

职业规划前言范文 300 字(实用 39 篇)

客观分析自己的职业兴趣、职业能力、职业价值观、性格个性等，了解自己喜欢干什么？能够干什么？最看重什么？适合干什么？

基本步骤为：

- 1、职业兴趣，喜欢干什么。
- 2、职业能力，能够干什么。
- 3、个人特质，适合干什么。
- 4、职业价值观，最看重什么。
- 5、胜任能力，优劣势是什么。其中包括我的优势能力和我的弱势能力。
- 6、自我分析小结。

要点：

- 1、把握自我分析的四个主要方面。即职业兴趣、职业能力、职业价值观和性格个性。
- 2、综合运用自我分析的多种方法。如自我反思法、职业测评法、360 度评估法等。

注意：

- 1、这里的自我评估实际上是自我的职业倾向评估，其它无关的自我内容不在此列；

职业规划有一个明显的阶段性特征，所以在不同发展的阶段都必须做出相应的调整，甚至是改变。但职业发展的宗旨是不变的，就是通过职业发展的机会，体现个人的价值，为社会做出应有的贡献。所以有了这样长期而又宏观的视野，就会根据自己的自身状况的改变而做出应该的调整。职业规划不是将职业目标定得最高就是好，而是切合实际的，可行的，有计划一步步完成的规划才使最好的职业规划。

对于职业规划，很多刚出校门的学生还是不了解，下面 3 点就来告诉职业规划对各位的重要性。

一、自我评价

优点：乐观积极，有上进心，有责任心；良好的沟通能力，人际关系良好，具团队精神和协作能力，有较强的创新意思，有很强的动手实践能力及自学能力。

缺点：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，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。

二、学习课程

主干学科：管理学、经济学、计算机等。

主要课程：C 语言、数据结构、管理学、微观经济学、宏观经济学等课程。

三、环境分析

机遇：我国电子商务发展较快，为我们学习其专业的大学生提供了更好地发展机会。中国加入世贸组织后，与世界的一体化进程将加快，国外的资本、技术介入将加大对高层次人才的需求，将有利于吸引大学生就业。预计今后几年，我国经济将持续快速增长。这给大学毕业生就业提供了很大就业空间，就业总体形势较好

挑战：

电子商务专业还是新兴专业，就业前景还不是非常好

国际经济面临衰退的严峻形势使全社会的整体就业压力加大，高校毕业生就业同样不容乐观；

我国连续扩大招生规模，使毕业生数量跳跃式增长，而社会有效需求在短期内增幅有限

很多专业和非专业人员的加入使我们就业压力增大。

四、职业选择

五、目标

短期目标：在大学期间，好好学习专业知识，考取职业所需的证书，如：英语四六级、计算机二级证等证书。

长期目标：在电子商务方面做出自己的成绩，实现自己的人生价值。

六、行动计划与措施

对工作要认真负责，做好吃苦的准备，活学活用，提高自己分析和解决复杂问题的能力。要强化英语，计算机和专业技能这三方面的知识，并参加一些具有挑战性的考试。英语和计算机作为工具，是最基础的能力，

必须能非常熟练运用;而强化专业技能是要使自己更专业化。可根据自己实际情况和工作需要,攻读在职研究生、进修以适应更高层次的需求。要优化自己的交流技能,使人际关系和谐融洽,并不断拓展自己的人际关系。

七、总结

确定自己的目标才有前进的动力,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。

一、活动目的

(一)、帮助广大同学明确学习目的,增强学习动力。

(二)、帮助同学们做好大学生生活规划,提前思考自己的未来,为以后择业、就业奠定基础。

(三)、创建一种学校和社会相结合的互动模式,给广大同学提供认识社会,认识职场的机会。

(四)、锻炼同学们的口才,增强同学们的自信,营造良好的学习氛围。

二、活动主题

规划自我,成就辉煌

三、活动对象

xxxx 大学全体同学

四、活动地点

初赛场地: (具体地点具体通知)

