

# 经济学职业生涯规划范文设计大赛

## 篇一：经济学职业生涯规划设计大赛

个人参赛作品

13 级经济学沈思艺

个人资料：

姓名：沈思艺

性别：女

学号：1340405114

学校：江苏科技大学

院系：经济管理学院

前言：

机会总是会眷顾有准备的人。我们身处大学，面对着自己的将来还有许多的未知数，不知道将来会发生些什么。虽然我们不能预测自己的以后，但我们可以为自己的未来做一个规划，使自己以后的工作、学习和生活做到有的放矢，为将来步入职场做好准备！

目录

自我认识

环境分析

职业认知

职业目标

规划与实施计划

评估与备选方案

结束语

一、自我认识：

个人特质：

特征点评：性格乐观开朗待人友好真诚

有较强的上进心接受能力强

处事踏实认真责任意识强

有较高的团队精神和大局意识

（个人劣势）：容易急躁（多读文学作品，陶冶情操）  
做事犹豫（遇事冷静分析，训练决策能力）粗心大意（在生活中注重细心严谨）

总结：个人喜欢与人交往、不断结交新的朋友。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。因而我觉得自己适合的职业是银行工作者

一、就业环境：

就去年而言，20xx 就业环境依然严峻，体现为就业总量矛盾和结构性矛盾依然非常大。XX 年城镇需就业的劳动力达 2500 万人，比十一五时期的年均数多 100 万人，其中高校毕业生规模达到 680 万人，是本世纪初的 6 倍多

结构性矛盾更加突出，招工难和就业难并存，不仅技术工短缺，普通工人也短缺，且此现象更加趋于常态化，有

从沿海向内地蔓延的趋势。

由此可见，职业生涯规划对一名在校大学生是多么重要，作为一个大学生，我更应该脚踏实地的认真学好当前的专业知识，为将来的就业做准备。

### 三、专业分析：

社会发展离不开经济学，经济学也一度成为各大高校的热门专业，经济学更偏重于理论，且经济学的课程实用性都比较强。本专业要求学生系统掌握经济学基本理论和相关的基础专业知识，了解市场经济的运行机制，熟悉国家和党的经济方针、政策和法规，具有运用数量分析方法和现代技术手段进行社会经济调查、经济分析和实际操作的能力，具有较强的文字和口头表达能力，社会对此专业人才的需求量很大且趋于上升趋势。综合经济管理部门、政策研究部门、金融机构和企业从事经济分析，预测，规划和经济管理工作，经济学人才均能胜任。

### 二、职业认知：

职业决策：根据个人特质和以上分析，我的就业方向是银行的风险控制分析部门（作为银行的风险控制分析部门的一员，要能够研究经济数据，研究的对象包括所有影响经济的因素，以及金融货币、宏观经济周期、政治政策因素等等众多方面；能够撰写研究报告。分析者要将投资方案、日常的研究产品化。研发理财产品的研究角度、研究方法的正确

性、数据准确性、时效的及时性等是分析师水平的直接体现；对数据分析的去伪存真。这项工作是分析者的重要责任，分析者的素质是要能够发现一系列数据背后的含义，不被假象所迷惑，还要能够发现一系列数据的主要方面，才能够得出一个正确的结论。)

## 2、职业要求：

①具有扎实的经济金融知识②具有很强沟通能力，包括一定的中英文沟通能力

③能够及时捕捉经济动态

④认同团队合作，关注变化，诚信负责

⑤具有良好的职业道德和严谨细致的工作作风

## 四、规划与实施计划

### 1、短期目标：

大一：提高英语口语能力，上学期过英语4级，普通话等级考试，下学期过英语六级。加入学生会组织并争取大二依旧能留下，积

极参加各种有益活动，学好基础课程，争取奖学金

大二：过英语6级，计算机2级，考会计从业资格证，阅读经济方面的书籍，夯实专业知识，锻炼自己的实践能力，参加一些志愿者活动

大三：争取加入中国共产党，同时拓展有关理财和风险分析方面的知识，学好专业课，为考研做准备

大四：争取到好的实习机会，积累相关经验，同时为考研做准备。

## 2、中期目标：

①完成研究生学业，考取银行从业资格证。

更广泛地掌握知识，跟着导师学习，积极动手，积极参加一些项目的工作，了解社会发展动态，渐渐步入社会，完成投资风险分析师的心理、知识、技能的准备，了解资产市场交易的具体情况。②在银行做业务员，提高能力，向理财师过度，熟悉工作环境和行业特点，积累工作经验，寻找良好的上升机会，争取进入中台（风险控制部门）。

## 3、远期目标：

积累三脉（知脉、钱脉、人脉），成为一名优秀的投资理财师，并逐步由业务人员向管理层晋升。

## 五、评估与备选方案

未来的不确定性：由于未来所发生的事情有太多不确定性。所以一份好的策划同时也必须具有一定的弹性，在实践的过程中不断的对自己的职业进行评估分析，再要给自己空间去调整再选择。

