

大学生职业生涯规划书

吉林财经大学外国语学院 2012 年 04 月 20 日 蒋凯强

个人资料：

真实姓名：蒋凯强

性别：男

年龄：22

籍贯：河南省许昌市

所在学校及学院：吉林财经大学 外国语学院

班级及专业：2011 级 朝鲜语系 1113 班

学号：1303111316

前言

我想知道一块有了愿望的石头能走多远.....

步入了大学生活,我们的生活空间自由大了,很可能会因无目

标而迷失方向,给自己制定了目标,就像有了启航的方向。而大学

生职业规划设计这门课为我们提供了这样的机会,我们也要更好

规划我们的职业生涯!使自己能够有目标地学习,有目标地工作,

有目标地生活,使自己每一天都过得那么有意义,那么实在!

相信自己,路就在我脚下!!!!!!

目录

引言

第一章 认识自我

- 1、个人基本情况
- 2、职业兴趣
- 3、职业能力及适应性
- 4、个人性格
- 5、职业价值观
- 6、胜任能力

第二章 职业生涯条件分析（职场调研）

- 1、家庭环境分析
- 2、学校环境分析
- 3、社会环境分析
- 4、职业环境分析
- 5、职业生涯条件分析小结

第三章 职业目标定位及其分解组合（职业决策与目标管理）

- 1、职业目标的确定
- 2.职业目标的分解和组合

第四章 具体执行计划

第一章 认识自我

1, 生理自我

在生理方面，身体状况没有不健康的遗传体质。

2, 职业兴趣：喜欢干什么

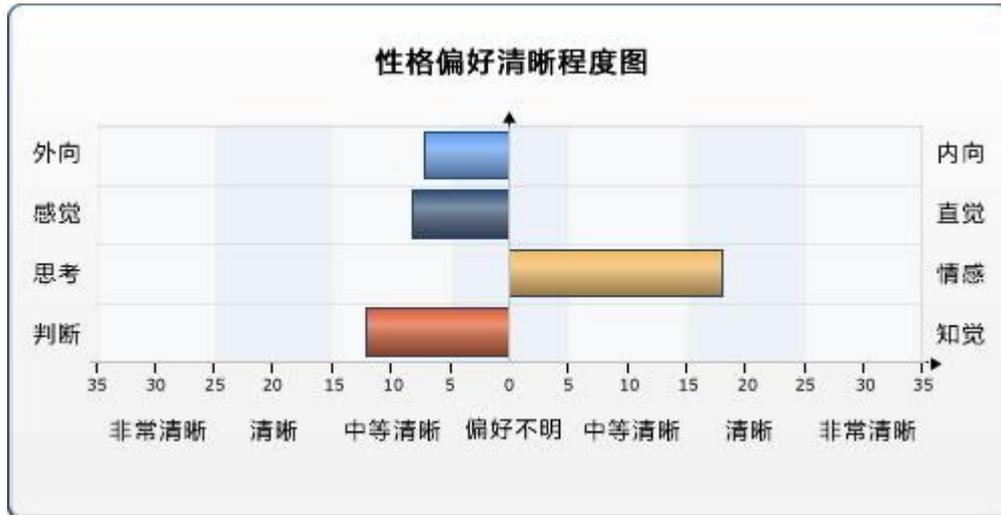
我的优势特点	对应的典型职业
我对卫生保健方面的工作很感兴趣，能直接看到自己的所作所为对别人的帮助。	牙医、宠物医生、护士、健康保健医师、运动生理医师、临床矫正医师
我立志奉献社会，从事社会工作，比如传授知识、为别人排忧解难，是个集体主义者。	小学/幼儿教师、社会工作者、志愿者、法律顾问、野外探险领队、法院工作人员
我的人际交往能力出色，那些可以接触客户，合作广、关系好、重细节是我注重的工作的要素。	公关人员、销售、零售业/餐饮业从业人员、保险代理、人力资源/教育顾问、信贷顾问、口/笔译人员、房地产估价师、客户关系经理
服务业可以发挥我关心照顾别人、关注细节的特点，我也喜欢与人打交道。	客户服务人员、美容/美发顾问、旅游顾问、秘书、房地产代理人、会议筹办者

