

什么是职业生涯规划通用5篇

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/de37c048fbe6287a50fd90dbb196e11a.html>

范文网，为你加油喝彩！

随着经济社会的发展，人们对职业教育的发展提出了新的要求。为了适应社会和企业的需求，为了中职生能更好地实现自己的人生价值，中职教师应该引导中职生做好职业生涯规划。这次帅气的小编为您整理了5篇《什么是职业生涯规划》，希望可以启发、帮助到大朋友、小朋友们。

职业生涯规划 篇一

在艰难险阻面前，只要我们心中的火不灭，展开的翅不折，就必须能走出生活的沼泽，迎来人生的艳阳天。

记得有一首歌中唱道：“人生有梦才算美，几度风雨多轮回，苍桑捧出铁打汉，滚石酿出震天雷”。让我们珍视机遇，迎接挑战，自觉的在艰苦中磨练，做一个跨世纪的铁打汉，震天雷吧！

学的教育使我具备了从事人力资源管理的本事，但并不意味得到了一份好的工作。在人才流动频繁的今日，个人求职技能显得更为重要。求职的过程也是个人的本事仅有充分展示的过程，仅有本事与实践相结合才能实现人生的自我价值。虽然已有胜任工作的本事和准确的自我定位，但求职理念不足与缺乏对企业流程运作和对应聘公司的了解程度，在必须的程度是成为阻碍了我成功求职的因素，在求职准备阶段这是重点要加强的方面。面试是应聘者进入企业工作不可缺少的一个环节，也是求职者充分向企业展示自我对企业的价值，面试的效果在整个求职的起了关键性的作用。充分的沟通理解，展示自我的才能增强求职理念，增加对应聘单位的了解程度使得面试更有效率。故此我为自我定了以下的计划。

什么是职业生涯规划 篇二

根据中国职业规划师协会的定义是:职业规划就是对职业生涯乃至人生进行持续的系统的计划的过程。一个完整的职业规划由职业定位、目标设定和通道设计三个要素构成。

职业生涯规划(career planning)也叫"职业规划"。在学术界人们也喜欢叫"生涯规划",在有些地区,也有一些人喜欢用"人生规划"来称呼,其实表达的都是同样的内容。又叫职业生涯设计,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。

职业生涯规划的发展阶段 篇三

根据职业规划专业书籍《10天谋定好前途：职业规划实操手册》的定义：

人生职业发展主要有以下四个阶段：

(1) 探索阶段：15岁～24岁之间；

(2) 确立阶段：24岁～44岁之间，这一阶段是大多数人工作周期中的核心部分。这一阶段包括了三个子阶段：尝试子阶段(25岁～30岁之间)、稳定子阶段(30岁～40岁)、以及职业中期危机阶段(在30多岁和40多岁之间的某个时段上)；

(3) 维持阶段：45岁～65；

(4) 下降阶段：66岁以上，当退休临近的时候。处在不同职业发展阶段的人，应考虑不同的事情。例如，在探索阶段，可以多做些尝试、探索，在工作中摸索出本人的职业性向、职业锚、职业兴趣等，逐步找到最适合自己的职业。而40岁以上的人，就不应该做过多的尝试，而是应该认真分析清楚本人的职业锚、职业性向，选择本人有优势的职业做长远的打算。这里的年龄阶段划分还应该针对不同的职业加以区分，例如：在中国，作为职业足球运动员，30岁已经该退休了；而作为教授，30岁差不多是最年轻的。可以看到，目前，在校大学生处在第一阶段——探索阶段。

职业规划职业规划 篇四

(1) 清晰性原则：考虑目标、措施是否清晰、明确？实现目标的步骤是否直截了当？

(2) 挑战性原则：目标或措施是否具有挑战性，还是仅保持其原来状况而已？

(3) 动态原则：目标或措施是否有弹性或缓冲性？是否能依循环境的变化而作调整？

(4) 一致性原则：主要目标与分目标是否一致？目标与措施是否一致？个人目标与组织目标是否一致？

(5) 激励性原则：目标是否符合自己的性格、兴趣和特长？是否能对自己产生内在的激励作用？

(6) 合作性原则：个人的目标与企业目标是否具有合作性与协调性？

(7) 全程原则：拟定生涯规划时必须考虑到生涯发展的整个历程，作全程的考虑。

(8) 量化清晰原则：生涯规划各阶段的路线划分与安排，必须具体可行。

(9) 务实原则：实现生涯目标的途径很多，在做规划时必须考虑到自己的特质、社会环境、组织环境以及其他相关的因素，选择确实可行的途径。

(10) 可评量原则：规划的设计应有明确的时间限制或标准，以便评量、检查，使自己随时掌握执行状况，并为规划的修正提供参考依据。

职业规划职业规划 篇五

随着社会主义市场经济的不断发展，中国人的职业观念正在发生深刻的变革，人们越来越认识到：自己职业生涯的发展需要一个专业的职业规划。而如何简便直接地取得可以信赖的职业规划呢？那就得需要系统的职业规划服务，需要一名合格的职业规划师。

