

内蒙古大学

《职业生涯规划》课结课作业

凡事预则立，
不预则废。

题目：美好的明天
学院：公共管理学院

二〇一五年六月

引言

年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。人生就是过河卒子，只进不退！

一本书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

生命清单，其实就是人生计划。一个人如果没有规划好自己的人生，且不清晰自己的目标，即使他的学历很高，知识面很广，那么也只能是一个碌碌无为的平庸之人，又或者只能一辈子做别人的跟班，做一个等着时间来把自己生命耗尽的人。生命清单是必需的，它能使人树立一种精神、理想和追求。

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为就业争夺战中的另一重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力上的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？因此，我为自己拟定一份职业生涯规划。有目标才有动力和方向。所谓“知己知彼，百战不殆”，在认清自己的现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估，包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职位面前我会选择什么等问题。所以要想成功就要正确评价自己。

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了职业生涯规划，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。所以，我要策划自己的人生，正确对待自我，成功地发现自我，客观地分析自我，圆满地超越自我。

一、自我分析

职业兴趣	<p>1、很喜欢社会型、常规型、琐碎的事务性工作，对工作安排、筹划很有兴趣。</p> <p>2、对人际活动也很热衷，喜欢在事务活动中与人交往，待人热忱、友好、愿意服务他人、关注别人的感受。</p> <p>3、办事认真细心、做事有条理、有始有终而且遵章守法。期望一切处于有条理的控制之中，甚至于期望在明确的条条框框指导下办事，非常喜欢循序渐进、层层推进地处理问题。</p> <p>4、喜欢在一个有组织、有保障且福利好的机构中，从事账务与档案等服务的工作。</p>
职业能力	<p>1、人际适应能力：能根据他人的表现，来调整自己的行为 and 表现。</p> <p>2、积极倾听：能注意倾听他人说话，充分理解要点，适当提问，不随意打断。</p> <p>3、批判性思考能力：解决问题时，会运用逻辑分析和推理，鉴别不同解决方案、结论或方法的优劣</p> <p>4、解决复杂问题能力：能识别出复杂情况下的问题所在，并查阅相关信息，以制定、评估、实施解决方案。</p> <p>5、口头表达能力：有效地口头传达信息或观点。</p>
个人特质	<p>1、我非常重视与别人的关系，容易觉察出他人的需要，并善于给他人实际关怀，待人友好、有很强的责任心。喜爱自己的全部，对自己爱护有加。</p> <p>2、我热情，有活力，乐于合作，有同情心，机敏圆滑。我希望得到别人的赞同和鼓励，冷淡和不友善会伤害我。我需要和睦的人际关系，对于批评和漠视非常敏感，竞争和冲突会让我感到不愉快，但我总是尽力避免发生这样的事情。</p> <p>3、我很实际、有条理，做事彻底，有一致性，对细节和事实有出色的记忆力，并且希望别人也如此。我总是着眼于目前，在经验和事实之上做出决策，将事情安排妥当。我能很好地适应日常的常规工作和活动，不喜欢做需要掌握抽象观点或客观分析的工作。</p> <p>4、我喜欢组织众人和控制形势，愿意与他人合力按时圆满地完成任任务。喜欢安全和稳定的环境，支持现存制度，注重并很好地遵守社会约定规范。忠于自己的职责，并愿意超出自己的责任范围，做一些对别人有帮助或有益处的事情。在遇到困难和取得成功时，都很积极活跃，希望付出能得到回报或赞赏。</p> <p>5、我崇尚“责任至上”。</p> <p>6、对身边的各种事情，我总是第一个站出来，提出自己的看法，</p>

