

# 大学生职业生涯规划书

班级 生命 B1111 班  
学号 21110040118  
专业 地理教育专业  
姓名 **黄 科**  
电话 13672266844  
邮箱 huangke20089@qq.com

## 引言

现在我们都这样问过自己：“人生之路应该如何去走？”记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。我有着自己的梦想。

有道是：“凡事预则立，不预则废”千真万确。对自己要做的或是将要做的事没有任何准备就是在为失败做准备！现在我们作为一个大学生，是该为自己的未来规划，在这里中国和其他的国家就不同了，从小中国的父母都是望子成龙，望女成凤，但不然，我不认同，我也许和别人的想法不同，我只要自己过得幸福快乐就可以了。虽然我早已有自己的人生规划，但为了这个职业规划有不得不在这里写，但在国外，那些大学生就不必写，因为他们从小就有自己的梦想，从侧面看来我们中国当代的大学生的在职业规划方面是那么的懵懂，虽然是地教专业，但我开始会从事教育专业，到后来可能会转行。我在学习日语，这是为什么呢，反正以后的事业我应该会以自己的兴趣爱好为基础，

## 第一章 自我认识

1. 个人基本情况：我从江西的最西来到江西的最北，作为一名大一学生，其实适应性挺强的，现在还是活的好好的，另自己在自学日语
2. 职业兴趣：现在学的是地理教育，所以对地理有关的事情都是比较感兴趣的，就我的专业还是希望成为一名地理老师，但对萍乡炒粉店有着渊源。
3. 职业能力及适应性：动手能力独立思考较强，但在勤奋度较弱
4. 个人特质：自信，理性，有远见，适合做有激情的事，或不平凡的事。
5. 职业价值观：有激情，符合自己的兴趣爱好，最重要是兴趣爱好
6. 胜任能力：喜欢DIY，独立思考，有创新，有远见，做自己喜欢做的事不怕困难，一定要做我自己喜欢坐的事。

## 第二章 职业生涯条件分析

1. 家庭环境分析：虽然我生在农村，但我有着优秀的家庭教育环境，我妈妈在教育子女的方法上有着独特的见解，尊重我的意见，在家庭里有明主思想，在这样的环境下，我健康的成长，对我以后的职业生涯有很大的帮助，并且有着民主的思想。
2. 学校环境分析：我所在的学校在九江。九江市境内以庐山、鄱阳湖和长江为主体构架，蕴涵着优美秀丽的自然风光，依山傍水，为人杰地灵之地，为人杰地灵之地这样的名山名湖为九江学院赋予厚的文化气息和办学氛围。学校校训“竞知向学，厚德笃行”。
3. 社会环境分析：2012到了，虽然现在地球上到处地震，中国南海问题恶化，好多地方有战争的苗头，石油的价格又涨了，通货膨胀更厉害了，朝鲜发射卫星失败了，全球的自然重大灾害频频发生，但没事，教育，食，是第一位的，我不必担心，我们应该相信中国。
4. 职业环境分析：1、行业分析：教育事业在国家发展中起至关重要的作用，它的发展状态是积极向上的，可以说是属于永远的“朝阳产业”，我选择教育业作为

自己的终身职业，也是考虑到了它的社会地位和发展前景的。开萍乡炒粉点的话，是以饮食为主题，也永远不会失业，民以食为天。

### 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）和第二部分（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：

内部环境因素	优势因素（S）	弱势因素（W）
	创新 DIY	粗心
外部环境因素	机会因素（O）	威胁因素（T）
	需求量大，民以食为天	地教专业经验少
分析	优势明显	具有很大的挑战性

结论：职业目标——将来从事教育职业，或者餐饮业。

职业发展策略——多积累经验，为以后打下基础，多查阅资料。

职业发展路径——在未来会向教育师范类方向发展，还有餐饮业

#### 2、职业目标的分解与组合

把职业目标分成三个规划期，即：近期规划、中期规划和和远期规划，并对各个规划期及其要实现的目标进行分解

职业生涯规划总表

计划名称	时间跨度	总目标	分目标	计划内容	策略和措施	备注
短期计划（大学计划）	2011 年~2014 年	大学毕业拿到毕业证和教师资格证 发展人脉	大二时英语过四级，计算机国家 2 级 大三积极学习日语，成为入党积极分子 并参加专升本考试	专业知识扎实、培养职业技能、提升职业素质、实践职业计划	大一以适应大学生活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主，大三以实习积累经验为主	大学生职业规划的重点是掌握专业知识和人际关系，提高综合素质
中期计划（毕业后五年计划）	2014 年~2018 年	如毕业后第八年时要成为大型企业的骨干教师	如毕业后第一年就找到一份稳定的教师工作。多多向老师学习。努力成为骨干教师	适应职场、积累人脉、升迁企业骨干	努力工作，以扎实的专业知识和发达的头脑获得教育行业的肯定	大学生职业规划的重点是积累经验，提高人际关系
远期计划（毕业后十年以上计划）	2024~2054 年	如果教师职业不想做了或者混不下去，就像餐饮业进军	毕业后十年要发展工作，深入行业，第二十年要积累财富，环游世界	发展事业，工作、生活关系、保证身体健康	从大体上充分发挥自己的价值	深入教师行业并有自己的成就，或在把萍乡炒粉发扬光大

## 第四章 具体执行计划

### 一、短期目标的具体实施计划

首先在我学的是地理教育专业，课较少，多花时间在绘图上，让自己的水平上个台阶。丰富自己的知识 多看教育方面的知识的，尽快与教育接轨。

### 二、中期目标的具体实施计划

细心学习，虚心请教别人，在工作中扎实基础努力奋斗。

### 三、长期目标的具体实施计划：

努力学习地理教育知识，及时补充地理上的不足，有时间就多看地理方面的书，多去实地观察，丰富自己的阅历。

### 四、人生总目标的具体实施计划

#### 1. 教育培训方法

在大学中利用自己的可利用时间学习关于地理的知识，为自己补充所需的知识和技能。

#### 2. 实践锻炼方法

多参加活动，加强自己的表达能力，多交朋友，发展人脉，为日后打下坚实的基础。

养成良好的作休时间表，使自己处于最佳状态。

## 第五章 评估调整

### 1.评估的内容

①职业目标评估。首选是公立学校，若发展不好我会选择私立的学校，或者去从事地质相关的工作。再或者自己开一家店面，发展壮大萍乡炒粉

②职业路径评估。所选的路不是那么容易，需要有韧性，要有想法有教师气息。但是我会坚持下去，不管发生什么。因为我喜欢。做自己喜欢的事。

③实施策略评估。根据社会形势我会找准自己的位置，并且不断的努力、尝试，直到成功为止。

④其他因素评估。劳逸结合所以我会选择多一点时间来顾家以及身边的知己朋友，适当的选择工作时间，不会让自己太累。

### 2.评估时间

在一般情况下，我定期一年评估规划；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

坚持自己的选择，尊重自己的意愿。但是也不会忽略客观因素，仍会立足现实冷静判断自己该如何做。

## 结束语

我们的计划固然好，但最重要的在于付出实施并取得成效。时时刻刻都不能忘记，任何目标，只说不做到头来只是一场空，我们不应该只会纸上谈兵，我们

要时刻保持一个清醒的头脑去经历阻碍，不经历风雨怎能见彩虹，所以我们应该像向日葵那样：为了一个梦想，永远的向着太阳。