

大学生职业生涯规划书

目录

- 第一部分 扉页
- 第二部分 规划书摘要
- 第三部分 认识自我
- 第四部分 职业生涯条件分析及方向或整体目标
- 第五部分 大学期间的准备
- 第六部分 具体执行计划
- 第七部分 调整评估

第八部分 困难的预见和解决方案

第九部分 其他

职业生涯规划书

第一部分 扉页

一、个人简介：

姓名：XXX

学号：121104034

班级：经济与管理学院 12 级 16 班

所学专业：工程管理

二、规划宣言

为今后的人生定目标，为未来的事业做准备，看三年后谁领风骚？

第二部分 规划书摘要

该规划书涵盖了对我自身的实际情况介绍，包括家庭情况、学校情况、社会情况，以及对社会的发展的介绍和建筑产业在未来发展的前景以及概况。还有我的职业价值观及我的就业能力的优劣势的介绍，其中还特别说明了我的短期、中期、长期以及终生目标的介绍和我将作如何准备去实现它，

还有一些应对现实突发情况的措施。

第三部分 认识自我

一、个人基本情况

自我盘点我是一个本科生，在这个竞争型社会中一个本科生真的不够，放到社会中也不会冒起一个头太大的浪花，因为现在大学生实在多不胜数。目前，家里只有我一个人是大学生，所以我集家人所有的希望于一身，压力颇重，家里人也对我期望颇高。我性格开朗活泼、易于与人相处、善交朋友，对于我所结识的人，我会用我的真诚与之相处。我也有那么一点小小的霸道，所以我所喜欢的历史人物是曹操，因为我和他有那么小小的共同点，在我的业余时间里我喜欢看点小说、哼点儿小曲、打乒乓球、篮球、象棋等等兴趣爱好比较广泛。在我的生活中，老师同学都对我十分关心，在他们的照料之下，从小我生活在亲情、友情与关爱的环绕里，我注重厚积薄发，对于新奇的事物都有强烈的好奇心，喜欢去研究、深究，以至于现在也有一点固执，所以朋友都说我很笨。但我还是要坚持下去，保持一点属于我自己应有的本色。在大学生活中，我加入了一些学校的部门来锻炼自己的能力，为未来的工作打下了坚实的基础，对于我们部门举办的活动我也积极的参与，列如：篮球赛、策划书、小品。充分的丰富了我的生活和培养了自己的生活情趣。暑假的时候也曾到外地打工，增强了自己的工作经验，在周末也偶尔从事一些兼职，所以工作经验还是挺丰富的。

二、职业兴趣

目前，我大学所学的专业是工程管理，而且我也非常喜欢这个专业。从小我就有一个梦想，那就是成为一名建筑工程师，长大以后自己设计一栋属

于自己专有特色的别墅，住在自己所设计的房子，想一想那是多么美好的感觉啊，这个专业所学的专业知识刚好能满足我对生活的需求。经过 20 多年的生活经历，我对自己的未来已有了明确的目标，所以我对未来的工作期望最好是与兴趣相符合的建筑方面的工作，我也相信自己能在这一方面有所成就。所以我对职业的要求是在建筑行业起步，并且希望在建筑行业崛起，成为一名优秀的建筑工程师。

三、职业能力及其适应性和个人特质

我是一个爱好学习并善于学习的人，目前，我对自己所学专业都非常认真，所以在专业知识方面我拥有相当的自信，相信我不会弱于别人，理论知识是过硬，只是在实际操作实践方面还有所不足，在专业实践方面是我所欠缺的，必须要得到加强。我的适应能力也是非常强的，我能够很快的适应从一个环境中投身于另一个环境中，不会出现不适应新的环境的问题。我有强烈的主观思想和学术思辨能力，从不盲从于书本，对于我所学知识，我能够大胆的提出质疑，并且努力去求证思考，对于他人的意见我会认真的去思考，适当的采取和更正。我喜欢建筑，也喜欢艺术，生活本身就是一种艺术，而且我也希望将艺术溶于我的生活中去，而设计本身就是一种艺术，所以我更适合建筑设计，而且在设计方面我也有那么一点小小的天赋，让艺术更好的融入我的生活，建筑设计这一方面再适合我不过了。

四、职业价值观及胜任能力

我是一个有强烈的社会责任感和历史荣誉感的人，我希望我能为这个世界奉献自己微薄的力量，从而影响整个世界，如果我的行为能影响整个世人，我不介意带着整个世人一起进步、一起发展，人类的进步离不开那一小撮能