1、风险分析：刚刚毕业进不了银行，竞争太大，

备选方案：

①去中小型企业充实工作经验。可行性：进去容易，中小型企业对营销人员的需求大。可以进行市场调研和策划方向。

②考取政府经济相关部门公务员，可行性：文科生考取比较容易，工作稳定，福利好。2. 反馈周期

在一般情况下，我定期半年评估规划当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

### 3、调整原则

坚持不懈为目标而奋斗，规划调整以实现人生目标为前提，一切为之服务，但前提是不违背自己的意愿。根据实际情况，对自己的规划进行调整，并且定期做一次自我评估，再结合自身条件及各方面因素让自己的能力得到最大幅度的提升和完善，使自己的就业前景更加光明。

### 六、结束语

易卜生说：社会犹如一条船，每个人都要有掌舵的准备。我觉得人生真的就像一艘航船，航行于人生的大海中总会遇上不少风风雨雨，如果我们要顺利到达彼岸，就必须确定目标，明确航线。正因如此，所以我选择职业规划，我希望我就像一艘航船，能够扬帆起航，勇往直前。我要沿着一条明确的路线划向更广阔的大海……

## 篇二：经济学职业生涯规划大赛

### 大学生职业生涯规划与设计

#### 一生涯

##### （一）理念

##### 1.2.

了解内在世界

你是谁你希望成为谁你的优势和可能的限制

了解外部世界

工作世界是什么样的工作世界有哪些需求与机会把自己放在最恰当的位置

## （二）系统化生涯规划

觉知与承诺→自我探索→探索工作世界→决策→求职行动→再评估

了解生涯规划的重要性人格特质兴趣最看重专业与职业关系综合与评估信息求职过程走进职场和作用愿意花时间来规与众不同的技能工作世界宏观发展趋势目标设立与计划简历面试管理生涯规划划自己的生涯职业对工作人员的要求条件待遇处理问题：信念障碍继续教育的选择

## 二兴趣探索

### （一）职业兴趣类型与能力类型

实用型（R）研究型（I）艺术型（A）社会型（S）企业型（Enterprise）事务型

## 三性格

### （一）含义

亦称人格特质，是一个人在生活中对人对事对自己对外在环境所表现出来的一致性因应方式

### （二）MBTI 理论

1

能量倾向内向（E）外向（

I）

内：倾向于把知觉和判断集中于观念和思想，更多地依赖于持久的观念而非暂时的外部事件，总是避免成为中心，沉默

通常保留情绪和想法不轻易流露先听后想再说固定的朋友静静反思个人少数深度

外：易沟通好交际适应环境，自然地外部世界所吸引，趋向于通过感受来了解世界，喜欢成为活动的焦点善于表达自由的表达情绪和想法听、说、想同时进行朋友圈大主动参与大家许多广度

2 接受信息感觉（S）直觉（N）

感：收集具体、特殊的信息了解外在世界，善于观察，关注现实性，想知道发生了什么

直：倾向于感知整体，反应敏捷思维跳跃，注重暗示与推理，信赖自己的灵感与预感，注重将来，喜欢预测，想知道

意味着什么，结果怎样

3 处理信息思考（T）情感（F）

思：以逻辑推理为基础，通过理智思考进行活动和决策，注重公认性，客观理性有条理

情：权衡问题的相对价值与利益，依赖于对个人价值观或社会价值观的理解，照顾他人感受，富有同情心，渴望和谐

#### 4 行动方式判断（J）知觉（P）

知：生活宽松有余地；试图理解生活，开放适应灵活多变不拘小节；随遇而安，思多于行；反感规则约束

判：喜井然有序；倾向于规划生活解决事情，设法管理控制生活；善组织，有目的性决断性；或必要信息时机付诸行动

#### 四技能、价值观探索

##### （一）智能

包括：语言空间人际自然认知数学逻辑自我认知音乐身体运动

##### （二）技能

123

包括：专业知识自我管理可迁移（通用）

#### STARSituationTaskActionResult

雇主们最为重视的技能和个人品质按顺序排列如下：

(1)(2)(3)(4)

沟通能力(5)学习成绩(9)诚实正直

积极主动性(6)人际交往能力(10)工作道德

团队合作精神(7)灵活性/适应能力(11)分析和解决问题的

## 能力领导能力(8)专业技术

(三) 应重视自我管理技能与可迁移技能 1 善于学习

2 读、写、算的能力 3 良好的交流能力

4 创造性思维和解决问题的能力 5 自尊、积极、有奋斗目标 6 有个人和事业开拓能力

7 交际、谈判能力及团队精神 8 良好的组织和领导能力

(四) 价值观

1 意义：价值观是我们生活和工作中所看重的原则、标准和品质

价值观在生涯发展中往往具有决定性作用价值观是会改变的 2 重要价值观

人际关系/归属感、团队合作，物质保障/高收入，稳定，安全，创造性，多样性和变化性、新鲜感，乐趣，自由独立（时间，工作任务），被认可，受尊重，能帮助他人，能发挥自己的才能，成就感，成功，名誉，地位，自主独立，有学习/发展/成长的机会，权力（领导/影响他人）有益于社会，挑战性，冒险性，竞争，符合自己的道德观，工作环境、工作与生活平衡，家庭，朋友，亲密关系，健康，信仰，自由

五探索工作世界

(一) 劳动力市场现状

劳动力总量过剩没技术意味着没工作转换工作成为一

种惯例培训和再教育成为常事

大学生职业生涯规划与设计

劳动力市场与迁移多种工作形式选择全球化的经济环境

(二) 与具体职业岗位相关的信息

123456781?????2????3??

