

大学生学习生涯规划

个人资料：我是来自广东普宁的一男孩,怀着大学的憧憬，带着父母的希望来上大学。可惜大一时光的空闲让我开始堕落，没有任何的计划，有的只是对时间的浪费，对生命的漠视。至此，我希望通过做一大学生涯规划，来提高自己的能力，完善自身，获得生命的蜕变。.

真实姓名：

性别：

年龄：

籍贯：

所在学校及学院：

班级及专业：

学号：

联系地址：

邮编：

联系电话：

目录

引言.....

第一章 认识自我

个人基本情况.....

职业兴趣.....

职业性格.....

职业能力.....

职业价值观.....

自我分析总结.....

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 职业目标的定位

职业目标的确定.....

职业目标的分解与组合.....

第四章 评估调整

结束语.....

前言：

常言道：“凡事预则立，不预则废。”事如此，人生亦然。作为一名已经步入大学校园的学生，自己的人生已经有了一个全新的开始。目前大学生找工作，面临职业选择问题。选对了方向，走对了路，一路顺风，春风得意，步步高升；选错了方向，走错了路，步履维艰，事事不顺，事业难成。歌德曾说过：“垃圾就是放错位置的人。”作为一名大学生就要做出正确的选择，就得利用职业生涯规划的方法，特别是在当今就业困难的形势下，更需要通过职业生涯规划，选择好人生的方向，走出人生关键的一步。

第一章 认识自我

1.职业兴趣：

在大学生职业生涯规划测评中我的职业兴趣类型是：**RAE**。即是 **R** 实际型，**A** 艺术型，**E** 管理型。这比较符合我的性格。其中我对管理型和实际型比较热衷。我自我感觉具有一定的支配能力，自信，精力旺盛，喜欢指挥，劝导别人接受自己的意见。并且我遵守规则、实际、安定、喜欢需要基本技能的具体活动。

2.职业性格：

通过大学生职业生涯规划测评我的职业性格是：**INFJ** —— 内倾、直觉、情感和判断。我的具体情况是你生活在思想的世界，是独立的、有独创性的思想家，具有强烈的感情、坚定的原则和正直的人性。即使面对怀疑，你仍相信自己的看法与决定。这种内在的观念激发着你的积极性。通常你具有本能的洞察力，能够看到事物更深层的含义。

即使他人无法分享你的热情，但灵感对于你是如此重要而令人信服。你忠诚、坚定、富有理想化。你珍视正直，十分坚定以至达到倔强的地步。因为你的说服能力，以及对于什么对公共利益最有利有清楚的看法，所以你会成为伟大的领导者。由于你的贡献，你通常会受到尊重或尊敬。

3.职业能力：在大学生职业生涯规划测评中我的职业能力得分如下：

职业能力	得分
察觉细节能力	6.33
动手能力	6.00
空间判断能力	6.67
社会交往能力	6.00
书写能力	7.33
数理能力	7.33
言语能力	5.67
学习能力	5.00
运动协调能力	7.00
组织管理能力	5.67

综上所述，我的书写能力，数理能力，运动协调能力都很强，这就对我的设计能力有一点的保证，并且我的动手能力也不错，对以后的生涯也是很不错的。

4.职业价值观：

在大学生职业生涯规划测评中我的价值观取向是：自我发展取向、组

织安全取向、威望尊严取向。我的具体情况是我比较希望能有一份安定的工作并且能有一定的空闲时间来安排自己的生活，做自己想做的事。当然我这份工作能得到大家的肯定并且在社会上有一定的地位。所以还是很符合的。

自我分析总结：通过大学生职业生涯规划测评，综合以上各方面和各种职业的特征及其对从业人员的不同要求，比较适合我未来发展的职业有：1. 行政主管；2. 教育培训；3. 营销策划；4. 文艺创作；5. 商业经营。

