

# 我的职业生涯规划

规划人：

时间：2013年3月

学校：XX师范大学科文学院

人生格言：有志者，事竟成！

## 个人资料

真实姓名：

性别：男

年龄：岁

籍贯：

所在学校及学院：江苏师范大学科文学院

所在班级及专业：

学号：

联系电话：

E-mail：

# 目录

引言

## **第一章 认识自我**

职业兴趣

职业性格及适应性

个人特质

职业价值观

## **第二章 环境分析**

家庭环境分析

学校环境分析

社会环境分析

职业环境分析

## **第三章 职业目标的分解与组合**

短期计划

中期计划

长期计划

## **第四章 动态调整**

规划调整的原则

规划调整的内容

规划调整的时间

规划调整的策略

## **第五章 结束语**

# 引言

## 用心规划职业生涯，千锤百炼成功人生

在今天这个人才辈出的社会里，在如此快速运转的社会里，职业生涯规划对于我们大学生来说已是必不可少的了，我们应在刚入大学之后不久就准确地为自己定位，因为大学学生会、社团、职业生涯规划课等等就足以显现出你适合你的岗位，角色。而且对于生活在 21 世纪的我们来说，更应该把握住时代的脉搏，掌握好各职业的发展趋势，各行业需要的毕业生是有限的，但是我们发展的情景是无限的，我们身体里的能量是无限的，如果不进行有目的的，有效率的职业规划，我想我们未来的道路也会变得曲折，有目标有动力有激情才是当代大学生所应该拥有的。现在的大学生找工作是越来越难，所以在如

此严峻的就业环境下，我们应该为自己的未来做好规划，知己知彼，百战不殆。

我相信天道酬勤，我相信有志者事竟成，我相信拥有双手、智慧和爱，就可以创造出美好的未来。在人生的道路上，重要的不是你现在的位置，而是迈出的下一步的方向。审视自己，了解自己，认识自己，评估自己，将自己置身职场，勇敢地走出人生的那步棋，我们只是一颗普通的棋子，而我们如何赢得整盘棋，这才是最重要的，那就是整盘棋的布局，分工，互补，内部与外部的相互配合，精心设计的棋盘布局，见招拆招的灵活思路，在这里，每一步都联系着你的胜负，俗话说：一着不慎，满盘皆输。所以，弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职位面前我会选择什么等问题，才是我们赢得整盘棋的基础，坚定不移的战胜自己，战胜他人。

## 第一章 认识自我

苏格拉底曾经提过一个著名的论题：“认识你自己”，老子也说过“知人者智，自知之明。”大军事家孙子也曾说过：“知己知彼百战不殆”的名言。从古到今，人们对于自己的认识一直没有停止过。下面我将通过各项报告及自我分析来认识自我。

### 一、职业兴趣

兴趣，以我的理解就是喜欢做某件事情。我认为兴趣是会变的。那么，现在的兴趣就是我以后寻找职业的方向。

职业兴趣测验法

霍兰德职业兴趣测评是由美国著名职业教育专家霍兰德(Holland)经过长期实践研究编制而成,该测评具有较高的准确性,大量应用在指导求学、求职和工作转换等方面。

霍兰德认为兴趣是人们活动的巨大动力,人们凡是对有兴趣的职业,都可以提高其积极性,促使其积极地、愉快地从事该职业,并有助于在该职业上取得成功。霍兰德认为人的职业兴趣可分为现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型和常规型六种类型。

这六种人格类型的特征分别是:

现实型(R):其基本的倾向是喜欢以物、机械、动物、工作等为对象,从事有规则的、明确的、有序的、系统的活动。因此,这类人偏好的是以机械和物为对象的技能性和技术性职业。为了胜任,他们需要具备与机械、电气技术等有关的能力。他们的性格往往是顺应、具体、朴实的,社交能力则比较缺乏。

研究型(I):其基本的倾向是分析型的、智慧的、有探究心的和内省的,喜欢根据观察而对物理的、生物的、文化的现象进行抽象的、创造性的研究活动。因此,这类人偏好的是智力的、抽象的、分析的、独立的、带有研究性质的职业活动,诸如科学家、医生、工程师等。

