大学生职业生涯规划书范文三篇

　　篇一：大学生职业生涯规划书范文三篇
 　　【一】
 　　一、自我分析
 　　也许认识自己是世界上最难的一件事了，所以人要花一辈子时间去认清自己，摸索自己。大学时光，匆匆而过，很关键的一件事就是要找准定位，发现自己的能力潜在处，然后伺机而发。我很理性，做事之前都会考虑事情的变故以及自己的做法是否妥当，寻求最佳的方案。同时富有正义感，做事说一不二，为人正值稳重。最重要的是本人对法律知识很感兴趣，尤其是对案件具有较强的敏感度。本人喜欢推理，喜欢对一些法律事件做出自己的评价，尽管水平有限，但是激情颇高。同时做事细心谨慎，精益求精，不求最好，只求更好。当然金吴足赤，人无完人。本人缺陷也很多，譬如有时不够自信，办事偶尔会犹豫，想法过于复杂，不喜欢在众人面前说话等等。
 　　二、职业选项
 　　1、通过国家公务员考试进入国家司法机关
 　　最近几年，国家通过司法考试招收国家公务员的人数在逐年增加，但与逐年增加的法学专业的毕业生数量相比显得还很少，同时考试难度很大，录取率较低，出现众人过“独木桥”的局面。但是只要认真准备，充满信心，考取公务员的几率还是很大的。
 　　2、步入社会做完整的法律人
 　　受大环境的影响，现在的律师事务所在找人的时候，如果应聘者没有通过司法考试，不能给他们带来案源，他们通常是不考虑的。但对于刚毕业的大学生来说，有案源的恐怕只是很少一部分。法律专业的毕业生应该怎么样撬开律师事务所的大门呢?在我国仍然有一些律师事务所是通过办好每件案件来吸引案源的。法律毕业生应该找这样的律师事务所和律师。在很多人眼里，律师是个看起来很美的职业：收入丰厚，衣食无忧。所以，当律师成了大部分法律毕业生共同的选择。
 　　3、从事科学教研工作
 　　在科学教研工作的好处是稳定，生活有规律。但是，法学毕业生有机会还是步入社会比较好。在现实社会中，老师基本上都是从学校到学校，对社会生活了解不够多，科研和实际脱节，因此想成为一个完整的法律人，在科学教研工作也许不是很好的选择。
 　　三、职业目标
 　　因为本人自打选择法学专业后，就立志做一名优秀的律师。不但自己从小就深受律师的正值所感染，觉得律师是当今市场最威风的职业，因此十分喜欢律师的职业。虽然当前我国律师人数较多，市场似乎出现饱和的状态，但是结构性差异仍然存在，优秀律师更是少之又少。因而当一名优秀的律师将是法律最好的出路。
 　　四、.就业方向职业的能力素质要求：
 　　只对律师职业做研究
 　　1、良好的政浩素质，高尚的道德修养
 　　作为一名人民律师，要以维护国家法律的正确实施，维护委托人的合法权益为已任，时刻把人民的利益、国家利益放在首位，坚持“四项基本原则”，在思想上、行动上与党中央保持一致，不断提高自己的政治素养同时，还必须不断进行自我修养，培养高尚的道德情操。所有这些，都是律师事业发展取之不尽，用之不竭的精神源泉，是做一名合格律师的前提条件司法部从一九九五年起在律师资格考试中增加了律师职业道德和执业纪律的内容，这表明，管理者对
 　　这一问题已引起了高度重视。把这一内容的考核纳入规范化、制度化的议程，是一个非常好的开端，这必将对律师事业的健康发展和律师综合素质的提高起到巨大的促进作用。
 　　2、狠抓业务，练好扎实的基本功
 　　律师利用自己所掌握的法律知识为社会提供法律服务，并通过具体的业务活动宣传法律。因
　　此，律师不但要精通律师业务方面的知识，而且要精通法律专业知识，同时，还必须掌握与其业务活动有关的其他相关知识。只有这样，才可能在错综复杂的业务活动中站住脚，并立于不败之地。
 　　做一名称职的人民律师，精通法律是一个方面，另一方面，还必须有渊博的相关学识。也就是说，要当好律师还必须不断提高自己的社会科学知识，涉猎的知识范围要广泛。只有这样，才能在处理各种法律事务时得心应手，镇定自若。
