



大学生职业生涯规划书

学号：0910022 姓名：代纯



引言

步入了大学生活，我们的生活空间自由大了，很可能会因无目标而迷失方向，给自己制定了目标，就像有了启航的方向。而大学生职业规划设计大赛为我们提供了这样的机会，我们也要更好地规划我们的职业生涯！使自己能够有目标地学习，有目标地工作，有目标地生活，使自己每一天都过得那么有意义，那么实在！



自我分析

基于人才测评分析报告以及本人的自我认识、朋友的评价前提之下，进行了客观的自我分析。

自我分析

职业兴趣

职业能力

个人特质

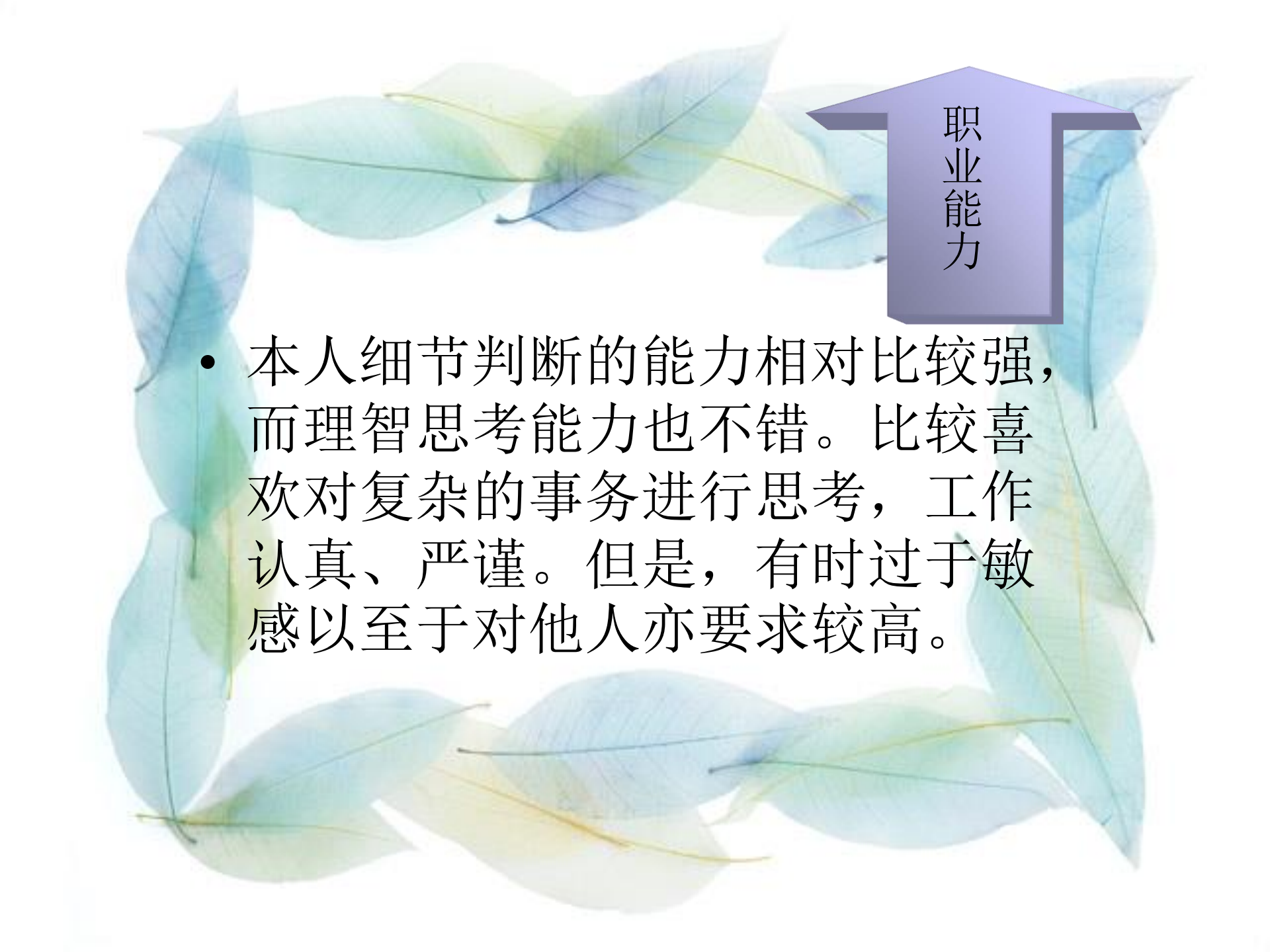
职业价值观

胜任能力



职业兴趣

从测评分析报告中得出：
本人觉得对具体的、细致的、
谨慎的定向任务性质的职业比
较感兴趣，检查员型的工作比
较有兴趣，其他方面的职业兴
趣就一般而已。



职业能力

- 本人细节判断的能力相对较强，而理智思考能力也不错。比较喜欢对复杂的事务进行思考，工作认真、严谨。但是，有时过于敏感以至于对他人亦要求较高。



个人特质

- 观察力强，自觉性较好，吃苦耐劳，善于处理概念和想法。依靠理智的思考来做决定；总是采取客观、合乎逻辑的步骤，不会感情用事。善于聆听，而不是运用理论去解决。

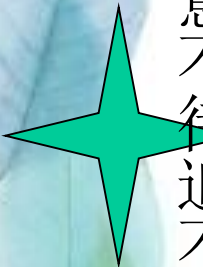


职业价值观


- 在不考虑工资收入的前提下，第一考虑自己喜欢的。要有能从中不断学习知识。同时也会考虑实现自己的目标或理想，最后这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任。