复赛场地：（具体地点具体通知）

决赛场地：国际交流中心（暂定）

五、活动时间

初赛：XX年11月20日（暂定）

复赛：XX年12月3日（暂定）

决赛：XX年12月10日（暂定）

在弄明白了你的职业将会帮助你实现人生更大目标之后，你应该着手考虑你的人生和职业规划中的具体细节了。

你需要有一个详细的个人职业生涯发展计划。这个计划可以是一个五年的计划，也可以是一个十年、二十年的计划。不管是属于何种时间范围的计划，它至少应该能够回答如下问题：

1、我要在未来5年、10年或20年内实现什么样的一些职业或个人的具体目标？

2、我要在未来5年、10年或20年内挣到多少钱或达到何种程度的挣钱的能力？

3、我要在未来5年、10年或20年内有什么样的生活方式？

对于这些问题的回答将给你提供一份有关你自己的短期目标的清单。在形成这些目标的过程中，不要纯粹地依靠逻辑思维。这一类的抉择，需要发挥你的创造力，应该把你的情绪、价值和信仰等因素全部调动起来。如果你是已婚者的话，你还需要考虑你的配偶的情绪、价值和信仰等，因为在任何的重要抉择中，他（她）总是影响你个人生活的一个部分。

6日下午，随着李亭亭、付彤等10名同学站在黑大音乐厅的舞台上以3分钟入职场工作的VCR为开场陈述自己的未来职业规划，黑龙江大学“第七届职业规划暨职场模拟招聘大赛”进入决赛的最后一刻。

大赛横跨全校26个学院，3392名选手报名参赛，除常规赛程外，选手们可通过趣味职场训练营、企业经营模拟等活动的实战环节，学习到深入了解自我、团队合作、创新意识、寻找契机、培养领导能力的重要性等职场相关知识与技能。

据悉，该职业规划大赛已拥有7年历史，在本年度更是增设了专业人士访谈、对接实习岗位等环节。黑龙江大学招生就业处副处长陈宝凤说，本届大赛重在提升学生的职业能力、培养学生的团队意识，为学生搭建与企业HR对话平台、对接实习岗位，通过评委一针见血的精辟点评解决学生职业发展困惑，从企业视角帮助学生提炼核心职业能力。

在现代社会，一个人只有尽早做好职业生涯规划，认清自我，不断探索开发自身潜能的有效途径或方式，才能准确地把握人生方向，塑造成功的人生。实践证明，在职业生涯中能够取得成功的人，往往是有着清晰的职业规划的人。

职业生涯规划与发展的有关理论与原理

在今天这个变化万端的时代，要想获得事业的成功，就要及早做一份个人职业生涯规划，而且一定要一直做下去，一直到老。要想做出一份有效的个人职业生涯规划，就要先了解职业生涯规划的有关知识。

（一）个人职业生涯规划的概念

所谓个人职业生涯规划，是指个人结合自身情况以及眼前的机遇和制约因素，为自己确立职业目标，选择职业道路，确定发展计划、教育计划

等，并为自己实现职业生涯目标而确定行动方向、行动时间和行动方案。职业生涯规划按照时间维度，可以分为短期规划、中期规划、长期规划和人生规划四种类型。

（二）个人职业生涯规划的特性

理解个人职业生涯规划时，还要注意职业生涯规划的两大特性：个性化和开放性。

职业目标：

(1) 职务目标：先从学生会干，勤工俭学，逐步了解企业对大学生的要求。

(2) 能力目标：掌握专业知识，了解其他方面对自己有用的知识。

(3) 经济目标：在校期间兼职及奖学金。

一年级：为试探期和定向期

首先要适应由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求；其次，要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯规划设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大四的毕业生询问就业情况；积极参加各种各样的社团活动，增加交流技巧；在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语。计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的基本技能；要初步了解职业，提高人际沟通能力。大一学习任务不重，应多参加学校活动，增加交流技巧，但不要盲目地参加。在定向期，应考虑未来是否深造或就业，通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的能力，同时检验自己

的知识技能;提高自己的责任感,主动性和受挫能力,并开始有选择地辅修其他专业的知识来填充自己。

为了提高北戴河区教育水平,增强我区教师的综合素质,北戴河区教育局特地从北京请来夏老师为我们培训教师职业生涯规划。通过这次培训,让我明确了自己未来努力的目标,找到自己未来的方向。

