

职业规划书

姓名：

学号：

性别：男

学校：

邮箱：

目录

一 自我认识

1. 性格认识

2. 职业认识

3. 环境认识

二 职业选择

1. 目标设定

2. 分类比较

3. 定向定点定位 (SWOT)

三 实施策略

1. 制定方案

2. 注意事项

四 评估反馈

正文

谁不曾有梦想，谁不曾有希望。有的人让梦想之花绽放在人生舞台，有的人却让希望之火湮没在幼年摇篮。少许人，任由时光流逝，终不能感悟出其中的真谛；少许人，为着自己的目标，奋身一搏数载；更有甚者，浑浑噩噩……未来，掌握在自己手中；花开花又落，春去春又回。踏着时光车轮，我已走到 20 岁的年轮边界。大学 4 年我会如何度过？大学是人生最美好的时光，它的一切就掌握在你手中，成败与否在于你能否规划大学生涯。最重要的在于行动，我要从现在开始计划、开始行动，让大学 4 年时光成为我人生的财富与砝码！

一 自我认识

日本讲谈社经营总合研究所所长伊藤友八郎拥有多年研究职业适性的背景，他指出， $\text{适职} = \text{能力} \times \text{性格}$ ，性格比能力重要。

● 性格特征：

- 社会型：喜欢与人一起工作，执行通知与沟通的工作，善于取悦和协助别人，以及言辞表达。

- 传统型：喜欢处理资料，具有文书或数字能力，能够接受上级指示从事细节工作。

● 工作价值观：

- 物质报酬：每个人都需要基本的收入以维生，但重视物质报酬的人在达到最低标准后，依然愿意继续投入，赚取更高的收入，以获得个人想要的东西。

- 名望：通常是跟随职业、职位而来，因个人从事某种职业而容易获得别人尊敬。

● 职业认识：

我对职业的认识就是维持生计的手段，不准备为职业好坏苦恼，一份稳定的工作即可

● 环境认识

- 社会环境：当今社会，我的看法是每年大量的大学生投入市场，竞争十分激烈，以至于疯狂考公务员，摆地摊，去西部等现象出现。国家不断提出金额巨大的振兴计划，表面数字风光实际上是迎来更严峻的挑战和暴露更多的问题。企业经营出现严重的困难，招聘工作数量大量萎缩。

- 人文环境：当今大学生数量与日俱增，人才可以说比比皆是，但是找到适合工作的寥寥无几，竞争压力大，市场成饱和状

二 职业选择 我毕业后的几种发展方向

●目标设定

- 在专业上对口给排水专业的发展方向

环境保护工作

给水排水工程师

1. 建筑给排水应划分至建筑环境与设备专业，可以不学。
2. 专业课中突出化学和微生物专业的课程。
3. 应将给排水工程和环境保护的界限划分清楚，学环保的肯定做不了工程，水力学，三大力学都搞不清楚，更谈不上和结构，建筑等专业的配合了。
4. 城市给水处理，污水处理及污水回用(目前很迫切的)的设计和施工还是要靠给排水专业的同仁。搞环保和做水利的都有欠缺。

- 应聘外企职员

面对外企集中进入中国市场的境况，外企职员成为大学生毕业一大选择。竞争压力大，待遇相对高于平常岗位。

- 考研

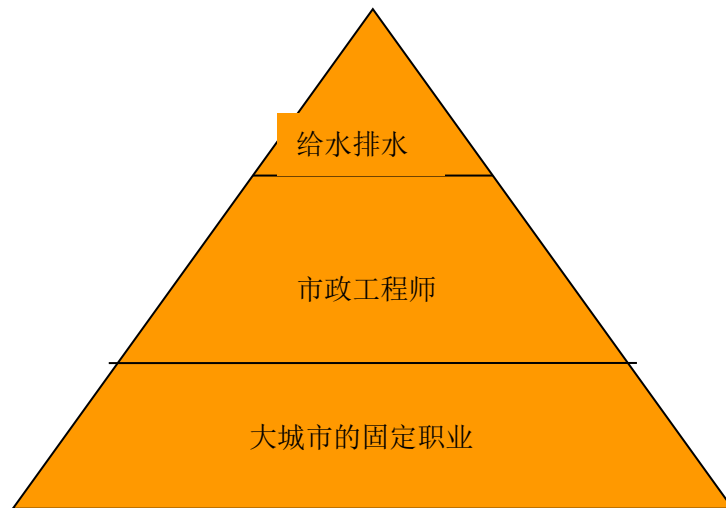
为了回避就业难的情况，考研以缓冲是个方法。但是考研不是容易的事，需要大学期间长期努力。考研后择业范围缩小。

- 创业

毕业后也有人选择自主创业，不受他人控制的工作，是和有创新意识和社交能力的人，往往会有亏损，但是若有专业人士辅助，会有成功的可能

●分类比较

	给水排水工程师	外企职员	考研	创业
物质待遇	3000	5000 以上	负数	跨度大
社会地位	中产阶级	稍高	稍高	略低
发展前景	需求	困难	科研	风险
可行性	80%	5%	50%	10%



