

# 大学生职业生涯规划与发展规划书

姓名：某某某

性别：女

所在学校：南昌大学

学院：外国语学院

专业：英语翻译

班级：英语翻译 101 班

学号:51088888

**引言：**未来掌握在自己手中，看清脚下的路，我的未来不是梦！古人云：凡事预则立，不预则废。任何成功人士都有完整系统的人生规划，明确的人生目标。早在初中我就立志成为一名翻译，可高考的失利让我对自己失去了信心，我曾一度认为自己以后只能待在家乡当一名乡村教师。我一直对自己的英语口语没什么信心，直到有一次在学校办的英语角碰到一位外国老师，在我鼓起勇气跟她交谈之后她说，你的英语口语很棒。也许她是刚到中国没几天，没遇到几个会说英语的中国人。但这却像一支强心剂一样激励着我，催发着我的斗志。现在我可以宣布我的目标就是成为一名翻译。下面我从自我分析，职业环境分析，职业定位，具体计划实施和评估调整这五个方面进行概述。

## 一、自我分析

根据人才测评报告以及自评分析方法，我对自己进行了全方位、多角度的分析。

### 1. 职业兴趣——喜欢干什么；

我的人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是**管理型（7分）、社会型（6分）和常规型（5分）**。我的具体情况是：乐观主动，好发表意见，有管理才能，为人热情，擅长于与人沟通表意见，有管理才能，为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序。我从小就是特别喜欢当干部，进入大学也先后在社团及团组织担任职务，时刻要比别人奉献的多是我学到的东西，希望我以后从事的职业也是尽自己最大的努力为别人创造好的生

活条件。

## 2. 职业能力——能够干什么；

我的人才素质测评报告结果显示，信息分析能力得分较高（8分），人文素质得分较低（5分）。在上小学的时候我就喜欢看一些侦探类的小说，很重视逻辑思维能力的培养。

## 3. 个人特质——适合干什么；

我的人才素质测评报告结果显示支配稳健服从型，语言、分析能力不错，思维能力也不错，思路清晰，文字功底和英语口语也还不错。通常善于辞令，尤其适合做推销工作和领导工作。通常精力充沛、热情洋溢、富于冒险精神、自信、支配欲强。喜欢与人争辩，总是力求使别人接受自己的观点。缺乏从事精细工作的耐心，不喜欢那些需要长期智力劳动的工作。通常追求权力、财富、地位。我的具体情况是：我一直是个很随和的孩子，喜欢听父母的话老师的话，但我并不是没有主见的人。

## 4. 职业价值观——最看重什么；

我的人才素质测评报告结果显示前三项是支配取向（7分）、经营取向（6分）和志愿取向（6分）。我的具体情况是：控制欲强，喜欢支配他人；善于决断；工作作风凌厉；做事有担当；独立性强；主动行动；有强烈的成就动机；富有同情心；喜欢帮助他人；不计较个人利害得失。

## 5. 胜任能力——优劣势是什么。

我的优势能力	我的弱势能力
处理事实与复杂系统 重视效果及效率 愿意等待 务实理性 较不考量情绪问题 不多谈私事或个人想法 环境艰难则独断性强 压力缓和则态度开明	不重视交际 被动接收他人的批评建议 必要时主动提供意见 比较情绪化 易受他人或环境影响 考虑问题不够全面 较主观 协作性可能不够 可能比较固执

## 一、自我分析小结

根据我的人才素质测评报告，以及家人老师同学的建议我对自己进行了综合分析。我在性格上乐观好动，独立性强，但不够自信，有时情绪化，在作风上比较保守、被动。在特长上擅长英语口语和演讲；专业知识扎实，勤学好问。智商和情商属中等偏上水平，活动能力强，有一个健康的身心。

## 二、职业分析

参考人才素质测评报告建议以及家人老师同学的意见等途径方法，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