影响世人灵魂的存在，我希望我能成为其中的一员。对于我未来的职业，我希望符合我自己的兴趣爱好并且对于整个社会都有所奉献，在我以后的工作中，我在乎的并不是自己因为这份工作挣了多少钱，而是自己在建筑这一行业上有多大成就，自己的工作对社会的贡献的大小，自己的工作对于国家的发展是否起到了推动作用，能否利用自己职业成为一个对社会对国家都是一个有用的人，可以说自己的工作对社会、对国家、对世界所产生的影响就是我的成就。人生的乐趣在于贡献与创作，而我对于自己人生的定义就是不断地设计创作和奉献。在长达四年的大学生活中，我会努力学好自己的专业知识，为以后的工作打下坚实的基础，在大四的实习阶段，我也会利用自己的专业知识基础努力的实践平时所学，相信对于未来的工作我最大的优势就是大学四年中我锻炼出了过硬的专业知识的理论能力和面对生活的不屈服的精神以及超越常人的耐性和学习能力。而我最大的劣势就是缺乏对于专业的实践。不过我能在工作中加强自己的实践能力，填补自己所欠缺的，不断地完善自我，让自己成为一个优秀的人。

五、自我分析小结

我一直坚信“学无止境”“坚持就是胜利”总有一天我会做到“凡人平地上，看我碧霄中，仰天地正气，法古今完人”。

我要不断地学习，增强自己的知识之海，加强自身修养，完善自我，努力克服生活中种种困难。从小我的身体就不是太好，所以我也要加强自身的身体锻炼，俗话说“身体是革命的本钱”我要丰厚自己的本钱，让我在工作和学习这个“革命”中取得最终的胜利。

第四部分 职业生涯条件分析及方向或整体目标

一、家庭环境分析

在家里我是唯一的一个大学生，父亲是一个建筑工人，二三十年来都一直从事着建筑方面的工作，从小我就受到父亲的熏陶，从而对于建筑有种由衷的喜欢。母亲是一个平凡的外出务工者，这么多年来一直默默的承担起抚养子女的责任，我能深深的体会到她们对我的疼爱以及对于生活的无奈。由于父母的文化水平都不是很高，所以常年在外务工，但工资却还是堪堪只能维持生活的开销，好不容易熬到我考上了大学，所以父母对我的期望颇高，希望我能够学有所成，成为一个对家庭、对社会、对国家、对世界都是一个有用的人，成为一个能影响世界的人。家里实属代代贫农，所以父母都希望我能摆脱这个局面，虽然我对钱看得不是那么重要，但我也想让父母有个幸福晚年，并且在我所在的建筑行业成为一个对世界都有影响的人，让我的职业生涯变得有趣、充满激情和有意义。

二、学校环境分析

我所在的学校是一坐落于历史文化古城的宜宾，宜宾虽是一座二级城市，但其文化底蕴是极其深厚的，尤其是酒文化名列中国前茅，对于位于其中的宜宾学院，自然深受其影响，由于酒文化的发展带动了宜宾经济文化的全面发展，近年来宜宾学院处于飞速前进的步伐中，各个方面都得到了长足的进步，不论是教学设备还是师资力量都空前膨胀。近年来房地长行业的兴起，引发了经济潮流，宜宾学院自然也不甘落后，该学校开设的“工程管理专业”既是该行业的代表。对于该专业，学校采取实践与理论相结合教学

的专有特色，对于我们学生来讲能更好吸收老师所讲的知识，对于知识的灵活运用来说较同等学校来说具有明显的优势。而且在实践过程中所面临的问题都能及时的得到解决，避免了以后工作中再次遇到相同的问题而无法解决的问题。大四的时候学校会专门安排空闲时间让学生去社会中实习，运用自己的专业知识去解决工作中所遇到的问题，并且发现问题，使之与自己所学专业相互印证。并且增强我们学生的处理问题的能力，以及丰富自己的工作经验，使得自己在以后的工作生活中能够如鱼得水。

