# 大学职业生涯规划书大一新生 大学职业生涯规划(实用14篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2025-01-17

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧大学职业生涯规划书大一新生篇一记得去年9月16号刚刚步入大学校门的时候，些许希冀，些许兴奋，些许迷茫，些许...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**大学职业生涯规划书大一新生篇一**

记得去年9月16号刚刚步入大学校门的时候，些许希冀，些许兴奋，些许迷茫，些许不安，四年之中的学习生活应该怎样度过?四年之后的发展道路又应该延伸向何方?时间如水，光阴似箭，转眼间，大学的四分之一已经离我而去，在一年后的今天，通过对大学生职业生涯规划课的学习，我已经不再彷徨，不再迷茫，而是明确了目标，找准了方向，并准备为之努力拼搏。大学生职业生涯规划，它是我大学生活的启明星，它是我人生道路的导航塔，它唤醒了我的职业生涯规划意识，它使我系统全面的认识自我并在此基础上找到了适合自己的职业规划道路，总之使我受益匪浅。大学生职业生涯规划课给予我的思维意识与规划方法，不仅仅局限于大学四年的学习生活，而且将会延伸到未来的工作与生活之中去。

一自我认识。

1感性认识。

从自己的角度来分析：在生活中，我有时喜欢独处，自己一个人读读书或者听听歌，有时喜欢和大家一起玩，经常会从和朋友的聊天中得到一种愉悦的感觉;在学习上，我比较严谨，注重学习过程中细节上的精确性，希望尽可能做得完美。

从他人的角度来分析：在家长的眼中，我是个比较听话懂事的孩子;在老师的眼中，我是个比较踏实认真并富有潜力的学生;在朋友的眼中，我是个有时严肃有时搞笑，具有亲和力，比较平易近人的女孩。

综上分析，我认为自己的性格特征比较倾向于双面性，有时外向，有时内向，有时好动，有时好静，但总体上是一个开朗乐观的女孩，比较积极进取并且渴望独立，但是有些方面有些情况会缺乏自信。

2理性认识。

根据霍兰德理论分析，我具有社会型，现实型和研究型的复合型特征。

二专业认识。

1.就业现状。

当今世界对环境污染问题，新能源的开发，新武器的研制，新材料的合成，以及一些新药物的研制等问题都十分关注，所以我们所从事的就业范围十分广泛。虽然化学专业的学生就业面不窄，但是对于我们本科毕业生来说，就业现状却不容乐观，因为我们现在所学并不细致深入而太过于宽泛，而且我们大多缺乏实际工作经验，所以我们仍需不断提升自己。

2.就业前景。

化学专业的本科毕业生适宜到石油化工、环保、商品检验卫生防疫、海关、医药、精细化工厂等生产、技术、行政部门和厂矿企业从事应用研究、科技开发、生产技术和管理工作;适宜到科研部门和学校从事科学研究和教学工作;也适宜继续攻读应用化学及相关学科的硕士学位研究生。

三未来的方向分析。

1职业发展路线。

到药品公司、食品公司、化妆品公司、精细化工厂等与化学相关的.企业求职，主要从事有关应用研究、产品开发、分析检验或质保监测等相关工作。

2职业抉择理由。

通过数据统计研究发现，在当今的社会时代背景下，第一，对于招聘公司来讲，在某种程度上其更倾心于高能力者而非高学历者，一定的工作经验对能力的考核起着极其重要的作用。第二，对于自身来讲，作为一名女生，基于生理、心理等各种原因，本科生的就业率高于研究生。因此，我放弃继续深造而是选择就业，以此提高自己的实战能力，并决定在工作的同时利用空余时间对所从事的及其相关领域进行更深层次地学习研究，以此提高自己的专业能力，通过这两方面的提升为将来的进一步发展奠定坚实的基础。

3职业抉择因素。

(1)根据swot法则进行分析。

a优势因素。

目标明确;积极进取;勤于思考;敢于尝试;勇于创新;。

乐观开朗;富有梦想;思想成熟;喜欢挑战;渴望独立;。

与父母关系很深;与朋友相处融洽;经常得到老师赞许;。

**大学职业生涯规划书大一新生篇二**

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。

5.胜任能力：

1)能力优势：头脑灵活,有较强的上进心，逻辑推理能力比较强;相信自己行，能全神贯注，能够客观地分析和处理问题，对自己要求严格，经常制定目标.

**大学职业生涯规划书大一新生篇三**

在不断发展的社会环境里，科技进步、经济高速发展；高等教育也在快速发展，这些都增加了我们毕业后的竞争压力。我们面对这样严峻的\'就业压力，毕业后如何找工作？又怎么才能找到适合自己的工作？这些都取决于大学期间自己有怎样的业规划，是否为自己的职业人生创造了一个良好的起点。

很多人进了社会之后，因为没有做好职业规划，让自己的生涯路越走越迷茫。在课上，老师以多样化、形象化、生动化的授课方式，一步一步引导我们制定大学生职业生涯规划。现在，我懂得了确立自身发展目标的重要性，并开始思考未来理想职业与所学专业的关系，尤其，在那次为自己制定职业规划的过程中，我想了很多，切合自己的实际进行了深入分析，为自己认真制定了一条职业生涯。设定了发展的目标，增强了学习的目的性、积极性和方向性。

确定一个人的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的成功。

大一的时候做的职业生涯规划曾规划大二上半年我要考计算机二级证；大二下半年我要拿到普通话一级甲等；大三上半年，锻炼自己的工作能力及应聘能力。这些我完全按照规划做到了。我对自己指定的目标是是做一名电子商务师。虽然我现在还不会实现这个规划，但是我一直在朝着这个目标前进。实习期间我尽力一家电商公司的推广部做了一名推广专员。由于主管是电子商务师，所以自己也一直朝着这个方向努力。目前做的微信营销，我相信只要按着对自己的规划一步步踏踏实实的一定会有所成就的。

在工作期间我认为有几点是非常重要的：1.第一个主管非常重要。第一个主管能对个人产生深远的影响，好比职业生涯中的第一个启蒙老师，因为第一个主管的人品、办事风格、是否会培育教导员工，都将对你以后的工作态度和职业习惯产生重大影响。所以最好能在初期的面试中尽量多沟通，了解主管的风格和思想。2.待遇不是惟一考虑条件。一个人大学毕业大约22岁，60岁退休，可以工作的时间有将近40年，挣钱的机会其实很多，年轻人不要将待遇作为衡量工作的惟一标准，重要的是看是否有发展前景与学习机会，有热情的投入，为成功的职业道路累积深厚的能量。3.不要骑驴找马。一旦选好了工作，就是对公司有基本的承诺，没有把握在这家公司做足两年，建议在最开始就不要接受。否则不仅伤害公司，也伤害了自己，频繁调换工作实际是为自己未来设置更多的障碍。

