

大学生职业生涯规划书

个人资料

真实姓名：

性别： 年龄： 籍贯：

身份证号码： 所在学校及学院： 班级及专业：

学号：

联系地址：

邮编： 联系电话 E-mail：

目录

总论（引言）

第一章 认识自我

个人基本情况

职业兴趣

职业能力及适应能力

个人特质

职业价值观

自我分析小结

第二章 环境分析

家庭环境分析

学校环境分析

社会环境分析

职业环境分析

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

职业目标的确定

职业目标的分解与组合

第四章 评估调整

评估的内容

评估的时间

规划调整的原则

结束语

正文

总论（引言）

第一章 认识自我

1. 职业兴趣-----喜欢做什么

我的职业兴趣前三项类型是艺术型（A）、企业型（E）、常规型（C），我的具体情况是喜欢系统地整理信息一类的事情，但同时我喜欢商业与管理人才有关的职业，具有语言、美术方面的技能，喜欢

富有情趣的生活。

2. 职业能力-----能够干什么

我的语言表达能力得分较高，算数能力得分较低，具体情况是我能清楚而正确地表达自己的观点和向别人介绍信息的能力（语言文字的理解能力和口头表达能力）。我不能迅速而准确的运算，在算数能力方面有明显的不足。

3. 职业性格-----适合干什么

我的 MBTI 类型是：（ISTJ）内向/感觉/思考/知觉

4. 职业价值观-----最看重什么

我看中的前三项是家庭中心型、支配型、自尊型。我的具体情况是我最倾向于家庭中心型，我喜欢安定而平凡的生活，当然这与我想要实现自我价值是不矛盾的。我喜欢和家人生活在一起，害怕孤独。和家人一起，甘苦与共。

自我分析小结：我是一个渴望安定生活的人，希望能和家人在一起，倾向于内向，思考，安定。同时，我是 90 后，现在正是青春勃发的时候，也渴望通过职业实现自我的人生价值，也有为梦想奋斗的激情。

