

大学生 职业 规划 书

姓名：蒋林

学院：外国语学院

专业：英语专业

学号：12013240681

一、了解目前全国大学生就业竞争激烈的大环境

从 2002 年开始，随着高校扩招的毕业生陆续进入求职市场，我国大学毕业生的 人数在今后一段时间内将呈现出明显的上升趋势，根据教育部提供的数据，2002 年全 国大学毕业生总数为 145 万，2003 年为 212 万，到 2004 年将达到 280 万。2006 年已 达到 4100 万，在社会需求没有显著增加的情 况下，

毕业人数的迅速增长势必导致大学生就业压力的增大。大学生就业由过去的“精 英型”就业向“大众化”就业转变,已经出现农民工、和大学生竞争同一岗位 的局面。目前全国的大学生就业市场出现北京上海等大城市及沿海经济发达地区就业市场明显 供对于求，西部等偏远地区供小于求；

中小城市师范生的需求也已经饱和，而农村对师范类的毕业生的需求得不到满 足。就业市场的需求呈现不均衡分布。发达地区大学生就业工资现为 1500 元-3000 元 /月不等，中小城市大学 生工资为 800 元-2000 元/月。由于 2008 年后升入高中的学生 人数开始下降，师范生进入学校的难度会越来越大。

二、知道外语专业就业情况现状

外语专业的毕业生 2006 年就业率为 95、8%，其中英语师范生一次签约率 55%，专 节本学生一次签约率为 36%，日语专业学生一次签约率为 100%， 学生考研率为 13%。 在城市内进入公办学校的的只有 4%、少数进入公办学校的均在县城初高中任教。有 37 % 学生进入私立英语培训学校的，有 41%的学生进入外企、三资或涉外企业，15%学生考 研、考公务员、出国或进武警部队。英语专业一直是文学的报考热门专业。据教育部公 布的 2011 年本专科专业就业状况显示，英语专业就业率≥85%;毕业生规模约在 10 万人。

英语专业就业形势分析



就业前景分析 (按英语专业相关职位统计)

据统计，英语专业就业前景最好的地区是：上海。在“外国语言文学类”中排名第 1

本专业就业最好的地区排名



"外国语言文学类"专业排名

[更多»](#)



该专业薪酬待遇、招聘要求分析

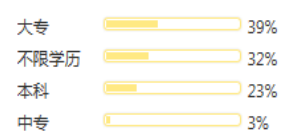
工资情况



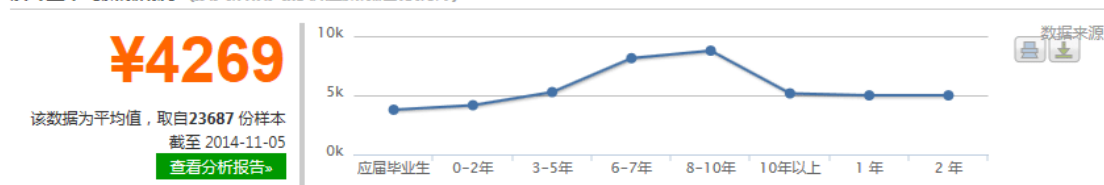
经验要求



学历要求



该专业平均薪酬概况 (按英语相关的职位薪酬进行统计)



三、分析预测外语专业可以拓展的就业空间

私立英语培训学校或培训班, 各种大小企业的涉外岗位, 考公务员、自主创业、英语口语译、同声传译、网页翻译写手等公司岗位

四、明确可拓展的就业空间所需的知识素质技能

第一、具备一定的商贸英语、广告英语、服装英语、保险英语、时政政治英语等各行业的英语知识, 网业制作、多媒体、编程等计算机技能, 公文写作能力、良好的沟通协调能力和口语表达能力、团队合作能力, 应变能力、良好的心理调适能力

第二、客观分析自己的专业水平、综合素质和能力、习惯养成情况

目前我们外院学生普遍存在的问题是: 口语表达能力不强、做事的主动性较差、收集处理消化信息能力很弱、抗压能力弱、合作能力不行、考虑问题深度不够、细节问题注意不到、做事应付现象较多 作出正确选择的能力

第三、选择自己的就业方向, 确定自己要拓展的职业素质能力内容

无论选择什么职业必须具备职业素质是: 良好的思想道德修养素(诚信、奉献、较强的责任感)文化素质(专业知识、公文写作能力、相对宽泛的知识面)能力(公文协作能力、口语表达能力、团队合作能力、应变能力、创新能力、心理调适能力)

