

最新大学生职业生涯规划书建筑工程系(优质9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇一

何谓“酒店服务”？酒店服务是一种感情服务。那么什么是感情服务，它的定义是什么？内涵是什么？外延又是什么？某位客人说过的一句话：“用‘心’去为客人服务！”。那是1992年的一件事。丽都饭店客房部员工史良在给一位香港客人做房时，发现客人枕过的两个枕头中间有一道折痕。细心的小史想：为什么两个枕头同时都出现一道折印呢？她分析了半天认为，这只有一种可能：客人嫌枕头矮，把两个摞在一起同时对折使用。当她确认自己的判断以后，便把想法告诉了领班和主管，经领导批准，小史给客人多加了两个枕头。晚上客人回到房间，发现床前多了两个枕头，顿觉奇怪：“我没跟任何人讲过、他们怎么知道我嫌两个枕头矮呢！”他要探个究竟。第二天，客人没有外出，专等服务员做房。当他见到小史劈头便问：“你为什么把我的两个枕头换成四个枕头？”史良吓坏了，连连说道：“对不起，先生，实在对不起。如果您不喜欢，我马上撤掉，您看好吗？”客人看到服务员的紧张情绪，马上笑了：“不是，小姐！我是说，你们怎么知道我嫌两个枕头矮？”小史如释重负，就把她思考的前前后后一一道了出来。客人边听边想，脸上由白变红。当小史说完全过程，他再也抑制不住自己的激动，抢前几步，紧紧握住史良的手说：“小姐，您在用‘心’为客人服务！”

三、目标的确定

3.1制定和实施的几个原则和方法:

3.1.1找准重点和难点。酒店管理行业就业的重点区域和重点企业需要不断认识和思考总结，要结合社会经济发展态势作出合理的回答和应对，对职业规划可能遇到的难点问题，要有足够的预判，并对困难程度进行大致排序，做到心中有数，这样规划实施才会有有的放矢。

短的那块木板，及早改善，变短板为优势，或战术性隐藏短板给自己带来的不利影响，将其损失降到最低点，把解决弱点问题作为战略调整的突破口是大学生需要重点考虑的问题。

3.1.3 找准新需求。社会在不断进步，酒店行业更是快速发展，大学生自身也在不断成长、成熟。内外环境的不断变化要求我们主动了解新的发展趋势、变化和需求，保持较高的敏锐性，随时采取最有利于职业生涯规划实施的方案策略。

3.2实施策略

3.2.1就业前学校准备期和实习期：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，并为就业准备。

3.2.2毕业后事业探索期：利用1~2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；找到适合的工作岗位后，在岗位上面做出一定的成绩，为以后的工作发展期打下基础。

3.2.3工作发展期：在自己的工作岗位上，踏踏实实的贡献自己的力量，为自己的事业奋斗。

3.3具体实施方案:

3.3.1短期目标:

(2) 实践与理论结合，积累管理经验。从一个小职员做起，努力做好自己的分内的工作，培养自己的实践能力，把自己学到的知识能够合理运用到实践中去。了解专业管理的基本模式，积累管理经验，熟悉两年之后，努力在各方面表现出优异的成绩。因为只有这样才能让领导发现做到管理阶层，如主管、部门经理，让自己的能力得到更好的体现；并不断的在工作中学习；努力做到更高职位，为将来的发展积累经验。

(3) 强化求职技巧，锻炼自己综合能力。进行预习模拟面试。积极利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人单位资料信息，强化求职技巧，进行模拟面试等训练。尽可能地在做好较为充分的准备的情况下进行施展演练。在撰写毕业论文的时候，可大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。

3.3.2 中期目标：

(1) 积累工作经验和人脉，充实自己。在这段时间我会在广州找一家四星级以上的酒店从事酒店（餐饮）工作积累工作经验，找到合适发展的企业。并且要一边工作一边深入学习，在努力工作的同时，还要争取扩大发展人际关系，为自己积累人脉和经验。工作外的时间，多看书学习充实自己，并且保持身心健康，趁着放假到处走走，让自己多接触整个社会和其他地方的风土人情。

(2) 短暂的酒店实习，熟悉工作环境。利用毕业实习的几个月时间，在沿海城市 and 比较发达的城市（上海、北京、广州等几个城市）寻找一家四星级以上的酒店作为实习地点；因为酒店工作是服务行业，必须要从基层开始干起，熟练掌握服务技巧，这样才能在以后的管理工作中更好的以事实服人。

