

大学生职业生涯规划书

基本资料

真实姓名：吕鹏

性别：男

年龄：18

籍贯：江苏泰兴

班级与专业：21162P 模具设计与制造

所在学院：机电学院

E-MAIL：878898250@qq.com

QQ 号码：878898250

宿舍地址：6#106B

联系电话：18994095221

身份证号：321283199306191814

联系地址：江苏省泰兴市横垛镇西雁岭村西雁岭五组 11 号

引言

人们常说：“人无远虑，必有近忧。”如何使我们的人生显得更有价值，体现生命的意义。我认为拟定一份职业规划书是我们不可或缺的基础石料。身处信息世界，作为一名机械设计专业的当代大学生，我不由得考虑起自己的未来。对于每一位即将毕业的大学生来说，选择一份理想的和能充分发挥自己聪明才智的职业是至关重要的。所以，对自己今后的职业生涯从总体上做一个合理的规划，就成为必须。在美国次贷危机的影响下，全球经济呈现大幅下滑趋势，在国际市场越来越有影响力的中国也受到了严重的冲击。本来就存在较大的就业压力的中国，就业形势更加严峻。几年之后我们也要走入社会，加入到庞大的就业大军中。为了能够不让自己“一毕业就失业”，从现在起就要做好一切准备工作，为自己做好详细的打算，毕竟俗话说：“机会是留给有准备的人的。”而且，有很多的毕业生之所以一毕业就失业是因为大学几年没有好好的利用，没有很好的掌握专业知识，自身能力不够，无法达到用人单位要求的标准，因此找不到工作。作为刚进入大学半年的大学生，这些不足之处都是我们可以通过制定详细的计划来补救的，因此制定我的职业生涯规划是很有必要的。当然，制定职业生涯规划并不只是有利于我们找到工作，我们可以通过对自己人生的规划，做好对自己的定位，明确自己的理想和信念，这些对于指导我们今后的生活和工作是有重要意义的，可以使我们终生受益。下面，我就从以下几个方面对我自己及自己的职业选择进行分析。

目录

一.自我分析.....	4
二.职业分析.....	5
三.职业定位.....	9
四.调整评估.....	12
五.结束语.....	14

一. 自我分析

1. 职业兴趣

我对一些社会活动比较频繁的工作比较感兴趣，就目前来讲，我学的是模具设计与制造专业，一开始吧，我对这个专业是不怎么感兴趣的！经过今年下半年的一学期学习，我逐渐对这个专业感兴趣，如果没有什么特殊原因的话，我会把模具这个专业作为我的首选职业。

2. 职业能力

我这个人吧，比较爱说话，所以我的交际能力比较突出，社会经验也比较丰富，从高一的时候，我就开始利用暑假时间进行打工了！

3. 个人特质

自我评价:我觉得自己在为人处世和待人接物方面可以说已经做到了独当一面的能力了！

我期望:能给我提供一个让我展示的舞台，放飞我的梦想，让我飞的更高，看的更远！

我坚信:我能靠我自己的努力，实现我自己的梦想！

职业价值观:喜欢在自己感兴趣的领域工作，如果对自己的工作都提不起兴趣的话，我认为薪水再高也是没有意义的！

4. 胜任能力：

我的 优势 能力	我的 弱势 能力
我在人际交往方面有着自己的独特的语言，我深信我能在销售方面独当一面！	缺乏社会实践经验，动手能力不强；不擅于组织和领导！
有理想，有追求，独立自主，对待学习态度端正，对待工作兢兢业业！	在有些方面会固执己见！
在自己人际交往的圈子中，我努力用真诚对待每一个人，我乐于交友，希望能朋友身上学到自己所没有的优点！	自我调节能力比较弱 较易情绪化

