

## 道桥大学生职业生涯规划书

一、前言近年来随着大学校园的扩招，大学生就业压力越来越重，其中不少毕业生就业前迷茫，就业后频繁跳槽，就业权益受侵害事件也时有发生，所以就业前做一份合理的职业生涯规划书是重要的，更是必要的。

职业是参与社会分工，利用专门的知识 and 技能，创造物质财富，精神财富，获得合理报酬，满足物质生活，精神生活的工作。

“生是指活着的意思，“涯泛指边际。

“生涯是指人的一生，或指个人一生的发展过程，也指一个人一生中所扮演的角色与职位。由此看来，为了我们的一生我们应该有一个明确的规划。

我是一名极其热爱生活，富于追逐梦想的大学生，对未来充满了无限的憧憬，然而面对现实却有太多的茫然，尤其是当今社会的竞争是科技的竞争，更是人才的竞争，竞争就像前进道路上的陷阱，如果我们不做好充分的准备，必将被其所连累，还有被推毁的危险，所以提前规划自己的生涯是比较明智的。

如果我们不能依靠自己的能力来改变我们的命运，那么我们的人生将是失败的，想想看，我们的一生毕竟是有限的，又有多少事是值得回忆和纪念的呢？我们未来的生活就像一座沉睡了已久的宝藏等待着我们去挖掘，其实规划就是我们进军宝藏的最佳手段，能够达到事半功倍的效果。

朋友们，人没有点滴量的积累，难成大功业；没有勤勤恳恳的刻苦钻研，难有震撼人心的成功喜悦。

我们不能等花已凋谢才来珍惜，也不能等机会远去才来痛心，更不能等已经失败才来懊悔。

所以提前为自己的将来做好规划，给自己一个明确的定位，为职业生涯做一个系统而全面的梳理，把命运牢牢地控制在自己手是我们人生中一个无悔的创举！努力就有收获，付出就有回报。

激情成就未来，规划实现梦想。

二、确定志向职业理想：作为学道桥的，最大的志向就是走向企业的队伍当中去。

结合自身独有的特点，理想是进入道桥行业，从低层做起，最终实现自己的管理梦。

人生理想：最大程度的实现自我价值，最终成为在社会上具有一定影响力的高素质复合性人才。

三、自我剖析 1) 兴趣爱好:看书，喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，听音乐，交友，聊天，还有上网，喜欢社交、娱乐 2) 人格描述: • 看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度，需要时常的换位 1 思考，更广泛的收集信息，并理智的评估自己的行为带来的可能后果。

• 谨慎而传统，重视稳定性、合理性；天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此，善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。

• 是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深

思熟虑，信守承诺并值得信赖。

3) 自我职业能力的判断个人优势剖析：自己能很顺利的完成自己的任务；能一丝不苟、认真专注地对待具体问题、事实和细节；非常强的责任意识；对待事物有稳定平和的心态；在交流方面有一定的优势；有一定的组织能力；对新鲜事物喜欢去探索；动作协调能力和空间判断能力比较强。

个人劣势剖析：主观性弱，惰性较大；对事物总持怀疑的态度。

#### 四、社会环境剖析中国政治稳定，经济持续发展。

越来越多地方被开发，2015 的奥运选择了北京，2015 的世博会花落上海，一时之间，以此为中心的公共建设项目和相关商业项目纷纷上马，巨型体育场馆、奥运村、购物中心、会展中心、豪华公寓、政府大楼拔地而起，一条条宽阔的马路铺设成功，一架架立交桥建设成功，中国的建筑设计因此而成为全世界瞩目的焦点！追溯到人类诞生时，桥梁与人类是共同发展的，桥梁的历史就是人类存在的历史，在远古，原始人在追逐猎物时，经过小河流，原始人就会用树干搭在两岸，好过河，这就是桥梁的由来，所以说桥梁的历史就是人类的发展史九十年代以来，中国桥梁的成就才使我们重新无愧于祖先地站到了世界前列，这是中国桥梁建设的伟大复兴时代。

