

## 有关职业规划职业规划范文（22 篇）

---

### 有关职业规划职业规划范文（通用 22 篇）

#### 有关职业规划职业规划范文 篇 1

许多经理人在发生职业转换时，都产生这样的疑问：我可以胜任新工作吗？新工作会为我的职业发展创造条件吗？新工作是将自己推向了危险的境地还是更快的上升通道？

《新经理人的领导力》一书从"经理人如何学习和发展"、"选择正确的职位"和"形成职业发展的良性循环"三个角度给经理人职业规划提出了值得借鉴的思路。

经理人需要将工作学习和个人学习结合起来

为了使自己的管理工作更加具有效率，经理人必须进行大量的工作学习，掌握多方面的专长，包括技术专长、战略规划能力和人事管理能力。如果说工作学习更多侧重技能，那么个人学习则是为了提高自我的认知能力，即充分地了解自己的个性、优点和局限性，并了解自己可以做出改变的`弹性，提高处理压力和感情问题的能力。

认知自己，是经理人职业生涯时做出选择的第一步，而提高自己的各种技能、专长，包括应对变化的能力，是决定其职业发展的后劲与动力。

选择正确的职位

经理人在追求新的工作机会时，通常必须考虑两个因素：自己与这个职位（或组织）之间是否非常匹配？自己与这个职位（或组织）所需要的人是不是非常一致？

选择与自身价值观一致的组织非常必要，这样的组织氛围有利于自己全身心地投入工作；同时，合适的工作职位可以提供新的学习机会和新的挑战，有利于丰富自己的阅历和综合的管理能力，充分发挥自己的优势。而有些要求过高职位，虽然提供较高的报酬或者声望在外，但在自己未能充分认识自己的优势和弱点时，避免选择这些职位，可以规避潜在的风险。

#### 建立职业发展的良性循环

职业发展良性循环的描述是：在一个可以充分施展才能的岗位和组织里，经理人可以为组织的绩效做出自己的贡献，那么人们对他的资历和信任度就开始不断上升，更多的人愿意和他一起工作，组织分配更重要的工作任务给他；通过锻炼，他不断提高自己的能力，扩大自己在组织中的影响力，并能够在更高的职位上为组织的重要目标贡献。这样，他进入了一个不断强化的成功循环之中。

在职业发展的过程中，经理人希望进入这种良性循环，可以采取两个步骤：1、争取分配到重要的工作；2、构建起一个关系网络。经理在战略性思考自己的职业发展时，可以选择侧面移动而不是垂直移动，主动追求或创造一些职位，帮助自己获得更广泛的技能，使自己未来可以在更好的位置上为公司服务。关系网络可以帮助自己识别机会，更深入地了解公司未来动向，形成与上司和同事的良好互动关系，助力自己的职业发展。

## 有关职业规划职业规划范文 篇2

大家都习惯在职业生涯中制定目标并设定一个最后期限，这可以帮助你衡量你是否正在朝着正确的方向前进，保持你的动力。这里有一些常见的职业生涯的目标并不实际，所以你可能需要把他们从你的名单中清除出去。

### 1、每两年得到一次提升

晋升时间表往往是不太清楚。当然，一些公司有明确的时间表，但很多公司可能没有为员工建立完善的晋升程序。另外，你想要达到的角色随着时间的推移可能完全改变。

因此，相较于确定你要在一定的时间达到一个目标，不如观察公司文化，组织结构，并提出关于一些公司内的增长初步的问题。人们可能会看到他们的角色在不同的阶段的基础上的各种因素的转变，这比你随便定一个期限更有用。例如，如果你身处的

工作环境是当一个管理者离开时目标方能实现，您可能需要考虑在你目前所扮演的角色中创造新的'价值，专注于给团队带来更大的价值会带给你更令人心动的机会。

## 2、在五年内赚超过 10 万美元

工资、经验、你所拥有的一些东西以及一点小期待的确是一种生活方式的基础。因此，针对此设置一个职业生涯的最后期限让你的收入增加一倍是常见的，且赚更多的钱可以激励你做事情。但设置一个最后期限一定会导致一个假象：更多的钱会带来更多的快乐，一旦你达到这个数字你所有的问题就会消失。