二. 职业分析**1、家庭环境**

经济状况：工薪阶级

父母期望：希望自己能早点独立，找个安稳的工作

家庭文化：父母均是高中文化

2、学校环境

专业学习： 模具设计与制造

主干课程：机械设计基础、模具工程材料及热处理、公差与配合、电工电子技术、机械制造工艺学、模具制造工艺学、冲压工艺与冲模设

计、塑料成型工艺与塑料模具设计、机床数控技术、模具 CAD/CAM、模具数控加工实训、机加工实习、模具设计与制造实习等。

专业证书：模具设计师、钢化模具工、车工、钳工、CAD 和 pro/e 设计证书

就业方向： 模具加工方向：①模具加工生产组织；②模具数控编程加工；③模具三维设计；④产品开发三维设计。其他技术类方向：生产管理、物流管理、设备管理、质量管理、项目管理以及产品开发、汽车工业、机械制造工艺师、CNC 工程师等。

3、社会环境：

1. **就业形势：**中国工业发展迅猛，持续快速发展，在全球经济一体化的环境中，扮演着重要的角色，加入 WTO 后，经济发展的势头会更强劲。生活中无一产品不是由模具为基础制造出来的，我国的模具生产力还不够发达国家强，而且我国非常需要模具人才，人才短缺，所以模具专业具有较好的发展前景。

2. **就业压力和解决办法：**在美国次贷危机的影响下，全球经济呈现大幅下滑趋势，在国际市场越来越有影响力的中国也受到了严重的冲击。本来就存在较大的就业压力的中国，就业形势更加严峻。据国家人事部统计资料显示：2009 年全国高校毕业生超过 560 万，近两年沉积的未就业的高校毕业生约有 480 万人，2009 年需就业的大学生高达千万人。这些惊人的数字使我们这些还在大学求学的大学生也感到了不小的压力。我们应该利用课余时间多掌握多方面的知识！

4.职业环境

A 行业分析:

现状: 通过对珠江三角洲模具企业的实地走访和调研发现, 这些企业的模具专业人员在技术人员中所占的比重较大, 平均可达 40%。模具专业的学生在企业主要从事以下几方面的工作: 模具设计、数控编程、跟模工艺员、产品造型设计等工作。调研中发现, 很多企业的人事经理对模具设计人才和 CNC 数控加工人才表现出极大的热情。他们表示会使用 AUTOCAD、PRO/E 等软件绘制模具图纸及加工图纸, 有一定工作经验的模具设计人才; 懂加工工艺, 会使用 MASTERCAM 或 UG 编写刀路, 并有一定的经验的 CNC 数控加工人才, 是目前社会较缺乏、企业最急需的人才。

发展现状: 从 1997 年开始, 随着汽车、装备制造业、家用电器的高速增长, 中国国内模具市场的需求开始显著增长。到 2009 年, 中国模具企业销售额已突破 1000 亿元, 国产冲压模具、压铸模具等约占总量的 80%。许多国外的企业也进入中国市场来分享这块市场, 而且他们的市场力度非常迅猛, 速度也非常快, 这也得益于中国经济的高速发展, 包括遭受经融危机虽然受到了一定影响, 但相对影响较小, 仍然保持在 15% 以上的速度增长, 已经进入中国的少量外资模具企业开始生产各种高精大多功能模具, 但目前仍供不应求。目前中国模具市场潜在十分巨大, 质量好的冲压模具在汽车整车、IT 电子、建材五金等行业供不应求; 压铸模具在汽车零部件、装备制造业等行业需求激增; 注塑模具在家用电器等行业发展潜力也很大; 另外, 特种模具也有较大的发展前景。

B 企业分析

就业方向：1、数控设备操作工：使用数控机床（普通数控机床、加工中心、电火花和线切割设备等）加工各类模具零件；使用塑料注射机、挤塑机等塑料加工机床加工各类塑料制品。