改革开放以来的 20 多年中，中国的桥梁建造技术取得了举世瞩目的成就，前十年做了经济上、技术上和人才上的准备，九十年代迎来了跨越式的发展。

展望未来，随着中国经济的发展，一批更大的越江跨海工程的建设，中国桥梁将会创造更辉煌的成就。

中华民族的伟大复兴，必将造就一代巨人去引领世界桥梁的未来。

中国乃至世界，道路与桥梁的发展前途是无法预测的，是无法估量的！没有尽头，只要社会在发展，道路与桥梁就会继续建设下去 另据美国捷得建筑师事务所统计，2003 年中国建筑市场的设计费用超过 90 亿美元，预计到 2020 年中国建筑市场上设计费总额可达千亿美元之巨。

这的确是一块散发着诱人香气的巨型蛋糕！中国正在为所有的优秀建筑设计师实现宏大理想提供千载难逢的机会！因此道路桥梁建设学专业的就业前景还是相当不错的。

五、职业目标选择根据我的个人兴趣爱好、性格和适合我的岗位性质，我初步定下适合我的职业有这些：道路与桥梁建设和房屋建设两个方向发展。

围绕这两个方向本人初步规划如下 1、充分利用身边的有利条件在实习中认真和目经理和同事学习全面提高个人综合素质使自己能够达到独立负责某个项目的水平。

2、在以后的工作岗位上经过不断的努力工作和学习希望能够达到高级技术人员、甚至是项目经理再理想一点的目标是成为一个建筑方面的工程师或进入设计院。

3、如果今后条件允许的话且自己独立创业也在考虑范围之内。

需要完成的主要内容有工程图样的设计要从认识到熟练抓住生活中的点点滴滴严格的要求自己。

例如 CAD 制图、室内设计、路线设计等等并找准自己的方向弄精、弄强。

提高自己的工作经验和知识水平在这途中要管好自己同时把握好身边的每一个机会去发展自己实现自己的人生目标。

六、行业发展前景一机遇挑战并存我国建筑业正面临着这样的机遇和挑战。

现在政策导向非常明显，那就是让大企业做大做强，让中型企业做专做深，让小企业有序的逐步退出建筑市场，从而限制恶性无序竞争。

基本建筑物，具有品牌、产品资源优势的传统建筑企业和具有研发创新优势的现代建筑领军企业将最先受益。

大型建筑企业有在产品价格上和结构上有竞争优势，中小企业根本无法与之形成竞争抗衡。

未来几年建筑行业竞争必将转化为包括政策运用、制度创新、融资平台以及基地、研发、生产、商业、营销、品牌等各方面的综合能力较量，建筑行业将迎来全面的竞争和比拼，那些创新能力不足、整合资源能力不够的中小企业将会退出市场，首先为这次新建筑“买单”。

有报告称，对国内中建筑行业发展前景持谨慎乐观态度。

七、综合评估经过一番自我解析，我感觉自己更加有信心拥有美好的未来，我有踏实稳重的优点，又有交际缺乏的劣势，但我会加强现有优势，戒骄戒躁，勤奋学习，刻苦钻研。

八、结束语通过规划，我对自己有了更为准确的认识和定位，我将会根据自己今后的实际情况不断的调整自我，向着自己的目标不断努力。

我始终认为没有最好，只有更好，我相信自己的实力和能力，虽然我的实力还不怎么强，但我毕竟还年轻，还有机会去学习，虽然我的能力目前还很有限，但我还有更大的潜力可挖，我相信我的将来会很美好，当然，这必须通过我不懈的努力才能实现。

今后我将会面对更多的压力和挑战，但对于这一切，我无所畏惧。

即使在失落的日子，我也不会沮丧和消沉，因为沮丧和消沉只会空耗我宝贵的青春和生命。

所以我会沿着自己的规划之路奋勇拼搏，努力奋进，用自己的作为向社会证明自己，为将来美好的生活描绘一幅美好的蓝图。

姓名：张晓文 学号：121120153 学校：嘉应学院 院系：土木工程专业：道桥设计道路桥梁工程专业职业规划书 2017-06-26 23:19 | #2 楼土木工程与建筑专业——《中国大学十大最佳专业》排名第四。