艺术型(A):其基本的倾向是具有想象、冲动、直觉、无秩序、情绪化、理想化、有创意、不重实际等特点,他们喜欢艺术性的职业环境,也具备语言、美术、音乐、演艺等方面的艺术能力,擅长以形态和语言来创作艺术作品,而对事务性的工作则难以胜任。文学创作、音乐、美术、演艺等职业特别适合于他们。

社会型(S): 其基本的倾向是合作、友善、助人、负责任、圆滑、善于社交言谈、善解人意等。他们喜欢社会交往, 关心社会问题, 具有教育能力和善意与人相处等人际关系方面的能力, 适合这一类人的典型的职业有教师、公务员、咨询员、社会工作者等以与人接触为中心的社会服务型的工作。

企业型(E): 其基本的倾向是喜欢冒险、精力充沛、善于社交、自信心强。他们强烈关注目标的追求, 喜欢从事为获得利益而操纵、驱动他人的活动。由于具备优秀的主导性和对人说服、接触的能力, 这一类型的人特别适合从事领导工作或企业经营管理的职业。

常规型(C): 其基本的倾向是顺从、谨慎、保守、实际、稳重、有效率、善于自我控制。他们喜欢从事记录、整理档案资料、操作办公机械、处理数据资料等有系统、有条理的活动, 具备文书、算术等能力, 适合他们从事的典型职业包括事务员、会计师、银行职员等。

人们通常倾向选择与自我兴趣类型匹配的职业环境, 如具有现实型兴趣的人希望在现实型的职业环境中工作, 这样可以最好地发挥个人的潜能。但在具体职业选择中, 个体并非一定要选择与自己兴趣完全对应的职业环境, 这主要是因为个体本身通常是多种兴趣类型的综合体, 出现单一类型显著突出的情况不多, 因此评价个体的兴趣类型时也时常以其在六大类型中得分居前三位的类型组合而成, 组合时根据每个类型得分高低依次排列字母, 构成其兴趣组型, 如EIS、AIS等。通过霍兰德职业兴趣测评, 我发现我是一个职业兴趣类型属于: 社会型、现实型、传统型(SRC)的人。

## 二、职业性格及适应性

能力是人顺利完成某种活动所必须具备的心理特征，他总是和人的某种活动相联系并表现在活动中。能力对事情的成败具有相当的影响，因而它是我们在进行职业生涯规划时必须考虑的重要因素。

一个人职业能力的高低就能直接决定一个人未来的职业选择。只有较好的职业能力才能适应时代的发展，才能从如此激烈的竞争中脱颖而出。

每个人都有自己擅长的一面。所以我们在选择自己的职业时要扬长避短，要选择自己能力范围以内的职业。等以后自己的能力提高了再去准备向更高的自己也迈进。

通过 MBTI 理论与职业性格测试，我发现自己的职业性格为 **保护者-ISFJ**

### 照顾者型（ISFJ）的综合描述

作为一个 ISFJ，你的首要生活模式注重内省，通过五感来直观具体地认识事物。你的次级生活模式是外向的，在这种模式中，你通过自己对事物的感觉或者它们是否符合你的价值体系来处理问题。

ISFJ 所生活的世界实在而平和。他们非常热情亲切，总是愿意相信别人好的方面。他们重视和谐与合作，对他人的感受通常也会十分敏感。人们尊重 ISFJ，不仅因为他们考虑周到、观察仔细，还因为他们总是能通过自己对别人良好的愿景来挖掘他人的潜力。

ISFJ 的内心世界十分丰富，而旁人常常难以觉察到这一点。ISFJ 们会不断吸收那些对自己来说重要的他人和情境的信息，并将这些信息储藏起来。由于 ISFJ 对于对自己的价值体系有重要意义的信息往往都有着极为出众的记忆能力，因此他们所储备的这些丰沛的信息常常极为准确。只要 ISFJ 为某个情境所动，他们就非常有可能在事情发生的数年之后还能记得当时的一个表情或一段谈话的细节，这种现象根本不足为奇。