我们的职业生涯规划，它是一个漫长的过程，其成功与否也是以其一生的标度来考量的。我们生活在一个变革的时代，一切都在变化，唯有变化是不变的。我们的职业生涯规划，就是用未来的目标来预示自己的变化。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。通过职业生涯规划的一步步实施，我们从中得到了专业课中无法学到的知识。让我们一起?自我定位?，?订立目标?，?走向目标?！对自己的人生作一个生涯规划，在我们还似白纸一样的生命里描绘出最绚丽的色彩；在我们还空白的生命之歌中谱写出最动听的音符；在我们还单调的人生中留下最光辉的一页！

**大学职业生涯规划书大一新生篇四**

个人简介：

专业：园艺技术

业余爱好：听音乐、读书、写随笔、踢足球

喜欢的书：《输赢》、《士兵突击》

偶像：比尔 盖茨

警言： 爱拼才会赢。

花开花又落，春去春又回。

踏着时光车轮，我已走到22岁的年轮边界。

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。

作为一名农林院校的学生，我不由得考虑起自己的未来。

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? 当前，全世界在提倡建设生态城市、园林城市。然而，自己所学的知识有限，不能满足日后的发展需要。因此，在面临毕业之际，我更是的很好的规划一下自己未来的路途啊!但是，正如冰冻三尺非一日之寒，这实施的道路走起来并非一马平川园林大学生职业生涯规划书园林大学生职业生涯规划书。 水无点滴量的积累，难成大江河。

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。这些不由得让我不大吃一惊。不过还好，我还有改进的机会。

否则，岂不遗憾终生? 俗话说，欲行千里，先立其志。否则，漫无目的的乱走一遭，岂不殆误时机，浪费年华?因此，我首先要把自己今后十年的目标大致计划一下，以便更能多一份力量鞭策我激励我在未知多变的人生旅途中稳健前行。

**大学职业生涯规划书大一新生篇五**

为了帮助同学们了解所学专业及其就业前景，使同学们了解到职业规划的重要性，并为我系新生的职业规划提供不可或缺的指导，20xx年9月21日下午两点二十，轻工化工系“大学生职业生涯规划指导讲座”在我系6201教室进行开讲。有幸请来了教务处副处长兼我系副主任王珂佳为20xx级新生进行职业规划指导。

首先，王处长向同学们简单的介绍了自己。随后，他从“如何做一名合格的大学生？”开始讲起，我们作为一名大学生，首先应有一个清醒的自我认识，从思考中确立自我，从学习中寻求真理，从独立中体验自主，从表达中锻炼口才，从交友中品味成熟，从实践中赢得价值。一一讲述了如何做一名合格的大学生？同时又告诉在场的新同学，在了解了怎样做一名合格的大学生之后，更重要的就是如何规划自己三年的大学生活，大一时，你要博业，就是说你要看大量的书，从中发现你喜欢的知识领域;大二时，你要通业，把你所学的专业知识学好，为以后就业打下坚实的基础。大三时，你要择业，就是在实习时要加强技能的学习，练好本领，同时还要学会自我推荐和找机会展示自己的才能，从而实现就业。

为了使同学们更好的理解职业规划，王处长将职业规划分成了三大步骤：第一步、自我认识，学习理论；第二步、职业评估，学习技能；第三步、职业定位，人职匹配；王处长详尽地讲解了每一步，并结合实际向同学们阐释了原理。

最后，王处长给大家总结职业生涯规划：树立职业精神；建立目标意识、规划意识；学会学习、做事、做人。

本次讲座在现场同学热烈的掌声中圆满结束，同学们纷纷表示受益匪浅。王处长的精彩讲座不仅消除了同学们对于专业前景的迷茫感，同时也让同学们更加明确自己如何进行职业规划。愿我系20xx级同学都能开创出自己的一片天地！

**大学职业生涯规划书大一新生篇六**

身为大学生的我们，一代天之骄子，正处于人生中最完美的时期。应对此刻过于激烈的社会竞争压力，我们应当要有充分地准备，为将来毕业之后实现自我完美的梦想。人生是短暂而又漫长的，在这有限的生命中我们必须规划好目标，及时实施，使我们走上正确的道路而不会虚度光阴。

青春是一首歌，生命是一段路生活是一种享受。在这花样年华中，让我们一齐规划自我的未来，开创属于自我的梦想。为了高效的利用时间，实现自我的人生价值，特作以下个人职业生涯规划。

一、自我探索。

1.职业兴趣：

自我评估的结果。

我平时喜欢看书，尤其小说一类的故事性较强的书;我还喜欢听音乐，对流行类和古典中国民乐兴趣浓厚;上网冲浪也是我的爱好，假期回家后我每一天都会上网看新闻，聊天等;我也喜爱动漫，对其有较广泛的涉猎。

职业测评的结果。

测出的结果如下：

社会型social(s)：喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自我的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

常规型conventional(c)：尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯理解他人的指挥和领导，自我不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情景，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争。

艺术型artistic(a)：想象力丰富、梦想的，直觉的，冲动的，独创的，可是无秩序的，感情丰富，但缺乏事务性办事本事等特征。

职业兴趣探索小结。

我的兴趣是与人交往，善于写作。我对人和新的事物都十分感兴趣，善于观察周围的事物，喜欢有形的东西，适应本事强且随遇而安，有很强的表现欲望。自尊心比较强，做事力求完美。我执着，脚踏实地，善于处理人际关系，富有同情心，愿意以实际的方式去帮忙别人，另一方面能让别人理解自我的意见。

2.职业本事。

自我评估的结果。

掌握计算机基础技能，逻辑思维、理性思维较强;喜欢唱歌，写作，在文学方面比较出色。拥有会计从业资格证，具备初级会计师的本事与要求，获得英语四级证书。欠缺的地方：文字功底不太强，写作水平不高;与不熟悉的人相处不够大方，与人交流方面需加强。

职业测评的结果。

测出的结果如下：

社会型social(s)：喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新朋友，从事供给信息、启迪、帮忙、培训、开发等事物，并具备相应本事。如：教育工作者(教室，教师行政人员)，社会工作者(咨询人员，公关人员)。

常规型conventional(c)：喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应本事。如：秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

艺术型artistic:喜欢的工作要求具备艺术修养、表达本事和直觉，并将其用于语言，行为，具备相应的本事，不善于事务性工作。如：艺术方面(导演，建筑师，摄影家，广告制作人)，音乐方面(歌唱家，作曲家，乐队指挥)，文学方面(小说家，剧作家)。