胜任能力



•能力优势：在处理事情的时候追求完美，喜欢在限定的条条框框下工作，善于与人合作，不需要别人的合作也可以独立完成任任务，对待细节的问题一丝不苟，责任意识非常强，追求在短的时间内完成更多的任务，不达目的不罢休，通情达理善解人意，很强的目标和使命感，重视安全和保障。



•能力劣势：不愿尝试接受新的和未经考验的观点和想法，看问题有很强的批判性，有时会将自已的观点和标准强加给别人，忽视他人的情感，不自信。



自我分析小结

- 我认为自己明确职业兴趣，有一定的能力优势，但是也有一定的能力劣势，所以要发挥自己的优势，培养自己不够的能力。平时要多对自己的不足进行强化的训练，譬如，要多与他人沟通，合作完成一件事情。

职业分析

家庭环境分析

学校环境分析

社会环境分析

职业环境分析

分析 规划

家庭环境分析

- 家庭经济能力一般我的父母亲的工作还算稳定，经济收入比较固定。但是家庭文化氛围很好，父亲喜欢看书，母亲口琴吹得很好，妹妹则各方面都很优秀。

学校环境分析

- 教学设施较为齐全，教学水平颇好。所在的英语系是全院很好的，学科历史悠久。专业课的科目开设多样化，教学质量很高，师资力量雄厚。

社会环境分析

- 我国现在毕业大学生渐渐增多，而且需求量渐饱和，社会就业率不高，但总体就业环境还比较好。

职业环境分析

- 在我国英语教学及研究人员需求量较大，就业范围比较广，较容易找工作，希望自己多考些证拓宽视野及就业范围。

职业定位

- 根据自己的职业兴趣和个人能力，我希望能最终成为一名在外国语领域的专家。

计划实施方案

我的梦想

校园计划

长期计划

五年计划

- 1) 在工作之余，不断学习
- 1) 学好各种专业知识，能够熟练地掌握自己的专业，能够积极提高自身素质，不断学习，积累经验，不断提高自己的业务水平。
- 2) 积极参加各种培训，提高专业技能，不断学习，不断提高自己的业务水平。
- 3) 积极参加各种比赛，提高综合素质，不断学习，不断提高自己的业务水平。

评估调整

- 但自己现阶段随制定了自己的职业规划书，受到自己现阶段思想不太趋向成熟的限制，以后在自己的职业的选择，生涯路线，人生目标都可能存在一定的改动，自己在以后的工作学习中要不断的总结经验教训，使自己变的更成熟使自己以后的规划设计更接近实际打下基础。



谢谢

范文

1、兴趣爱好

- ●、喜欢写作，尝试写过不同体裁的文章；
- ●、喜好看各种不同类型的影视作品；
- ●、喜欢阅读书籍，尤其是小说、电视剧本；

2、性格特征

- 、健谈，能很好地跟不同类型的人沟通交流；
- 、沉稳内敛，心思细腻，喜欢观察留意周围的事物；
- 、求知欲强，热衷学习新的知识点；
- 、个性比较独立；

3、技能特点

- ●、擅长口头表达，能将自己的意思完整而准确地表达清楚；
- ●、擅长书面撰写，写过不同类型的文章，尤其擅长小说，包括剧本；
- ●、擅长听取不同意见，综合不同观点；
- ●、想象力较好，会经常有好的灵感突现；
- ●、适应能力强，善于接受新的知识；

4、职业价值观

- 、注重人际关系，希望能通过工作去认识更多的同行朋友、爱好者，拓宽自己的交际能力；
- 、能得到更好的培养和学习；
- 、能锻炼自己的自主能力，充分发挥自己的优势；
- 、期望得到一个有保障的工作，即良好的工作条件；
- 、于我来讲，好的工作是对自己的一种自我提升，对工作的追求是一种自我实现；

5、自我认知小结：

以上的结果多少带有浓重的主观色彩，但应该说都是自我的期望，所以，我要深入地了解并发展自己的能力、发现并培养自己的兴趣、洞察自己的性格、分析自己的职业价值观，并塑造最佳的学习状态。只有这样我才能够得到一个全方位的生涯发展潜力。

二、环境认知

1、家庭环境

- 、父母都是打工者，家庭经济来源较为单一，生活并不充裕，父母希望我能有个稳定的好工作，而我也希望能尽早地参与工作，分担家庭负担；
- 、身下有一个还小的妹妹，比较依赖我，希望能给她做好榜样，并给她更好的学习环境；
- 、有三个表哥跟我的专业比较相近，都是学艺术的，自小在他们的熏陶下长大，所以对美学有自己的独特观点，现在还会经常地跟他们交流，探讨，从他们身上去了解更多更专业的信息。

2、学校环境

A. 专业

- 本专业以培养影视动画设计、影视后期剪辑及其相关行业的专门人才为目标，培养了解影视创作知识，贴近现代社会影视动画行业急速发展的需求，注重在影视、动画艺术与技术上的结合，培养一批与国际接轨的高素质复合型艺术人才。

- B. 老师的影响