

# 职业生涯规划设计书

着手现在  
放眼未来

此处为  
学校校  
标

姓名： 性别： 出生： 年 月 日

院系： 机电工程学院 专业： 机械设计制造及其自动化

学号：

# 目录

<b>自我认知</b>	-----	<b>1</b>
<b>职业认识</b>	-----	<b>7</b>
<b>职业目标</b>	-----	<b>13</b>
<b>实施路径</b>	-----	<b>16</b>
<b>评估调整</b>	-----	<b>19</b>
<b>结束语</b>	-----	<b>21</b>



# 自我认知篇

## 1、性格

我的性格是有些内向，在一个陌生的环境不能很快的与人交流，不过一旦融入，话匣子就打开了，说好听了叫“内敛”，说难听了叫“闷骚”。其实我并不沉闷，只要场合允许，我就能制造点欢乐的气氛。幽默细菌我身上还是有的。自己的理解来说，我是个带着点理想主义的人。做事总是希望能达到完美，不过我也有一些毛病，就是喜欢拖时间，这一致命的毛病已经让我吃了不少苦头。不过我凡事都会去尽自己的最大努力去做，一旦认定了，不到最后一刻不会轻易放弃，当然也不会去“明知不可为而为之”。用几个关键词来概括的话那就应该是“安静、沉着、耐心、细致、踏实、有想象力。”

## 2、我的兴趣

至于兴趣，我兴趣不是很广泛，也没有上升到很高级的层面上去，嘿嘿。就是平时喜欢上上网，也会去看看电影，唱唱歌，喜欢静静的一个人听歌，陶醉在音乐中。也喜欢跟同学、朋友在一起聊聊天、讨论讨论现在，过去，跟将来。

## 3、我的价值观

关于价值观，我特别认同一句话——知足者常乐。脚踏实地，找到属于自己的那一块奶酪就可以了，千万不要惦记别人的。我不会强求自己一定要对社会做出多么大的贡献，无论正面的还是反面的，我

知道那都是虚话、空话、套话。能找到一个好工作，能够给爸妈一个美好的晚年生活是我的努力的一个动力。我的价值观教我做好自己，不要好高骛远、奢谈空想。

## **4、自我能力**

### **(1) 来大学以前的能力**

来大学以前，从小学到高中一直都是班上的中上等（当然，也是根据传统，用成绩单上的名次来排的）。以前不是很爱说话，性格非常的内向，初中跟高中分别当了英语跟化学的课代表。来大学以前，我可以用一句家乡话来形容，那就是不能出头。什么意思呢？就是说凡是类似于上台演讲，竞选拉票等等这些需要面多很多人的时候，我都没有足够的勇气跟信心，自己认为自己不行。平时呢因为不是很善沟通交流，也只是跟几个同学很要好。不过，别人找我帮忙的事，只要我能做到，我都会很认真的去帮助，所以在班级里人缘倒是挺好的。

### **(2) 来大学以后的能力**

来了大学以后我想改变自己的现状，让自己更加的开朗活泼，参加了很多活动，现在也是系学生会的一名成员。我发现只要对自己有信心，给自己一个动力，与人交流沟通真的很简单。因为所有人都喜欢开诚布公的人，所以坦诚、真实的与人交往是避开人际雷区的秘密武器。多与老师、师兄师姐、社会人士加强交流，争取把自己的人脉关系打理好。这样做不仅能积累学习上的经验，更重要的是能交到朋友，得到书上根本没有的东西。

其次，就是正在努力培养的一些专业技能。除了认真的学习自己的法学专业课程之外，我还在准备以下种种：四级已经顺利的一次考过，考试通过并获得专业 AutoCAD 工程师的认证证书。下一步是努力奔向英语六级。在寒假或者暑假学学开车，争取将驾驶执照也拿到手。

最后，我还会多参加一些社会实践活动，培养自己的社会实践能力。除了积极组织与参加系里的活动外，我现在还在学校与社区工作中担任一名志愿者，通过选拔，现在是郑州市北下街代书胡同社区“志愿者之家”的一名支教老师。但是我觉得自己的实践经验还远远不够，特别是与自己所学专业有关的实践经验，所以以后会尽力多找机会锻炼自己。

## 5、他人评价

因为现在自己所接触的范围只是学校，所以这里的“他人”其实也只有父母、老师、同学。

在父母眼里我是个孝顺懂事但有时候也不听话的儿子，

在老师眼里我是个聪明懂事却爱玩的学生。

在同学、朋友眼里我是个好脾气好朋友能给大家带来快乐的好朋友.....

