

职业生涯规划

成员：

余培

张巧玲

李小慧

目录

- 自我认知
- 职业认知
- 职业生涯规划设计
- 对此份职业生涯的说明
- 结束语

自我认知

一、自我评价

- 优点：

- 1.生活积极乐观、自信，人生目标明确并有完成的决心与毅力。
- 2.自学能力较强，有很强的上进心。
- 3.注重人际关系建设。
- 4.有强烈的发展、提升意识

- 缺点：

- 1.做事不够细心，容易冲动。
- 2.有时过于敏感。
- 3.不够成熟稳重。

二、家人评价

优点：

1. 比较争气，很听话，能照顾自己。
2. 学习很主动，爱读课外书，知识较广。
3. 生活朴素，不与人攀比。

缺点：

1. 承受能力较差，吃不了太多苦。
2. 脾气有时候很倔强。

三、老师评价

优点：

- 1.不断地挑战自我，有很强的上进心。
2. 基础知识扎实，成绩良好。
3. 主动，待人热情，同学关系非常好。

缺点：

1. 遇到重要问题有点冲动。
2. 说话思路不是很清晰。
- 3.不擅长在公众场合表现自己
- 4.在面临问题时没有足够的自信

四、朋友及同学评价

优点：

- 1.做事认真负责
- 2.对人诚恳，热情，乐于助人

缺点：

- 1.逻辑性不是很强，说话不够简明
- 2.不太讲究个人服饰，太朴素
- 3.不够主动，不够大胆

职业认知

一、外部环境分析

1.家庭环境分析：

家中经济情况不富裕，又没有什么社会关系，他们靠的是一步一步脚踏实地辛勤劳动

2.学校环境分析：

总体来讲，我校的就业率还是挺高的，近年学校各专业的毕业生就业情况都在稳步前进。但专业之间的就业率差距大。比如我们商务专业的毕业生，专业不对口较多

3.社会环境分析：

当前大学生就业形势严峻，用人单位看重学生的专业知识、敬业精神、学习沟通能力等等

二、目标职业分析

大学生就业已经成为全社会关注的问题，大学生就业率持续下降，就业问题严峻。

职业生涯规划设计

一、确立职业生涯目标

- 1.确定总目标

有稳定的工作，生活有一定的质量保证

- 2.制定长期职业生涯目标

建立自己的事业

- 3.制定中期职业生涯目标

做管理阶层

- 4.制定近期职业生涯目标

在学校积累丰富的知识和丰富的经验，毕业后应聘成为公司职员，学习经验

二、在校期间需对未来工作做的准备

在大学期间是我们为未来工作积累知识的重要阶段，因此在这段时间中我们需要努力用知识来填充自己，拓展自己的视野，了解更多的知识，培养自己与他人的交流能力，扩大人脉的范围。尤其还有对专业知识要有更多的掌握，这样才能够为我们踏上工作的路程减少障碍。

1、大一

初步了解自己所学的专业，掌握基础知识，提高交际能力，也积极参加活动，充分利用图书馆，培养广泛的兴趣爱好。

(1) 规定自己一年内必须阅读几本课外书，拓展自己的阅读范围和知识内涵

(2) 进入学生会，让自己认识更多的人，向管理阶层学习管理经验

2.大二

这一年是为未来打基础最重要的一年。积极参加社会实践活动，青年志愿者活动以及社团的各项活动，积极参加见习活动，有选择的辅修其他专业知识，努力学好各门必修课和选修课。

- (1) 争取通过英语四六级考试,报检员证书以及报关员证书。
- (2) 同时提高自己的个人气质，做一些兼职，积累社会实践经验。

3.大三

进一步扎实自己的专业知识，多争取锻炼的机会。了解最新贸易形势，关注就业形势和外贸就业趋向，对自己的就业问题，慎重考虑，为就业积极做准备。

(1) 学会简历的撰写，理论联系实际，锻炼自己的工作能力及应聘能力。

(2) 把所学的专业知识与现实相结合，根据实际情况抉择发展方向。

(3) 认真完成毕业论文，对自己各方面进一步完善和提高，为正式踏入社会做好准备。

三、解决近期的不足

- 1、学会独立处事，能尽量自己做的事情就自己做，不要依赖他人
- 2、调整思想，把心中的懒惰性去除
- 3、放宽心，不要因为一些不必要的言语而敏感到伤了和气
- 4、做事培养细心、耐心、专心，对一样东西负责到底

四、毕业后五年的计划

在毕业后我们首先考虑的是自己的生存，因此对于工作的薪金方面对择业比较重要，但也不会盲目选择职业，对于企业的发展潜力和工作氛围以及人员关系的氛围也不可忽略，还有自己在这个企业工作的提升空间也很重要。如果一份工作能够适合自己，那么就可以坚持下去，之后就可以在原有的岗位上逐渐提升，争取在5年之内达到自己预期的目标

1.第一年

这一年刚进入公司，首先要适应变化，谨慎谦虚，努力做基层工作，不怕吃苦。多学习，多观察，不会的要多请教他人，积累工作经验，此外还要打好群众关系，让自己处于和谐的人际关系中。

2.第二年

这一年对于公司的结构和管理都有了比较深的认识了，对工作流程也都有了比较透彻的了解，可以带新人了，因此工龄比自己小的员工心中有了一定的威信，但不能骄傲自大，仍需谦虚温和，为自己赢得更多的尊敬。同时还应积极积累知识和经验，毕竟工作生涯还有很长。争取受到提拔，但不必抱太大希望，即使不论能不能晋升，都要更加认真工作，争取下次有机会。

3. 第三年

这一年，扩大交际圈，与他人相处融洽，都做实事。能去其他公司进行实地考察，吸取先进经验，同时对于管理经验的累积也不可忽视。

此外，这时自己对于公司已经算是个比较重要的员工了，于是必须要积极争取提升机会，即使不被提升也要知道自己是否有提升的空间，如果还没有晋升而且也没有提升空间的话，那么就要考虑一下是否还有继续留下的必要了。

4.第四年

在这四年里是必须要经历过至少一次的晋升，否则的话就不会呆到第四年了。在这一年里要经常与管理阶层接触，从中学习管理的经验，为以后的再次提升奠定基础。对于工作也要认真负责，这样才会在工作上得到认可，被同事和管理者看重。

5.第五年

5年是一个过渡期，在这五年中对于自己的专业已经有了很透彻的了解，同时对工作也有了丰富的经验，因此要在这些基础上再次争取提升，尽量成为管理阶层，这样才能够达到自己的职业生涯规划。但是若没有达到，也不要灰心，毕竟已经从事了5年，说明这份工作很适合自己，继续做下去总会被重视的。如果已经达到管理阶层，那么5年的规划就算完成了，之后可以为自己再做一个职业规划了。

对此职业生涯的说明

计划永远赶不上变化，没有人能预测自己的未来，在总体方向不变的前提下，根据时事的变化做出相应的调整，灵活多变，富有弹性，不会因为压力太大导致遭遇过大的挫折。时常拿出自己的职业生涯规划书看看来激励下自己，力争各个击破，最终实现人生的理想。

结束语

人的一生，七分靠打拼，爱拼才会赢。在大学三年中，一定要按自己规划的那样，持之以恒的坚持下去。我一直相信一句话：天道酬勤。我相信：只要我一直努力，一定会闯出一片属于自己的天地，我的未来不是梦。

谢谢观赏