

职业生涯规划书

姓名：_____胡爽

学号：_____20141471

班级：_____工程造价四班

I、自我分析

姓名：胡爽

性别：男

出生日期：1995-05-19

系部及专业：土木工程系 工程造价四班

联系电话：18188431032

E-MAIL: 493420224@QQ.COM

II、计划书基本概况

本计划书所规划的年限为大学四年和毕业后四年的职业生涯，年龄跨度为20至26岁，起止时间为2014年至2022，在当今这个人才竞争日益激烈的时代，合理的职业生涯规划开始成为人才争夺战中的另一重要的利器。有了合理的职业生涯规划，在职业道路上我们就已经成功了一半。现在，作为当代青年大学生的我们，只有认真、合理地规划未来，才能认识到自己的优势与不足，才能不至于大学四年茫然虚度，才能认真学习到真本领，从而在四年以后的求职道路上畅通无阻，而不至于在人才济济的现代社会上无立锥之地。学习了职业生涯规划课程，学到很多东西，受益颇多。现在我尽力地尝试着写一份自己的职业生涯规划，瞭望一下自己的未来，规划自己的职业理想。

卷首语

既然选择了远方，便只顾风雨兼程，成功的人生需要正确规划，少走弯路。

一、自我分析

- 1.1 职业兴趣
- 1.2 职业能力
- 1.3 个人特质
- 1.4 职业价值观
- 1.5 360 度评估
- 1.6 自我认知小结

二、职业分析

- 2.1 社会环境分析
 - 2.1.1 家庭环境分析
 - 2.1.2 学校环境分析
 - 2.1.3 其它外部环境分析
- 2.2 目标职业环境分析
 - 2.2.1 行业分析
 - 2.2.2 企业分析
 - 2.2.3 岗位分析
 - 2.2.4 地域分析
- 2.3 职业认知小结

三、职业定位

- 3.1 SWOT 分析
- 3.2 职业目标
- 3.3 职业发展路径
- 3.4 具体路径

四、计划实施

- 4.1 计划一览表
- 4.2 具体实施计划

五、评估调整

- 5.1 评估的内容
- 5.2 评估的时间
- 5.3 备选规划方案

六、结束语

一、自我分析

（一）职业兴趣

直觉型，性格外向，有理想，有追求，拥有全身心投入的激情。做事有责任心、恒心，动手能力较强，交际能力较强，组织能力较强，口才很棒。但是缺乏社会实践经验独立自主，很多事都必须自己一个人去面对去思考去决定。不管在学习上还是在生活中，都要自己亲身经历才能领悟到其中的奥秘。

（二）职业能力

逻辑推理的能力相对较强，而信息分析能力也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

（三）个人特质

喜欢追求各种不明确的目标；观察力强，工作自觉、热情，能够吃苦耐劳；主张少说多做；爱学习；喜欢独立工作。

（四）职业价值观

基于家庭条件，首先考虑待遇较高的工作，对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会；当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想；最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

自我分析小结：

我认为自己明确职业兴趣及方向，有一定的能力优势，但是也有一定的能力劣势，所以要发挥自己的优势，培养自己不够的能力。平时要多对自己的不足进行强化的训练，譬如，要多练练写作，多看一些课外书，拓宽自己的视野，等等。

二、职业分析

1、家庭环境分析

家庭经济能力仅能维持正常的生活，我的学习费用是爸爸辛苦工作挣来的。我的母亲的工作不够稳定，所以经济收入不稳定。家庭文化氛围一般，父母亲均未完成九年义务教育，但支持我读大学，通过知识改变命运。

2、学校环境分析

西南交通大学希望学院是经教育部批准成立的独立学院，由百年名校西南交通大学申办的面向全国招生的全日制普通本科高等学校。西南交通大学是首批进入“211工程”建设和设有研究生院的教育部直属全国重点大学。

3、其它外部社会环境分析

我国人才的竞争日趋激烈，大学生就业难、失业率居高不下等等，都使我们

的就业环境看起来不容乐观，而现在大学生毕业渐渐增多，而且需求量渐饱和。不过政府重视土木专业的发展，加大对土木业的扶持，就业形式还是很好。

4、职业环境分析

◆ 行业分析

工程造价行业前景很好，工程造价是属于土木建筑方面的，因为每个工程都会需要造价预算，就这个工作而言是必不可少的，所以对于造价员培训这个行业来说也是十分可观。随着中国房地产业的发展，土木建筑业对工程技术人才的需求也随之不断增长。在很多城市的人才市场上，房屋和土木工程建筑业的人才需求量已经跃居第一位。随着经济发展和路网改造，城市基础建设工作不断深入，土建工程技术人员在当前和今后一段时期内需求量还将不断上升。因此，土木工程技术人员一直有着不错的就业前景。

