附一：《职业生涯规划书》或《创业生涯规划书》要求

    文本要求A4纸张，宋体小四，1.5倍行距。字数不少于1000字，能运用表格、示意图等进行说明。内容可根据自身条件选择路径，规划就业或者自主创业。（包含但不限于以下内容，具体参见大赛模板）：

    1）、客观认识自我，准确职业定位（知己）

    客观分析自己的兴趣、能力、价值观、性格特征、自己的优劣势等，了解自己喜欢什么，未来希望在哪方面有所发展，并将此作为设定自己职业生涯发展目标的基础，做出准确的定位。

    2）、评估职业生涯发展机会，理性设计职业方向（知彼）

    通过多种途径，尽可能获取目标职业的相关资讯，结合自己的兴趣爱好、家庭环境、社会需求等因素，作出理性评估并确定学业结束后的发展规划。

    3）、制定行动计划

    制定本人为实现目标而要采取的具体行动计划，如：学业生涯计划，能力提升计划，素质拓展计划，时间管理策略，领导力与执行力等。

    4）、分析可能出现的问题，提出解决预案

对在实施自己的职业生涯规划中可能出现的问题或阻力进行预测，进行分析，提出相应的解决预案。