夏老师以“职业生涯规划”为核心内容,通过讲解案例,与大家互动和做性格测试题的方式让我对自己未来的职业生涯规划有了一些想法,提高了对职业和岗位职责的认识水平。

由于现在处于职业生涯的前期阶段,有很多需要学习的地方。听完夏老师的讲座,我对自己进行了认真的分析,并重新修改了自己的职业生涯规划。我觉得本次培训使我受益匪浅,虽然,我对自身存在的很多问题,还没有找到一个很好的解决的方案和措施,但我会一直努力去寻找,去实践,希望自己敢快成熟起来。

俗话说,计划赶不上变化,职业规划同样也是一个动态的过程,它受诸多因素的限制,往往一个因素的变化就会导致整个计划的不可实施,所以说,一份职业规划书不可能伴随终生,我们势必要根据具体情况的变化而不断对其进行修改。

1、评估内容:我的职业规划是在考上大学的基础上制定的,如果不成功,那么我的计划将全盘落空,我不得不重新制定可行的计划。

2、评估的时间:一般情况下,我会定期半年检验自己是否做到如规划说上的安排,半年比较容易及时发现自己的缺陷和规划书的不足,可以及时改进一些错误,从而使得规划书与时俱进,更能反映自己的需要和要求。

秦小姐的情况是非常危急的，五年的时间却还在职业的初级阶段徘徊。同时没有明确的职业定位和规划目标。自己本身的能力和背景，被市场接受度你是清楚的，所以当务之急是找准发展方向，切入到适合自己的领域通过对工作经验弥补来增强自己的职业生涯竞争力，可是我们能看到是迄今为止你并没有意识到这一点，在自己还没有足够竞争力的时期就想以短期物质回报作为自己就业选择的重点，如果真的那样做，最终的结果可能会以遗憾告终，因为企业只会为你现有的能力和价值买单。企业给你待遇的多少只能根据你的竞争力的多少而定，所以做好定位规划经营好自己的职业竞争力是摆脱职业困境唯一的选择。同时自己的职业理想是必须依靠合理性和可行性的规划进行的。如果没有，那你的职业理想只能是零。合理可行的规划不是一叠打满字的纸，也不是泛泛而谈。而是一个可实施的流程策略，是一件关于个人发展的严肃的事情。

有了职业规划书固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、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，要靠自己去打拼！一个人对自己的目标不清晰，那么无论你的学历有多高，知识面有多广，那也只能是一个碌碌无为的平庸之人，又或只能一辈子做别人的跟班，做一个等着时间来把自己的生命耗尽的庸才。由此可见，职业生涯的规划对与一个有着远大理想的人来说是人生中一件很重要不平常的事情。我的理想是成为一名成功的渲染师，当我走进这所大学，走进动漫设计系的时候，我知道我已经离这个梦想不远了。

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。

从上大学后就一直处在困惑之中，时常问自身：“到底我的人生之路将如何？我的人生之路将如何走下去？怎样才能使自身一生无悔呢？”一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生”。是啊，人生就是一个不断选择的过程，每走一步自身都要做出选择，同时每个人都在设计自身的人生，都在实现自身的梦想。人生之路说长也长，因为它是自身一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为自身生活过的每一天都是自身的人生。在这世界我就像一棵很不起眼的小树，可是小树也有它的理想，为了让小树能够更好的实现自身的理想，长成参天大树。于是对自身做出以下一生的规划，以便于时常提醒自身不要忘记目标。

其实我自身对经济就比较感兴趣，希望在大学能够学经济管理之类的专业，但由于父母认为我的性格不适合，所以在选择专业的时候选择机械类(飞行器设计与工程)，但是进入大学之后才清楚自身对它并不感兴趣，还是喜欢经济方面。所以在毕业之后将会找与经济相关的专业。

(一) 自我分析阶段

1, 兴趣分析

合乎兴趣的工作才是事业，唯有将自身所长以及所的兴趣与工作相结合，做一个最好的搭配，才能称作事业——一个你永远都会努力的工作。如何才能对自身的工作感兴趣呢？

2, 性格分析

人与人之间是有很大的区别的，有的人乐意干事务性的工作，而有的人对信息加工与处理非常擅长，还有的人热衷于人与人之间的沟通和交流。这就是人的性格偏好所起的作用。因此，性格能让你在一种职业环境中获得成功，但在另一种职业环境中却大受挫折。

