

一、自我分析：1、 个人特质——适合干什么；我的个性属于影响、稳健、服从型。

兴趣在于艺术性工作，有非常高的稳健度，能稳定地执行工作，只是在作风上比较保守、被动，但会务实的尽心尽力，一步步达成部门或组织的目标，这种性格适合做设计性质的工作。

2、 职业兴趣——喜欢干什么；我的职业兴趣偏向于艺术型、社会型。

我的理想是做一名出色的服装设计师。

我一直以来就比较喜欢画画，虽然曾经与之失之交臂，不过如今又能回到这个跑道上来，我会加倍珍惜这次“重生的机会！我的个人风格表现为想象力丰富、是理想的、直觉的、不乏独创性、感情丰富，适合从事艺术性工作，喜欢具有许多表现自我机会的艺术环境。

3、 胜任能力——优劣势是什么。

二、专业分析 1、 学校环境分析我所在的学校是一所轻工业学校，而服装正属于轻工业行业，和所在的学校非常对口。

并且服装专业也是我校的重点学科，有较好的学习环境，并且我们姓名：沙士礼 班级：服装设计与工程 11 级—01 班 学号：541105080108 学校还和社会上的许多服装公司建立了教学上的联系，让我们接触更多服装行业的知识，所以我对我的专业充满信心。

2、 社会环境分析中国是一个大国，人口众多，在国际上却没有很有名的服装设计师。

随着中国的强大，认识中国的国家越来越多，外界的影响也越来

越大。

衣是人生一大事，从穿衣上也能反映一个人的性格和精神面貌。

服装潮流的涌入，中国人会越来越注重自己的着装，让服装更能为自己增彩！服装行业在未来一定很热门，前景也充满期待，在国际上也一定会出现越来越多中国有名的服装设计师！3、职业环境分析
行业分析服装是一个比较 FASHION 的行业，越来越快的流行趋势，能让服装设计有更大的发展舞台，衣是人之根本，是一个永不衰退的行业！职业分析中国服装业发展很快，但还缺少设计方面的专业人才，服装设计需要独特的眼光，学服装设计会弥补中国服装这方面的不足。

企业分析中国有很多的服装厂、服装公司，也有一些很好的品牌，像李宁，但还不是很有名，这给我们带来了机遇，也带来了挑战。

地域分析郑州虽不是沿海城市，但郑州这几年经济的发展是大家有目共睹的，特别是服装行业有了较大的发展。

郑州女裤在全国都相当出名，其他款式的服装也都在快速发展中，相信在不久的将来郑州一定会发展成为为中原服装行业的中心。

三、职业定位综合第一部分（自我分析）及第二部分（职业分析）的主要内容得出本人职业定位的 SWOT 分析：姓名：沙士礼 班级：服装设计与工程 11 级—01 班 学号：541105080108 四、评估调整 未来的世界比现在节奏更快，任何目标都需适时调整，服装设计是一个时新的行业，动态的职业规划就要动态的调整。

1、评估的时间： 一般情况下，我定半年评估规划；当出现极特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

2、规划调整的原则五、结束语很早就想规划一下自己的人生，这次写成书面的形式，更加具体了，我的人生目标也更加明确了。

有了梦想，就努力去实现，相信自己、丰富自己、挑战自己，一步一步坚持下去，就是目的地！就业规划帮助我实现梦想!!! 服装类职业生涯规划书 2017-06-25 18:21 | #2 楼一、自我分析 1. 个人资料姓名：傅茹莉学历：高中专业：服装设计与工艺 2. 自我评价我是一个中职生，学的是服装设计与工艺专业，对于这个专业，自己还是比较感兴趣的，因此我选择了这个专业。