## 6、科学测试

### 霍兰德职业测评

社会型	70分	特征：为人有好、热情活跃、善解人意、外向直接且乐于助人
现实型	70分	特征：感觉迟钝、不讲究、谦逊、踏实稳重、诚实可靠
艺术型	60分	有创造性、非传统的、敏感、易情绪化、较冲动、不服从指挥
企业型	60分	善辩、精力旺盛、独断、乐观自信、好交际、有支配愿望
探索型	40分	坚持性强、有韧性、喜欢钻研、为人好奇、独立性强
常规型	30分	有责任心、依赖性强、高效率、稳重踏实、细致、有耐心

### MBTI(才储分析)测试

测试结果：我的性格类型倾向为“ENFP”（外向 直觉 情感 知觉）

热情洋溢、富有想象力。认为生活是充满很多可能性。能很快地将事情和信息联系起来，然后很自信地根据自己的判断解决问题。很需要别人的肯定，又乐于欣赏和支持别人。灵活、自然不做作，有很强的即兴发挥的能力，言语流畅。

ENFP 型的人充满热情和新思想。他们乐观、自然、富有创造性和自信，具有独创性的思想和对可能性的强烈感受。对于 ENFP 型的人来说，生活是激动人生的戏剧。ENFP 型的人对可能性很感兴趣，所以他们了解所有事物中的深远意义。他们具有洞察力，是热情的观察者，注意常规以外的任何事物。ENFP 型的人好奇，喜欢理解而不是判断。ENFP 型的人具有想象力、适应性和可变性，他们视灵感高于一切，常常是足智多谋的发明人。ENFP 型的人不墨守成规，善于发现做事情的新方法，为思想或行为开辟新道路，并保持它们的开放。在完成新颖想法的过程中，ENFP 型的人依赖冲动的能量。他们有大量的主动性，认为问题令人兴奋。他们也从周围其他人中得到能量，把自己的才能与别人的力量成功地结合在一起。ENFP 型的人具有魅力、充满生机。他们待人热情、彬彬有礼、富有同情心，愿意帮助别人解决问题。他们具有出色的洞察力和观察力，常常关心他人的发展。ENFP 型的人避免冲突，喜欢和睦。他们把更多的精力倾注于维持个人关系而不是客观事物，喜欢保持一种广泛的关系。

适合工作

研究助理

人力资源经理  
营销经理  
广告客户经理  
宣传人员  
播音员  
广告创意  
市场营销和宣传策划  
社会工作者  
节目策划和主持人

### **自我评价小结**

**结合职业测评报告，针对职业兴趣，职业能力，个人特质，职业价值观和学习风格五个方面，我对自我分析进行了如下总结：本人性格正在由内向向外向型转变，爱与人打交道，比较重视与别人的关系，喜欢在一个氛围比较好的环境中学习或工作。虽然我现在学的是工科，但我想我在大学毕业后，可能要经历一段时间后转向商业方面或管理方面。我比较注重实际，集体荣誉感较强，因此我比较注重团队合作，“人多力量大”是我一直信奉的一句话。我个人认为我以后可能往经营，营销，市场，管理等方面发展。**

**在了解了自已以后，下面就对所规划的职业有一个初步的认识**

# 职业分析篇

## 1、就业前景分析：

机械设计制造及其自动化，它是以培养现代机械工程师为目的的专业，也是我国高校开设得最久的专业之一。多年来，它长盛不衰的奥秘就在于：无论一个社会的文明发展到何等程度，都离不开机械制造，它是人们物质生活用品供应的基本保障。