做了 MBTI 自测题之后，发现自身是属于 ESFP 型，即：外向实感感情认知型。

我是一个比较活泼、开朗的男孩。喜欢凭自身的感觉做事，比较重感情，喜欢与人沟通，团队合作，还很喜欢挑战自我。

3, 能力分析

我的动手能力比较强，不怕苦，不怕累，做事坚持到底。比较喜欢动脑，经过认真的思考来解决问题，能够接受别人对我的批评和建议。

4, 优缺点分析

优点：做事认真仔细，关心他人，有恒心，人品端正，有上进心

缺点：骄傲自满，信誓旦旦，过于关心他人

(二) 职业分析阶段

1. 职业生涯规划的重要性

在跟老师学习了职业规划之后，才认识到职业规划的重要性，职业规划就是我们对人生的规划，这将伴随着我们的一生，拥有成功的职业规划才能实现完美的人生。因此，职业生涯规划具有特别重要的意义。职业生涯规划可以发掘自我的潜能，增强个人的实力；职业生涯规划还可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会；职业生涯规划更能提升应对竞争的能力。

2. 家庭环境分析

我是来自农村的一个男孩，父母都在县城里做成生意，由于我家有三姐弟，我是最小的一个，姐和哥都已经大学毕业了，家里虽然不富裕，但是一家人过得很开心。家里人都很支持我，希望在我大学毕业后能够考取研究生，但是我想毕业后找工作，了解一下到底自身喜欢什么。

3. 学校环境分析

读初中的时候，自身就独立生活，没有人在身边管我，还有当时周围的环境不好，就整天跟着朋友、同学混，打架，赌博等等。但是后来清楚这样下去将会没有出路，所以在初三好好学习才考上了高中，进入高中后就变得低调了，不想和以前的那些混混接触，三年的高中生活使得我想变了一个人似的。变得那么的自以为是，心高气傲的，然后考上了大学。但是进入大学却十分的迷茫，不知道到底以后做什么，自身喜欢什么？

4 社会环境分析

我的家乡在贵州，它是一个十分贫穷落后的地方，各方面都比不上东部沿海地方。这里需要建设，需要大量的大学生，并且给我们提供了很好的自由发展的机会，但是还是不想回家乡工作，那里太落后了。

(三) 目标确定阶段

1. 短期的职业目标(20xx-20xx 年)

毕业之后，找份与自身专业相关的工作，获我自身喜欢的职业，跟同事，老板学习经验，虚心的向他们学习。对工作认真，多学习点。通过五年的学习，有点资本完成我的短期目标。

2. 中期的职业目标(20xx-20xx)

在有了稳定的工作，有了一些经验之后，并且在这几年有了一些积蓄，于是我想独立出来创业，开自身的公司，自身当老板。通过十年的努力，把自身公司的业务做大，将公司做强。

3. 长期的职业目标(20xx--20xx)

自身成为老板之后，会不断的学习新的知识，使自身更加的充实，用科学的管理方法来管理自身的公司，更别人多加交流，将公司做得更好。

(四) 职业计划实施

1. 教育为先

“学无止境，”“活到老，学到老”等。在现在的社会，竞争太残酷了，没有知识是不行的，我们必须不断学习，充实自身，让自身做一个对社会有用的人。过英语四级和六级，加强专业和非专业的学习。

2. 虚心向别人取经

在学校期间，经常和老师、同学多交流、讨论，从而在交流中学到一些对我们有用的知识。在暑假的时候参加实习，更加的了解工作和社会，并向他们学习。

毕业之后，步入社会，我们的经验毕竟很少，要向人家学习。经常与上司和同事沟通，加深了解，搞一些活动，增加友谊。

3. 实践锻炼

在学校的期间，多参加一些社会工作，通过这些活动，可以增加自身的胆量，和口头表达能力。还能结交到很多朋友，为今后打下基础。

在学校期间多参加一些有关职业方面的讲座和培训，让自身对职业有更深的了解和认识，为自身选择一个自身喜欢的职业做好准备。

养成良好的锻炼、饮食、生活习惯，也是十分重要的。我要有充分的时间锻炼身体。俗话说：“身体是革命的本钱”。身体不好，什么也干不成。

还有在平时要注重自身的言行，不要让自身的言行损害了自身的形象，好的言行是个人的精神面貌和个人素质的修养的体现。在假期做一些兼职，提高自身的社会经验，学会与人相处之道。

