

苏州*****职业技术学院

学生职业生涯规划书



班级：园艺**级**班

姓名：*****

前 言

每辆车都有属于自己的跑道

灯塔为海上的船只提供靠岸的目标，为船只的航行提供方向。人生的灯塔就是自己定下的目标，这个目标就是我们前进和努力的方向。**职业**是一个极其崇高而又神圣的词，他带给我们荣耀和满足，令我们的一生有所成就，让我们在夕阳映衬白发的时候有值得骄傲的回忆。

那么职业生涯规划就是我们掌握自己命运的一个重要的手段，我们要学会利用它，发挥它最大的潜力来为我们的职业插上翅膀，放飞我们的梦想，成就我们的未来。

规划，让我们成为未来的赢家！！



一、认识自我与评估

1、业余爱好

1、兴趣爱好业余爱好	读书、听音乐、打羽毛球等
喜欢的文学作品	《三国演义》、《战争与和平》、《阿甘正传》、《钢铁是怎样炼成的》
喜欢的歌	《我的未来不是梦》、《飞得更高》
心中的偶像	朱榕基 、董明珠
喜欢的警句	十个百分之十不是百分之百而是零 一切皆有可能，自信就是成功 精诚所至，金石为开

2、个人特征

助人	为人热情，乐于助人
易于合作	具有合作精神，人际关系较好
社交能力	略内向，擅长理解他人，擅长交友
洞察力	对人际关系敏感，对人、对事、对周围环境的洞察力强
责任感强	关心社会问题，对社会、对自己所从属的群体、对他人等均有责任心
重友谊	重视与朋友之间的感情，尽力与他们之间保持联络
有说服力	说服能力强，逻辑清晰，具有感染力

3、个人小结：

1、综合特质：

经由说服技巧或理性讨论达到目的；没有野心；喜欢与人建立关系；满足自己的兴趣与嗜好；接纳他人、配合团队。

2、能力优势：

人际沟通与管理；注重团队精神；有自信扮演积极角色；有办法展现外向个性。

3、人际关系：

有责任心；友善；擅于倾听且有耐性；理性有说服力。

4、激励因子：

平常的快乐与满足感；明确地位；调和的时间；尊重别人观点，鼓励他人。

5、自身缺点

做事较为死板，纯属埋头实干型，并缺乏创新，缺乏果断

4、他人评价

家人评价	乐观积极、思维活跃	无耐性、不细致、浮躁
老师评价	为人热情、与同学相处融洽、做事踏实、理性、是个实干的学生	组织能力较弱
亲密朋友评价	为人热情、乐观向上、幽默、思维活跃	缺乏耐心、不坚定
同学评价	热情积极、容易相处、有幽默感、理智	不够成熟、不懂察言观色
其他社会关系评价	为人和善、好相处、思维活跃	对待不熟悉的人显得拘谨不自信

5、职业兴趣

类型名称	得分	类型解释
社会型	5分	为人热情，擅长于与人沟通，人际关系佳

管理型	5 分	乐观主动，好发表意见，有管理才能
实际型	8 分	做事塌实，为人安分，不擅长于社交
常规型	4 分	忠实可靠，情绪稳定，缺乏创造力，遵守秩序
研究型	6 分	思维缜密，擅长于分析，倾向于创新
艺术型	4 分	思维活跃，创造力丰富，感情丰富

由上表可以看出：我在研究型和实际型方面的工作得分比较高，而这两方面的工作也正好与我的性格、兴趣和爱好相吻合，属于研究效率较高的一类，适合于从事教育和技术行业等方面的工作。

6、职业能力



在职业能力方面可以看出，我对于推理能力、人文素质、数理能力比较好，这几方面的能力，是作为一名技术人员所不能缺少的。

二、我国园艺行业未来发展的趋势分析

园艺行业的发展是随着社会、经济和科技发展而发展的，不管其内容与形式，还是服务对象，在不同的社会时期和发展阶段，有着很大的变化。展望我国园艺行业，有以下发展趋势。

- (1) 风景园艺市场逐步走向社会资本化。
- (2) 园艺规划设计理念扩展，走向多元化设计
- (3) “生态城市”是当代城市园艺建设的发展趋势。
- (4) 风景园艺行业在后 50 年进入保护与建设并举时代。

总之，中国园艺事业是一个承前启后、继往开来的事业，也是一个充满机遇和挑战的事业。随着中国景观建筑市场规模的不断扩大正是快速发展的园艺行业的机遇和挑战。我们要充满信心，参与国际竞争，发挥中国园艺的传统优势，做大做强整个园艺产业。

