

第一篇 我的大学职业规划书

在一般能力上，我认为我的智力还是中等偏上的，在注意力上比较集中，善于观察，记忆力不是很好，思维比较开阔，想象力较强，擅长于与人沟通，人际关系佳，忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序。在特殊能力，也就是我的特长上，我认为自己在交际上，写作上有比较好，足球和舞蹈也是进大学以来一直在坚持的兴趣。只要是自己的兴趣所到对一些东西投入了，就会有可能会做好它。但是我也是一个做事三分钟热度的人，新鲜感一旦消失就会产生厌倦情绪，在语言表达能力及动作协调能力上我做的还不是很好，空间判断能力也不是很突出。

一、职业生涯规划条件分析

1、家庭环境分析：

家庭虽并不富裕，但还能维持基本生活，家人也不会约束什什么，给予我独立发展的空间。对于我的学习和在外面的工作与活动只要是不会对自己和社会有害的全家人都会很支持我。

2、学校环境分析：

湖北理工学院是一所经教育部批准成立的以工为主，工理结合，工、理、经、管、医、文、教、艺等学科学校办学力量雄厚，服务体系完善，是育人、成才和科技创新的理想学府。湖北理工学院下设 18 个教学院（部），全日制在校学生 20000 余人，函授生 6000 余人。校园占地面积 2189 亩，校舍建筑面积 51 万平方米，实验室 50 个，教学科研仪器设备总值 10300 万元，馆藏图书 103 万册，电子图书数据库 18 个，共享电子图书 70 万册。图书馆被评为“省级优秀图书馆”。全日制在校学生 16000 余人（其中本科生 10000 人，专科生 6000 人），函授生 6000 余人。学校校园环境优美，被评为黄石市园林绿化先进单位、

3、社会环境分析：

中国政治稳定，持续发展，在全球经济一体化的环境中，扮演着重要的角色，加入 WTO 后，经济发展的势头会更强劲。但在 2008 年的金融风暴中也受到了一定性的影响，在这几年的时间里已经差不多回到了正轨，大学生在现在社会就业可以说机遇与挑战并存。

4、英语专业的分析：

由于经济全球化和我国加入 WTO，中外合资、外商独资等外向型经济企业不断涌现，对具有较强的外语交际能力、掌握一般商务外贸运作知识、熟悉计算机等现代化办公设备的商务英语人才需求尤为迫切，该专业毕业生有非常广阔的就业前景，我国对外开放和建设海峡西岸经济区需要大量既懂英语又懂外贸的复合型人才。英语专业毕业生大都在外贸企业从事外贸业务工作，在涉外大型饭店、旅游部门、企事业单位从事文员和翻译工作，就业率达 90%以上，近几年，针对大学生就业情况，国家也出台了一系列的就业政策。如为高校毕业生创造工作条件鼓励他们到基层和艰苦地区工作，并规定在艰苦地区工作 2 年或 2 年以上者，报考研究生的，应优先予以推荐、录取，报考党政机关和应聘国有企事业单位的，在同等条件下，应优先录用；鼓励各类企事业单位特别是中小企业和民营企业聘用高校毕业生，政府有关部门要为其提供便利条件和相应服务，对企业跨地区聘用的高校毕业生，省会及省会以下城市要认真落实有关政策，取消落户限制；鼓励高校毕业生自主创业和灵活就业等等一些列扶持政策。

国际贸易方向：国际贸易业务人员、商务翻译、商务助理。

旅游方向：英文导游及涉外宾馆的接待及管理人员、外企业高级文员、外向型企业一般管理员。

师资方向：幼儿园、小学、中学、职业高中的教师

二、职业目标定位及其分解组合

计划实施一览表

计划名称	时间跨度	总目标	分目标	计划内容	策略和措施	备注
短期计划(大学计划)	2009年 ~ 2010年	大学毕业后拿到专业四级证, 和专升本	大一大努力提高自己各方面的能力; 大三专心准备专四考试和专升本	专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划等	大一以适应大学生活为主, 大二以专业学习和掌握职业技能为主, 大三为了实现专升本目标我要努力学习	大学生职业规划的要点
中期计划(毕业后五年计划)	2011年 ~ 2016年	专科毕业后要读本科, 争取考取研究生	毕业后第一二年读本科学位, 拿到教师资格证和导游证。第三年考取研究生	职场适应、三脉积累(知脉、人脉、钱脉) 五年内多进行社会实践为自己将来定好切实的	本科两年压力最大需要拿到教师资格证和导游证, 和专业八级证书。努力考研究生。	大学生职业规划的要点

