

# 2023年大学生职业生涯规划书参考文献

## 大学生职业生涯规划书参考(实用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

### 大学生职业生涯规划书参考文献篇一

真实姓名：许正翔

性别：男

年龄：21岁

籍贯：甘肃康县

所在学校及学院：山东华宇职业技术学院

班级及专业：会计电算化五班

学号：20092250502

联系地址：山东华宇学院

邮编：253000

正文

总论(引言)

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，我喜欢的与值得信赖的人，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，我觉得我适合有关会计与语言研究方面的工作。

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，做一名会计师，我能很好利用自己的发展自己，自己的性格温和，专业知识也还扎实，相信一定能很好的做好自己的工作，回馈社会，其次，我个人的业余爱好也很广泛，除了正常工作外，我想，自己广泛的业余爱好也会为自己的工作增添一份精彩的。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。

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。

## 大学生职业生涯规划书参考文献篇二

选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来。在今天这个竞争的社会，人才的竞争尤其激烈，随着各个高校的扩招，大学生的数量在不断的增加，当今的大学生已经不再像原来的大学生那样走俏，如何在这样的一个社会中立足，如何使自己成为一个有用的人，职业生涯规划就是一种有效的手段。为此选择一个适合自己的职业很重要，我们现在就需要好好的规划自己的未来，设计一下自己的人生，为自己制定一个目标。

美好愿望：事业有成

方向：企业高级管理人员

总体目标：进入xx著名企业，成为高层管理者。

### 1、个人简历

#### 获奖情况

20xx—20xx年下学期获学院“优秀学生三等奖学金

20xx—20xx年上学期获学院“优秀学生三等奖学金

20xx—20xx年下学期获学院“优秀学生三等奖学金“优秀学生干部”、“优秀团员”。

#### 考证情况

全国高等学校计算机考试一级

国家助理电子商务师（三级）

## 社会实践

20xx年x期间，在浙江杭州路畅物流公司实习工作，主要负责各公司的货物调配及装运时间的安排，工作期间认真负责，力求做到更好的态度得到同事及老板的好评。

### 2、自我评估

#### (1) 个人特性与风格：

喜欢与人相处及共事，并参与团队和集体活动，愿意与人合作，适应能力强，情绪稳定，心理素质好，承受能力强，在学习生活中遇到困难时常能沉着面对，保持良好心态。内在好胜心强，固执，喜欢驾驭弱者和对抗强者。容易兴奋，与人相处时常显得热情，轻松，健谈，充满活力，富有朝气，肢体语言较多，表情丰富，但有时也会有冲动的行为表现。有责任心和同情心，能认真负责地做事，待人和守规守法。较有胆识，做事有一定的果断性和冲闯无畏的精神，不会过于害怕或顾忌别人，一旦决定，能义无反顾。偏重于客观现实，受感情因素的影响不大，看待问题时，现实和理智多于感性，直觉化因素。自信心强，不易动摇和失望，有安全感，确信自己的能力，但有时也可能会过于自信。

#### (2) 职业个性特征：

喜欢计划自己的活动和指导别人的活动，在独立的和负有职责的工作情况中会感到愉快，积极参与协同工作并会感到愉快，也希望得到同事们的认可，喜欢他通过谈话或写作设法使别人同意我的观点，对于别人的反应有较强的判断力，且善于影响他人的态度。

#### (3) 工作中的优势：

能承受工作中的压力，不怕辛苦，有强烈的责任感，执着，

重视集体的价值和感受，重视群体规范，又能发挥个性，在紧张的危险的情况能自我控制和镇定自若，当事情出了差错时，不易慌乱。

#### （4）工作中的劣势：

有时太自我，可能表现出独断专横，自我利益有时考虑不够，处理事情可能不够客观，全面，轻易相信别人，可能出现情绪化。

## 大学生职业生涯规划书参考文献篇三

近年来随着大学校园的扩招，大学生就业压力越来越重，其中不少毕业生就业前迷茫，就业后频繁跳槽，就业权益受侵害事件也时有发生，所以就业前做一份合理的职业生涯规划书是重要的，更是必要的。

职业是参与社会分工，利用专门的知识 and 技能，创造物质财富，精神财富，获得合理报酬，满足物质生活，精神生活的工作。

“生”是指活着的意思，“涯”泛指边际。“生涯”是指人的一生，或指个人一生的发展过程，也指一个人一生中所扮演的角色与职位。由此看来，为了我们的一生我们应该有一个明确的规划。

我是一名极其热爱生活，富于追逐梦想的大学生，对未来充满了无限的憧憬，然而面对现实却有太多的茫然，尤其是当今社会的竞争是科技的竞争，更是人才的竞争，竞争就像前进道路上的陷阱，如果我们不做好充分的准备，必将被其所连累，还有被推毁的危险，所以提前规划自己的生涯是比较明智的。

