

职业生涯规划书

姓名：
学院：
班级：

参赛者资料:

真实姓名:

性别:

年龄:

身份证号码:

所在学院:

班级及专业:

学号:

联系地址:

邮编:

联系电话:

E-MAIL:

引言：

一 自我分析

1. 我是一个喜欢在严密、标准化操作程序的环境，与实际的事物、工程项目打交道的人。我酷爱组织管理类的工作，拍板做决定、传达指示、监督别人。我喜欢在稳定、讲求规范的环境中工作，它要求有明确的前景和清晰的层级制度。因此我想要有的一种或几种职业：科学家、法官、项目经理、行政人员、工厂主管、数据库管理、财务、建筑、银行官员、信息总监、后勤与供应人员、业务运作顾问、医生和律师。

2. 热爱新尝试，面对挑战性新任务或者结果还不确定的时候会奋发进取，争取每一个可能的机会，不畏风雨，不惧怕风险和失败，不抛弃不放弃，意志顽强。所以常常能抓住一些特别的机会。将来在需要面临巨大挑战或开拓新领域的工作，只要是能带来新鲜的刺激的，都能激发出源源不绝的活力和动力。注重将理论用于实践当中，并且关心效率和最终的结果。

3. 能勇于承担自己该做的事情。意志坚定，必要的时候能够快刀斩乱麻，在说服别人或辩论时非常有说服力。自己的目标一旦确定，就会自始至终地关注。不允许自己办事出差错，有强烈的愿望要把工作做好。认为已经确立的安排和程序有可取之处，能按照传统的模式来工作。会敏感地发现不合逻辑、不可行的事，揪出不称职的人。善于组织，在做决定的时候很客观，不会感情用事，且拥有那么强烈的责任心，善解人意，通情达理，有稳定平和的心态，淡泊名利。

4. 在这个复杂的社会中，没有一颗功利心是最不容易的，在这个复杂的社会中，我认为我最需要的就是平常心，我是一个满足型的人，我认为找到适合自己的领域来发挥自身价值比什么都来得重要，凡事我大多喜欢顺其自然，通常不会设置太高的目标来强求自己，总体而言，我注重适应环境而不是改变环境。

5. 我喜欢在严密、标准化操作程序的环境，与实际的事物、工程项目打交道。我你善于搜集、整理、分析信息资料。我酷爱组织管理类的工作，拍板做决定、传达指示、监督别人。专业工作领域对我有极强的吸引力。我的缺点很多，我喜欢把自己的标准强加给别人，对自己和他人人都要求严格，看问题时批判性很强，注意力更多地集中于存在的问题，通常不能对别人的贡献表示赞赏和肯定。遵照逻辑和客观的原则做事，较少考虑自己的行为 and 决定给他人带来的影响，不太留心和尊重自己及他人的情绪和感受。专注于实施自己细致的计划，容易错过外界的很多变化和信 息，甚至难以停下来听一听别人的意见，忽视了许多发展的可能性及事物潜在的关联关系，欠缺一些全局观。对不遵守程序的人或对重要细节不重视的人可能会缺乏耐心。

自我分析小结：所谓人无完人，我并不认为自己的人生观，价值观多么的高尚，每个人都有自己的想法，我也有我自己的计划，我对自己的性格分析也不是完全肯定，但我相信我的人生，我的职业会因我而精彩。

二 职业分析

1. 我出生在一个并不富裕的家庭，但是家人都希望我有出息，我也并没有让他们失望，我如愿的考上了大学，基于这些，我选择了学习经济。

2. XX大学的工商管理专业是省级重点专业，而我学的专业是国际经济与贸易，我想这些都是不错的专业。

3. 随着我国经济与社会的发展，科学技术的进步，今后几年对专门人才的需求将有较大的变化。急需的人才和有前途的职业主要有10大种类。而国际经贸人才就是一类。目前，我国的国际经贸人才在数量上严重不足，在业务上、素质上符合国际贸易人才条件的为数也不多。在21世纪，随着信息社会的发展、地球村的出现、信息高速公路的建成，与国外的贸易往来将进一步增大。因此，大批量地培育国际经贸人才已成为我国人才培育工作所面临的一项重要任务。

