

大学生职业生涯规划书

一：前言

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为就业争夺战中的另一重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力上的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？因此，我为自己拟定一份职业生涯规划。有目标才有动力和方向。所谓“知己知彼，百战不殆”，在认清自己的现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。

一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估，包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职位面前我会选择什么等问题。所以要想成功就要正确评价自己。

二：自我评价

- 1、**个人性格**：既有外向的一面，又有内向的一面。有时候只要有什么活动，大概都会看到我参加，内向时，可以让人忽略我的存在，大多数时候大家见到的都是一个活泼开朗的我。
- 2、**个人兴趣**：我的兴趣爱好非常广泛，喜欢打乒乓球和网球，喜欢看书，喜欢一个人散步，喜欢和朋友聊天等。
- 3、**个人特长**：有坚持不懈的精神，有虚心问学的勇气，有有错必改的正气，最重要的是我有一颗忠诚的心。
- 4、**个人学识**：专科生
- 5、**个人志向**：我想当一名出色的环评师。虽然说社会上的工种有几千多种，形形色色的，但我就是喜欢这个职业。虽然它比不上医生救死扶伤那么神圣，但它也是可敬的，因为环评师能让我们的身体在舒适的环境里更加的健康。

三：对专业的认识

- 1、**专业背景**：提高环境质量是经济社会发展必然趋势，也是经济和社会发展的主要内容，是反映一个国家经济发展、文明进步程度和生活质量的重要标志，

直接关系到国家经济发展及全民素质的提高。我国政府提出要“科学发展观”，把改善和提高人民生活环境作为社会经济发展的重要指标、作为社会发展的一项重要任务。

2、专业名词解读

环境监测：间断地或连续地测定环境中污染物的浓度，观察、分析其变化和环境影响的过程。对影响环境质量的各种因素进行实时或定期采样、分析测量以发现异常的因素。

3、**专业课程：**有机化学、无机化学、微生物学、环境监测、仪器分析、水污染治理等。专业就业方向：环评师目前已服务于政府事业部门，军区环境保护、学校科研单位、民营环境类检测机构

四：对就业环境的分析

随着世界人口的急剧膨胀，对环境的破坏势必剧增。

生活环境是人类赖以生存、繁衍的生存基础，是人类维持生长与健康的第一需要。近年来，环境质量的日益严重使社会对于环境更加重视，这样使得环境监测的专业领域大大拓宽，有利于我国环境类专业培养更多宽口径、复合型的现代科技人才，更有利于增强毕业生的就业竞争力。

我国又是一个拥有 13 亿多人口的世界第一大国，对经济的要求很高。环境的发展势必引起相应的环境问题。更值得一提的是，改革开放二十多年来，我国城乡居民的生活水平不断提高，对环境的需求已由过去的单一温饱型逐步向舒适健康型过渡。据最新的资料显示，反映食品消费支出占生活总支出百分比的恩格尔系数，我国城市为 44.5%，农村为 53.4%，已经达到或接近国际上 40—50% 的平均水平。富裕起来的人们开始关注健康、生活环境，并已形成一个庞大的潜在市场。可以预计，在不远的将来，环境类专业必将有较大的发展，对高素质的专业科技人才将有极大的需求。那些学有专长，又勇于开拓创新的环境专业毕业生将会成为这些新兴企业的主角。

五：我的目标

没有目标的人生，就像一无人驾驶的小舟，漫无目的地随风飘荡。必须首

先确定自己想干什么，然后才能达到自己确定的目标。目标会使你胸怀远大的抱负，目标会使你在失败时赋予你再去尝试的勇气，目标会使理想中的我与现实中的统相统一。正如空气对于生命一样，目标对于成功也有绝对的必要。明确的目标是成功的基础，所以树立一个目标很重要。

在走向成功的过程中，不妨指导学生明确大目标和小目标的关系，按照实施的步骤排列起来依次完成，这样可以做得更快更好。

1、近期目标

环境专业的相关学科，我都要认真学习，将专业所需的知识都收获囊中。同时，我要阅读大量的课外知识，这样才能扩展自己的知识面，开阔自己的视野。还有，我要增加自己的人脉，搞好人际关系。

我要考取各种与专业有关的证书，英语过级，计算机过级，参加各种能增强自己能力的活动，同时还要在大学期间积累社会经验。

2、长期目标

在社会工作中积累经验，增长自己在课本无法学到的实践知识，结合理论知识进行属于自己的创新。在工作之余，我还要学习各方面的知识，提高自己的能力，增长在校园无法接触到社会知识。努力提高自身修养。

六：达到目标的计划

1、在大学期间

- 学好各科专业知识，掌握环境监测与评价行业的基本知识。
- 积极复习英语，努力在大二第一学期就通过四级。
- 计算机过级考试也是我不能错过的，我要在大三之前就要通过计算机一、二级。
- 除了英语和计算机外，我还要从大二开始就要积极准备考多种与环境专业有关的证书。
- 除了英语，我还要学多一门外语，所以我要从大二开始就自学韩语。
- 寒暑假时，我会到社会上进行短期的工作，在工作期间，我会学习如何与工友相处，怎样与领导打交道学会如何在集体中表现自我，而又不受到排斥，积累社会经验。

2、毕业之后

工作之路：

- 毕业后，我会在学校、政府工作部门等工作，积累经验。
- 下班之后，我会继续学习专业知识，让自己的知识更加全面。
- 努力工作，这样才会让领导注意到我，博取提升的机会。
- 积极请教前辈，因为他们的经验是可贵的，然后结合自己的知识，创出自己的技术。

升本之路

- 升本后，我会将准备升本时的那份韧劲继续下去，不会让自己松懈。
- 期间，我会做一些课外知识学习，在学习中获取知识。
- 多写一些研究性论文，希望专业人士看到后，提出一些我没有想到的方面知识，让自己不断地改善。

七：结束总结

社会是不断变化的，事情也不会在一成不变的，但是我还是会一直朝着我的目标前进的，即使道路是曲折的，滋味是苦涩的，但我还是不会放弃。然而，适当的，适时的调整是免不了的，我会定时给自己做评估，按实际情况作出一些更好的调整以适应社会的新变化。