3.3.3 长期目标：

业，在未来的日子里拥有稳定平和的工作和成熟理性的心态，用理性人的态度对待工作和每件事。

作为一名学酒店管理专业的学生，自然很关注自己专业方面的发展，下面是我从网上看到的分析：“有19年酒店业从业经验的王先生说，这个行业目前最大的困难是难以找到合适人才。首先，由于市场规模扩大，酒店行业在不断扩充，对人才的需求也不断增加。相关数据显示，中国现有旅游涉外酒店8000多个，星级酒店3000余家。现有的酒店人才远远不能满足市场的需求，酒店业人才，特别是高级管理人才十分抢手。其次，正规教育培训机构培养的人才相对较少。目前国内的职业教育培养的大多是低层服务人员，经营管理人员培养相对欠缺。另外，在酒店从事服务工作，生理和心理上都要接受不断的挑战，上班时间不能休息，中午吃饭也只有半个小时，而且必须轮换就餐。这些服务行业的特性使酒店业对年轻人的吸引力下降。一位四星级宾馆老总曾说：“隔行如隔山。这在酒店业体现的最为明显。”虽然到目前为止，国内人才市场已拥有了一支偌大的职业经理及高级管理人才队伍，但在酒店专业经理人才方面却存在空缺。因为在酒店管理这个特殊的行业里，经理人既要熟悉旅游市场动态，要在把握发展趋势、在确立市场定位等决策层面上具备判断力，又要精通业务，懂管理，能进行实际操作。从这一点来说，那些学企业管理、工商管理、行政管理的高级人才，缺少实践经验，并不适合酒店对管理人才的期望。”由此从上面这段话可以得出，酒店既是一个就业性很强，很有前景发展的行业，同时也是一个难就业的行业，虽然它很紧缺人才，但它的高层次人才的要求很高，使很多人不能进去工作，正因为如此酒店业才会发展的如此的好，也让我们有了动力去鞭策自己，要学好知识和做好工作，跟上时代的步伐，不做一个被社会淘汰的人。

四、反馈与修正

4.1评估的内容：

职业目标评估：是否需要重新选择职业？

职业路径评估：是否需要调整发展方向？

实施策略评估：是否需要改变行动策略？

4.2 评估修正的时间：

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。

4.3 规划调整的原则：因时而动、随机应变

4.4 结束语：

水无点滴量的积累，难成大河。人无点滴量的积累，难成大气。只有付出，才能有收获。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，不如抓紧时间去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。人都是有了目标才会有动力的，但是任何目标，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。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇二

江苏城市职业学院(南通) 汽车检测与维修 吴佳

职业规划大赛作品

目录

参赛者个人资料

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

参赛者个人资料

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地;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。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇三

缺点：做事爱拖拉，惰性较大。太容易相信别人，以前是优点，但是现在我觉得是缺点，因为这样总是被忽悠，为这吃了不少的亏。喜欢做事情半途而废，积极性不能保持到后。喜欢说说而已，实施起来总会很难。胆子很小，不敢走夜路。

优点：性格很好，喜欢交谈，友善待人，做事仔细认真、踏实，勤于思考，考虑问题全面，喜欢表现自己。

性格表现：不安于现状，喜欢一切刺激的事物。

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。

职业探索与分析

兴趣是的老师，是成功之母，调查表明：兴趣与成功率有着明显的关系，在设计自己的职业时，参考自己的特点，珍惜自己的兴趣，择几所爱，选择自己喜欢的职业。

任何职业都要求从业者掌握一定的技能，具有一定的能力条件，而一个人一生中不能将所有技能都全部掌握。所以你必须对你的职业有很深的了解，从而发挥自己的优势。神会的需求不断演化着，就得需要不断消失，新的需要不断产生，新的职业也不断更替。职业是个人谋生的手段。其目的在于追求个人幸福。所以你在择业时，首先考虑的是自己的预期收益，一个人幸福化。

我所学的专业是播音与主持，希望将来能够成为一名播音员或者主持人。

常常被问起有什么人生理想，常常无言以对。我实在找不到一个特别具体的事件或成就作为自己的人生的奋斗目标。但是对于生活的期许有很多，愿望有很多。这些期许和愿望一个个的让它们实现也许就构成了我的梦想吧。比如，我要让父母过上更好的生活，不用像现在这么的辛苦。比如，我想“读万卷书，走万里路”，即想读很多书，去很多地方旅行。我想要有一个圆满的家庭和一些真诚、要好的朋友。也许归结起来就是好好生活，好好的学习，好好的做个好人吧。