				方向		
长期计划(毕业后十年或以上计划)	2016年 ~ 2026年	争取拿到英语高级口译, 从事这方面的翻译工作	毕业后十年要尽自己最大能力发挥特长争取事业上有所发展; 第二十年要全身心投入到家庭中去	事业发展, 工作、生活关系, 健康, 心灵成长, 子女教育, 慈善等	找一份工作, 成家, 孝敬父母和姥姥姥爷, 为自己的下一代打好基础	方向性规划

三、职业生涯规划 (大学三年规划)

大二: 积极参加社会实践活动, 努力学习专业文化知识和商务知识, 积极参加见习活动, 全力以赴准备通过专业四级考试。

大三: 进一步扎实自己的专业知识, 多争取锻炼的机会。积极准备并通过 BEC 高级考试, 关注就业形势, 对自己的就业问题, 慎重考虑, 根据实际情况张抉择。

大四: 积极准备并通过专业八级考试, 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。

总目标：进入一个知名大型企业，成为基层管理者。

第一年：经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境，从基层做起，迅速适应从学校到社会的转变，边做边学。

第二年：努力工作，积累一定人脉，金脉。适应工作环境，好好表现。

第三四年：熟练掌握工作技巧，与同事友好相处，加强沟通，虚心求教，获得领导认同，打好基础。

第五年：实现目标，成为基层管理员。

前十年：工作之余，在原有的知识水平上再提升自身的学历水平。建立稳定的人际关系网络，熟知本职工作各项内容，争取实现新的突破。结婚，安居买房。

后十年：工作上达到顶峰，在稳定中求发展，有一定的存款。

四、职业规划角色建议（360 全面分析）：

360 度评估结果：

自我评价：

优点：热爱学习，热衷于通过不断学习丰富自己的学识、完善自己的人格

缺点：记忆力不是很好。对于生活琐碎事情不太容易记住，考试时易受情绪的影响。

家人评价：

优点：人际网广阔，善于交谈，懂得开导自己，并以己推人 趣广泛

缺点：但没有特专长的一面，没有注重培养

老师评价：

优点：实事求是 有目标有主见，追求具体明确的事情喜欢做实际的考虑；

缺点：脾气有时顺和，有时急躁，不过也在不断地调整自己的心态

亲密朋友评价：

优点：做事有自己的原则，强烈要求自己

缺点：不善于表达自己的感情

同学评价：

优点：积极主动，开朗热情，勤奋向上，有吃苦耐劳的精神

缺点：性格有时候不是很好

五、翻译的前景分析

同声传译是各种翻译活动中难度最高的一种翻译，是世界流行的一种翻译方式，世界上95%的国际会议采用的都是同声传译的方式。随着中国市场日趋国际化，我国与各国的贸易往来更为密切，促使社会对翻译工作的需求日趋增加，各种国际会议应接不暇，由于粥多僧少，同声传译正在成为紧俏的职业，被大家称为含金量最高的“金领”之一。目前中国的同传行业发展还处在行业发展的初期，类似于欧洲的20世纪50年代，主要由三类人员构成：一是自由职业者，二是国家部委的翻译，三是大企业事业单位的翻译和高校教同传口译的老师，大多在北京、上海和广州这些国际交往频繁的大都市。同时，同声传译的师资力量紧缺，国内仅有几家外语院校对同传进行研究生层次的培训和招生，一些社会培训学校开设有同传课程。同传行业是自由、自觉、自律的一个职业，行业门槛高，不是你读了研究生接受了相关培训或者考了同传的证书，就可以进入行业了。同声传译的特点是讲者连续不断地发言，而译者是边听边译，原文与译文翻译的平均间隔时间是三至四秒，最多达到十多秒，耳听，眼看，手记，嘴说几乎在同一时间进行，译者仅利用讲者两句之间稍歇的空隙完成翻译工作。加上很多演讲人平时说话非常快，演讲时又只顾及自己的演讲内容或带各地的口音，那些有意放慢速度照顾同传译员的演讲者毕竟不是太多。因此，对从业者的素质要求非常高。过硬的口译技能，是需要在翻译经验丰富的“老”人指导下，经过系统学习、一连串严格训练和实践经验积累的结晶，