土木工程技术人员要求有严谨的工作作风，认真负责的工作态度，还要有很强的适应性，能够适应在各种条件和场合下工作，应具备正确的决策能力。这些要求也比较符合我的性格特征，因此我选择工程技术方向。

◆ 岗位分析

有以下几个方面：1、综合其他专业的相关知识，系统掌控。预算专业既要掌握设计、构造、技术，还要掌握材料及市场信息和动态；对工程整体环境及背景应有整体认识，进而应用预算专业知识对工程造价员培训有整体掌控。2、预算专业人员稍加培训甚至不培训（视个人素质及专业而定）即可参与甚至从事其他专业工作。3、预算专业人员更适合科学合理管理工地，亦可成为精明的企业经营管理者。4、预算专业人员还可以从事工程造价的监督审核等工作，专业的重要性不言而喻。5、预算专业人员是工程不可或缺的重要一环，非其它专业所能代替，是这个工程能否成功获得最大利润的重要组成部分。这是在已经揽下工程而言，招投标中离了预算更是不可能的。

◆ 企业分析

最主要的是专业过关，能熟悉图纸，对现行的价目表、综合及各种定额、建材的价格必须熟悉，另外对工程量的计算公式、工程的结构做法、隐蔽工程、变更等专业要熟悉运用，分析材料及计算工程材料；对定额中的子目，套项熟悉，能够与甲方、监理、审计等部门进行沟通；投标时能够综合的对工程的概算及投标的规则掌握；决算不漏项，如何在工程量、取费、子目等方面的控制最为关键。并掌握相关专业的知识像审计、会计、材料、设计等方面；即是要求能力比较全面。

◆ 地域分析

赶上西部发展的黄金时期，正缺建设方面的人才，就业形式比较好。

职业分析小结：

国家在工程造价领域实施造价工程师执业资格制度，凡是从事工程建设活动的建设、设计、施工、工程造价咨询等单位，必须在计价、评估、审核、审查、控制及管理岗位配备有造价工程师执业资格的专业人员；造价工程师执业范围

包括：建设项目投资估算的编制，审核及项目经济评价；工程概算、预算、结（决）算、标底价、投标报价的编审；工程变更及合同价款的调整和索赔费用的计算；建设项目各阶段工程造价控制；工程经济纠纷的鉴定；工程造价计价依据的编审；与工程造价业务有关的其它事项。

三、职业定位

综合第一部分（自我分析）及第二部分（职业分析）的主要内容得出本人职业定位的 SWOT 分析：

内部环境因素	优势因素（S）	弱势因素（W）
	专业知识掌握优秀，学习能力强	没有工作经历，人脉圈不大等
外部环境因素	机会因素（O）	威胁因素（T）
	赶上西部经济发展的黄金时期	不确定因素太多

结论

职业目标	将来从事造价师职业
职业发展策略	进入国有企业工作
职业发展路径	走管理路线
具体路径	造价员——二级建造师——造价师

四、计划实施

计划实施一览表

计划名称	时间跨度	总目标	分目标	计划内容	策略和措施	备注
短期计划 （大学计划）	2014年～ 2018年	如大学毕业时要考取到造价员、英语四六级	大一大二认真学习基础知识，大二大三刻苦专业知识	专业学习、职业技能培养、职业素质提升、职业实践计划	如大一以适应大学生活为主，大二以专业学习和掌握职业技能为主；大三大四取得实习经验	认真学习专业知识
中期计划 （毕业后四年计划）	2018年～ 2022年	如毕业后第四年时要取得二	毕业后第一一年要找到合适的工作单位	工作时认真负责，取得工作经验	取得工作经验的同时，处理好人际关系，取得专业的人脉圈	认真工作取

		级建造师				得经验
长期计划 (毕业后十年或以上计划)	2022年~2032年	考取一级建造师	毕业后第十年内要取得造价师	认真工作取得工作经验,把敬业态度传给下一代	认真工作争取成为工作中的领头羊	方向性规划