所以，在你担任一个新角色前，不要仅仅激动于工资的提升，而要问问自己多出的那些薪水将会带来怎样的改变（相较于每日令人生畏的工作）。你也许会发现，如果你现下的薪水足够支付帐单，你会很乐意放弃一个耗时长却不那么有创造性的工作，以便你其他部分的生活得到丰富。

## 3、在三年内离开一家公司

跳槽意味着有许多要担心的事情，所以许多人也随意地设定了离开的期限，这样他们就不会在一个公司工作太久。也许一份工作并不全然意味着与你所希望的东西并行，或者并没有取得进步。但是，对未来的机遇保持注意力会使你分心，关注不到当前你所能得到的机会。

习得更多技能以使自己有资格抓住更多机会——让自己成为这个公司或者其它地方的机会。这会帮助你建立起一个更平衡的思维形式，无论是对于现在还是未来。创造职业期限仅仅是关于平衡的问题，预先计划是设想你想要成就哪些事情的一种可靠的方式，但是如果你以非黑即白的态度去看待那些期限，它就会失去价值。

### 有关职业规划职业规划范文 篇3

职业规划不要总是那么死板，时代在变化，公司也在变化，城市也在发展，所以职业规划可以从以下几个方面换一种思路考虑。

职场从来都不会风平浪静，但做到下面六点能够让你的职业生涯更顺利，不会卷入血雨腥风中而能顺风顺水驶向成功。

不管你是面临来自各方打压的新入社职员，还是准备挑战1:7 晋升机会的新手妈妈，还是已经到中年，计划着怎样能让职业生涯时间更久一些，这六个小贴士都对你未来的职业生涯大大有利。

#### 1 选择更有潜力的城市

亚洲将拉动未来几年的世界经济，这其中越南的潜力最强，战略动力学教授 Tracey Keys 表示：“胡志明市和河内是新热点，在将来的几年中有很多大公司将在那里开设分支机构，那里会有

很多工作机会。”星巴克及迪奥化妆品集团近期都在那里设置了子公司，许多大型酒店也在即将开业。

## 2 尝试绿色产业

或许你并不是生态斗士，但近几年绿色产品发展迅猛。再过去五年中可循环利用行业对职位的需求增长了 150%，预计到 20\_\_ 年会再增长 500%。这个行业主要需要工程师、项目经理、技师、会计、律师及公共关系专家，这个行业的 80% 的从业者都是从其他行业转换跑道到这个新领域的。

走在前面：如果你刚好从事相关职业，在考虑换岗之前可以先进行相关的职业培训，也可以查询一下其他国家的成功经验做自主创业。

### 3 “T” 型职业发展规划

今后市场上需要的人才需要“T”型知识储备，这就是说成为某个领域的精英，但同时对于相关其他领域也有一定的了解，其实就是我们常说的“一专多能”。很多人只是闷头做自己的工作，即便是邻桌的同事做什么也完全不了解，其实你要做的很简单，跟其他部门的同事多交流，周末一起约出来见个面，聊聊工作，你会发现你也可以高屋建瓴地掌握全局。

走早前面：你不要离开你的办公桌，无关自己被抄送的群组邮件的内容也多了解一下，你会知道其他人在做什么，职业在于分享。

### 4 学点法语，掌握更多

今后法语这个被超过 50 个国家使用的语言会极大促进你的发展，如果你本身英语基础不错学起来并没有你想象的那么吃力，同时你会感觉到这个效果几乎是立竿见影的。这不仅是在法国，广袤的非洲大陆也有极大的空间。

走在前面：除此之外俄语也是不错的选择，或是在你的工作中可能会用到其他任何语言，语言学习可以是一项长期工作。

## 5 利用社交网络

虽然经常使用微博或是朋友圈等社交媒体，但你知道你的影响力如何吗？微博会有相应的统计工具帮你记录，同时也有一款被称为 Klout 的 APP，可以通过各种社交工具的使用及各项指数，打出从 1 到 100 的成绩，分数越高，你的受关注程度也就越高。所以停止在社交媒体无聊地乱哈拉，你可以做些更有意义的事情。