	并努力推动它的实施。
职业价值观	<p>1、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与同事之间关系融洽,使大家都有积极的道德观念和社会服务意识。</p> <p>2、崇尚独立:我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。而且我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。</p> <p>3、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,而非外在特质利益的满足。</p> <p>4、支持满足:期望在职业中,获得管理层的支持,获得充分的培训机会,能够在单位的规定范畴内获得应有的待遇。</p> <p>5、赞誉赏识: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,能够对他人的工作提供指导,并且这个职位是富有社会声望的。</p> <p>6、工作条件:我非常希望获得有充分保障的工作,比能够在—个比较安全和舒适的环境中工作,能够获得应有的报酬,能够有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。</p>
优势能力	<p>1、通情达理,常常赞扬别人的优点,处处帮助和协助他人,总能找到与别人既有效又友好的合作方式。</p> <p>2、善于记住并利用各种事实来处理细节问题,看问题的角度总是基于现实。</p> <p>3、组织能力很强,组织活动灵活高效。</p> <p>4、果断坚决,稳重可靠,忠于自己所在的集体,用行动来维护集体的价值观念和原则,绝不会抛弃应有的操守。不论是工作、学习还是生活中,你都愿意为团体奉献自己的力量。</p> <p>5、认真、勤奋、高效,你有非常强的责任意识,言出必行。</p> <p>6、信赖传统、稳定的环境,对各种既定的规章和程序,你会严格遵守,依例操作。</p>
	<p>1、乐于助人,但有时过于热情或强势,以至于给予别人额外的关心和帮助,或侵占了别人的空间。</p> <p>2、有时因为过于关注别人的需要而忽视自己内心的需求,难以说“不”。当遇到冲突时,为了维护人际关系的和睦,通常采取回避或是妥协的方式,而非积极的、正面的处理。</p> <p>3、相当敏感,做事总是希望得到别人的鼓励和赞赏,担心被忽视,</p>

弱势能力	<p>不愿接受批评，很容易引发沮丧和郁闷等。</p> <p>4、通常很难变通，拒绝尝试新方法，同时过分依赖自己的经验，有时因为信息不足造成决策的草率，而显得比较武断。</p> <p>5、倾向于只关注具体细节和眼前需要，而对事物的整体情况和长远利益重视不够。</p> <p>6、难于适应新情况，在不同的工作任务之间来回切换有时会感到困难。不喜欢在紧张的气氛下做事，独自工作过长时间可能会焦躁不安。</p>
-------------	---

自我分析小结：根据以上方面的分析总结，我很大程度上重新认识了自己，自己有很多的优点，也有不少不足。好的开头等于成功的一半，正确认识自己，明确自己适合什么样的职业以及对自我的职业生涯做出合理、正确的规划，可以让自己更加快速的走向自己的成功。在以后的生活中，我会不断学习，不断完善，弥补自己的不足，巩固自己的优势，从而让自己能够在未来有更大的发展。

二、外部环境分析

社会环境	<p>1、就业形势：劳动与社会保障就业方向大致分为如下几种：</p> <p>（1）从政：政府机关部门，如到劳动局，社保局作公务员；</p> <p>（2）学术：教科研单位，如到专院校作教师、科研院所作研究人员；</p> <p>（3）基层：企业，公司等工作单位的管理人员，负责薪资，社会福利的板块；</p> <p>（4）经商：社会保险作销售代表。</p> <p>2、就业政策：国家制定了许多放宽就业的政策，出台了一系列相关法律，为我们谋福利，为毕业大学生提供了多条道路，有利于大学生根据自身特点找寻自己的就业方向。</p> <p>3、竞争对手：同专业以及相关专业的专业，如人力资源管理、劳动关系、公共管理、工会学、劳动法学等。</p> <p>4、对我的影响：社会环境日趋复杂，要及时关注变化的信息，及时掌握变化的动态。</p>
家庭环境	<p>1、经济状况：父母都是银行职员，经济状况较好。</p> <p>2、家人期望：父母对我寄予了很大的期望，希望我好好学习，将来出人头地。</p> <p>3、家族文化：家里爷爷、爸爸、叔叔都从事银行工作，婶婶是老师，家里注重教育。</p>

