

# 职业生涯规划书

## 一、自我评估

通过一学期的人生与规划的课程学习，我对自己有了更深层次的认识和职业分析。

1. 我的性格：我是一个活泼好动的男生，性格多变，平日里喜欢看看 NBA 看看新闻，有时候也会和朋友们去打打篮球，踢踢足球。我是一个十足的 NBA 球迷，最喜欢洛杉矶快船队，我认为克里斯保罗的球技是最出色的，但我的交际能力还不是很强，做事情不够果断，有时候有点不爱交流。

2. 兴趣爱好：摄影，篮球，足球，网球

3. 优缺点：

优点：好奇心强，喜欢新鲜事物。具有良好的礼仪习惯。从小父母教导我要知书达理。性情平和，乐于倾听。孝顺父母，因为我在篮球，足球都是组织者的位置，所以我比较重视团队合作。

缺点：三分钟热度，喜欢按部就班的工作，偏爱稳定的工作环境。做事情不够专心对目标的韧性和坚持性不够，缺乏足够的耐心，有时不能贯彻始终。

## 二、职业探索

(1) 职业兴趣：上“职业规划”课时老师给我们讲了许多例子，在以后的人生中应该做什么，怎么能做好。我不太喜欢研究的工作。比较喜欢有具体计划的工作。喜欢与事物进行打交道，我个人对数字和文字也比较敏感，喜欢古典文学和名著。

(2) 职业价值观：每个人的理想、人生观和世界观是不同的，每个人对各种职业有着不同的主观评价，这种主观评价就会形成个人的职业价值观。研究发现，价值观是影响生涯决策的因素之一，并且价值观与今后的工作满意度水平有关。我的职业价值观是：工作稳定福利好，环境舒适，能从事自己感兴趣的工作。

(3) 我所适合的职业：信号工程、3G 网络工程师、数据处理员。

(4) 我的职业倾向：我所学的专业是通信工程，但是我对图形处理和摄影方面有一定的兴趣，因此可以从事通信行业里的信号图像数据处理的工作或者是工程制图。

(5) 职业分析：通信工程是电子工程的一个重要分支，同时也是其中一个基础学科，该学科关注的是通信过程中的信息传输和信号处理的原理和应用，这需要我们理论结合实践，学好知识，发挥专业的本色。

## 三、环境探索

### 1、学校环境分析

我就读的是河南大学欧亚国际学院，以“明德新民、止于至善”为校训，紧紧围绕教学中心工作，不断加大教学投入，高度重视科研工作，不断完善科研激励机制，努力营造尊重知识，尊重人才，尊重学生的校园环境，有利于我们的

发展。我学习的专业是通信工程，该专业的目标是培养具备通信技术、通信系统和通信网等方面的知识，能在通信领域中从事研究、设计、制造、运营及在国民经济各部门和国防工业中从事开发、应用通信技术与设备的技术人才。

## 2、社会环境分析

现在社会的就业压力大，尤其是我们处于人口大省——河南，对于本科生来说，我们虽然比不过学历更高的人，但我们也要充满自信。随着经济的发展，各方面人才需求越来越大，学历不能代表能力，只要认真努力，我们也能得到更好的发展。

## 3、职业环境分析

通信工程专业跨电子，计算机专业，通信技术应用日趋广泛，我国势更加有利。由于通信技术在我国开展虽然较早，但起步较慢，各种设备与发达国家相比还很不完善，特别是 3g 技术的在我国研发,再一次加大通信技术人员需求量，就业前景比较乐观。

## 四、求职能力分析

(1) 职业能力：职业能力是从事某种职业必须具备的多种能力的综合，是择业的基本参照和就业的基本条件，也是个人立足于社会、获取生活来源、取得社会许可、谋求自我发展的安身立命之本。在一般的职业能力中，我的算术能力、空间判断能力、察觉细节能力、动手能力较高。

(2) 求职的能力：大学的教育使我具备了通信方面的一定的知识，但并不意味得到了一份好的工作。在人才流动频繁的今天，个人求职技能显得更为重要。目前求职理念不足与缺乏对企业流程运作和对应聘公司的 对企业的价值，面试的效果在整个求职的起了关键性的作用。充分的沟通理解，展示自己的才能增强求职理念，增加对应聘单位的了解程度使得面试更有效率。我还需要加强对专业知识的学习和人际交流的锻炼以及做好求职准备。

## 五、确定行动计划

学习计划：在大一这一年认真学习专业知识和专业基础知识，到图书馆或网上了解与职业相关的信息。学习 C 语言等软件的使用。学习一些与图形图像相关的辅助专业知识。

## 六、职业评估整改

职业生涯规划可能会随着外部因素的改变而发生变化，因此要及时进行评估与修正。