

环境科学与工程学院

◆ 职业 规划 书

个人简介

- ❖ 姓名:
- ❖ 性别:
- ❖ 民族:
- ❖ 所在学校:扬州大学
- ❖ 院系: 环境科学与工程
- ❖ 专业: 环境工程
- ❖ 学号:141703105

规划书目录

- ❖ 自我分析
- ❖ 环境分析
- ❖ 职业定位
- ❖ 工作计划
- ❖ 评估调整
- ❖ 结束语



一 自我分析

职业兴趣

从职业规划测评得知,我擅长与数字文字打交道,爱好常规的事务性工作,乐于精心整理、安排、规划事务,喜欢一切井井有条,在活动中往往体现顺从、细心、有条理、有耐性的特点。在工作中,倾向于选择表现其写、算技能的工作,对事务的运筹津津乐道,不闲弃繁琐;做事习惯循规蹈矩,乐于照章办事,不愿打破常规,往往回避过于挑战性的工作;乐于与人合作,特别喜欢室内工作,喜欢一切处于良好有序的控制之中。善于将繁琐的事务安排得井井有条,非常喜欢生活规整有序,且处于良好的控制之中。习惯于自我约束,但有时会过于死板,不够活泼;对待生活不过分幻想,比较实际。

从这些测试的结果得出我所适应的工作环境是:传统型事务性工作,一切有秩序,制度明确,责任清晰。

我所乐于从事的具体行业有:

- 1 从事行政事业管理工作,如行政机关领导者,企事业单位中的行政管理人员。
- 2 具体从事事务性工作,如秘书工作,行政领域事务性工作,办事员。
- 3 基层行政管理工作。

职业能力

从测试结果得知,我在分析思考自己职业规划方面存在的问题时,能够较好的使用恰当的分析策略,做出较好的分析与选择。由此可以推出,我具备较强的分析能力,能够对所面临的情况和问题进行比较全面的分析与思考。测试结果中还有这样的评价:在学习风格,性格的自我了解方面对自己比较清楚,在技能,价值观,兴趣的自我了解方面有深入的把握。从中可以得出,我能够比较全面的作到“知己”。

良好的分析能力,能够对事件作出比较全面的评论,当然是在掌握足够证据和事实的前提下

个人特质

测试结果中提到,我是一个反思能力强的人,能够时刻把握自己的现状与问题所在,并且及时与他人沟通来理清自己的思路,从而寻求更好的解决之道;是一个善于发现信息的人,能够获得充分的问题信息,从而做出最佳选择,并且能够对问题及时做出多个备选方

自我分析

- 从测试结果看：我最突出的职业价值观是支持满足。通过对我的细化分析可以看出我

- 工作能够在一个具有规范约束的背景下有序而顺利进行；
- 自己的工作能够获得公司的合理反馈，获得应有的资源；
- 希望工作中能够及时获得上级的支持与肯定；
- 希望在工作过程中，有比较好的培训机会，从而更好地胜任自己的工作；
- 希望工作中有一个合情理的、具有理解力的上司。

我的职业价值观的其他方面分别为：

注重关系：期望工作的内容是能够给予别人帮助，并希望在这样的职位上同事之间关系融洽，大家都有积极的道德观念和社会服务意识。

追求成就：希望获得的工作，是能够看到及时的成果展现，并体验到可能的成就体验。即工作的追求是一种自我实现，而并非外在特质利益的满足。

赞誉赏识：你对职业的追求，是能够使自己获得充分的领导力提升机会，并拥有充分的权威，能够对他人工作提供指导。并且这个职位是富有社会声望的。

工作条件：你非常希望获得有充分保障的工作(包括拥有良好的工作条件)，比如能够在比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够在自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。

崇尚独立：你是一个期望在工作中能够独立工作、独立决策，而且能够表现出自己的创新，发挥自己的责任感、自主性的人。而且你能够以自我监督的形式使自己的工作按照自己的计划顺利进行。

支持满足是我工作的最大动力，其次就是注重关系等。

- 性格探索

测试结果得出的对我性格描述是，我属于照顾者型。其次就是性格偏内向。

- 学习风格

从测试中可以看出，我是个人价值观个非常注重反省，理论与实际的人。



h
u
a
n
j
i
n
g
f
e
n
x
i



二 环境 分析

家庭环境

1 经济情况

家庭收入正常，不能为我提供职业的便利

2 家庭期望

父母希望我能够找到一份相对稳定的工作，工作地离家不要太远

3 家族文化

(1)长期的农村环境的影响，以及家庭经济状况的约束，使家庭同时也是农村中所普遍存在的保守心理，缺乏一定的冒险性。

(2)由于种种原因，家庭中的风险意识，危机意识较强

上述的家庭相对落后的经济状况，家人期望，及家族文化，使本人在很大程度上受到影响，特别是家庭文化对我的影响是最为深刻的，它使我在潜意识中存在着危机意识，试图通过自己的努力改变目前的状况，包括经济状况，社会状况。