3, 职业能力及适应性：能够干什么

不同的岗位对人有不同的要求。找到适合的岗位会让我如鱼得水，更好地施展自己的才能。下面是依据我的特点推荐出的适合岗位特质：

- 氛围要友好，能与他人合作，还能够感受到他人的赞赏和支持，最好可以把同事当作朋友
- 我看重的是工作制度要完善，工作内容也得明确和易于理解，评价标准要清晰
- 这份工作得能够运用我的细致和计划性，工作成果能够给人们带来实际的帮助
- 工作需要提供让我组织安排并督促自己和他人工作的条件，我可以确保事情尽可能顺利、有效地进行
- 我需要同事之间能够建立温暖和坦诚的关系，通过有形或无形的方式帮助他人提高
- 适合做常规的项目或工作，并且有一定的控制权，太强的压力和应变要求会让我不适应

4, 个人性格：适合干什么



为了便于你更好地理解，下面是每个维度的简单解释：

一、我们与世界相互作用的方式			
外向	外向的人更关注自己如何影响外部环境，将心理能量和注意力聚集于外部世界和与他人的交往上。外向的人最喜欢的活动是聚会、讨论、聊天。	内向的人更关注外部环境的变化对自己的影响，将心理能量和注意力聚集于内部世界，注重内心体验。内向的人喜欢独立思考，看书，避免成为注意的中心，聆听比表达多。	内向
二、我们获取信息的主要方式			
感觉	感觉的人关注由感觉器官获取的具体信息，重视看到的、听到的、闻到的、尝到的、触摸到的事物。他们关注细节、喜欢描述、喜欢使用和琢磨已知的技能。	直觉的人关注事物的整体和发展趋势，重视灵感、预测和推理。直觉特征的人富于想象和创造，喜欢学习新技能，但容易厌倦，喜欢使用比喻、跳跃性地展现事实。	直觉
三、我们的决策方式			
思考	思考的人重视事物之间的逻辑关系，喜欢通过客观分析做决定。他们理智、客观、公正，认为原则比人情更重要。	情感的人重视自己和他人的感受。他们富有同情心、善良、和睦、善解人意，考虑行为对他人情感的影响，认为人情比原则更重要。	情感
四、我们的做事方式			
判断	判断的人喜欢做计划和决定，愿	知觉的人灵活、适应环境、倾向	知觉

断	意进行管理和控制, 希望生活井然有序。他们重视结果(重点在于完成任务)、按部就班、有条理、尊重时间期限。	于留有余地, 喜欢宽松自由的生活方式。他们重视过程、随信息的变化不断调整目标, 喜欢有多种选择。	
---	--	--	--

5, 职业价值观: 最看重什么

1) 利他主义, 说明: 工作目的和价值, 在于直接为大众的幸福和利益尽一份力. 题号: 2, 30, 36, 46, 汇总得分 16

(2) 美感, 说明: 工作的目的和价值, 在于能不断地追求美的东西, 得到美的享受. 题号: 7, 20, 41, 52, 汇总得分 14

(3) 智力刺激, 说明: 工作的目的和价值, 在于不断进行智力的操作, 动脑思考, 学习以及探索新事物, 解决新问题. 题号: 1, 23, 38, 45, 汇总得分 15

(4) 成就感, 说明: 工作的目的和价值, 在于不断创新, 不断取得成就, 不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事. 题号: 13, 17, 44, 47, 汇总得分 14

(5) 独立性, 说明: 工作的目的和价值, 在于能充分发挥自己的独立性和主动性. 按自己的方式, 步调或想法去做, 不受他人的干扰. 题号: 5, 15, 21, 40, 汇总得分 15

(6) 社会地位, 说明: 工作的目的和价值, 在于所出事的工作在人们心目中有较高的社会地位, 从而使自己得到他人的重视与尊重. 题号: 6, 23, 32, 49, 汇总得分 11

(7) 管理, 说明: 工作的目的和价值, 在于获得对他人或某事物的管理支配权, 能指挥或调遣一定范围内的人或事. 题号: 14, 24, 37, 48, 汇总得分 14

