

# 职业生涯规划书

作者：祝慈慧

所在学院：泉州经贸学院

系别：信息系

班级及专业：应电 131

日期：2014.11.24

# 一、前言

对我们大学生来说，我们的奋斗目标就是未来的职业之路，然而大学生活是职业生涯发展的关键时期。在人生的路途中，我们时时刻刻都要面临职业和工作的选择。那么，作为一名尚未走进职场的大学生，怎么才能未雨绸缪的进行规划就业呢？

职业生涯规划，就是让人找到海上航行的灯塔和彼岸，策划安全到港的路线，和加强自己船只的坚固性来抗击海上的狂风骤雨。如今我选择参加大学生职业生涯规划大赛，我希望能为我的人生写出一篇精彩的规划。

# 目录

下面根据我的实际情况，我把自己的职业生涯规划分为六个阶段：

**一、准确评估，认识自我**

**二、分析环境，慎重选择**

**三、SWOT 分析**

**四、目标的定位与制定**

**五、目标的实现**

**六、反馈与修正**

每个阶段有着不同的目标、任务，通过对每个不同阶段的规划，使自己更加认识到自己的优势和劣势；通过努力工作学习，能力不断提高，不断评估每个阶段的执行情况；通过对自身和环境新的认识，在提升自我的同时不断改进自己的，使职业生涯规划更加合理化、更加能促进社会、市场以及自己的发展。

## 一、准确评估，认识自我

### 1. 自我介绍，自我评估

{1} 我叫祝慈慧，男，汉族，20岁，我来自福建福州，现就读于泉州经贸职业技术学院信息系应电131班。

{2} 业余爱好：阅读、欣赏音乐、散步、游泳、看电影

{3} 自己优势盘点：在班级有较好的群众基础，父母、亲人、班主任、任课老师关爱。做事仔细认真、踏实，友善待人，有耐心，有恒心，能够细致全面的考虑问题。

{4} 自己缺点盘点：有时比较固执，会有些倦怠、懒散。

{5} 过渡了大一阶段，看待事物逐渐走向成熟，懂得了少说话，多做事，少了大一的飞扬跋扈，多了一份内敛和稳重，在脾气和心性方面成长了很多。想法趋向于做好每一件事，稳中提升，如果做不好一件事物的本身，谈何提高，能够考虑到细节，减少差错。有强烈的好奇心和好胜心，喜欢新鲜事物，关注事物的意义和发展的可能性。积极进取，本学期成功竞选系学生会副主席，生活中的挑战只会是更多不会减少，但是在忙碌的生活中我不断地学习、不断地懂得人与人之间的交流和协助。

### 2. 他人评估

来自班级生活委员兼室友汪志雄：祝慈慧同学工作勤奋，认真负责，平易近人，热心，是一个很有上进心的人，开朗和气，也是一个很好相处的室友。

来自母亲评价：祝慈慧，这些年成熟了许多，能关心家人，明智进取，乐观，好友，不再是让我整天操心的小孩了。

## 二、分析环境，慎重选择

### 1. 家庭背景

我出生在一个普通的家庭，同辈还有一个姐姐，父母无单位，职业以个体经营。父母很重视子女的教育，对我和姐姐的学业期望很大，姐姐现已大学本科毕业就职。家中亲戚有几位是教师，所以从小学习教育对我影响深远，让我有无限的激情去完成自己的学业与梦想。

### 2. 学校环境

我就读与泉州经贸职业技术学院，虽然我只是一名专科生，也许在对待事物

上大部分人认为我不如本科生，但是我非常的相信自己的能力，也相信自己学校所培养出来的一定是人才。学校位于历史文化名城——泉州，学习环境优异，教学教育设施齐全，师资力量雄厚，教师队伍拥有高水平的教学，学院里学习氛围浓厚，学校的环境条件让我冲击梦想有了一个坚实的平台。

### 3. 社会环境分析

我所就读的专业应用电子培养德、智、体、美、劳全面发展，掌握常用电子设备和家具电器的使用、维护、维修技术，具有应用电子技术、计算机工程技术实践能力，从事电子行业或相关行业的第一线生产技术人才和管理人才。