第二章：环境分析

1. 家庭情况分析

2. 学校环境分析

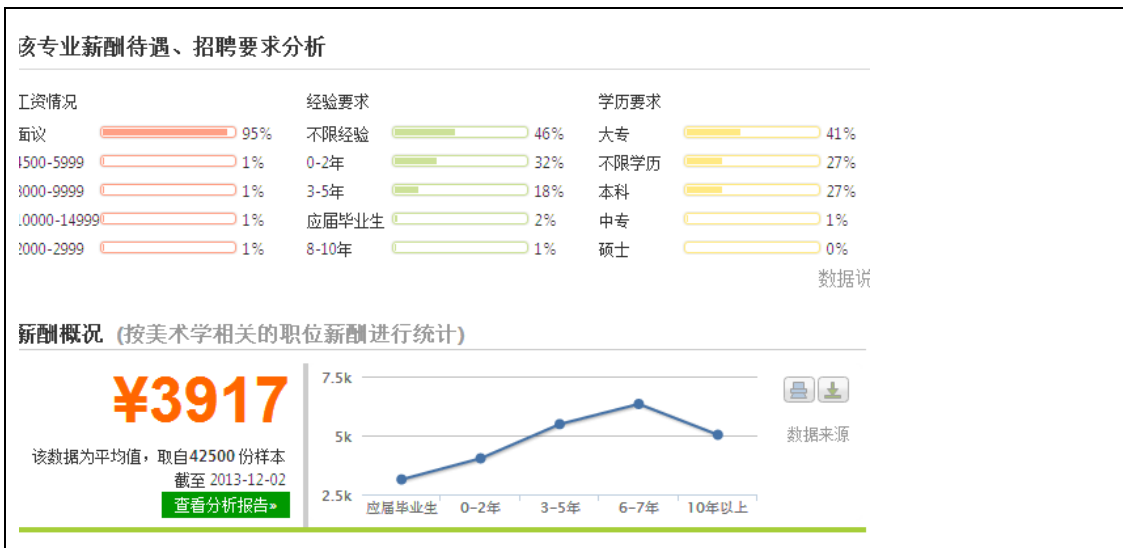
学校的特色：我于 2013 年考入--专业。。

实践经验

附两张本校美院官网截图	
<p>(11月30日)江苏省苏北地区暨江苏师大2013届毕业生供需洽谈会</p> <p>南京市江宁区2014年教师招聘考试集体报名通知</p> <p>百胜餐饮集团2014校园招聘简章</p> <p>幸福蓝海影视文化集团招聘简章</p> <p>(11月30日)江苏省苏北地区暨江苏师大2013届毕业生供需洽谈会</p> <p>徐州市人力资源市场毕业生招聘活动通知</p> <p>11月22日(周五)华宝通讯(南京)有限公司2014届校园招聘</p> <p>高邮市费化学学校招聘启事</p> <p>(11月15日)上海铁路局校园招聘</p> <p>2014年南京四城区教师招聘集体报名通知</p> <p>(11月9日)连云港人才校园专场招聘会信息</p> <p>(11月8日)扬州人才校园专场招聘会信息</p> <p>(11月6日)“求职面试”就业指导讲座信息</p> <p>(11月4日)南京大学费俊峰教授就业指导讲座信息</p>	<p>(12月28日)美的制冷集团徐州分公司校园招聘</p> <p>关于举办江苏省2010届毕业生“苏北农村任教计划”校园宣讲会的通知</p> <p>大学生如何把自己推向市场</p> <p>大学生就业：五方面入手走出就业心理误区</p> <p>美术学院通知：关于评选2009年就业工作先进个人和就业工作促进奖的通知</p> <p>就业指导专家向大学毕业生发信提出四点建议</p> <p>解答面试时尴尬问题</p> <p>大学生求职高峰期 寻求理想职位必备五大要素</p> <p>面对挑剔的面试官 选择与拒绝都是你的选项</p> <p>2009年毕业生起薪普遍调低 主动离职率有所下降</p> <p>关于开通美术学院就业工作QQ群的通知</p> <p>求职面试与笔试</p> <p>就业指导中心就业信息查询室开放通知</p> <p>就业信息的搜索和筛选，如何进行网上应聘</p>

3. 社会环境分析

就业形势



就业前景分析 (按美术学专业相关职位统计)

据统计, 美术学专业就业前景最好的地区是: 上海。薪酬最高的地区是: 舟山

该专业需求地区排行 Top 10

1	上海	11019个职位
2	北京	10152个职位
3	广州	9899个职位
4	深圳	6839个职位
5	武汉	3763个职位
6	杭州	3528个职位
7	朝阳	2883个职位
8	成都	2511个职位
9	厦门	2488个职位
10	南京	1814个职位

该专业相关职位薪酬地区排行 Top 10

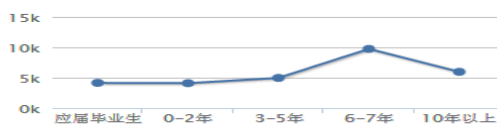
1	舟山	¥6554
2	厦门	¥5378
3	南昌	¥5165
4	北京	¥5014
5	深圳	¥4933
6	成都	¥4881
7	广州	¥4690
8	上海	¥4639
9	温州	¥4224
10	杭州	¥4187
11	汉中	¥4000

美教 平均薪酬 (按美教相关的职位薪酬进行统计)

¥4603

该数据为平均值, 取自 32568 份样本
截至 2013-12-02

[查看分析报告 >](#)



数据说明

招聘需求量地区排行 Top 10

1	福州	2个职位
2	南昌	1个职位
3	合肥	1个职位

招聘薪酬待遇地区排行 Top 10

1	河源	¥9142
2	舟山	¥8999
3	哈尔滨	¥6042
4	扬州	¥5999
5	北京	¥5256
6	太原	¥5209
7	深圳	¥5069
8	六安	¥4999
9	温州	¥4881
10	上海	¥4643

就业政策

申请教师: 江苏省每年一次办理申请教师资格, 时间为每年 12 月上旬。申请教师资格的方式与流程解答: 依次为: 规定时间上网申请登陆个人信息, 现场确认并提交相关材料, 网上查询及打印教育教学能力测试证, 到指定地点参加教育教学能力测试, 网上查询认定结果及领证事宜, 现场领证。主要有思想品德鉴定表原件、学历证书原件和复印件应届毕业生凭江苏省教育厅统一印制的《应届毕业生双向选择就业推荐表》、户籍材料、

身份证原件和复印件、普通话证书原件和复印件、指定医院出具的体检合格证明按规定参加教育厅统一组织的教育学、教育心理学等课程补修考试的申请人员，需提交考试合格证书原件和复印件应认定机构的要求，须提供的其它相关材料。详细内容可见“教师资格认定具体政策”。 外地户籍人员应回户籍所在地申请。①应届师范教育类专业毕业的申请人员可以由就读学校集中直接向认定机构提出申请②应届非师范教育类毕业的申请人员和其余人员均应在网上申请，具体见申请流程。

竞争对手

行业竞争力分析		地区竞争力分析	
1 网络游戏	¥12499	1 河源	¥9142
2 计算机软件	¥10015	2 舟山	¥8999
3 生活服务	¥6999	3 哈尔滨	¥6042
4 专业服务(咨询、人力资源、...)	¥6865	4 扬州	¥5999
5 房地产开发/建筑与工程	¥6557	5 北京	¥5256
6 公关/市场推广/会展	¥5579	6 太原	¥5209
7 金融/投资/证券	¥5252	7 深圳	¥5069
8 通信(设备/运营/增值服务)	¥5056	8 六安	¥4999
9 建筑/建材/工程	¥4999	9 温州	¥4881
10 广告	¥4949	10 上海	¥4643