我的性格是在熟悉的人面前可以很疯很活泼，在他们看来我是个很外向的女生，但实在不熟的人面前是个很沉默的人，也不太会主动与别人交流，所以有时性格又很内向。

在业余的时间我比较喜欢听听音乐，跳舞等等，当然也会适当的玩玩电脑。

也很喜欢交朋友。

在学习能力方面，我最缺乏的就是恒心，如果觉得难的事情，可能会没有很大动力去做。

二、确立目标职业生涯规划对所有工作的人来说都很重要但对于我们中职学生来说更为重要，那么如何才能科学的计划出符合自己的职业生涯规划，可以分为这几个阶段来实行：1. 短期目标 学习好专业方面知识，把专业技能学好，参加一些专业知识培训，培养交际能力，为人处世，实践锻炼能力，全面发展锻炼自己 2 中期目标 稳定工作，并全面投生于服装事业，从而获得更多的设计工作经验 3 长

远目标 做一名优秀的服装设计师 4 人生目标 拥有自己的服装公司（工作室），创立自己的服装品牌，打造属于自己的服装风格。

三、职业环境分析 1. 职业环境分析：服装作为一种符号和特征，可以表明一个人的身份、个性、气质和感觉，也可以反映一个人的理想，追求和情操，是人们穿着的语言，是生活中必不可少的一部分，它在整个社会精神生活与物质生活中占有重要的地位，他是人们的必须产品，市场空间极大，随着时间历史的发展，人们对服装的审美要求越来越高，因而人们非常需要职业服装设计师来专门定做，给我们提供了职业环境。

2. 个人环境分析：喜欢尝试一些有挑战性和创新性的工作，会考虑接受家人的意见，在以后的工作生活当中，会不断扩展自己的交际面，尝试更多新鲜事物，开拓眼界，努力实现自己的人生理想！四、职业定位目前学的知识不是很充分，职业定位是倾向于安全型职业，在中小企业当一名设计师助理；当有了更高更深更精的专业知识和管理经验后，迈向大公司做设计总监，首席设计师，有一定实力后自己创业，开服装公司，创立自己的服装品牌，当首席设计师和老板！五、实施策略如何才能掌握工作技能呢？在校期间学习，基本上都是课堂教学，书本知识。

没有实际锻炼的机会，没有实际工作的场所。

这是现实，但并不能以此为理由，放弃对技能的要求。

只要想办法，就有学习工作技能的机会。

如学校的工厂间，完全可以充分利用，在工厂间里下工夫，多实

验，多操练。

利用放假期间，设法寻求锻炼和实习的机会等等。

机会是有的，就看你想不想找。

学习工作技能，对中职生来说，极为重要。

不要认为你有了学历，就有了资本，找工作就没有问题了。

现在有很多大学生认为，工作不好找，是因为自己的学历低，所以拼命地提高自己的学历。

可是我认为从提高学历的本身来说并没有错，问题是学历再高，没有工作技能，将来的就业和自己的生涯发展仍然会遇到困难。

学历只是一张门票，你可以凭高学历，进入某个机关或进入某个理想的单位，一旦进去后，就看你的实际水平了。

什么是实际水平，就是你的工作技能，解决问题的实际能力。

如果实际能力与你的学历不吻合，即所谓的“高学历低能力，就不会受到用人单位的重视，甚至让同事们瞧不起在不影响正常学习的情况下，多向一些优秀的设计师学习，进而不断提高自己的设计水平。

