



职业生涯规划书

赖俊宁



积极的态度，让你赢得世界。

职业生涯规划书

姓名： 赖俊宁

性别： 男

籍贯： 重庆渝北区

学校： 重庆工程学院

院系： 动画与数字影视学院

专业： 影视动画

学号： 1603XXXXX

手机： 1592XXXX459

邮箱： 85255XXXX@qq.com

指导老师： 刘达斌

目录

第一章 自身分析	4
1.1 我的兴趣	
1.2 我的性格	
1.3 我的能力	
1.4 我的目标	
第二章 专业认知	6
2.1 就业形势	
2.2 行业状况	
第三章 职业分析	10
3.1 职业工薪	
3.2 职业目标	
3.3 备选目标	
第四章 职业计划	11
4.1 短期目标	
4.2 中期目标	
4.3 长期规划	
第五章 评估与调整	13
5.1 评估时间	
5.2 调整方案	



第一章 自我认知

1.1 我的兴趣

兴趣	内容	优势
沟通	可以在几分钟和人聊开话题	微笑待人，阳光向上
管理	从小学到大学，我一直担任班干部，从中学学习到了一些管理精髓。	在大学班上担任纪律委员，积累了一定管理经验。
学习	对新奇的事情抱有好奇心，会自己去探索	自学能力强，总结分析能力强。
运动	喜欢网球和羽毛球	身体是革命的本钱，强健的身板是干好工作的前提。

1.2 我的性格

我的优势：做事负责，仔细耐心。能够很好的安排工作时间，并且基本按照工作计划进行。遇事大多数时候能够做到冷静，能够听从理智，冷静分析问题。动手能力强。在听从领导的安排时会适当保留自己的想法，能够首先服从，后提出意见。有很强的学习欲望和上进心，尽可能以最有效率的方法达到目的。

我的劣势：有些固执己见，有些自以为是。有时也会有点懒惰，投机取巧。有时也会感情用事。

我的结果：EA 有艺术气质的事业型

职场性格

不想当将军的士兵不是好士兵，从孩提时起，你就心怀大志，有进取心，相信通过自己的努力，一定能开

创一片新的天地。

不仅如此，你富有创新精神，你的大脑就像哆啦 A 梦的百宝箱，有数不完的好东西。面对任何问题，你总能迅速反应，第一个找到解决问题的思路，在他人面前显得足智多谋。

你情绪化，有时候容易被非理智的情绪占据，做出一些出格的事情。你有很强的占有欲，自己想要的东西会千方百计得到手。在工作方面，你讨厌处于被动的劣势，被别人牵着走。

你喜欢竞争、敢于冒险，挑战来临前你会觉得期待和激动。对于你而言，与其平平淡淡地过小日子，不如轰轰烈烈地去干一番大事。你一直在寻找机会，一个可以提升自己展示自己的机会。

你的精力如同太阳能覆盖到整个太阳系，时刻感染和鼓舞着身边的人。你喜欢不走寻常路，主动出击，把握住每个自己看准的机会。

你的洞察力比一般人强，能敏锐的感觉到公司细微的变化和市场发展的前景。在掌握足够的信息方面，你的这个能力，总是让你快人一步。

职场生态

喜欢有挑战的工作，喜欢需要胆略、冒险但能取得巨大成就的工作环境，喜欢管理、决策方面的工作。喜欢能创新，靠脑吃饭的工作。你憎恨有猫腻的工作环境，喜欢靠自己的实力能获得物质上的回报和他人肯定的工作环境。

职场搜索

你可以优先考虑具备经营、管理、劝服、监督和领导才能，以实现机构、政治、社会及经济目标的工作，并具备相应的能力。

如：项目经理、销售人员、营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师。

如果实在没有你喜欢的，你还可考虑可以发挥你创意的工作。

如：设计师、广告制作人、记者、网站策划等。

职场建议

幸福就是猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽！在正确的位置，为正确的人做了正确的事情很重要，这比为了别人的掌声和物质的回报更加重要。如果一味的为名利而奔波，相信你会获得很多，但是你会忽略很多身边的小幸福。方向比努力更重要，奋斗前请问问自己，什么是自己真正想要的。