公司文化和规范；工作内容和职责；

工作要求的知识、技能和素质；工作要求的资历和资格；  
工作时间、地点和环境；工作的可发展空间；薪酬待遇和福利；

如果要去应聘还需要了解公司的招聘文化。静态的资料  
接触出版品视听资料

行业展览会和人才交流会网络

机构：学校、政府、公司动态的资料接受专业俱乐部专  
业协会/学会生涯人物访谈参与真实情境直接观察

直接工作经验

(三) 获得职业信息的方法

(四) 获得职业信息的内容

P：职位或职务 L：工作地点 A：升迁状况 C：雇用条件 E：  
雇用要求

(五) 探索工作世界的具体内容

就业市场的形势：市场大小、供求关系、在各地区各领域的分布新职业层出不穷继续教育方面的选择：考研、在职研究生、学校保送、根据扶贫计划等优先、出国、研究生学历班、自考、在职培训、实习、成教、夜大、资格认证

### 3 专业与职业的关系 4 具体职业

工作性质，要求学历技能，薪酬福利，工作条件，工作地点，发展趋势与晋升的前景

### 六决策与目标设立

#### （一）确定职业目标（两种手段：目标分解与目标组合）

1

目标分解：按性质、时间?性质

2

3

?时间

短期目标→中期目标→长期目标目标组合

?时间上并进连续?功能上因果互补?全方位家庭生活、个人事务目标的冷热 4SMART 方法

#### （二）决策的原则与方法

无论我将穿过的那扇门有多窄，无论我将肩承怎样的责罚。我是我灵魂的统帅，我是我命运的主宰。——威廉·亨利

大学生职业生涯规划与设计

12341

???

择己所爱：考虑自己的特点、珍惜自己的兴趣择己所长：  
有利于发挥自己的优势

罗兰·贝格说：“一个普通人集中于最有效的一点，将  
比一个在无数处分心的天才更容易获得成功。”

择世所需择己所利什么是决策

作决定并付诸实施的过程。

对一个问题产生解决要求，经过思维活动做出行动决定  
并付诸实施的全部过程。提出问题、分析问题、解决问题的  
过程

### （三）生涯决策与行动

2

????

决策的作用

总是导致积极的行动把握方向、目标

避免混乱的场面，使目标有序进行可以整合资源

3

?????

决策的分类

确定性的决策不确定型决策风险型决策定量决策定性  
决策

4

???

### 如何科学决策

科学决策的前提是确定决策目标。它作为评价和监测整个决策行动的准则，不断地影响、调整和控制着决策活动的过程，一旦目标错了，就会导致决策失败。

一项决策在确定后，能否最后取得成功，除了决策本身外，还要依靠对决策运行的控制与调整，包括在决策执行过程中的控制，以及在决策确定过程中各阶段的控制。一旦确定了职业目标，就要为实现自己的职业目标进行准备：一是获取从事该项职业的知识和技能。二是培养获取这种职业的意识以及这种职业要求的综合能力

5

?

### 职业决策形态

每个人的生涯形态都是独特的，因为生涯发展是终生发展的历程，生涯决策是整个历程中须不断面对的问题，由于生涯决策的牵动，以及决策与决策间彼此的关联与环环的相扣，于是造成了个人独特的生涯形态。

6

???

### 职业决策反应形态

理性型（rational type）以合乎逻辑的方式；从未来的观点搜集资料；经详尽比较；勇于为其抉择负责。

直觉型：能为其抉择负责，但未考虑未来的因素；未进行资料的搜集或作合理的分析比较；决定的方式主要依据想象，即刻感受和情绪反应。

依赖型：以社会规范为其行事标准；其决定方式主要依据他人的期望；常将责任交付于他人

#### （四）决策模式 1 确定目标

2 评估各种备选方案 3 收集信息

4 评估结果和影响 5 建立一个行动计划

七补充：有关职业的基本事实

目前现存有超过 2 万种职业，对于大多数人来说，都有数种职业适合于他们。

没有哪一种工作能够满足你所有的需要。所有工作都有其局限性和令人失望之处。你需要通过其它活动来充实你的生活，才有可能感觉到完满。

工作市场和经济形势都时常发生变化，甚至是急剧的变化。有的行业在目前可能充满了机会，但却会在数年内饱和。

工作是生活的一部分。我们的决定很可能不会持续一生，而需要不断调整 and 变化才能保持满意感。你需要学会如何掌握工作的变动，而不是如何去跟随它。

职业世界信息的实时性很强，因此在应用此段信息时应

当注意其时效性。