国内人才市场的发展已近20年时间，无论从用人者还是从求职者角度看，都需要健全职业规划服务，而健全职业规划服务就需要职业规划师队伍的建设。因此，职业规划师作为现今黄金职业之一，有着良好的发展前景。

但是，有志于在职业规划这一领域发展的人士，怎样确定自己的经历是否合适做一名职业规划师？又通过何种途径可以把自己培养成一名合格的职业规划师呢？

成为职业规划师的硬件

要想成为一名职业规划师，自身必须具备一定的硬性条件，比如说一些任职经验和管理工作经历等等。

首先，要成为职业规划师，必须具有丰富的工作经验，工作经验需要在职业规划师相关的工作领域有过积累，例如：hr、企业管理人员、高校就业中心老师、心理咨询师、相关机构的职业咨询师等。同时也适宜学校的职业发展中心、机关或企事业单位的人力资源部门（人事部门）、私营机构等从事相关工作的人员，如职业教练、职业辅导人员、职业和劳动力市场信息资源的管理人、人力资源事业发展的协调者，人才招聘安置专家以及劳动力发展人员等人群。

生涯职业规划专家指出，在工作经验方面的要求，是想成为一名合格的职业规划师的人士所必备，因为从事过相关的工作，一方面能更好地去与被规划者进行交流，理解被规划者的心理情况；另一方面，由于曾经在一些相关领域工作，会关注于这一方面的最新知识和市场动态，就增强了对职业规划知识的上手能力和理解能力。

其次，要成为职业规划师，在学习经历上也有一定的要求，这牵涉到在进行职业规划师培训的时候，所需要的学时的不同。而生涯规划咨询机构的职业规划师培训专家指出，对于不同专业来说，尽管职业规划师可以由跨专业的人士来进修并取得职业资格，但不可否认，那些拥有心理学等专业的人士比其他专业的会更容易在专业上适应这个行业。

再次，在具有专业知识的同时，成为一名合格的职业规划师，还需要在自身涉猎的领域上有所扩展，也就是能够拥有广阔的知识面以及不断学习的能力。职业规划师的职业要求从业人员必须要在工作中不断与各方面的人保持接触，这就需要咨询师拥有极强的学习和领悟能力，就能在交谈中迅速地把握某一特定行业的规律，为被规划者提供更为详尽具体的建议。

成为职业规划师的软件

除了需要在硬件方面不断增强自己以外，要想成为职业规划师，还要求在自身的软件上有所特长，主要有以下的十大项：

1、具有助人技巧。精通职业规划流程，熟悉助人的基本技能并能在与来询者的互动中加以运用，针对不同的情况和个案提出有建设性的建议。

- 2、熟悉劳动力市场信息和资源。熟悉劳动力市场、职业信息及发展趋势，并能使用这些资源，在咨询时结合市场的动态为来询者提供符合社会变化的建议。
- 3、具有评估技术。在咨询过程中，能根据不同的群体选择并实施正式及非正式的职业测评和评估工具。
- 4、熟知多元化的人群。能够识别各类人群的不同需求，并根据他们的需要提供相应的服务，在特定的领域内为他们从事特定的工作出谋划策。
- 5、具有职业道德操守，熟悉相关的法律规范。遵守职业规划师的行业道德规范，还要注重拥有一定的个人魅力，会使职业规划的实施性大大提高。除此以外，还必须了解与职业相关的法律法规，只有在合法的情况下，才能提职业规划的问题。
- 6、掌握职业发展的理论和实施模型。熟悉职业发展领域的相关理论、模型和技术，并能够将上述内容灵活运用于职业生涯规划活动中，为来询者提供适当的可实施的宝贵建议。
- 7、了解各行业的求职技巧。熟悉各种（包括针对特殊人群的）求职方法及工作安置技术。
- 8、掌握一定的计算机技术。

理解和应用职业发展的计算机技术，运用高科技的分析方法为来询者提供基于技术层次的较为准确的职业规划建议。

至于哪些职业最适合转型为职业规划师？主要是一些企业的人力资源工作人员、相关人力资源服务机构从业人员、高校毕业生就业指导机构的就业指导教师和人才市场、工会、共青团等单位从事职业规划职业咨询工作的人员等。

最后想要做一名优秀的职业生涯规划师除了一些能力、资质方面的要求，更重要的是对这份职业的热爱，和愿意投入这份事业的热诚，以及必不可少的从事该行业的兴趣。

以上就是t7t8美文号为大家整理的5篇《什么是职业生涯规划》，希望可以启发您的一些写作思路。

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发