完成主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，从专科走向本科生，专业技能熟练。英语四、六级争取拿、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。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(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，如打羽毛球等。

电视节目主持人作为公众人物，他们的角色特征具有典型性、代表性乃至示范性。因此，主持人角色在传播媒介的作用下呈现为受众的潜意识的心理参照系，是受众将理想角色投射与对应到主持人个体上而形成的。如果当这种比照是符合受众拟定的理想角色要求的，那么这种主持人角色将得到受众的认同、赞许和褒扬。反之，如果这种比照是错位甚至相悖的，那么这种主持人角色将遭到受众的批评、反对和否定。

众所周知，节目主持人这个电子时代的宠儿发源于美国。1952年随着美国“电视天才”唐·休伊特将“后一棒”形象地引进电视传播领域，随着沃尔特·克朗凯特以资深记者的老到将“后一棒”隆重推出与成功尝试，加上大众喜爱的传播媒介电视的发扬光大，节目主持人从此开始了在电子传媒上飞速地、超国界地发展。

我国的节目主持人是上个世纪80年代才出现的。由于历史和现实的原因，我国的新闻媒介长期以来一直是作为一定社会团体的宣传工具而存在，它在整个社会功能系统中往往表现为工具性的一面，忽略了人和人格方面的因素，使受众所接受的信息都是经过媒介大量复制后的抽象化符号。甚至在一段时间里连编辑、记者、播音员的名字都不许提及，更不用说以“栏目人格化”为基本特征的主持人节目难以获得生存空间。1980年召开的第十次全国广播电视工作会议，吹响了“自己走路”的号角，一种新的节目样式——主持人节目悄然问世。从此，一个新的工种——节目主持人悄然诞生了。

“节目主持人实际上早就充当了舆论领袖的角色，”因而，中国的节目主持人应具有强烈的使命感，同所有电视人一道担负起这份责任，使中国的文化世代传承。同时，中国还需要吸收外来文化。随着新世纪的到来，世界已经整合成一个整体，各民族的发展已经越来越离不开世界。在这种情况下，

各民族必须广泛地加强和其他民族的文化交流与合作，在向
外传播本民族文化的同时，不断吸收其他民族的文化精髓。
因此，不管是继承中国传统文化，还是吸收其他民族的文化，
中国的电视节目主持人都应当做一名排头兵。

根据自己的兴趣和所学专业，在未来应该会向播音和表演两
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□20xx-20xx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。（具体规划见后）。

2□20xx-20xx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）学历、知识结构：提升自身学历层次，从专科走向本科，
争取考研，专业技能熟练。英语四、六级争取拿、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。

（2）个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯
的基础工作，加强沟通，虚心求教。

3□20xx-20xx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。

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据事实结果的情况
以及变化进行及时的评估与修正。

一直以来我都想成为一名演员，不是一定要成名，对我来说，
站在舞台上那一刻，是我人生辉煌的时刻！可是现实却是，

我走进了大学学的播音主持，虽然同样能学到表演，但总归不及专业的。所以在今后的生活中会有什么样的变化谁都无法预测，我们可以憧憬，可以规划，但是却不可以左右，所以我不敢肯定我的人生会像我规划的这样一帆风顺，在没有实现自己理想的时候，我想我需要给自己的计划加以完善，如果三年后我毕业了，没有拿到专升本，没有找到和关于播音主持相关的一些工作，那么我会选择对自己的职业生涯从新定位，从新规划我的人生，让自己的人生从新快开始一个新的旅程或许，我会去选择我的梦想，去做一名北漂，当我的演员。

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。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

在这里，这份职业生涯规划也差不多落入尾声了，然而，我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是，迈出艰难的一步，朝着这个规划的目标前进，要以满腔的热情去获取后的胜利。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇四

1. 当前大学毕业生面临日趋严峻的就业形势 2. 大学生职业生涯规划的意义和重要性

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地理解为找工作，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自己的职业发展做准备，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 and 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。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇五

摘要：职业生涯规划教育在西方已经历经百年历史，但在国内高校推行仍处于起步阶段，尚存在教育意识薄弱、缺乏系统性、服务机构不完善等问题。基于此，提出职业生涯规划教育应转变观念，健全各项保障机制；完善职业生涯规划教育体系；建立咨询指导机构，完善服务体系等措施。