走在前面：多关注一些行业内的专家，跟他们保持良好的互动对你有很大的帮助。

## 6 适时停一停

当进入职业倦怠期或是上升瓶颈期，一个有效地短期进修课程会让你的职业前景峰回路转的。如果你觉得辞职去上学有些奢侈，一些在职学习课程或是与职业相关的技能课程也是不错的选择。同时在上课时遇到的同学大多都是你的“同道中人”，说不定就是你今后的同事领导，人脉的积累也很有帮助。

## 有关职业规划职业规划范文 篇 4

## 一、自我认知

通过人才测评分析结果以及本人对自己的认识、朋友对我的评价，我认真的认知了自己。

1. 职业兴趣：研究型，希望日后能在科研方面工作。

2. 职业能力：逻辑推理的能力相对比较强，而信息分析能力也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

3. 个人特质：喜欢追求各种不明确的目标；观察力强，工作自觉、热情，能够吃苦耐劳；主张少说多做；爱学习；喜欢独立工作。

4. 职业价值观：基于家庭条件，首先考虑待遇较高的工作，对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会；当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想；

最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

## 二、职业认知与决策

### 职业认知

#### 1. 家庭环境分析：

家庭经济能力仅能维持正常的生活，我的学习费用为全额贷款，

## 职业生涯规划

我的父母亲的工作不够稳定，所以经济收入不稳定。家庭文化氛围一般，姐姐从医，妹妹钢琴弹得不错，父母亲均未完成九年义务教育，但支持我们最低完成大学教程。

### 2. 学校环境分析：

我就读于天津医科大学，生活环境一般，教学设施齐全，且比较先进，教学水平也较先进，只是学校更重视研究生，我们本科生不受重视；

所在预防医学系虽不是全校最好的学科，但专业课的科目开设受到一致好评，毕业的就业率百分百；

教学质量高，师资雄厚，总的来说，整体教学还是在不错的。

### 3. 社会环境分析：

我国人才的竞争日趋激烈，大学生就业难、失业率居高不下等等，都使我们的就业环境看起来不容乐观，而现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和，有些地域还存在性别歧视，女性就业前景不是很好。不过，政府愈来愈重视预防专业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

## 有关职业规划职业规划范文 篇5

### 一、我的性格特点

一直以来，我都生活得平平淡淡，家庭条件并不宽裕。过去的我几乎从不为自己的未来过于担忧，总是觉得就业距离自己太遥远，如今，我已是一个即将步入大二的学生，看到学姐学姐们辛苦的求职经历后，我才知道，未来并非自己想象中的那么一片光明，我需要对自己来一次好好的分析。以便于更好的进行自己的职业生涯规划。通过仔细的自我分析，我发现自己爱好广泛，喜欢写作，唱歌，可是不是很擅长。喜欢与人交流，是一个活泼开朗的女孩，性格乐观向上，责任心强，喜欢探索与创新，很多事情都有新奇的想法，与人交往时热情大方是我的优点，所以我的的人际关系良好，但是我的一个明显的缺点就是做事恒心不够，往往喜欢三分钟热度，所以自己制定的计划往往完成地并不理想。

## 二、解决性格缺陷

我深知人的性格一旦形成是很难改变的，但是如果想成为新世纪的人才我们就一定要克服重重困难，发扬自己的优势，改变自己的劣势，所以我下决心改掉自己做事恒心不足的缺点，我发现以前制定计划完不成还有一个问题就是自己的计划太宽泛，难度较大，我从现在开始要从简单的做起，制定计划时先从简单易行的做起，有简单到难。把大事化小，小事化了。慢慢把自己做事的恒心一点一点的积累起来！但是有时单凭自己的努力还是不够的，所以我也会时时注意别人的看法与评价，请老师与同学监