360度评估结果。

自我评价。

优点：做事负责，仔细耐心，比较乖，乐于助人，坚持自我的原则，比较有爱心，做事有条理，。

缺点：有些固执己见，有时也会有点懒惰，。意志力不强，动手本事差，说话比较直接。

家人评价。

优点：大部分时候乖巧听话，很孝顺，不太需要为她操心，自理本事很强。善解人意，做事认真。

缺点：有点内向，有点娇生惯养，应当多吃点苦，多锻炼一下自我。

亲密朋友评价。

优点：聪明、有向进心、有目标、乖巧。很贴心，讲义气对朋友很好。

缺点：缺少社会经验，太单纯，有点娇气，意志力不强。

同学评价。

优点：乐观开朗，对熟悉的人很贴心，乐于助人，有较强的工作本事，有必须的管理本事和学习本事。

缺点：有时固执己见，应当多听取别人的意见，有时候说话也要含蓄点。

职业本事探索小结。

自我感觉自我本事的潜力比较强，具有信息收集和筛选本事，准确的自我评价本事和理解他人评价的承受力，并能够从成败经历中有效地吸取经验教训。在工作上能够协同他人共同完成，对人比较公正宽容，注意细节，在平时的生活中十分注意人际交往。一个人应当学会取长补短。精力旺盛、热情、性情平和、乐于助人、忠诚、职责心强、富于创新精神、工作和生活井然有序是我的优点;可也存在着有时过于梦想话，我会不断的去完善自我。

3.职业价值观。

职业价值观测评结果。

结合测验得出我最突出的职业价值观注重关系、赞誉赏识和家庭。

**大学职业生涯规划书大一新生篇七**

目录。

参赛者个人资料…………………………………………………..3。

序言………………………………………………………………...4。

\"我想做什么\"…………………………………………………….5。

\"我为什么做\"…………………………………………………….7。

\"我为什么能做\"…………………………………………………11。

\"我要做什么\"……………………………………………………13。

\"我想获得什么\"…………………………………………………14。

\"我还缺什么\"……………………………………………………16。

\"我要怎么做\"……………………………………………………17。

\"我的绝对优势\"…………………………………………………20。

评估调整…………………………………………………………21。

结束语……………………………………………………………22。

参赛者个资料。

序言。

过去的20年间,随着我国。

经济的飞速发展,汽车保有量持。

续以年均9%以上的速度增长,。

至20xx年已达8000余万。

辆.随着汽车在我国逐步普及,直接带动了汽车维修业的繁荣,汽车维修业已成为一个迅速崛起的庞大产业,为公路交通运输业提供了强有力的技术保障.

加入世贸组织确立了我国在世界经济贸易中的地位,将对各个行业的经济活动带来深刻影响,汽车维修行业也不例外.因此,研究我国汽车维修业的发展现状和加入世贸组织后所面临的新形势,采取针对性技术和管理措施,对于加强市场竞争力,促进汽车维修业的健康发展具有重要意义.

\"我想做什么\"—职业方向及总体目标。

职业方向:将汽车维修变成年轻人新的时尚,开苏北最大的汽车维修店.

总体目标:将自己的汽修店变为维修,休闲,时尚等多项内容为一体的新模式.

职业地点选择:南通。

在中国的版图上,处于沿海经济带与长江经济带t型结构交汇点和长江三角洲洲头的城市只有两个,一个是国际大都市的上海,另一个就是与其一衣带水,处于长江北岸的南通.南通\"据江海之会,扼南北之喉\",隔江与中国经济最发达的上海及苏南地区相依,被誉为\"北上海\";北接广袤的苏北大平原,通过铁路与欧亚大陆桥相连;从长江口出海可通达中国沿海和世界各港;溯江而上,可通苏,皖,赣,鄂,湘,川六省及云,贵,陕,豫等地.苏通长江公路大桥建成以后,将使南通进入上海一小时经济圈.南通面临海外和内陆两大经济辐射扇面,与上海有着相似的地理区位。

**大学职业生涯规划书大一新生篇八**

我是金怡康，一个刚迈进大学不久的大一学生，我希望能成为一位好的医生，拥有良好的医术和医德，也心甘情愿将自己的一生奉献给医学事业。

一转眼大一就要过去了，大学生活已经过去了五分之一。不禁感叹时间飞逝。最近几天又看到毕业生穿着学士服在拍照，过不了多久我也要向他们一样离开学校去面对社会。把握现在，规划未来愈发重要。

刚进大学的我只想到离开了高中那种压抑紧张的生活，离开了家可以尽情的放纵在大学校园里。并未对自己的未来有过规划，但一年的时间过去了，通过和一些学长的交流，老师的指导，我开始为自己的职业生涯还有大学生活进行规划。要给自己定些目标，不能让自己浑浑噩噩地过完大学生活甚至一生。

面对社会，没有足够的知识很难。有句话说，没文化很可怕。所以在大学里，好好学习专业知识，掌握足够的技能才能更好的在这个竞争非常大的社会里生存下去。对于学医的我更是如此，如果没有学好专业知识，更是对他人生命安全的一种不负责任。然而不仅仅是在课本上可以学到我的专业知识，对于任何能提高至极职业技能的方法我都不会错过，我要为自己在将来在将来的就业中赢得有利的砝码。

大一已经过去了，我就不谈了，大二上学期要进行英语四级考试，在暑假我要为四级考试做准备：多阅读英语书籍，坚持每周看一步英语电影，每两周学一首英语歌曲，每天早上用二十分钟背英语单词，二十分钟朗读英语文章；并且在回到学校也要继续坚持，职业生涯规划《职业生涯语大学生活规划》。大三再过英语六级考试还有计算机二级考试。

在以后的学习中，要养成一种良好的学习习惯，不放过能增加自己专业知识的机会。努力拿到三等以上奖学金。大三进入专业课的学习高峰，发现自己真正感兴趣的专业课程，在中医领域找到适合自己的发展方向，准备考研。大四大五是实习阶段，增加自己的临床实践经验，每天坚持写实习日记，纪录自己每天的成长；认真写好毕业论文，确定自己的方向。

(一)以诚待人,不要过于世故。

(二)言而有信,不轻易作出许诺。

(三)保持适度距离,不过于亲近。

(四)自尊自爱,不热衷于接受他人的馈赠。

(五)平等待人,不盛气凌人。

(六)虚心听取不同意见，不好为人师。

(七)善始善终,不见异思迁。

(八)不滔不骄,不见风使舵。

(九)宽以待人,不苛求于人。

在学生会里继续发挥自己的能力，积极参加社会实践的机会让自己综合素质得到更好的提高。

以上是我对大学生活的简单规划，这些都是为我以后职业生涯打基础。

我们的医古文老师说过，自古只有饿死当官的，没有饿死当医生的。话虽粗糙但却很有道理。据目前社会就业情况而言，医生这个职业是很有保障的，尤其是国家正在大力支持中医药事业的发展，这就增加了我们中医药院校学生的信心。再就我们学校来说，现阶段我们学校正在建设3个下设的附属医院，而它们差不多能在4年后建成，那时刚好是我们毕业的时候，这对我们又正好是一个优势。我从小就对生命很感兴趣，又希望自己能更多的去帮助其他人，所以我选择了医生这一救死扶伤的职业。而且我对中国的古老文化很感兴趣，所以我有选择了中医师。我对利益要求不是很高，我并不像自己开诊所。我给自己的定位是进入一家三甲中医院，成为一名主治医师，甚至是一位领域中的佼佼者，乃至全国性的专家。