关键词：大学生；职业生涯规划教育；对策

我国正处于从人口大国向人力资源大国迈进的关键阶段，在这一过程中，高校的人才培养是实现这一目标的重要途径。在社会人才竞争日趋激烈、就业压力增大的时期，系统化、

体系化职业生涯规划教育对提升人才培养质量、保障人力资源合理流动，起着不可或缺的作用。20xx年，在教育部下发《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》（教高厅[20xx]7号）文件后，各高校相继系统地开展了职业生涯规划教育的教学及系列实践活动，并不断探索教育改革路径及教育教学模式，在普及规划理念、提升大学生就业能力方面发挥了积极作用。然而，职业生涯规划教育在西方已经历经百年历史，但在国内高校推行仍处于起步阶段，尚存在教育意识薄弱，缺乏系统性，服务机构不完善等问题。基于此，本文提出职业生涯规划教育应转变观念，健全各项保障机制；完善职业生涯规划教育体系；建立咨询指导机构，完善服务体系。

1. 职业生涯规划教育是社会和谐稳定的保障因素

百年大计，教育为本。高等教育承担着为社会培养社会意义合格建设者和可靠接班人的历史使命。大学生职业生涯规划教育符合我国经济社会发展的需要，特别是建设和谐社会的客观需要。对于国家而言，在人力资源大国向人力资源强国转变的过程中，需要生涯规划教育来促进每个个体的进步，使个体自身价值的实现与社会的和谐发展相一致，通过个体的进步推动整个社会的进步。社会主义和谐社会的内涵需要人尽其能、尽其责，大学生职业生涯规划能有效地分配社会人力资源，倡导人尽其才，使青年理性地评价自己，正确定位，提高就业市场配置的成功率，促进大学生和谐就业，获得自身的可持续发展，使社会更加稳定和有序。

2. 生涯规划教育可以塑造学校的办学品牌，实现学校的办学愿景

高校的任务是为社会培养合格人才，教育教学质量是高校的生命线。在就业形势越来越严峻的形势下，就业成为衡量高校办学水平的重要标尺，这种考验不仅体现在就业率，也体现在毕业生的职业发展方面，体现在社会对毕业生的综合评

价。而职业生涯规划教育是提升学生内在素养，构建学生核心素质，体现学校人才培养质量的重要手段。

3. 开展大学生职业生涯规划提升高校的就业水平

开展大学生职业生涯规划教育可以有效培养学生正确的职业价值观、健康的择业心态，使学生实现客观的自我认知，理性看待自身潜能，确立人生方向，引导大学生适应社会和企业的需要，努力实现职业生涯的可持续发展，从而有效地促进大学生就业及高校的就业工作。此外，有效的职业生涯规划教育还可以丰富高校就业指导的理论与实践体系。就业指导是一项实践性很强的工作，它需要更多科学理论的指导，积极有效开展大学生职业生涯规划教育是提升就业指导科学化、系统化的有效手段，它可以在指导学生的过程中积累新的实践和理论经验，从而更好地服务于教学。

1. 高校职业生涯规划教育意识薄弱

当前，就业难已经成为高校面临的一个重要难题。为了达到和追求高的就业率，各高校采取多种措施，想尽办法提升就业率。在一味关注就业率的同时，部分高校并不关注大学生就业的质量和学生真正的职业需求，这就出现了一种学生不适应社会、企业的需求而频繁跳槽的现象。甚至出现部分学生因迫于一些压力而盲目签订就业合同后毁约的不正常现象，这说明高校在职业生涯规划教育方面的缺失。许多高校没有充分认识到职业生涯规划教育关乎大学生的素质教育成效和人才培养质量及就业质量的高低，没有把大学生职业生涯规划教育放在一定的高度去思考和落实，从而造成了高校无论在教育硬件设施上还是软件的配备上都较为不足。也有高校认为这种课程的教育可有可无，即使部分高校用心地做了也会由于多种原因使这种教育流于形式，并没有起到其应有的效果。

2. 大学生职业生涯规划教育缺乏系统性

理论与实践相脱节。现阶段，高校的就业指导在一定程度上有重理论研究轻实践操作的倾向。职业生涯规划方面，过分依赖国外的已有理论，没有结合本国国情进行特色的创新与改进，职业指导的研究缺乏深度和广度。课程设置不规范，内容零散，教育形式单一，同时，职业辅导随意性大，缺乏专业有效的后续跟踪管理。

