**大学生职业生涯规划书3000字范文一**

**一、对大学生进行的认识**

　　职业生涯:是指一个人一生工作经历中所包括的一系列活动和行为。职业生涯规划分为和组织的职业生涯规划，个人的职业生涯规划是指在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效规划,以实现个人发展的成就最大化为目的的而做出的行之有效的安排。

　　由此可见，大学生的职业选择不是个人面临就业时的某个单独事件，而是贯穿于整个教育的全过程。许多大学生在当初高考填报志愿时，混淆职业与专业的区别，选择专业时带有一定的盲目性，因此在学生在进入大学时，高校应该指导大学生树立正确的就业观，指导他们逐步完成对自己职业生涯的规划。但从现状来看，此项工作开展的并不容乐观，据一项对北京人文经济类综合性重点大学大学生的调查中显示，大部分学生对自己将来的职业没有规划：对自己将来如何一步步晋升、发展没有设计的占62.2%;有设计的占32.8%，而其中有明确设计的仅占4.9%。在大学期间，大学生对自己的发展规划不明确，不能运用职业设计理论，规划未来的工作与人生发展方向，这种情况严重影响了学生对就业的提前准备和准确，甚至影响对工作的适应性。

　　作为一项系统工程，职业生涯规划虽受社会发展的需求的制约，但更多的是受大学生个人自身素质影响，因为职业生涯规划不是社会或学校强加个人身上的实施方案，而是当事人在内心动力的驱使下，结合社会职业的要求和社会发展利益，依据现实条件和机会所制定的个人化的实施方案。但由于我国长期受“包分配”思想的影响，高校对大学生的就业指导手段落后，更谈不上对大学生进行个性化的职业生涯规划和设计。随着社会形式、生活方式、就业方式、利益主体等方面的多样化，高校应建立相应的职业生涯规划咨询机构，按照职业生涯规划理论，从多方面对大学生将来的职业规划提供科学的指导。

**二、职业生涯规划应成为高校就业指导工作的重要手段和核心内容**

　　由于缺乏科学的指导，许多毕业生在择业的时候存在很强的盲目性、随机性和从众性。虽然许多学生在毕业前拥有许多“证书”，但却得不到用人单位的青睐，原因是用人单位认为应届毕业的大学生们只学到书本知识而没有掌握学习方法、实际解决问题的能力弱、缺乏团队精神、人际沟通能力和自我认识，而且对未来的发展盲目，没有规划。大学作为的第一站，高校生对他们的呢?笔者认为可以考虑以下几个步骤：

　　1、评估自我。评估自我是为了更好的认识自我、了解自我。要通过科学认知的方法和手段，如借助于职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价等，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。评估自我时要客观、冷静，不能以点代面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。

　　2、正确进行职业分析。现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特性。职业区域可能是城市，也可能是农村，可能是经济发达的特区，也可能是经济一般或贫困落后地区。职业生涯规划设计时要考虑到职业区域的具体特点，比如该地区的特殊政策、环境特征;职业角色的发展与职业所在的行业的发展有着密切的关系，职业生涯规划时，不能仅看重单位的大小、名气，而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;不同的职业岗位对求业者的自身素质和能力有着不同的要求，在职业生涯规划时，除了解所需要的非职业素质要求外，还要了解所需要的职业素质要求，除了解所需要的一般能力外，还要了解所需要的特殊职业能力。

　　3、确定职业目标。职业目标是指人们对未来职业表现出来的一种强烈的追求和向往，是人们对未来职业生活的构想和规划，确立目标可以成为追求成功的驱动力，所谓“志不立，天下无可成之事”。因此在制定职业生涯规划时，关键是要确立好目标。任何人的职业目标必然要受到社会环境和社会现实的制约，凡是符合社会发展需求和人民利益的职业都是正确的，因此，大学生制定职业目标时应把个人志向与国家利益和社会需要有机地结合起来，这才有现实的可行性。目标又分短期和长期目标。长期目标一般是以后职业规划的顶点，短期目标则一般是近期素质能力的提高等。

