

职业生涯规划

学 院：
班 级：
学 号：
姓 名：

前言：

就当今就业形势而言，目前大学生毕业后就业压力大，为了今后可以在自己想要的道路上发展，一个清晰明确的职业生涯规划是必须的。它将帮助我认清我将要走的道路，让我为今后的人生做出我该做的准备，不让机会白白流失。因为我始终相信一句话——机会永远是留给有准备的人的。因此，我们应为自己拟定一份职业生涯规划，为自己的未来好好设计一下。有了目标，才会有动力。一个有效的职业生涯规划设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估。

一、认识自我

想要做出一个合理的职业生涯规划，首先要做的就是了解自己。应对自己进行了全方位、多角度的分析：

我是一个当代大学生，性格外向、开朗、活泼；业余时间爱交友、听音乐、外出散步、聊天还有上网；喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，喜欢创新，动手能力较强，做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，学习是“三天打渔，两天晒网”，以致一直不能成为尖子生，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性，缺乏自信心。

1、职业兴趣——我喜欢看小说，看电视、打羽毛球、排球，总的来说，凡是对我自身发展有利的，我都会尽力把它们培养成我的兴趣。我一直以来想当的就是一名环保工程师。

2、职业能力——我的一般学习能力较高，工作态度认真端正，但语言表达能力较弱，空间判断能力一般，形态知觉能力一般。由于我不善言辞与交际、不喜欢冒险与竞争、工作踏实，忠诚可靠，遵守纪律、看重社会道德。所以我感觉自己在环境工程领域较适合做绘图、检测方面的工作。

3、胜任能力：

我的优势能力	我的弱势能力
观察能力，学习能力	行动能力，管理能力，经营能力

自我分析小结：由优劣势能力比较知我并不适合创业，所以我决定舍弃我的创业梦想。根据职业能力与个人特质知我最适合且最能胜任文秘方面的工作，但我所学习的是环境工程专业，我并不想放弃，所以我会继续坚持下去，我相信勤能补拙，通过我的努力学习，我一定会实现我的愿望的。

二、职业分析

1、就业前景分析：

环境工程专业培养具备城市和城镇水、气、声、固体废物等污染防治和给排水工程、污染控制规划，室内环境治理及水资源保护等方面的知识，能在政府部

门、规划部门、经济管理部门、环保部门、设计单位、工矿企业、科研单位、学校等从事规划、设计、施工、管理、教育和研发方面工作的环境工程学科高级工程师技术人才，具备制定治理方案、进行工业设计、实施防污染管理的能力。

2、学校环境分析：

①学校特色 我校有一流的师资队伍，良好的教学质量。实验设备齐全，为学生的良好学习打下了坚实的基础。教师质量很高，使学生更易接受知识。

②实践经验：我在学校未曾担任任何职务，但我在周末会偶尔做兼职。

3、社会环境分析：

①就业形势：目前高校毕业生的就业形势不容乐观，首先毕业生数量连年创出新高，社会总体就业形势严峻。结构性矛盾依然存在，东部需求旺盛、西部需求不足的现象依然存在。尽管如此，党和政府还是极其关心大学生就业情况，国家也出台了不少政策和措施来推动和促进高校毕业生就业。而且，经济发展势不可挡，解决高校毕业生就业问题，归根结底还得依靠经济的拉动和促进。我国经济的持续健康快速发展和建设和谐社会、创新型国家，坚持走自主创新道路，将直接拉动和促进高校毕业生就业。同时，经济增长方式的根本转变、经济结构的优化升级和我国工业化、信息化、城镇化、市场化进程的不断加快，将为高校毕业生创造更多施展才华的空间。

②就业政策：a) 国家关于高校毕业生的就业方针“市场导向，政府调控学生与用人单位双向选择”的就业机制，确定了学生和用人单位在市场上的主体地位 b) 鼓励和引导高校毕业生到城乡基层就业 c) 鼓励高校毕业生应征入伍，报效祖国 d) 积极聘用高校毕业生参与国家和地方重大科研项目 e) 鼓励毕业生到中小企业就业。

从以上的调查与分析可以看出，目前就业是很困难，但我们如果能把握好自己，有好的职业也并非难事。所以我们必须做到以下几点：1、机不可失、早作决断。2、全面撒网、重点捕鱼。3、高也成，低也就。4、先就业后择业再创业。在科学技术日新月异的今天，经济社会发展的事实越来越证明，一个人不可能终生从事一种职业。因此，具有高附加值人力资本的高校毕业生没有必要刻意追求一时的“完美”，完全可以先就业，然后在职业发展中选择从事的专业，进而在不断积累中成就自己的事业。

三、职业规划设计

(一) 职业目标定位及 SWOT 分析

综合第一章(认识自我)及第二章(职业分析)的主要内容得出本人职业定位的 SWOT 分析：

内环境因素		外环境因素	
	1、自主学习能力强		1、经济发达的城市，对这个

S 优势	2、有乐观、积极向上的精神 3、工作认真、负责严以律己 4、喜欢环境工程专业 5、有正确目标和为目标、奋斗的欲望	O 机会	职业需求大 2、环境保护是新兴行业 3、国家有相应扶持政策 4、有充足的时间完善知识
W 劣势	1、缺乏相关的工作经验 2、知识结构不够完善和全面 3、相关的资格认证考试较难	T 威胁	1、知识储备不够 2、人们的环保意识不够 3、考试通过率较低

目标的实现必然会经历不同的阶段，每一阶段都有需要实现的特定目标，完成种种目标的实现，最终目标的实现也就也就如期而至了。

1、近期目标：

学习任务：认真完成学业，做好毕业论文，闲暇时练习 AutoCAD 制图，复习专业课知识，争取在毕业前能熟练于心。

锻炼任务：锻炼自己的组织能力和人际交往能力。学好文化科学知识，努力打好专业课基础，参加一些社会实践，增强自我的综合能力。从多方面发展自我，为就业打下良好的基础。尽心完成自己的论文设计，多收集一点关于各种自己喜欢公司的动态，最后选择一家在自己专业方面有发展前途的公司就业。

科技学术创新创业方面：扎实学习专业技能，同时，充分利用校内图书馆、校外购书城及网络信息，开拓视野，扩展知识范围，以此激发、开拓思路，尝试设计开展学术创新、科技创新。

2、中期目标：

选择一家发展较好的公司，然后从基层开始做起，从工作中学到怎样管理好一个公司，怎样处理好自我和上级的关系，从管理中学会怎样使公司发展壮大，尽职尽责的工作，使老板对自己有信任感，为以后自己创办公司打下坚实的根底。

3、远期目标：

有了自己的工作经验之后，要试着从事设计、环境评价等知识综合性要求较高的工作。希望能有自己的创新设计，使污染物能得到低成本的治理，为环境保护贡献自己的一份力量。

结束语：

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对、分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负。每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功，不相信幻影。成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。未来，掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠打拼！爱拼才会赢！我的未来不是梦。