 　　3、做一名合格律师，还必须有厚实的语言功底，雄辩的口才，超的演讲能力。律师在人们的心目中，不但是法律方面的专家，而且还应该是个语言专家。因为律师只有将自己对案件的看法，用精练的语言表达出来，说服合议庭，使自己的意见被采纳，才算真正实现了自我价值。所以，学习语言知识，演讲技巧，使自己变成精明强干、敏锐干炼的“智者”，是每个律师都应该追求的目标。
 　　五、与就业方向职业目标的差距
 　　根据当一名律师所应该具有的素质来对照，我的不足显然。
 　　当一名优秀的律师是本人当初选择法学专业的初衷，但是经过将近一年的时间的学习，我发现法学实在是一门很难学好的课程。课多内容多导致记忆的量很庞大，同时内容非常的抽象极易难懂，而对于一些重要概念的不清晰导致的是对一整节内容的混要不清似懂非懂。更糟糕的是，上大学后，本人的惰性如撒旦的魔咒一样袭满我的全身，平时很少花时间来巩固知识，因而当一名优秀律师的前提掌握全面的精深的法律知识我都还具有很大的差距。
 　　从事律师工作必须具有相当的实践能力，本人自打进入大学以来，除了整天呆在学校外，除了上课睡觉，根本谈不上有什么社会实践的经验，因而动手或者相关的能力很是有待提高。 律师就是在法庭上辩论，唇枪舌剑，相当的口才是必不可少的。我从来没有为自己的口才而自卑过，但是由于本人的性格问题，极不愿意在大庭广众之下说那么一大堆话，做人低调的我奉行“不鸣则已，一鸣惊人”的原则，也许这点和当律师所应该展现的一面不是很搭配。 以上3点应该是本人意愿当律师的最大的障碍。
 　　六、对策
 　　针对以上本人的不足之处，我该做的当然不可能是逃避，而是一句话：对症下药。
 　　1、知识从哪里来?知识当然不可能无端的在你的脑海里形成，只能靠自己的努力向课堂、向老师、向时间要。我得承认，大学生活空余的时间实在是太多了，多得让自己都不知道该做什么。而如此多的空余时间完全是我学好知识的保证。睡觉时间少一点，上网时间少一点，学习时间多一点，踏踏实实，一步一步在法律殿堂里汲取营养。当然上课时间认真听讲，专心做笔记那是更不应该在话下应该要严格遵守的了。多看书本，多向老师请教，以一个小学生的姿态来学习是完全值得鼓励的行为。严格遵守预习—听课—复习的步骤，认真对待每一次的作业，采撷每一分灵感，让欲望之花遍地。图书馆是学生时代的大宝库，平时多多泡泡图书馆，博览群书，多多翻阅当代世界法律方面的奇特案件，举一反三
 　　2、多多参加社会实践，达到理论与实践的真正结合。大学生的实践活动能力是一个人综合实力的很重要的方面。在假期里，寻找机会，去律师事务所实习，多多接触律师，学习律师在办案时的工作流程，抓住每一次和律师交流沟通的机会。在律师事务所实习时，要主动，肯吃苦，多表现，勤于找机会，多做事。如果可以，还可以跟着律师到外面社会上采证，多做笔记，多多交流心得
 　　3、性格问题不是一两天就能改变的，只能慢慢来。抓住每一次表现的机会，在大家面前展现自己。不管自己愿意不愿意，都要在脑海中形成一种意识，那就是我现在的努力完全是为了以后的出路，就算现在丢脸献丑了，也不是什么大不了的事情。培养自信与坦然的心态，以一种傲视群雄的姿态站在他人面前，没有理由不达到一种令人震撼的效果。多多参加社团活动，多认识一些同学，多结交一些朋友，在与朋友的交流中培养自己爱表现的欲望。
　　七、结语
 　　通过上次对自己的法学专业的就业状况以及就业前景的调研，本人深刻意识到竞争的压力与风险意识。在一个瞬息万变的知识经济时代，谁能掌握时代的潮流，把握时代脉动，谁就能掌握主动权，在汰弱留强的世界里崭露头角。我虽为进入社会工作岗位，但是眼前的竞争与前辈的前车之鉴，生于忧患死于安乐，居安思危的意识还得存在在我们的大脑里。没有人能为你的前途准备什么，自己的命运掌握在自己手里，我们都要为自己负责。我的前途我做主。我的命运我来书写。也许前面荆棘丛生，但是只要我有一颗坚定的不服输的心，我就能战胜一切。我完全有理由相信，我的未来充满光明。我必能在将来的法学界闯出一片属于我的天空。