	<p>4、对我的影响：我从小就养成热爱学习的好习惯，对自己要求严格，不会辜负家里的期望。</p>
<p>学校环境</p>	<p>1、学校特色：我们大学的校名是“内蒙古大学”，又是内蒙古自治区唯一的 211 国家重点大学，历史悠久，经验丰富。</p> <p>2、专业学习：我的专业是劳动与社会保障专业，它发展空间大发展潜力大，社会需求量大市场广阔。</p> <p>3、实践经验：我校拥有许多教学经验的老师，资金充沛，也有许多科研项目和课题研究。</p> <p>4、对我的影响：教师与设施的齐全配备使自己感到很骄傲，也不断激励自己努力学习，更好更有效的利用这些资源。</p>
<p>职业展环境</p>	<p>1、工作内容：</p> <p>（1）向辖区内社区居民、企事业单位等服务对象提供劳动保障政策法规和具体业务咨询服务。</p> <p>（2）建立健全各项台帐。熟悉掌握辖区内各类就业人员、下岗失业人员、离退休人员的详细情况，及时向上级主管部门报送有关统计报表。</p> <p>（3）促进再就业。搞好下岗失业人员管理服务，努力开发就业岗位，多形式、多渠道的帮助下岗失业人员实现再就业。传递职业供求信息，进行职业指导和职业介绍。</p> <p>（4）抓好培训。对辖区内的富余劳动力和下岗失业人员进行实用技术培训、职业技能培训和创业培训，做好培训就业安置工作。</p> <p>（5）扩大社保覆盖面。宣传社会保险政策，帮助下岗失业人员接续社会保险关系，享受社会保险福利政策。</p> <p>（6）做好退休人员社会化管理工作。按照市、区有关文件精神，接收企业移交的退休人员，加强管理与服务。配合区社保中心做好退休人员养老金按时足额发放、生存状况调查、养老金待遇调整、死亡者家属领取津补贴申报等工作。</p> <p>（7）医疗保险。协助卫生院，为参加医保人员建立健康档案，有计划地开展健康教育、疾病预防指导和保健工作。协助区医保中心对辖区内定点医疗机构的服务质量、收费标准进行管理监督。</p> <p>（8）权益维护。指导监督辖区内用人单位是否与劳动者建立规范的劳动关系，协助上级劳动保障部门开展劳动保障监察，为劳动者和用人单位调解劳动争议，维护双方合法权益。</p> <p>（9）劳动保障代理。受上级劳动保障部门委托，为辖区各类人员提供劳动保障事务代理服务。</p> <p>2、工作要求：熟悉社会保障的政策法规，具备能在基层劳动社</p>

会保障部门、民政部门、企事业单位从事劳动、社会保险、社会救济、社会福利、社会服务工作的能力。

3、发展前景：劳动与社会保障专业人才是我国全面建立和发展社会保障事业的急需人才，具有长久稳定的就业潜力。毕业生可以进入国家各级劳动与社会保障部门、人事管理部门、政策研究部门、企业与事业单位的人力资源管理部门、保险公司等从事劳动与社会保障方面的政策制定与组织管理工作，也可以进入相关科研机构 and 高等院校从事研究和教学工作，或者进入法院、劳动仲裁机关等部门从事劳动与社会保障方面的实务工作。就业前景十分广阔。毕业生可以参加社会保障学、劳动经济学、社会学、公共事业管理、行政管理、法律等相关专业的硕士研究生招生考试。

4、人岗匹配：毕业生可以进入国家各级劳动与社会保障部门、人事管理部门、政策研究部门、企业与事业单位的人力资源管理部门、保险公司等从事劳动与社会保障方面的政策制定与组织管理工作，也可以进入相关科研机构 and 高等院校从事研究和教学工作，或者进入法院、劳动仲裁机关等部门从事劳动与社会保障方面的实务工作。