3. 大学生职业生涯规划服务机构不完善

职业生涯规划理念缺失，部分高校视职业生涯规划教育为短期行为，在教育内容及形式方面过于功利化。机构缺失，缺乏本土化、科学规范的职业测试工具。职业生涯规划的专门咨询机构在国内高校也并不多见，学生遇到政策咨询、心理辅导、职业道路选择等方面的问题时，没有通畅的交流沟通渠道[1]。缺乏大学生职业生涯规划实践平台的构建。目前大学生缺乏有效的实践经历成为应聘失败的主要因素，因没有专业的实践经历，学生在校期间甚是迷茫，不清楚市场的需求，不知道理论的用处，更不了解自身职业素养、专业知识与岗位需求是否匹配，毕业找工作时手足无措，不是盲目就业就是盲目跳槽，这对学生自身及企业长远发展很是不利。

1. 转变观念，建立大学生职业生涯规划教育的保障机制

一是细化全程化教育。我国的职业生涯规划教育起步较晚，课程多在大学阶段才开设，所以更应提倡教学和指导的全过程，建立全员参与、全程导航、全方位渗透的完整科学的系统教育体系。一年级为大学生职业规划的探索期，重在适应生活，进行初步的职业规划。二年级为大学生职业规划的定向期，重在方向决策，引导学生在就业、升学及创业领域进行初步定位。三年级注重提升专业知识的运用及职业素养的强化和提升，重在进行职业适应，落实职业规划。四年级为大学生职业规划的差异化期，重在反馈职业认知，确立职业选择。高校要结合本校学生的实际情况，选择适合本校学生的教材或自编教材。二是要加大对学生的职业生涯规划教育后

续管理力度，定期对学生的规划情况进行督查和指导，促使学生付诸于实际行动并认真评估，针对学生存在的生涯问题及时进行解疑答惑。

3. 建立咨询指导机构，完善服务体系

一是打造咨询平台。在个性化指导方面，可以建立大学生职业咨询室，就大学生就业等职业方面问题，进行个别咨询。其内容包括自我测评、职业信息、就业政策、择业心理、求职技巧等各个方面，对不同学生的特殊问题进行探讨、协商和建议，对于共性化方面，要针对共性问题通过团体辅导、团体活动等体验式方式进行。二是推进职业测评的专业化。职业测评具有预测、诊断、探测和评估等功效，不仅可以帮助学生了解其职业兴趣、职业能力、职业倾向性，还可以评定其个性特征和动机需求水平，并提供其潜力、不足及发展建议的指导[2]。通过测评结果，学生对自身会有一个清晰的认知，在完善自我方面会起到指导作用，同时，教师也可以根据学生的目前现状进行有针对性的引领、指导和咨询。三是构建大学生职业生涯规划社会实践平台。当前社会就业形势严峻，在学生参与社会实践的同时，我们不仅要积极引导了解当前的就业形势，使其树立正确的择业观念，还要坚持“走出去、请进来”的做法，广泛征集社会资源，积极为学生开辟和建立更多更好的实践基地，以密切学生与实践基地的联系，从而使实践基地稳定化、长期化[3]。学生根据自身职业目标岗位参加职场体验和实践，能够培养其职业意识与素养，缩短其在社会的适应期，更好地适应社会发展的需要。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇六

西方发达国家一直比较重视职业生涯的设计，许多国家的学校教育中早就有职业设计辅导这一课程。职业生涯规划也是许多大公司的领导及人事干部为员工所做的一项主要内容。在我国，职业生涯设计也开始成为现代人力资源管理学的核

心内容之一.在美国,中学在孩子们上八年级(高中)时就要请专家给孩子们做职业兴趣分析。十几岁的孩子职业兴趣并没有定型,但通过职业日、职业实践活动,可以根据其暴露出来的特征进行有效引导,达到以兴趣定职业的目的.相比之下,我国高中生在懵懵懂懂时被分为文科生和理科生,上大学选专业也很少考虑到其职业兴趣和能力倾向。

与此同时,大学生对职业生涯设计普遍不重视,有人对北京人文经济类综合重点大学的在校大学生调查表明:62%的大学生对自己将来发展、工作、职业生涯没有规划,33%大学生不明确,只有5%大学生有明确的设计.事实表明,大学生毕业后无目的、无规划的盲目就业,将影响他们的长远发展。职业生涯设计作为大学生进入社会前应做好的关键一环,理应得到他们的重视.为帮助大家结合自己的人生目标和自身的资质条件,自主性地选择参加有主题的课外学习教育活动以及相关的社团活动,我会计划进行帮助会员进行职业导航和学业规划的设计活动。职业导航设计和学业进程设计,可以帮助会员降低成功的成本。