最可行的职业方案的微中宏观

定向定点定位（SWOT）

1.竞争优势（strength）

- ①专业对口，上手容易
- ②政府有需求，不易失业
- ③看好职业未来发展

2.竞争劣势（weakness）

- ① 缺乏社会实践和工作经验。
- ② 缺乏自信心，心态未摆正。
- ③ 与人交谈时沟通不利：表达不清楚、解释问题抓不住重点、谈吐条理不清。
- ④ 缺乏社会关系，人际关系较狭小。
- ⑤ 领导和组织能力不够

3.机遇（opportunity）

近年的趋势看来，国家加大对城市的投资，以促进经济，拉动内需，刺激消费。所以本专业

有发展前途，机遇很多，特别是中大城市普遍存在给水排水问题，城市规划和可持续发展成为热门话题。我国给排水专业起步较晚，企业多为垄断性，在市场经济的步伐下。一定会有所改革，经济的繁荣发展和科技水平的不断提高，新企业的不断建立，老企业不断扩大，七分管理。因此，企业等单位增设行政管理人员职位便成为大势所趋，这从量上增加了本专业人才的就业机会。从目前来看，本专业人才需求量正呈上升趋势。

就我国专业人才就业政策而言，由于我国正在向市场经济转型，因此，就业政策也基本上按市场经济规律来加以指导，即：政府不再从微观上加以控制，不进行强制性的具体政策干预，而仅是从宏观上加以指导，为此，国家不再完全统包分配，而实行人才与就业双向选择，以逐步形成社会主义市场经济的劳动力市场。因此，在各行各业都要求具备专门知识的专业化人才的趋势下，各专业的发展及其人才也由市场来决定，因此，对那些专业人才在社会上的需求呈上升趋势的专业而言，就业形势乐观，本专业就是这种类型。

4.威胁（threaten）

每年毕业的大学生会增加我们的就业压力，没有经验优势，知识优势很难立足。

加上国家的竞争体制不完善，很难在竞争中占优势。特别是如果你刚毕业，缺乏工作经验，想要找到一份好工作难上加难。

三 实施策略

作为一名大学生，在缺乏理论知识和社会实践的情况下，我想自己的理想和现实差距甚远。为了能够顺利实现自己的理想，我应该在未来的大学生中，在努力学习好专业知识的前提下，有目的，有针对性地看一些与专业有关的书籍，以便尽快提升自己在本职业方面的觉悟和认识。同时，要做一个德智体美劳全面发展的大学生，不断地提高自己的综合素质。

本专业对物理，化学，生物等理科有较高要求，这就提醒我要抓好大一基础，学好高等数学。国外对本专业的研究较深，所以学好相应的外语是必要的。针对毕业后的问题，我们要利用好大学时光加大以后的筹码

- 大学一年级，要打牢基础。在观念上，变“要我学”为“我要学”，脚踏实地学好基础课程。在大规划下做小计划，坚持每天记 英语 单词 、练习口语，从大一开始就坚定不移地学下去。根据实际情况考虑是否修读双学位或辅修第二专业。大一学习任务相对轻松，可适

当参加社团活动，提高自己的组织能力和交流技巧，为毕业求职 面试 练好兵。

- 大学第二年，拓展职业地平线。应考虑清楚 4 年后是立即就业还是继续深造，了解相关的应有活动，锻炼各种能力，同时检验知识技能。此时可以尝试兼职或参加社会实践活动，最好能在课余时间后长时间从事与未来职业或本专业相关的工作，提高责任感、主动性和受挫能力等。

- 三年级，细分你可能的选择，目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息、确定是否考研等方面。和同学交流求职体会，学习写 简历 、 求职信 ，了解搜集就业信息的渠道，并积极尝试加入校友网络，向已经毕业的校友了解往年的求职情况。希望出国留学的学生可多接触留学顾问，参与留学系列活动，留意相关资讯，准备考 TOEFL、GRE。

- 大学四年级，分化期。找工作的找工作、考研的考研、出国的出国，不能再犹豫不决，大部分学生的目标应锁定在工作申请及成功就业上。只要在大学前 3 年都能认真践行自己的计划，相信此时已经到了收获的季节。

制定目标

近期目标：

- 通过大一一年的社团经历，训练自己的社会能力
- 保证高数成绩优秀，为专业打基础
- 练习英语口语和听力，争取一次通过英语四六级
- 培养自己的自学能力，学会自学

远期目标：

- 大学毕业要拿到 4 个证书（四级 二级 驾照 导游证）
- 大学期间要积累半年的兼职工作或社会实践经验
- 争取考研

评估反馈

- 按照方案，努力之后，看看结果，再来回顾。我的规划道路到底通不通！