督与配合。

### 三、选择该就业方向的理由

旅游管理专业虽然在中国开设的时间并不长，但其在国外却有着相当悠久的历史。由于资本主义国家旅游业相对发达，这反过来又刺激了关于旅游的研究和旅游管理人才的培养，因而旅游管理专业一直是长盛不衰的热门专业。同时这些付出也得到了相应的回报。在美国一年高达多亿美元的旅游收入中科学研究和大批处于第一线的专业人才自然是功不可没。

由于旅游业其自身的特点：无污染、高产值、高附加值，所以它已成全世界经济的一个重要增长点，各国相继投入巨资来完善旅游业及其配套设施，在这中间，旅游管理人才的培养自然就成了重中之重。在我国，旅游业的发展也被提上一个很重要的位置，它已被列入将来中国经济的支柱产业，发展我国旅游业管理人才自然必不可少。我国已在许多院校开设旅游管理专业，而且会有更多的院校开设此专业，更多的才子也将投身于此朝阳专业。

旅游业会得到更为长足的发展，伴随着市场的扩大，旅游业产业规模将会急剧扩大，预计 20\_\_ 年左右，我国的旅游业总产值将会达到国内生产总值的\_%，并成为中国经济的支柱产业。根据世界旅游组织的研究结果，到 20\_\_ 年，中国将成为世界第一大旅游目的地，年接待亿人次的入境旅游者，同时 20\_\_ 年出境人数\_ 亿，位列世界第\_。

#### 四、自我因素分析

##### 内部环境因素

##### 优势因素：

- 1、乐观向上，热情大方
- 2、善于与人沟通
- 3、创新意识强
- 4、吃苦耐劳
- 5、愿意从基层干起
- 6、求职能力较强

##### 弱势因素

- 1、恒心不够
- 2、组织领导能力有待提高
- 3、身体素质较差

##### 外部环境因素

##### 机会因素

- 1、所学专业很好与所感兴趣的职业对口
- 2、了解旅游业

##### 威胁因素

- 1、同地区竞争力强

2、还有众多职业学校的人竞争此行业，他们要求普遍比大学生低。

### 五、行动计划

1、每天坚持锻炼身体至少\_小时；

2、每年争取保持成绩优秀并拿到奖学金；

3、平常要不断了解时事，尤其是了解旅游动态，并及时对事情作出分析；

4、计划在今年\_\_月分考到国家导游资格证书和酒店的高职工，还有其他想考的证；

5、计划大三就到与专业相关单位实习，向有经验的人学习，练习求职简历；

6、毕业之后即可找到一份相关工作。工作后继续深造。

### 六、生涯的评估和反馈

我觉得只要我在大学里努力做到正确的目标，学习好各种知识，掌握好各种技术，上述人生职业规划可行的机会是很大的。如果毕业后找不到旅游方面的工作，到时候我会根据市场的供需的情况而再次决定适合我的工作。不管周围环境及自己人生某一阶段出现何种的变化，都应该善于发现其中的各种机遇并驾驭这些机遇。

### 七、结束语

计划固然好，但更重要的在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都是一场空。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。理想，信念，追求，成功，未来，一切的一切都要靠自己去打拼。

### 有关职业规划职业规划范文 篇6

三十岁的职场人又到了一个人生重要的十字路口，继续打工还是“下海”创业，很多人对此犹豫不决。张宇就是职场中的一个典型案例。

#### 案例介绍：

张宇跟其他参加高考的孩子一样，大学志愿填的是图书管理类专业。大学毕业了，张宇知道这不是一个好行业，大学里过的非常的不快乐。大学毕业时，终于决定放弃自己的图书管理专业，重新寻找其他行业，希望能够重新发展并选择自己的职业道路。

张宇是个内向的人，不喜欢跟人争斗，只希望能够求得一份安定的工作，好让自己慢慢的实现专业转变，然后再谋求职业上的发展。然而，图书管理专业，找工作一点优势都没有，找心仪的工作谈何容易。不得已，谋生存求发展，张宇随便找了份工作安顿下来，可是工作并不如人意。不开心的工作做了一段时间后，张宇换了份工作，因为没有好专业，所找的第二份工作只在薪水方面有所调整，跟第一份工作一样，依然没有办法寻找到合适的

