

职业生涯规划



姓名：柳春博

性别：男

专业：2021 级物流管理

学号：202127400115

指导教师：付淑文

指导教师电话：18263373143

日照职业技术学院

目录

引言	3
(一) 自我定位	4
1、我的兴趣	4
2、价值观	4
3、我的性格	5
4 能力特点	5
5、综合素质	5
(二) 职业认知	6
1、家庭环境	6
2、学校环境	6
3、社会环境	6
(三) 职业定位	7
(四) 计划执行	8
(五) 评估调整	8
1、评估内容	8
2、评估时间	9
3、规划调整规则	9
总结展望	9

引言

年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。人生就是过河卒子，只进不退！一书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。”

生命清单，其实就是人生计划。一个人如果没有规划好自己的人生，且不清晰自己的目标，即使他的学历很高，知识面很广，那么也只能是一个碌碌无为的平庸之人，又或者只能一辈子做别人的跟班，做一个等着时间来把自己生命耗尽的人。生命清单是必需的，它能使人树立一种精神、理想和追求。”

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为就业争夺战中的另一重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力上的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？因此，我为自己拟定一份职业生涯规划。有目标才有动力和方向。所谓“知己知彼，百战不殆”，在认清自己的现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估，包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技

能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职位面前我会选择什么等问题。所以要想成功就要正确评价自己。

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了职业生涯规划设计，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。”

所以，我要策划自己的人生，正确对待自我，成功地发现自我，客观地分析自我，圆满地超越自我。

(一) 自我定位

1、我的兴趣

我算是一个兴趣比较广泛的人，喜欢探索新事物，我个人不太喜欢跑步，但是我平时会去做一些运动，以保证自己的身体不会影响我的学习生活，我也喜欢看一些有关职场的电视剧或者电影，从中我可以学习到一些职场生存知识，我也很乐于去学习新知识，开发自己的新技能，充实自己。

2、价值观

我自认为自己的价值观是比较符合当代年轻人的价值观的，我自己也比较满意自己现在的价值观的，是是我认为我的价值观还可以有

提升空间。我的共情心比较强，能够设身处地感受到别人的感受，会尊重所有人，不会在网络上随意发泄自己的情绪，因为我认为自己的情绪不能成为攻击或者影响他人的理由。在面对大是大非是有着绝对的态度。

3、我的性格

我是一个外向型的人，但是对于陌生人会有三分钟的适应期，这三分钟一过我就可以很自然地和他们交流，我能够和朋友的朋友成为朋友，在和她们交流的过程中不会感觉到拘束，我自认为自己也是一个比较热心的人，在别人遇到困难的时候都会出手相助。但是我是一个自制力不够强，容易打乱自己做的计划，不讨我有在努力改正自己的缺点，希望自己能够保持乐观，做一个温柔且有力量，知足且努力的 2/5 人，希望以后能够越来越优秀。

4 能力特点

我的自学力比较强，下定决心做的事情一定要做到自己心中的完美。语言表达能力比较普通，脑子里的词库不够充足，但是我有一直在积累，让自己的语言表达能力有所提升。平时也在看一些有关演讲的视频，学习别人的表达方式。

5、综合素质

(1)在生活中，是一个乐于助人，勤俭节约的人。有一个良好的生活习惯，不会和别人攀比，因为我认为做好自己是帮助别人的前提，现在的我能力有限，所以做好自己就是最大地帮助他人，和他人相处融洽。

(2)在学习中，我认真对待我的每一个学习任务，是一个守纪、肯学、求上进的学生，为人心性坦荡，宽厚仁道，不激进，不与人争峰，

(二) 职业认知

1、家庭环境

我出生于一个普通的家庭，家境一般，家里孩子较多，所以我就是在人多的环境下长大，最不缺的就是关爱，我不仅可以感受到父母的爱，还可以收获到来自姐姐们的关爱。爸妈也很支持我自己做决定，在一些大问题面前。他们会根据他们的经历为我提出建议，但不会强迫我按照他们的想法来生活，所以我很爱我的父母。我的姐姐们会在我有需要的时候为我送来关怀和帮助，我很庆幸我的生活里有她们的存在。

2、学校环境

我的学校是一所专科学校，环境优美，师资力量雄厚，学校和我们区最大的图书馆相邻，在平时没课的时候可以去图书馆看书，是全国的骨干高职院校。学校的校风很好，往届的学长学姐们为学校取得了很多的荣誉，现在的同学们也都有很强的上进心，大家都希望通过自己的努力可以改变自己的命运，为自己打造一个美好的未来。

