

关于未来
请坦然面对

2011年6月

××××

个人资料

真实姓名：××××

笔名：××××

性别：×

年龄：××岁

籍贯：××省××

身份证号码：××××××××××××××××××

所在学校及学院：××××

班级及专业：××××

学号：××××

联系地址：××××

邮编：××××

联系电话：××××

E-mail：××××

题记：职业生涯规划课程让我重新审视了自我，让我在低迷的时刻再次清晰的记起我刚入校门时的那一腔的豪情，我披荆斩棘来到大学所追求的目标——让我的未来更加美好。既然如此，那就让我的船在此刻扬帆，再次远航。那么现在就让我赢在大学的起跑线上吧，为自己的船规划好正确的航向

第一章 自我分析

1、我的性格，兴趣

我的性格开朗、活泼。幽默细胞比较足，很积极向上，是乐观主义者，遇事都会从其好的一面观察，每天都会用微笑与别人打招呼。对事情大多抱有乐观态度。对挫折有较强的承受力，但有时对于成败看得很重，但大多数时候只是自己心里暗暗较劲。任何事情，只要我决定去做，就一定会尽自己最大的努力。

业余时间喜欢听音乐、打羽毛球。经常会与同学聊天，谈论一些人与人之间交流的问题，交流一下对问题的看法，探讨一些待人接物的方法；偶尔会独自一人多躲在安静的环境中思考问题，反思自己，哪些做对哪些做错，以及如何完善自己的人格和关注心理健康。懂得开导自己，并以己推人。己所不欲勿施于人，己所不乐勿加于人。待人真诚，讲义气，很体贴别人，喜欢帮助别人。有时还会发一些小孩子脾气。

因为还没有打定主意读研，现在在学生会担任委员，而且初进大学，刚刚经历过高考的我在学习上还不太用功。比较活跃，主动参加积极性高的活动，能很快融入喧闹的场面；语言表达能力还可以，在人际交往这方面对自己有自信；可是有时喜欢随遇而安，不喜欢领导，强制别人。

2、职业兴趣—我喜欢的职业是从事与自己专业相关的工作。

在我的人才素质测评报告中，（以 50 分记）职业兴趣前三项是教育型(40分)、制作型(35分)和辅助型(25分)。我的具体情况是：近阶段首先需要完善自己的专业知识。打好基础。

3、职业能力及适应性—适应性很强，能够很快的融入新的工作，能够对比新旧工作之间的同异之处。

我的人才素质测评报告结果显示，（以 50 分记）适应工作能力得分较高(40分)，分析总结能力得分较低(30分)。我的具体情况是：加强自己对分析总结能力的培养。完善各种欠缺的能力。

4、个人特质—综合我的性格，兴趣和专业知识方面的各项能力，我能够从事各种与我的专业相关的工作，以及交叉学科的部分工作

我的人才素质测评报告结果显示我能够胜任并且能够很好的从事的工作是与艺术类相交叉的各种现代服务性工作。

5、职业价值观—我现在最看重的是对自己各种能力的培养。包括人际关系、性格中的不足、各种发散思维的能力。

我的人才素质测评报告结果显示前三项是领导取向(35分)、自由取向(30分)和教育取向(26分)。我的具体情况是：无论现在或者近阶段从事什么样的工作，在各种能力都相对完善的时候都会去尝试自己的梦想。

6、胜任能力——优势：与人交往，适应能力，学习能力。劣势：分析问题。

自我分析小结：通过这样较为科学的素质测评，我对自己的各种能力，自己性格的优劣处，对未来的打算有了相对稳定的了解。能够加强自己下阶段对各种不完善的方面的努力。

第二章 职业生涯条件分析

参考人才素质测评报告建议，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

我的家庭环境：我家的经济收入主要是父亲的工作，现阶段的支出主要是我的学费、生活费。父母对我的期望是我能够走出农村，从事的工作他们希望是脑力劳动，而非体力劳动。我的父母都是农民，接受的最高教育是 70 年代的高中教育。对现在的各种高等教育没有一个完整的概念，对我的影响就是我现在要不断的学习来培养自己各种现代的生活和工作能力。

2、学校环境分析

现在就读于洛阳师范学院音乐学院，走出了农村，对现代城市生活和工作有了一个初步的概念。专业方面学习的是音乐教育。学校组织的各种实践包括实践演出，各种活动等，使自己有了一定的专业经验。

3、社会环境分析

综合现在社会的形势，各种就业的压力比较大。国家和政府出台的各种就业政策，是我对就业有了初步的认识。我现阶段的竞争对手就是我的朋友我的同学。我们一起学习一起成长。相互比拼之下有良好的相互成长的良性方式。

4、职业环境分析

(1)行业分析

近阶段艺术类毕业生不断增加，市场呈现饱满甚至是人才过剩的现象。但是东西部的就业情况出现严重的不均衡发展。所以我希望自己在毕业的时候能够去往西部。

(2)职业分析

教师行业之中音乐教师的工作要求没有其他学科的教师那么严格。但是音乐教师的工作重点在于培养学生的艺术修养和各种素质的培养。对学生学习其他学科有一种辅助并且推动的作用。

