进技术的交流也日益频繁，对学生外语的使用也提出了相当高的要求。

2、职业选择分析：

在选择职业时遇到的最大困难和困惑：如果我从事本专业工作，那就需要我有很扎实的专业基本功和基础，对于这个我还是很有信心的，但我对于这个专业并没有太大的兴趣，或许是由于现在对专业知识学习不是太多，相信以后会慢慢培养起来的；另外就是虽然开设此专业的学校不是太多，但是通过我们上次的实习了解是宁愿招些专科生，原因就是现在的本科生眼界太高，虽然我并非如此，但这也会对将来就业应聘带来一些负面影响。

3、未来五年的行动计划：

a)20__—20__学年：大三上学期课程比较少，可以多选一些其他自己感兴趣的课程，并且多参加一些活动以锻炼自己的交际能力，多和大四的学长交流，以了解就业情形。大三下学期设计课程就比较多了，一般来说基本上就没有自己的空余时间了，因此必须抓紧时间学习了。大四的时候就多了解一下各企业单位的招聘情况。

b)20__—20__年：开始从事自己的工作，争取在工作的三年之内在自己的工作上小有成就。

五、结束语

有计划固然是好的，但更重要的在于其具体实践并取得成效。光有空想是永远也不可能取得任何成绩的，必须要有付诸行动，或许在未来奋斗的路上会遇到各种的困难，也或许会失败，但我们至少努力了，我们至少问心无愧了。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。未来要靠自己去打拼！

大学职业生涯规划书模板 篇三

人生就是一部作品。谁有生活理想和实现的计划，谁就有好的情节和结尾，谁便能写得十分精彩和引人注目。花开花又落，春去春又回。踏着时光的车轮，我们已走到大学生活的边缘。驻足观望，电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。在机遇与挑战粉墨登场的未来社会里，我究竟该扮演如何一个角色呢？水无点滴量的积累，难成大河。人无点滴量的积累，难成大气候。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功的喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦

钻研，哪里来震撼人心的累累硕果？只有付出，才能有收获。未来，掌握在自己手中。

由此，想起自己走过岁月中的点点滴滴，我不禁有些惭愧。我对自己以往在学业、文体、社团活动中的表现不是很满意。我发现我自己惰性较大，平日里总有些倦怠、懒散，学习、做事精力不够集中，效率不高，态度也不够专注。倘若不改正，这很可能会导致我最终庸碌无为。一本书中这样写到：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。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。而如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如抓紧时间多学一些知识来充实自己。人的大学时光一生中也许就一次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。于是，再经过一番深思熟虑之后，我决定把自己的未来设计一下。

有了目标，才会有动力。

一、自我分析

兴趣喜欢干什么； 职业能力能够干什么； 个人特质适合干什么； 职业价值观最看重什么； 胜任能力优劣势是什么。 我的优势能力 我的弱势能力 自我分析小结：

二、职业分析

参考人才素质测评报告建议以及通过__等途径方法，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

- 1、家庭环境分析如经济状况、家人期望、家族文化等以及对本人的影响
- 2、学校环境分析如学校特色、专业学习、实践经验等

3、社会环境分析如就业形势、就业政策、竞争对手等

4、职业环境分析行业分析（如__行业现状及发展趋势，人业匹配分析）

职业分析（如__职业的工作内容、工作要求、发展前景，人岗匹配分析）

企业分析（如__单位类型、企业文化、发展前景、发展阶段、产品服务、员工素质、工作氛围等，人企匹配分析）

地域分析（如__工作城市的发展前景、文化特点、气候水土、人际关系等，人城匹配分析） 职业分析小结：

三、职业定位

综合第一部分自己适合做技术类的工作，喜欢对能力有挑战的地方，南方较适合自己；第二部分（职业分析）的主要内容得出本人职业定位的分析：

1、内部环境因素 优势因素： 弱势因素：

2、外部环境因素 机会因素： 威胁因素：

结论： 职业目标 将来从事（__行业的）__职业 发展策略 举例：进入__类型的组织（到__地区发展） 职业生涯发展路径 举例：走专家路线（管理路线等） 具体路径 举例：__员初级__中级__高级__。

四、计划实施

1、短期计划（大学计划） 20__年~20__年如大学毕业时要达到 如：大一要达到大二要达到。。 或在__方面要达到如专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划等如大一以适应大学生活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主，或为了实现__目标，我要

2、中期计划（毕业后五年计划） 20__年~20__年如毕业后第五年时要达到 如毕业后 第一年要 第二年要或在__方面要达到如职场适应、三脉积累（知脉、人脉、钱脉）、岗位转换及升迁等

3、长期计划（毕业后十年或以上计划） 20__年~20__年如退休时要达到 如毕业后 第十年要 第二十年要 如事业发展，工作、生活关系，健康，心灵成长，子女教育，慈善等方向性规划详细执行计划如下：本人现正就读大学_年级，我的大学计划是