 　　【二】
 　　前言
 　　人生本没有意义，每个人都要给自己规定一个人生的意义，我要思考的结果是：我用我的生命去做我热爱的事情，它不仅让我快乐，而且对人类有所帮助。—毕淑敏
 　　从我们呱呱坠地就开始了我们人生的旅程。人生的曲折与坎坷铸就了我们对生活的百折不挠，也磨练了我们坚韧不拔的毅力。人们常说：“人无远虑，必有近忧。”如何使我们的人生显得更有价值，体现生命的意义。我想拟定一份职业规划书是我们不可或缺的基础石料。 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21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。
 　　作为新世纪的大学生，我们有能力去展示当代年青人的风采，历史的舞台为我们而拓展，只要有信心，你就可以。但是在面对日益激烈的人才竞争，我们更应该明确自己在社会大剧场中所扮演的角色。给自己一个最准确的定位，职业规划让我们更能看清自己，了解自己，那你还等什么------一起来吧!
 　　在我和人生哲学里，生命不应该是一个简单的轮回和重复，每一个生命都应以其独特的方式去演绎自己的人生。因此，我希望我的人生按照自己设定的方向前进，不管遇到什么样的事或人，都要做自己。
 　　一、自我盘点
 　　1、自我兴趣爱好大盘点：阅读、养花、跆拳道等等
 　　喜欢的文学作品：
 　　《红楼梦》、《冰心散文》《人间词话》、《宋词三百首》、《雷雨》等散文诗歌。散文和诗歌给人
　　带来的享受无法用言语来表达，那是一种精神和灵魂的对话。有时候更只是一种感觉，我是相信感觉的。
 　　心中的偶像：曹雪芹、三毛、周恩来。
 　　2、自己的优势盘点：
 　　有理想，有追求，对待学习态度端正，对待工作兢兢业业，在自己人际交往的圈子中，我努力用真诚对待每一个人，因为我相信，爱出者爱返，福往者福来，我乐于交友，希望能朋友身上学到自己所没有的优点。
 　　3、自己的劣势盘点：
 　　缺乏社会实践经验，动手能力不强。做事有点毛躁，抗压能力不强，对某些
 　　事物过于敏感
 　　4、生活中成功经验的盘点：
 　　独立自主，很多事都必须要自己一个人去面对去思考去决定。不管在学习上还是在生活中，都要自己亲身经历才能领悟到其中的奥秘。
 　　5、生活中失败的教训：
 　　目前我遇到的最大失败就是高考，我把高考看得太重要了以至于没有发挥自己的真实水平。现在觉得生活中没有一个人或一件事就能完全决定我的人生，只要以一种平常的心态去面对那些所谓重要的事和人，没什么大不了的。
 　　二解决自我盘点中的劣势和缺点：
 　　利用假期找份兼职工作，增加实践经验，提高对社会的认识。看一些心理学方面的书籍或是向心理老师咨询解决自己在性格方面的弱点。增强自己的抗压能力，让自我感觉更好。 xxxx、人生格言知识改变命运
 　　综上所述，只要我选择了适合自己的，我就会是最好的。我明白我不能决定生命的长度，但我可以控制它的宽度，我不能左右天气，但我可以改变心情，我不能预知明天，但我可以利用今天，我不能样样顺利，但我可以事事努力。
 　　三、社会环境规划和职业分析
 　　1、社会一般环境：
 　　有报道说：xxxx年5月21日，中国新闻教育学会会长何梓华在首届新闻传播学院院长国际研讨会指出，我国新闻学类专业点超常规发展，毕业生供大于求。