如果我们不能依靠自己的能力来改变我们的命运，那么我们

的人生将是失败的，想想看，我们的一生毕竟是有限的，又有多少事是值得回忆和纪念的呢？我们未来的生活就像一座沉睡了已久的宝藏等待着我们去挖掘，其实规划就是我们进军宝藏的最佳手段，能够达到事半功倍的效果。

朋友们，人没有点滴量的积累，难成大功业；没有勤勤恳恳的刻苦钻研，难有震撼人心的成功喜悦。我们不能等花已凋谢才来珍惜，也不能等机会远去才来痛心，更不能等已经失败才来懊悔。所以提前为自己的将来做好规划，给自己一个明确的定位，为职业生涯做一个系统而全面的梳理，把命运牢牢地控制在自己手中将是我们人生中一个无悔的创举！

努力就有收获，付出就有回报。

激情成就未来，规划实现梦想。

## 二、确定志向

职业理想：作为学道桥的，最大的志向就是走向企业的队伍当中去。结合自身独有的特点，理想是进入道桥行业，从底层做起，最终实现自己的管理梦。

人生理想：最大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。

## 三、自我剖析

1) 兴趣爱好：

2) 人格描述：

看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，需要时常的换位  
1

思考，更广泛的收集信息，并理智的评估自己的行为带来的

可能后果。 谨慎而传统，重视稳定性、合理性；天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。

### 3) 自我职业能力的判断

个人优势剖析：自己能很顺利的完成自己的任务；能一丝不苟、认真专注地对待具体问题、事实和细节；非常强的责任意识；对待事物有稳定平和的心态；在交流方面有一定的优势；有一定的组织能力；对新鲜事物喜欢去探索；动作协调能力 and 空间判断能力比较强。 个人劣势剖析：主观性弱，惰性较大；对事物总持怀疑的态度。

## 四、社会环境剖析

中国政治稳定，经济持续发展。越来越多地方被开发，2015的奥运选择了北京，2015的世博会花落上海，一时之间，以此为公共建设项目和相关商业项目纷纷上马，巨型体育场馆、奥运村、购物中心、会展中心、豪华公寓、政府大楼拔地而起，一条条宽阔的马路铺设成功，一架架立交桥建设成功，中国的建筑设计因此而成为全世界瞩目的焦点！

九十年代以来，中国桥梁的成就才使我们重新无愧于祖先地站到了世界前列，这是中国桥梁建设的伟大复兴时代。。改革开放以来的20多年中，中国的桥梁建造技术取得了举世瞩目的成就，前十年为此做了经济上、技术上和人才上的准备，九十年代迎来了跨越式的发展。展望未来，随着中国经济的发展，一批更大的越江跨海工程的建设，中国桥梁将会创造更辉煌的成就。中华民族的伟大复兴，必将造就一代巨人去引领世界桥梁的未来。

中国乃至世界, 道路与桥梁的发展前途是无法预测的, 是无法估量的! 没有尽头, 只要社会在发展, 道路与桥梁就会继续建设下去 另据美国捷得建筑师事务所统计, 2003年中国建筑市场的设计费用超过90亿美元, 预计到2020年中国建筑市场上设计费总额可达千亿美元之巨。这的确是一块散发着诱人香气的巨型蛋糕! 中国正在为所有的优秀建筑设计师实现宏大理想提供千载难逢的机会! 因此道路桥梁建设学专业的就业前景还是相当不错的。

## 五、职业目标选择

根据我的个人兴趣爱好、性格和适合我的岗位性质, 我初步定下适合我的职业有这些: 道路与桥梁建设和房屋建设两个方向发展。

围绕这两个方向本人初步规划如下

- 1、充分利用身边的有利条件在实习中认真和目经理和同事学习全面提高个人综合素质使自己能够达到独立负责某个项目的水平。
- 2、在以后的工作岗位上经过不断的努力工作和学习希望能够达到高级技术人员、甚至是项目经理再理想一点的目标是成为一个建筑方面的工程师或进入设计院。
- 3、如果今后条件允许的话且自己独立创业也在考虑范围之内。需要完成的主要内容有工程图样的设计要从认识到熟练抓住生活中的点点滴滴严格的要求自己。例如cad制图、室内设计、路线设计等等并找准自己的方向弄精、弄强。提高自己的工作经验和知识水平在这途中要管好自己同时把握好身边的每一个机会去发展自己实现自己的人生目标。