2、模具设计工艺员：从事模具加工工艺和工艺装备的设计，现场设备和技术改造等工作。

3、CAD/CAM 应用技术员：从事 CAD/CAM 模具造型设计及数控加工自动编程，实现模具等复杂零件的工艺规划和加工。

4、检测维修员：从事产品、设备及生产线的检测与维修等工作。

5、管理人员：工段长层次的现场生产管理人员和技术干部，从事模具加工生产组织工作。

6、营销人员：从事模具产品及装备的销售、报价和售后技术支持服务等工作。

C 员工素质：思想品德素质，职业道德素质，文化体育素质，外语应用能力，计算机应用能力！

D 提高员工素质：不断创新，在实践中进步是最好提高员工素质的途径！

E 地域分析：

1. 地域发展情景

近年来，模具行业迅猛发展，其地域分布特色也日渐成形。从地区分布来看，以珠三角、长三角以及安徽等地发展较快。

2. 行业发展情景

当前，我国制造业的快速发展，特别是受汽车制造业发展的拉动，国内模具市场不断扩大；跨国集团到我国进行模具国际采购不断增加，而且国际上将模具制造逐渐向我国转移的趋势十分明显。由此展望未来，中国模具工业将会有有一个持续快速发展的机遇期。我们要很好地把握住这个机遇期，使我国模具工业有一个很大的提高。面对这种形势，中国模具行业当前的任务是：推进改革，调整结构，开拓市场，苦练内功，提升水平，上新台阶。企业不但要做大，更要做强，产品生产要更专、更精，企业管理要更加有效率。数字化、信息化是装备制造业现代化的必由之路，也是现代模具制造业实现升级、提高的重要途径。模具企业在自身发展的过程中已经逐渐体会到企业实现数字化、信息化制造的必要性、重要性和紧迫性。现在，在模具行业中正在形成新一轮的企业信息化、数字化改造的热潮。

三. 职业定位

1. 职业目标：

计划实施一览表：

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
		拿满学分	英语四级	在明年 争取一	高调做事	无

短期计划 (大学计划)	2011~2014	顺利毕业	在学生会当 个干部	次性拿 到四级	低调做人	
中期计划 (毕业后 五年计 划)	2014~2019	自主创业	从事模具设 计师的工作, 争取在两年 后晋升	在公司 把人际 关系打 好	踏实干,做 一个勤奋 的人	无
长期计划 (毕业后 十年计 划)	2019~2020	业务拓展	创业成功后, 慢慢扩大业 务	时刻做 好再次 创业的 准备	做好公司 的中层	无

综合第一部分(自我分析)及第二部分(职业分析)的主要内容得出本人职业定位的:

内部环境因素	优势因素 (S)	弱势因素 (W)
	1、 有模具理论基础; 2、 可塑性强; 3、 年龄适中; 4、 动手能力强; 5、 喜爱本专业	1 有时忽略别人感受。 2 自信心太强 3 没有工作经验
外部环境因素	机会因素 (O)	威胁因素 (T)

	<p>模具是机械、汽车、电子、通讯、家电等工业产品的基础工艺装备，属于高科技产品，平常生活中涉及模具的东西随处可见。</p>	<p>苏北地区模具行业相对落后； 沿海模具设计与制造专业的学校较多，竞争者多； 学生与有丰富工作经验的从业人员之间的竞争。不能发挥理论优势，则有可能被同化</p>
--	--	---

2. 发展策略

循序渐进，一步步来

3. 发展路径

在校期间尽量赚足了经验，就比如说在学生会当一个主席或者部长，毕业后在社会中汲取创业知识，尽早成功创业

4. 具体路径

总体计划

- 1、 计划采取积极主动的方法学习，大学中学会自觉学习，在学习
中要积极思考，遇到问题时要学会自己解决；
- 2、 计划除了学习中文的专业知识外，还会学习教育学和逻辑学这
两门课程，因为对于一个合格的教师来说，一定要掌握一定的教
学技能具备缜密的逻辑思维；
- 3、 计划大学中要通过普通话考试和英语四六级考试，计算机基础
等级考试；
- 4、 对于日后毕业向教师方向发展的我，要有一定的组织能力，表
达能力，通过参加学生三会或其他社团的工作来提升自己各方面
的不足；