第二章：环境分析

1.家庭环境分析

家中有五名成员：爸爸、妈妈、弟弟、妹妹和我。爸爸、妈妈在外经商，为家庭谋生计；弟弟还是一名中专生，现在在外实习；妹妹现在也在外地读书。经济环境还算处于中等水平，生活环境还算挺好，生活在镇中心，交通方便，周围环境好，经济水平也挺高的。父母的要求并不高，在各方面也不会过分的给予压力，通常情况都不干涉我们的选择，只会在身边提供意见和帮助。和弟弟、妹妹的相处也很融洽，时时会互相帮助。在家族中，我作为那些弟弟妹妹的大哥，并提供一个榜样的作用，这就促使我要严格要求我自己，而且伯叔们对我的期望很高，比较看重学历和能力方面的培养，而且亲朋好友间的期望有时过高所以会造成一定的压力。

2.学校环境分析

校园的学习环境很好，围绕着一份浓浓的学习氛围，学校的硬件设施

很完备，师资质量也很高。校园内的生活环境很优美，绿树成荫，有足够的运动场所提供同学们锻炼身体。校外的交通也很便捷，周围有很多的商店和公司，制造了很多的兼职机会。作为华南地区唯一一所石油化工特色院校，本校有八大系，四十二个本科专业，涉及就业方面的知识要求广泛。每年学校都会举办一到两次的大型招聘会，为在校学生提供应聘机会。此外，每一学年都会在学习，科研，综合素质等多方面设立奖励和奖学金的领取办法，为贫困的学生提供帮助。不过校内也存在有一定的竞争压力，还有周围环境太过于热闹有时会影响学习的心态。

3.社会环境分析

目前就业形势很严峻，大学生数量又在不断地上升。甚至现在出现大学生一毕业就失业的状况。大多数企业对应届毕业生持拒绝态度，有些企业给的薪酬太低，应届毕业生大多也不愿意在薪酬低的企业工作。给排水专业的话，在广东省就总共四所大学有这个专业，分别是华南理工大学，广东工业大学，广州大学，相对而言我的竞争对手学校知名度都比较高。所以专业就职的竞争力也蛮大的。现在我国政府已经把人才战略作为在相当长一个时期内的既定国策之一。为了鼓励和促进高校毕业生更好的就业，国家发布了《国家促进普通高校毕业生就业政策》，如下：1、鼓励高校毕业生到基层、到中西部地区就业。2、鼓励高校毕业生应征入伍服义务兵役。3、积极聘用优秀高校毕业生参与国家和地方重大科研项目。4、强化对困难家庭高校毕业生的就业援助。