 　　xxxx年以前,全国新闻学类专业点共有xxxxxxxx个;xxxx-xxxx年，5年共增加58个专业点，平均每年增加10个左右;xxxx-xxxx年，5年期间共增加335个专业点，平均每年增加xxxx7个;xxxx年，新闻学类专业点已达xxxxxxxx1个，两年新增了202个，平均每年增加101。而事实上，3-5年内新闻媒体对新闻人才的需求量不大。以目前xxxxxxxx1个新闻学类专业点每个每年招收50人的最保守估算，本科四年招收xxxx人，xxxxxxxx1×xxxx=132xxxx人，平均每年的毕业生将为33050人——而全国领有记者证的新闻工作者人数约为15万人，供大于求是显而易见的。
 　　2、新闻学业特殊社会环境
 　　随着社会主义市场经济的发展，新闻媒体希望新闻院校能为他们多培养新闻媒体的经营管理人才。但建国以来，新闻院校集中力量培养的是记者和编辑，经营管理人才的培养被长期忽视。
 　　据中国新闻教育学会对xxxx多家新闻媒体的调查：大多数新闻媒体已经组建了一支以中青年为主、学历层次比较高、知识结构比较合理的队伍;对能从事一般记者和编辑工作的本科毕业生，需求量已接近饱和;为了进一步提高新闻报道的质量，并满足受众多方面的需要，新闻媒体需要新闻院校培养既懂新闻业务知识，又能掌握另一门学科基本知识的复合型人才。当新闻院校无法满足此需求时，新闻媒体不再局限于招收新闻学类专业的毕业生。
　　四、未来职业规划
 　　(一)确定职业通路
 　　职业类型：记者，播音员，编辑
 　　典型特征：白领，编辑领导
 　　成功标准：五年内成为主播，有一套三室二厅的房子。五年后创立自己的风格，有固定的听众。
 　　主要职业领域：报社，电台，电视台
 　　个人职业通路设计：先在一家比较好的电台做播音员，然后向编辑方面靠拢。在编辑方面积累经验，最后在时机成熟的时候，成立自己的团队。
 　　(二)未来人生职业总规划
 　　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：
 　　1、xxxx年—xxxx年
 　　完成主要内容：
 　　(1)学历、知识结构：获得大学本科文凭，英语过四六级，获得普通话资格证，如有可能，最好能拿到教师资格证。选修文学和经济学，提高个人素质。
 　　(2)个人发展状况：与同学和老师相处融洽，有良好的人际关系。学会书法和网球，经常参加体育锻炼，有一个强健的体魄。
 　　(3)婚姻家庭：未婚且无男朋友。
 　　2、xxxx年—xxxx年
 　　完成主要内容：
 　　(1)学历、知识结构：获得硕士文凭，通过新闻学硕士资格认证，提高英语口语表达能力，选修企业管理。
 　　(2)个人发展状况：与同学和老师相处融洽，有良好的人际关系。结识一些软件业的精英人物，提高人际关系网的质量。最好能找到个男朋友。
 　　(3)婚姻家庭：未婚但有男朋友。
 　　3、xxxx年以后：
 　　进入一家比较好的广播电台，处理好人际关系。三年后做到中层干部，成为公司骨干。十年以后积累了一定的经济财富和人际关系，为成立自己的团队打下软硬方面的基础。
 　　(三)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，拿到教师资格证书，在大四顺利考上研究生。
 　　3、个性发展方面：在四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，提高身素质。 b、大学四年具体规划：
 　　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：英语过四六级。选修文学。
 　　3、大三：拿到教师资格认证，并开始为考研作准备。选修经济学。
 　　4、大四：全力考研。
 　　五、结束语
 　　这就是我对自己的规划，有计划固然是好事，但要做到并不是一件简单的事，不过只要有努
　　篇二：大学生职业生涯规划书1000字3篇
 　　大学生职业生涯规划书1000字3篇