三、职业生涯规划

我认为我的职业目标应该分阶段实现，每个阶段进度如下：

第一阶段：短期规划（准备期）

所谓的短期规划，指的是我在大学一、二年级就读时的规划。在这个阶段，由于我们“涉世未深”，所以很多人都会对自己的理想、自己的前途感到十分的迷惘。

这时，我们便要利用自己在学校就读的这段时间，好好锻炼和充实自己，于是，我便给自己制订了在这两年中的计划。

阶段目标：学好基础知识，掌握基本的执教技能，考取必须的等级证书，同时选考其他一些与专业或者与自己理想有关的证书。

具体计划：

<p>2012年9月——2013年1月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆以最短的时间来适应大学的生活。 ◆参加军训，增强平时的体质锻炼，为自己的美好将来储存身体本钱。 ◆努力学习，系统掌握自己专业的基础知识。 ◆向党组织提交入党申请书，争取早日成为中国共产党党员。 ◆竞选学院青年志愿者协会助理，锻炼口才、组织能力、应变能力、策划能力以及协调能力。 ◆阅读大量专业知识书籍，如《园艺学》、《花卉制作基础》、《植物生理化学》等。 ◆期末考试争取拿到学校奖学金。
<p>2013年2月——2013</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆利用课余时间参加职业规划大赛，对自己有一个系统的认识，规划自己的人生。

<p>年 7 月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆积极参加和组织学院青年志愿者协会的各种活动，如：无偿献血、敬老院慰问活动等，增强自己的组织能力和策划能力，拓宽自己的人际交往圈子。 ◆认真复习本学期的课程，在期末考试中争取更大的进步，取得更好的成绩。 ◆成为入党积极分子。
<p>2013 年 9 月——2014 年 2 月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆争取考得施工员证书。 ◆竞选班上的团支部书记，与班上的同学打好关系，初步培养自己的服务能力。 ◆继续研究自己的专业知识和专业技能。 ◆利用空余时间到图书馆去借阅一些有关教育学、心理学方面的书籍。 ◆周末的时候到校外兼职家教，初步实践自己的师范技能。 ◆复习专业知识，考好期末考试，尽量保持良好的学习成绩。 ◆争取成为中共预备党员。
<p>2014 年 2 月——2014 年 7 月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆坚持每天早上练习英语，考取英语四级证书！ ◆加强对 Photoshop、Flash、等专业软件的操作训练，力求达到娴熟的水平。 ◆每天晚上学习和巩固已经学过的知识，并在图书馆借管理学等方面的书籍，拓宽自己的知识范围。 ◆努力复习，考好期末考试。 ◆争取获得“优秀学生干部”、“三好学生”称号

第二阶段：中期规划（探索期）

所谓的中期规划，指的是我在大学三就读时的规划。由于已经有了前一阶段的准备，我对自己所学的职业技能有了一定的掌握，在各方面的能力都得到了培养，这也就为我的职业生涯的起步奠定了基础。

在这个阶段里，学校除了给我们安排了进一步深入的学习研究课程之外，还给我们安排了校外实习等实践课程，所以我们必须抓住这个大好机会，通过试讲来锻炼自己将来作为一名教师的教授能力，到校外实习的同时，也要试着和别人沟通，尽量熟识自己将来的工作环境。这个阶段，实际上是一个提升自己的学习、工作、交际能力的阶段，是一个很重要的阶段。

我给自己制订了如下计划：

阶段目标：学会沟通，熟悉工作环境，提升实际工作技能，发掘自己的闪光点。

具体计划：

<p>2012 年 9 月——2013 年 7 月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 完成学校分配的学习任务，确保自己的专业技能； ◆ 熟练掌握 Photoshop, CAD、3D 软件； ◆ 认真研读一整套心理学教程； ◆ 注意入党事宜，顺利加入中国共产党。 ◆ 经常到图书馆借阅有关教学方法技巧之类的书。 ◆ 学期的后三周认真复习，考好期末试。
<p>2013 年 9 月——2016 年 6 月</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 进行大量的试讲训练，确保自己过硬的教学基本功和扎实的基础知识。 ◆ 多与已工作的朋友或者老师交流，虚心向他们学习相关的面试和工作经验。 ◆ 完成学年论文。 ◆ 对自己所参加招聘会经验进行总结，了解相关用人单位的人才需求方向。 ◆ 有针对性地参加招聘会，争取 7 月底前与学校签约。

第三阶段：长期规划（发展期）

所谓的长期规划，指的是我在大学毕业五年内的相关职业规划。这个阶段将会是我人生的一个新的起点，由于已经从学校毕业，参与了社会工作，真真正正地开始了自己的职业生涯，一切都是那么新鲜、一切都是个新的开始，从这时开始，一切都得靠自己了。

