

服装系大学生职业计划书

引言

时间是最难掌握，也是最难拥有的。对于即将跨出校园的我们，是时候为自己的未来做准备了。

我已经浑浑噩噩的度过了我人生的校园生活，感觉自己头脑至今还是一片空白，心智还是不够成熟，迷迷糊糊的找不到方向，这样的我怎么走向社会？怎样去实现自己心中的理想？想来想去，我决定这一次的大学生职业规划一定要用心去完成，不能再让我的职业生涯毁在我懵懂的思想中。“当你觉得为时已晚的时候，恰恰是最早的时候”。我要通过这次的职业规划让我的生活不再悠闲乏味，希望通过这次的职业规划能为毕业后的我寻找到一份属于我的工作。

第一章

职业生涯规划的意义

1、什么是职业生涯？

职业生涯是指一个人一生中从事职业的全部历程，职业生涯是个发展的概念，即将个人职业生活看作是一个动态的过程，它不仅包括过去、现在和未来那些可以实际观察到的职业发展过程，而且还包括个人对职业生涯发展的见解和期望，具有浓厚的个人色彩。

2、职业规划的目：

职业规划的目的，她决不只是帮助个人按自己的资历条

件找到一份工作，达到和现实个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己订下失业大计，筹划未来，进一步细估量主、客观条件和内、外环境的优势和限制。

3、职业规划的意义：

、职业生涯规划有利于适应社会发展

2、职业生涯规划有利于确定职业发展的目标和方向

3、职业生涯规划有利于实现终身发展

第二章

自我探索和个人认知

、自我兴趣分析

让我说我的兴趣，一时之间还真有点说不出来，其实我是一个兴趣并不广泛的人，在我的生活中，我只会留意一些比较有特色的事物，并会深深的记在脑海，其他的我几乎是过目就忘。选择服装制版这项专业，除了纯粹的喜欢，更多的是因为性格适合的原因。

2、自我优点分析

朋友说我的优势是：在生活中，我比较会把握时间，在学习上，我有着一颗上进的心，比较爱专研，在工作上，我是一个很负责人的人，不达目的不罢休。我想我人生最大的优势就是交了一群益友，她们能在我最需要的时候给我安慰与鼓励。平时我也常常用“不经历风雨，怎么见彩虹”来鼓励自己。身为班级的卫生委员，让我在生活中养成一种爱卫

生的好习惯，也让我提前知道一个人要拥有“责任心”的重要性。通过几次暑假工的经验，我也挺能吃苦耐劳的。

3、自我缺点分析

总体来说，我是一个性格比较内向的人，不爱主动与人交往，也不善于与人交谈。对待学习一般处于被动的状态，有时，自己会过多的考虑一些事情，导致心理负担较重，生活有些压抑；自制能力不强；做事犹豫不决；有时还有点杞人忧天，自己吓唬自己，以至于有些事情不敢踏出第一步。做事情喜欢三日新鲜，明明计划好的事情会被自己的个人爱好给摧残，自制力很欠缺。性格上，会因为自己的心情不好而迁怒于别人，有时也过于在意别人对自己的看法。

自我解决缺点的方法：

在学习知识的同时，多去社会上走动走动，加强自身的外交能力。平时多与老师朋友交谈，要少说多听，从他们的言语中吸取经验。努力改正生活中的一些不良习惯，通过坚持每天的晨跑来提高自己的意志力，通过听音乐、写日记来发泄自己的不良情绪。树立好自己的外在形象，学会掩盖自己的缺陷。平时尽可能多的去倾听、感受别人的心声，要多多学习为人处事的方法。

第三章

职业认知

、职业测评分析：

通过职业兴趣测评，发现自己适合的职业有秘书、图书管理员、办公室办事员、社会科学教师、学校领导等。

通过职业价值观的测评，我的职业价值观是在于不断创新，不断取得成就，不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事。

通过职业气质的测试，我属于粘液质那一类型，胆汁质的人踏实，稳重，兴趣持久专注，善于忍耐，感情不易外露，深沉含蓄，不大容易发脾气，对人平和，且具有坚韧精神。他们中大多数人都能很好的利用协调性、积极性、社会性及感情稳定性表现自己的才能，而且不论职位高低，都能在各自的岗位上做出成绩。但粘液质有些惰性，动作缓慢，不够灵活，内向、冷漠，不善于转移注意力。粘液质的人不仅能从事学术、教育、研究、医学、文字翻译、会计统计等内向型的职业，以其独特才能驰骋在写作、漫画、艺术、服装设计、广告宣传、新闻报道、情报收集等领域者也不少，而且也可以活跃在政治家、外交官、商人、律师等外向型职业岗位上，粘液质的人不适合做富于变化和挑战性大的工作。

通过职业性格测试，我适合的职业有审计员、后勤经理、信息总监、预算分析员、工程师、计算机程序员、证券经纪人、会计、文字处理专业人士等。主要特征有，沉静认真、贯彻始终、讲求事迹、注重事实、有责任感、得人信赖。

2、学校与专业情况分析：

现在所处学校湖南工艺美术职业学院，湖南工艺美院是全国 100 所国家高职建设院校之一，学院拥有雄厚的教学团队，学院一直以“致用致美”为校训理念，培养了一代有一代学子走向社会，学院的服装艺术设计系具有深厚的理论功底和精湛的实践指导能力，本系拥有 30 多年的办学历史，其中“服装设计与工艺”为湖南省唯一的服装类高职教育重点专业，培养了一大批高素质技能型专门人士。学生在校期间参加国内重大专业赛事，捷报频传，展示了迷人风采。本系毕业生深受用人单位欢迎，近几年学生就业率均在 95%以上，部分学生成功实现了自主创业。