第四、作出书面的实现自己未来职业所需综合素质、能力的训练实践计划

五、个人分析与角色建议

1. 个人分析:

(1) 总体认识: 英语水平中层, 基本能流利沟通; 具有较强的人际沟通能力; 思维敏捷, 表达流畅; 在大学期间长期成绩较好; 有很强的学习愿望和能力。学习能力较好, 注意重要的细节, 考虑周到, 做事努力认真, 能够持之以恒地完成既定的目标, 个人性格上比较冷静、稳定、有耐心。

(2) 优势: 热情、慷慨, 对自己关心的人和组织非常忠诚。注意重要的细节, 尤其是那些有关他人的细节。考虑周到, 具备关注当下所需的能力。能主动支持组织实现目标。具有准确评估目前形势的能力。能主动、灵活地评估试用新方法时的风险。能根据他人的表现, 来调整自己的行为 and 表现。在遇到分歧时, 可以召集相关人员, 商量解决方法, 达成共识。

(3) 劣势: 过多关注当下, 缺乏远见卓识和前瞻性, 不愿提早准备, 缺乏长期规划, 很难按时完成任务, 不愿意为坚持自己的想法和立场而冒风险打破与他人的协调关系, 容易相信别人, 不愿意批评他人, 不愿意拒绝他人的要求, 做决定有些困难, 尤其是在与自己的感受相矛盾时很难做出理性的决定, 对他人的批评会感到生气或气馁, 有时容易过分自责。建议你正确对待他人的批评, 学会自己减压。利用科学的规则和方法(比如对比、分类、演绎、归纳等)解决问题以及运用数学方法或者数学知识解决问题的能力较弱。

2. 个人职业价值分析

我的人才素质测评报告结果显示前三项是支持满足取向(8.0分)、工作条件取向(8.0分)和追求成就取向(6.0分)。职业兴趣前三项是：社会型(71分)艺术型(56分)常规型(47分)。最突出的职业价值观是工作条件、支持满足。即在工作条件上我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)，比如能够在一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。在支持满足方面，我希望能够在具有规范约束的背景下有序而顺利进行；.能够获得公司的合理反馈，获得应有的资源并及时获得上级的支持与肯定；.过程中有比较好的培训机会，从而更好地胜任自己的工作；还.有一个合情理的、具有理解力的上司。

3. 角色建议：

父亲：“要不断学习，能力要强”；“工作要努力，有发展，要在大城市，方便我们搬来一起居住生活。”

母亲：工作要上进，婚姻不要误，最好离重庆近点，在重庆最好。

老师：“聪明、有上进心、单纯、乖巧，乐于助人，缺乏社会经验”。

同学：“有较强的综合能力”，“适合做白领”，适合做领导者。

六、职业目标的分解与组合

(一) 短期计划(2013-2016)

(1) 总目标：熟练掌握英语知识，全方面巩固发展听说读写的的能力，了解一定的商务知识。

(2) 分目标：职业生涯规划在大学四年中具体时间、内容安排

I、大一为了解初探期：主要加深对本专业的培养目标和就业方向的认识，增强学习专业的自学性，培养学生的专业学习目标并让学生初步了解将来所从事的专业职业，及专业辐射职业，了解应具备的各种素质，强调在学习活动生活注意培养自己把小事平常事做细做实做完美的好习惯，如在假期安排“按星级宾馆的清扫标准打扫家居”活动，鼓励学生通过参加各项活动，锻炼自己的文字能力、审美创造能力各种能力，参加社团、社会实践活动，在各种活动中不断思考总结提高自己。如参与学生自愿者工作，提高自己的责任感、主动性和受挫能力，个人的学期工作计划、班级工作计划、活动工作计划等文字能力锻炼，每一位学生要建立自己“人才库”档案，记录自己的特点、兴趣、职业能力倾向、参与活动、拓展能力、自我评价等内容。形成宽泛的职业生涯规划，锻炼的途径和方式参加是积极参加院系活动，侧重点是强化个人细节习惯的养成锻炼及参加活动后的审美感悟