4.职业环境分析

(1) 单位分析

4.1、设计院

最好有甲级资质的（特指给排水专业甲级资质）。

设计院又分好多种：

4.1.1、建筑设计院

比较好的院：北京建筑院、天津建筑院、上海现代、同济建筑院、以及东北建筑院还有若干规模较大的省级院。

主要做建筑单体的给水排水，有时候也会做小区外网。

优点：可以有很多机会干私活；

缺点：当你看到同样的活建筑、结构专业的收入是你的3倍的时候会很不平衡

4.1.2、市政设计院

比较好的院：北京市政、上海市政、东北市政、华北市政、中南市政等一流的市政设计院。

主要做污水、给水的可研、初设、施工图，城市管网综合敷设、有时候可能也会做垃圾处理工程。

优点：接触的工程都很大，能学到很多东西

缺点：一般的市政院由于体制问题，收入都比较保守，北京上海市政院除外。

4.1.3、规划设计院

比较好的院：中规院、浙江规划院等

优点：在规划院几乎能涵盖本专业所有的知识，包括市政和建筑单体上的东西，收入比较可观。

缺点：做活杂尔不精，工作几年你就会知道单体你比不过专门做建筑的，市政你比不过专门做市政的，而且规划的欺诈性成分比较高，多为虚无飘渺的东西。

4.1.4、工业设计院

例如核工业部的若干设计院、机械工业部的若干设计院、兵器工业部的若干设计院。

但是北京的中元设计院，原机械工业部的某设计院据说效益很好

4.2、施工单位

可以走三条路。施工管理、监理、概预算、

个人觉得前两个还不错，概预算比较没有前途。

好的施工单位：中建。

不过中建分好多局，其中效益最好的是中建总公司和中建国际。以前一局四公司不错，现在没落中。

优点：学到很多施工管理经验，干得好了收入超多，比较容易发家，也有助于走上以后的领导岗位。

缺点：工作环境不太好，社会地位给非本专业的人的感觉比较低。

4.3、房地产公司 房屋和大型建筑的室内排水管道设计。

4.4、自来水厂、污水处理厂

好的：北京、上海、深圳、广州几乎所有的给水厂和污水厂都很好。

优点：事业单位，工作、收入稳定，工作轻闲

缺点：这份工作似乎很无聊

4.5、设备厂家

就是买水泵、污水处理设施、管材等等

干得好了似乎年收入很可观。

4.6、考研、念博，毕业后当大学老师

(2) 行业分析

就给排水专业而言大致可以分为三大块：市政给排水、建筑给排水、从事污水河流的治理等。

1) 建筑给排水

建筑给排水需求仍然很大，居民用水是关键。建筑给排水设计、建筑给排水施工等是我们毕业后最可能从事的行业。发展前景可观。

2) 市政给排水

随着水资源的减少，节能减排日益成熟，市政给排水将在环境保护方面起着重要作用，同时，市政给排水在市容方面也起着极大作用。因此，市政给排水前景很好。

3) 污水河流的治理

环境污染的日益严重，河流及很多饮用水受到污染，河流的治理将是势不可挡的趋势，污水治理方向将会是以后一个重要方向。前景非常好。

(2) 就业城市分析

让我选择的话，我就选择广州这个繁华的大都市。广州从历史遗址文化、建筑文化、民俗文化、园林文化、商业文化到宗教文化，都贯

穿着一种开放的人文意识，特别是变更意识、商业意识和务实意识，反映出广州人的开放观念、兼容观念和改革观念。广州在历史上与各国往来密切，特别是近代以来，广州人出国经商、打工、留学者众，市民 80%以上都有海外关系，尤其与港澳地区居民的亲友关系更为密切。目前，原籍广州的海外华侨、外籍华人、港澳同胞共有 135 万人，分布在世界上 100 多个国家和地区。侨眷、归侨和港澳亲属 100 多万人，占广州市人口的 1/4。华侨是广州的一大优势，广州引进的外资 80%以上来自港澳地区，广州的外贸出口 80%以上也经过港澳地区。广州市的支柱产业群是：高科技制造业、交通运输业、商品流通业、金融保险业、建筑与房地产业、旅游服务业及信息产业。现在的广州交通便捷，就业，自我发展的机会相对于其他二线城市多。而且商业氛围，人文氛围也比较好，但是美中不足的，广州的生活节奏太快，需要有一定的心理准备。广州的房价也比较高，相对于刚毕业的我们是没能力去购买的，而且广州开始实行限牌令，这些对于以后的我们没广州户口的买车都造成当大的困扰。不过广州确实有许多大型的建筑公司，自来水厂，相对于其他城市，就业方面的范围就更大。

职业生涯条件分析小结：根据以上分析，目前我专业的发展前景不错，毕业后我能够得到学习的机会，提高我的综合素质，成为一名优秀的给排水设计师。加上我的管理知识，以及在工作经验、技术、人脉的积累，我要将其结合起来，在成为优秀的给排水设计师的同时能够成立自己的设计公司。

第三章 职业目标定位及其分解组合

1.职业定位：综合以上第一章和第二章的分析，我想成为优秀的给排水设计师，作为公司的骨干，然后汲取经验，开创自己的设计公司。

2.对本人学习定位进行 SWOT 分析：

内 部 环 境 因 素	优势因素（S）： 1. 专业对口 2. 意志坚强 3. 责任感强 4. 目标明确 5. 积极乐观	弱势因素（W）： 1. 有点急躁 1.领导能力不够强 2. 交际能力一般 3. 冒险精神不够
外 部 环 境 因 素	机会因素（O）： 1. 专业好，就业面广，工作机会多。 2. 中国经济迅猛发展，人才需求量大。	威胁因素（T）： 1. 我们学校给排水专业不够强，同清华、北理、北科、广工等相比，竞争力小。 2. 高职高专培养了大批极专业的技术人才，他们有技术上的优势。