难度很大，但不代表不可实现。我想性有目标就有方向，努力就有回报，在大学中打好基础，考上研究生乃至博士，我相信我的目标会实现的。

**大学职业生涯规划书大一新生篇九**

在当前国际发展大环境的条件下，中国的室内设计行业虽然有了一定的发展。但是，正如大家所看到的那样，中国的室内设计无论从技术上还是设计上，都与发达国家有一定的差距。随着人类社会高速发展，无论在自然科学还是人文科学上，我们都取得了巨大的进步。近两百年的工业社会带给人们越来越丰富的物质生活，人们对生活品质的要求也相应的越来越高。

首先是住房问题，人们对家具以及室内设计的追求越来越完美。并且，随着国家对室内设计行业的重视，我们明显的感觉到室内行业成为提高人们精神享受不可或缺的一部分。据统计，每年中国消耗的长期成材木材占我国木材消耗量的一半左右（其中不包括进口木材）。

当代人类的生存环境，是以建筑群为特点的人工环境，城市是人工化的产物，但是生存环境越来越狭小，这就需要我们设计师的来创作出一种舒适的环境，或高贵典雅或清新质朴…带给人们一定的精神享受。无论是私人住宅还是公共环境的优雅，天长日久总会带给人重要的影响。

另外，社会发展和人类认识的不断提高，对设计的要求也越来越高，设计作品不仅要促进人类自身的发展，也要推动自然环境的改善和提高，我们可以在以下几个方面做出一定的努力来提高我们的设计水准。比如说：自然光源的利用，自然通风系统的建设使用，能源的节约，环保的注意等。

职业生涯规划，对大学生而言根据自己的专业特长，知识结构，兴趣爱好结合市场环境以及社会环境，对将来要从事的职业以及要达到的职业目标所做的方向性的预测与初步定位。大学期间，学生的个体能力迅速提高，职业兴趣趋于稳定，逐步形成了对未来职业的预期。大学生职业生涯规划对未来个人职业走向和职业发展具有十分深远的影响。

通过对自己职业生涯的规划，大学生可以解决好职业生涯中的四定——定向、定点、定位、定心，尽早确立自己的职业目标，地域范围把握自己的职业定位，保持平稳和正常的心态，按照自己的目标和理想有条不紊，循序渐进的进行努力。

职业生涯规划有助于全面提高大学生的综合素质，避免学习的盲目性和被动性。规划个人的职业生涯，可以使职业目标和实施策略了然于心，并便于从宏观上予以调整和掌控，能让大学生在职业探索和发展中少走弯路，节省时间和精力；同时大学生职业生涯规划还能对大学生起到内在的激励作用，是大学生产生内在的学习和实践的动力，激发自己为实现阶段目标和终极目标而努力。

职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力。一份行之有效的职业生涯规划将会引导你正确认识自身的个性特质，现有与潜在的资源优势，帮助你重新对自己的价值进行定位；树立明确的职业发展目标与理想；引导你评估个人目标与现实之间的差距。另外，职业生涯规划可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会。最后，职业生涯规划帮助我们更好的应对竞争与市场经济带来的各种各方面的变化。

总之，做好一份切实可行的职业生涯规划对自身的发展具有十分重要的意义。

自我评价：

我是一个性格中庸的中国女性。我虽然不会把自己拘泥在一个小的生活或者学习甚至工作范围内，我认为我的生活不应该是一成不变的，我向往冒险，能够认识到自身的许多缺点不足，想法会很大胆，但是实施力会很弱。也就凸显了我的一个缺点即意志力不够坚强，做事不够果断。这也是我一直想要有所突破的地方。我喜欢交朋友但是缺乏北方人的豪爽与不拘小节；我很依赖集体但我能够明白要有分寸，生活在一个集体里，你要有你自己存在的价值，要清楚自己从集体中获得的和你为这个集体贡献了什么。我不太擅长合作，但是我期待能有一次很默契的搭档。

我喜欢在一个人的时候静静地听音乐然后画着自己喜欢的东西，专业需要，我们会画一些室内效果图。还有，我喜欢和朋友们一起散步，我喜欢打羽毛球，喜欢排球。身体是革命的本钱嘛。我十分清楚一个健康的体魄对一个职业人的意义。

我能够很理智的对待大多数的事情，在二十年的人生阅历下，我也能够很理性的对待人事。而且，我是一个有耐心的人，对待工作尤其是繁琐的工作，我会一丝不苟，能够认真负责的对待每一项工作。我善于与陌生人沟通，我喜欢研究人说话的学问，也比较能掌握一定的说话方法与尺度。我喜欢礼仪礼节方面的东西，我认为中国是一个礼仪之邦，理应在这个方面有所学。目前来看，我主要是通过模仿与思考来提升自己在这些方面的能力。

经过大学四年的学习，我想我不仅在专业方面会有很大的进步与发展，还会在其他方面有所突破，大学是一个比较开放的易于接受新鲜概念与知识的地方。专业知识方面，我会专心的学习，包括一些常用的与不常用的软件。比如cad制图，photoshop,3d制图等。另外，掌握相当水平的手绘技能也是我大学四年的目标。毕竟，作为一个设计师手下的功夫是不能少的，像素描技法，速写，水粉等。

对于我自己，我认为有比较正确客观的认识，我的智商不是很突出，但是情商会好一些，我认为我有比较强的社会适应能力表现在，一，我能够很清楚地认识自己；二，我有很好的自我调控能力，即我很理智；三，我能够很好的调整自己的状态，容易从负面情绪中恢复过来。但是，我不具有很强的领导能力，在这个方面，我还有很多的空白。

我想在将来从事设计方面的工作，当我看到我的设计被人应用并且给他人带来快乐时，我四年的学习也就得到了其应有的尊重。也是对我个人一种极大地鼓励。我想只要专心的学习自己的专业知识，我能够在这方面有所突破有所创新。然后通过一定的积累，拥有一家自己的设计公司。

我的目标：

短期目标：大一刚刚结束，我们面临的是英语四级考试以及计算机二级考试，所以我要在这几个方面下功夫，争取一次通过，也会向着更高方向发展，希望自己能够参加英语的口试考试。所以有一个坚持四年的习惯也是十分必要的，英语伴随我们学习工作的每一方面，所以everydayonehourenglish，看起来很简单的习惯，但是真正坚持下来需要的是十分坚定的意志。每天花时间看自己学习过的东西和自己喜欢的东西。要真正认识到自己想要的是什么，自己该做的又是什么。初步为下学期做一个计划:每天半个小时读自己喜欢的感兴趣的书，每天一个小时的英语包括听说读写。这样一来可以增加自己的阅读面，增长知识面。提高英语能力。

另外，我认为，大学这个相对开放的地方，我们要学好，玩好，然后培养自己的一种相对固定的生活习惯，培养一种健康的正确的生活模式。树立正确的人生观价值观，最重要是要将其付诸于实践，真正运用自己的人生观价值观去生活去学习去交往。然后真正交到值得一生去珍惜的朋友死党。在某些方面帮到他们而且在自己需要帮助的时候会有朋友挺身而出。