### 1. 家庭环境分析（经济状况、家人期望、家族文化等以及对我的影响）

我出生于一个并不是很富裕的家庭，但是也度过了一个丰富充实的童年。从小妈妈对我的影响最大，哪怕是经济上不那么宽裕的日子也始终保持微笑，她对生活积极的态度感染了我，使我渐渐地也成为一个人面对困难敢于坚强的人。家人对我的期望值很高，又因为我是三个子女中的老大，所以时刻承受着成为榜样的压力，从小就是学习上的佼佼者。

## 2. 学校环境分析（学校特色、专业学习、实践经验等）

南昌大学外国语学院源于 1975 年创办的江西大学外语系，是江西创办最早、外语语种最全的教学和科研基地。培养能在外事、经贸、文化、新闻出版、教育、科研、旅游、大众传媒等行业的机关、企（事）业单位从事翻译、研究、教学、和管理等工作的高级专门人才。学院重视提高科研水平，建有英美文学研究中心、外国语言研究所、翻译研究中心，江西省翻译产业基地依托本学院。近年来，学院教师发表学术论文、出版学术专著、开展科研课题研究的数量大幅增加，承担了国际纵向研究课题、国家社科基金、教育部人文社会科学等研究课题。

学院注重教学与实践相结合，在上海、广东、浙江、海南、江西等省市建立了十余个实习就业基地，学院学生在“CCTV 杯”全国大学生英语演讲大赛、“外研社杯”全国大学生英语辩论赛和日语演讲大赛、全国剑桥商务英语(BEC)大赛、江西省英语风采大赛等竞赛中取得了优异成绩。学院重视学生思想政治和文化素质教育，大力实践以培养学生非智力因素为内容的第三课堂学习教育实践体系和以提高学生中

外文化素养为导向的文化素质套餐制。

### 3. 社会环境分析（就业形势、就业政策、竞争对手等）

**英语专业：**（1）三大就业岗位：**a、英语老师**—老师这一行待遇稳定，保障性高，压力也不大，在以教育为重的今天，越来越多的各类学校、培训班等都需要英语老师。**b、翻译**—英语技能必须扎实，中文功底也必须深厚。这一行待遇也比较高，也要掌握相当的综合知识，很多外企单位都缺此类翻译。**c、进外企**—要有很强的交流与沟通能力，以及应变能力，不仅要与国外客户交流，还要处理好一些内部的工作问题，有时还要做书面英语的工作，这就需要语法的熟练掌握。

**行业现状：**在当今中国的社会环境下，就业形势十分严峻，每年的大学生数量成倍增长，工作岗位却是僧多粥少。然而，现在市场上对于英语人才的需求量还是蛮大的。随着中国加入 WTO 后，与世界各国的交流与交往也日益增多，大量的外商和外企都陆续进入中国市场，那么会英语的人才及工作人员就显得十分重要。因此，把英语学得又精又好就不怕找不到就业岗位。

**就业目的地分析：**相对于北京、上海、深圳等国内的一些大城市来说，英语专业的人才要求还是比较高，而且竞争压力也比很大，没有过硬的文凭，很难有立足之地。所以还是选择一个就业竞争压力不大，又有不错的发展前景的中小城市，才比较适合自己一步步发展。

### 4. 职业环境分析

2008 年北京奥运会和 2010 年上海世博会将为中国翻译业带来

前所未有的机遇。有数据显示，中国现有在岗聘任的翻译专业人员约 6 万人，而翻译从业人员保守估计需 50 万人。来自中国翻译协会的数字则显示，目前全球翻译产业年产值已经超过 130 亿美元，其中亚太地区占 30%，中国市场约为 127 亿元人民币。

