

相信自己

规划未来

NO.1  
自我认知

NO.2  
环境评估

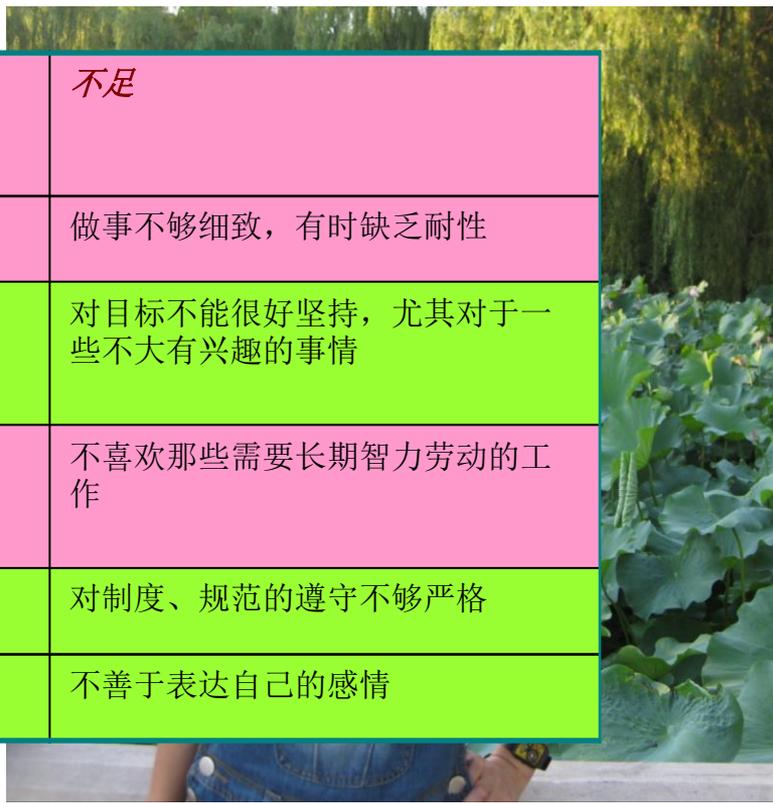
NO.3  
职业规划

NO.1

# 认识自我

姓名：刘利明  
性别：女  
年龄：21  
所在学院：  
学院  
专业班级：  
学号：4410  
联系电话：  
E-mail：  
liulimingice

优点	不足
乐观，喜欢研究，对一切事物有好奇心	做事不够细致，有时缺乏耐性
做事果断、理性，讲究效率	对目标不能很好坚持，尤其对于一些不太有兴趣的事情
对待工作认真，有责任心	不喜欢那些需要长期智力劳动的工作
有魄力，有挑战精神，敢作敢当	对制度、规范的遵守不够严格
比较重视亲情友情以及其他感情	不善于表达自己的感情