长远目标：毕业后尽量立即参加工作，积累社会经验。设计行业，我认为最重要的是你的理念，一个设计师必须要有自己的风格特色，不能盲从其他人或者事。所以工作的第一年，我想要到中国的室内设计最发达的地区工作，而且考虑到自身的一些实际情况，我希望在北京发展我的初期设计工作。作为一个发达的城市，北京提供给我们很多的机遇与发展的空间，我想通过一年的学习工作，首先要树自己的设计风格，初步了解这一行业的规则，努力接触一些名设计师，让自己在这一行业有充足的发展与提高。第二年，我想回到家乡廊坊工作，廊坊市一个新兴的十分有潜力的小城市，发展速度惊人。所以在这里是有很大的发展空间的。在这里第一年我要充分的运用我所学的知识和技能真正有几件甚至十几件几十件我自己满意的作品。可以适当的参加一些相关方面的比赛，同时增加自己在这个方面的人际交往。第二年用来熟悉业务，多接触业务上的人，为自己以后的创业工作打下一定的人脉基础。第三年专心的积累资金，为自己创业打下经济基础。三年的社会实践经验的积累，会为自己的理想目标打下一定的基础。第四年，真正自己创业的时候，不需要投资，当然有投资会更加的优越，也许就是一个几十平米的小工作室，但是我想凭借着我自己的几年来的实践经验，与学习成果，我想会有很大的发展的。有了自己的工作室后，我可以接受各方面的意见建议，始终坚持室内设计是带有艺术性质的服务而不是艺术创作的原则，不断发展提升。

为了自己目标的实现，我需要从各个方面对自己的能力进行提升与训练，从当前开始，不断发展自己的各个方面的能力，在日常生活学习中提升自己的职业素养，最终实现自己的职业理想。

**大学职业生涯规划书大一新生篇十**

面对严峻的就业形势和用人单位越来越高的聘用条件，如何才能在千军万马的就业大军中脱颖而出？良好的就业观念和出色的综合素质无疑成了大学生提高就业竞争力的基础，而这些素质和能力的养成很大一部分来源于大学生良好的职业生涯规划。凡事“预则立，不预则废”。大学生只有认清就业形势，准确定位自我，不断发掘自身潜力，方能做到心中有数、处惊不乱。

那么何谓职业生涯规划呢？“职业生涯规划，就是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。”[1]职业生涯规划对大学生未来人生职业生涯的发展和社会人才供求齿轮的顺利衔接具有重要意义。

首先，职业生涯规划有利于大学生更早地接触职业世界和进入职业角色。 职业生涯规划有助于大学生将学业与职业结合起来，激发学生学习的动力，使学生在学习期间主动探索自己未来的职业方向和要求，引导大学生在日常生活中有意识地与目标职业要求趋同，以职业的要求来规范自己，来规划自己的学业与大学生活，从而在无形中大学生就适应了目标职业的要求。当大学生进入目标职业时，就无须再重新适应和磨合了，这种无形的财富又会为其职场成功起到巨大的加速作用。

其次，职业生涯规划有利于培养大学生个性才能，增强大学生应对社会竞争的能力。目前，我们正处于知识时代，同时中国社会也正在社会转型期，这两个方面都对个性人才的培养提出了要求。大学生职业生涯规划教育能够帮助大学生在大学期间正确认识自身特点，确立符合自身爱好的职业目标，不断丰富该目标下的知识与本领，从而帮助大学生增长自身的优良个性。大学生在职业生涯规划中发展自我优良个性，能够满足社会对人才的多样化需求，从而提高大学生就业的竞争力。

再次，职业生涯规划有利于提高大学生就业质量。所谓就业质量是指大学生就业是否实现学生与用人单位的双赢。大学生进行职业生涯规划能够促使大学生为今后的就业早做准备。在校大学生通过职业生涯规划，能够了解自己的就业目标，努力完善自我，不断养成职业目标所要求的能力与素质。在毕业选择工作时，大学生能够根据自身的条件选择适合的工作和适合的单位。另外，用人单位也会倾向于选择那些进行了自我职业生涯规划的毕业生，从而实现合理的双向选择，有利于提高大学生的就业质量。

二、部分大学生对职业生涯规划存在的认识误区

笔者在从事大学生思想政治教育辅导员工作实践过程中，通过日常的观察思考和与一些学生的交流，发现部分大学生对个人职业生涯规划的认识存在一些误区，比较普遍的是以下三点：

认识误区一：职业生涯规划仅仅是为找工作而准备的。

很多大学生在进入大学之前，都对大学怀有美好的设想，认为大学是一个完善自我、塑造自我的精神殿堂，而非功利的只为了毕业后找到工作，因而对职业生涯规划不太重视。从一定角度上讲，这种看法是对的，大学的确是个追求自由、完善自我的地方，但也不是孤立地把职业生涯规划单纯的理解为找工作，有这种理解的学生本身就是对职业生涯规划不理解。众所周知，人的自我实现就是找到一个适合自己的位置，这个位置就是你适合的职业。而职业生涯规划是为了找到适合自己的职业，如果可以在大学阶段充分地为日后的职业发展做准备，那就可以相应地加快个人的职业发展历程，职业生涯的发展也会促进个人生涯的发展。职业生涯成功的过程也就是人不断完善自身的过程。从这个角度上讲，职业生涯规划是站在自我实现的高度上来探索职业、规划职业的，并不仅仅是为找工作做准备，也不是功利的为了一时的成就而忽略了自身的发展。可以说，在大学阶段科学合理地规划职业生涯也是为人生负责的一种表现。 \"

认识误区二：职业生涯规划靠听讲座等能速成。

目前，大学校园里经常举办各种形式的职业生涯规划教育讲座，一些大学生也认为职业生涯规划无非就是听听一些职场成功人士的报告和专家教授的讲座。诚然，在此类讲座的教育引导下，大学生对自己的职业前程会有一定程度的关心和对职业环境的初步认知。但职业生涯规划是一个必须经过实际验证的漫长历程，必须经过全面考虑才可以确定适合于自己的职业。而讲座、报告等更多是大学生在没有实践或者实践不充分的条件下参与的，因为这里有几个重要的认知方面因素是在讲座和报告上无法体现的，诸如“个人在工作情境中的真实表现，个人对工作方式和企业文化的实际认同，个人在职业生涯中的实际修正等等，况且就是在实际的职业探索中这些因素也是不断变化的。”[2]所以说，讲座和报告本身能达到的作用、能解决的问题是有限的，职业生涯规划是必须要以实际职业经历和职业能力来塑造的，职业生涯规划和职业潜力开发等过程是无法通过理论来速成的。