机械设制造及其自动化就业方向

制图员，一般也从事一些设计工作，主要是跟着师傅，要天天改图，输图，比较累。但如果学好 pro/e 或 UG，大有可为；

设计员，当然也要画图，不过可以学到很多设计知识，有前途；

机械维修，现场工作，可以学到不少东西，但比以上两种差远了，且需要长年的工作经验；

专科\技校的老师，纯属混饭吃，不过待遇尚可；

设备，仪表等方向的测试和检验工作，多在液压，汽车等行业，或安检所等。

机械销售代表，需要了解产品知识，要口才了得，会处事。

一线操作人员，如果你技术够好，且操作数控机床类，相当不错；

生产调度,很多人到工厂就是先干的这个,很简单;

储备干部,许多台商用的一个名词,就是要懂技术,会管理,还是不错

## 2、社会环境分析

目前高校毕业生的就业形势不容乐观,首先毕业生数量连年创出新高,社会总体就业形势严峻。结构性矛盾依然存在,东部需求旺盛、西部需求不足的现象依然存在。

尽管如此,党和政府还是极其关心大学生就业情况,国家也出台了不少政策和措施来推动和促进高校毕业生就业。而且,经济发展势不可挡,解决高校毕业生就业问题,归根结底还得依靠经济的拉动和促进。我国经济的持续健康快速发展和建设和谐社会、创新型国家,坚持走自主创新道路,将直接拉动和促进高校毕业生就业。同时,经济增长方式的根本转变、经济结构的优化升级和我国工业化、信息化、城镇化、市场化进程的不断加快,将为高校毕业生创造更多施展才华的空间。

从以上的调查与分析可以看出,目前就业是很困难,但我们如果能把握好自己,有好的职业也并非难事。所以我们必须做到以下几点:  
1、机不可失、早作决断。2、全面撒网、重点捕鱼。3、高也成、低也就。4、先就业后择业再创业。 在科学技术日新月异的今天,经济社会发展的现实越来越证明,一个人不可能终生从事一种职业。因

此，具有高附加值人力资本的高校毕业生没有必要刻意追求一时的“完美”，完全可以先就业，然后在职业发展中选择从事的专业，进而在不断积累中成就自己的事业。机械专业刚毕业的本科生，现在一般行情在 1800 元/月左右。至于具体多少看个人能力，像广本是年薪 8W，中广核是 10W（而且这都是第一年）。有很多行业，外人看起来不够体面，但当你做到专家的水准时，待遇确实很诱人。比如设备维护、数控维修、环保设备的设计等，这些方面的工程师收入非常高，比如有些工程师年薪超过 30 万。还有一些行业，需要多方面的知识，涉及到学科交叉，待遇也惊人。而且，中国加入 WTO 后，机械方面的人才需求复苏是早晚的事情。

### 3、学校环境分析

我就读于郑州航空工业管理学院，郑州航空工业管理学院是一所全日制普通本科院校，其前身是 1949 年成立的平原省立财经学校后几经更名改为现在的郑州航空工业管理学院。

60 多年的办学历程中，学校秉承“严谨、求实，开拓、进取”之校训，不断探索适应河南经济社会和航空工业发展需要的人才培养模式，形成了“管理学科为主，管理学与工学密切结合”（简称“管工结合”）的人才培养特色，确立了在航空工业管理和技术应用研究领域中的较强优势。学校现已建设成为管理学科优势明显，多学科协调发展，培养复合型应用人才的重要基地。

我所学的专业为机械设计及自动化。该专业在我们学院属于品牌

专业，特别是在就业方面，每届毕业生的就业状况在全学院都是有很大优势的。而且我们的这个专业在近年来一直处于一个供不应求的状态，这对我们以后的就业是一个非常好的前提。据往届本专业毕业数据分析，如果顺利毕业，能找到工作应该是不难的。