NO.1

## 认识自我

### MBTI测评

完美主义者  
适合研究

### 职业兴趣

研究型

### 九型人格测评

外向、主动、乐观、  
冲动、专制、有正义  
感、独断

### DISC个性测评

完美型！—专  
业性人才

网络测评



NO.1

# 认识自我

参与活动/实践

◆ CCTV全国希望  
赛

◆ 校数学建模大赛

◆ 吉大东师演讲比

◆ 校模拟职场大赛

◆ 长春新东方

希望  
语



明

NO.1

## 认识自我

个人  
经历

性格  
分析

网络  
测评

职业方向

在企事业单位或研究所

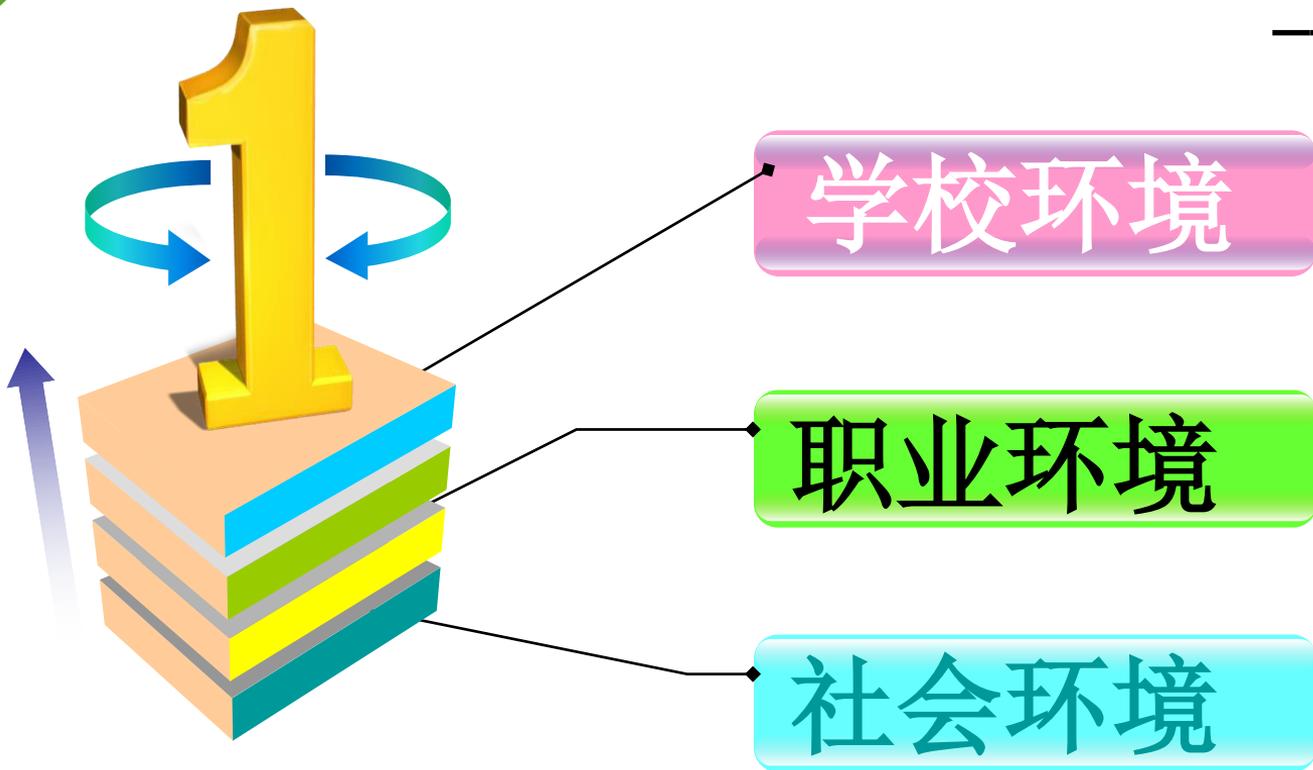
做研究

NO.2

## 环境评估

蓬生麻中，不扶而直；白沙在涅，与之俱黑。

——荀子《荀子·解蔽》



NO.2

## 环境评估—学校环境

吉林大学

211、985院校

师资雄厚，校  
风淳朴

材料学院

高手如云

学习气氛浓厚

材料科学与工程

前景广阔

容易就业

## 环境评估—职业环境



- 新材料是战略性新兴产业发展的重要基础。新材料是近年来引领高新技术产业发展的开路先锋，是我国今后一个时期内具有战略意义的重点领域和新的经济增长点，新兴产业的发展离不开新材料的开发和应用。
- 我国化工新材料对外依存度高，未来发展前景广阔。目前国内化工新材料整体自给率在56%左右，其中新领域的化工新材料自给率仅为52%，工程塑料和特种橡胶自给率仅为35%和30%。我们结合国家“十二五”战略规划，重点关注进口依赖度高、国内企业技术取得突破、下游需求爆发式增长的细分子行业的投资机会，包括高性能特种纤维材料、改性塑料、工程塑料、聚氨酯、锂电池材料等。