应该学会情绪管理，在高压力的情况下，你就如同一个火药桶，随时有爆发的风险。这样会给你身边的人，特别是你的合作伙伴或你的下属带来非常大的压力

1.3 我的能力

能力	优势	能力基础
----	----	------

交际	能清楚表达自己的思想,懂得如何与别人沟通,善于人际沟通。	在校期间,一直在参加演讲活动。
管理	善于沟通协调,具有领导才能,能够影响、说服他人共同达到组织或个人的目标,做事有组织、有计划。	大学担任纪律委员。
学习	在校期间,多次获得奖学金。自学能力强,擅于总结。	在校期间,时常与老师沟通疑惑。课前必预习,课后必总结。

1.4 我的目标

从自己的兴趣爱好以及特长出发,我目前就读的专业是影视动画,正好适合我的职业与我大学所学的专业对口,这样更适合工作的手,也能边工作边研究,不断的深化自己对影视的认知,也相信自己能在影视世界实现自己的价值。

第二章 专业认知



2.1 就业形势

2016 届大学生就业人数只增不减，竞争压力大

大学毕业生具有较高的人力资本水平，是劳动力市场上的优势群体。但随着全球化的发展与知识经济的冲击，青年初次与持续就业所需的能力门坎逐年提高，大学生必须具备能够满足新经济要求的核心就业能力才能成功发展，但现有教育培训体系缺乏必要的就业市场需求导向，缺乏对创业行为的深入研究，高等教育培养出来的大学生在知识和技能结构上与人才市场的需求存在脱节，大学生就业的结构性矛盾日益突出。因此，大学生一毕业就失业的情况会越来越严重。

就业政策：国家，学校，社会等方面为了解决这一现象制定了不少政策。比如：

国家方面，影视动画行业属于文化产业的一部分，是我国重点扶持的一个产业。近年来，我国出台多个涉及文化产业政策性文件，在财税、

金融、准入、土地等多方面优惠，扶持影视动画文化产业发展。十七届六中全会召开后，影视动画文化产业更是被提到将在 2020 年发展成为我国支柱性产业的目标。当今以 3D 电影、3d 动画为核心的产业在国内展现出一片广阔的发展前景

学校方面，学校应不断加强软、硬件设施建设和师资队伍建设，深化教学内容的改革，拓宽学生知识面，增加应用性、操作性、技能型的课程，切实培养具备各种综合技能能够适应社会需求的复合型人才。社会的发展离不开创新，大学生要在工作中得到实现自身价值也离不开创新，学校只有注重培养学生的创新能力，使大学生有能力进行自主创业，才能在工作中有出色的表现，给自己创造就业机会。

社会方面，自文化创意产业被列入国家“十一五”发展规划后，经过中影集团等行业先锋的不断努力，近年来涌现出了《熊猫总动员》、《淘气包马小跳》、《长江 7 号爱地球》、《魁拔》等大量优秀的国产影视动画作品，中国动画市场已不再为欧美日独霸，原汁原味的中国元素正日益受到青少年的喜爱和追捧。中国动画电影的成功离不开幕后的角色动画师们。正是他们给虚拟三维角色赋予生命，让卡通角色的喜怒哀乐通过表情动画和肢体语言深深打动你我的心灵。但是，与国产动画的迅速腾飞不相称的是，经验丰富的影院级动画人才严重匮乏，这与时下重软件技术、轻传统基础的教学不无关系

就业形势不乐观任务依然艰巨

今后一个时期，就业形势依然严峻，就业任务依然艰巨。突出表现在：总量压力和结构性矛盾并存，结构性矛盾今后会更加突出；就业公平性得不到有效保障，就业歧视现象时有发生；以高校毕业生为重点的青年就业问题突出，高校教育制度和社会就业需求不相匹配；劳动者能力素质和就业技能较低，职业技能培训薄弱，进城务工人员职业技能偏低问题突出；公共就业服务体系不健全，人力资源市场管理制度不完善。从影响未来就业的多种因素分析，部分企业“招工难”与部分劳动者“就业难”状况并存的就业结构性矛盾依然存在。