5、企业分析：目前的公司企业旨在做大做强，要更好地发展企业，必须解决紧张的劳资矛盾。从长远上看，加强工会和劳工的队伍力量、谈判力量，以平衡劳资关系，调节矛盾，协调合作达到双方利益的共赢促进发展。公司企业的发展必须依靠人才的流入和发展，而社会老龄化和退休问题对企业的人才资源管理带来严峻考验。因此，对人才的高效管理有利于提高人才资源效益，进而增加经济效应。再次，国家规定的企业五险一金的上缴在一定程度上增加了企业成本，而如何制定合理的人才管理，工资津贴管理方案以促进企业发展，成为当前公司企业需要解决的问题。最后，随着人口老龄化的加重，各种社会风险随之增加，这在一定程度上影响人们规避风险的理念，从而各种行为将产生市场各种安全保障的需求。而劳动与社会保障专业正是学习这几个方面的知识，这样的职业背景为劳动与社会保障专业职业提供发展空间。

6、对我的影响：劳动与社会保障专业就业前景十分广阔，我应该努力学习自己的专业知识，从而在诸多道路中选择最适合自己的一条路。

外部环境分析小结：尽管外部环境如此多变复杂，但是机遇与挑战并存，我要抓住机会，为自己的未来多争取一丝的机会，不抛弃，不放弃，我也会不断学习，不断关注外部环境的变化，及时充实自己的知识，虚心向别人学习，取长补短，从而让自己的未来更加辉煌。

三、职业定位决策

- 1、**职业目标：** 将来从事社保局局长职业。
- 2、**职业发展策略：** 进入社保局。
- 3、**职业发展路径：** 知识、实践与管理相结合的路线。
- 4、**具体路径：** 参加国考——公务员——进入社保局——社保局科室副主任——社保局科室主任——社保局副局长——社保局局长。

四、大学规划

规划名称	时间进度	总目标	分阶段目标	规划策略和措施
探索期	大学一年级	职业生涯认知和规划。	首先要适应由高中生到大学生的角色转变,重新确定自己的学习目标和要求;其次,要开始接触职业和职业生	涯的概念。 要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业,进行初步的职业生涯规划设计;熟悉环境,建立新的人际关系,提高交际沟通能力,在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大四的毕业生询问就业情况;积极参加各种各样的社团活动,增加交流技巧;在学习方面,要巩固扎实专业基础知识,加强英语、计算机能力的培养,掌握现代职业者所应具备的最基本技能;如果有必要,为可能的转系、获得双学位、留学计划做好资料收集及课程准

				备，多利用学生手册，为将来的就业选择打下良好的基础。
定向期	大学二年级	初步确定毕业方向以及相应能力与素质的培养。	首先认识自己的需要和兴趣，确定自己的价值观、动机和抱负，其次考虑未来的毕业方向（深造或就业等），了解相关的活动，并以提高自身的基本素质为主，通过参加学生会或社团等组织，培养和锻炼自己的领导组织能力、团队协作精神，同时检验自己的知识技能。	可以开始尝试兼职、社会实践活动，并要具有坚持性，最好能在课余时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，提高自己的责任感、主动性和受挫能力，并从不断的总结分析中得到职业的经验；增加英语口语和计算机应用的能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅修其他专业的知识以充实自己。
准备期	大学三年级	掌握求职技能，为择业做好准备	加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。	因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道，如果有机会要积极尝试；加入校友网络，向已经毕业的校友了解往年求职情况；如果决定教

				研，也要做好复习准备；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，准备TOEFL、GRE的应试，注意留学考试资讯，向相关教育部门索取简章参考。
冲刺期	大学四年级	成功就业	这个阶段大学生的毕业方向已经确定，大部分学生的目标应该锁定在工作申请及成功就业上。这时，可先对前三年的准备做一个总结；首先检验自己已确立的职业目标是否明确，前三年的准备是否已充实；然后，开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备；最后，进行预习或模拟面试。	积极利用学校提供的条件，了解就业指导中心提供的用人单位资料信息，强化求职技巧、进行模拟面试等训练，尽可能地在做好较为充分的准备的情况下进行施展演练。在撰写毕业论文的时，可大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。另外，要重视实习机会，通过实习从宏观上了解单位的工作方式、运转模式、工作流程，从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范，为正式走上工作岗位奠定良好的基础。