　　4、培养职业需要的实践能力。大学生的综合能力和知识面是用人单位选择大学生的依据。用人单位不仅考核其专业知识和技能，而且还考核其综合运用知识的能力、对环境的适应能力、对文化的整合能力和实际操作能力等。大学生职业生涯规划设计，除了构建自己合理的知识结构外，还具备从事本行业岗位的基本能力和某些专业能力。从某种意义上说，能力比知识更重要，大学生只有将合理的知识结构和适用社会需要的各种能力统一起来，才能立于不败之地。一般来说，大学生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。在确立了职业目标后，行动成了关键环节，没有行动，目标无从实现，因此，要指导大学参与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内容。当前，大学生进行的职业训练较少，其实高校可以利用许多机会，如组织大学生参与暑期 “三下乡”社会实践活动、大学生“青年志愿者”活动、大学生毕业实习工作、大学生校园创业活动等都是职业训练很好的形式。除此之外，高校还可以邀请成功的校友、校外知名人士等回校与大学生座谈交流经验;可以通过勤工俭学形式，让大学生从事社会兼职工作;组织学生开展模拟性的职业实践活动，开展职业意向测评，开展职业兴趣分析测评等。高校要指导大学生主动积极地参加有益的职业训练，更早更多地了解职业，掌握职业技能，以便更好的开展自己的职业规划设计。

　　6、评估与反馈。俗话说“计划赶不上变化”，尤其在高科技信息时代，变化更是永恒的主题。由于影响职业生涯规划的因素很多，有的变化是无法预测的，因此，要指导学生时刻关注环境的变化，从而不断与修订。

　　作为高校就业指导部门，应该把职业生涯规划作为就业指导工作的核心内容和重要手段贯穿于大学教育的过程，除了以上提了几个步骤，笔者以为，高校在指导学生就业过程中还要注意对学生心理素质的培养。

**三、 职业规划应该贯穿大学4年教育的全过程**

　　既然是贯穿于整个大学教育的全过程之中，高校就业指导部门除了要建立了相应完善的就业指导体系和职能部门外，还应该从大学生一年级开始，对他们进行职业生涯规划教育和指导。当然，由于四个年级的学生的特点不一样，需要采取的方式和途径也不相同。对此，笔者做以下思考：

　　大一：主要是要使学生加深对本专业的培养目标和就业方向的认识，增强大学生学习专业的自学性，培养学生的专业学习目标并让学生初步了解将来所从事的职业，为将来制定的职业目标打下基础。由于用人单位对毕业生的需求，一般首先选择的是大学生某专业方面的特长，大学生迈入社会后的贡献，主要靠运用所学的专业知识来实现。如果职业生涯设计离开了所学专业，无形当中增加了许多“补课”负担，个人的价值就难以实现。因此，大学生对所学的专业知识要精深、广博，除了要掌握宽厚的基础知识和精深的专业知识外，还要拓宽专业知识面，掌握或了解与本专业相关、相近的若干专业知识和技术。同时要为每一位学生建立“人才库” 档案，记录学生的特点、兴趣、职业能力倾向等内容。

　　大二：要让大学生了解应具备的各种素质，鼓励学生通过参加各项活动，锻炼自己的各种能力，如鼓励学生参加兼职工作、社会实践活动，并要求具有坚持性，最好能在课余时间后长时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，如参与学生科研工作，提高自己的责任感、主动性和受挫能力;同时增强英语口语能力和计算机应用能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅修其他专业的知识充实自己;同时检验自己的知识技能，并要根据个人兴趣与能力修订个人设计。

　　大三：由于临近毕业，在指导学生加强专业学习，准备考研的同时，要指导学生开始把目标锁定在提高求职技能上，培养学生独立创业能力。如高校可以通过大学生素质拓展活动来锻炼学生的独立解决问题的能力和创造性;鼓励学生参加和专业有关的暑期实践工作;加强和已毕业的校友联系，交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信，加大了解搜集工作信息的渠道等。

　　大四：是一个分化期，大部分学生对自己的出路应该都有了规划，这时可指导学生对前三年的准备做一个总结：首先检验已确立的职业目标是否明确，前三年的准备是否已充分;然后，有针对性的对学生进行专项指导，除了常规的就业指导课，比如可以聘请人力资源方面的专业人士为学生介绍各行业人才要求，让学生接受择业技巧培训、组织参加活动，让学生在实践中校验自己的积累和准备等。最后，指导学生充分利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人公司资料信息、强化求职技巧、进行模拟面试等训练，尽可能地让学生在做出较为充分准备的情况下进行施展演练。