#### 4、目标职业环境分析

##### (1) 目标行业分析

###### 机械制造业

机械制造业是现代工业的主体，是装备工业的支柱产业。在工业化中期，国民经济增长主要依赖制造业的高速增长，机械制造业对整个工业的发展起到基础和支撑作用。这里，我主要谈谈机械制造业在汽车业方面的发展现状：首先，产品发展趋势：提高车辆的动力性、经济性，使车辆更具有易操纵性、安全性、舒适性和可靠性；降低污染排放；轿车普遍采用电子控制的供油和点火系统；电子系统在整车成本中的比重增加到了 20—30%。另外，发展重点：发展安全、节能、舒适、易操作的清洁汽车；经济型轿车；动力总成；关键零部件；高附加值专用汽车和客车。

我所学的专业为机械工程及自动化，本专业学生主要学习机械设计、制造的基础理论、受到现代机械工程师的基本训练，具有从事机构设计、制造及生产管理、控制的基本能力。所以我们必须具备以下几方面的知识和能力：1. 具有较扎实的自然科学基础，较好的人文、

艺术和社会科学基础及正确运用本国语言、文字的表达能力；2. 较系统地掌握本专业领域宽广的技术理论基础知识，主要包括力学、机械学、电工与电子学、流体力学、工程热力学、市场经济及企业管理等基础知识；3. 具有本专业必需的制图、计算、测试、文献检索和基本工艺操作等基本技能及较强的计算机和外语应用能力；4. 具有本专业领域内某个专业方向所必要的专业知识，了解其科学前沿及发展趋势；5. 具有较强的自学能力、创新意识和较高的综合素质。

## 销售行业

销售行业是一个非常复杂，非常有潜力的行业，它需要的是各方面的能力的体现。在这里我主要分析的是汽车销售行业。

国内汽车销售行业，作为一个独立的行业的出现，严格地说是出生于八十年代末期的物流计划体制改革之后，成长于九十年代。而进入 21 世纪后，特别是在中国加入 WTO 之后，汽车分销行业才加快形成。中国已从公务和商务购车进入私人购车阶段。这标志着国内汽车销售市场的初步形成。然而，就其结构和规模来看，中国汽车分销行业还远未形成。但是，纵览现状，我们还是能够清晰地看出中国汽车销售行业正在演绎新一轮的行业变革：

- 一、从粗放式销售向整合行销转型。
- 二、从传统展厅销售向顾问式销售转型。
- 三、从产品销售向服务销售转型。
- 四、从单一品牌代理向品牌代理多元化转型。
- 五、从区域特许销售向跨区域网络分销转型。

六、从普通经销向规模分销转型。

七、从以新车销售为主向新车、二手车并重转型。

八、从单纯商业运作向商业运作和资本运作相结合转型。

# 职业目标

## 目标职业分析

### 机械工程师

机械制造是一个国家发展现代科技和国民经济的技术基础，是科技水平的集中体现和实现技术创新的主体，也是科学技术的基本载体，机械工程师则是推动机械制造技术发展与原动力的。因此我认为将来如果要从事机械行业，机械工程师对我个人来说是一个比较适合的职业。

机械工程师证书主要包括机械工程师、专业工程师、高级机械工程师和杰出机械工程师四个等级。所以对我们来说，如果想从事机械行业，做一名机械工程师，就必须得到机械工程师的资格认证。自从我国加入 WTO 以来，各种相关制度正逐步与国际接轨，由中国机械工程学会组织的机械工程师资格认证，就是我国工程师制度改革的重要组成部分，是现时代的需求，是与国际接轨、实现双边、多边互认的具体体现。获得机械工程师证书，得到中国机械工程学会的认可，为我们科技人员实现自身的价值开拓了一条光明大道，进一步提高了我们在社会上的地位，使我们更能够得到社会的承认，发挥我们每个机械工程师的价值。随着科技发展和经济全球化趋势的增强，机械工程技术人员的跨国流动和服务日趋频繁，在激烈的人才竞争中，对机械工程师的技能和素质提出了更加严格的要求。机械工程师的认证适

