

大学生职业生涯规划书

个人资料：

真实姓名：林亚茹

性别：女

年龄：20岁

籍贯：浙江湖州

所在学校及学院：宁波大红鹰学院

班级及专业：12 市场营销 3 班

学号：1292040314

联系地址：高职学院

邮编：317500

正文

总论（引言）

第一章 认识自我

1.职业兴趣

我是一个相对来说不是很外向的女孩，因而我不是很喜欢过于外向的工作，所以，我喜欢不用经常到处跑的工作，具体的讲，我最喜欢最想做的是一名管理人员，当然，根据自己的专业，我想我也会尝试一些适合于我自己其他方面的工作，如：营销策划员或者是产品分析员，总而言之，我会根据自己的爱好，特长，专业以及以后自己的发展方向与生活经历来选择自己的道路

2.职业价值观

我不是很看重名利与地位，相反，我只是想找份适合自己的工作，想通过自己的工作做出自己的贡献，在其中学习，进步，并掌握一定的能力，工作，我觉得就是要认真，努力，不要太计较个人的回报，踏踏实实的工作，为自己的客户负责，其他的，不必计较太多，因而，我价值观很明确：不在乎金钱多寡与地位高低，做要好手头工作，知足常乐。

3.性格特征

如前面所说，我是一个相对来说比较生，平时除了与我认识的人有较多的话外，在陌生人面前，尤其是在陌生的长辈面前，我一般是不会有太多的话语的，但并不是说我喜欢一个人独处，我喜欢与值得信赖的人，相处很好的朋友分享我的事情，其实我自己也是蛮与他人谈的来的，因为只要我想去与别人联系，或者别人与我交流，我都是比较容易与对方成为朋友的，所以在职业选择上我明白自己适合做什么，对我而言，根据个人兴趣，爱好以及专业，我觉得我适合有关服饰，化妆品，小饰品方面的工作

4.胜任能力

由于自己真诚，因而，我相对来说具有亲和力，这也是我在最大优势吧，加之自己的专业优势，我能很好利用自己的发展自己，自己的性格温和，但是专业知识目前还不足，相信一定会好好学习积累经验，谦虚的向他人学习，以此来提高自己，为社会服务。其次，由于生长环境原因，我个人性格比较独立，能较处理好自己的事情。至于自己的劣势，我认为自己在某些方面的胆量有待增加，例如在大众面前发言能力，我想自己应该多多参加社会的各种社交，增加自己的社会实践，在各种活动中提高自己，使自己不断的进步，克服自己的缺点，发扬自己的优点，完善自我。

5.自我分析小节

根据以上方面分析总结，我很大程度上认识自己，自己有很多的优点，但也有不少的不足，鲁迅说过，好的开头等于成功的一般，因而正确认识自己，明确自己适合什么样的工作，对自己的职业生涯做出合理的规划，可以让自己更加快脚步走想自己的成功，职业是自己一生的事情，所以必须先选好适合自己的工作，才能在以后的工作中不断的学习，不断的进步，不断的完善，以期望自己能够在未来有更大的发展。当然工作生活与日常普通生活必须协调好，身体健康也不容忽视，总而言之，自我认知，正确选择，兢兢业业，综合协调，和谐发展。

第二章：环境分析

1.家庭环境

我家住在小镇里，目前都没有工作，但是有几套房子可以出租可以卖，爸妈都失业在家里，因而，家里的情况一般，但家里人对我的教育不是很重视，从小我要读什么学校都是由我自己决定的，学习也不太管，都是靠自己，因为他们觉得不懂对我也没什么帮助索性就不管了，那时候也没办法，开店比较忙。

2.学校环境

说实话，我所就读的是一所专本都有院校，学校的教学设备很齐全，对于学生来说这无疑是一个很有力的条件，学校的环境也很好，但是，作为当代一名大学生，我一直认为一个人的自我学习能力才是最重要的，学校给的只是一个学习环境，一个学习平台，我在学校学习

的仅仅是书本知识，在时实践经验方面，学校给我们的的确很有限，所以我们也应该多参加社会实践。

3.金融危机几乎让每个行业都遭受了不同打击，就业形式严峻，令人堪忧，不少企业做了大面积的裁员，大多数企业则是大幅度缩减招聘人数，这对于大学生就业无疑是火上浇油，农民工，研究生，本科生都在为各自的工作激烈的竞争。

第三章 职业目标定位及其分解组合

1.职业目标的确定

结论：职业目标——将来从事策划方面的工作

职业发展策略——将来计划选择管理型行业

职业发展路径——管理路线

第四章 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变化情况进行及时的评估与修正。

1.评估的时间

在一般情况下，定期（半年或一年）评估规划。当出现特殊情况时，要随时评估并进行相应的调整。

3.规划调整的原则：因时而动、随机应变

根据可能的职业发展道路，对未来五到十年作初步规划，如下：

2012 年—2015

完成主要内容：

- a) 学历、知识结构：获得大学专科文凭，英语过三级，获得计算机二级证书。
- b) 个人发展状况：与同学和老师相处融洽，有良好的人际关系。多参加学生会，社团等实践活动，提高自己的实践能力

2015----2016

完成主要内容：

a) 学历、知识结构：获得本科文凭，提高英语口语表达能力。

b) 个人发展状况：与同学和老师相处融洽，有良好的人际关系。结识一些经济经融方面的人物，提高人际关系网的质量。

I 2016 年以后

进入一家私营企业，但最好是一家比较好的企业，处理好人际关系，不断积累经验。五年争取做到公司中层。

3) 短期目标规划

千里之行始于足下，做好每一天我该做好的事，终有一天成功的大门会向我敞开，我现在在做的就是让每一天过得充实有意义。

A、大学在校期间总体规划：

1、思想政治方面：提高思想认识，加入中国共产党

2、学业方面：以优异成绩完成大学学业，拿到营销资格证书

3、个性发展方面：在三年尽量把自己想干的事都干了，看自己想看的书，学自己想学的东西。尽量不留下遗憾。

4、身体素质方面：每天保证充足的睡眠，不熬夜。经常参加体育锻炼，提高自身素质。

B、大学三年具体规划：

1、大一：尽可能地多参加社团活动，增长自己的见识，提高自己的能力。

2、大二：英语通过基本能力测试。

3、大三：考取营销师资格证，并为升本做准备。

五、结束语

这就是我的职业生涯规划书，但我也肯定不会完全照这样去做，可能大体上会这样去做。未来发生什么样的事，没有人知道。未来有太多的未知数，到时候随机应变吧。