II、大二为定向选择期：应考虑清楚未来是否考研或就业，由于用人单位对毕业生的需求，一般首先选择的是大学生某专业方面的特长，大学生迈入社会后的贡献，主要靠运用所学的专业知识来实现。所以对所学的专业知识要精深、广博。同时增强英语口语能力和计算机应用能力，通过大学英语四级、专业英语四级和计算机省二国二的相关证书考试，了解考研信息、确定考研方向。在掌握宽厚的基础知识和精深的专业知识同时，还要拓宽专业知识面，掌握或了解与本专业相关、相近的若干专业知识和技术，开始有选择地辅修其他专业的知识充实自己；同时检验自己的知识技能，并要根据个人兴趣与能力修订个人职业生涯规划。最好能在课余时间后长时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，如参与学生科研工作，参加兼职工作。鼓励自己通过参加针对自己情况的各项实践活动，锻炼自己的各种能力，锻炼的途径和方式参加院系活动或个体自主策划组织活动侧重点是理性分析归纳

总结特点，强化活动后的审美感悟渗透、实践创美能力。

III、大三相对成熟阶段为冲刺期，接近实习、毕业，目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息、并确定自己是否要考研上。在加强专业学习，准备大学英语专业八级的考试，准备考研的同时，开始把目标锁定在提高求职技能上，培养独立创业能力。如我们可以通过大学生素质拓展活动来锻炼自己的独立解决问题的能力 and 创造性；尝试在撰写专业学术文章时，可大胆提出自己的见解，锻炼自己的独立解决问题的能力 and 创造性；参加和专业有关的暑期实践工作；加强与已毕业的校友联系，交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信，加大了解搜集工作信息的渠道，并积极尝试，加入校友网络，和已经毕业的校友、师哥师姐谈话了解往年的求职情况；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、注意留学考试资讯，向相关教育部门索取简章参考。这一时期的主要锻炼提高途径应为独立自主策划组织开展针对性较强的活动，侧重点是注重活动的细节、全面思考活动活动目鲜明性和意义的深入与外延、强化自身的创美能力。

IV、大四是一个分化决策期，首先拿到专业八级证书，出色完成毕业论文及答辩。为正式踏入社会做好准备。我们对自己的出路应该都有了相对明确规划，找工作的找工作、考研的考研、出国的出国，不能再犹豫不决。我们的目标应该锁定在工作申请及成功就业上。这时，对前三年的准备做一个全面的分析总结：首先检验已确立的职业目标是否明确，前三年的准备是否已充分；自己需强化和拓展的就业技能是什么。然后，有针对性的对自己进行专项实践训练，尽可能自己在做出较为充分准备的情况下进行施展演练。强化求职技巧除了参加常规的就业指导课，还要以宿舍为单位进行模拟面试等训练。同时充分利用学校提供的校园就业网，了解就业指导中心提供的用人单位资料信息，坚持每天上网，了解各行业人才要求、求职案例、招聘信息等内容，积极接受各种择业技巧培训、多参加招聘活动，在实践中校验自己的积累和准备等。

（二）中期计划（2016-2021）

（1）总目标：进入一个知名大型企业，成为基层管理者。

（2）分目标：

第一年：经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境，从基层做起，迅速适应从学校到社会的转变，边做边学。

第二年：努力工作，积累一定人脉，人脉。适应工作环境，好好表现。

第三四年：熟练掌握工作技巧，与同事友好相处，加强沟通，虚心求教，获得领导认同，打好基础。

第五年：实现目标，成为基层管理员。

（三）长期计划（2021-2031）

（1）总目标：在此 10 年左右的时间里，努力奋斗，使自己在本单位、本岗位上业务精湛，晋升到中层管理员，事业上达到顶峰，卓有成就，家庭幸福美满。

（2）分目标：前五年：工作之余，在原有的知识水平上再提升自身的学历水平。建立稳定的人关系网络，熟知本职工作各项内容，争取实现新的突破。结婚，安居买房。

后五年：工作上达到顶峰，在稳定中求发展，有一定的存款。

结束语

计划固然好，但最重要的是付诸实践并取得成效。时时刻刻都不能忘记，任何目标，只说做不到到头来只是一场空。每一条规划都是一个目标，等待着我们去完成。在完成的过程中，健康的身体、积极的心态、敏锐的思维、坚定的信念是每一位规划者必备的素质。然而，古语说：不积跬步无以至千里。坚实的行动一步步将梦想变成现实。计划是为了更好的实现目标，行动才是实现理想的唯一途径。其实，每个人心中都有一座山，雕刻着理想、信念、

追求、报负：每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗、成功。机遇不相信眼泪，不相信颓废，不相信幻影，只相信爱打拼的人！