五、调整计划

（一）评估的内容

1、职业目标评估：将来从事社保局，劳动局的工作。

2、职业路径评估：

(1) 若在大学里，感觉劳动与社会保障专业不适合自己的，我会选会计专业，同样在会计行业取得同等的效果；

(2) 参加工作后，若是实际没有按自己所计划的方向发展，我会再接再厉全力奋进，直至实现(可与原来时间相错在5年以内，否则，我会离开这个公司，另图高就)；

(3) 若与家人意见发生分歧，可暂缓执行，家人商量而行；

(4) 若觉得自己能力无法达到预期，就需要加强能力训练；

(5) 如果抓不住出国深造的机会，就会找时间甚至放弃现有工作去出国留学。

3、实施策略评估：

(1) 若在短期内工作压力过大或过度劳累，可请假修正一下，身体转好后再抽时间补回来；

(2) 若长时间停留在该公司，感觉无发展潜力可言的时候，离开到另一家公司；

(3) 若在某一环节发生断层，空隙太大又在短期内无法弥补时，另图它法换取同等的效益；

(4) 若在此期间，中途被其他事阻隔，只能牺牲宝贵的休息时间。

4、其他因素评估：

(1) 身体状况糟糕时，先治疗好后，再就业；

(2) 若家庭发生变故，先解决好家里的问题，再就业；

(3) 经济状况不定，要节约开支，努力赚钱；

(4) 若子女都很有才能，选择独立创业，我一定支持，自家公司招聘经理去管理。

二、评估时间

一切事物都是在不断变化发展的，一成不变的事物是不存在的，所以为了保证测试的长久真实可靠，我选择每半年测试一次，以便更好的服务自己就业。

三、规划调整

1、调整原则：量体裁衣原则；可操作性原则；阶段性原则；发展性原则。

2、调整方向：

(1) **满意度：**个人事务、职业生涯和家庭生活协调发展，尽心自力，发挥其最有益。

(2) **差距：**时间间距较长，计划预测性准确度有失真可能；劳动与社会保障专业涉猎职业太小，无法满足就业需要；

(3) 差距减小的方法：

①通过再教育：a) 充分利用在校学习时间，为自己弥补所需的知识和技能，包括参与社团活动，广泛读书，选修、旁听相关课程，考取技能资格证书等；

b) 抓住每一个机会。

②相互交流讨论法:a)与老师、同学以及相关的人交流;

b)工作中积极与上司交流,利用校友优势。

③实际锻炼法:提高注意力,养成良好的生活工作习惯,充分利用自身条件不断扩大社交圈,重视与同学的关系。

六、结束语

计划定好固然好,但更重要的,在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标,只说不做到到头来都只会是一场空。然而,现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点,每个人都应该有充分心理准备。当然,包括我自己。因此,在遇到突发因素、不良影响时,要注意保持清醒冷静的头脑,不仅要及时面对、分析所遇问题,更应快速果断的拿出应对方案,对所发生的事情,能挽救的尽量挽救,不能挽救的要积极采取措施,争取做出最好矫正。相信如此以来,即使将来的作为和目标相比有所偏差,也不至于相距太远。

其实,每个人心中都有一座山峰,雕刻着理想、信念、追求、抱负。每个人心中都有一片森林,承载着收获、芬芳、失意、磨砺。但是,无论眼底闪过多少刀光剑影,只要没有付诸行动,那么,一切都只是镜中花,水中月,可望而不可及。一个人,若要获得成功,必须得拿出勇气,付出努力、拼搏、奋斗。成功,不相信眼泪;成功,不相信颓废;成功,不相信幻影。成功,只垂青有充分磨砺充分付出的人。

未来,掌握在自己手中。

未来,只能掌握在自己手中。