



中南林业科技大学

Central South University of Forestry & Technology

国际商务专业学生 职业生涯规划书

专业年级： 2011 级国际商务

姓 名： 黄冰卉

学 号： 20112719

指导老师： 陈洪华

实习时间： 2013 年 10 月 31 日-11 月 4 日

实验目的： 明确个人职业定位、实现路径、规划美好职业生涯

实验过程： 10 月 31 日 1—4 节 老师讲解《国际商务专业学生如何进行职业规划》。

10 月 31 日 5—8 节 测评个人性格、能力、分析职业机会，思考职业定位与行动计划。

11 月 1 日—2 日 撰写职业规划书。

11 月 3 日 演讲与分享个人职业规划书。

11 月 4 日 修改与提交职业规划书。

目 录

一、知己：个人情况评估	1
(一) 个人基本资料.....	1
(二) 个人理想职业（按顺序）	1
(三) 个人情况测评.....	1
(四) 个人情况分析.....	3
二、知彼：职业机会分析	5
(一) 国际商务专业的就业形势.....	5
三、选择：职业目标定位	6
(一) 个人 SWOT.....	6
(二) 近期职业目标.....	7
(三) 中期职业目标.....	7
(三) 远期职业目标.....	8
四、计划：行动策略制定	8
(一) 近期的行动计划及策略.....	8

一、知己：个人情况评估

个人基本资料

出生年月：1992 年 9 月 9 日

性 别： 女

毕业时间：2015 年

学 历：本科

个人理想职业（按顺序）

图书/档案管理员 顾客服务代表 记账员 服务类行业

酒店管理 人事管理人员 财务经理 办公室行政管理 管理型人员

室内装潢设计师 零售业主 较自由职业

个人情况测评

职业规划测评

职业人格类型顺序：常规型（6 分）实际型（5 分）管理型（4 分）

社会型（3 分）艺术型（3 分）研究型（3 分）

个人风格概述：支沉静，友善，有责任感和谨慎。能坚定不移地承担责任。做事贯彻始终、不辞劳苦和准确无误。忠诚，替人着想，细心；往往记着他所重视的人的种种微小事情，关心别人的感受。努力创造一个有秩序、和谐的工作和家居环境。

职业个性特征：你喜欢有明确的目标、清晰的组织制度和模式,喜欢严格按照固定的规则、方法进行重复性、习惯性的工作活动和环境。喜欢不用和人频繁接触的工作环境,如果整天得去游说别人讨好别人这会让你抓狂。你做决定前一般会事先计划好,然后有条不紊、按部就班地一步一步去实现。典型的完美主义倾向,喜欢把一切安排地井然有序,你的心才不会慌乱。

适合的职业特征： 技术领域、证券、金融业、贸易、商业领域 户外、运动、艺术等

适合的职业概述（举出部分）：信息服务业经理、计算机程序员、警官、软件开发员、律师助理、消防员、私人侦探、药剂师、证券分析员、银行职员、

管理顾问、财务顾问、电子专业人士、技术培训人员、信息服务开发人员、软件开发商、海洋生物学者、后勤与供应经理、经济学者、贸易商、商品经销商、产品代理商（有形产品）、警察、体育工作者、飞行员、雕塑家、手工制作、画家。

2、综合素质测评

人际交往水平：人际关系总体情况（23分）：交谈（5分）待人接物（5分）交际（7分）异性交往（6分）

个性风格及特征概述：实际，有条理，认真仔细。注重规则、政策、契约、例行习惯和时间要求。一旦他们承诺一件事情，总会坚持完成它。在跟进、规范方面做得很好。以第一次和每一次都做了正确的事情为荣。对需要注意的事情有敏锐的洞察力。善于尽可能有效地利用现有资源完成工作。