认识误区三：职业生涯规划是高年级才考虑的事。

很多大学新生都认为，大一大二就进行职业生涯规划言之过早。的确，大学生的职业生涯一般都是在大四毕业后才开始的，那这是否就说明了大一大二和职业生涯规划没有关系呢？首先，我们都知道，职业选择与专业是紧密相连的。然而大学生在高考填报专业时，由于种种原因造成选择的专业与兴趣错位，而这个错位的弥补只能由上大学后的大一大二来纠正和确定。所以，大学生要在大一大二时通过实际的专业学习和探索来发现并选择自己喜欢和适合的专业，然后去深入学习这个专业（这里所选定的专业往往不一定是自己所学的专业），最大限度精通自己所喜欢和选择专业的一个细分领域。其次，学生上大学很大一部分是为了选择一份好职业，而当意识到职业选择时就已经客观上产生了职业生涯规划的需要，这个时间是完全可以由升入大学的大一开始。所以说，如果你深谋远虑，未雨绸缪，那你就应该在大一时规划你的职业生涯，安排大学生活。

三、大学生如何做职业生涯规划

1.准确的自我定位

任何一个具体的职业岗位，都要求从事这一职业的人具备特定的条件，并不是任何一个人都能适应任何一项职业的，这就产生了职业对人的选择，于是就要求大学生必须准确定位自我。一方面，大学生可以根据科学方法，如借助职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价来认识自我、了解自我，清楚自己的职业兴趣、能力、特征，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。另一方面大学生可以多参加实践活动，如参加暑期“三下乡”社会实践活动、志愿服务活动、校园创业活动等，这些实践活动不仅能够锻炼大学生的能力，还能使大学生在活动中发掘自身潜在的优势资源，进一步认识自身的个性特质。总之，自我定位时要客观、冷静，不能以点带面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免职业生涯规划中的盲目性，做到规划设计高度适宜。

2.清晰的职业定位

职业生涯规划时除了要准确定位自我，职业定位也十分重要，它就是职业生涯的“镜子和尺子”。大学生可以通过社会兼职、实习，或者参加校园招聘会等形式，了解某项职业所需要的职业素质要求和非职业素质要求，了解所需要的一般能力和特殊职业能力，以及该职业人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等等。大学生也可以通过社会调查，听专业人士的讲座等了解目标职业的现状和发展前景，深入了解职业环境、了解各行业竞争发展机会、了解目标行业或机构的人才、资本、服务等。这样才能够对最适合自己的行业和目标进行合理化分析，提炼出进入这一行业或机构所需的要素。

3．有效的行动措施

有了准确的定位和良好的目标，如果没有切实的行动计划做保障，那一切都是空谈。因此在实践中，不仅要制订详尽可行的计划，而且要落实目标的具体行动措施。这个行动措施主要包括教育、培训、实践等方面的措施。它有两方面的内容，一方面是直接的措施，也就是为实现职业生涯规划目标所需要具备哪些知识，掌握哪些技能，开发哪些潜能等；另一方面是间接的措施，通过哪些方式和渠道提高自己，也就是为了保障职业生涯规划目标的实现而需要去做的事情。这些“行动措施”是职业生涯自我规划能否顺利实施并实现目标的关键。这些具体且可行性较强的行动方案会帮助你一步一步走向成功，实现目标。

总之，面对越来越严峻的就业形势，大学生要想在就业时脱颖而出，必须要做好自己的职业生涯规划。然而职业生涯规划是一项长期而复杂的工程，大学生要想建立科学、清晰的职业生涯规划，一定要有韧性，有耐心，并为之付出辛勤的汗水。这样才能在未来职场这个大舞台上演奏出自己美妙的乐章。

**大学职业生涯规划书大一新生篇十一**

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。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,我试着为自己做一份有用的职业规划书,将自己的未来好好的设计一下。有了目标,才会有动力。

我是一个大学生,最大的希望――成为有用之才,性格外向、开朗、活泼,业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天,还有上网。喜欢看小说、散文,尤其爱看杂志类的书籍,心中偶像是周恩来,平时与人友好相处群众基础较好,亲人、朋友、教师关爱,喜欢创新,动手能力较强做事认真、投入做事比较认真仔细,很喜欢从事会计方面的工作,有很强的学习愿望和能力。做事仔细认真、踏实,友善待人,勤于思考,考虑问题全面。但缺乏毅力、恒心,学习是“三天打渔,两天晒网”,以致一直不能成为尖子生,有时多愁善感,没有成大器的气质和个性。但身高上缺乏自信心,且害怕别人在背后评论自己。

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,充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势,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,以弥补海拔不够带来的负面影响。

波兰语专业就业前景怎么样?

波兰语专业是一个冷门专业,但是就业率很高。

小语种的学名应该叫做“非通用语种”。目前,有6种语言是联合国通用工作语,即英语、汉语、法语、俄语、西班牙语、阿拉伯语,联合国的所有会议都有这些语言的口译,以及所有的官方文件,都打印或在网上出版这些语言的翻译版本。

但在我国高校招生领域内,大家习惯地把除英语外的外语类专业统称为“小语种”,其中也包括上述六种语言。

1、波兰语专业工资待遇:

截止到20cc年12月24日,40420位波兰语专业毕业生的平均薪资为5355元,其中应届毕业生工资3173元,3-5年工资4698元,10年以上工资5698元,0-2年工资5439元,8-10年工资6624元,6-7年工资7000元。

2、波兰语专业同类专业排名:

波兰语专业在专业学科中属于文学类中的外国语言文学类,其中外国语言文学类共55个专业,波兰语专业在外国语言文学类专业中排名第18,在整个文学大类中排名第53位。

在外国语言文学类专业中,就业前景比较好的专业有:英语,翻译,日语,商务英语,韩国语,俄语,德语,法语,西班牙语等。

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?)假如本科毕业我没有进入外企,那么我将先做一名教师和兼职的波兰语导游,待生活稳定后继续向外企奋斗。

职业路径评估(是否需要调整发展方向?)当出现自己得理想与现实有太大差异的时候,我会根据自己得真正实力做适合得工作。

实施策略评估(是否需要改变行动策略?)如果自己不适合翻译行业,我就选择当一名教师。

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)如果中间家庭出现什么变故,不排除我放弃学业找工作的情况。但成为翻译是我终的追求。

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:

以自己的终目标为航向,努力向自己的理想航行。狂风暴雨我不怕,烈日暴晒难不倒我,目标只有一个―――幸福的彼岸。

以上就是我对自己以后人生道路的一个规划,也许有很多人会质疑它,认为我想象的太简单。确实,英语是一个漫长的积累过程,不能期待一朝一夕就能取得什么辉煌的成绩。我相信,总有一天我会达到我的目标,拥有属于自己的一片天空和幸福。不管怎样我会向着自己的理想进发的。begood,doright!