三、社会环境分析

现在的社会是一个竞争型社会，无时无刻都处于竞争的局势下，在大学生数量日益澎湃的情况下，就业压力就随之而来。中国是一个人口大国，每年毕业的大学生就高达百万以上，面临各个企业所对外开放的几十万岗位来说是远远不够的，这就意味着每年都有大量的大学生要面临着“毕业既是失业”的问题。而且每天都有人会面临上岗、下岗、失业等问题，新一代的大学生出世就意味着有很大一部分老员工会面临下岗的问题，在激烈的社会竞争中，如何才能在这个“刀光剑影”的社会中存活下来成为一个十分重要的问题，要想在这个激烈的竞争中取得有利地位，提高自己的就业能力以及自身修养成为了必要。21世纪是一个重要的时期，全球经济空前发展，各个行业都迎来了黄金时期，而人才则是这个时期必不可少的元素，人才从哪里来？当然是从大学生中成长而来。现在这个社会可以说是“大学生多如狗，研究生满地走”，生活在这个时期不知是我们的悲哀还是我们的幸运。面临着如此大就业压力，国家为了缓解目前大学生的就业的尴尬境地，提出了相关政策，使得每个企业每年都对外开放了一系列的岗位，解决大学生无法就

业的问题，即使如此仍然满足不了大学生对岗位的需求。在大学毕业后，我们面临着同级毕业生的竞争压力和上一年以及往几年的毕业生的就业竞争，往往一个职业岗位就可能有上百人去竞争，在如此大的激烈竞争之下，如何成功就业就成为了一门值得深究的学问。为了在以后的竞争中取得胜利，学习是我们必备的技能。学好专业知识，提高自身素质，完善自我就成为了我们成功就业的锋利武器。

四、职业环境分析

1、行业分析

要说当今社会最热门的行业莫过于房地产、能源、车辆方面，而其中又要数房地产行业最为热门，谈到房地产自然就离不开建筑行业了，近年来高楼大厦拔地起，高速公路、铁道四通八达，城乡公路频繁出现，城市交通网也逐渐完善，而这些都离不开建筑。所以不论城市建设和乡村建设都将在未来的几年持续推动建筑行业的飞速发展，建筑行业的崛起是不可遏制的。而一个行业的崛起必不可少的需要这个行业的精英来推动这个行业的发展，各种各样的职业型人才也就应运而生，一个行业发展起来，它所需要各个方面的人才协调合作，合理的分工、管理、设计。所以我这个专业毕业以后就业的前景和方向是十分广泛的。建筑行业给与我们的就业机会也是具有相当的挑战性的，而且就业方向的选择也是十分符合我们的择业要求。

2、职业分析

鉴于我所学的专业“工程管理”是属于建筑方面的专业，在这个建筑产业高速发展、乡村往城市发展的社会背景下，建筑产业必将成为未来

二十年的最大支柱产业。对于我的就业方向，我偏向于走建筑设计这条路，一是我比较热爱艺术，二是我有超于常人的创造力和想象力，三是我热爱设计。所以对于我的职业以后主要是从事建筑的前期规划，楼层设计制图，以及材料的预算。这就要求我在大学生活中有过硬的专业知识，和良好的应变能力、计算能力。对于工作岗位的分配要达到充分的熟悉，了解相应岗位所从事的主要工作才能更好的实行人员的调配。

3、企业分析

目前，我所理想从事的企业还是偏向于国有企业，对于私营企业那是我的第二选择，应为我觉得国有企业更有利于自身的发展。在国有企业中我的理想目标是大型企业，即使从基层做起也没关系，慢慢的锻炼自己的能力，在大型企业中自己能够学到更多的东西，弥补自己在学校所学不到的知识。而且大型企业对于建筑文化方面具有更胜层次的理解，浓烈的文化气息使得我们对工作更加的热爱，更能培养我们的情趣，加深我们对这个行业的了解。在高速发展的社会文化背景下，建筑类企业必将欣然崛起，这类企业在未来即将成为主流。目前该类企业正处于发展阶段，各个地方的建筑产品种类繁多，样式新奇，具有显著地艺术特色，与中国古建筑文明的发展具有明显的联系，也有很大的不同。现在的建筑产品的售后服务是相当齐全的，而且销售员均是一流销售人才，均是大学生文凭或者研究生出生，不论放到哪里都是精英，可见该类企业对于这个产业的重视程度。员工的工作环境优雅安静、舒适宜人，而且均是高素质人才，所以工作环境那是十分和谐友好，员工们都互帮互助，老工会主动指出新员工在工作上的问题，使得企业一直以一种欣欣向荣的姿态发展下去。在人员的匹配上，国有企业大多都实行人性化匹配、人性化管理。能者多劳，谁

有能力谁就上任工作，以一种良性竞争的方式促进建筑行业的发展，适当的进行人员的调配，使每个人都能够找到一个最属于自己的位置，更好的协调了企业的需求，促进了产业的快速发展。