## 六、行业发展前景--机遇挑战并存



我国建筑业正面临着这样的机遇和挑战。现在政策导向非常明显，那就是让大企业做大做强，让中型企业做专做深，让小企业有序的逐步退出建筑市场，从而限制恶性无序竞争。基本建筑物，具有品牌、产品资源优势的传统建筑企业和具有研发创新优势的现代建筑领军企业将最先受益。大型建筑企业在产品价格上和结构上有竞争优势，中小企业根本无法与之形成竞争抗衡。未来几年建筑行业竞争必将转化为包括政策运用、制度创新、融资平台以及基地、研发、生产、商业、营销、品牌等各方面的综合能力较量，建筑行业将迎来全面的竞争和比拼，那些创新能力不足、整合资源能力不够的中小企业将会退出市场，首先为这次新建筑“买单”。有报告称，对国内中建筑行业发展前景持谨慎乐观态度。

## 七、综合评估

经过一番自我解析，我感觉自己更加有信心拥有美好的未来，我有踏实稳重的优点，又有交际缺乏的劣势，但我会加强现有优势，戒骄戒躁，勤奋学习，刻苦钻研。

## 八、结束语

通过规划，我对自己有了更为准确的认识和定位，我将会根据自己今后的实际情况不断的调整自我，向着自己的目标不断努力。我始终认为没有最好，只有更好，我相信自己的实力和能力，虽然我的实力还不怎么强，但我毕竟还年轻，还有机会去学习，虽然我的能力目前还很有限，但我还有更大的潜力可挖，我相信我的将来会很美好，当然，这必须通过我不懈的努力才能实现。今后我将会面对更多的压力和挑战，但对于这一切，我无所畏惧。即使在失落的日子，我也不会沮丧和消沉，因为沮丧和消沉只会空耗我宝贵的青春和生命。所以我会沿着自己的规划之路奋勇拼搏，努力奋进，用自己的作为向社会证明自己，为将来美好的生活描绘一幅美好的蓝图。

# 大学生职业生涯规划书参考文献篇四

题记：中国人常说，尽人事，听天命。对于我们可以控制的，理当全力以赴；对于不可控制的，我们应当养成坦然接受的胸怀和气度。要抱着不做则已，要做就要做好的信念。这样，才能赢得收获。

## 一、前言：

没有方向的船，任何方向吹来的风都是逆风。有一个合理的职业生涯规划，犹如航船有了方向，在明确的职业发展目标之下，采取可行的步骤与措施，不断增强职业竞争力，才能让我们在激烈的竞争中脱颖而出，提高成功的机会，实现自己的职业理想。

## 二、自我分析：

根据所做的职业测试所得的结果，我的性格属于职场模范类型，典型特点是低调、奉献、责任、实干。内向、安静、谨慎，依靠现实和实在的眼光观察认识世界，关注细节，以人为本，乐于奉献，有同情心，关心别人的感受，喜欢在有规则、秩序的方式下生活。我的成功愿望指数为62%（表示在所有测试人群中，我比62%的人成功愿望高。），人际交往指数为68%，抗压能力指数为50%。

### 优点：

工作投入，勇于承担责任，具备高尚的职业道德；

做事贯彻始终，细心，准确无误，讲求秩序与和谐；

工作任劳任怨，务实，有良好的耐心；

做事意志清醒，对于细节有较强的记忆力；

工作中，温和，融通，理解别人的感受，不遗余力的支持同事；

乐于奉献，具备个人牺牲精神，甘愿做幕后人物；

缺点：

过于现实，从而很难全面观察问题，以及很难有准确的预见性；

过于小心，容易劳累过度；

不太懂得安排娱乐和放松来缓解压力；

愤怒总容易在积攒后爆发；

有时候，会过于屈尊从命，失去自尊；

容易陷入对人的承诺而被人利用；

往往不能很好处理职场冲突；

当然，测试不一定完全准确，根据我对自己的认识，我性格温和，喜欢独自思考，遇事冷静，讲求和谐。崇尚自由，尊重他人，乐意结交各种各样的朋友。乐观积极，比较有自信。

### 三、专业就业方向及前景分析

我所学的专业是信息与计算科学，该专业是以信息领域为背景数学与信息，管理相结合的交叉学科专业。毕业以后，可以在信息与计算科学、计算机信息处理、经济、金融等部门从事研究、教学、应用软件开发或者是管理部门从事一些实际应用、开发研究或者管理工作。

# 大学生职业生涯规划书参考文献篇五

完美愿望：事业有成，家庭幸福

方向：企业高级管理人员

总体目标：完成硕士、博士的学习，进入xx著名外资企业，成为高层管理者。

已进行状况：读完硕士，进入一家外资企业，想继续攻读博士学位。

## 1、社会一般环境：

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要主角。经济发展有强劲的势头，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

## 2、管理职业特殊社会环境：

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业管理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。所以企业管理职业市场广阔。

要在中国发展企业，务必要适合中国的国情，这就要求管理的科学性与艺术性和环境动态适应相结合。所以，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带给了很多机会。