**大学职业生涯规划书大一新生篇十二**

在进入大学之前，我算是一个比较内向的人吧，不习惯于陌生人交流，即使是同学问我题目我都没办法在他们的注视下安心解出，或许老天也是看不下去了，如此的人怎么能得到成功呢，所以迫使我高考失利，失落的我只能选择了复读。在复读期间，我选择了一个自己完全陌生的学校，四周看不到熟悉的面孔，而他们又大多数都是相互熟悉的，没办法，为了不被孤立只能尝试着和他们交流，慢慢的，我不再因为胆怯而不去向老师和同学求教地不回的题目，不会再因为和老师交流而口吃……经过大学一年的成长，我已经慢慢的不再是那么的内向了，已经会尝试着去和陌生人交流，或许这也和我高四放假的时候与朋友两个人到西安旅游有一定关系吧。不过虽然性格上有些成长，可是缺点还是很多，我没法再别人都玩的时候集中精力去做自己想做的事情，对电脑游戏的免疫力也差到一定境界，而且一玩游戏经常会无法自拔，经常导致我的计划落空，今天的事情拖到明天，反复如此，一年下来我的课程也比别的学生落下了许多，徘徊在挂科的边缘。在现在的万金油科目英语上，我的成绩也是不尽人意。

我最想从事的职业是软件设计，目标是自己领导一对人完成一个前无古人的case。

这个目标或许有点忒远了，也或许这辈子没法实现，所以我的第二志愿就是先做个程序设计师，虽然和我的专业不是很对口，但是我相信在编程方面我还是有那么一点资质的。

(1)软件设计。

优势(s)：我本身兴趣和兴致大都在电脑上，对电脑具有很大的依赖性，所以希望脑可以帮我办更多的事，这样可以充分的激发我的潜质，使我对成为软件设计师更加有动力，虽然现在我还处于编写代码的层次上，但是在我的脑子中有一大堆的理念，相信成为一个软件设计师我还是有很大希望的。

劣势(w)：我学的是电气专业，它业务培养目标：本专业培养具有良好的科学素养，系统地、较好地掌握计算机科学与技术包括计算机硬件、软件与应用的基本理论、基本知识和基本技能与方法，能在科研部门、教育单位、企业、事业、技术和行政管理部门等单位从事计算机教学、科学研究和应用的计算机科学与技术学科的高级专门科学技术人才。这样的培养理念好像和软件设计格格不入，另外现在搞it的人很多，再加上现在就业形势的严峻性，还有就是现在的招人部门越来越希望可以找一些本专业的人来从事工作，这都是对我成为一个软件设计师很大的阻碍。

机遇(o)：中国的it业虽然兴起了有一段时间了，也趋于成熟了，但是好的软件设计师还是没有多少，就拿编程软件来说吧，中国到现在还没有一个属于自己的编程软件，大都用的是java，c++等外国的语言。总体来说就是中国的it业还有很大的发展前景，尤其是软件工程。

风险(t)：要想在软件工程上有所造诣，那貌似考研是最好的途径，但是听说今年我们学校的跨专业考研几乎是全军覆没。还有就是外国的it业已经是相当的成熟了，他们对中国的市场也是很重视的，很多外国it业人才也愿意来中国发展，这对我这连专业都不对口的人来说不能说不是冒着很大的风险的。

(2)程序设计。

优势(s)：因为喜好编程的原因，我在网上也认识了不少“志同道合”的人，他们很多是已经在工作的人才，但也不乏像我这样的学生，通过和他们的讨论，我觉得虽然现在我和那些真正的程序设计师有很大的差距，但是那些跟我一样是学生的人，即使是学计算机专业的，他们也不敢随便说他们的编程水平就一定强于我。

劣势(w)：专业不对口，这是个很严重的问题，这一行对专业知识的要求还是很高的，虽然现在的我不比那些计算机专业的人差，但是往后就不好说了，因为他们是一片心全部都贴在计算机上，但是我还必须要把一部分心思放在学习电气专业的只是上面，就算是到了毕业我都还是比他们强，可是如果同时我这个学电气的和一个学计算机的人去竞争程序设计的职位，在不知道实力的情况下，就算我是boss，估计都会优先那个血计算机专业的人。

机遇(o)：现在的it业发展迅速，对好的程序设计师的需求也不断升温，网络游戏发展也快的让人难以置信，这些发展都是需要用“人”堆起来的，游戏在维护时有大堆的代码需要处理，这对程序设计师的需求自然不会少，所以虽然现在的程序设计已不像以前那么火，但是发展前景还是一片大好。

风险(t)：没找到工作的大学生日益增多，自然也包括计算机专业的，再加上应届的，人多是不变的话题，人都说现在的大学生毕业就等于失业，也不是无迹可寻的，更别说是到另一个专业去发展了。

1，先学好自己本专业的知识，连本专业的知识都没有掌握的人去别的专业发展，人相信你那才怪了。

2，利用网络资源多去认识一些it业的技术人员，多了解些it业的发展动向。

3，利用假期的时间突击一下汇编语言，目前我们只学习了c语言和c++，还有很多的汇编语言等着我去学习，所以在这个暑假的时间我要先去找一些有关于java学习的书籍，争取在暑假的时候掌握java，然后再利用业余的时间去学习c#，vb等。

4，待我大致掌握了汇编语言的基础原理知识后，我会尝试去找一些工作，编一些小的程序，一方面希望能多一些实际的编程经验，这对以后的就业都是有好处的。

5，如果还有多余的时间，去找一些关于软件设计的书籍，多去钻研，尽可能早的，多的了解些关于软件设计方面的知识。

6，英语，这个万金油的学科也是必须的，现在的编程软件全部都是以英语为母语编写成功的，就算以后中国出了自己的编程软件，相信也只会是以英语为母语的。而我现在的英语水平连一本英文的编程书籍都看不懂，虽然很多书都有翻译成中文的，但是他确翻译不过来原版的所有精华。

选择一个与自己专业不是很对口的专业去发展，这条路必然布满荆棘，或许比我想象中的还要难很多，但是我相信，未来是不可预测的，nothingimpossible，只要我一步步的按照自己的计划去做，职业规划的实现不是没有可能的。

**大学职业生涯规划书大一新生篇十三**

(1)大学生的专业匹配度不高。问卷调查结果显示，大学生专业适合度自评中，比较匹配的仅占66.4%，有35%的大学生对自己的专业存在疑惑，6.4%的大学生对本专业根本就没有概念，只是机械式学习。

(2)大学生学习的积极性有待进一步提高。有关部门曾进行过一项问卷调查，结果显示：大约53.6%的大学生能做到努力学习，而接近一半的大学生学习\"不够努力\"或是更加糟糕。这种学习积极性不高、态度不够端正的状况，在一定程度上影响了大学生对本专业知识和技能的认识。这就是说，大学生对学业倾注的精力和时间需要进一步增加，需要正视面临的实际情况。因此大学生需要对自己未来发展进行慎重的思考，并积极利用宝贵的校园资源，扩展自己的知识面，强化自身的专业技能，从而为未来的职业生涯打下坚实的基础。