五、评估调整

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？）假如一直那么我将？职业路径评估（是否需要调整发展方向？）当出现的时候，我就 实施策略评估（是否需要改变行动策略？）如果我就？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）

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。

结束语

这只是我现在对自己职业的规划，我是一切从实际出发考虑了各种因素，我相信它很符合自己，我也会按照上面写的一样努力去做，争取能够象自己现在规划的一样。当然这里面必定存在这一些不足之处，再今后我会不断的更新，但是这个大方向是不会变的。

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。

大学生职业生涯规划书 篇四

一、自我认知

职业生涯规划测评

测评编号

职业生涯规划

大学生职业生涯规划测评报告

360 度评估

优点缺点

自我评价我是一个喜欢挑战新鲜事物的爱好自由的典型射手女。家庭观念较重，亲人是不可或缺的生命的一部分。我会懂得如何应用好时间。天生活泼好动的我不会将时间全花在学业上，各方面的提升是我所期望在大学到达的。大学生活中，进取参与学科竞赛和班级活动，作为班级干部和学生会部门干事也进取派和组织工作，这些工作不仅仅是在做我自我喜欢的事情，并且供给了一个锻炼我的良好平台。事情必然也不会按照自我所设计的路线规规矩矩地发展，在个人素质和语言表达等方面还是有明显劣势的。胆小扼杀了表现自我的心，这样同样也无形使我的恐惧心理加剧，不敢再很多人注视下发言者都让我的本事不能被更好的认可。我觉得我很有必要反省。除此，改善才是硬道理。在各项活动中找机

锻炼自我的胆量，多向他人学习借鉴以此提升自我的语言表达本事。

家人评价我们是个乖巧的女儿，从小到大没有很少让我们操心。她是个很懂得孝敬的孩子。粗心是她一向以来的缺点，在很多人面前会害羞也让她错失了很好机会。

教师评价她一向以来都是班里的班委，能够做好自我分内的工作并协助好团支书把团支部的活动开展的很优秀，并能吧班级推广给大家，并且帮忙大家留下大学的回忆。对自我不够自信，没能更充分得表现好自我。

亲密朋友评价她很会关心人，能感觉到别人觉察不到的细节。她是一个很适合分享欢乐和悲伤的知心朋友。脾气比较急躁，讲话直率有时候也会引起别人的误会。

同学评价作为一名班委她很能组织班里同学参加活动，班级工作尽心尽力，和班里同学也能相处得很好。有时候和同学交流的方式还有些不够好。

其他社会关系评价她在学生会文艺部工作优秀，布置的任务都能很好地完成。才艺不够突出，并且不敢表现自我。

认知小结：每个人都有优缺点，把优势发挥到极致，并在各方面拓展自我，找到自我意想不到的潜力。对于我的劣势，改善才是硬道理。进取争取各种机会大胆地表现自我，不管怎样，做过才明白自我行不行。

二、职业认知

外部环境分析

①家庭环境分析：爸妈是个体商业户，且是和纺织挂钩和经济挂钩，人脉较大部分分布于纺织企业，除此就是人事局。

绝对不差，学生的自我求学意识也很强烈，每年的毕业生就业率也提升较快。

③社会环境分析：此刻社会上虽然工程管理的发展还较为一般，可是根据中国的发展局势看，房产还是比较有前景的，随之，工程管理也会变得热门吃香。

④目标地域分析：我会回到嘉兴或者吴江。嘉兴靠近上海，最近几年已在很快地发展。异常是嘉兴的城市规划更是进行得如火如荼。我的专业还是有一席之地的。在吴江则是继承家业，并且是在会计这一方面会进行深造。

目标职业分析

①目标职业名称：工程造价，会计

②工作资料：工程造价；企业的会计

③工作条件：起初的工作条件要求不高，但必须是一家有发展前景的公司，薪水有很大的提升空间。

⑤就业和发展前景：嘉兴靠近上海，最近几年已在很快地发展。异常是嘉兴的城市规划更是进行得如火如荼。我的专业还是有一席之地的。在吴江则是继承家业，并且是在会计这一方面会进行深造。

职业胜任力测评：这两个职业都是靠时间和经验的，所以只要能在工作中吸取前辈的经验，虚心学习，并进取求上进，应当很能胜任。

SWOT 分析

我的优势(strength) 及其使用：我能够利用自我的耐心和恒心，把每件事做好。我在听取别人意见后都能比较好的吸收并改善。我对应于和其他小语种有浓厚的兴趣，能够经过更多的学习从而在工作中正确更多的机会。