ISFJ 们对于事物有自己清楚的认识，这是他们不断努力获得的能力。他们重视安全感和友善的感觉，尊重传统及法律。他们相信现存的体系，认为它们之所以存在是因为能够正常运转。因此，他们不会尝试用新的方法来解决问题，除非让他们明确地看出其相对于旧方法的优势所在。

ISFJ 学习的最佳途径就是实践，而非照本宣科或引用理论。正因为这样，在那些注重概念分析或理论的领域很难看见 ISFJ 的身影。他们重视实际应用。传统的高等教育由于需要和大量理论化及抽象化的内容打交道，因此对 ISFJ 来说是很是麻烦。如果 ISFJ 了解所做任务的实际应用，他们就能很快掌握。此外，一旦他们掌握如何工作，并理解其在实践方面的重要性，ISFJ 就会忠实且不知疲倦地从一而终。ISFJ 类人群是极端可靠的。

ISFJ 有着极为成熟的空间感、功能感及美感。由此，他们的家居布置往往漂亮且实用。他们特别擅长内部设计装潢。ISFJ 的这种特殊的能力，加上对别人的感受和愿望敏锐洞察力，让他们成为绝佳的“送礼者”——总能找到让别人爱不释手的物品。

相较之其他性格类型，ISFJ 对于自身以及他人的内在感受极为敏感。他们通常不轻易流露自己的情感，而是将它们留在自己心里。因此一旦产生任何负面情感，这些情绪就可能在 ISFJ 体内慢慢滋长，并逐渐形成对他人固执的批判观念。而且，这些观念一旦形成就很难消减。许多 ISFJ 都学着表达自己，并为自己寻找发泄情绪的方式。

正如 ISFJ 不大会表达出自己的感受一样，对于他人的感受，即使了解，他们也往往采取闭口不提的态度。然而，当他们觉得别人真的需要帮助时，就会毫无保留地说出来。在这种情况下，ISFJ 能够真正地帮助其他人认识到自己的感情。

ISFJ 拥有强烈的责任感和使命感。他们对待自己的责任认真严肃，而且绝对会一而终。正是出于这种原因，人们总会信任依赖于他们。每当别人要求他们做某事时，ISFJ 很难拒绝对方，并可能因此而让自己负担过重。在这种情况下，ISFJ 通常不会向别人表达自己的难处，不仅仅是因为他们强烈厌恶矛盾冲突，还因为他们总将他人的需要置于自己的需要之上。如果 ISFJ 希望避免过度劳作，或者

不希望自己的劳作被别人认为是理所当然的话，就要学会认清、重视并表达自己自身的需要。

ISFJ 们需要从他人那里得到正面的回馈。当缺少正面回馈，或者面对批评时，ISFJ 会显得消沉，甚至可能会变得郁郁寡欢。当他们意志消沉或承受巨大压力之时，ISFJ 就开始设想那些生活中可能会出现致命错误。他们会强烈感到自己无能，并确信“一切都出错了”，或者“我什么也做不好”。

### 三、职业价值观

我个人觉得价值观非常重要，按照课本上表格，我属于

## 第二章 环境分析

### 一、家庭环境

### 二、学校环境

#### 学校环境



## 江苏师范大学概况

江苏师范大学的前身是1952年创办于江苏无锡的苏南军区转业干部文化速成学校，战功卓著的刘先胜中将为第一任校长。1956年学校暂名“江苏省中学师资训练班”（无锡师范专科学校筹备处），正式纳入普通高等教育序列招生。1957年成立江苏师范专科学校。1958年学校北迁徐州，1959年与徐州师范专科学校合并，成立徐州师范学院，是当时苏北地区唯一的本科高校。60年代初，全国高校布局调整，敬爱的周恩来总理指示：“徐州地区地域辽阔，要有大学”，学校因此得以保留。从此，学校扎根苏北，艰苦创业，逐步发展。1979年开始招收硕士研究生，1981年成为全国首批硕士学位授予单位。1996年，经原国家教委批准，学校更名为徐州师范大学。1999年原煤炭部所属的徐州工业学校并入。2011年11月，教育部复函江苏省人民政府，同意徐州师范大学更名为江苏师范大学。