通过 SWOT 分析，我对自己有了一个比较清晰的认识，对自己的未来也有了明确的认识。

我必须通过大学剩下的三年时间努力提升自己。首先是要强迫自己掌握扎实的专业本领，未来的就业打下基础。然后在此基础上，广泛的涉猎其他领域的知识，尤其是经济和管理方面的，为将来的发展创造

条件，其次，我必须提高自己的交际能力，提高外语水平，增强组织领导能力。当然这重中之重是学好专业知识。

3.职业目标的分解与组合

（一）、短期目标

1、在校期间完成学业，拿到学校所设的证书

在课上讲的只是吸收掉，腾出时间去图书馆补充相关的学科实践知识，做笔记，与课内知识相结合，理解。多与同学、老师交流，解决问题。学校所规定要拿的证书，一次性通过，为以后工作做好最基本的准备。

2、拿到与学科相关的非学校设定的其他证书

（1）英语四级，大二完成：每天背诵英语四级单词，听英语歌曲或相关听力，增强听说能力，做笔记，增加课外词量。

（2）计算机二级证书，大二完成：每天用一到两个小时操作，自己详读相关书籍，掌握相关理论知识

二、中期目标

1、在职初期尽快适应工作环境，做好基层工作

在大四的实习阶段已经对所工作的环境有了个基本的了解，正式工作的第一年应对工作有个全面的了解。包括所涉及的技能要求以及公司的整体经营状况，向公司前辈学习工作经验。

2、拓宽人际交往面

多向一起工作的其他人学习和交流，在休息日和同事交流情感，在平时注重帮助同事，为他们尽可能地解决他们工作和生活方面的困

难，在社会中的其他公司内也应该多交往一些朋友。

3、多学，多思，多做，成为上级器重的人才

提高自我的能动性，主动做事。工作是注重积累经验，工作作为一项学习任务，认真学习。向前辈讨教经验，注重一些工作细节，注重工作技巧，开拓自己的创新思想，用创新的思想为公司赢得利益，获取上级的信任和器重。

4、业绩、领导才能突出，跻身高管层

用一贯的创新意识，发挥自己的领导才能，使整个部门或公司的业绩提升，成为部门或公司的主管人员，或者自己学习深造，成为高级工程师，成为部门或公司的主管人员。

（三）、长期目标

1、在职中期对自己的事业非常熟练

学习管理一个大的部门，发挥领导优势，使部门的业绩在公司处前三，依次成为公司的主要领导者。熟悉整个公司的经营和销售理念，为公司开拓新方向，以获取更大的市场。

2、管理好一个部门，拥有自己设计的多种建筑图纸，有自己的出版物。

3、尝试调出自己所有的能力开拓自己的事业，拥有自己的事业和公司。当自我能力达到一定程度时，尝试挖掘别人的能力帮助自己开拓事业。

第四章 评估调整

我的目标是做一名优秀的负责任的给排水设计工程师，同时拥有一家

自己的公司。如果在计划中出现了问题，我不能拥有自己的公司，那我仍然是给排水专业和管理专业一体的复合型人才；如果情况很复杂，我依然可以从事给排水方向或管理方向；如果情况真的出乎意料，那我依然可以抛弃专业重新定位，只要有信心、有热情、肯投入相信对我来说即使是放弃本专业也不会有什么问题。这个计划可守可攻，但是，我不会轻易改变我的目标。我的理想是有一个快乐幸福有所作为的人生。我的目标大体分为三块：成为优秀的给排水设计工程师，建立自己的公司；有一个幸福的家庭；理解并懂得享受生活。因此虽然这个规划对我来说是可守可攻的，但是，我不会轻易的改变我的计划和目标

结束语：

能一直激励你不断去探寻反思自身而非随波逐流的东西是什么，信仰。热情、勇气、智慧、心灵、梦想、都是它的代名词。拿什么烧开水 90° 的水，是放手勇敢地去追逐梦想，做这个年纪、只有热血青年才会做的事情，拒绝混日子的生活，让这份理想绽放和燃烧的更彻底，才对得起我们人生中最灿烂的年华。