由于我正处于自己的职业起步阶段，所以必须为自己制订一个详细的计划，

认真塌实地工作，从基层做起，从一名技术员做起。只有打好自己的职业基础，才会为将来自己事业的发展铺平道路。

在这个阶段里，我给自己制订了如下计划：

阶段目标：稳步工作，有一定的工作成绩，在工作岗位上力争有所提升，争取成为中学领导班子中的一员。

具体计划：

<p>毕业后的第一年</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆改变自己的思想观念，由学生转型为独立的职业人，开创自己的职业生涯。 ◆调整自己的梦想与现实的差距，正确对待客观事实。 ◆处理好同事间的关系。 ◆通过互联网等途径关注社会发展的最新动态，适时为自己“充电”，学习新的知识和自己，跟上时代发展的步伐。 ◆每天保持激情地工作，热爱自己的工作岗位、热爱自己的学生。
<p>毕业后的第二年</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆休息时间关注与自己工作有关的社会信息，关心园艺行业的进一步发展。 ◆学习和应用好各种礼仪和人际交流的技巧。 ◆每月一次，检查计划执行情况
<p>毕业后的第三年</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆不断学习，拓宽自己的知识面，切实做到与时俱进。 ◆认真研读有关管理学方面的书籍，初步实践管理学知识。 ◆保持勤奋、敬业、具备独立分析问题和处理问题的能力； ◆进一步加强人际沟通技巧及团队合作精神。
<p>毕业后的第四年</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆学会积极主动地和领导交流，为自己将来的发展创造更多的机遇。 ◆合理地自己的现状进行客观的评价，审视自己与所定目标的差距，不能好高骛远，要适当调整自己的奋斗计

	<p>划。</p> <p>◆要尽量地和社会各界的成功人士接触，这样从他们身上可以学到很多成功的经验，吸收他们的成功精髓，同时也可以拓宽自己的交际圈子。</p> <p>◆掌握园艺行业的大体发展趋势。</p>
<p>毕业后的第五年</p>	<p>◆认真核对自己的职业生涯规划落实情况，检验目标完成进度，对于尚且不足的地方采取相应的补救措施，不断地完善自己。</p> <p>◆进行再教育，不断充实自己的文化知识，强化个方面的能力。</p> <p>◆加强信息的接受和处理能力。</p>

这个阶段是人生职业生涯的一个极为重要的阶段，航行在职业生涯的长河中，我们必须把握好自已的“方向舵”，也就是说，这个阶段将会很大程度地定位了自已以后的职业发展方向，如果想要达到预定的人生目标，那么，这个阶段就起了决定性的作用。

第四阶段：长远规划（高峰期）

所谓的长远规划，指的是就业五年之后的计划。相对来说，这是人生的一个比较长远的阶段，在这个阶段里，我们将会为了自己的职业目标而奋斗终身，是一个长远而又难以定位的阶段。我准备在 30——40 岁进入到中学的管理阶层。

本阶段里，我给自己制订了如下计划：

阶段目标：由技术转型为管理领导。

具体计划：

1. 利用之前的五年工作时间为自己进入管理阶层做好准备工作
2. 对过去的工作经历以及工作经验作一个详细的总结，从中领悟自己成功的规律，同时还要纠正自己工作上的错误，弥补自己的不足之处。

凭借自己的几年来的实战磨练与技能的提高，当综合能力提升到一定程度，凭借自己实践所得的能力，以及雄厚的人际关系，我一定可以顺利地进军中学行政管理者行列。

四、职业的动态分析以及调整

“人生之事，十有八九不如意”，所以，在我的职业生涯道路上也不可能总是一帆风顺的，这就要求我必须要适时地对自己的职业进行动态的分析及调整，以至于使自己在这个发展的社会之中保持与时俱进而不至于变得落后，与社会脱节。

如果想要在园艺界立足，除了要有一定的知识、职业技能和工作能力之外，还需要关注社会的就业状况，关注园艺行业的动态发展，再结合自身状况进行分析，寻找最适合自己发展的学校；在工作的同时，还要抽出一部分时间来学习新的东西，如学习外语、观看科普杂志、浏览因特网……活到老，学到老！

在毕业后的五年之中，我将按照自己的规划进行实施。在这个过程中，我会通过“实践——分析——总结——修正——执行——实践”的循环方式，识别自己以及职业规划道路中存在的问题，综合考虑各种可能发生的情况，结合自己的能力，有条理地采取有效的行动解决实际生活中所遇到的各种问题。同时，我也会不断识别新问题的存在，通过分析、总结、修正、执行等途径对所遇到的新问题进行处理，并在这个过程中不断发展完善自己的职业生涯规划。

所有人都会有自己的成功和不足之处，而这些成功和不足之处就是通过个人总结和修正表现出来，“我思故我在”，这句话确实是有道理。总结自己的成功之处，以便在以后更加发扬这些优点；找出自己的不足之处，以便在以后的发展道路上有所改良，从而可以取得更好的成绩。

通过学习和总结来调整自己的工作状态，理论与实践相结合，这是一种通向成功的最好的方法。

结束语

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，那么一定都只是镜中花、水中月，都渴望不可及。一个人，若要取成功，必须得拿出勇气，付出努力，拼搏，奋斗。成功，不信信眼泪；成功，不相信颓废；成功不相信幻觉。成功，值垂青有充分准备的人。未来，掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起。有时落；三分田注定，七分靠打拼！爱拼才会赢！



立足现在，
胸怀未来！