价值追求：重视法律、秩序、安全、得体、规则和本分。尊重权威、等级制度和权力，而且具有保守的价值观。

能力优势：善于领导统御，有自信的决策者，凭少许资讯即可当机立断，热爱挑战。

适合的职场特点：是组织机构的主要支持者，不论是在领导层还是处于被领导的位置上，最常扮演的角色就是“稳定器”——传统和现状的维护者。正如大多数“传统主义者”最喜欢的，是组织结构稳定、清楚、目标明确的岗位，不喜欢处在不断变化和杂乱状况之中的职位或组织。

适合从事的职业：医护领域、消费类商业、服务业领域

3、职业能力倾向测评

需要增强开放性，关心他人，多与他人沟通，尝试与他人共享信息；加强计划性，付出更多努力获取想要的成功；学会设立和保持对目标的坚持性；做决定的时候，尝试考虑问题多种可能性，并且重视结果对人们的影响。

适合与行为定向、关注即时情境的人共事；适合在计划定向和任务定向的环境中工作，这个环境还应该重视理性分析，鼓励对问题做出快速反应，允许有间接经验。适合的工作分为应该是能提供合适的工作自由度，鼓励独立性和自主性。

4、职业价值观测评

优势：讲求实效，喜欢行动，不爱空谈；很谦逊，对于完成工作的方法有很好的理解力；擅长分析、敏于观察、注重事实，讲究平等、公正；非常务实，能很好地利用一切可资利用的资源，善于把握机会。

劣势：只关注对自身重要的事而对其它事漠不关心；在先前的努力获得成果前，缺少坚持性；努力不足，过度注重有利性而走捷径；犹豫不决，欠缺兴

趣、活力、坚持性。

(四) 个人情况分析

1、个人职业规划分析

把测试前自己心目中最理想的职业来跟测评结果作对比，基本上一致（医护领域、消费类商业、服务业领域），也可以看出目前自己对个人情况和职业目标的了解还是比较深入的。但有几点必须看到的是，首先，目前本人的专业是国际商务，而在此次的职业规划中显示我很适合商务管理行业。但是毕竟本专业就业有限，而与本专业息息相关甚至此延伸而出的相当一部分职位要求要有耐性做一些一成不变的工作（如资产评估、国际结算、信贷等业务），而个人的风格偏向于感性，恐怕很难长时间从事此类行业。再者经济金融类的大多数投资活动要求保守大于冒险，我的气质类型是传统主义者，在商场上难免畏首畏尾。

从职业规划测评结果中还看出，我得身上散发着浓郁的道家文化气息，行为处事如同漆黑中的恒星，存在并低调着，不喜欢办公室的明枪暗箭与你争我夺。渴望简单的、开放的公司文化。

总是想刻意回避和人接触的机会，能打电话最好不见面，能发电邮最好不打电话，因为与人面对面的交锋，会给予无形的心理压力。

我=是很好的执行者，办事可靠，效率高。领导把工作交给我如同给工作买了一份保险。而在职业生涯中，踏实、忠诚可靠，也将是上司放心信任的好员工。

我比别人要有耐心，会注重微小的细节，除非被繁重的工作压得上气不接下气，不然丢三落四、虎头蛇尾的事情几乎和我绝缘。

我传统、害怕改变，在我的人生词典里，平常心是一个很重要的词语。凭着习惯去生活，不容易偏离轨道，不会在人生的某个十字路口迷失自己。

结合自己个人以往的学习及社会学生工作情况，首先结合本人学生时代担任班委和学生干部的经历，我对常规工作的兴趣倾向一般，你对那些规范化的工作或者活动不是特别有兴趣，但是也不是特别反感，在需要的情况下也能把这类工作做得比较好，例如文书、文档整理、数据处理和分析等。在性格上，我比较有耐心、有条理、有毅力，做事情也比较有效率，一旦接受了任务和工作，都会比较认真负责，值得信赖。其次在社团里摸爬滚打了一年之后，我成为了一个多侧面的人，也许可以算是一个较圆滑的人。对待不同的人，有不同的态度，而不同的人对我也有不同的评价。我的朋友关系某方面是和谐的、良好的，某些方面却是紧张的恶劣的，因为我遵守的宗旨是朋友在精不在多。