我的专业定义不在于广而是在于精，需要强大的专业知识使自己成为一名技术人才，但是觉得专业不是障碍，现在自己还有许多选择。根据市场的需求和报名人数，我会选择的就业方向是电子技术人员和人力资源管理。现代社会是一个理工科的社会。因为现代社会科学是一切价值的最终价值，只有第一时间转换成生产力的工作和技能才能被社会给认同。未来的发展重点是电子信息产品制造业、软件产业和集成电路等产业；新兴通信业务如数据通信、多媒体、互联网、电话信息服务、手机短信等业务也将迅速扩展。目前，信息技术支持人才需求中排除技术故障、设备和顾客服务、硬件和软件安装以及配置更新和系统操作、监视与维修等四类人才最为短缺。

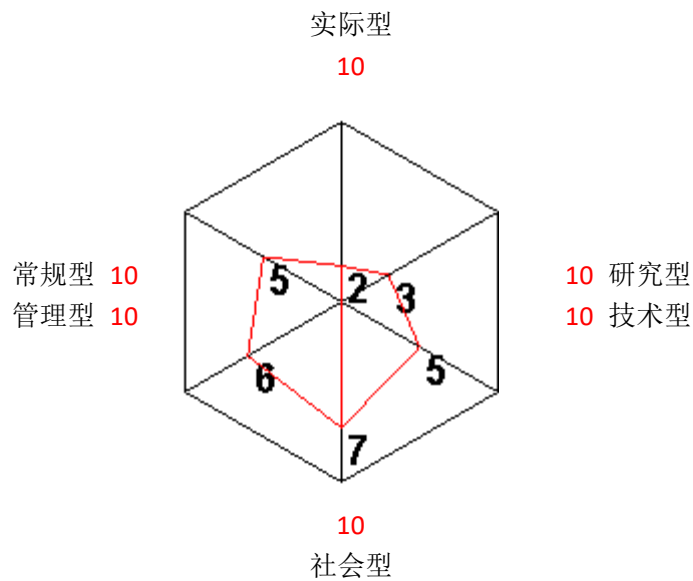
### 4. 霍兰德职业兴趣测试及总结

## 职业兴趣

我的职业兴趣类型顺序为：

类型名称	得分	类型解释
社会型	7分	为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳
管理型	6分	乐观主动，好发表意见，有管理才能
常规型	5分	忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序
技术型	5分	思维活跃，创造力丰富
研究型	3分	思维慎密，擅长于分析，倾向于创新
实际型	2分	做事塌实，为人安分

我的职业兴趣类型结构为：



### 三、SWOT 分析

#### 1. 优势

- \* 在机会面前能够表现自己
- \* 生活态度比较积极，善于发现事物和环境积极的一面
- \* 有较强的语言表达能力，有耐心和人沟通交流，具有亲和力
- \* 具有分析能力，能够快速适应新的环境
- \* 有责任心、爱心，并且喜欢做相关的工作
- \* 心思细腻，考虑问题比较细致
- \* 逻辑性和条理性较好，有一定的书面表达能力

#### 2. 劣势

- \* 别人对自己没有认同感会很失落，情绪就会变得低落
- \* 对环境资源的利用不够主动，也就是与环境的交互能力不够
- \* 口头表达有时过于细节化，不够简洁
- \* 财商方面不是很高，对企业的运作模式不了解，也不够了解社会，有点天真，缺乏社会实践和工作经验
- \* 做事不过果断，做事有时拖拉，不够雷厉风行

#### 3. 机会



其实现现在的就业，专业限制不是很强，专业之间具有相关性。所以，不论学习哪一个专业，我相信都能实现最终的理想。未来的发展重点是电子信息产品制造业、软件产业和集成电路等产业；新兴通信业务如数据通信、多媒体、互联网、电话信息服务、手机短信等业务也将迅速扩展。目前，信息技术支持人才需求中排除技术故障、设备和顾客服务、硬件和软件安装以及配置更新和系统操作、监视与维修等四类人才最为短缺。此外，电子商务和互动媒体、数据库开发和软件工程方面的需求量也非常大。

#### 4. 威胁

- \* 就业市场上，社会供给量很大，所以低层人员的薪资水平很低。此外工作压力大，需要不断的学习和提升自己的能力，能力更新升级快
- \* 国际化的环境同时也意味着国际范围的竞争和挑战，对个人素质要求也就更高了，对于英语来说，就不能只满足与听、写，表达能力也至关重要
- \* 优秀的人很多，而机会不一定是均等的，这时就不单单是知识的比拼，更是对个人发现机会、展示自己并把握机会能力的考验