4. 在世界经济中，国际性的营销是企业生存的关键因素之一，要求经贸人员不仅具有日常生活所需的听、说、写、译的外语能力，还应懂得国际外贸知识、国际贸易谈判规章和国际经济法律、营销技术、基本的产品专业知识等。与之相关的专业有国际经济与贸易、经济学、财政学、职业生涯规划与管理金融学等。

职业分析小结：国际经济与贸易是一个很有前景的专业。

三 职业定位

内部环境因素	优势因素（S）	弱势因素（W）
	积极性高，有组织能力	不会考虑他人的感受，独裁性强
外部环境因素	机会因素（O）	威胁因素（T）
	专业前景好	需要具备的能力强

结论：我能勇于承担自己该做的事情，自己的或是我所在团体的目标一旦确定，你就会自始至终地关注。我拥有强烈的责任心，所以别人不会担心我会食言，敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战。我总是喜欢把自己的标准强加给别人，而且对问题的批判性很强。

职业目标	将来从事外贸行业的工作
职业发展策略	到沿海城市发展，进入外贸类型的组织
职业发展路径	走管理路线
具体路径	普通业务员—部门主管—部门经理—总经理

四 计划实施

计划实施一览表

计划名称	时间计划	总目标	分目标	计划内容 (参考)	策略和措施 (参考)	备注
短期计划 (大学计划)	2010年~2014年	大学毕业时要取得双学位	在学习上达到班级前十，要入党，英语六级要通过	积极参加社会实践活动，培养职业性趣，提高职业技能	大一以适应为主，培养能力为辅，大二以学好专业为主，大三以锻炼能力为主，大四以社会实践为主	培养能力为主的学习方式
中期计划 (毕业后五年计划)	2014年~2019年	毕业后五年内要读研究生以及两年的工作经验	适应职场，有丰富的的工作经验，	有适当的人脉以及人脉，对于职场要有足够的认知能力	先工作或者先读研，两者可以倒过来，积累经验	做好自己，不随波逐流
长期计划 (毕业后十年以上计划)	2019年~	退休最少当上部门经理	会一直稳定的在一家有发展的外贸企业工作	尽力处理好生活与工作关系，有正常的婚姻关系	争取婚姻与工作两不误，找一个支持自己工作的人结婚生子，在工作上努力更上一层楼	在晚年有保障

详细计划如下：

本人现就读于 XX 大学 XX 学院 XX 系 XX 班，我的大学计划是大二的时候辅修生物制药专业，大三的时候希望能带一批学弟学妹军训，我知道自己不够优秀，但我会努力使自己变得优秀。大四的时候争取拿下双学位，还要去做社会实践，争取自己适应职场。毕业后如果有条件就先读研，具体哪方面还要看今后的学习成绩以及兴趣，研究生毕业后要去职场适应两年，以积累自己的工作经验。培养自己的人脉和知脉。之后再在自己有兴趣的专业和领域去工作和学习。

五. 评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。

1. 评估的内容：

职业目标评估：假如我工作的得心应手，而且上司很赏识我，那么我会一直稳定的工作下去。

职业路径评估：当出现不得不辞职的情况时，我会先请求停职，再进一步确定是否真的辞职。

实施策略评估：如果有让我更感兴趣的职业，那么我会辞职或转行。

其他因素评估：有意外情况发生的，我会优先考虑自己的家人。

2. 评估的时间：

一般情况下，我会半年评估规划；

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：

以实际情况为准。

结束语

生活是会不断改变的，社会也是不断进步的，我不会一味的按照自己所规划的路线走，但也会向着最幸福、最成功的方向努力。