六、不断完善自我江山易改，本性难移。

这句话说明了 自己的性格是很难去改变的。

我一直缺乏的就是恒心，我知道恒心对以后的职业生涯有着很大的作用，这也是每个职业都应当有的。

但是，在这点上我做的不好。

有时候我做事情会浮躁，可能当时心情不好吧，当然了，这些我都是会改得。

我会虚心像同学老师家长请教，会一直完善自己。

七、总结职业生涯规划固然好，但是这是计划，最重要的还是靠自己。

任何目标，只说不做到头来都会是一场空。

然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要有清醒的头脑去面对这些问题。

其实，我觉得选择服装这个专业我做对了，因为比较热门，但是热门的话学得人就多，压力就大，工作就更难找，因此更要努力了。

按照计划，踏着坚实的脚步，去实行我的未来规划。

职业生涯规划是一项长期而复杂的工程，我们要想建立科学、清晰的职业生涯规划，一定要有韧性，有耐心，并为之付出辛勤的汗水。

这样才能在未来职场这个大舞台上演奏出自己美妙的乐章。

大学生职业生涯规划设计书 2017-06-25 21:12 | #3 楼前言在人才济济的二十一世纪，每个大学生都需要一份职业规划来实现自己的人生价值。

职业生涯规划可以帮助我们更好地认识到自己的目标，可以帮助我们发掘自身的内在潜力。

我规划自己的目的是要认清自我，激发潜能，实现自我。

因此，在这拟定一份计划，我才会有向前的动力。

一. 自我认识我是一个服装零售与管理的专科学生，将从事的服装制版行业。

我的性格属于十分开朗、随和，对熟悉的人能谈天说地，但是面

对陌生人一开始不知所措。

别人与我一起共事较轻松，待人真诚。

在做事的性格上比较要强，一旦认定了的事情不会轻易改变。

适应能力较好，心里承受能力较好，往往对一些同学矛盾不会耿耿于怀。

缺点就是在大众面前，口头表达能力较差，组织能力和实践能力较弱，但是，在任职班长这个职务后，能够用正常的语气来组织每场会议，组织能力和实践能力都提升了不少。

在学校日常生活中，宿舍成为我第二个家，一天的大部分时间都花在宿舍中做一些没有意义的事情，比如：聊 q，qq 飞车等。

6 然而，看着大一即将过去，大二将要来临了，大三也是一样。

同时，面对家庭经济不是很富有的情况下，无力为我提供创业资金，所以一切得靠自己的双手……综合自身的优缺点，要解决自身的问题，我需要做到几点：（1）. 发挥和保持自己性格开朗的优点，待人真诚，心里承受力能力好的基础上向更近一步靠近。

一旦认定了的事情就坚持不懈的做下去。

（2）. 积极参加各种活动来锻炼自己与别人的交际能力，训练自己的语言组织和扩大自己的交际圈，多出去走走锻炼不做宅男。

二. 我对自己服装专业就业方向 and 前景的分析 就业现状：随着我国加入 WTO，国内外文化、经济交流越来越多，同时服务行业需求量也很大，因此服装制版师就业前景一片光明，服装制版师在就业方面，优秀服装制版人才的就业率基本上占 100%。

由高校培养的服装制版人才在数量上和质量上都远远无法满足纺织服装企业的巨大人才需求。

据调查，我国现有七成的企业缺少合格的服装制版师，以我国 5 万家服装企业计算，至少需要 10 万名制版师，才能填补缺口。

所以，在服装行业迅速发展的今天，服装制版师需求量大，就业好前景！就业前景：（1）就业方向：服装专业的毕业生可以从事服装生产与销售企业，服装研究所【包括本科，大专专等高校】，服装兴业管理部门从事服装产品开发，市场营销等方面工作。

（2）就业方向职业的岗位：专业毕业生可以在纺织行业，外贸等部门的服装工厂或服装制版单位从事服装制版。

职务有：设计师，设计总监，女装或男装设计师，设计助理，制版师，样板师，销售总监，销售主管，市场总监，区域经理，导购店长等岗位。

（3）职业的素质及技能要求 1、服装设计、美术、计算机等相关专业中等和以上学历，经专业培训合格，掌握基本的制版工艺。

（场景：相关专业的教育、培训情况）2、熟悉各类服装面料特性（场景：主要服装面料展示）3、具备基本的服装制图技能（场景：服装制图现场）4、掌握人体造型、结构特点，要熟悉行进中人体各个部分5、能领会服装设计师的基本设计图（场景：服装制版师与服6、熟悉常用的计算机服装设计、制图软件（服装设计、制7、良好的团队协作精神和沟通能力 之间的尺寸规律（场景：立体裁缝演示）装设计师沟通）图软件演示）8、有强烈的事业心，对服装制版工作投

入，善于不断学习，努力提高工作技能。

(4) 前景分析：服装作为我国“第二大消费热点，穿，是人类必须的过程，服装的发展前景依然被大家一致看好，因此，在 2015 年，在震荡中前行的中国服装行业依然保持着向前发展的势头，“服装经济作为一种具有发展潜力的经济被关注与认同。