再来看看历年普通高校毕业生人数。



2.2 行业状况

影视动画行业在我国是一个新兴产业,人才稀缺,在影视动画行业里,就业方向是十分广泛。影视动画制作行业就业前景好吗?学什么专业对于一个人职业生涯具有重要意义,尤其在经济发展变化飞快的社会,以往的热门专业已经不再像以前那样火爆,反而一些新兴行业发展势头越来越强劲,例如影视动画制作行业前景就非常乐观。

第三章 职业分析

3.1 职业工薪

通过 412 份影视动画专业就业状况分析,影视动画专业平均薪酬水平为 6510 元。

若按照工作经验和工龄来统计,影视动画专业应届毕业生工资 3250,0-2 年工资 6070,3-5 年工资 8580,6-7 年工资 11890,8-10 年工资 12880。

3.2 职业目标

虽然我在学校已经进入实训课程,并且有了一定的现场管理经验,但在进入企业之后,还是要从基层做起,努力在最快的时间晋升为基层管理岗,然后再一步一步晋升。

通过之前的一系列测试，表明我更适合的是事业型，所以我希望的职业晋升道路是：

普通员工 → 发展好自己，积累经验→自己创业

时间会改变一切，包括改变你。

第四章 职业计划

4.1 短期目标

冰冻三尺非一日之寒，做好每一天我该做好的事，终有一天成功的大门会向我敞开，我现在要做的就是好好学习让每一天过得充实而有意义。

大学三年具体规划：

1. 大一：尽可能地多参加社团活动，增长自己的见识，提高自己的能力。努力学习各方面知识，充实自己的知识库，从各个方面完善自己。做好大学整体规划。
2. 大二：在专业课程学习中加倍努力，在实训过程中不断总结创新，积累经验。
3. 大三：更深一层的了解专业知识的，好好实习。

4.2 中期目标

有了大学两年年的一个铺垫，毕业之后在企业中就直接从基层人员做起。每天都需了解影视的一些发展方向，并结合现状，把工作做得更好。再多看一些人员管理方面的书，丰富自己的管理知识，为晋升做准备。

在进入行业 3 年内，通过自己不断的总结提高，让自己在这个行业有一席之地，并在工作中建立自己的人际关系网，不断的提高自己各方面的能力。

4.3 长期规划

在进入行业 5 年左右，在这个工作得到大家的认可，成为企业的“核心竞争力”，成为企业不可或缺的人才。积累好经验，考虑创业。

没有不进步的人生，只有不进取的人！

第五章 评估与调整

5.1 评估时间

为了能及时的了解每天情况的变化，我会做到每天一次日总结，每周一次周总结，每月一次月总结.....通过总结来看自己的目标完成状况。

每次总结都以能否完成既定的短、中、长期目标为标准，查漏补缺，不断提升自己，调整现有的不利于发展的一些状态，争取提前达成自己的目标。

5.2 调整方案

职业路径调整：

1. 在大学阶段时，假如我发现我并不适合影视这方面工作时，我会选择走婚庆公司影楼幕后或者后期制作的路线，并重新制定职业生涯规划。

2. 在工作初期，假如我发现我并不适合从事这方面开发工作，我会考虑朝着幕后人员方面发展。

3. 在工作中期，假如我发现自己无法胜任方面工作，会考虑朝着营销方面发展。结合之前的管理经验，总结提高，争取早日成为一名营销经理。

4. 在工作后期，如果积累了丰富的管理经验和人脉，我会创建自己的工作室。

职业目标调整：

1. 假如在一家公司内一直不被重视，那我一定要理性的去看清企业的发展前景和自己的发展目标是否一致。如果一致，那找自己身上的不足，并去弥补；如不一致，则选择与自己发展目标一致的企业就业。

2. 假如公司在前期与后期福利相差大，或者工资水平与其他同等公司差距悬殊时，我会选择离开公司，寻求新的公司。

3. 假如公司倒闭，我会提前选好新的公司做准备，并且随时安排好自己以后的工作方向，直到公司结束运营后再到新的公司面试就职。

4. 肯定整个大环境会一直改变，如行业规范发生改变，导致公司整体模式改变，我会尽力去适应改变，不断提高自己。如确实发现不适合自己，则可以考虑转型。