详细执行计划如下:

阶段目标: 初步确定毕业方向以及能力与素质的培养

实施方案: 通过大学英语和计算机的相关证书考试, 尤其是大学英语四级考试, 尽量一次性过关。参加学生会或社团, 培养领导与组织能力, 增强团队协作精神。在暑假或课余时间能到施工单位参加工作, 尽可能多的积累经验。其次有选择性的辅修其他专业的课程, 丰富知识来充实自己。课程重点放在专业课上, 要把专业课学扎实、学透。选修 CAD 电脑辅助制图这门课, 应为现在土木工程专业早应该不用手工绘制图纸了, CAD 制图不仅能加快绘图速度, 还能减少出错率。掌握了 CAD 制图能为以后工作打好技术基础, 跟上专业进步的步伐, 话说技多不压身, 多一项技能或多或少的能够占点优势。在作息时间上一定要有规律, 不能有课就早起, 没课就睡懒觉。早晨尽量早起, 读英语课文, 背单词, 最大限度的提高英语水平, 为四级考试做好准备。在没有特殊情况下, 上课不能迟到、早退, 以及缺课。

3) 大学三、四年级: 发展期

阶段目标: 掌握求职技能, 为择业做好准备

实施方案: 加强专业知识学习, 根据自己的实际情况看看有没有能力考英语六级, 根据情况决定是否考研, 做好复习准备。依然把专业课放在重点, 在校期间尽量考取与目标职业有关的职业资格证书或通过职业技能鉴定, 不能再校考的证书要尽量了解其考试的流程及内容, 为以后考证或职称做准备。参加与专业有关的暑期工作, 经常到施工单位汲取经验, 做一些力所能及的工作, 为大四的专业实习以及毕业设计, 毕业论文做准备。和同学交流求职工作心得体会, 学习写简历、求职信等求职技巧, 了解搜集就业信息的渠道, 掌握面试技巧等等。

(4) 大学四年级下学期: 实现期

阶段目标: 进行工作申请及就业

实施方案: 尽快完成毕业设计和实习工作, 但是毕业设计不能草率, 要认真对待。重视实习的过程, 在实习的过程中要虚心请教他人, 掌握基础施工办法, 能够及时发现工程的误区, 为以后工作打好基础。然后总结前三年的准备工作, 开始毕业后工作的申请, 积极参加招聘活动, 在实践中检验自己的积累和准备, 锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。另外要明确个人在岗位上的职责要求及规范, 成功就业。

(5) 毕业后

阶段目标: 考证、晋职称

实施方案：毕业后一年升助理工程师，评为助理工程师后四年评工程师，尽可能在六年后评高级工程师。即 2018 年毕业，2020 年晋助理工程师，2021 年晋工程师，2025 年晋高级工程师。在工作过程中提高自己的综合素质，如果不能再短期内评上高级工程师可以把这一职称放一放，不能急于一时，毕竟高级工程师要在省级以上刊物上发表 1-2 篇文章，这并不是一项简单的任务。

(6) 近期目标

这个学期即将结束，在复习这段时间内要认真学习，要做好全面复习不能挂科。本学期结束后要做好总结，回望这个学期看看哪些事情做得好，哪些做得还不够好。为下个学期的学习生活做好准备，毕竟大二是一个试探期，所有的东西都有时间挽救，不能急于一时。

五、评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及应变化进行及时的评估与修正。

1、评估的内容：

■ 职业目标评估

假如一直未能在土木领域找到工作，那么我将尝试其他的职业，有机会还是会从事会计工作，毕竟自己的专业是这个。

■ 职业路径评估

如果能有机会从事其他职业，会尝试其他不同的职业，毕竟年轻就是要多尝试。

■ 其它因素评估

如果不慎发生意外，会适当的改变自己的职业选择。

2、评估的时间：

一般情况下，我定期一年评估规划；当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

六、结束语

光说不练假把式，做出了规划就一定要执行。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；未来，要靠自己去打拼！实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄；成功最终会属于你的，每天要对自己说：“我一定能成功，我一定按照目标的规划行动，坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的，就要一直走下去。

计划固然好，但是若不付出努力，再好的规划也只是一纸空谈。在规划实施过程中，要不畏艰难，不怕吃苦，面对挫折不放弃，面对成功不傲气，成功只青睐于那些有准备的人，放手去拼搏，成功并不遥远。