在学校发展史上，有著名的汉语言学家廖序东教授，著名诗人、中国现代文学研究专家吴奔星教授，戏剧家、中国古代文学史家王进

珊教授，中国古代文学研究专家吴汝煜教授，教育家刘百川教授，心理学家张焕庭教授，历史学家臧云浦教授，地理学家罗其湘教授等一批国内外知名专家学者。建校以来，全校师生秉承“崇德厚学，励志敏行”的校训，发扬“厚重笃实，艰苦创业”的校园精神，经过不懈努力，各项事业都有了快速发展。

学校现有泉山、云龙、奎园、贾汪4个校区，占地2047亩，校舍面积81.2万平方米，其中实验室总面积11.23万平方米；固定资产总额11.3亿元，其中教学科研仪器设备总值2.27亿元；图书馆藏书近250万册。学校设有3个试点学部、21个专业学院以及教师教育学院、继续教育学院和独立学院科文学院。现有70个本科专业，26个一级学科硕士点，覆盖十一个学科门类。有教育硕士、体育硕士、汉语国际教育硕士、艺术硕士和翻译硕士等5个专业硕士学位授权点，并具有以同等学力申请硕士学位授予权和硕士研究生推免权。现有在校普通全日制本科生24914人（含独立学院8243人），硕士研究生2890人（含教育硕士661人），成人高等学历教育学生8353人。学校是全国首批200所“有资格接收外国留学生的高校”之一，相继与美国、英国、日本、韩国、澳大利亚、俄罗斯、白俄罗斯、乌兹别克斯坦和巴基斯坦等国的20余所高校建立了校际友好合作关系，先后接收24个国家和地区的留学生来校学习。学校已在美国和澳大利亚建立了孔子学院，并与澳大利亚、日本、俄罗斯和白俄罗斯等国高校开展了合作办学和学分互认项目。与哈佛大学、香港大学等世界著名高校合作开展了师资和管理人员培训项目。建校以来，学校已向社会输送了十余万名毕业生，

一大批作出突出成就的江苏师范大学校友活跃在政治、经济、文化、科技和教育等各个领域。



学校坚持以人才培养为中心，以就业市场为导向，积极推进教育教学改革，人才培养质量不断提高。2004年在教育部组织的本科教学工作水平评估中获得优秀等次。2006年英语专业本科教学工作接受教育部单项专业评估也获得优秀等次。学校现有国家级特色专业建设点4个，“十二五”专业综合改革试点项目2项，国家级精品课程2门，国家级教学团队1个，国家级精品教材1种；获得省级教学成果特等奖1项、一等奖7项、二等奖29项，有省级品牌、特色专业20个，省级重点专业类11个，省级优秀教学团队2个，省级精品教材10种，省级优秀精品课程47门，省级人才培养模式创新实验基地1个，获得“中地共建”实验室项目15项，拥有省级实验教学示范中心14个。学校被省教育厅确定为江苏省大学生文化素质教育基地、师范生素质教育基地、中小学骨干教师省级培训基地、中等职业教育师资省级培养基地和基

基础教育新课程师资省级培训基地，并且是江苏省五个区域性大学生心理健康教育研究中心之一。

学校积极实施人才强校战略，师资队伍建设取得显著成效。在现有的1365名专任教师中，有教授211人（其中博士生导师34人）、副教授452人，具有博士学位者434人。有两院双聘院士3人，中国社科院学部委员（双聘）1人，长江学者特聘教授1人，长江学者、国家杰青级人才（双聘）18人，“江苏特聘教授”1人。1名教师被授予“全国先进工作者”称号，3名教师被授予“全国五一劳动奖章”，2名教师被授予“全国模范教师”称号，1名教师被授予“全国优秀教师”称号，4名教师为教育部“新世纪优秀人才”支持计划入选者，1名教师入选教育部“高校优秀青年教师奖”，1名教师入选教育部“高等学校骨干教师资助计划”，33名教师享受国务院颁发的政府特殊津贴，9名教师获得“江苏省有突出贡献的中青年专家”称号，1名教师为江苏省“双创计划”引进人才，3名教师获得“江苏省高校教学名师”称号，1名教师为“江苏省普通高校优秀学科带头人”，5人为省政府“333高层次人才培养工程”中青年科技领军人才，64人次为省政府“333高层次人才培养工程”中青年科学技术带头人，38人为省“青蓝工程”中青年学术带头人，61人为省“青蓝工程”优秀青年骨干教师，7人为省“六大人才高峰”培养对象；有江苏省“青蓝工程”优秀学科梯队3个，江苏省“青蓝工程”科技创新团队3个，江苏省高校优秀科技创新团队2个。