　　职业生涯规划对大学生有着重要意义,有助于当今大学生自身的成长和发展,有助于其梦想的实现和自身价值的体现。本文是小编为大家整理的大学生职业生涯规划书1000字，仅供参考。
　　大学生职业生涯规划书1000字篇一：
　　前言
　　在这个以竞争为主旋律的充满机遇和挑战的社会，我们应该时时刻刻做好掌握这种难得的机遇并迎接这种残酷的挑战的准备。竞争意味着知识，意味着能力。 职业生涯规划，规划自己的学习和未来职业的计划，为自己的学习定下计划和标，是自己不盲目的学，是自己有方向努力，有动力前进，学习更加的有效率。有计划才能更好的学习发展。职业生涯规划便理所当然地融入到了我们的生活中。
　　认识自我
　　我今年大二，是日语专业的学生，做事讲求脚踏实地、有始有终，不喜欢弄虚作假、半途而废,待人和善,不喜欢运动,对于阅读和推理有一定能力，乐于观察生活，并且习惯用自己的方式记录下生活中令自己感动以及自己感兴趣的东西,交际能力不是特别好，自我控制能力较强，可以在生活中自理，自我调剂情绪。我的优势在于，我能够经常对身边的事进行总结和反思，从他人以及自己的身上获得对自己前进和成长极具好处的东西。
　　我虽然不算是文静的人但是我不喜欢和别人交流。我喜欢新鲜的事物，喜欢去不同的地方。喜欢看书，旅游，去了解各地的风土文化。
　　认识环境
 　　我出生在一个中等收入的家庭，生活勉强过得去，他们辛辛苦苦工作赚钱让我读大学，他们都希望我有朝一日等够成才，能够拥有一份稳定舒适的工作,能靠自己生活。这个社会很多人找工作都是依靠人际关系，我的家庭根本不能为我将来毕业后工作提供任何人脉，每一步都要靠我自己去努力，意识到这一点，我一直都很努力地学习，不断提升自己的能力，以便将来能从事一份较好的工作来回报父母。 我所读的学校是一个师范学校，但是我以后不想从事教育，也不想从事公务员，在这点上考虑，我就得要在学习一些其他的能力。
　　当代社会竞争非常的激烈，必须要有很强的专业能力和一些其他方面的能力才能在社会上很好的立足。作为一名理科考生，选择日语专业对我来说其实是意见极具挑战的事情。但是，出于对日语及日本文化的好奇我还是坚定的选择了日语专业。在如今中日两国关系不断升温的时候，日语学习也逐渐被大家认可和接受并且广泛流传。随着学习日语的人数的不断增加，单纯的日语学习者在就业方面已经不再具备着其独有的优势，我想只有将日语的学习与其他专业的涉猎联系起来，我们的才会有更加广阔的发展空间。无论是从事日语翻译、导游，或是就职于日企、从事和中日两国关系有关的各项工作，都需要讲日语与其他个有关方面紧密的联系起来，这样就能够达到事半功倍的效果。
　　我想出国去留学，不过费用太高，我家无法承担，所以我去学了护理的课程，希望可以通过那个平台来实现自己的愿望。我是理科生，对于学习护理专业的知识有一定的基础，我相信我可以学好这个课程的知识，能够得到以后出国的机会。
　　现在护理行业的人员在国外比较的紧缺，就业前景还是很乐观的，我们在那里的待遇会相对国内来讲要好，这样可以为我的家庭减轻很多的负担。而且我还可以在以后有机会的时候，在国外学习读书，学习一些新的专业，这样以后就可以不一直从事同一个行业，去做我喜欢的事业。
　　认识职业
　　日语专业在国内来说可以算是一个小语种，可以去从事翻译、导游等行业的工作。就翻译而言，目前在国内就业前景还比较的可以，做翻译这块，会比较的轻松些，但是高工资的翻译工作不很好找，工作寿命相对导游要长。在世界500强的企业中，日本一
　　直稳居第二，同时由于地缘关系，大量的日企在中国投资建厂。日本经济新闻社的最新调查显示，有近八成的日企表示将继续加强在中国的事业发展，扩大投资。日企今后在中国的发展潜力很大，很多同学都把进入日企作为自己职业生涯的开始。从人才供给来看，日语专业人才明显供应不足。并且多年带毕业生的老师，对日语专业的发展形势很乐观。
