

大学生职业生涯规划书

——脚踏实地实现人生理想

作者：谢天恩

个人资料

姓名：谢天恩

性别：男

籍贯：广西岑溪市

所在学校：柳州职业技术学院

所在系科：机电工程系

联系方式：13457215355

QQ：534260622

引言

- 作为一名有理想,有抱负的大学生,我们在生活培养各种能力、在努力学习专业知识的同时,要进一步的规划好自己的职业生涯,职业生涯规划准确、合理,可以说是一个人成功的关键。
- 诚然,一份理想的职业生涯规划书,并不代表一个人的成功,还需要艰辛的付出行动,一步一脚印,走好人生每一步,才是我走向成功的前提。

一、自我分析

二、计划设施—目标分析及步骤

三、我所缺少的——差距

四、我想要获得什么

——成功标准

五、自我评估调整

六、结束语



1、自我分析

➤ 我想做什么——职业方向及总体目标

企业一线工人——企业管理主任——企业老总

➤ 执业地点选择——

➤ 我为什么可以做

1、个性分析：有上进心，同情心，做事果断，顾全大局，有责任感。很能够做到换位思考，体谅别人的心情。善于发现别人的优、缺点，并希望能够做到取长补短，帮助他们实现目标。能够成为个人或群体成长和进步的提供自己的力量。具有良好的语言表达能力，极强的团队精神和领导组织能力，在团体中能很好地帮助他人，并有鼓舞他人的领导能力。属于沉稳+果断+自信+持之以恒+勤奋型。

2、S，W分析

优点 (S)	缺点 (W)
做事有责任心	缺乏耐心
为人乐观、自信、正直	缺乏社会经验
有上进心	意志力不够强
集体观念强	英语口语表达能欠缺
适应能力强、交际能力强，人际圈广	容易感情用事
具有良好的管理和组织能力强	粗心大意

3、环境分析

■ **(1) 家庭环境：**家住山陵地区，交通不便，父母年迈，常年以种粮食为主，为能供我两上学，年已中甸的父亲一年四季大都在外打工，哥哥也是如此。话说：人穷志不穷，生活在这个样背景的家庭，锻炼了我有上进心、不怕吃苦等精神。选择在家乡工作有利于照顾父母。

(2) 学校分析：柳州职业技术学院是国家示范性高等专科院校，师资雄厚、教学设施齐全。且我的专业是机电一体化技术，属广西优质专业。学校近几年来此专业的就业率一直是97%以上。

(3) 社会环境分析:

- 目前在世界金融危机影响下,大学生就业越来越困难,许多人面临失业,而等到我毕业时社会将会积压了大量的人力资源。所以我们的竞争压力也将越来越大。这对于我是极大的挑战。而我要做的是不仅是学好技能,还要提高文化素养。鲁迅说的:世上本没有路,走的人多了便成了路。路漫漫其修远兮,吾将上下而求索!
- **(4)、职业分析:** 目前在世界金融危机影响下,大学生就业越来越困难,许多人面临失业,而等到我毕业时社会将会积压了相当多的人力资源。所以我们的竞争压力就如滚雪球。这对于我们既是机遇又是挑战,“我颓废的今天,正是昨天殒身之人祈求的明天”珍惜每分每秒,努力提高自我,改善自我。

4、职业兴趣测评

类型名称	得分	职业类种
社会型	15分	社会学者、导游、咨询人员、社会科学教师、学校领导、精神病医院工作者、公共保健护士
现实型	20分	操作X光的技师、工程师、自动化技师、机械制图员
研究型	10分	药剂师、地质学家、科技工作者、气象学家、科学报刊编辑
企业型	25分	旅馆经理、政治家、商人、律师、调度员、饭店经理
常规型	15分	统计员、计算机操作员、法庭速记员、银行出纳员、会计、记帐员、秘书、办公室职员
艺术型	10分	记者、雕刻家、室内装饰专家、摄影家
所适应职业：企业型		