职业方向。

转眼间，几年过去了，张宇的同学们有的当了主管，有的则当上了经理。而张宇却因为一直在更换工作，寻找职业方向，始终在办事员的职别徘徊。三十岁到了，张宇突然发现，几年过去了，自己依然没有找到职业方向，更要命的事情是，没有培养出任意一种职业技能来。

张宇感到了深深的不安，看看自己的同学，不想见他们，觉得他们嘲笑自己；再来看看自己，张宇认为觉得自己做事情很认真，社会对自己不公平。张宇不知道自己怎么了，也不知道下一步应该怎么办。迷惘的张宇把自己的情况仔仔细细的写下来，发给世界经理人办公伙伴[offi，希望获得帮助，并询问自己从事业务是否合适。

职业分析：

根据张宇所描述的情况，对张宇的心态、职业现实情况等等进行了分析。

职业心态方面：

张宇是个内向的人，渴望找一份工作稳定的工作，并逐步的培养自己的专业能力。但在过去的几年里，张宇因为专业和生存问题，不得不勉强自己在不喜欢的工作上工作，希望通过这种经常性的跳槽的方式来摸索并找到自己的职业定位。这说明张宇渴望成功，但焦躁的心态，使得张宇不管对待什么工作，都没有足够的耐心。一个焦躁的，对任何工作都没有耐心的人，不管在哪个公司，都无法得到重用，更别提学到有用的职业技能的。

职业现实情况方面：

张宇的大学专业是图书管理，工作后并没有从事这份工作，加上工作后，几乎一年一跳的去摸索自己的职业方向，导致了张宇在过去的几年里，始终没有培养出一定的职场技能，更别提职场核心竞争力。应该说，张宇目前的情况相当糟糕，一个已经三十岁的人，在没有职场技能以及核心竞争力的情况下，希望获得发展是很困难的。

职业希望方面：

在后来与张宇的 QQ 聊天过程中，通过张宇焦急的、不连贯的话语，世界经理人办公伙伴还是感觉到了，张宇目前最期望的，是希望在业务方面发展，逐步的培养自己的竞争力。因为自己的性格因为内向，又害怕还是做不好这份工作，同时也觉得业务不稳定，不能够提供一定的生存保障。

心态方面：

专家指出，张宇过去的心态一直有问题，而且目前的心态依然存在很大的问题。

张宇认为同学嘲笑自己，在自己的职业发展实在不好的时候，总觉得同学的一言一行，都是在嘲笑他，事实上这种情况并不存在，这是张宇心理的一种自我心理假象。

张宇觉得自己做事情很认真，社会亏待了他，事实上，张宇一年换一份工作，不管哪家公司招聘到张宇，都会因为张宇的离职而不得不重新招聘，并重新整顿这个岗位。单是这一点，就可以充分证明，张宇做事情极其不认真。

社会里，一个没有耐心的经常换工作的人，不管在哪家公司里都不会得到重用，得不到重用，自然没有办法晋升上一个岗位，自然没有办法学习技能，也没有办法获取职场竞争力了。

从这两件事情里，世界经理人办公伙伴建议张宇先耐下心来，在目前的工作岗位上安心工作下去，不管以前如何，先把目前的这份工作做好。同时在这份工作慢慢调整自己的心态，以一颗宽容的心去对待自己的同事以及社会，不要再抱有委屈心态。一个人要想把工作做好，要想获得晋升提拔，心态上面就应该公平公正，一个总觉得自己很委屈的人，想不出来会有哪位领导者会给他机会。

张宇做好职场生涯规划同样重要，职业生涯设计的五大前提

1. 正确的职业理想，明确的职业目标。职业理想在人们职业生涯设计过程中起着调节和指南作用。一个人选择什么样的职业，以及为什么选择某种职业，通常都是以其职业理想为出发点的。任何人的职业理想必然要受到社会环境、社会现实的制约。社会发展的需要是职业理想的客观依据，凡是符合社会发展和人民利益的职业理想都是高尚的、正确的，并具有现实的可行性。大学生的职业理想更应把个人志向与国家利益和社会需要有机地结合起来。