(8) 经济报酬, 说明: 工作的目的和价值, 在于获得优厚的报酬, 使自己有足够的财力去获得自己想要的东西, 使生活过得较为富足. 题号: 3, 22, 39, 50, 汇总得分 14

(9) 社会交际, 说明: 工作的目的和价值, 在于能和各种人交往, 建立比较广泛的社会联系和关系, 甚至能和知名人物结识. 题号: 11, 18, 26, 34, 汇总得分 15

(10) 安全感, 说明: 不管自己能力怎样, 希望在工作中有一个安稳的局面, 不会因为奖金, 加工资, 调动工作或来领导训斥等经常提心吊胆, 心烦意乱, 题号: 9, 16, 19, 42, 汇总得分 11

(11) 舒适, 说明: 希望能将工作做为一种消遣, 休息, 或享受的形式, 追求比较舒适, 轻松, 自由, 优越的工作条件和环境. 题号: 12, 25, 35, 51, 汇总得分 14

(12) 人际关系, 说明: 希望一起工作的大多数同事和领导人品较好, 相处在一起感到愉快, 自然, 认为这就是很有价值的事, 是一种极大的满足. 题号: 8, 27, 33, 43, 汇总得分 15

(13) 变异性, 说明: 希望工作的内容经常变换, 使工作和生活显得丰富多彩, 不单调枯燥. 题号: 4, 10, 29, 31, 汇总得分 12

从得分最高和最低的三项中, 可以大致看出我的价值观的倾向, 在选择职业时就可以加以考虑.

6, 胜任能力: 优劣势是什么

世上没有两片完全相同的树叶。每个人都很独特。不同的性格类型和动力类型并没有“好”与“坏”之分，都有其特别的优势和劣势。古今中外很多人士的成功都建立在对自己优劣势的清楚分析上。下面列出的是你可能存在的一些优势，你可以仔细思考一下，看看自己是否意识到了这些优势

- 1 我愿意投入很大的动力和精力来完成任务、创造成果
- 2 我与别人共事的方法很有效，并且感觉友好和睦
- 3 我善于记住并利用各种事实来处理细节问题，看问题的角度很现实
- 4 我会赞扬别人良好的行为举止，处处培养和帮助他人；
- 5 果断坚决而且稳重可靠，给人留下工作认真勤奋、富有效率的美好印象
- 6 忠于自己所在的组织，用行动来维护集体的价值观念和原则
- 7 组织活动灵活、有效，还不会抛弃该有的职业道德
- 8 我有非常强的责任意识，别人不用担心你的诺言不会兑现
- 9 如果有已经制订好的公事规章和工作程序，我不会跨越雷池
- 10 我善解人意，通情达理
- 11 不论是工作还是休闲，我都愿意为团体尽自己的力量
- 12 有雄心和志向，魄力强，善于影响他人
- 13 敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战

美国管理学家彼得曾提出著名的短板理论：多块木板构成的木桶，其盛水量多少的决定因素不是其最长的板块，而是其最短的板块。若要使此木桶盛水量增加，只有换掉短板或将短板加长才成。这个理论也告诉我们劣势和可能的缺点会妨碍我们发挥我们最大的价值。下面列出了你可能存在的一些不足。让我们来看看你可能存在哪些不足，

- 1 过分在意别人的情感和想法，以至于总是给予别人额外的关心和帮助，有时关心的态度过于强硬，容易侵占别人的空间
- 2 由于乐意取悦或帮助他人，可能会导致忽视自己内心的需求，难以说“不”
- 3 当遇到冲突时，为了保护和睦的人际关系，通常采取回避或是妥协的方式，而非积极的、正面的处理
- 4 相当敏感，做事总是希望得到别人的鼓励和赞赏，担心被忽视，不愿接受批评，从而很容易引发沮丧和郁闷等情绪
- 5 通常很难变通，拒绝尝试新方法，习惯根据经验做出决定，以至于信息不足造成决策的草率，同时过分依赖自己的经验，有时比较武断
- 6 倾向于只关注具体细节和眼前需要，而对事物的整体情况和长远利益重视不够
- 7 难于适应新情况，在不同的工作任务之间来回切换有时会感到困难
- 8 不喜欢在紧张的气氛中工作
- 9 一个人在过长的时间里工作时可能会变得焦躁不安，需要参加社交活动
- 10 有时表现得过于强势，让人难以接受
- 11 有时表现得莽撞，不计后果