走向成熟的过程，是一个人人生态、价值观、世界观逐渐成熟的过程，是一个人人格形成和完善的过程。在新的学习生活中我开始学会独立，学会独自走向社会。我明白未来的路还很长，而一切都要靠自己。

一、个人基本情况

性别：男 专业：公共管理 年级：大一

个人基本分析：有理想，自信，善于思考，进取心较强，做事认真负责。可能存在的不足：不善于言谈，性格内向，人际关系处理上欠缺。

个人优势：大一学习努力，并取得了不错的成绩，参加了学校的很多活动，学到了很多经验。

个人劣势：体质偏弱，有时做事过于冒进，不顾别人的感受，交际方面存在明显不足。

二、短期目标(20xx-20xx)

20xx年，也就是今年，努力把学习成绩搞好，争取拿到奖学金。

20xx年，修读双专业，保证把两个专业的知识都学好，同时，培养自己的交际能力，处理好同学，朋友等之间的人际关系。

20xx年，在11年的基础上继续努力学习，寻求机会实习，并着力为公务员考试做准备。

20xx年，以优异的成绩拿到双学士学位，准备参加公务员考试。

三、中期目标

顺利考上公务员，找到一份待遇好，适合自己的工作，并在自己岗位上努力工作，寻求提升的机会。与此同时，继续深化自己的知识，不断提升自己各个方面的能力。

四、长期目标

拥有一个幸福美满的家庭，事业有成。

第一阶段：着重放在基础工作的夯实上。

全面、扎实的做好本职工作，认真研究本行业的特点，养成良好的学习、工作、生活的习惯，培养自己的人脉意识，学会有效的沟通，培养自己的职业人意识，这些基础知识都是对以后进一步发展具有决定性作用的，这也是实现从一个学生到职业人的转变的重要条件。

第二阶段：应该逐步的从普通会计的角色转变到管理者的角色。

也就是从普通会计到财务经理的转变，调整自己的知识结构，财务经理除了要有丰富的专业知识，还要熟悉企业全面的经营管理工作，并积极介入企业各项决策。

第三阶段：成为一个优秀财务经理。

一个优秀财务经理需要具备基本的理财能力、沟通能力、领导能力、财务决策能力、协作能力、时间管理能力、创新能力、学习总结能力等。协调上下级的关系，打造培养团队，辅助 CEO 决策，当好参谋，都是这一时期重点要锻炼和培养的。

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。

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。

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。

在出路方面，硕士毕业以后，约有一半的内地学生选择回到内地工作。另一半学生，则选择了留在香港工作，或是转到北美等地继续深造。

通常而言，由于授课制硕士的课程设置相对比较实用化，毕业生在人力市场中也往往有较大的优势。研究型的硕士在毕业后，一部分继续留港攻读博士学位，另一部分则凭借硕士阶段发表的学术论文转到北美更加顶级的大学攻读博士。通常而言，研究型的硕士一般都会在毕业以后继续攻读博士学位，所以对于并不想从事学术研究工作的同学而言，大可不必申请这一类的课程。

客观认识自我

职业生涯规划是一个过程，其最基础的工作首先是要知己，即要全面认清自我，充分了解自己的兴趣、能力特点、性格、自己的优势与劣势与职业价值观等，全面、科学地认识自我一般可以参考科学的人才测评报告。只有正确的认识自己，才能对自己的职业做出正确的选择，才能选定适合自己发展的职业生涯规划路线，才能对自己的职业生涯规划目标做出最佳选择。

评估职业机会

每一个人都处在一定的环境之中，离开了这个环境，便无法生存与成长。只有对这些环境因素充分了解，才能做到在复杂的环境中避害趋利，使你的职业生涯规划具有实际意义。

选择最佳的职业目标和发展路线。除了要正确认识自我，还必须更多地了解各种职业机会，尤其是一些热门行业、热门职位对人才素质与能力的要求。深入地了解这些行业与职位的需求状况，结合自身特点评估外部事业机会，才能选择可以终生从事的理想职业。