(4)家长对子女学习的重视，以及良好的家庭思想教育对我的有益影响很大。使我能够在日常的学习生活以及今后的工作中保持这些良好的品质，如自力更生以及待人待事的品质。



环境分析



学校环境

学校环境不仅指大学的环境，还包括高中，初中甚至小学学校环境。在这里着重对大学环境进行分析

(一)学校的影响力不太高，人们对学校的认识有一定的偏差。

(二)由于学历层次的要求，学校教育注重对学生实践能力的培养

基于上述两个原因，使得我在毕业后回处在相对弱势的环境中。因此，要想在此基础上提高自身价值和能力，能够在大学毕业生中处于相对有利的状态，就应不断的提高自己，提高自己的学历，能力。通过参加与本专业相适应的资格证书考试，计算机等级考试，普通话水平测试等提高自身的综合能力。

只有通过上述努力，逐步淡化学校作为外部因素对我就业时所产生的不利影响

社会环境

(一)就业形势

随着高校扩招政策的出台，近年来，我国的高校毕业生数量大幅度增加，以及高校教育体制的限制，使得对高校大学生的教育呈现了畸形发展的态势。造成高校毕业生的就业难问题日益突出，引起了社会的广泛关注。导致大学生就业难的原因，我认为有以下几个方面。

1.大学生自身能力结构的缺陷

从本人所经历的事情及周围学生的表现，我有时会很情绪化的认为，大学生为什么就业难，最根本的原因就是他们缺乏相应的职业技能，在一定程度上缺乏自主学习的能力。特别是在学历层次相对较低的院校，学生的这种问题则表现的尤为突出。曾经听过一位大学老师这样形容大学生的生活，他说，现在的大学生哪像是在上大学，简直就像进了敬老院！也许这位老师所说的话显得悲观了些，但同时也反映了一个现实：大学生还存在着一定的缺陷，心理的缺陷

环境分析



当我们几乎两手空空，脑袋空空的离开校门，寻找就业的门路时，我们何以得到企业的认可，当我们看到很多招聘启事上提到的工作经验两年时，可能会埋怨公司的条件太苛刻，对应聘人员的要求太高，但转念一想，他们为什么要有工作经验的，一句话，对大学生的能力有怀疑！

2. 高等学校的教育比较泛化，专业构成的混乱

庞大的招生规模，让某些高校显得有些轻浮，同时又显得力不从心，如何让学生养成自主学习的良好品质，如何强化学生对自身所处环境的认识，如何有效的提高大学生的专业水平和综合素质，是高校应当认真研究的。

高校可以设什么专业，应当设什么专业，在一些高校是模糊的，同时又是很清楚的，当然这个清楚是仅从高校自身利益的角度来说的。据了解，目前沿海地区的高级技工非常缺乏，高薪难聘，什么原因，专业设置的畸形，当然，这里的畸形既包括本身设置的畸形，也包括不同层次相同专业设置的畸形。

3 企事业单位招聘要求的提高

企事业单位招聘门槛的提高，是制约大学生就业的一个重要因素导致这种现象出现有两个原因，首先是前面所提到的对大学生能力的怀疑，其次是企事业单位面临如此众多的求职者，包括蜂拥的大学毕业生，有了更多选择的余地，招收素质高，能力强的人员是任何一个企事业单位的共同心愿

环境分析

- 就业政策

为了更好的解决大学生的就业问题,国务院及相关部门相继出台了鼓励大学生创业的优惠政策 ;鼓励大学生积极支持西部大开发,支援西部建设;鼓励大学生到基层就业.

- 竞争对手

对于本科生来说竞争对手则显得尤为众多,最相对直接也最明显的,是研究生.当然,不同学历层次的学生都有自己相对的优势.本科就非常重视学生的实践和理论的结合.但是,对于那些对学历有一定要求的或者说非常重视学历的职位来说,,本科生则处于明显的劣势.对于环境工程专业而言,专科生则会处于不利地位.

其次,就是那些所谓的有工作经验者.