进行前期训练是越早越好，最好不超过 30 岁。刚进入这个行业时应多找机会听一些国际会议，看别人如何完成同声传译，借鉴他们的成功经验，并建立良好的人际关系，逐渐发展成熟后与合作伙伴一起完成同声传译任务，甚至成为 AIIC 会员。加入 AIIC 不需要考试，实行的是更为严格的同行在工作中对你的审查，基础是要到全日制的会议口译专业深造两年，取得高级翻译学院的硕士文凭，参加工作后，做满 150 天的国际会议，并时时遵守口译学会专业道德规范，另外需找至少两个以上的、会龄在 5 年以上的资深会员给你做保证人，保证人必须跟你在一个小组肩并肩工作过的。

六、结束语：

为了这份规划，下载了许多资料，也查看了许多范文，但那些范文多数都是草草收场，更多的是对自己的激励的语言，而非细致的自我分析。以前不是没机会来进行自我的剖析，而是一方面因为不知道方法，不知道怎么去做；二是因为懒惰形成的惯性让自己哪怕是有些奇特想法时也被玩耍所淹没，然后就成了已经忘却的记忆。很高兴自己能一个人坚持下来并完成这份职业生涯规划书，可以比较明晰的我呈现在面前时，突然发觉眼前的我和应该成为的人相差太远了，羞愧，后悔，自责都慢慢升起来，绕着自己的脑袋四处晃动。很信奉一句话：今天的你是你昨天的决定产生的。是的，要是以前少点贪玩，生涯设计公益网(www.16175.com)职业规划专题组多点勤奋；要是以前能委屈一下自己那可怜的自尊心到更好的环境，而不是因为赌气而得过且过；要不是…逝者已已，包括记忆和幻想，人是不能活在记忆和幻想里面的，应该是靠希望和追求活着的，只有这样的人生，才更有意义。看而今的大学校园，只为混毕业证书而荒废学业的人，为电脑游戏而晕晕沉沉的人，为贪玩好耍而得过且过的人…比比皆是，而主动去改变的又有几人呢？或许要是没有这个职业生涯规划设计，这样的人会更多呢？

人生成功的秘密在于机会来临时，你已经准备好了！机遇对于任何人来说都是平等的，千万别在机遇面前说抱歉。是的，我们常常埋怨社会不公，总是把机会给别人，总是忽视自己的存在，那时因为在别人看到你之前，你还没看到自己——一个真的自己，一个被解剖的自己，一个还没有为机会作好准备的自己。一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的？

生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。每个人都有自己的奋斗目标，既然已经制定了，就要勇敢的去向它迈进。每个人都会在此路上遇到挫折和障碍，

解决它的最好办法就是把挫折当成磨练自己的最好机会，认准目标勇往直前，是一切成功者的成功经验。遇到困难，是知难而退，还是迎难而上，这道题的不同答案也就决定了谁是强者，谁是懦夫！

前路是有颜色的，不是吗？那袅袅升起的烟雾——是灰白的；那慢慢爬起的朝阳——是粉红的；那被微风轻抚的数叶——是淡绿的；还有那前面的成功者们的笑容——是璀璨炫目的；那策划书上方方正正的文字呢？黑色的？不，是带着希望的彩色…