(weakness) 及其弥补：不够自信，胆子不够大。所以我必须争取更多的机会表现自我，在困难中前进才是最好的。

我的机会(opportunity) 及其利用：对于家人的人脉我能够适当地利用，在工作的初期，在依靠自我的本事的同时，给自我供给更优秀的外部资源。

我面临的威胁(threat) 及其排除：房地产的市场捉摸不定，时好时坏。我必须给自我谋好另外的后路以备不时之需。

三、职业生涯规划设计

确定职业目标和路径

20__年，大学初期。认真学好专业知识，坚持早起早睡，养成每一天早上读英语的良好习惯。经过英语四级，是自我的专业排行有明显的提高。主动争取各种机会展此刻自我的本事，学会更好地调解和同学间的关系，提高个人素质，增添体美劳其他方面的才艺。

20__年，大学中期。经过英语六级，并考初级会计证书，多关注当时代的就业情景等，为自我的未来有进一步计划。根据当时的国际局势也适当研究学习一门第二外语。

20__年，大学末期。完善自我的专业知识，做一个令自我满意的毕业设计。走进社会提高自我的社会实践本事，并为自我毕业后的工作做更深的规划，打好基础。

20__年，初入社会期。工作初期，必须以谦逊的态度对待事物，努力把分内的工作完成，并在实践中发现自我拓展自我。

篇五

一、自我分析

、我的性格：大家都说我是一个活泼开朗的人，很善于与人交流，人缘也比较好，可是很多时候在一些场合缺乏自信，有的时候患得患失，总是思考的太多，所以错过了一些很好的机会。从小到大都比较要强，不服输，总想比别人做的更好，可是来到大学，发现人外有人，天外有天，所以开始懂得只要自我努力了就不后悔，不管结果是不是第一，只要自我尽力了就是最好的了。性格比较直爽，有的时候容易伤人，虽然在尽力在改变，可是还需要进一步改善。我是个很好的合作伙伴，做事踏实认真，大家交给我的事情总能很好的完成，一丝不苟。

2、我的兴趣：喜欢看电视，看报纸，上网，逛街，打羽毛球等。很喜欢玩，可是也很关心时事和政治方面的新闻，能够说爱好广泛，可是没有什么很专一能做好的事情。

3、我自我认为所具有的潜力：此刻在班级里担任班长，所以在这一年里，自我的很多潜力都有所提高。比如，在协调班级工作中，增强了合作意识，并提升了统筹规划的潜力，在工作中，可能会遇到一些摩擦，在解决这些小摩擦的过程中，我也提升了解决问题和矛盾的潜力。也具有了必须的与人交流沟通和组织各种活动的潜力。

4、我的价值观：我自我感觉我的人生观和价值观都比较正确，信仰共产主义，并且一向坚信，人一生不能只为了钱去追逐，最有好处的一生是活的欢乐幸福，而不是为了追逐金钱和奢侈的生活。

5、我的优势和劣势：优势，我的人缘还能够，善于与人交流，还有在组织活动等方面有必须的组织潜力，性格比较开朗，能够很好的调节自我的情绪。比较要强，做事踏实。劣势，缺乏恒心，自制力也比较差，不能很好的控制自我，有的时候性格太直了，有什么说什么，容易伤害到别人。

、我的技能：英语比较好，计算机常用软件的使用，口语表达潜力比较强，善于学习新事物。

二、专业就业前景分析

我所学的是自动化专业。与本专业就业领域相关联的行业在近年来借助市场经济的搞活和对外开放程度的加深，也获得了飞速发展。民航、铁路、金融、通信系统、税务、海关等部门的自动化程度越来越高，科研院所、高科技公司也借助强大的人才优势，发展迅猛。未来随着自动化技术应用领域的日益拓展，对这一专业人才的需求将会不断增加，自动化专业的毕业生也将借助这一技术的广泛应用而在社会生活的各个领域、经济发展的各个环节找到发挥自我专长的梦想位置。虽然此刻的自动化专业就业形势较为理想，可是如果在专业课程上没有很过硬的技术，就很难找到一个满意的工作。

由于对技术的要求较高，而在大学本科阶段有很多东西都学不到，所以我要考研，考本专业的研究生，继续深造，争取能够在对口专业找到一个工作。虽然，对于一个女生来说，学习自动化专业比较困难，可是如果坚定了信念，并努力把它学好，就应没有什么做不到的事情。“既然选取了远方，便只顾风雨兼程”，在今后的几年里，我也要努力的学习自动化专业就业时所要求的职业技能，争取能够在四年里有社会实践的机会，在实践中找到培养自我的专业技能。

三、职业选取分析

1、在选取职业时遇到的最大困难和困惑：我此刻学习的专业是自动化专业，如果我从事本专业工作，那么就需要我有很扎实的专业基本功和基础，可是此刻我所学习的编程等资料对我自我来说有必须的难度，不并且对这些资料并没有很深的兴趣，只是在一点点的培养。第二，此刻全国开展此专业的学校有很多，而

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/008035110004006023>