确定职业目标和路径

职业生涯规划的核心是制定自己的职业目标和选择职业发展路径，通过前面两个步骤，对自己的优势劣势有了清晰的判断，对外部环境和各行各业的发展趋势和人才素质要求有了客观的了解，在此基础上制定出与符合实际的短期目标、中期目标与长期目标。

职业目标的选择正确与否，直接关系到人生事业的成功与失败。据统计，在选错职业目标的人当中，有80%的人在事业上是失败者。正如人们所说的“女怕嫁错郎，男怕选错行”。由此可见，职业目标选择对人生事业发展是何等重要。正确的职业至少应考虑以下几点：(1)性格与职业的匹配；(2)兴趣与职业的匹配；(3)特长与职业的匹配；(4)内外环境与职业相适应。

职业确定后，向哪一条路线发展，此时要做出选择。即是向行政管理路线发展，还是向专业技术路线发展；是先走技术路线，再转向行政主管路线。由于发展路线不同，对职业发展的要求也不相同。因此，在职业生涯规划中，须做出抉择，以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯路线或预定的方向前进。

高效行动、终生学习

在确定了职业生涯目标后，行动便成了关键的环节。没有达成目标的行动，目标就难以实现，也就谈不上事业的成功。这里所指的行动，是指落实目标的具体措施，主要包括工作、训练、教育、轮岗等方面的措施。例如，为达成目标，在工作方面，你计划采取什么措施，提高你的工作效率？在业务素质方面，你计划学习哪些知识，掌握哪些技能，提高你的业务能力？在潜能开发方面，采取什么措施开发你的潜能等等，都要有具体的计划与明确的措施。并且这些计划要特别具体，以便于定时检查。

说到成功与幸福，碰巧有这么一件相关的事。两个月前，我受邀到广东佛山去参加一个会议，其间走访了一些企业，并且跟当地居民进行了一些交流。每到一地，我除了看经济和物质方面的东西，更重要的是看人的面部表情和精神状态，这是社会观察很重要的一个方面。我在佛山感受最深的是当地人精神状态好，幸福感强，幸福指数比较高。相对的，我在北京却经常听到很多人抱怨“不幸福”，说自己活得太累，生活压力太大。这引起了我的思考：相比北京，佛山不是大城市，也不是风景名城，但人们的幸福感为什么那么强呢？其实，早就有人提出，中薪阶层的幸福指数最高，那些世人看来“最不成功”和“最成功”的人士幸福指数却相对偏低。最新的“全球幸福指数”调查显示：国民幸福感名列前茅的并不是世界上最富裕的国家，而是拉丁美洲、亚洲以及加勒比海地区的中等收入国家。这些国家的人对生活的满意程度非常高，而美国、英国这样的富裕国家却分别排在了第114位和第74位。这些统计告诉我们，幸福感是相对的，与人们对周围环境的感受相关，带有强烈的主观色彩。这与你贫穷还是富有、是否成功出色不是简单的对应关系。显然，这对于那些抱着“成功就会幸福”想法的许多当代年轻人来说，或许会是一个不小的打击。这是因为很多来找我做职业生涯规划的青年，张口就是成功，仿佛这是唯一目的。当然，我并不排斥将成功作为规划目的，我想要强调的只是：成功不等于幸福。在做职业生涯规划之前，首先要弄清你究竟想要怎样的生活。

职业生涯规划的'核心是价值观，也就是说，你把什么看得最重。有人看重收入，那么职业生涯规划就会朝向高薪方向；有人看重地位，那么规划时就会优先考虑升迁；而有的人宁愿平凡安宁地生活，如此一来，职业生涯规划就会侧重稳定。一般来讲，职业价值观对确定职业规划具有本质意义。不过，从纵向来看，一个人的职业生涯规划也会因时因境做出一定调整和改变。比如，一般在职业规划初级阶段会较多考虑一些经济利益，

以满足自己的生存需要。职业规划随着初级目标的实现，职业规划就会多一些考虑成就感的获得；再进一步，职业规划则会加大幸福感的权重。当然，任何一种职业价值取向都是因人而异的。