职业导航设计引导社员结合自己的兴趣爱好、家庭背景、价值追求和国情现实设计自己的职业道路和事业方向,帮助各位社员优化人生道路,减少和避免成功道路上的各种障碍;在职业导航设计的基础上,科学合理地安排在学校接受教育的内容、方式、途径和目标,帮助社员在大学校园里愉快、健康、积极地生活和学习,顺利完成学业。

俗话说:“女怕嫁错郎,男怕入错行。”不少人都曾经这样问过自己:“人生之路到底该如何去走?”记得一位哲人这样说过:“走好每一步,这就是你的人生。”是啊,人生之路说长也长,因为它是一生意义的诠释;人生之路说短也短,因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生,都在实现自己的梦想。

职业理想:作为学网络工程的,的志向就是走向企业的队伍

当中去。结合自身独有的特点，理想是进入网络工程行业，从低层做起，最终实现自己的管理梦。

人生理想：程度的实现自我价值，最终成为在社会上具有一定影响力的高素质复合性人才。

小时候的梦想，从来就不曾遗忘，做个世上最美的钢铁战士，在这个理想的激励下，我不断的努力，当我遇到困难和挫折的时候，是它给了我力量和自信。俗话说：“兴趣是的老师。”但是我知道，一个人如想做好一件事，只有兴趣是不行的，尤其是对我将来的目标，不仅需要兴趣，还要学会宽容和真诚。一个人在社会当中总会遇上不能称心如意的事情，有些时候只有宽容才能愈合创伤的奇妙的效果，宽容不仅仅是容忍缺点和错误，更是一种无言的教诲，宽容是一个人人格完善的体现，在宽容的过程中自己的心灵也会得到净化和升华。

真诚的力量是无穷的，人是有感情的动物，人的内心很容易被感动，引起人内心感动的因素很多，往往一句热情的问候，一个灿烂的笑容，就足以唤醒一颗冷漠的心。人的能力如同地下的煤，需要去发现它并开发出来，这样它才有机会发光发热，造福人类社会。世界上没有十全十美的人，每个人都有自己的缺点，我会在成长的过程中克服自己的缺点，作一个乐观、开朗、自信、宽容、真诚的人，有了这些朋友，在通向理想的道路上我在再大的困难面前也会信心百倍的。

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，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。

对自己一个清楚详细的认识对我在职业选择的道路上起到一个导航的作用。

兴趣：特广，爱交友、听音乐、外出散步、聊天，还有上网，

喜欢社交、娱乐、运动、书法、阅读、部分乐器，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。如旅游、参加舞会、听歌等。对所有新鲜事物都喜欢去触摸，有一股去探索的劲。

性格：活泼、开朗、喜欢与人接触、给人一种亲和的感觉。同时，具有自己独特的个性，不喜欢循规蹈矩，在一定范围内展现自我！

学识：基础知识扎实、自学能力非常强，接触新鲜事物较快。

技能：网络的管理

每一个人都处在一定的环境之中，离开了这个环境，便无法生存与成长。身在职场，要时时分析环境条件的特点、环境的发展变化情况、自己与环境的关系、自己在这个环境中的地位、环境对自己提出的要求以及环境对自己有利的条件与不利的条件等等。只有对这些环境因素充分了解，才能做到在复杂的环境中避害趋利，使我的职业生涯更完美。

1、政治环境

目前中国正处于和平时期，政治环境稳定，人民安居乐业，没有什么大的波动，对我们的职业环境影响不大，职业前景良好。

2、社会环境

随着人民生活水平的提高，人们综合素质的改善，就业也伴随着出现了一定的危机。每年高校毕业生的不断增长与岗位供应不足的矛盾越来越明显。已经就业的也随时可能失业，所以个人职业的规划也及其重要。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇七

自从上了职业生涯规划这门课程。通过不断的对自己进行分析，一步一步的了解一个一直迷茫的自己。曾经若隐若现的梦想也似乎开始清晰起来，至少有了浮出水面的迹象。可以说法律职业生涯规划这门课程给了我认识自己，反省自己，定位自己的平台。感觉每一节课下来都有受益匪浅，对于自己的认识都会加深，并获得一些激励自己前进的力量。我是一个什么都无所谓的人，走一步算一步，不会回顾过去，着眼未来，只是活在当下。对于一个处于茫然状态的人来说，最需要的就是一个好的引导者，为自己指明方向。我可以肯定的说周老师就是一个很棒的引导老师，细细体会他说的每一句话，觉得句句都那样真切。他的话需要沉淀，沉淀在心中，然后采取行动。