以下是与我的选择相对应的改进建议：

- 给他人足够的空间去发展
- 不要试图令所有人都满意
- 就事论事，不要把人和事掺杂在一起
- 不要随便地把批评和不同意见视为对自己的人身攻击
- 需要开放地对待新的观念和事物，注意接纳新的观点，多搜集信息，再三思考后再行动，使决策

更完善

- 需要考虑决策制定的逻辑性以及对全局的影响，注意分析事件之间的关联，更加关注整体
- 经常考虑事情发展的可能性和潜在的变化因素
- 需要学会客观面对和处理冲突
- 学会独处

第二章 职业生涯条件分析

1， 家庭环境分析

我出生于一个四口之家，父亲是一名农民，母亲自由职业，姐姐上学，父母曾明确表明，不管我的职业是什么，他们都会无条件支持我，做我的心灵支柱，虽然家庭能给我的经济支持有限，但是我所看重的精神，只要家庭团结，对于我来说就是最大的支撑。

2， 学校环境分析

吉林财经大学外国语学院^[1]是在吉林财经大学国际经济系英语专业（经贸方向）、日语专业（经贸方向）基础上，于 2002 年 6 月成立的。经过 8 年的发展，至 2010 年，外国语学院以“外语+经贸知识”的鲜明专业特色赢得了社会的广泛认可。朝鲜语（经贸韩语方向）正是顺应社会需求，培养复合型高级外语经贸人才、独具特色的外语专业，它打破了传统朝鲜语专业毕业生只能从事语言文学和生活翻译及导游等工作的局限。

本专业学制四年，采取在国内学习二年，在韩国学习二年的“2+2”模式或是在国内学习 3 年，在韩国学习 1 年的“3+1”模式，以达到最佳学习效果。

本专业从 2005 年开始招生，主要专业课程包括：基础韩语、中级韩语、高级韩语、视听说、口语、韩语语法、经贸韩语、经贸韩语泛读、朝鲜半岛文学、翻译理论与实践、韩语应用文写作、经贸韩语谈判口语、朝鲜半岛概况、韩国概况、韩国经济概论、国际贸易理论与实

对自愿出国留学的学生，可采取在国内学习 3 年，到韩国与我校有校际关系的大学学习 1 年韩语的“3+1”模式，2007 年 9 月第一批赴韩国留学的该专业 2005 级学生即将赴韩国深造

3， 社会环境分析

自从我国加入世贸组织，我国与韩国的经贸关系日益紧密，韩国与我国的贸易额连创新高。文化交往和人员往来日趋频繁，韩国在中国沿海地区建立了众多的独资、合资企业，需要大量懂经贸知识（尤其是财务管理、金融、工商、贸易、财政等方面专业知识）又精通韩语的复合型外语人才。随着我国对韩国的投资额逐年加大，韩国国内对既精通汉语又懂韩语、英语的人才也呈上升趋势。近几年，韩语专业毕业生在人才市场上供不应求，上海等沿海地区已经宣布韩语人才为急需人才。

4， 职业环境分析

（1）行业分析：随着我国和韩国之间投资额的逐年加大，无论在我国还是在韩国对既精通汉语又懂韩语、英语的人才需求呈稳定上升趋势。近几年，朝鲜语专业毕业生在人才市场上极为抢手，上海等沿海地区已经宣布韩语人才为急需人才。朝鲜语（经贸韩语方向）正是顺应社会需求，培养应用型、复合型高级外语经贸人才、独具特色的外语专业，它打破了传统朝鲜语专业毕业生只能从事语言文学、生活翻译及导游等工作的局限，就业前景十分看好。