二、计划实施——目标分析及步骤



- ❖ 根据对自己的分析与了解，以及在学校和企业的学习，我将计划分为学生时期短期目标中长期目标。（具体见附表）

附表一

	时间跨度	总目标	分目标	策略和措施
学生时期	2009年 —— 20011年	(1) 大学毕业拿到四级证书 (2) 拿到电工、钳工证 (3) 寻找一份爱情, 继续拓宽人际交往范围	(1) 大一考英语B级、大二考英语四级证书、电工证书 (2) 大二学习经济管理 (3) 找女友、与更多的同学建立友谊	努力学习提升专业能力, 加强英语单词听力练习。上经济辅导班学习经济管理。并自学心理学、哲学。找位志同道合的女孩建立友情, 同时, 同时继续担任班干, 进一步提高我的组织和领导能力。

附表二

短期目标 (毕业后6年)	20011年 —— 2016年	(1) 踏上企业，从一线工人做起 (2) 在职深造，取高级技工证书 (3) 与女友加深感情，与同学、朋友建立兄弟情	(1) 进企业，逐步提高自身专业及职业素质。 (2) 利用空余时间，看公务员书籍 (3) 让女友、朋友进一步相信我	(1) 在工作岗位中积累经验。虚心请教本行业技师及工作人员，提升自己的专业能力。使综合素质提高。 (2) 从生活一点一滴帮助他人。 (3) 接触女友父母让他们进一步了解我。
中长其目标	2016年 —— 20**年	(1) 做一名真正技师，当企业管理者，争取当公务员 (2) 与女友结婚	(1) 在此领域争做强者，使技师得到创新。 (2) 评职称，进一步扩大人际关系网。	(1) 在企业工作中一步一脚印，并在该行业中突出表现自己的能力。 (2) 孝敬双方父母。

三、我所缺少的——差距

- **知识目标差距：**知识并不牢固、且知识面窄。
- **职业水平差距：**缺少实训的工作经验，对驾驭企业能力较弱。
- **社会经验差距：**未看透社会的人生百态，社会经验匮乏。

四、我想要获得什么

——成功标准

- （一）完成相应阶段的目标：
- 1、工作单位——柳州大型企业，收入稳定。
- 2、人际网——与同事和睦相处，上下级关系和睦。加强企业间领导、员工的各种交流。
- 3、成果——梦想成真，为一名优秀企业家。
- 4、成就——做一名优秀的企业老总。

五、自我评估调整

（一）评估内容

- 职业目标评估：如未获得技工相应证书，职业目标将转向其他管理类企业，或者选择自主创业

（二）评估时间

- 一年评估一次规划，如有特殊情况将适时调整

（三）规划调整遵循的原则

- 针对性原则 ——针对自身学习状况、家庭状况及所选职业发展状况
- 实事求是原则——如实评价自己各方面状况
- 特殊性原则 ——特殊情况应特殊对待
- 阶段性原则 ——根据自身状况对每个阶段计划做及时调整
- 完整性原则 ——计划的调整须照顾整个计划的完整性

六、结束语

- 正如尼采说过：“人宁可追求虚无，也不能无所追求”。对于职业规划，我觉得我们追求的应该是一种人生的价值，树立自己的人生目标和阶段目标，对自己的未来做认真的规划，用心地规划，珍惜每一分每一秒，因为“我所颓废的今天，正是昨天殒身之人所祈求的明天”，通过坚持不懈的努力，一步步落实和执行既定的规划并达到最终目标。
- 当职业规划书画上句号的时候，我知道自己胸怀理想，人生的路途征程中目标更明确，但是这毕竟只是纸上谈兵。俗话说得好：理论与实践相结合。我会运用这些理论去指导以后生活、学习和工作中的实践，使自己的职业生涯规划不断丰富、合理、准确。同时我要用实际行动去一步一脚印的实现我的人生理想。
- 最后，感谢我的指导老师：周艳老师。以及身边各同



谢谢观看

生活的路就在我的脚下