## 1、行业分析：

本人所在xx公司为跨国性会计事务所。属管理咨询类企业。由于中国加入wto后商务运作逐渐全球化，国内企业经营也逐

步与国际惯例接轨，所以这类企业在近年来引进中国后得到迅猛的发展。

## 2、企业分析：

xx公司是全球四大会计事务所，属股份制企业，企业领导层风格稳健，公司以“诚信、稳健、服务、创新”为核心价值观，十年来稳步在全球推广业务，目前在全球10余个国家、地区设有分支机构。

公司2000年进入中国，同年在上海设立分支机构。经营中稳健拓展业务的同时重点推行公司运作理念，力求与发展中的共同提高。本人十分认同公司的企业文化和发展战略，但公司事务性工作太过繁忙，无暇进行个人自我培训，并且提升空间有限。但总体而言，作为第一份工作能够接触到行业顶尖企业的经营模式是十分幸运的，本人可能在本企业实现部分职业生涯目标。

## 1、个人分析：

### （1）自身现状：

英语水平出众，能流利沟通；法律专业扎实，精通经贸知识；具有较强的人际沟通潜力；思维敏捷，表达流畅；在大学期间长期担任学生干部，有较强的组织协调潜力；有很强的学习愿望和潜力。

### （2）测评结果（略）

## 2、主角推荐：

父亲：“要不断学习，潜力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们退休后搬来一齐居住生活。”

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

教师：“聪明、有上进心、单纯、乖巧”，缺乏社会经验”

同学：“有较强的工作潜力”，“适合做白领”。

.....

职业目标：著名外资企业高级管理人员。

1□20xx—20xx年：

成果目标：透过实践学习，总结出适合当代中国国情的企业管理理论

职务目标：外企企业商务助理

潜力目标：具备在经济领域从事具体法律工作的理论基础，透过实习具有必须的实践经验；接触了解涉外商务活动；英语应用潜力具备权威资格认证；有必须的科研潜力，发表5篇以上论文。

经济目标：在校期间兼职，年收入1万元；商务助理年薪5万

2□20xx年—20xx年：

学历目标：透过注册会计师考试

职务目标：外资企业部门经理

潜力目标：熟练处理本职务工作，工作业绩在同级同事中居于突出地位；熟悉外资企业运作机制及企业文化，能与公司上层进行无阻碍地沟通。

经济目标：年薪10万

3□20xx年—20xx年：

学历目标：攻读并取得博士学位

职务目标：著名外资企业高级管理人员，大学的外聘讲师

潜力目标：科研潜力突出，在国外权威刊物发表论文；构成自我的管理理念，有很高的演讲水平，具备组织、领导一个团队的潜力；与公司决策层有直接流畅的沟通；具备应付突发事件的心理素质和潜力；有广泛的社交范围，在业界有必须的知名度。

经济目标：年薪25万

我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。

只要自我尽心尽力，潜力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（个性是收入目标）我也不会觉得失败，给自我太多的压力本身就是一件失败的事情。

为了家庭牺牲职业目标的实现，我认为是能够理解的。在28岁之前必须要有自我的家庭。

差距：

- 1、跨国企业先进的管理理念和丰富的管理经验；
- 2、作为高级职业经理人所必备的技能、创新潜力；
- 3、快速适应潜力欠缺；
- 4、身体适应潜力有差距

5、社交圈太窄。

## 1、教育培训方法

(1) 充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，为自我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。时间：2008年7月以前。

(2) 充分利用公司给员工带来的培训机会，争取更多的培训机会。时间：长期

(3) 攻读管理学博士学位。时间：五年以内

## 2、讨论交流方法

(1) 在校期间多和教师、同学讨论交流，毕业后选取和其中某些人经常进行交流。

(2) 在工作中用心与直接上司沟通、加深了解；利用校友众多的优势，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

## 3、实践锻炼方法

(1) 锻炼自我的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2) 养成良好的锻炼、饮食、生活习惯。每一天保证睡眠6—8小时，每周锻炼三次以上。

(3) 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，不论身份贵贱和亲疏程度。

xx本人对于职业生涯规划的看法：



1、职业规划肯定要有，可是我觉得职业规划不可能此刻就定下来，周围的环境随时在变，并且自我随着不断的成熟和接触不一样的东西，也会变。我以前想当官，之后想当外企白领，此刻想创业，所以我觉得这个很难就定下来，更何况是在校大学生，没有任何社会阅历，谈这个就似乎有点纸上谈兵。

2、可是，虽然可能没有成型的职业规划，可是我觉得每个阶段的前进方向和短期目标要有，比如这段时间我要练好英语听力到什么水平，我要朝着什么方向努力，没有努力的方向和短期的目标，那容易虚度光阴。