（2）职业分析：韩语专业说实话挺简单的。但是学习时要有兴趣。就业的话，一般最少也要考三级证；想找一个好点的工作的话，就必须考到 4 级证书。而专科学校毕业时，努力学习的都可以考到三级证书。本科学校的话，就不清楚了，但是差不到哪里去。一般的院校会给学生推荐公司，但是，都不是什么特别好的公司，毕竟学校和公司之间会有利益关系。所以，如果选择这个专业的話，最好家里这方面的亲戚，

可以帮忙最好。如果没有就会稍微有点困难。韩语专业学出来的话，可以当双语导游、韩语老师，也可以做文秘之类的工作，还可以进入韩国企业工作，有机会可以出国。不过都需要相关的证书要考下来。比如说导游要导游证、文秘要秘书证之类的。就是说只学韩语的话是不够的，必须要学习相关的辅助专业。目前前景最好的工作是去韩国当中文教师，不过这个难度系数很高。除了相关的证件要考下来之外，韩语专业的能力也要特别强，并且家里有条件出国。从收入上来看，韩语专业的收入属于中上等。以上的未来工作中，收入最低的可能是在韩企工作，但是据我的学哥学姐所说，他们的月收入都在 2000 以上

(3) 企业分析：韩国在华大型企业：韩国电力公社、韩国 SK 集团、韩国亚洲银行、等很多的。小的就更多了，大部分在辽宁和山东。所以就业渠道还是很宽的。

(4) 地域分析：我家在河南，河南韩企很少，而立河南很近的山东韩企很多，我又不想离家太远，所以山东青岛，威海很合适。

第三章 职业目标定位及其分解组合

1、职业目标的确定

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

①目标职业名称

山东青岛某韩企

②任职资格

我拥有吉林财经大学本科毕业证，未来还会有吉林财经大学会计二学历学证，我将英语四级证书，马上还会有六级证书，还将取得计算机二级证书。

③工作条件

工作条件很好，非常吸引人

④就业和发展前景

不得不说，竞争相当激烈，千军万马过独木桥，又有朝鲜族同胞前饭碗，就业压力相当大，但发展前景还行。

⑤我的优势(strength)及其使用策略

我的优势是我拥有扎实的专业知识，经过大三大四的磨练和实习，我也会有工作经验，而且日常作业也让我拥有相对较多的实践经验，我会利用自身优势，快速进入工作状态，融入工作环境。

⑥我的弱势(weakness)及其弥补策略

我的弱势是并非名牌一流大学毕业，会有一些影响，我会利用课间多多学习其他专业知识，以及非专业知识，极力扩充知识面，弥补这方面不足。

⑦我的机会(opportunity)及其利用策略

现在越来越多韩企在大陆投资，也就是说，未来竞争压力会相对来说小一些。

⑧我面临的威胁(threat)及其排除策略

来自其他名牌院校专业生的竞争，我准备到韩国留学，以较小威胁。

2、职业目标的分解和组合

把职业目标分成 2 个规划期——近期，远期，并对每个规划期及其要实现的目标进行分解。分段规划，每段可设职务目标、经济目标、能力目标。成果目标、健康目标、学习目标、家庭目标等。

职业目标	将来从事韩语笔译口译工作
职业发展策略	举例：攻读研究生向口译方向发展(到山东发展)
职业发展路径	举例：走韩语笔译口译路线，或文秘工作
具体路径	举例：本科毕业——研究生——进韩企

第四章 具体执行计划

具体计划实施。分为短期中期长期和远期计划。

短期计划，本科第四年（2014-2015）经过了大一大二大三对自己各方面能力的培养，我已经具备了较高的专业知识和有经济财务方面的技能。做好出国的打算。

中期计划，在韩国不断提高韩语口语水平，学习韩国先进的经济管理经验，领悟韩国的文化和历史，向身边的韩国朋友不断学习。

长期计划，（2018-2028）这个时间跨度比较大。根据自身条件到山东找一家韩企就业。

远期计划（2028 以后），韩语翻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男性在 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做一名韩语教师，陪父母安渡晚年。

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。

화 이 텅 ! ! ! !