所以在这个个人职业规划分析后得出的结论是，从职业的类型偏向上来说，本人适合酒店管理 人事管理人员 电脑操作员 信贷顾问 零售业主等井井有条无需冒险的工作。

2、个人综合素质分析

我得性格倾向为 ISFJ，此类型的人忠诚、有奉献精神和同情心，理解别人的感受。他们意志清醒而有责任心，乐于为人所需。 ISFJ 型的人十分务实，他们喜欢平和谦逊的人。他们喜欢利用大量的事实情况，对于细节则有很强的记忆力。他们耐心地 对待任务的整个阶段，喜欢事情能够清晰明确。 ISFJ 型的人具有强烈的职业道德，所以他们如果知道自己的行为真正有用时，会对需要完成之事承担责任。他们准确系统地完成任任务。他们具有传统的价值观，十分保守。他们利用符合实际的判断标准做决定，通过出色的注重实际的态度增加了稳定性。 ISFJ 型的人平和谦虚、勤奋严肃。他们温和、圆通，支持朋友和同伴。他们乐于协助别人，喜欢实际可行地帮助他人。他们利用个人热情与人 交往，在困难中与他人和睦相处。 ISFJ 型的人不喜欢表达个人情感，但实际上对于大多数的情况和事件都具有强烈的个人反应。他们关心、保护朋友，愿意为朋友献身，他们有为他人服务的意识，愿意完成他们的责任和义务。

在人际交往测评的结果中，除了异性交往方面分数为 5，也许是不善于和异性进行交往，也许存在着过分的思慕异性或对异性持有偏见，也许是不知如何把握好与异性交往的分寸而陷入困扰之中。其他待人接物、交谈、交际方面都是 7。这表明我很维护自己的朋友圈，并维护这个情感的家园。社交活动对于我是交流的良好场所，在这里可以结识新朋友，听到新声音，是件美妙的事情。

在价值观方面，我相信事实、已证实的数据、过去的经验和“五官”所带来的信息，喜欢有结构有条理的世界，喜欢做决定，是一个既现实又有明确目标的人。

在能力优势一项中我具有友善、负责、认真、忠于职守的特点，只要认为应该做的事，不管有多少麻烦都要去做，但却厌烦去做我认为毫无意义的事情。

我务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。善于独立思考、收集和考察丰富的外在信息。不喜欢逻辑的思考和理论的应用，拥有对细节很强的记忆力，诸如声音的音色或面部表情。

我与人交往时较为敏感，谦逊而少言、善良、有同情心，喜欢关心他人并提供实际的帮助，对朋友忠实友好，有奉献精神。

我做事有很强的原则性，尊重约定，维护传统。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，依据明晰的评估和收集的信息来做决定，充分发挥自己客观的判

断和敏锐的洞察力。

所以在这个个人综合素质分析后得出的结论是，从能力素质和价值追求上来说，本人适合 技术领域、证券、金融业、贸易、商业领域 户外、运动、艺术等。

3、职业能力倾向分析

在职业倾向测试中，我的优势在于讲求实效，喜欢行动，不爱空谈；很谦逊，对于完成工作的方法有很好的理解力； 擅长分析、敏于观察、注重事实，讲究平等、公正；非常务实，能很好地利用一切可资利用的资源，善于把握机会。但是也存在相应的劣势， 容易只看到事情有黑和白两种情况，而看不到中间的灰色地带。可能不能很快地做出改变和适应。有时不擅长变通、缺乏想象力。

4、职场发展建议

需要增强开放性，关心他人，多与他人沟通，尝试与他人共享信息；加强计划性，付出更多努力获取想要的成功；学会设立和保持对目标的坚持性；做决定的时候，尝试考虑问题多种可能性，并且重视结果对人们的影响。