这个专业在中国是永远的最佳专业，为什么？中国的楼房，城市规划似乎永远建不完。楼房拆迁重建，城市建筑越来越多，但等一批新的领导上任，又要建，所以这个专业在中国是永远的好专业，而且随着中国城市的不断扩张，大量农村人口向城市转移，中国的城市化才刚刚开始。

不管就业形势如何，大学生们都应避免产生恐慌心理，不知所措和焦虑不安都无益于成功求职。

走出象牙塔的职场新人们要调整好心态，积极面对，争取各种机会，用慎重、真诚和勇敢的态度面对职业中的第一次选择，成功走好职业生涯的第一步。

在危机面前做到未雨绸缪、沉着应对，在安定的工作中寻求突破、获得更好的发展，这是每一位职场达人所追求的目标。

而只有当一个人具有明确的职业定位和清晰的职业规划时，他才会怀揣愿景，浑身充满着动力，工作才会变得更加有意义，职业生涯发展才会越来越好。

1、自我认知我的长处：世上没有两片完全相同的树叶。

每个人都很独特。

不同的性格类型和动力类型并没有“好与“坏之分，都有其特别的优势和劣势。

古今中外很多人士的成功都建立在对自己优劣势的清楚分析上。

我热情、慷慨，认为对很关心的人和组织，不能做对不起的事情：1. 关注重要的细节是我的强项，尤其是与人有关的方面 2. 能够想到别人需要什么，现在还欠缺哪些 3. 对于组织的目标我会非常地认同，并且用行动去支持这个目标的实现 4. 我能够准确地估计目前发展到了什么态势，找到最关键的因素去突破 5. 在评估风险和新方法的时候，灵活又不缺乏仔细 6. 有稳定平和的心态，淡泊名利 7. 敢打敢拼，富有开拓精神，不惧怕风险和挑战我的缺点：美国管理学家彼得曾提出著名的短板理论：多块木板构成的木桶，其盛水量多少的决定因素不是其最长的板块，而是其最短的板块。

若要使此木桶盛水量增加，只有换掉短板或将短板加长才成。

这个理论也告诉我们劣势和可能的缺点会妨碍我们发挥我们最大的价值。

下面是我目前存在的问题：1. 完全着眼于现在，从不喜欢寻找和发现那些我认为不存在的可能性，这使我无法发现更广阔的前景，也不能为将来做打算 2. 倾向于只接受事物的表面现象，忽视事物之间的内在联系和逻辑条理，难以理解复杂的事情 3. 不喜欢过多的规则，不喜欢结构过于复杂的机构 4. 在决断上有困难，当与自己的感受相矛盾时，很难做出符合逻辑的决定 5. 天生对他人具有高度的敏感，总是难以拒绝别人，有时为了满足他人的需求而拼命地工作，以至于在此过程中忽视了自己，不愿意为坚持自己的想法和立场，而冒风险打破与他人的协调关系 6. 对他人的批评会感到生气或气馁，有时容易自责 7. 容易相信别人，很少对别人的动机有所怀疑，也不会发现别人行为背后的隐含意义 8. 斗志不足，容易松懈，通常不愿付出过多的努力挫折承受：是指我们面对现在或将来可能遇到的挫折、困难和失败时常有的心态、情绪以及可能的举动。