　　我对翻译的工作很喜欢，会为之付出我的热情和努力，积极地做好这种工作。我想要在这个领域中取得好的成绩，就得要有很扎实的专业知识，要过日语国际一级考试，同时还要有很强的交流和应对突发事件的能力。在礼仪上要很有修为。
　　职业规划
　　总目标：以后可以出国留学或者做一个很优秀的翻译。
　　分期目标：1、学好日语，通过日语的四六级考试
　　2、在大四时通过日语国家一级考试
　　3、学好护理课程，拿到护士证 近期目标：1、不挂科，尤其是专业课程----基础日语、日语听力、日语口语
　　2、积极锻炼，提高身体素质，让自己的身体状态处于良好。
　　3、多参加各种活动，提高自己的交际能力和临场应变能力，为以后打下基础。
　　4、参加班上的班委竞选，去锻炼自己的组织能力和领导能力。
 　　风险预测
　　未来的变数很多，或许在我毕业后日语翻译这个行业不再那么的紧缺了，但是目前看来，他还是一个比较的有前景的行业。那时，我可以用我的其他知识结合日语来找工作，比如我的护理知识，这也是一门技能。
　　结束语
　　这就是我目前的职业生涯规划，她虽然不够完美，以后也或许会随着时间及精力的增加而有所改变，但是我会一直按照这个规划努力的践行自己的理想。这个过程也许是漫长的，也是曲折的，但我会下定决心完成自己的梦想。没有梦想的人生风景是乏味的无吸引力的，既然确定了目标，明确了风景，就要为装饰这篇风景而努力的奋斗。
　　我有决心，有毅力，更有自信。
　　我相信，我的明天充满希望。
　　大学生职业生涯规划书1000字篇二：
　　来到这个世界，每个人都怀揣着一份梦想。这也是我们人生前行的动力与支撑。桃树会绽出粉色的花蕾，玫瑰会洋溢热情的芳香。我们也是一样，不同的人带着异秉的天赋与自我的喜好融入社会这个大家庭，只为了能够实现自我的价值，为他人带来自己所散发的芬芳。
　　1、做自己喜欢做的——我的职业兴趣
 　　我的人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是艺术创造型A(9.5分)、社会活动型S(7.3分)和经营管理型E(7分)。
　　实际情况是 本人擅长书法、素描;爱好广泛，唱歌、读书、写作、朗诵等皆被安排在我的课余生活中。在生活学习中能够突发奇，想提出新奇的建议与独特的意见，对事物的发展有着自我独到的认识与理解。性格决定命运，本人随和、感性，喜欢与身边朋友在一起学习、工作、娱乐，遇事沉稳、随性，喜欢追求完美，做事认真、踏实，但耐性不足。
　　2、做自己能够做的——我的职业能力
　　我的人才素质测评报告结果显示，空间判断能力得分较高(7.9分)，数理能力得分较低(4.1分)。
　　我的具体情况是我认为自己书写能力更强，其他能力次之。可以从事自由撰稿人，教师或等工作。但是我认为职业能力不是一个定数，人的能力是随着社会经验的逐渐丰富与人生履历的增加而不断提升。没有人的能力是与生俱来的，后天接受的培养与主动的学习才是能力提升的关键。随着将来走出学校，步入社会后，见识的增进与视野的开阔，我的职业能力也将得到更大的提升，比重也将改变。
　　3、做自己适合做的——我的个人特质
　　我的人才素质测评报告结果显示我的个性特征类型是：ISFP型 [内倾、感觉、情感、感知型]，我的具体情况是内倾、感觉、情感、感知型，但是在此基础上也不乏理性的判断与认知。可能本人更适合于进行文学工作创作，如报社编辑，作家等。
　　4、做对自己重要的——我的职业价值观
　　篇三：大学生职业生涯规划书范文及格式
 　　大学生职业生涯规划书范文及格式
　　一、大学生职业生涯规划书范文
　　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。
 　　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.