学校注重学科建设与科研工作，内涵建设水平稳步提升。获得江

苏高校优势学科建设工程一期项目4项；有一级学科省重点学科9个；建有省高校重点实验室3个，省哲学社会科学研究基地1个，省决策咨询研究基地1个，省高校哲学社会科学重点研究基地3个。近五年来，共获得各级各类纵向科研项目700余项，其中国家基金项目170项，国家社科基金重大项目4项、重点项目4项，国家自然科学基金重点项目1项；获得包括中国高校人文社会科学研究优秀成果一等奖、二等奖和三等奖，教育部高等学校自然科学研究优秀成果二等奖，教育部全国教育科学研究优秀成果三等奖，江苏省哲学社会科学优秀成果一等奖，江苏省科学技术三等奖在内的部省级以上科研奖励近60项。共发表论文7250篇，其中被SCI、EI、ISTP、CSSCI等收录论文1775篇；出版著作163部，出版教材83部，获得专利59项。《语言科学》杂志入编《中文核心期刊要目总览》和CSSCI来源期刊，并获第一批国家社科基金学术期刊资助；《江苏师范大学学报（哲学社会科学版）》入编《中文核心期刊要目总览》，其“留学生与近代中国研究”专栏获教育部高校哲学社会科学第二批名栏；《江苏师范大学学报（自然科学版）》连续被评为中国科技核心期刊，并于2009年被评为“RCCSE中国核心学术期刊”。

学校积极拓展服务地方经济社会发展的新途径，社会服务能力不断彰显。近年来，立足基础教育改革和区域经济社会发展需求，先后与苏北十校共建教学科研联合体，与徐州、盐城、连云港、宿迁和宁夏中卫等地方政府建立了校市战略合作关系，与徐工集团等企事业单位建立了技术合作关系。学校积极推进省级大学科技园和省级技术转

移中心建设，大学科技园已被认定为国家级“高校学生科技创业实习基地”。学校主动发挥作为苏北地区唯一的江苏省干部教育培训基地的服务功能，不断为推进校地、校企深度合作，全面融入地方经济社会创新驱动发展战略建立新途径。

近年来，我校学生获得“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛二等奖、全国大学生艺术展演一等奖、全国大学生数学建模竞赛一等奖等多项大奖，以及国际、国内多项重要体育赛事的单项冠军。校女子足球队多次获得中国大学生女子足球锦标赛冠军，主力队员曾入选国家队参加第五届女足世界杯和北京奥运会，以我校女足为班底组建的中国大学生女子足球队在第23届世界大学生运动会上获得亚军，2012年我校女足代表江苏获得第九届全国大学生运动会女子足球项目冠军。由我校师生自编、自导、自演的电视剧《无雨的日子》获得第五届全国大学生电视作品大赛最高奖——理想杯。学校多次被评为“江苏省大学生心理健康教育工作先进集体”，并被授予“全国大学生心理健康教育先进单位”称号。学校四次被江苏省表彰为“就业工作先进集体”，大学生暑期社会实践活动连续十一年受到中宣部、教育部、团中央和全国学联的联合表彰。

学校已连续十次被省委、省政府表彰为“江苏省文明单位”，四次被表彰为“江苏省文明学校”，五次被表彰为“江苏省文明单位标兵”，2011年，学校被授予第三批“全国文明单位”荣誉称号。面向“十二五”，学校将继续全面贯彻落实科学发展观，坚持改革创新、开放办学，为把学校建设成为高水平、有特色、有品位的综合性教学