我的挫折承受力很高。

具体表现是：- 意志顽强，在逆境中不失斗志，面对失败愈挫愈勇，敢于挑战困难的任务。

- 在新的或不确定的情境下我敢于探索，不惧怕失败，并且把失败和挫折看作是促使我进步的强大动力。

- 能很好地调节自己的情绪，很快就能从失败的阴影里走出来，重振旗鼓。

解决方法：挫折承受高的人容易忽视潜在的风险，屡试屡败。

勇于尝试的时候最好也保持对潜在的风险的理性分析是很实用的建议。

人际交往：是生活和工作中对人际关系的关注程度，喜欢并能很好地建立和保持良好的人际关系。

我在人际交往动机上处于中等程度。

具体表现是：1. 和别人打交道时感觉很自如，不拘束；具有一定察言观色的技巧。

2. 愿意与人为善，乐意和他人合作。

3. 不会涉入别人的事，和朋友保持适当的距离，坚持自己的空间。

解决方法：适当地多和人打交道，那样我会在人际交往中变得更从容。

上面关于动力方面的描述，我也可以划出符合和不符合我实际情况的部分，并作进一步思考。

接下来的部分综合动力的四个方面的特点，来看看我们在追求目标和遇到挫折时可能的表

现。

职业价值观帮助 贡献 思考 成就 实现 自主 独立影响 支配 报酬 财富 安全 稳定 舒适安逸 团队 融洽 新奇 冒险 规则 秩序择业时如果有针对性地考虑这些方面的因素，选择与自己职业价值观相近的最适合自己的工作环境和领域，将有助于激发今后的工作热情，获得事业的成功。

比如您的职业价值观是“安全 稳定型，那么竞争激烈或压力很大的工作环境，如民企、外企等，可能就不适合您；但如果您的职业价值观是“新奇\*冒险型，竞争激烈环境可能反倒适合您的发展，而一些繁琐、机械重复的工作，可能会制约发展。

职业兴趣通过职业兴趣测试运用 Holland 人格类型论得出我的职业兴趣为：现实型 (Realistic)，又译技能型。

具有这类倾向的个体，属于技术与运动取向。

往往身体技能及机械协调能力较强，对机械与物体的关心比较强烈。

稳健、务实，喜欢从事规则明确的活动及技术性工作，甚至热衷于亲自动手创造新事物。

不善言谈，对于人际交往及人员管理、监督等活动不太感兴趣。

这一领域的职业有：需熟练技能方面的职业、动植物管理方面的职业、机械管理方面的职业、生产技术方面的职业、手工艺技能方面的职业、机械装置与运转方面的职业等。

研究型 (Investigative)，又译调查型。

具有这类倾向的个体，喜欢理论思维或偏爱数理统计工作，对于解决抽象性问题具有极大的热情。

他们通常倾向于通过思考、分析解决难题，而不一定落实到具体操作。

喜欢具有创造性、挑战性的工作，不太喜欢固定程式的任务。

对于人员的领导及人际交往也非情所愿，独立倾向明显。

自我认知小结我常常谦虚地看待自己的能力，平静愉悦地享受目前的生活，喜欢体验。

渴望自由自在地安排自己的活动，有自己的空间，能支配自己的时间并珍视这种机会。

我善于观察、务实、讲求实际，非常了解现实和周围的人，并且能够灵活地对他们的情况做出反应，但很少寻求其深层的动机和含义。

我是优秀的短期规划者，能够全身心地投入此时此刻的工作中，喜欢享受当下的经验而不是迅速冲往下一个挑战。

我和蔼、友善、有耐心，易通融，很好相处。

我没有领导别人的愿望，往往是忠实的跟随者和很好的合作伙伴。

我很客观，而且能以一种实事求是的态度接受他人的行为，但我需要基本的信任和理解，需要和睦的人际关系，而且对矛盾和异议很敏感。

我内心蕴藏着深厚的感情，只是不太喜欢表现。

我很有艺术天赋，对自然的美丽情有独钟，对直接从经验中和感觉中得到的信息非常感兴趣，喜欢为自己创造一种幽雅而个性化的环境。

我希望为社会的福利和人类的幸福做些贡献。

分析优势：1. 对所学专业有很浓厚的兴趣想象力 2. 自身性格适合深造该专业 3. 所处学校环境适合于自己所选发展方向劣势：1. 考虑问题不够全面，2. 不喜欢处理复杂的人际关系

系， 3. 能用到的资源不丰富机会： 1. 国家对该类型人才的需求量大， 2. 国家对道桥行业的支持， 3. 学校所在市区需要大量建筑人才威胁： 1. 道桥方向发展的研究人才太多造成的竞争 2. 道桥市场的饱和 根据以上分析确定未来发展方向为： 道路桥梁专业方面的人才环境评估学校环境行业发展前景—机遇挑战并存我国建筑业正面临着这样的机遇和挑战。