适合与行为定向、关注即时情境的人共事；适合在计划定向和任务定向的环境中工作，这个环境还应该重视理性分析，鼓励对问题做出快速反应，允许有间接经验。适合的工作分为应该是能提供合适的工作自由度，鼓励独立性和自主性。

二、知彼：职业机会分析

（一）国际商务专业的就业形势

由于本人目前的专业为国际商务，所以在此对国际商务就业的现状进行分析。

自我国的国际贸易大幅度逆差，人民币汇率持续走高的客观经济形势下，我国对外贸易的格局也因此发生了巨大的变化，即已经由出口为主转向进出口相结合，利用我国外汇充足的良好条件，从国外引进一些先进的技术设备及工业半成品，同时加强海外投资的力度。以外经贸大省的广东为例，每年的外贸进出口占全国的约 30%，引进外资数占全国的约 40%，还有相当的广东企业开始了大举进军海外，在海外投资各类企业的数量增加很快，国际商务人才的缺口也随之加大，这些企业需要大量懂得外语的外向型经济的人才，人才需求的具体数量因各地经济总量不同而有所区别，但是，专家预测大概每年在五十万人以上。由此看来，毕业生就业空间很大，特别是在珠江三角洲、长江三角洲地区，其就业的岗位选择余地更大，这就为本专业的生存和发展提供了良好的

外部条件。随着环北部湾经济带的逐渐繁荣,港区 国际物流贸易的加快发展,国际商务人才的需求量会逐年提高。

(二) 国际商务专业的素质要求

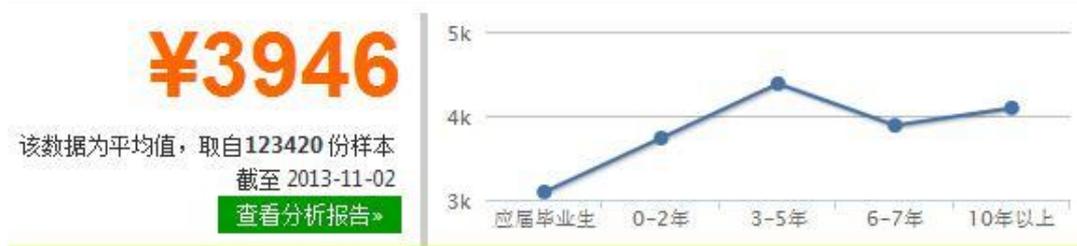
国际商务服务岗位涵盖的范围、内容最大、最多,如机械、电子电气、化工、矿产、农产品、服务等,可以根据人才培养方向取舍。培养学生具备较高的外语水平和国际政治经济方面的背景知识,能运用英语和电子计算机等从事涉外经贸工作。使本专业毕业生应能胜任对外经济贸易部门和外贸公司企业的业务工作,国内外金融机构的业务工作,国际化企业的经营管理工作,驻外商务机构以及海外驻华商务机构的业务代办,涉外运输企业的业务工作等。

(三) 国际商务专业的工作环境

本专业学生毕业后可在跨国公司、外向型企业和外资企业等从事国际商务活动的商务代表、国际商务师及国际化经营工作;或者在涉外经济贸易部门及政府机构从事对外经营管理、政策法规制定与实施,以及国际化商务活动策划工作。

(四) 国际商务专业的工资薪酬

薪酬概况 (按国际商务相关的职位薪酬进行统计)



三、选择：职业目标定位

现在结合本人的具体情况,包括本人的毕业院校、学历、专业、学业、个人特长、获奖情况、社会工作经验和职位意向来进行 SWOT 分析。

(一) 个人 SWOT

1、Strengths (长处、优势)

首先,在专业上具有优势。因为目前在银行中普遍缺少精通国际业务(如国际结算、外汇买卖)的国际商务专业的人员。其次,在个人特长方面,本人的英语口语比较好,这也可以成为一块敲门砖。第三,本人在大学期间致力于积累自己的社会经验,积极接触销售、社会服务经验,获得公益活动证书。第四,本人不断丰富自己的课外文化,学习多种语言,增加自身内涵。