研究型大学而努力奋斗！

## 科文学院概况

江苏师范大学科文学院是经国家教育部批准建立的独立学院，前身是 2000 年成立的徐州师范大学科文学院。学院坐落于历史文化名城徐州市，毗邻江苏师范大学主校区，校园景色秀丽，环境幽雅，占地 400 余亩，建筑面积 14 余万平方米。学院下设中文系、外语系、社会工作系、管理系、经济学系、信息科学系、生物与化学系、环境与测绘系、机电工程系和传媒与艺术系等 10 个系，现有本科专业（方向）38 个，在校生 8000 余名。

科文学院依托江苏师范大学雄厚的师资力量、一流的教学实验设备、馆藏丰富的图书馆等优质教育资源办学，既可实现资源共享，又使学生的学习、生活、校园文化活动与校“母体”融为一体，为学生健康成长提供了深厚的人文底蕴和良好的育人氛围。此外，学院还加大资金投入，建有实验实训大楼、大学生活动中心、学术报告厅、高标准学生公寓、食堂及塑胶运动场等，并努力打造“数字化”校园，形成了校园计算机网络系统、图书资料网上检阅系统、校园中英文无线广播系统、校园治安监控系统、校园电视直播系统等，实现了教学手段和教育管理现代化。

科文学院办学以来，始终坚持以市场和社会需求为导向，以培养学生基本素质、综合能力和就业竞争力为重点，秉承“厚基础、重实

用、强技能、优素质”办学理念，努力把学生培养成德、智、体全面发展的高素质应用型人才。在各级各类竞赛活动中，科文学院学生取得了令人瞩目的成绩和荣誉：2010年我院张雪晨子同学在第六届“德艺双馨”中国文艺展示活动中荣获表演主持组金奖，王抗抗、张亚萍同学在全国大学生英语竞赛(NECCS)中荣获三等奖，胡健同学在“魅力校园”第五届全国校园文艺汇演暨第十届全国校园春节联欢晚会中荣获一等奖，杨玲燕、吴江雪两位同学在第三届中国大学生公共关系策划大赛中荣获优秀奖，孙娟同学在第三届全国高等院校学生语言文字基本功大赛中荣获三等奖，邵基亮等三位同学在全国大学生电子设计竞赛 TI 杯模拟电子系统设计竞赛中荣获二等奖，杨广超等五位同学取得两项国家实用新型专利证书；2011年我院窦鹏同学在第五届中国小号艺术周暨全国小号展演中荣获青少年组金奖，杜芋萱同学在韩国际“木槿花奖”音乐舞蹈艺术大赛中荣获西洋器乐组金奖，刘雅君同学在创意中国·第五届全国设计艺术大奖赛中荣获优秀奖，李如阳、刘雪石等六位同学在全国大学生电子设计竞赛中荣获江苏赛区二等奖，戴砚心同学在“花桥国际商务城”杯江苏省第六届大学生职业规划大赛中荣获本科组一等奖，严丹同学在第七届全国大学生“用友杯”沙盘模拟经营大赛江苏省总决赛中荣获三等奖，李天鹏同学在江苏省工艺美术艺术大赛中荣获优秀奖。一大批毕业生立足基层，勇于奉献，做出了突出成绩，如我院2004届毕业生李伟，参加志愿者服务西部计划到陕西省支教，由于工作突出，先后获得“中国青年志愿服务金奖”、“感动陕西十大人物”、“陕西省十大杰出青年”光荣称号；毕业

生张弛、臧静、稽芳、戴峰等被选聘到农村任村官，在各自岗位上作出了突出成绩，张弛同学被评为首届“中国优秀大学生村官”，臧静同学被推选为共青团第十六次全国代表大会代表，她是当年江苏省 1000 多名大学生村官中产生的唯一代表，稽芳和戴峰两位同学则因业绩显著，被破格选拔为团县委书记。同时，科文学院学生考取硕士研究生人数多、比率高，每年均有百余人考取硕士研究生，且考取院校中不乏北京大学、浙江大学、香港中文大学等名校，还有部分学生在硕士毕业后选择继续攻读博士学位。



经过多年的教育教学改革和人才培养模式创新，我院各项事业迅速发展，人才培养质量逐年提升，社会对我院的毕业生认同度高、反映好，据江苏省大学生就业主管部门统计，我院连续四届本科毕业生就业率均高达 97%以上，名列同类高校前列。