现在政策导向非常明显，那就是让大企业做大做强，让中型企业做专做深，让小企业有序的逐步退出建筑市场，从而限制恶性无序竞争。

基本建筑物，具有品牌、产品资源优势的传统建筑企业和具有研发创新优势的现代建筑领军企业将最先受益。

大型建筑企业有在产品价格上和结构上有竞争优势，中小企业根本无法与之形成竞争抗衡。

未来几年建筑行业竞争必将转化为包括政策运用、制度创新、融资平台以及基地、研发、生产、商业、营销、品牌等各方面的综合能力较量，建筑行业将迎来全面的竞争和比拼，那些创新能力不足、整合资源能力不够的中小企业将会退出市场，首先为这次新建筑“买单。

有报告称，对国内中建筑行业发展前景持谨慎乐观态度。

家庭环境分析经济状况：父母离自己而去，对我打击很大，尤其今年夏天父亲的突然去世。我和弟弟均在校学习，经济状况一塌糊涂，无任何经济来源。

亲戚期望：同样希望我有一份稳定的工作，能做出点成就来，有自己的一番事业。

对我影响：希望有稳定的工作，能做出一番事业，做事细致耐心，生活生动快乐。

生涯目标职业生短期（大学计划）『时间跨度』2015年9月-2015年6月完成任务：

①以优异的成绩完成专科阶段的各项学习任务。

②2015年下半年取得英语B级资格证。

2011年上半年通过英语三级及计算机一级证书。

下半年及后段大学时间里尝试着去通过英语四级和计算机二级，尽可能的通过。

③培养自己的兴趣和能力，多参与与专业有关的实践活动④提高组织、协调、与人合作和口语交际方面的能力。

⑤认真完成各科论文，完成学业。

积极探索自己对哪一方面感兴趣，然后为之付诸行动。

执行方案：①每天除学习基本专业知识外，用大部分时间在自主学习与专业课有关的知识上。

②充分利用校园良好的学习环境，每天早晨背诵英语单词。

③争分夺秒准备背诵，早起读书，并且持之以恒。

坚持就是胜利！④利用课余时间尽可能多的参加一些有意义的活动，这对提高我的组织协调能力是很有帮助的。

同时多参加社会活动，扩大人际交往圈。

中期目标：能力目标：在这一时期，我将会努力改变自己；对社会有一个清晰、准确的认识；建立自己的人际关系网。

职务目标：在研究院找到适合自己的职位，充分发挥自己所学的专业知识。

长期目标：我希望自己成为一名优秀的工程师，具备很高的人文素养和人生品味。

总结千里之行，始于足下！虽然有了这份未来几十年内的职业生涯规划书，目标是美好的。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。

即使有一天不能完全实现所有的目标，也能让自己在奋斗的过程中学到了学会了如何规划未来更加长远的正确的职业规划！最适合自己的职业才是最好的职业，职业规划本身并非是选择职业，而是选择自己。

越来越多的人开始在这个多元化的世界实现自己的目标，一个成功的人，是能不断完成自己目标的人。

成功是一个广泛的话题，用事业有成或金钱来衡量一个人是否成功显然已经不被现代人接受，每个人都有自己的正确观点，但成功的人，一定是可以不断完成自己目标的人。

一个人可能会有很多目标，生活、工作、学习、情感各方面都会有，当他一步步完成自己的一个个目标时，我们就可以说，他是成功的，很多人不知道如何设立目标以及如何有效的去实现目标，还有很多人经常出现虎头蛇尾、三分钟热度的情况，这些都严重影响到了他目标的实现。