- 职业环境:

- 1.专业分析

- 本专业学生主要学习普通化学、工程力学、测量学、工程制图、微生物学、水力学、电工学、环境监测、环境工程学科的基本理论和基本知识，受到外语、计算机技术及绘图、污染物监测和分析、工程设计、管理及规划方面的基本训练，具有环境科学技术和给水排水工程领域的科学研究、工程设计和管理规划方面的基本能力。

- 毕业生应获得以下几方面的知识和能力： 1. 掌握普通化学、分析化学、物理化学、工程力学、测量学、工程制图、微生物学、水力学、电工学、环境监测与评价、环境工程学科的基本理论、基本知识；

- 2. 掌握水污染控制工程、空气污染控制工程、噪声污染控制工程、固体废物处理处置与资源化工程的基本原理和设计方法；

- 3. 具有污染物监测和分析、环境监测、环境质量评价、环境规划与管理的初步能力；

- 4. 了解环境科学与技术的理论前沿和发展动态；

- 5. 掌握文献检索、资料查询的基本方法，具有初步的科学研究和实际工作能力。

环境分析



2.职业分析

- 环保职业被人们评为21世纪最热门的职业，但是在目前各种毕业生供需见面会上，环境专业人才受到冷遇，这是因为在具体的环境治理行业，往往投入大于产出，盈利微小。除部分环保咨询业务与环保技术服务业每年近亿元人民币的盈利外，其他行业普遍处于亏损状态。因此，与此相关的环境类毕业生的就业形势也是叫好不叫座。
- 小评：
工作好找，待遇不高

环境分析



■ 职业小结:

职业选择的过程是各种因素综合的过程,在选择职业时,不仅要注重自身因素,还要对外部因素有一个比较全面的了解和认识.通过对以上外部因素的分析,使我对选择的执行秘书和行政助理一职有了全面的认识,对外部环境中的有利条件和不利条件也有了较为深刻的认识.

职业定位

■ 内部环境:

优势:具有良好的分析能力和良好的工作态度 和专业技能, 良好的写作能力。

劣势:学历层次比较低,就业竞争压力较大.

■ 外部环境:

机会:苏北地区相对和缓的竞争压力.

威胁:高学历层次的毕业生众多.

■ 结论:

工作目标:成为环境评价师并向行政管理~~人员~~的过渡.

职业定位

工作计划

时间跨度	总目标	分目标	计划内容	策略和措施
14~17	全面提升专业技能,丰富专业知识,提高综合能力.	①普通话测试二级乙等 ②计算机一级考试通过 ③通过高等教育自学考试,取得本科文凭 4 英语四级考试	大一:下学期通过普通话等级测试大二:通过计算机二级测试,英语四级考试,大三学精专业课,毕业,顺利拿到学位证	认真学习,提升自我,各个击破.
17~21	提高职业技能,丰富拓展自己.	①获得环境评价师助理工作. ②参加环境评价师资格证书考试	14年获得一份工作18年~19年参加环境评价师资格考试	边工作边学习,两手抓两手都要硬
21~38	积极工作争取机会建立关系	①争取晋升②参加公务员考试	5年时间达到上述目标	提高工作绩效,得到领导的认可
38~	平静对待生活和工作			

工作计划



在具体实施计划的时候，我将做到：

- (1)充分利用时间,合理计划生活和学习,
- (2)在做好学习和工作的同时,寻找锻炼自己提高自己的机会.赢得一个相对和谐的工作和学习环境.
- (3)必要时在总体目标不变的前提下对规划进行适度的调整,以更好的适应社会环境.
- (4)对于大学期间的规划,我将按照以下原则进行:大一期间,积极参加社团活动,做到较全面的认识和适应大学生活.努力学好专业课程.大二期间,在课余时间参加相应职业资格证书的培训,自学其他专业课程,拓宽自己的知识面,积极参加社会实践,提高应对社会的能力.大三期间学好专业课,大四期间,参加考试并获得相应的资格证书.到有关单位实习,积极参加社会活动.
- (5)在职期间,努力提高职业技能,扩大人际交往范围.为自己创造良好的工作环境.
- (6)勇敢面对学习和工作中遇到的困难和挫折.积极探索解决的方法和途径.

评估调整

一,评估调整是职业生涯中不可或缺的重要环节之一,在工作和学习会遇到许多不同的变量,只有对原来的计划进行合理的调整才能使自身与社会相适应,当然,评估按照时间的顺序的不同可分为:事前评估,事中评估,事后评估.现在所说的评估属于事前评估

(一)职业目标评估:如果正在寻找工作上不太理想,我会适当的对计划进行调整,如考取研究生和公务员等。

(二)职业路径评估:当出现因故失去该工作,我会重新选择其他职业,相信经过几年的工作会积累比较丰富的工作经验可以为其他职业进军,奠定一定的基础,甚至包括人脉.

(三)实施策略评估:因地制宜,因时制宜.

二,评估时间

定期半年或一年进行评估规划,当出现特殊情况时,我会随时评估并且进行相应的调整.

结束语

职业规划是职业生涯的重要阶段,合理,有效的规划无疑为我们今后的职业生涯增加前进的动力和信心,有了奋斗的目标和希望.通过这次职业规划设计,我对自己对环境有了比较系统全面的认识,为我今后的职业生活指明了方向,增添了希望.我相信,通过这次规划的指导,我一定能够成就自己,成就人生!