当今社会处在变革的时代，到处充满着激烈的竞争。物竞天择，适者生存。职业活动的竞争非常突出，尤其是我国加入 wto 后。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。而不少应届大学毕业生不是首先坐下来做好自己的规划，而是拿着简历与求职书到处乱跑，总想会撞到好运气找到好工作。结果是浪费了大量的时间、精力与资金，到头来感叹招聘单位是有眼无珠，不能“慧眼识英雄”，叹息自己英雄无用武之地。这部分大学毕业生没有充分认识到职业生涯规划的意义与重要性，认为找到理想的工作的是学识、业绩、耐心、关系、口才等条件，认为职业生涯规划纯属纸上谈兵，简直是耽误时间，有那时间还不如多跑两家招聘单位。这是一种错误的理念，实际上未雨绸缪，先做好职业生涯规划，磨刀不误砍柴工，有了清晰的认识与明确的目标之后再把求职活动付诸实践，这样的效果要好得多，也更经济、更科学。

计划是人人都会的，计划可以让你有一个明确的目标。但是，做与否还在与自己。俗话说的好“说的好不如做的好”。如果只是一味的计划而不去实施，那也只能是空谈而已。每一个人都希望自己有美好的未来，这是我们的相似之处。而每个人的想法不同，每个人的梦想不同，努力的方向就不同。但是我们都在为自己的梦想而努力奋斗着。现实是未知多变的定出的计划很有可能遭遇问题，这就要求我们有清醒的头脑去解决可能遇到的问题。

为了给更多来自中国的同龄人在学业和职场规划等方面提供指导，在美国多所大学就读的四十余名中国女留学生此间正式创立非营利性联合学生组织“七姐妹在中国”。

创立者均来自美国东北部七所历史悠久的高校，其中包括巴纳德学院、曼荷莲学院和韦尔斯利大学。发起人之一金晨说，该组织希望利用他们在国外求学和求职等方面的经验帮助中国的同龄人在学业规划方面获得更准确的方向。

此外，该组织还邀请在教育、商业和其他领域较为成功的国内外女性代表与中国学生进行面对面交流，协助他们获取职场信息。

在6日举行的“七姐妹在中国”论坛上，包括联合国国际生态安全科学院院士龚巧玉等在内的专家女性代表就职业发展中如何提升自己的能力以及如何在职场竞争中发挥女性潜力等话题发表演讲。

此外，据组织者介绍，“七姐妹在中国”准备为国内许多年轻女性，尤其是女大学生，提供实习机会。

社会是不断变化的，而且是不断向前发展的，所以对我的职业规划要做出一些风险的预测。如果我不能够按规划完成以上制定的计划的时候，我会有以下的发展路径：

大学毕业后，没有考上研究生，则：

- 1) 直接参加工作，累积资本，为日后自主创业打下基础。
- 2) 一方面可以在国内找工作。
- 3) 同样也可以去国外留学，半工半读，继续深造。

4) 在众人的帮助下自主创业。自己现阶段随制定了自己的职业规划书，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。

在职场上打拼，除了处理好职场中的人际关系和出色的完成工作业绩之外，如何高效的规划自己的时间就成了很多职场人所关注的焦点，单位时间的效率决定每位小伙伴在新的一年里职场发展走向。

时下常用的时间管理方法主要有：

- 1、依靠自控力执行制定的计划表，但很多人不能坚持；
- 2、事情按重要程度和紧迫性分类处理；

但是，以上两个办法的实操性实在不强，那么问题来了，我们该怎么办。

举个例子，每当咱们做完一件事之后呢，不妨停顿一会，想一想下一件该做什么事情比较好，而这个时间空隙就是停顿点。

当然啦，咱也可以回想一下刚才哪里做的'不好，哪里可以改进，哪里可以提高，防止自己被工作的惯性思维牵着鼻子走

要知道，停下来思考是为了更好的蓄势待发嘛。

第一，以完善的管理制度和管理体系为员工提供工作机会和发展阶梯的必要保障。

公司建立和完善激励约束机制、岗位管理、薪酬管理、绩效管理、职业生涯管理等制度，提供职位、权责、待遇、福利等相关条件，并从尊重

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/028037001021007002>