2. 正确进行自我分析和职业分析。首先，要通过科学认知的方法 and 手段，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。避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。其次，现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特点。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；还要了解职业所需要的特殊能力。

3. 构建合理的知识结构。知识的积累是成才的基础和必要条件，但单纯的知识数量并不足以表明一个人真正的知识水平，人不仅要具有相当数量的知识，还必须形成合理的知识结构，没有合理的知识结构，就不能发挥其创造的功能。合理的知识结构一般指宝塔型和网络型两种。

4. 培养职业需要的实践能力。综合能力和知识面是用人单位选择人才的依据。一般来说，进入岗位的新人，应重点培养满足社会需要的决策能力、创造能力、社交能力、实际操作能力、组织管理能力和自我发展的终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

5. 参加有益的职业训练。职业训练包括职业技能的培训，对自我职业的适应性考核、职业意向的科学测定等。可以通过“三下乡”活动、大学生“青年志愿者”活动、毕业实习、校园创业及从事社会兼职、模拟性职业实践、职业意向测评等进行职业训练。

## 有关职业规划职业规划范文 篇7

### 一、前言

在人才竞争的时代职业生涯规划开始在人争夺战中的另一利器对各家院“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的手段；而每个人生命有限的规划势必会生命的浪费我试着为拟定一份职业生涯规划将的未来好好的设计一下才有动力。

### 二、自我评价

我当代本科护理有用之才平时喜欢外出散步、聊天还有上爱看杂志类的书籍平时与人友好相处基础亲人、朋友、但毅力、恒

心不爱运动有时晒大器的气质和个性

三、当今社会

以人才为基础、以疗效为、以服务求生存理组织发展战略、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

#### 四、未来人生职业规划与行动计划

所向护理事业发展这本人特对未来十年作规划如下：

1、20\_\_年——20\_\_年境及条件优势习、工作、生活能力个人综合素质并就业（规划见后）

2、20\_\_年——20\_\_年

熟悉期：3年左右的的尝试努力找到合适自身发展的工作环境、岗位

主要内容：

（1）升自身练英语四、六级考好

（2）个人发展、人际关系：在期间主要职业生涯的基础工作

（3）生活习惯、兴趣爱好：交际的环境下尽量有规律的个人习惯并参加健身运动

3、20\_\_年—— 20\_\_年在的工作岗位上

#### 五、评估

计划固然好但更的在于其实践并任何只说不头来都会一场空然而现实未知多变的定出的计划随时都遭遇问题要求有清醒的头脑。

## 有关职业规划职业规划范文 篇8

作为一个，我们更早一步地规划未来，制定目标，为自己即将踏出社会作铺垫。在这个时候，如果对自己的目标不清晰，就好像上司说随时裁员，微软离破产永远只有半年，医院告诉家属病人可能随时醒来，又可能永远不醒。未来一片迷雾，让人心里永远定不下心神，又怎么能好好学习好好工作呢？由此看来，制定职业规划对于我们中职生来说有多么重要与不平常啊。

现在这个社会，职业规划必不可少，现在的学习是为了将来的生活，为了未来能在社会中安稳地生存，只有试着为自己拟定一份职业规划，才能将来在社会上立足时不慌不忙，冷静地照着自己设计好的路线走，不必愚蠢地浪费时间。中国是个人口拥挤的大国，就业难是个普遍的难题，若此时不为自己先布置好前程，又怎么能到时再社会上占据一席之地？因此，我在此为自己写一份职业规划书，设定目标，才有动力。

### 自我认知

经过对自身良好的剖析，理性的思量，我透析自己的性格，更全面地思考了未来，于是，我写下了如下的职业规划书：

### 职业兴趣

人的一生中，理想总会随着思想的成熟而变化。从很小的时候开始，我就拥有了许多理想，但小时候的离奇梦想，又怎能搬到现实当中来，所以，经过深思熟虑后，我下了决心，选定了一