今天要写自己的职业生涯规划，我想起了第一节课，周老师让我们写从高一至今的简历，我拿着笔，苦思冥想，却无从下手，印象最深的是他说的那句话：“简历”是‘做’出来的，所以不做就不能写出来。”这句话给我的启示很大，简历是“做”出来的，那么职业生涯规划又该如何着手？当然不能走一步算一步。职业生涯规划应该从现在开始着手准备，立刻做。本人认为职业生涯规划应该从以下几点着手：

- 1、定位自己，确定目标的方向。
- 2、决策理由，影响决策的因素。
- 3、职业要求。
- 4、分析自己的优势与劣势，自己与目标的差距。

我是一个怎样的人？我不得不再次问自己这个问题。一个人的价值观也许可以决定一个的一生，在周老师的课上，我用老师教的方法对自己的价值观进行了测试，感觉很准。我是

一个向往稳定生活的人。不需要大风大浪，只要一种比较舒适的生活方式。因此，本人觉得公务员会是我的最佳选择。公务员有稳定的工作，有固定的工资，按时上下班。这一切都很符合我的生活方式，我就向往这样的生活。竟然已经选择了公务员作为我的职业，那么如何成为一名合格的公务员？作为一名公务员所需要的素质是什么？我认为要成为一名合格的公务员最重要的有“三好”。

首先要定位好。公务员是代表国家行使行政权力，管理社会公共事务的人员，不同与普通的工作人员。新录用的公务员大都来自学校的应届毕业生或其它企事业单位，对踏上公务员岗位来说都是一个崭新的尝试，一个新工作的起点。所以我们要找准定位，认清自我，迅速地完成角色的转变。公务员的行为是国家意志的体现，在我国中国共产党是执政党，代表着中国最广大人民的利益，我国的国家意志就是广大人民意志和权益的体现，我国的公务员是实实在在的“人民公仆”。做好“人民公仆”的角色，时刻要求我们以马列主义、毛泽东思想和邓小平理论为指导，按照三个代表的要求，树立正确的人生观、价值观、世界观，坚定为人民服务、为祖国奉献的理想信念。

其次要学习好。如今社会发展日新月异，对公务员的工作提出许多新的要求，要求每名公务员具备多方面的素质，能够胜任多个角色的工作。在学习的过程中注重知识面的扩展，不断提高自己的思想政策水平和业务水平，做到全面发展综合提高。为今后的工作做好准备，当然不能把学习的知识停留在书本上，要学以致用，在实践中学习，在学习中积累和进步。同时在今后的工作中也要孜孜不倦地学习、钻研业务知识、不断提高自己的知识素养，掌握新知识，只有这样，才能更好地担负起我国改革开放和现代化建设重任，为广大人民群众和社会提供优质高效的服务。

第三要工作好。“违法的事情不能做，不懂的事情学着做，简单的事情重复做，困难的事情抢着做。”要做好每一项工

作是一件不容易的事，公务员岗位更是如此。要做好本职工作，第一要树立服务意识。公务员的工作绝不只意味着稳定和权力，它更多的是对自己能力的一种挑战，当公务员不能有投机心理，不能老想着用自己手中的权力为自己办事，或把公务员工作当作实现个人私利“跳板”。其实公务员的工作就是为老百姓服务的。第二工作要务实。政府在经济生活以及其他各项社会事务当中发挥着不可或缺的重要作用，而政府职能的实现无疑依赖于每个公务员的细微工作。第三工作要创新。创新才有活力，这是政府机关企事业单位通行的一条准则。创新要求在具体的工作方式、方法、管理上不断有所突破，要创新就要打破坛坛罐罐，打破陈规陋习，对不适应甚至束缚单位发展的一些条条框框要坚决地加以改进甚至摒弃，最大限度地发挥每一个人的聪明才智，群策群力，共谋发展。在思考问题上，在处理问题上，一定要把眼界放开，既要立足于现在，更要着眼于未来；措施要制订的得力，方法要选择的得当，问题要看得透彻，道理要讲得明白。要充分利用自身的年龄优势和知识优势，以改革的精神和创新的思维研究新情况、解决新问题、探讨新路子，使行政工作在原有基础上有所发展、有所前进、有所提高。

而要成为一名合格的公务员，首先必须具备以下的素质：

（一）智力素质，智力是公务员的基本素质之一，智力水平的高低直接影响到公务员对于问题的观察、理解和思考。

（二）心理和身体素质，公务员的心理素质指公务员在内部和外部环境作用下所形成的、意志、心理感受等方面。主要包括情绪和稳定性、团结协作的相容性、工作的独创性、面对服务对象的谦和态度，心理的自我调适等。公务员必须具备连续作战的精力，能够适应外部环境的各种变化。