其实我们不要去和别人比，这样很容易让我们偏离自己的目标，到头来空自后悔。

我们只需按照自己的计划一步步行动，当完成了一个个目标时，我们已经是一个成功的人了 如何成为一个成功者 第一个：成功者必须拥有一个信念，就是过去不等于未来 第二个：成功者拥有的信念是什么呢？没有失败，只有暂时停止成功；假如我没有得到我想要的，我即将得到更好的！ 下一个成功者的信念是什么呢？我觉得成功者他必须做别人不愿意做的事情。

成功者之所以成功 第一个：他做别人不愿意做的事情 第二个：他做别人不敢做的事情 第三个：他做别人做不到的事情 成功有一个公式 叫作成功=知识+人脉 人要成功 第一个：要有明确的目标 第二个：要有详细的计划 第三个：要立即采取行动 第四个：要修正你的行动 第五个：要坚持到底 这个问题很多人有不同的观点 不过现实当中有很多人把有钱人有地位的人叫做成功人士 金钱成了这个社会的身位危机 在我眼里不管是有钱人还是没钱人我都一视同仁 关键是看一人的人品素质 所谓成功人士就是做到了喜欢做的事 完成了自己的愿望 实现了自己心中的理想 觉得此生已经没有什么遗憾了 结束语我始终追求完美，但我也清楚的知道任何事情都不可能完美无缺，但我会尽我最大努力做到最好。

与其临渊羡鱼，不如退而结网，与其羡慕别人事业的成功、人生的完美，不如静下心来专心制定自己的职业生涯规划。

然而有了想法，制定了计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。

任何目标计划无论多接近完美，只说不做到头来都会是一场空。

然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。

一个人，若要获得事业成功、人生完美，必须拿出勇气，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，未来，要靠自己去打拼！这份规划书寄予了我对自己前途的希冀与向往，无论它是否拥有完美的语言，都将是我对于自己未来的美好的计划，并且它终将载负着我的理想到达一个更高的境界！每一个成功者都有一个开始。

勇于开始，才能找到成功的路。

那让我们从做好自己的职业生涯规划书开始。

目标职业名称：注册结构工程师岗位说明：注册结构工程师分一级注册结构工程师和二级注册结构工程师。

注册结构工程师是指经全国统一考试合格，依法登记注册，取得中华人民共和国注册结构工程师执业资格证书和注册证书，从事房屋结构、桥梁结构及塔架结构等工程设计及相关业务的专业技术人员。

工作内容：包括（一）结构工程设计；（二）结构工程设计技术咨询；（三）建筑物、构筑物、工程设施等调查和鉴定；（四）对本人主持设计的项目进行施工指导和监督；（五）建设部和国务院有关部门规定的其他业务。

一级注册工程师的勘察设计范围不受项目规模及工程复杂程度的限制。

二级注册工程师的勘察设计范围仅限承担国家规定的民用建筑工程三级及以下或工业小型项目。

任职资格：土木工程无论是路桥还是房屋建筑都是最有资格成为结构工程师的专业。

土木本科毕业一年可以参加一注结构师基础课，毕业二年参加二级结构师专业考试，毕业后从事结构工作四年，就可以参加一级结构师的专业考试。

考试通过后既可以成为结构工程师，可以注册，执业。

一注结构师有基础考试和专业考试，二级结构师只有专业考试，成绩一次性通过有效，考试基础考试闭卷，专业考试开卷，可以带规范和个人笔记，资料。

就业和发展前景：国家现在大力发展建设，故就业前景还是很不错的。

3.2 制定行动计划短期计划：大一：适应大学的生活大二：英语四六级计算机二级大三：计算机三级熟练掌握专业的各种软件大四：找工作或者考研中期计划 2015 毕业找工作 2015 考虑是先发展事业还是先家庭 2018 二级结构师专业考试 二级结构师专业考试 2018-2022 一级结构师专业考试 一级结构师专业考试长期计划终身学习 活到老学到老 3.3 动态分析调整现在对我而言，职业规划中的变化包括：1. 我可能不能如原以偿地进入建筑行业，那么我就得立即着手从事其他工作。

2. 可能同行业竞争太激烈，从而使得我的晋升梦想不能得以实现。

我只有继续更好地做好本职工作。

继续从基层干起，一步一步的努力！