随着企业自身品质的提高，对人才的需求也随之上升。

根据服装行业调查显示，目前我国上万家服装企业的服装制版师人才缺口高达 15 万人，服装制版师需求量大，就业好前景！三. 职业选择分析：现在，中国学服装的人数往往比想象中的多，几乎每一个高校都设有服装设计（零售与管理）这个专业，而且还是从海外留学回国创业的人才。

他们都成为竞争的对手，想在这行业做出成绩来是那付出很大的努力的。

然而，我为自己设定了一些理想职业：制版师，服装设计师助理，服装设计师，服装销售总监。

下面是具体分析各个职务的条件，让自己朝着这些方面发展。

(1) 制版师、设计师助理：工作积极主动，要全力投入，兴趣浓厚；有敬业与团队精神，任何一个项目，都是通过团对攻同的力量与完成实现地，用普通的方法使工艺方面达到最佳的效果；有较强的设计质量意思，较高的工作效率，“快、捷、勤、节、美；具有良好的沟通能力和团队合作精神。

(2) . 服装设计师：要有较强的绘画功底和创意；能承受较强的

工作压力；热爱服装行业；要具备设计师的知识结构【借鉴的本领，设计的能力，深厚的艺术造诣，丰富的市场经验】；熟悉操作设计的软件；具有良好的沟通能力和团队合作精神。

(3) 销售总监：有准确地领悟能力，全面地统筹能力，充分的展示能力；懂服装市场以及品牌运作状况，懂得欣赏品牌的优势，向客户学习，因为他们代表一定的消费群体，相信他们的直觉，根据他们的意见，正确的分析，总结与判断；应时刻站在投资者的角度运作市场，只能成功，不能失败，给企业至少要有个安全感，减少冒险数；具有良好的沟通能力和团队合作精神。

四. 影响自己选择工作的因素:1. 优势因素：(1)，服装行业繁荣，制版师短缺；(2)，专业目标明确，执着，坚持不懈；(3)，本身热衷于服装制版行业，从日常生活做到制版师的要求；2. 外部因素：(1)，适合自己的服装职位有限；(2)，同省的竞争力较大【浙江理工大学，温州职业技术学院等】，外省学生竞争力日益加强(3)，研究生的扩招也对本科毕业生造成威胁，更别提专科的学生了；(4)，用人单位注重工作经验。

心里向往的工作城市：浙江—杭州，浙江—温州与职业目标的差距：大一的我，在专业方面刚开始接触服装效果图和款式图，对面料和服装的一些知识还不够了解，而且在服装方面，对国内外各个时代的服装没有研究。

也还无法正确的把握服装款式的打版技巧。

先阶段，我与职业的目标的差距很大，还无法获得我服装制版师

的标准，但我会朝着对服装制版师的那些要求来做，我会一步步拉近距离。

五. 策略实施；主要针对自己未来的还有两年的时间的计划。

大二上学期：（1），社会实践：寻找自己的专业相关的兼职（2），人际关系：继续任职学生干部来锻炼自己的管理能力，加强与同学之间的交流；（3），专业方面：时刻关注中国的流行和国际的流行，积极参加有关服装类的比赛（4）课程方面：学好课程的所有内容，并准备好英语等级和计算机等级考试下学期：（1），加强专业科目，为毕业作品做好准备；（2），建立完善的知识结构：美学，服装史，工艺学，人际学；（3），在这个学期考取“制版师和“陈列师职业资格证书。

大三学年： 积极参加校园招聘活动，学习一些求职信与简历的制作；了解招聘会的测试，学习有效应对措施，掌握实用的技巧，寻找就业岗位，为就业做好准备。

六. 结束语：其实，每个人心中都有一座山，雕刻着理想、信念、追求、报负，“成功只相信爱打拼的人，我始终相信这句话是经典的，我会朝着这个心中所向往的理想而去，不管途中遇到的一些绊脚石。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

不经历风雨怎能见彩虹。

我时刻保持一颗坚持不懈的心。

一个人获得的成功，必须付出努力、拼搏、奋斗，成功不相信眼

泪，不相信颓废，不相信幻影，只相信爱打拼的人！