- 5、 结合本专业，积极参加相关的社会实践，进行一定的岗位练习，在实践中积累经验，发现自己的不足。
- 6、 鉴于本专业涉及的知识面较广，要大量阅读书籍，提高个人的知识水平。

阶段性计划

大一时，了解本专业以后的就业方向，在社会实践中客观认识自我，努力改正自己的不足；大二时，围绕本专业需求，阅读大量书籍，打好专业知识的基础，争取通过普通话水平考试和英语四级考试；大三时，进行实践，完成毕业论文，注重求职技巧、职业技能的培养，充分了解社会及用人单位的需求，为求职就业作好充分准备。

四. 评估调整

俗话说：“计划赶不上变化。” 世界上没有一件事情是一成不变的，事物总处于不断地发展变化中，我们的想法也在不断改变着。这就要求我们定时对目标进行评估，评价以前制定的目标在当时是否还合理、可行，是否还符合自己的要求，自觉地总结经验，不断地修正自我的认知和最终的职业目标。

一 评估

我的职业生涯成功评价体系

评价方式	评价者	评价内容	评价标准
自我评价	本人	1. 自己的才能是否充分施展； 2. 对自己在企业的发展、社会进	根据个人 的价值

		<p>步中所做的贡献是否满意；</p> <p>3. 对自己的职称、职务、工资待遇等方面的变化是否满意；</p> <p>4. 对处理职业生涯发展与其他人生活的关系的结果是否满意。</p>	<p>观念及个人的知识、水平、能力</p>
家庭评价	<p>父母、配偶、子女等家庭成员</p>	<p>1. 是否能够理解和肯定</p> <p>2. 是否能够给予支持和帮助</p> <p>根据家庭文化</p>	<p>家庭成员素质</p>
企业评价	<p>上级、平级、下级</p>	<p>1. 是否有下级、平级同事的赞赏</p> <p>2. 是否有上级的肯定和表彰</p> <p>3. 是否有职称、职务的晋升或相同职务责权利范围的扩大</p> <p>4. 是否有工资待遇的提高 根据企业文化及其总体经营结果</p>	<p>根据企业文化及其总体经营成果</p>
社会评价	<p>社会舆论</p>	<p>1. 是否有社会舆论的支持和</p>	<p>根据社会</p>

价	社 会组织	好评 2. 是否有社会组织的承认和 奖励 根据社会文明程度、 社会历史进程	文明程 度及其 社会历 时进程
---	----------	--	--------------------------

二 调整方案

1 如果我没法进入最优秀的模具企业工作，那么我将一直在 A 模具厂工作、学习。

2 在我 60 岁以后，如果企业需要我，我将继续为 A 模具厂服务。

3 如果在工作中出现事故，导致无法从事模具行业，我将选择做投资。

4 大学期间如果不能通过英语四级，我将放弃。

五. 结束语

通过规划，我对自己有了更为准确的认识和定位，我将会根据自己今后的实际情况不断的调整自我，向着自己的目标努力。我始终认为没有最好，只有更好，我相信自己的实力和能力，虽然我的实力还不怎么强，但我毕竟还年轻，还有机会去学习，虽然我的能力目前还很有限，但我还有更大的潜力可挖，我相信我的将来会很好，当然，这必须通过我不懈的努力才能实现。今后我将会面对更多的压力各挑战，但对于这一切，我无所畏惧。即使在失落的日子，我也不会沮丧和消沉，因为沮丧和消沉只会空耗我宝贵的青春和生命。所以我会沿着自己的规划之路奋勇拼搏，努力前进，用自己的作为向社会证明

自己，为将来美好的生活绘一幅好美的蓝图。

人没有点滴量的积累，难成大功业；没有勤勤恳恳的刻苦钻研，难有震撼人心的成功喜悦。我们不能等花已凋谢才来珍惜，也不能等机会远去才来痛心，更不能等已经失败才来懊悔。所以提前为自己的将来做好规划，给自己一个明确的定位，为职业生涯做一个系统而全面的梳理，把命运牢牢地控制在自己手中将是我们人生中一个无悔的创举！