应这种变化和需要，为我们自身的发展拓展了国际技术发展空间。最近数年来，企业生产规模的扩大使市场对机械工程师的需求急剧增加，而机械工程师青黄不接的现状，使得优秀的机械工程师供不应求，其薪酬待遇也随之上扬。据了解，目前资深机械工程师月薪一般在6000元左右，在跨国公司则可达到8000元。因此，可以得知，机械工程师这个行业具有非常广阔而且良好的前景。

### 销售部门经理（重点分析）

销售部门经理这个职业是我理想中的职业之一，也是我根据职业测评及自身情况所得出的职业，下面就对该职业进行如下分析

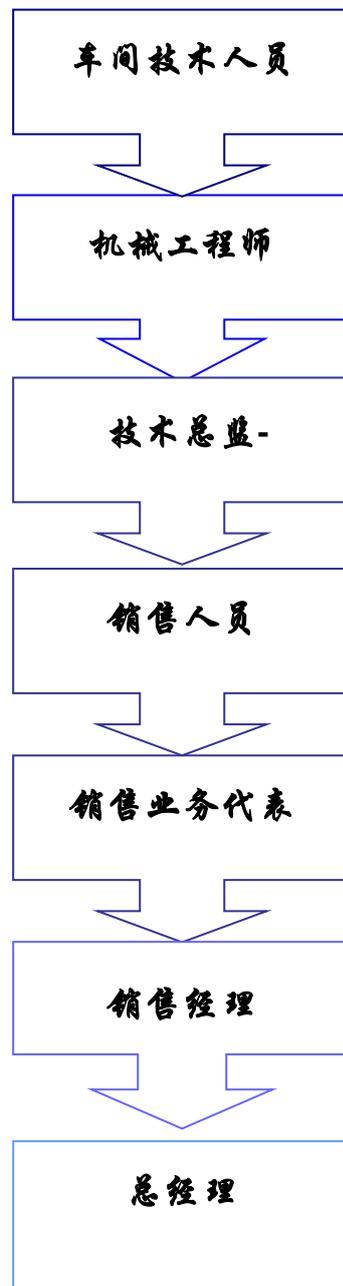
销售经理的主要工作内容有如下几点：(1)落实公司产品销售政策，积极完成销售目标——为区域的目标和增长率负责；(2)负责销售团队的建设 and 培训,考核工作；(3)负责对员工日常工作进行检查、监督、帮助提升和改进；(4)协助推广新产品，收集竞争对手产品和分析更新工作，了解市场动态；(5)负责重点客户的跟进，并负责处理客户投诉事宜；(6)负责产品之样品、价格的跟进与执行工作；(7)负责客户档案的建立和管理；(8)对区域货款回收负责,同时对区域内的坏帐负责。