个明确的目标平面设计师。

我喜欢绘画与计算机，从小就喜欢设计各种各样稀奇古怪的东西，我相信，我的兴趣爱好能够成就我的职业，因为这便是我的职业理想，我热爱它。

我现在是一个平面设计专业一年级的在校读书的中职生，正在初步学习素描和计算机，下个学期，将开始学习我期待已久的平面广告设计课程，我将一丝不苟，专心致志地学习，不荒废时间，定要为将来打好基础，做一个优秀且出色的平面设计师。毕业后在深圳找一份设计师的工作，实现自己的终极目标，开始新生活。

在这一学期的学习中，对这个专业的专业课，我学习到了很多，素描我正在一点一点进步，photoshop 和专业考证我也正在积极地利用星期六日练习与熟悉。这几门专业，对我们以后的学习与工作有着巨大的帮助，我们必须能够完全地熟练地操作它们，以到时候扩大我们的工作范围，保证我们工作的稳定。三年时间，我相信自己能够学习好美术与计算机，能力得到一定的提升，然后充满自信地踏出学校，去拼搏，去奋斗

个人特质

在下，是一个典型的双子座女孩，好奇心特别强，接受新事物快，喜欢打破常规，这对于设计新事物，有着很大的帮助，我认为自己非常适合平面设计这门专业，而且一定能胜任。我的性格是比较温和，低调，有责任心，有公德心，与周围的人相处非常融洽。在学校，我是个幽默，调节人际关系强的人，老师交给我做的事情，一定全力以赴，做到最好，经常得到老师的赞赏。班里时常要求我们设计手抄报，开动我们的思维，为此，我愈来愈喜欢这个专业，我对自己设计出来的东西，有成就感。

### 职业价值观

我认为，先就业，在择业，是最好的就业方式。先就业，再仔细地寻找与自己最匹配的，最适合自己的工作。这份工作，不一定要高薪，不一定要高职位，最重要的是自己喜欢，并且合适自己，自己能掌握得当。同时，仍旧要不断提高自身素质，学习更多的能帮助提升自己专业的技能，锻炼自我，丰富生活，为自己创造一个美好的未来。

所以，一开始，我只希望进入一家广告公司当一个小的设计师，待自己能力得到一定的提升后，再一步一步往高处走，继而创业。

### 胜任能力

### 优势

1、性格外向却温和，人缘好，待人处世成熟，责任心强，有耐心。

2、兴趣广泛，接受新事物极快，写作能力甚强。（曾得过全国作文大赛奖项）

3、专业基础扎实，知识了解范围广。

劣势

缺乏实际工作经验和社会经验。

职业认知

家庭环境分析：我出生在深圳，父母是普通市民，做做小生意，家里经济能力不太好。我自知这一点，所以从小独立意识就非常强的我，从初中开始就学会利用暑假寒假的时间，找临时工作。虽然家里条件不太好，但从小到大，我受的却是最好的教育，爸爸妈妈希望我勤奋努力，自立自强，他们自己亦为了生计而奔波劳累，为了我和弟弟的学业。父母总是无条件为我们付出，把希望寄托在我们身上，愿我们以后走的道路能够通畅。一个平凡的家庭，一个平凡的我，都很幸福，很无忧无虑地生活着。家人给我的不离不弃，是我拼搏的最大动力。

有关职业规划职业规划范文 篇9

少有人将这种改变的欲望具体化为一个个清晰明确的目标，并为之坚持不懈地奋斗。所以，很多人的欲望就仅仅是梦想而已。职业教育因此应运而生。而我国长期以来，学校、家长和孩子都围绕着升学在转，无暇对社会的人才需求和学生未来的职业定位进行深层次的思考和规划，以至于到中学生填报志愿时比较盲目，进入大学、中专以后，学生的学习目标设定、人生规划普遍存在被动性、盲目性、盲从性，学习动力不足，往往学生的职业教育要到进入大学才开始，具有滞后性。这些现实都从不同程度上反映出我国职业教育还有待加强和改进。

职业教育应从小学抓起。需要进行职业教育的人群可以分成四类，第一类是小学生，第二类是初中生，第三类是高中（中专）生，第四类是18岁以后的成年人，不同的时间段有不同的职业教育分工。而小学阶段的职业教育是启蒙教育，是小学生了解自己、认识社会、理解职业的开端，将为小学生终身的职业规划奠定底色。

