

我的青春我做主

——今后 8 年的职业生涯规划

专业：机械设计制造及其自动化

班别：机电 09-1 班

姓名：强 哥

学号：XX 号

指导老师：陈涛

前言

《礼记·中庸》中有云：“凡事预则立，不预则废。”职业生涯规划，并非幻想，并非冲动，是憧憬，是期望，是规划未来，勾画蓝图。一份规划书，规划出精彩人生，打造出锦绣前程，在不断地实践中调整计划，理想终究会实现！

经历过初出茅庐，至日臻成熟，到精通，最后达致世故人生的一个历程，一瞬间，自己到达而立之年，光阴渐逝，偶然回首，青春何其短暂，必须有很好的规划！下面是我的今后 8 年之前的职业生涯规划：

第一章：认识自我

一、自我认识

从个人性格和个人能力等看来，认识到自己是个活泼开朗、善于与人交往；有着一定的学业能力，喜欢实践和动手操作；是喜欢和适合从事一些操作性强的工作的人。

二、他人评价：

- 1、**父母：**好动、懂事听话，比较顾家，但比较胆小、为人处事有时表现得不够成熟。
- 2、**师兄：**工作认真积极而且负责，做事比较细心，懂礼貌，不太善于处理突发事件。
- 3、**朋友：**生活乐观向上，充满激情，爱笑，有较强的人际交往能力。动手能力比较强。

小结：从他人对自己的评价中，我看到了自己的优缺点评价。所以在以后的日子里，我要继续发扬自己的优点并进一步改正自己的缺点，培养一名工程师所要具备的素质。

三. 评测工具：

自我剖析和他人评价仍显得比较主观。现在，我将通过科学的测评工具，再一次全方位认识自己。

- 1、**性格测评报告：**我这类型的人是外向的风趣的、自发的、精力充沛的、合群的、客观的、善于构建生活的艺术。

2、职业兴趣测评报告：

得分最高三项：现实型 37 分、调研型/探索型 32 分、艺术型 33 分。

- 1、**现实型：**主要是指各类工程技术工作、农业工作。通常需要一定体力，需要运用工具或操作机器。
- 2、**调研型/探索型：**主要是指科学研究和科学实验工作。
- 3、**艺术型：**主要是指各类艺术创作工作。

测评结果解释：我适合做需要一定技术水平和操作技能的常规的稳定的工作！ 主要职业有：工程师、技术员、机械操作技术人员；戏剧等方面的演员等

3、职业能力测评报告

能力等级说明：有较强的推理能力、数理能力和创新能力

测评结果：根据《能力模型与职业类型根据对照表》，我适合的职业类型有：技术员、测量员、制图员、建筑和工程技术专家、物理科学技术家、生物植物学技术家、演员、电器修理工、放射科技术人员、电工等

总结：通过自我评价、他人评价、测评工具等方式，我更加全面地了解自己

who am I? ——我是一个活泼开朗、有一定动手能力的读机电专业的大学生！

What I like to do? ——我适合做需要一定技术水平和操作技能的常规的稳定的工作，又或带有艺术性的工作！

What I can do? ——我能胜任需要一定推理能力、数理能力的工作！

What can I to be? ——我可以成为一名工程师！

综上所述，我把自己的职业方向为工业界、职业目标是做一名机械工程师，这是合适的，这，也正是我所追求的梦想！接下来的 8 年，我将位这个目标而努力奋斗！

第二章：职业环境分析

一：就业形势分析

1、全国大学生就业分析：

2007 年全国高校毕业生 495 万，比 2006 年增加 85 万人，2008 年高校毕业生将达到 559 万，预计今后三年内还将以每年 50 万的速度增长。

2、梦想职业就业分析

随着我国社会经济的发展，国内需要大量的高级技工（工程师），现在，机械工程师是一个比较吃香的职业，比白领更高工资！日益成为令人羡慕的、较具吸引力的职业之一。高级工程师将位列国内十大最短缺的职位的一、二名！但调查也同时指出——有不少求职者尚未能满足企业需要！

小结：我的目标职业前途一片光明，但道路也比较曲折，其要求我要有一定的专业知识，这样我更应加倍努力学好专业知识！

二、目标职业要求分析

基本要求，作为一名合格的机械工程师，应积极适应当今世界制造业全球化、信息化、绿色化、服务化的发展趋势，努力提高自身的综合素质，成为具有良好职业道德和创新理念，掌握机械制造技术，懂得经济、管理知识以及有关国际通则的新一代机械工程专业技术人员。

大纲所列考试内容，体现了一名合格的机械工程师应具备的各个方面的基本知识、相关知识与技能。要求我们不仅要大学所学的主要基础与专业知识，更重要的是大学毕业后应扩展的新知识，因此，我必须要有较扎实的大学基础、毕业后踏实的工作实践和边工作边接受继续教育的不断积累！