(3)大学生对专业缺乏客观而理性的认识。有关的问卷调查结果表明：接近75%的大学生对自己所学专业的就业前景没有很清晰的概念，甚至对本专业的未来发展领域也缺乏必要的了解，这在一定程度上会导致职业选择的盲目性。如果没有明确的指导，将给大学生的职业生涯规划带来很深的负面影响，因此学校的有关部门要采取必要的措施，来提高大学生对专业的全面认识，使其在心理上为以后的就业做好充分的准备。

对自身的全面了解主要体现在以下两个方面：

(1)关于未来的自我定位模糊。调查显示，不少大学生对自己今后从事何种类型的工作，以及自己适合怎样的就业机构等问题，在认识观念上显得比较模糊。只有35%的学生能对自己的发展方向有一定的认识;70%的学生能感受到竞争的压力，在心理上有所准备，但是这些学生并不十分清楚自己现在具备的条件与理想工作的要求之间的差距具体体现在哪些方面;大约25%的学生对此毫无意识，自我了解含糊不清。

(2)缺少对未来必要的规划。虽然有超过80%的大学生对未来是有一定规划的，但是有比较明确的奋斗目标并且能够为之奋斗的学生数量还是太少。这说明大学生对未来的发展方向还不十分明确，制订的目标比较模糊，从而使目标的可行性与实践性不够好。

(1)对职业辅导的极大需求。从高校大学生对学校职业辅导的综合需求来看，学生最乐意接受的辅导途径是面谈和网络辅导;他们最希望辅导能为其提供的帮助就是对人际关系问题的处理，并且加强自我的认知。而期望在辅导中得到的信息、辅导就比较多元，主要包括：更好地了解自己的性格类型;倾诉烦恼、宣泄情绪;获取就业政策和信息;个人职业特征的测量，比如职业兴趣、职业类型、职业能力等因素;针对个人的具体情况进行个人辅导。

(2)缺乏必要的锻炼和相关的求职技巧。相对来讲，各大高校大学生对用人单位的要求了解甚少，并且实践经验不足，同时缺乏对社会的了解。事实上，由于大学生缺乏实践经验的支持，从而在面对职业发展时会产生忧郁、焦虑、不自信等一系列心理问题。因此，对大学生进行各种有关求职技巧的训练和辅导，会对他们的职业发展起到积极的作用。

(3)求助对象的范围相对狭窄，并且在思想认识上需要进一步提高。当大学生遇到择业和就业等方面的困惑时，倾向于求助和自己关系比较紧密的亲人和师友，而很少能够想到求助于负责分管学生就业工作的老师和职业辅导人员。这就是说，加强职业生涯规划知识的普及、塑造专业职业指导者的形象，对开展大学生职业辅导十分重要。

不难相信，由于受中国传统观念和应试教育的影响，绝大多数学生在高考之前，努力学习的唯一目的就是上个好大学，或是升官发财，学习是为了父母、为了教师，很少考虑个人的需要。进入大学后，他们在实现目标的同时迷失了方向，对自己不了解，不知道自己能做什么，对自己的兴趣、个性、价值观了解得不充分，对自己的专业和职业生涯也没有太多的规划，更不知道如何与职业生涯融合等。

这就是说，大学生自我目标的缺失，使得他们没有建立切实的生活目标，缺乏明确的学习目标，心态浮躁，学习不努力，经常沉溺于网络，以至于忽略了大学阶段的主要任务。

由于受教育体制的影响，大学生从幼儿园、小学、初中、高中到大学按部就班走过来，缺乏足够的时间去思索自己的兴趣和爱好，很少与社会接触，接触职业生涯世界的各种信息更少，且很少主动探索和独立思考自己人生道路发展的问题。甚至还有很多大学生照抄照搬别人的经验和做法，很少认真思考这些做法能否为自己所用。

长期以来，高校的各项工作主要围绕教学和科研进行，绝大多数高校很少关注职业生涯辅导，也没有意识到职业生涯辅导的重要性和必要性，因此在政策、资金、设施、人员等方面投人很少。学校的不够重视导致了学生了解职业生涯理论的途径有限。

大学生在择业过程中往往追求大城市、大企业、大机关，追求高收入、高地位和高福利的单位;大多不愿到条件艰苦的地区、乡镇锻炼，也不愿到新兴行业、第三产业中的服务行业、中小城市的基层单位去工作。很多大学生在求职时，最关注的是眼前的薪金和福利待遇问题，而没有把自己的发展空间或者未来的职业发展前景放在第一位来思考。甚至还有一些毕业生为了留在大城市，而不惜牺牲摆在面前的大好发展机遇。

普遍存在的现象是，大学生在进入大学后很少主动出去了解社会、了解职业，用职业生涯辅导的概念来谈，是职业生涯责任感的不足。主体意识的淡薄在很大程度上束缚了大学生的思想，这些都是缺少职业生涯规划而出现的问题。以上这些表现很容易导致学生在就业或择业时，主动性不够，较多地依赖学校、教师和家长等，自己很少主动寻找就业信息，就业自主能力不够，缺乏求职技巧，不懂就业政策，环境适应能力差等。

**大学职业生涯规划书大一新生篇十四**

大学生职业生涯规划书未来，掌握在自己手中。

大学生职业生涯规划书花开花又落，春去春又回。

踏着时光车轮，我已走到20岁的年轮边界。

大学生职业生涯规划书驻足观望，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。

水无点滴量的积累，难成大江河。

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。

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、自我盘点

1.自己兴趣爱好大盘点：

业余爱好读书、听音乐、无线电维修、画画;

心中偶像周恩来、比尔盖茨。

2.自己优势盘点：学习成绩优秀，担任班干部，班级群众基础好，父母、亲人、班主任、任课老师关爱，动手能力较强。

3.自己劣势盘点：目前的手头经济状况较为窘迫，海拔高度不够，体质偏弱。

4.自己的优点盘点：做事仔细认真、踏实，友善待人，做事锲而不舍，勤于思考，考虑问题全面。

5.自己缺点盘点：性格偏内向，交际能力较差，过于执着偏固执，胆小，思想上属保守派，缺乏自信心和冒险精神，积极主动性不够，做事爱拖拉机，惰性较大。

6.生活中成功经验的盘点：成功竞选成为班支委一员，成功组织过学习研讨主题班会并获年级组评选第一名，个人学习成绩、综合积分均为班级第一，通过考核以较大优势加入系学生实验室，工作中全班同学的悉心支持是我的财富。

7.生活中失败的教训：高考失利打击较大，一位好朋友与我有误解而陌路，竞选系学习部长失利，老听别人侃侃而谈可接不上话，心里特难受。

二、解决自我盘点中的劣势和缺点

所谓江山易改，本性难移。内向并非全是缺点，使我少一份张扬，多一点内敛，但可相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各项有益的活动，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。充分利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。

加强锻炼，增强体质，提高体育成绩，以弥补身高不足而带来的负面影响。积极争取条件，参加校内外的各项勤工俭学活动，以解决短期内的生活费问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找