### 三、职业定位和实施方案

**起止时间：**2013 年—2021 年

**规划年限：**8 年           **年龄跨度：**20 岁—28 岁

**目标行业：**世界五百强外企翻译等相关工作

**职业定位：**一名外企的翻译或秘书。

该职业的一些所需技能：**A、基本技能（basic skills）：**一个英文翻译员最基本的还是能牢固的掌握和运用自己的专业知识。这些技能包括听力理解能力（listening），只有能够听懂外国人在说些什么才有可能跟他们沟通和交流；表达自己观点的技能（Speaking），一个有思想的人必须具备正确表达自己的能力；写作能力（Writing）；阅读并理解文章的技能（Reading）；**B、提升技能（Skills for promotion）：**各种证书（Certifications），虽然有时候证书只是一中形式，但却起着极大的作用。各种等级证书是必须的，尤其是翻译证书，当然还有专业八级等证书；责任心（Responsibilities），对于每个行业来说都是必须的。一个优秀的翻译员尤其要热爱翻译行业，责任心强，性格稳重细致。合作项目的洽谈、翻译及英文撰写等工作；交流沟通能力（Communication），翻译员被誉为“沟通的桥梁”，所以积极和人进行

沟通，并参与相关活动等都是必须的。良好的人际沟通与组织协调能力；具有较强的公共能力；团队合作精神( **Teamwork**)，人际交往能力强，和自己团队搞好关系；母语( **Mother language**) 中文书写能力强，翻译员最终还是为了帮助中英双方的沟通，所以较好的中文是必须的；礼节，礼貌( **Manners**)，举止要得体，毕竟英文翻译员有时代表的不止是自己有时还代表着一定的团体甚至是一个国家的形象；谦虚( **Be modesty or appreciate other' s perspectives**)，谦虚并能容纳别人观点；态度( **Attitude**)，做事认真负责，为人正直；逻辑( **Logic**)，条理清晰，明白易懂、一目了然，所以要善于交流；创新意识( **Innovation**)；C、个人特长( **Personal advantages**): 特殊的证书( **Special certifications**)，这类证书比如：其他语言类的证书、比赛证书等等；丰富的经验( **Experience**)，尤其是国际版权贸易经验；特殊技能( **Peculiar skills**)，熟悉 Office 等办公软件，熟悉商业信函的写作，具备计算机应用的基础能力；各方面综合能力( **Comprehensive skills**)，有时翻译员不止是翻译的工作，甚至还要做好翻译员、参事员、协调员、管理员和安全员；掌握与自己工作有关的最新消息( **Up to date information about your job**)，了解和熟悉行业知识、专业常识、政策方针、存在问题以及相应的外文术语；幽默感( **Sense of humor**)，在英国人看来,幽默感是必须具备的,他们认为每人都得要有 a sense of humor。‘He has no sense of humor’ 是人们可以常常听到的一句话。

**实施方案：**有可能的情况下，继续深造，出国留学等。与此同时进行各项社会技能训练，尽快适应职场生活，进行知脉、人脉、钱脉三脉

积累，做好应对各种变化的准备，直到事业进入一个发展相对稳定的时期。

## 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（是否需要重新选择职业？）假如本科毕业我没有进入外企，那么我将先做一名教师和兼职的英语导游，待生活稳定后继续向外企奋斗。
- 职业路径评估（是否需要调整发展方向？）当出现自己得理想与现实有太大差异的时候，我会根据自己得真正实力做适合得工作。
- 实施策略评估（是否需要改变行动策略？）如果自己不适合翻译行业，我就选择当一名教师。
- 其它因素评估（身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估）如果中间家庭出现什么变故，不排除我放弃学业找工作的情况。但成为翻译是我最终的追求。

### 2. 评估的时间：

一般情况下，我定期（半年或一年）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：

以自己的最终目标为航向，努力向自己的理想航行。狂风暴雨我不怕，烈日暴晒难不倒我，目标只有一个——幸福的彼岸。

### 结束语

以上就是我对自己以后人生道路的一个规划，也许有很多人会质疑它，认为我想象的太简单。确实，英语是一个漫长的积累过程，不能期待一朝一夕就能取得什么辉煌的成绩。我相信，总有一天我会达到我的目标，拥有属于自己的一片天空和幸福。不管怎样我会向着自己的理想进发的。**BE GOOD, DO RIGHT!**