销售经理作为销售部门的领导管理者，要注意发挥管理四大基本职能。管理的基本职能可以概括为计划、组织、领导、控制。

职业目标

职业经理人

职业发展路径



# 实施路径

## ★ 短期计划

2011 年—2013 年

总目标：大学毕业时，要通过计算机国家二级，英语四，六级，拿到毕业证书和学士学位。专业课优秀，要获得至少一次奖学金。大学期间在学生会要担任职务，锻炼自己的能力。

分目标：目前我正读大二，马上就要升入大三了。

在把理论知识学好和基本的专业知识学好的基础上。

要更多的锻炼自己的人际交往能力，组织能力

大三要将专业课学好学通，各科平均成绩都能够达到 80 分以上，通过英语六级以及计算机二级。

在大三期间考取驾照

大四要在实习期间努力工作，回校时要将毕业论文好好完成，在毕业时能成为优秀毕业生。

除了将专业课学好之外，平时要注意多学习学习其他方面的知识。可以适当的去图书馆借一些书学习电脑方面的知识，和销售方面

的知识。这样可以使自己的知识领域能够扩大一些，也为我今后的职业规划做一些必要的准备。

暂时还没有考研的打算，不过可能在大三下半年的时候认真研究下是否考研。

## ★ 中期计划

2013 年—2018 年

总目标：大学毕业第五年要做到车间生产的技术总监。

分目标：到 2015 年在企业内能够积累 2 年的工作经验

到 2016 年能够顺利进入自己的目标企业

到 2017-2018 年能够做到目标企业的生产技术总监

计划内容与措施：

(1) 在大学毕业时，凭着自己的证书和文凭，进入本市、或是能进的某机械企业，做一名机械技术员工。在该单位里，注重积累自己的工作经验，扩大自己的社交圈，与同事，领导等打下良好的基础。工作之余，多了解汽车公司的状况，多了解汽车的生产流程，通过自己的专业知识，学习并掌握汽车的生产技术。另外，要时刻不忘自己英语的学习，多看英文原声电影，多练习口语使自己在听说方面的能力有所加强。

(2) 在 2015 年时，经过去年一年的努力，有了不少的经验，在生产车间内可以负责一个小部门，成为机械工程师。在 2015 年和 2016 年这两年内，除了抓好自己生产部门的技术大关的同时，要积极配合其他生产部门的工作，做好部门与部门之间的衔接，使得生产出来的产品在技术能有很大的保证，能有完美的产品出现。

(3) 在 2017 年时，成功晋升为生产技术总监。要处理好领导与员工之间的关系，只有员工有了很好很大的干劲，产品的技术问题才能得到保证，产品的质量才能得到保证。我一直比较注重合作，体会到团结的力量之大，所以我也要处理好员工与员工之间的关系，使他们能够和睦相处，共同为企业效力。另外，我要继续自学销售方面的知识，加强自己的英语能力，凭着目前的职位与身份要与其他各大部门的经理搞好关系，特别是销售经理，为以后的转行打下一定的基础。

# 评估调整

## ★ 职业规划需要不断调整：

一个好的职业规划，需要具备可行性，需要有实施计划的具体措施和时间，但是，职业规划做得过细、过于严格，会束缚自己的手脚，可能丧失随时到来的种种机会，又会因为不切合实际而丧失可操作性。在影响职业生涯的许多因素难以预料的这种情况下，要使职业生涯行之有效，就必须使规划具有足够的弹性，在实践中不断进行评估和调整。这就需要我在实践中定时定期的去检验目标完成的情况和评估环境的变化，从而做出正确的调整。

## ★ 我的规划评估与调整：

世界是时刻变化的，一切都在运动，不可能停滞不动的，所以要相信什么事都有可能发生。

- 1、职业生涯规划是一个动态的过程，所以我将根据规划的实施情况及突发情况及时的做出调整
- 2、若我不能成为一名优秀的机械制造人员，我将会去选择电子方面的服务，如电器维修方面的工作

3、如果我在以后工作中表现出色，取得良好业绩并且为企业创造了丰厚的利润但得不到提拔，我将在自荐无果的情况下选择新的单位。

4、倘若家庭出现意外，且在家庭与工作之间不得不做出唯一选择时，我将选择家庭，后考虑工作。

5、如果真的无法就业则放弃机械类相关工作选择其他职业，另做规划

6、会定期的（半年或者一年）对规划进行调整，适应新的境遇。

小结： 我知道如果真的出现上面类似的情况，并不是那么好解决的，因此真正解决的方法是尽力不要出现这些情况，不要让这些危机发生。因此在实施我的规划时，一定要认认真真，遇到问题不骄不躁，在岗位上兢兢业业、踏踏实实。要不断的学习，不断的充实自己。

# 结束语

我计划固然好，但未来是不可预知的，真正的意义在于有一个方向，有一个目标能够时时给我们动力去向之努力，期间的点滴积累才是真正的收获。虽然已经制定了规划方案，但我们要不断学习，不断修改。在不断修改的基础上去深究它们、改变它们向好的方面发展。

规划的是未来，但是着手就要从现在，为之付出努力，一切才不是空谈。