3、社会环境

当代社会最不缺的就是人才，目前的就业形势相当严峻，大学生日益增多，我们要挖掘并培养自己的核心竞争力。让自己拥有别人无

可替代的魅力和能力，就可以在自己领域发光发亮。努力学习是适应现代社会最有力的武器，让自己变优秀吧。

(三) 职业定位

工商管理专业可以进入的行业很多，例如，销售、会计、人力资源、物流管理等。

外部环境因素：

(1) 机会因素：①学校高度重视学生就业工作，有校企合作项目，也有大三顶岗实习帮扶小组。②我们国家支持大学生创业的支持力度是非常大的，我们专业的学生可以利用所学知识去创业

(2) 威胁因素：①目前的疫情对所有的企业都有一定的影响，国内就业形势很严峻，竞争压力很大。②各大院校都有开设相关专业课程，可能在个别专业方向上竞争激烈。③家庭影响力，会有不公平竞争。

(3) 优势因素：①工商管理专业涉及的领域很宽泛，我们可以适应很多的岗位。②课业负担较轻，可以有时间多参加一些有意义的活动，锻炼自己的交流能力，增长自己的见识，提高自己的阅历。③有很多的实习机会，能够早早接触和了解社会。

(4) 劣势因素：①课堂上的知识比较抽象，更多的需要结合自己的实践来体会。②对逻辑思维方面的训练较少，专业的技术性不够强。③知识面覆盖广，以至于我们专业学而不精。

自己的职业生涯总目标：

- 1、职业目标:将来从事物流管理的职业
- 2、职业发展策略:留在重庆发展
- 3、职业发展路线:先专升本考上一个重庆主城区的本科院校,在本科学学校去精修物流管理专业的知识。
- 4、具体路径:大专毕业-专升本-大学毕业-物流公司实习生-物流管理经理。

(四) 计划执行

短期计划:完成现在的学习任务,认真备考今年6月的英语四级考试今年一定过四级。

中期计划:继续专升本课程的学习。为明年的专升本考试做好准备,以保证自己明年能进入自己理想的院校。

长期计划:希望在三十岁的时候可以有一个稳定、体面的工作,然后给自己买一套房子,把父母接过来和我一起生活,让他们不再那么辛苦操劳。为这个目标,我会继续奋斗。

(五) 评估调整

1、评估内容

(1) 职业目标评估:假如在这个职业中一直停滞不前,那么我会选择更换一个更适合自己的职业。

(2) 职业路径评估:如果在大学里,感觉工商企业管理专业不适合自己,我会努力学习克服弱项。如果参加工作后,实际情况没有按照我的计划发展,我会再接再厉,尽力让方向回到正轨。

(3) 实施策略评估:如果在重庆感觉到竞争压力大,我会坚持几年,如果到最后情况依然不如人意,那我会选择转移地点,考虑去机会更多的地方。

2、评估时间:世间万物,瞬息而变,我会每半年测试一次,并根据情况及时评估和修正。

3、规划调整的原则:因势而动,随机应变:阶段性原则:发展性原则。

总结展望

大学生职业生涯规划是对自己人生目标的一个规划,让自己的人生不再迷茫,作为新时代的我们,更应该肩负起自己身上的担子,为祖国的发展贡献出自己的力量。从古至今,每一个伟大的领导者都是一个梦想家,我们要想成功就要有明确的目标,而且要有想要拥有它的炽烈欲望。或许现在我们迷失了方向,或者找不到自己人生的目标,或眼前一片茫茫白雾不知道该往哪里走,但是我们也要重新点燃希望。因为寻找自己的人生目标,追求梦想与成功,并不比接受不幸和平庸艰难,当你不断追寻自己的人生目标时,希望或许就在前方。在漫漫人生旅途中,许多人因自己没有高尚的追求而迷失方向,最后落得

-败涂地。然而也有许多人，选好了自己的人生目标，朝着自己的目标，去努力，走好人生旅程。可见，目标是人生大海中的航标，是大漠中的源泉。“一年之季在于春，一日之季在于晨。”良好的开端等于成功的一半，人生的旅途应该从设定目标开始。愿我们都能在各自的领域熠熠生辉，我们的未来掌握在自己手中。