

## 个人职业生涯规划书范文（一）

姓名：

学号：

学院：软件学院 07 班

### 一、前言

在就业压力日趋激烈的今天，一个好的职业规划无疑增加了一份自信。而如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如多学习点知识来充实自己。未来掌握在自己手中，趁现在还年轻，赶紧为自己的未来之路定好一个方向，按照这个方向前进！

### 二、自我剖析

#### 1) 兴趣爱好：

看书，听音乐，下棋，Photoshop，页设计，烹饪

#### 2) 人格描述：

- 依靠理智的思考来做决定，总是采取客观、合乎逻辑的步骤。
- 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。
- 喜欢先充分收集各种信息，然后根据信息去综合考虑实际的解决方法，而不是运用理论去解决。对细节非常敏感，有很实际的判断力，决定时能够运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点，并且非常系统有条不紊。
- 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。
- 看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，需要时常的换位思考，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。

#### 3) 在工作中的优势

1. 办事精确，希望第一次就能把工作做好
2. 乐意遵循确定的日常安排和传统的方针政策，是组织忠诚的维护者、支持者
3. 每次都能十分专注地把注意力集中在一个项目或任务上
4. 特别能够专心细致地工作，可以不需要别人的合作独立工作
5. 灵敏的组织能力
6. 一丝不苟、认真专注地对待具体问题、事实和细节
7. 相信传统模式的可取之处，并且能够遵循传统模式
8. 非常强的责任意识；别人可以信任你实现自己的诺言
9. 通情达理、视角现实
10. 有稳定平和的心态

#### 4.) 在工作中的不足

1. 不愿意尝试、接受新的和未经考验的观点和想法
2. 对变化感到不安，可能会有些僵硬、死板；排斥革新
3. 对需要很长时间才能完成的任务缺乏耐心
4. 有时会由于近期目标而忽略长远需要
5. 办事死板；必要的时候难以或不愿适应新境况
6. 难以看到问题的整体以及行为的长远影响
7. 不愿意促成必要的改变，不愿意支持有风险的行为
8. 见到实际应用后的结果才肯接受新观点

9. 不能理解与他们自己的要求不同的要求
10. 对自己及自己对组织的贡献估计过低
11. 斗志不足，容易松懈，通常不愿付出过多的努力
12. 缺乏挑战精神，对失败和挫折的承受力差

#### 5) 相应措施

针对我的缺点与不足，我应该采取一定的措施来弥补我的缺陷：

1. 避免墨守陈规，需要尝试新的东西；要有开放态度，敢于尝试探索新的可能性
2. 考虑问题要更全面周到，需要考虑人的因素，不单单只考虑自己的利益和感受
3. 对那些与我观点不同的人保持足够的耐心和虚心
4. 适合的时候，主动承担一些工作
5. 正确看待失败，碰到困难不随意放弃
6. 增强做事的灵活性，学会变通的眼光和接受新事物

### 三、职业倾向分析

适合的岗位性质：

- 工作环境稳定，不需要太多的冒险和变动，最好依照经验和规律解决事情
- 有较多的独立工作时间，可以专心的完成整个项目或任务
- 较多使用事实、细节和运用实际经验的技术性工作，能够充分发挥自己精细、准确、逻辑性强的才能
- 工作对象是具体的产品或服务，工作成果要有形并且可以衡量
- 要有明确的工作目标和清晰的组织结构层次
- 工作有足够的准备和实施时间，在交付成果之前能够进行自我成就评估

### 四、职业目标选择

根据我的个人兴趣和适合我的岗位性质，我初步定下适合我的职业有这些：

1. 站设计师：我个人爱好页设计，Photoshop
  2. Web 开发工程师：技术型工作，我所读的专业是软件，应该朝自己专业方向发展
  3. 数据库设计工程师：在专业课里最喜欢的就是数据库，学得比较好的也是数据库
  4. 检查员，客服人员：做事谨慎，细心，喜欢技术性不强的工作
- 目前我拿到的 offer 是中石油测井公司的技术中心，做数据库设计，在我的职业目标之内，对这份工作还是比较满意的！