### 四、目标的定位与制定

电子技术员是能够排除技术故障、设备和顾客服务、硬件和软件安装以及配置更新和系统操作的人，主要从事产品开发设计，产品技术解析，产品维护等工作。

1. 职业定位：电子技术员

2. 职业发展路线：到电子公司的工程部实习-->边工作边学习-->韩资或者外资企业的电子工程师助理-->电子工程师

虽然是学应用电子的，但是电子和电路是紧密相连的，所以要学好应用电子也要努力做一名电路技工，要从以下一步步认真做起：

- (1) 毕业前充分学好电路知识和单片机应用技术、高频电子技术
- (2) 毕业后3年内从事并熟悉这个行业
- (3) 毕业后10年内成为一名优秀的电子工程师

### 五、目标的实现

大一：

在过去的大一这一年里，由于刚开始对自己专业的学习，所涉及的专业知识

也不多，所以在这一阶段我有较多时间去接触一些专业学习以外的东西。在这段时间我熟悉了泉州这个城市，熟悉了学校环境，加入了学校的我们系文体部，并成功竞选了文体部的副部，让自己在策划和细心这方面有了很大的提升，也培养了自己的管理协调能力。在通过一年的班长任职中，也体会了班干部的酸甜苦辣，懂得了带好一个班级的根本。在恍惚如梦般的大一生活中认识不少的同学、朋友，在一定程度上有助于增强自己的交往能力。

### **大二：**

大二学期的初始，由于自己积极的进取心去尝试竞选系学生会主席团，通过同学们的支持成功竞选。职位的提升说明责任也更加重大，接下来自己所管理不再是一个部门而是学生会，也更考验的管理能力和策应能力，相信我的个人素质能够稳中提升。这一阶段的学习也进入新的强度，大二的课程已经全部为专业课，将为我的职业之路打下坚实的基础，我也将更多重心转移到学习。同时积极参与学校举办的各个活动，来磨练自己各方面的能力，充实自己，扩大知识面。

### **大三：**

大三将是忙碌而又安闲的一年，安闲在于虽然课程将会有所减少，学生会的工作也将卸任，但是即将面临毕业，不但要准备毕业论文，还将奔波于各个招聘会，毕业后将面临新的挑战——参与工作，这期间最重要的是应系统的巩固自己专业知识，多浏览专业杂志，做好毕业论文。大三期间找到一些实习机会岗位，认真实习，给企业留下良好的印象，和企业建立良好的关系。争取能够找到有效实习岗位并且能够得到公司赏识，留下来，这样我的就业计划就完成了。

总之，大学三年一定要在各方面不断的完善自己，克服自己的性格弱点，提高自己的个人素质和专业技能，通过社会实践专业的学习提高自己的竞争力。

### **成功就业后：**

在这阶段目标完成之后，我要努力让自己成功就业了。成功就业之后，进入事业探索期和事业发展期，预计时间为六年，希望进入任意公司从事电子技术员，积累工作经验，并且要一边工作一边深入学习，再分为接触电子市场阶段，了解电子市场阶段、熟悉电子市场阶段。接下来，还可以细加考虑：在接触电子市场阶段，要采用什么办法，和哪些公司保持联系…

在努力工作的同时，还要争取扩大发展人际关系，和同事老板搞好关系，并且要养成好的生活习惯，抓紧时间参加体育锻炼。



十年后我该进入事业成熟期，奋斗目标——成为电子工程师，争取进入韩资或则外资企业，以成熟职业的姿态去处理遇到的事件。

## 六、反馈与修正

职业生涯的规划是且应当是一个动态的不断调整的过程。因为计划是固定的，但是现实具有一系列不确定的因素，所以需要制定一个评估与调整机制。当不适宜从事专门学术研究的情形出现时，比如家庭因素、经济因素与身体因素等，要根据当时的具体情况来确定调整的方向。在总体方向不变的前提下，我会根据时事的变化作出相应的调整，灵活多变，富有弹性，不会因为压力太大导致遭遇过大的挫折。以上就是我的对于自己未来职业发展趋向的初步思考，我相信它是适合自己的。

## 结束语

以上的职业生涯规划固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。在将来我会不时的拿出自己的职业生涯的规划书看看来激励下自己，力争各个击破，最终实现人生的理想。任何目标，只说不做到到头来都会是一场空。职业生涯的规划对与一个有着远大理想的人来说是人生中一件很重要不平常的事情。我认为，在职业生涯的道路上，最幸运的人莫过于认识到职业规划的重要性而未雨绸缪的人；最成功的人则是那些通过自己的努力，一路披荆斩棘将既定目标——实现的人。

我坚信，实现理想，把计划投入到行动中去。

应电131 祝慈慧

2014年11月