### 三. 专业与职业分析

中国语言文学类（汉语言文学、汉语言文学（高级文秘）、汉语言文学（涉外文秘））

### **(1) 汉语言文学专业培养目标:**

**培养目标:**本专业培养理论知识扎实,基本技能强,综合素质高,富于竞争力和实践能力,培养能够进入研究生阶段深造学习的能力,能够在政府机关、新闻单位、出版部门、各类学校、科研机构、企事业单位从事语言文字及管理工作的应用型高级人才。

**主要课程:**大学英语、计算机应用基础、现代汉语、古代汉语、中国现当代文学作品选读、中国古代文学作品选读、外国文学作品选读、文学概论、基础写作、应用写作、美学、语言学概论、逻辑学,比较文学、古代文学批评史、文学评论写作、中国语言学史、西方语言学史、办公自动化、中国现当代文学思潮、礼仪实务、秘书实务、英语阅读与翻译等。

**就业方向:**主要面向政府机关、新闻单位、出版部门、各类学校、科研机构、企事业单位。

### **(2) 汉语言文学(高级文秘)**

**培养目标:**本专业旨在培养具有较高人文素养和扎实的文秘专业知识,具有较强的写作能力和口头表达能力以及办公室管理、行政业务管理能力并能熟练掌握办公自动化技术的高等应用性人才。

**主要课程:**大学英语、计算机应用基础、现代汉语、古代汉语、中国现当代文学作品选读、中国古代文学作品选读、外国文学作品选读、文学概论、基础写作、应用写作、美学、语言学概论、逻辑学,现代文秘原理、文书与档案管理、信息学、行政管理与实务、办公自动化、秘书实务、公共关系学、申论、企业与文化管理、礼仪实务、

口才学、会展策划与实务、文化创意与策划等。

**就业方向：**主要面向政府机关、新闻单位、出版部门、各类学校、科研机构、企事业等单位。

## 社会环境分析

师范专业未来发展趋势：

优势方面：

从大城市的就业状况来看，师范类学生的供求量趋近平衡，其中民办教育机构以及培训机构对师范类人才的需求量占较大比例。

统计显示，在师范类各专业中，汉语言文学专业是需求较大的专业。

由于我国教育政策的调整，近几年来民办学校、职业学校大量兴起，这使师范生就业机会增多，又在教育系统内为毕业生拓宽了就业市场。

百年大计教育为本 当前我国经济社会快速发展又需要大批的具备高素质高文化的专门型人才，而这都需要靠教育的发展。而且当前国家高度重视基础教育和中西部贫困落后地区的教育事业的发展，社会国家都需要大批高素质的教师人才。这就说明社会国家需要我们这些师范类专门人才。

劣势方面：

我国大城市教师职位日渐饱和,不可能再接收大量毕业生。因此在普教系统就业面临较大的竞争压力。可以说师范生面临的社会环境还是较为严峻的。

## 职业环境分析

我的专业是汉语言文学，汉语言文学是高等院校开设的着力于培养能够适应当前社会发展的，熟练掌握系统、全面的汉语言文学基本知识、理论和技能，具有较好的汉语书面和口头表达能力，具备较高的综合素质和发展潜力，党政机关、企事业单位、媒体宣传部门、司法部门、社会团体以及社区需要的优秀专门人才的一门专业。汉语言文学专业毕业的大学生，可在科研机关、高等院校从事研究、教学工作、有的可从事对外汉语教学，可适宜在党政机关，包括报刊宣传、新闻出版、影视文化、互联网、对外交流或其他企事业部门从事语言文字工作的专门人才，从事文学评论、汉语言文学教学与研究工作，以及文化、宣传方面的实际工作。随着近年来大学生不断扩招，如今大学生多如烂泥，大学生就业困难问题逐日凸现，加之汉语言文学专业的就业方向泛而不专，汉语言文学专业的大学毕业生面临着更为严峻的就业困难问题。其实市场上并不缺少汉语言文学专业毕业生，缺少的是汉语言文学专业的高级人才。这就要求我们要严格要求自己，深入学习，不断提高自己的专业技能和综合素质，这样才能在激烈的市场竞争中脱颖而出。