### 五、未来六年职业规划

2008.7 月开始工作的职位是数据库设计人员，争取：

- 2 年成为中级技术工程师
- 4 年后成为高级技术工程师
- 6 年后朝管理方向发展

### 六、准备工作

由于现在拿到的 offer 是在中石油工作，而我的专业是软件工程，虽然说我做的是数据库方面的工作，但是数据库肯定要与石油，测井数据打交道，所以准备石油，测井方面的相关知识是有必要的。因此，在未来的半年里，首要的学习重点是进一步深入学习数据库相关的知识，接着自学石油测井解释方面的相关知识。

## 个人职业生涯规划书范文（二）

### 引言

未来掌握在自己手中，看清脚下的路，我的未来不是梦！古人云：凡事预则立，不预则废。任何成功人士都有完整系统的人生规划，明确的人生目标。

早在初中我就立志成为一名翻译，可高考的失利让我对自己失去了信心，我曾一度认为自己以后只能待在家乡当一名乡村教师。但在学校的陪护外教工作中我发现自己挺有语言天赋，一位来学校参观的美国人曾对我说：“你的语音是我听到的所有中国人中最好的，一定要好好学习。”也许她是刚到中国没几天，没遇到几个会说英语的中国人。但这却象一支强心剂一样激励着我，催发着我的斗志。现在我可以宣布我的目标就是成为一名翻译。下面我从自我分析，职业环境分析，职业定位，具体计划实施和评估调整这五个方面进行概述。

### 一、自我分析

根据人才测评报告以及自评分析方法，我对自己进行了全方位、多角度的分析。

#### 1. 职业兴趣——喜欢干什么：

我的人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是管理型（7分）、社会型（6分）和常规型（5分）。我的具体情况是：乐观主动，好发表意见，有管理才能，为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序。我从小就是特别喜欢当干部，进入大学也先后在社团及团组织担任职务，时刻要比别人奉献的多是我学到的东西，希望我以后从事的职业也是尽自己最大的努力为别人创造好的生活条件。

#### 2. 职业能力——能够干什么：

我的人才素质测评报告结果显示，信息分析能力得分较高（8分），人文素质得分较低（5分）。我的具体情况是：我一直认为我如果是个男生肯定会成为擅长侦破案件的警察。

#### 3. 个人特质——适合干什么：

我的人才素质测评报告结果显示支配稳健服从型，通常善于辞令，尤其适合做推销工作和领导工作。通常精力充沛、热情洋溢、富于冒险精神、自信、支配欲强。喜欢与人争辩，总是力求使别人接受自己的观点。缺乏从事精细工作的耐心，不喜欢那些需要长期智力劳动的工作。通常追求权力、财富、地位。我的具体情况是：我一直是个很随和的孩子，喜欢听父母的话老师的话，但我并不是没有主见的人。

#### 4. 职业价值观——最看重什么：

我的人才素质测评报告结果显示前三项是支配取向（7分）、经营取向（6分）和志愿取向（6分）。我的具体情况是：控制欲强，喜欢支配他人；善于决断；工作作风凌厉；做事有担当；独立性强；主动行动；有强烈的成就动机；富有同情心；喜欢帮助他人；不计较个人利害得失。

#### 5. 胜任能力——优劣势是什么：

##### 自我分析小结：

根据我的人才素质测评报告，以及家人老师同学的建议我对自己进行了综合分析。我在性格上乐观好动，自信，独立性强，有时情绪化，在作风上比较保守、被动。在特长上擅长英语口语和演讲；专业知识扎实，勤学好问。智商和情商属中等偏上水平，活动能力强，有一个健康的身心。

### 二、职业分析

参考人才素质测评报告建议以及家人老师同学的意见等途径方法，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

#### 1. 家庭环境分析（经济状况、家人期望、家族文化等以及对我的影响）

我是独生子女，父母都是医务工作者收入比较稳定，还不需要我过早工作养家。在姥姥家这边我是最小的孩子，几个姐姐都没有上过大学，所以希望都寄托在我身上。三叔是家里学历最高的人研究生毕业现为是一所医学院的教授，他一直都是我学习的榜样。所以家里的人都希望我能不断的学习充实自己，为自己的以后打好基础。在学业上他们会 100%的支持我，在事业上他们也会尊重我的选择。