　　在指导大学生进行职业生涯规划设计时，要充分发动各有效力量，如二级学院、辅导员等人员;同时要发挥学生宣传工作的有效阵地，如素质拓展实施中心，各类就业导报等，加强就业信息的交流。

　　是一项长期的工程，大学阶段的规划只是一个起步，高校应把此项工作作为高校教育的核心内容和重要手段，在各职能部门的配合下，共同探索，以提升学生就业的科学性和实效性。

**大学生职业生涯规划书3000字范文二**

　　在今天这个人才竞争的时代，个人开始成为在人争夺战中的另一重要利器。对企业而言，如何体现公司“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，职业生涯规划是一种有效的手段;而对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的职业生涯规划，势必会造成生命和时间的浪费。

**一、前言**

　　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，将自己的未来好好的设计一下。有了目标，才会有动力。

**二、自我盘点**

　　我是一个专科生，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。

**三、解决自我盘点中的劣势和缺点**

　　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，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。

**四、专业分析**

　　本人所学的专业为管理类，我们学习会计学，综合其他经济学科，对财政、税收等方面有一定的了解，可以更加深入对管理学科的研究学习，这点就优先与其他经济专业学习。为我们以后做管理人员打下坚实的基础。财务管理专业培养具备管理、经济、法律、理财和金融等方面的基础理论知识，熟悉国内外有关财务、金融管理的方针、政策和法规，掌握基本的财务信息搜集处理的方法，具有分析和解决财务、金融管理实际问题的科学研究和实际工作能力，能在企业、事业单位及政府部门从事财务、金融管理以及教学、科研等方面工作的工商管理学科高级专门人才。只有认真学习才能掌握其专业知识.

**五、未来人生**

　　根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向会计和英语两方面发展。围绕这两个方面，本人特对未来五十年作初步职业生涯规划如下：

　　1、2008-2010年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。

　　2、2011-2013年，熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

**完成主要内容：**

　　(1)a 确定目标和路径

　　学历、知识结构：提升自身学历层次，从专科走向本科，专业技能熟练。英语四、六级争取拿优秀、普通话过级，且拿到英语口语等级证书，开始接触社会、工作、熟悉工作环境

　　成果目标;通过实践学习，掌握专业技能.

　　学历目标：取得会计从业资格,高级会计师.注册会计师.

　　职务目标：外企高级企业管理人才

　　能力目标：在学校掌握的东西远远不够，因而要熟悉企业运行方式，多掌握企业管理方面的知识，熟读关于经济法律的知识，提高自己对企业创建和运转的熟悉程度.

　　b 制定行动计划

　　充分利用在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等.充分利用学校或社团提供的培训机会，争取更多的培训机会，提高自己的知识能力。充分利用自身的工作条件扩大社交圈、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，用真心交往，多结交益友。

　　c 动态反馈调整

　　在大学开始就要有一个明确的目标，对自己的职业生涯做一个明确的规划。也许以后情况有变，但你现在也有动力有目标去努力。目标要么不定，定了就一定要实行。现在正是我们为自己的个人做好充分准备的时候，不能因为安逸的生活而放弃努力，因为小小的挫折而丧失信心，未来的命运是我们自己的，只要肯努力就会取得成功.

　　(3)生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，如散步、跳健美操、打羽毛球等。

　　3、2020-2053年，在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，拥有一个完美的家庭。

**六、结束语**

　　中国企业飞速发展，但中国优秀管理人才仍然极度缺乏，在加入WTO后，大批外企涌入，冲击中国企业的发展，需要有大批优秀的管理人员对企业进行改革，跟上时代的步伐。因此，中国在未来十年里需要大批管理者来改革企业，更需要优秀的，管理者来支撑企业。。

　　由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业还有许多不完善的地方。中国急需管理人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

　　要在中国发展企业，必须要适合中国的国情，这就要求管理的科学性与艺术性和环境动态适应相结合。因此，受中国市场吸引进入的大批外资企业都面临着本土化改造的任务。这就为准备去外企做管理工作的人员提供了很多机会。

　　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;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。每个人心中都有一片森林。