*本行业竞争力数据仅代表美教情况，并非全国数据。

4. 职业环境分析

(1) 行业分析

根据麦可思研究院(MyCOS Institute)发布的《2011年中国大学生就业报告》，2010届本科毕业人数最多的100位专业中失业率最高的前十个专业，美术学位居第一(15.6%)，2011年本科就业黄牌警告专业位列第一、第二的是分别是艺术设计和美术学。

出现此种窘况的原因是什么，如下几点：

一、供给的几何式增加。

二、高校专业设置雷同，专业特色不明显。各高校的应用美术类专业人才培养缺乏特色。

三、高校的应用美术类专业人才培养质量得不到保障。人才培养质量下降的原因很多。简单说来，一是硬件，二是师资，三是实习实践环节薄弱。

所以说，人才质量的下降源于办学水平的下降。或者说办学水平落后于中国的社会和经济水平。最终，应用美术类学生同其他专业学生一样沦为结构性失业，区别在于比其他专业学生的失业率更高。短期要靠职业教育或者学士后教育，长期要靠高校的变革。而后者明显缺乏动力支撑。

(2) 单位分析

2013年6月9日，《2013年中国大学生就业报告》(即“就业蓝皮书”)正式发布。这是就业蓝皮书的第五年度发布，时逢中国大学毕业生“史上最难就业年”，备受关注。麦可思-2012届本科毕业生社会需求量较大的行业(前10位)

行业①名称	就业比例
中小学教育机构	5.2
储蓄信用中介	3.7
住宅建筑施工业	2.8
其他金融投资业	2.6
发电、输电业	2.5
软件开发业	2.5
汽车制造业	2.3
房地产开发业	1.5
互联网运营与网络搜索引擎业	1.5
通信设备制造业	1.4

由此可见，中小学教育机构，就业形势稍好一些。

(3) 地域分析

我应该会选择回到我的家乡

第三章 职业目标定位及分解组合

1. 职业目标的确定

职业目标——将来从事美术教育

职业发展策略——考入国家教师编制，同时利用业余时间做兼职（开办或参与小型美术教育机构）

职业发展路径——走专家路线

2. 对本人职业定位进行 SWOT 分析

内部环境因素	优势因素 (S)	弱势因素(W)
	(1) 我是一个 勤奋, 乐观	(1) 没有专业 对口的工

	<p>的人,自制力好,适合教师的工作。</p> <p>(2) 毕业后会有学士学位</p> <p>(3) 我的综合素质很好</p>	<p>作经验</p> <p>(2) 对美术教育这个行业没有很深的了解,对这个专业的延伸产业发展不了解</p> <p>(3) 学生,家长的心态不了解</p> <p>(4) 面对学生,可能会紧张</p>
外部环境因素	机会因素(O)	威胁因素 (T)
	<p>(1) 所在高校的美教专业还行</p> <p>(2) 对美术教师编制等专业方向</p>	<p>(1) 美教专业的毕业生太多了</p> <p>(2) 学校招收美术</p>

	有具体的 指导	老师比 其他专 业的要 少
分析	充分利用好身边 的优势	尝试进入美术培 训机构，丰富工 作经验，、可以尝 试丰富一下教育 心理学的知识。

根据 SWOTF 分析结果确定行动计划

3. 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	2013~2017 年	大学毕业时要	大一要达到，	专业学习、职业	大一以大学生	大学生

		达到英语六级，通过普通话考试，拿到教师资格证，考到教师编制，计算机要过2级。	大而要达到英语四级	技能、职业素质提升、职业实践计划等。	活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主	职业规划的重点
中期计划	2017~2022年	毕业后第	毕业后第	职场适应、		大学

<p>(毕业后五年计划)</p>		<p>五年达到和同事相处自如，经济上独立</p>	<p>一年找到一份工作，毕业后第二年能分担家庭经济</p>	<p>三脉积累（人脉、人脉、人脉）、岗位转换及升迁</p>	<p>生职业规划的要点</p>
<p>长期计划（毕业后十年或以上计划）</p>	<p>2022~2052</p>	<p>退休时达到物质生活富足</p>		<p>事业发展，工作、生活关系，健康，心灵成长，子女教育，</p>	<p>方向性规划</p>

				慈 善 等		
--	--	--	--	----------	--	--

第四章 评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须更具实施结果的情况以及变化情况进行及时的评估与改正。

1、 评估的内容

职业目标评估：是否需要重新选择职业？

看具体情况而定，如果收入，职业能力高，不会重新选择职业选。

职业路径评估：是否需要调整发展方向？

看具体情况而定

实施策略评估：是否需要改变行动策略？

其他因素评估：大的国家经济形式，专业发展形式。

2、 评估的时间

在一般情况下，定期（半年或一年）评估计划。当出现特殊情况时，要随时评估并进行相应的调整。

3、 规划调整的原则：因时而动、随机应变。

结束语