 　　2)能力劣势：一件事做第二遍定会出错;做事过于理性，而有时候应该是按常规出牌的;有严重的个人中心主义,有时听不进别人的劝导;
 　　自我分析小结：
 　　我认为自己明确职业兴趣及方向，有一定的能力优势，但是也有一定的能力劣势，所以要发挥自己的优势，培养自己不够的能力。平时要多对自己的不足进行强化的训练，譬如，要多练练写作，多看一些课外书，拓宽自己的视野，等等。
 　　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。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。
 　　4.职业环境分析：
 　　在我国，由于预防医学为新兴专业，这方面的人才需求量目前很大，社会分工还行，前景不错，但也因此，专业知识技能不够发达，(要干实事最好去国外进修发展)，报酬也不高。
 　　5.行业环境分析：
 　　将来我希望进CDC工作。预防医学目前还处于幼童期，不够壮大;但就业范围比较广，现在的医药、食品、卫生等方面均可，容易找工作，只是待遇不高，且国内此类高端人才及技术缺乏;不过经历非典、禽流感、甲流及此时正猖獗的麻疹(年年猖獗)后，国家越来越重视预防，正提倡培养该方面人才，全国各地都逐渐设立有CDC;现在自己多考些证，以
　　更易游刃于上述就业范围。
 　　职业决策
 　　综合前面的自我认知和职业认知这两部分的内容，我得出本人的职业定位的SWOT分析如下：
 　　内部因素： 优势因素 (S) 弱势因素 (W)
 　　头脑灵活,逻辑推理能力较强 具有个人中心主义，顽固具有创造力，认真，负责 不喜欢模式化工作，偶尔会有厌倦心理
 　　有毅力,观察力强
 　　外部因素： 机会因素 (O) 威胁因素(T)
 　　新兴专业的工作岗位相对 社会环境不断变化，
 　　多些，疾病预防发 竞争激烈，就业形势日益严峻。展前景较大。
 　　结论：
 　　1)职业目标：
 　　我根据自己的职业兴趣和个人能力，最终成为一名在预防医学专业的科研工作者。
 　　2)职业的发展路径：
 　　考多种证----公务员-----CDC工作者-----进华中研究院
 　　三、计划与途径：
 　　1.大学期间：2007年～2012年
 　　1)大四、五学好各科专业知识，掌握预防医学的基本知
　　识。
 　　2)大四前英语6级争取过600分，积极考托福，希望能用英语与外国人自由交谈。
 　　3)大四前考取全国计算机二级证书。
 　　4) 大三开始业余学习韩语，希望能用韩语和商务伙伴自如沟通.
 　　5) 假期实习(和本人专业相符合的)积累社会经验.
 　　2.大学毕业的五年：2012年～2017年(随机应变)
 　　1)若考上研究生，则继续勤奋学习。
 　　2)考公务员，去CDC工作
 　　3)进科研院
 　　4)去国外留学,学习本专业,继续深造.
 　　5)去国外工作.
 　　3.长期计划：
 　　1)在努力工作之余，不断学习各方面的知识，增长各方面见识。
 　　3)坚持锻炼身体。
 　　4)汲取他人各种优点，不断发现自己的不足,并不大的予以改正，不断提高自身的修养。
 　　5) 扩大自己的交际圈，享受友谊。
　　二、写作格式