4、地域分析

宜宾这座城市位于川南，风景优美，气候适宜旅游景观繁多，是度假休息的理想场所。近年来，国家号召“城乡合作、城乡建设、城乡结合”，而宜宾这做城市与乡村联系紧密，在国家的政策颁布后，宜宾的城乡建设高速发展起来，如城乡公路、环城公路、乐宜高速等。这就促使建筑类产业在宜宾发展起来，相信在未来的几年内，这门在宜宾新兴的产业还将迈出更大的步伐。宜宾是座历史文化悠久的古老名城，它位于极为特殊的三江交汇处，被称为“万里长江第一城”。当地最为出名的是酒文化，中国的酒业大亨“五粮液”正坐落于这座美丽的城市。这里乡村人口居多，为城市提供了大量的建筑工人，而且这里的地势相对于较平坦，有利于建设的开设，我有信心宜宾将在二十年之内赶上那些大型城市，如成都、重庆等。我是宜宾人，较别的城市来说宜宾是我最为熟悉的，我的人脉大多数都在宜宾，在宜宾发展我的事业，我不会出现人脉不够的情况，对于我事业的起步来说无疑是节约大量的时间。

5、职业生涯条件分析

对于我以后的职业，无疑是和建筑类相关的。首先，这必须要看我在大学生活中对于专业知识的造诣，他会决定我在未来的成就有多高，虽不是绝对的，但其影响绝对是深远的。大学打好基础，工作后才能更好解决工程建筑上的诸多问题，对于自己的深造是极其有益的。在我以后的发展中，人脉和能力是必不可少的成分，人脉对于我解决工作中的疑难无疑是多了一条捷径，而能力则

是我工作的必备武器，没有企业会养一群废物。目前，我还有很多的不足，所以，在我的职业生涯中学习是最主要的，学海无涯，学无止境，相信我能在建筑这一块儿打下一片属于自己带的天空。

第五部分 大学期间的准备

为了在以后的就业过程中博得一个有利的地位，所以在大学期间我做了如下准备：

1、主要狠抓专业课和英语，让自己对专业知识烂熟于心，不能再专业上弱于别人，英语争取在大学期间过六级，为在这上面取得优势就必须付出更多的时间，为此每天我都会坚持半个小时的英语学习和一小时的专业知识的自主学习，目前已取得了一定的成果，即将面临的的就是12月份的英语四级考试，只有不断地完善自我，才能为自己在以后的找工作博得更雄厚的资本。

1、大一期间多参加一些竞赛活动以及一些学校的部门，一是丰富自己的生活，二是锻炼自己的能力，比如篮球赛、专业知识讲座、联谊活动等等都积极地去参加，为自己的生活博得了一丝激情。

2、大二期间则需要去考教师资格证，以及普通话等级证书，还有各类竞赛我都愿意积极地去参加，锻炼自己才是最主要的目的，其他的都不是那么重要，只有自己的能力得到了锻炼，才能为未来的工作打基础，经过多次的锻炼，我以相对于以往有了长足的进步。

3、大三期间，为了提高自己的工作经验，我会进行大量的兼职工作，挣钱不是我的目的，进行各类兼职，一来会丰富自己的阅历，增强自己的工作经验，二来有利于我从校园踏入社会、融入社会，缩短我从校园到社会的过度时间，

更好的适应社会。

4、大四就主要是找工作实习了，为以后的人生谋求一个好的出路，相信经过长期的准备我会成功的。

5、生活中也有几个很知心的朋友经常监督着我，鼓励着我，并且对我提出了宝贵的意见，列入：“我脸太薄，老是放不开”“做事不够迅速，应该做事迅速一点”“口才太差，多锻炼锻炼”“做事多想想，太表面的现象不一定是对的，做事多思考”“多休息一下，时常忙碌身体会吃不消，注意别让身体超负荷，健康最重要”。