首先，要在全社会形成高度重视职业教育的思想意识，认识到职业教育不仅仅是学校的任务，更是关乎整个民族健康发展的大事，社会、家庭、学校共同负责对孩子进行职业教育，让全社会有一个重视个体职业发展的环境和氛围。并且进一步形成职业教育要从娃娃抓起的共识，充分认识到小学职

业启蒙教育的重要性。

其次，要认识到当代小学生处于一个多元、发展、冲突、合作的社会环境中，小学生社会心理的早熟性特点比较明显，所以，引导小学生客观、正确地了解自己、认识社会、理解职业，开展小学生职业启蒙教育是促进其身心健康发展，开启其智慧的必然要求。

在小学生职业启蒙教育的实际开展中，要注意把相关教育内容纳入其教学计划之中。在积极借鉴国内外小学职业启蒙教育成功做法的基础上，结合中国的实际情况，首先要努力改变目前在小学教育阶段对学生的职业启蒙教育没有清晰的规划和设计的状况，让劳技课、职业启蒙教育课真正进入每一所小学的课堂；其次，在课程改革中，要把一般的职业知识教育充分渗透到小学的教学中去。让孩子从小就了解到社会的分工与合作，各种职业的基本特点和内涵；再次，将职业启蒙贯穿于小学教育的全过程，构建小学职业启蒙教育的渐进阶梯，随着各年级小学生认知能力的不断提高及课程的不断深入，小学职业启蒙教育的教学内容要体现循序渐进及小学生身心发展阶段性的特点，让孩子能随着课程的深入，不断地了解自己、认识社会、理解职业。

具体来说，小学生的职业启蒙教育可以分为三个阶段：

第一阶段利用学生家长等资源，请来家长为孩子“现身说法”；

第二阶段就是“各行各业知多少”，让学生查询实现理想要具备哪些素质；

第三阶段则是“我的近期规划”，制订切实可行的小目标。教学上可以采用课堂讲授、案例讨论、生涯游戏、情景模拟、互动交流等方式开展教学。也可以借助小学生的第二课堂活动，开展职业启蒙教育，为小学生下一步的职业规划铺垫。

百年树人，职业规划教育适早不适迟。如今教育资源有限，想在生存竞争日趋激烈的社会上保有立足之地，就需要合理判断，找到适合自己的人生道路。现代教育的核心已经从教会孩子读书认字，深化为帮助孩子走上社会做好准备。所以，职业规划教育应从小学抓起。

## 有关职业规划职业规划范文 篇 10

### 一、引言

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。正确的生涯规划能够帮忙我们目标正确的发展自己，仅有不断追求和改善自我才会成为成功者；能够帮忙我们扬长补短，了解自己的短处，才能改善自我、提高学习的针对性、实效性。仅有制定出贴合自我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梦想。

### 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，对工作的适应本事，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，有职责心、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，最终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先越多，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，期望得到社会的认同，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，期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，自己能够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、本事

本事是从业者在职业活动中表现的能动实践本事。

A、能够理解客观事物并运用知识，经验等解决问题。

B、我能够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，供给出国机会。

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：政府此刻实行医疗改革，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，才会拥有完美人生。发展目标是建立在贴合实际的基础之上的，仅有实事求是，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：热心团体活动，提高交际本事，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、在教师同学的监督下，争取考出育婴师的证明。

B、坚持学习英语，此刻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，构成良好的发展环境。

## 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、从事工作必须时间，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，自己能够充分发展，并经过努力能够在工作中发展，社会提高中取得成就，工资待遇还算满意，能够处理好人际关系。

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，贴合实际发展。

## 八、结束语

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

有关职业规划职业规划范文 篇 11

## 自我评估与分析

就自身而言，我认为自己的兴趣与爱好其实是比较广泛的，具体的讲自己对计算机、文学、美术等方面比较感兴趣，同时还比较关心时事新闻。而我平时也喜欢看相关爱好的书籍博文，此外喜欢户外运动，喜欢打羽毛球、跑步。闲暇之余我喜欢画画、听音乐看电影。

## 性格的态度特征

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/265312234122011344>