(3)企业分析

企业分析：在这个人才是一切的新时代，许多企业将会以前所未有的努力去寻求人才和留住人才。而中国加入 WTO 的新形势，客观上要求各个企业必须充分重视人力资源管理。但企业最重视的还是实践经验，因而，我可以选择在一个相对规范的企业从基层做开始，一步步慢慢积累经验。在校期间多考证件，拓宽就业领域。

(4)地域分析

目标城市：许昌 许昌地处中华腹地，九州之中，十省通衢。北临万里黄河，西依中岳嵩山，东、南接黄淮海大平原，介于东经 112° 42' -114° 14' ，北纬 34° 16' --34° 58' 之间。许昌是一座平原城市，属北温带季风气候，年平均气温 14.3℃，平均降水量 640.9 毫米。经济综合实力不断上升，近年对外经济与旅游业超常发展，财政实力持续增强，人民的生活水平不断提高。另外，教育事业也稳健发展。

总结：音乐教师岗位的发展前景不错——需求量越来越大，受重视程度越来越高；薪金待遇不断改善。在现代社会的位置越来越重要。

第三章 职业目标定位及其分解组合

1、职业目标的确定

综合第一部分(自我分析)及第二部分(职业生涯条件分析)的主要内容得出本人职业定位的 SWOT 分析:

内部因素 优势因素(S) 弱势因素(W)

逻辑推理能力与独立分析能力很强,头脑灵活。有时过于理性会忽略别人的感受。

工作有毅力,认真负责,处事沉稳。不善与人交流,缺乏处理人际关系的能力。

外部因素 机会因素(O) 威胁因素(T)

艺术类专业的岗位逐渐受到人们重视。

文化产业在很多地区中处于刚起步阶段,其运作很不规范。

分析:在沿海地区工作岗位相对较多,经济方面,仍有发展前景。在西部地区竞争相对没有沿海地区激烈。社会环境不断变化,竞争激烈,就业形式日益严峻。

结论:职业目标——将来从事(文化行业的)编制或音乐教师职业

职业发展策略——进入文化类型的组织(到中西部地区发展)

职业发展路径——走专家路线(管理路线等)

2、职业目标的分解与组合

把职业目标分成三个规划期,即:近期规划、中期规划和远期规划,并对各个规划期及其要实现的目标进行分解。

职业生涯规划总表

计划名称 成为一个专业的音乐型人才

时间跨度 5年

总目标 成为一个专业的音乐型人才

分目标 积累经验。搞好专业

计划内容

策略和措施

备注

短期计划(大学计划)

2010年—2014年

大学毕业时要达到专业知识非常精通、专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划等

大一以适应大学生活为主,大二以专业学习和掌握职业技能为主。大学生职业规划的重点

中期计划(毕业后五年的计划)

2014年—2019年计划

毕业后第五年时要达到高级教师职称

第四章 具体执行计划

本人现正就读大学一年级,我的大学计划分为四个阶段

1、短期目标的具体实施计划:完成各项学校要求指标。完美的度过大学四年。不虚度大学时光。

2、中期目标的具体实施计划

3、长期目标的具体实施计划

4. 人生总目标的具体实施计划

基本方法：1 教育培训法 2 讨论交流法 3 实践锻炼法

1.大学期间:2010年~2014年

1) 学好各科专业知识，掌握音乐教育行业的基本知识。

2) 用时积极准备考其他多种证书。

3) 假期打工（与本人专业相符合的工作），积累社会经验。

4) 与同学交流，从同学那里学到对自己有益的知识。

2.大学毕业后五年：2014年~2019年继续努力学习，在学习专业知识同时利用空闲时间继续积累工作经验。

3.长期计划：

1) 工作之余，不断学习各方面的知识，拓宽自己的视野

2) 参加一些活动，与人多沟通，学会人际交流。建立良好的交流网。

3) 努力工作，积极博得提升的机会。

4) 多看书，在获得知识的同时不断提高自己的修养。

5) 坚持锻炼身体，以保证自己能以最佳状态来面对任何事。

第五章 评估调整

评估内容：职业目标评估（是否需要重新选择职业）

职业途径评估（是否需要调整发展方向）

实施策略评估（是否需要改变行动策略）

其他因素评估（身体、经济、家庭状况等）

事物是不断变化发展的，所以我要对我的职业规划作出一些风险预测，以及准备好解决方案。

1、大学毕业后，直接参加工作，积累资本，为以后职业生涯的发展做准备。

2、若由于某种原因导致我无法在许昌开始我的职业生涯，则可尝试去西部发展。

3、若一开始不能从事与艺术类专业对口的职业，则可考虑先从其他相关行业（如工商管理类）做起，日后再过渡到艺术类专业行业。

结束语：

事情是不会已成不变的，我会对自己的规划适时作出调整，并每半年做一次自我评估，按照实际情况作出一些变更，使我的职业生涯规划书能更好的指引我的人生之路，为我以后的道路减少阻碍。

梦想这东西和经典一样，永远不会因为时间而褪色，反而更显珍贵。

Dreams are like classics, never fading but growing more precious with time passing by.

-----摘自老男孩