第六部分 具体执行计划

一、短期目标

我现在正在读大学一年级，我为自己制定的短期目标可以分为四个阶段：

1、大一时期参加各类学校或者部门开展的活动，丰富自己的生活。并且广泛交友发展自己的人脉。

2、大二时期是个重要的时期，专业知识必须在此刻严格的抓住不能掉队，多进图书馆，丰富自己的知识之海，并且计算机二级、英语四级、六级以及普通话等级考试必须过。

3、大三期间必须将大学的课程全部修完，为大四找工作腾出时间，并且一级建造师证书必须要考过，还要做适量的兼职工作，增加自己的工作经验。

4、大四期间主要是写简历，一稿多投，为自己找一份合适的工作。最好是与专业相对口的工作，这样能让自己所学与之相互印证。

二、中期目标

在三十岁之前完成事业的起步阶段，找一个比较不错的工作，淘取到丰富的社会经验，并且做到白领阶段，月薪要达到一万以上，拥有自己幸福的家庭，拥有自己的车，并且在建筑行业扎下脚跟。

三、长期目标

在我的人生规划里，我给自己指定的目标是在四十五岁之前在我所从事的行业干出一番成就来，对我就是在建筑行业做出一番成就，至少也要成为一名高级建筑工程师，。四十五岁之后我决定用自己年轻时的积攒资金做一点小生意，我比较看好餐饮行业，成本也不是很高，回利也很快，很适合我的投资发展。

四、人生总目标

对于我的人生老说，我给自己的目标定的是“拥有一个幸福美满的家庭，对社会对国家有所奉献，成为一个能影响世界灵魂的人”。

第七部分 评估调整

一、评估内容

1、职业目标评估

我觉得我很适合搞建筑设计这一块儿，这给职业还不错，如果长时间在这个领域都毫无建树，那么我会考虑去深造一下，如果真的没有这一行业的天赋，我会考虑转行，当然，民以食为天，我会考虑餐饮业这一行业。

2、职业路径评估

当在以后的工作中，如果遇到不能突破的难题，我会首先考虑多方求证，寻找资料解决问题，如果我选择的这一个职业方向实在不适合我发展，我会酌

情考虑换一个方向发展，寻找一个适合我发展的职业方向。

3、实施策略评估

对于我的行动策略如果不适合我以后的发展，我会做适当的调整，毕竟计划终究是计划赶不上变化，时代在发展，社会也无时无刻在变动，更具现实的具体情况，计划也因在不断地变化中为自己谋求更好的发展道路。

4、其他因素评估

在以后的工作生活中，我会时常调整自己的状态，尽量不让自己因其他原因影响自己的工作状态，如果因为身体原因影响自己的工作状态，我会尽量克服，努力提高自己的身体素质，在我的生活中我会协调自己的家庭与工作所产生的矛盾。对于工作中的机遇我会主动地去抓住它，对于工作中的意外突发事件，我会积极的尽心尽力的及时解决它。

二、评估的时间

在一般情况下，我定期在半年做一次评估规划，当出现特殊情况时，我随时评估并进行相应的调整。

第八部分 困难的预见和解决方案

在自己就业之时难以避免的会遇到许许多多的问题，因此我也对此作了诸多预见。

1、在刚就业之时不难想象由于刚刚踏入社会，不论在工作经验或者是为人处世方面都不成熟，很多不懂得不会的就可能遭到领导的批评，对此我要学会忍让，领导就是老大，毕竟自己不对挨批是很正常的，努力学习改进，争取让领导无可挑剔。

2、在工作稳定之后面临的最大的困难就有可能是工作方面的，列如工程设计上遇到自己所不能提解决的问题，对此，我应该向前辈们请教，不懂就要问，只有不断的提高自己的知识，扩充脑海，才能勇敢的面对今后所有的问题。

3、对于升职问题，也有可能为此烦恼，如果别人都升职了，而我还在原地踏步，因此而苦恼时，应该我寻求自身关系，人际交往很工作能力是影响升职的重要条件，好好反省一下，究竟是哪方面弱于他人，借此进行适当调整，争取抓住下次机会。

4、对于自己计划的以后进军餐饮行业也可能遇到许多的问题，列如：店面、资金、人脉、营业执照、经营的方式……等等都可能遇到问题。对此，我要始终保持冷静的头脑才能更好地解决我所遇到的问题，我相信世界上没有解决不了的问题，当然也不能盲目的投资，要看准市场才行。

第九部分 其他

这是目前我所对自己的规划，当然，对于以后的实际发展情况不可能完完全全照着规划的来发展，毕竟计划总是赶不上变化，但大体方向是应该能符合这份规划书所规划的，这份规划书是根据我现在所学大的专业来指定的，也十分符合我自身的发展条件。根据今后社会的发展，现实情况的出入，可能今后我的职业之路会有所变化，但都是在情理之中的，所以可以根据现实社会的发展对今后的规划做适当的调整或补充是非常有必要的。