2、Weaknesses (短处、劣势)

首先，在毕业院校和学历上有比较明显的劣势。本人的毕业院校虽说为湖南省著名林业大学，但毕竟商科不精。而在学历方面就更加明显了，本科的学历在就业的开始就已经缺乏竞争力，以后的升迁也有一定的障碍。

3、Opportunities（机会、机遇）

本专业毕业生就业面很广，包括专业外贸公司，各大中小型企业，各级国家政府机关等。国际商务专业人才一直是市场上紧缺的人才，随着我国改革开放的深入，国际商务人才愈是紧缺。因此，本专业的就业率很高，99 级以前各届毕业生就业率几乎达 100%，00 级以来毕业生就业率为 95%以上。首先，要抓紧人才短缺这一机遇，努力地加强自己的业务能力，尤其是国际结算和外汇买卖的能力。其次，要努力地增加自己在各个业务的工作经验，以增加升迁的机会。因为随着银行的国际化，必将有更多的国际业务产生，掌握更多的业务也就为自己增加了更多的筹码。

（二）近期职业目标

未来 2 年内，掌握马克思主义经济基本理论和方法；西方经济学、国际经济学的理论和方法；国际商事活动的基本知识和基本技能；国际市场营销的本领；能运用计量、统计、分析方法进行分析和研究；了解国际经济学、国际贸易理论发展的动态；了解主要国家和地区经济发展情况及其贸易政策和发展动态；了解中国的经济政策和法规发展动态；能够熟练地掌握商务英语，具有听、说、读、写、译的基本能力；能利用计算机和其他经济分析工具从事涉外经济工作。争取有限的时间多看一些有用开阔视野的课外书；努力完成大三剩下的课程并写好毕业论文。

（三）中期职业目标

未来 2-5 年，尽快完成国际商务的本科学位，并在作为毕业生时可获得以下几方面的基本知识和职业能力：（1）掌握国际贸易理论，了解有关经济法规和各主要国家、地区的贸易政策；（2）熟练地掌握一门外语；（3）熟练地应用计算机从事国际贸易的业务工作；（4）了解涉外经济法规和主要国家地区的贸易政策。（5）具有较强的人际沟通和业务拓展能力。

（三）远期职业目标

未来 5-10 年，工作或创业，争取实现自己的最终职业目标和梦想——成为在跨国公司、外向型企业和外资企业等从事国际商务活动的商务代表、国际商务师及国际化经营的高级管理人才；或者在涉外经济贸易部门及政府机构从事对外经营管理、政策法规制定与实施，以及国际化商务活动策划的综合性高级专门人才。

四、计划：行动策略制定

（一）近期的行动计划及策略

在综合考虑各执行事项的先后轻重问题，管理时间的问题和可能出现的干扰问题后，现提出以下的行动计划策略：（按时间先后顺序）

1. 争取考到 BEC 中级证书。如受干扰，则此项无论如何为优先完成项。
2. 努力完成大三剩下的课程并写好毕业论文。如受干扰，则尽量把该项完成得最好。
3. 将本专业的课本大致上复习一下，以便工作应聘时应对自如。如受干扰，则尽量完成。
4. 大四实习时在公司积累经验，以便毕业时工作或创业更加顺利。如受干扰，则尽量把该项做得最好。
5. 力争在大四把本校市场营销专业的课本全部看完。如受干扰，则尽量完成。
6. 争取有限的时间多看一些有用开阔视野的课外书。如受干扰，则尽量完成。
7. 尽快完成商科的本科学位，并力争考上更高一层学府的硕士学位。如受干扰，则此项无论如何为优先完成项。
8. 尽快完成市场营销硕士学位（完成期间为 08.7-10.7）。如受干扰，则尽快完成此项。
9. 工作数年经验丰富后，考虑自主创业或职位提升，争取实现自己的最终职业目标和梦想。