NO.2

## 环境评估—社会环境

研究人才  
需求量大



具有专业  
知识人才  
需求更大

正在  
崛起的  
行业



## 职业规划



**Wherever true valor is found, true  
modesty will there abound.**

**—William Gilbert**

NO.3

## 职业规划

资深专家

实现个人价值

事业走向顶峰

最终

提高效率积极研究

积极研究多创成果

毕业15年内

扩大人际交往

为公司创造效益

毕业8年内

始于基层

留学后

积累经验

NO.3

# 职业规划

名称	时间	总目标	分目标	计划内容	实施策略
◆短期目标	2011-2013	大学毕业，顺利申请到全奖出国	大学六级，四级证书，大学计算机二级证书，托福100，GRE，日语二级证书，论文发表，专利	每天进行英语学习，晨读！多参加比赛，多参加志愿服务活动，同时多走出校园进行社会实践，公司实习在社团里认真对待工作	专业课课认真学习，不可以放松，争取每年都得到奖学金，每天保证一定的自习时间！提高效率！
◆中期目标	2013-2020	出国顺利得到硕士学位，博士学位	建立良好的交际圈，找到好的导师，和导师认真学习！发表论文，每年完成一定数量的项目	语言学习；提高自己的语言表达能力；积累高校的人脉，与同学保持联系。利用好图书馆，多看书，多了解异国文化	多结交当地朋友，适应语言环境；多去图书馆，实验室，合理利用资源，学习到国外的先进技术和经验；在此期间，保持好与老师的学术联系和个人联系。
◆长期目标	2020以后	顺利就业，成为资深专家	在公司成为专家，潜心进行技术研究，开发更好，更有效益的材料	顺利建立家庭，在公司有良好的同事关系，可以建立一个研究团队，进行技术攻关	在提高业绩的同时，注意和同事领导的相处，补充管理学知识；保持导师和朋友的联系，了解国外的发展进程和先进理念，合理规划，保证与家人相处的时间。

风险类型	具体表现	对策及备选方案
宏观指导性风险	◆毕业前没有得到全奖，无法出国	没有得到全奖我就直接找工作，走工作路线！在工作中表现出色，争取出国机会，进行进一步学习
	◆毕业后没有找到一个合适的企业	如果找到的工作不是很心仪，我决定现在在这家公司现干几年，积累经验，大概2左右，再继续申请一汽大众的材料工程师的工作
	◆毕业后未能成为材料工程师	如果因为企业的要求，在初入职场时，未能从事材料工程师岗位，我决定从销售做起，然后经过轮换后，将来从事材料工程师工作
	◆退休后没能到学校教书	决定在家里开设网站，把我所学的东西进行分享，让我的经验可以保留下来，并对其他人有用
细节性风险	◆身体健康状况出现问题	一般这种情况会发生在中老年阶段，那时如果我已经有了一定的经济基础，我就休假甚至离职去调养身体。不过我现在就会使自己身心健康发展，为以后的工作打好基础
	◆家庭出现危机	家庭出现不和谐，必将导致工作不顺心。此时我会克服家庭的困难，互相理解和扶持，度过难关。要调整心态，没有过不去的坎，不能因此影响工作
	◆工作上不得志，或者被人排挤	工作中什么类型的人都会有，我要提前做好心理准备，挫折和不得志是不可避免的，此时我会努力振作和奋斗，证明我的能力和价值。如果环境无法改变，我会选择另找一家企业
	◆失业	由于大的经济环境或者企业、自身原因导致失业。如果是前两者，我不得不另找一家企业工作。如果是自身原因，我会深刻反省和汲取教训，同时积累经验，重新开始新的事业

NO.3

## 职业规划—评估反馈



NO.1  
自我认知

NO.2  
环境评估

NO.3  
职业规划

Thank you

谢谢