（三）基本能力要求

（1）表达能力

(2) 人际协调能力

(3) 时间安排能力

(4) 学习能力

(5) 办公现代化和外语能力。

此外，公务员还必须具备所从事岗位的专业能力以及必要的组织指挥、决断能力等。

根据公务员的职业要求，我想先分析自己的优势：

1、本人的专业是法学和英语，目前的课程安排比较多，所以我大多数时间花在学业上，学习比较认真，学得扎实，可以说法学锻炼的是人的理解能力和思维能力，英语锻炼的人思考能力。

2、本人对于环境的适应能力也比较强，从初中起就住校，可以说自立并且自理。本人比较积极乐观，心理素质还不错。

3、本人目前的功课比较繁忙，这就要求我学会协调学习以及课外活动，即协调能力，本人人缘不错，交际能力还行，擅长与他人打交道，待人友善。当然学习能力更不在话下，我认为学两门专业需要的不仅仅是勤奋刻苦，更需要一定的学习能力。而我正在学习英语，具有一定的外语能力。而且本人是班级生活委员，具有一定的组织、决断能力。

4、有一定的写作基础。文笔还行。

本人的劣势有：

1、做事犹豫不决，不能果断的做决定，即使有时候做了决定还会左右摇摆。

2、没有耐力，经常是做事三分热度。体质较弱，似乎没有连续作战的精力。

3、表达能力欠缺，不能用较好的方式表达自己的想法。

通过分析，首先，我认为可以通过不断的学习来加强我的优势。并且重点针对劣势进行改正。针对劣势可以这样改正。作决定之前，务必深思熟虑，考虑周全，一旦下定决心就要全身心投入，尽量做到最好，可以在生活中不断的进行自我改正。而耐力不是一天两天的就可以锻炼出来的，就是尽量在每一件小事上用心，不轻易放弃。在学习的过程中注重劳逸结合，锻炼一个强健的体魄，应对任何艰难险阻。表达能力的提升可以通过课堂发言，课下组织活动，以及和同学们聊天的过程中加强。

我离目标还有多大距离？做了以上的努力，我认为还可以从以下具体行动，努力向合格的公务员前进。

加强学习，不断充实自己的思想，完善自身素质，提高个人能力。但是要学习还要懂得方法，要会学习才能有成绩，我认为要加强学习需要注意以下几个方面：

1、学习要精、要专，更要谦虚踏实，一定不能眼高手低，要从一点一滴做起，从一点一滴学起。知识需要点滴的积累，在学习中能因为细小而忽略学习，甚至不屑学习，勿以善小而不为，我们学习一定要认真踏实、循序渐进。

2、如今社会发展日新月异，对公务员的工作提出许多新的要求，要求每名公务员具备个方面的素质，能够胜任多个角色的工作，这就需要公务员在学习的过程中注重知识面的扩展，做到全面发展综合提高。

3、学习要注意理论与实践的结合，要学以致用。在实践中学习，在学习积累和进步。

4、学习贵在坚持，只有不断地学习才能够不断的进步。成绩的取得要靠经验的积累，这种积累就要靠坚持不断的学习。也许学习对于很多人都可以做到，但要坚持下去就需要付出艰苦的努力。必将加强自身学习，善待每一个人，做好每一件事，珍惜每一分钟，做一名让党和人民满意的合格公务员。

职业生涯规划即将结束，我和许多同学一样，都有些依依不舍。可以说每一节课所学的知识都是全新，每一节课都获得前进的力量。周老师给一个茫然，没有斗志，不知道未来的学生一个发现自我的舞台。我会永远记住那一句话“简历是做出来的！”突然想起在某本书上看到的一句话“世界上最伟大的事情是行动。”这篇职业生涯规划给这门可爱的课程画上了圆满的句号。简历是做出来的，路是走出来的，未来是掌握在自己的行动上的。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇八

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专业人才，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個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, 人相信你那就怪了。

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[nothing impossible]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。

大学生职业生涯规划书建筑工程系篇九

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职业规划，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。

现在，我对职业规划有了明确的认识。职业规划就是全面、深入、客观分析和了解自己，对自己的职业生涯发展有明确的定位，并设立明确的职业目标，在通过各种积极的行动与措施去争取职业目标的实现，以及个人对生活需求及工作需求进行恰当地调整职业生涯规划是一个过程，规划的功能在于为生涯设定目标，并找出达成目标所需采取的步骤。职业规划是指个人发展与组织发展相结合，在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，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！