总结：

通过对就业形势、目标职业（机械工程师）的分析，我清楚认识到机械工程高级师是一个充满挑战与机遇的职业，机械工程师的工作环境与内容也符合自己的兴趣；从整体情况和未来趋势看，我把工业界选定为我发奋目标的方向是任重而道远的。在今后八年里，这将是我一直奋斗的目标！

第三章：职业目标的实施

“机会往往只青睐于有准备的人”。我将把我是终极目标分为近期、中期、长期目标三个阶段实施。

一、基本路线：

普通职员→技术人员→工程师助理→初级工程师(通过考取资格认证)→高级工程师

二、目标拟定：

近期目标：（大学生活阶段）

大学二年级

- 1、考取英语六级证书
- 2、通过国家二级计算机应用基础考试
- 3、加大对专业知识的的学习，完成必修课，拿奖学金！
- 4、博览群书，涉猎各方面的书籍，了解各方面与专业相关知识，扎实当工程师的基础！

- 5、多与它人沟通，要建立起良好的人际关系网，加强口才，能流畅清晰的表达，增加自身竞争力
- 6、熟练学习好制图软件，如 CAD，3DMAS 等

大学三年级

- 1、争取考取英语六级证书
- 2、多到图书馆阅读相关专业知识，并深入研究
- 3、保持好学习成绩，拿一等奖学金
- 4、暑假期间到工地或公司进行实习，积累经验
- 5、继续加强口才，多与它人沟通
- 6、努力去考取研究生

大学四年级

- 1、巩固好专业知识，做到让各门功课融会贯通，形成思维框架
- 2、保持好成绩，做到名列前茅、拿国家奖学金
- 3、多到图书馆借一些求职的书籍，让自己对的面试技巧有所了解
- 4、多参加一些招聘会，体验现场，积累求职经验
- 5、多看一些其他书籍，丰富自己的文化底蕴，如看人文社科学类的书或名著等
- 6、深入学习英语，提高口语水平，为求职时多添一份自信
- 7、多向毕业的师兄师姐交流、借鉴求职经验认真完成毕业设计以及毕业论文，争取优秀的成绩
- 8、努力加深对理论的学习，完善自我，同时提高自身能力
- 9、多方面了解考研学校和用人单位的相关信息
- 10、多阅读一些建筑行业的书籍，并深入研究。
- 11、了解社会、认识国情，增长才干，为今后的工作做铺垫
- 12、机械工程师是个责任重大的工作，实行进来是很严谨的，不能有半点马虎。所以要形成一个严密而又构架的思维，培养对待工作须一丝不苟的精神。

中期目标：（刚工作阶段阶段）

毕业后一、三年

- 1、先在一家企业单位担任技术人员
- 2、期间，在积累工作经验的同时，了解行规！

- 3、提高自身的社会阅历，同时继续努力学习英语
- 4、争取做一名合格的技术人员，多向高级工程师学习，吸取优秀经验，多了解本行的内情，从事一些简单设计工作，做好该做的工作
- 5、继续学习相关机械工程行业的书籍，丰富自我。
- 6、为考取注册机械工程师做准备，一方面要继续学理论知识，另一方面提高自身能力。

毕业后三、五年

- 1、通过考取相关证件，争取提升为工程师助理
- 2、要熟练工业行业的情况，深入学习建筑项目全程设计中各个方面的知识，有机会则参加实战
- 3、继续学习好外语，在日常做到能与外语人士做简单的交流
- 4、多阅读机械工程相关书籍，结合机械工程的理论，分析学习各大型项目的方案，学习项目知识。
- 5、树立正确的人生观、世界观，培养机械工程职业的道德素质

长期目标：（稳定工作阶段）

毕业五年以后

- 1、成为工程师助理
- 2、工作锻炼，书籍丰富知识
- 3、争取考取工程师

第四章：备用方案

职业备选：正所谓天有不测风云，如果当我某天发现我的工程师梦碎的时候，我也有后路。根据自我评估中的职业能力测试的职位建议——“适合从事与艺术有关工作”。事实上我也比较喜欢。我擅长于表演，并具有较强的表演功底。所以，我是也可以胜任一般的**业余演员**，希望有一天能成为**职业演员**。这对于我这一个喜欢表演的人也是可以选择的。

第五章：总结与自我评价

总结：我的青春我做主，我选择了我的青春为一个机械工程师奋斗，这个选择是经过各种调查和各方面的对比而作出的，这个是一个适合我的选择！我也有一

套适合我的实施方案，这是一个根据我的实际情况而定制的实施方案，也是一点一点扎实基础、一步一步接近目标的实施方案！总之一句话——我规划，我能！

自我评价：