刚开始选择在这个专业，单纯的因为它适合我的性格，但经过几年的接触，我发现我开始慢慢的喜欢上这个专业——服装制版。

服装制版师一项技术性很强的工作，容纳很多琐碎、繁杂的细节处理，对于人体结构理解，对尺寸、部位的精确把握等都需要丰富的经验，还要有很高的灵活性，而灵活处理版型则是以娴熟的技术和丰富的经验为前提支撑的。

要想成为一名成功的服装制版师应该更多的参与企业的经营与运作，服装制版师的工作本身与产品是息息相关的，参与得多，对公司了解更多在具体工作中会更加游刃有余。而且在参与过程中花心血考虑也是一个学习的过程，有利于综合素质的提高，而多一方专业的意见对公司的发展也是有

好处的，往往这样的专业意见是非常重要的，目前各大品牌之间的竞争中已经包含了版型的竞争。在消费者看了穿了之后，决定某件服装售卖率的就是服装版型。再漂亮的服装穿着不舒服，我相信消费者是不会买单的。

服装制版的工作看似刻板单调，其实其中存在很大的变通。制版师们的水平在小数点后几位数字的变化中悄悄体现着，这也就是为什么同一个款式不同的制版师打出的版是不同的。

服装制版灵活度就在那一点点，而这一点是需要悟性和灵气的，悟性和灵气是培训不出来的。这一点经常成为普通制版师与高级制版师的瓶颈。

服装制版在成长的过程中不同阶段参加适合的专业培训是有必要的，可以使自己的技术和理论基础更扎实、系统。通过培训，还能获取新的制版技巧和方法，增加与同行交流的机会。对服装制版师的职业是很有益的，但是，培训不能解决服装制版师发展的所有问题，提高技能的程度也不尽相同。

服装制版师是灵活应用制版技术的对美再创造过程，并且是将理想美变成现实美的关键环节。

处在这样的情况下，即将踏入这行业的我们应该加紧培养自己所欠缺的那一部分。

第四章

职业目标决策

一、整体生涯目标确定：

通过自我认知与职业认知，我给自己毕业后定了三个目标

- 1、成为一名高级制版师
- 2、成为一名高校的教室
- 3、开一家属于自己的服装店（运用自己所学专业去完成）

首先我想在所剩无几的大学时日里，根据就业指导老师所说的，多去了解与自己专业有关的服装公司，比如一流企业有哪些，二流企业有哪些，三流企业是属于那种不看文凭只看经验的企业，通过这些确定我要应聘的职位是什么？到达这个职位技能需要达到什么程度才能胜任等等一些问题，发现了问题就马上动身去解决问题。有时间多去收集那些公司的资料，更多的去了解这个行业，熟悉这个行业。提前为毕业找工作做准备，这样也不会毕业就失业那样来的快。

毕业后的前两年，对工资并没有太高的要求，只求能早点适应这个行业，更多的积累经验，从各方面提升自己，突破自己。在此期间，寻找机会拿下自考本科文凭，为将来当一名教师做好准备。我的最终目标是开一家有特色的服装店，所以，从此刻起，要多看一些经营管理、营销学、性格分析学等一些有利于开服装店的书籍。

二、制定行动方案

大学的分配方案

暑期阶段，因为报考了驾校，所以这个暑假我将会留在益阳，将驾照拿到手，不能因为考驾照的事影响到我下学期的学习。在此期间，我也会抽空在益阳找到一份有关服装的工作，做最基层的也没关系，学东西是靠自己的，无论你处在哪个位置，只要你拥有一颗上进心，就不怕学不到东西。暑假实习期间，让公司为自己开一张实习证明，为自己日后找工作积累一次经验。

大三的上学期

首先学会管理时间，这个学期最重要的是跟着老师一起顺利将毕业设计完成好，做好步入社会的最后冲刺。平时做好每一堂课的笔记，参加一些关于服装的设计大赛，学好就业协议与劳动合同，为毕业后能保障自己的权益。多多练习服装手绘款式图以及效果图，通过上网、进图书馆的学习掌握更多有关服装制版的知识以及就业知识等。还要加强自身的情商，心理学研究表明，在现代社会中，获得事业成功，只有 20%取决于智商，80%取决于非智力——情商。

大三的寒假

这段期间开始直至毕业，我们处于实习期，这时我应该学会转换角色，及时转变思想，多去了解这家公司，我的工作岗位，怎样在实习期间学到更多的知识。工作之余，还当

了解其他行业如销售，管理，法律等知识，多多与人交流，处理好身边的人际关系。

正式就业期间，要以最充沛的心态去面对，从各方位去了解这家公司，并对此做好一份对策，努力做好自己，尽自己最大的能力为公司争取利益。有时间也可以通过网上渠道去参加一些服装大赛，积累经验与实力，等能力慢慢强壮起来，可以选择适当的时机往更高处发展。

第五章

职业生涯规划总结

计划的制定与计划的实施同步，计划的关键在于实施，通过这次的职业生涯规划，让我对自己有了更全面的认识，对所处的学校，即将面对的社会进行了仔细分析。结合自己的有缺点、社会的现状，为自己的职业确立了短期、中期与长期目标。

在今后的学习及不久的工作中，我会督促自己按计划实施，按时评估，尽可能早的实现自己心中理想的职业。