## 第三章 职业目标的分解与组合

# 第四章 动态调整

## 一、规划调整的原则

1. 清晰性原则：目标措施清晰明确，实现目标步骤直截了当。
2. 变动性原则：目标或措施具有弹性或缓冲性，能够依据环境变化而变化。
3. 一致性原则：主要目标与分目标相一致，目标与措施相一致。
4. 挑战性原则：目标与措施具有挑战性。
5. 激励性原则：目标符合自己的兴趣，性格和特长。
6. 合作性原则：个人目标与他人目标具有合作性和协调性。

## 二、规划调整的内容

1. 如果将来和我规划的内容相差不多的话，我想我会一直沿着我为自己规划的这条路一直走下去，并且为自己开辟出一片新天地。我认为只要我坚持，即使到最后，我定的目标没有实现，我也不会后悔我的大学四年，如果真的因为市场发展前景或者自己的工作能力不如意，我会适当调整我的发展方向，当然，这需要具体问题具体分析，当然，我会再寻找适合我兴趣爱好和特长相关的工作，同样去实现自己的价值。

## 三、规划调整的时间

每半年评估一次，当出现特殊情况时我会随时评估并进行相应的调整。

## 四、风险及对应策略

我的目标是文学或教育人员，但在具体的实施过程中或许会遇到这样或者那样的困难和障碍，所以，围绕实现职业目标规划的主路线，我预测了几个风险因素，并拟定了应对方案，具体如下：

（一）考下研究生后一年内还没有找到工作

在这种情况下，我会：

1. 考虑一下定位，再换换企事业单位面试面试
2. 寻找失败原因，提升个人能力
3. 努力发展，为自己添加取得工作的砝码

（二）职业前景发展不好

在这种情况下，我会：

1. 增强做事的计划性和条理性，以及持续推进工作的韧性
2. 认识并欣赏他人的价值观，做好相互平衡
3. 尝试新方法时考虑方法的现实性和可行性，借鉴传统模式的可取之处
4. 正视矛盾和冲突，学着说“不”，提升自己的抗压性
5. 需要关注重要的细节，遵守必须的秩序
6. 重视客观条件、现实资源和逻辑推理
7. 注重维护根本原则并努力做到公正
8. 逐渐培养在压力情境下思考和做事的能力，暂时不要在压力大的环境中工作

9. 适当地主动承担一些合作项目，并尝试采用新的方式使之实现
10. 在行动之前，需要冷静的分析来保证正确的方向
11. 提升文学修养，发展创作水平，争取在知名报刊发表文章

## 第五章 结束语

古语云：“凡事预则立不预则废”。好的计划是成功的开始。只有先计划好以后的路，才不会多走弯道，才会比别人更加了解以后的方向，才会赢在起跑线上。

常听别人问，路在哪里？其实我想说路在脚下。每个人都拥有无比的潜能，只是每个平凡的人还没有将自己的潜能爆发出来而已，挖掘自己的潜能，开拓进取，朝着自己的目标前进，做出自己的一片天空。我们要时刻保持一颗清醒的头脑。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！计划固然好，但最重要的在于付出实施并取得成效。时时刻刻都不能忘记，任何目标，只说不做到头来只是一场空。不为昨天而后悔，不为明天而忧愁。努力，拼搏，奋斗，汗水，成功！理想，信心，追求，勇敢，抱负！人生就像一场戏，戏演得不好，可以重演，但人生如果走弯了，那人生就不能再回头！人生

是个圆，有的人走了一辈子也没有走出命运画出的圆圈，其实，圆上的每一个点都有一条腾飞的切线！命运掌握在自己手中。

要么你驾驭生命，

要么生命驾驭你，

你的心态决定你

是坐骑还是骑手。

学的到东西的事情是锻炼，学不到的是磨练。环境不会改变，解决之道在于改变自己。

放弃该放弃的是无奈，

放弃不该放弃的是无能，

不放弃该放弃的是无知，

不放弃不该放弃的是执著！

手拿规划书，就走光明路！运筹帷幄，决胜千里！