#### 2. 学校环境分析（学校特色、专业学习、实践经验等）

我现在所在的这所学校只是一所普通专科学校，我学习的英语专业是学校里最好的专业之一，将来从事的职业方向是小学英语教育。

#### 3. 社会环境分析（就业形势、就业政策、竞争对手等）

目前的就业形势对专科生十分不利，××××年全国高校毕业生×××万，×××年达到×××万，比去年增加了××万，增长率为××%，而全国对高校毕业生的需求预计约为×××万人，比去年实际就业减少××%。这意味着将有×成应届毕业生面临岗位缺口。

#### 4. 职业环境分析

2008年北京奥运会和2010年上海世博会将为中国翻译业带来前所未有的机遇。有数据显示，中国现有在岗聘任的翻译专业人员约×万人，而翻译从业人员保守估计需××万人。来自中国翻译协会的数字则显示，目前全球翻译产业年产值已经超过×××亿美元，其中亚太地区占××%，中国市场约为×××亿元人民币。

### 三、职业定位

综合第一部分（自我分析）及第二部分（职业分析）的主要内容得出本人职业定位的SWOT分析：

### 四、计划实施

详细执行计划如下：

具体计划实施。分为短期中期长期和远期计划。

短期计划，专科第三年（××××-××××）经过了大一大二对自己各方面能力的培养，大三我的主要计划就是专升本。结合自己平时的成绩以及近年来专升本的趋势我给自己定下了两所院校，信阳师院和洛阳师院。我将以最大的热情投入到学习中去，为实现专升本奋斗。

中期计划，毕业后的五年（××××-××××）如果专升本考上了信阳师院，根据信阳师院浓厚的学习风气和考研比例，本科期间我就以学习专业知识，全力考研为主，为成为同声传译努力。在此期间要考取英语专业八级证书和教师资格证。如果考上了洛阳师院，目标仍然是考研。在此期间除了要考取英语专业八级证书和教师资格证，还要考取英语导游证书。研究生期间要进行大量的同声传译训练，考取英语高级口语证，参加各项社会实践活动积累社会经验。

长期计划，（××××-××××）这个时间跨度比较大。根据自身条件到上海找一家翻译公司就业。在积累了一定的工作经验后参加国家公务员考试，力争到国家的外事部门从事翻译工作。

远期计划（××××以后），同声传译这个特殊行业要求人必须时刻高度集中精力，要有超强的记忆力。到了40岁我无法不面对一个女性在40岁要面临的问题——工作压力，生活压力和身体精神压力。我想那时也该是自己休息的时候了。

我会做一名自由的笔译工作者，把更多的时间留给家庭。等到 50 岁后，子女可以独立生活我会回到我的家乡做一名英语教师，陪父母安渡晚年。

#### 五、评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。

##### 1. 评估的内容：

职业目标评估（是否需要重新选择职业？）假如本科毕业我没有考上研究生，那么我将先做一名教师和兼职的英语导游，待生活稳定后继续向研究生奋斗。

职业路径评估（是否需要调整发展方向？）当出现自己理想与现实有太大差异的时候，我会根据自己真正实力做适合得工作。

实施策略评估（是否需要改变行动策略？）如果自己不适合翻译行业，我就选择当一名教师。

其它因素评估（身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估）如果中间家庭出现什么变故，不排除我放弃学业找工作的情况。但成为翻译是我最终的追求。

##### 2. 评估的时间：

一般情况下，我定期（半年或一年）评估规划； 当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

##### 3. 规划调整的原则

以自己的最终目标为航向，努力向自己的理想航行。狂风暴雨我不怕，烈日暴晒难不倒我，目标只有一个——幸福的彼岸。

##### 结束语

以上就是我对自己以后人生道路的一个规划，也许有很多人会质疑它，认为我想象的太简单。不管怎样我会向着自己的理想进发的。