

职业生涯规划书

姓名：代德杰

专业：2021 级现代物流管理一班

学号：202127400104

指导老师：付淑文

指导老师电话：18263373143

职业生涯规划书

目录

一、了解和认识自我	2
三、目标公司	9
3.1 确定目标	9
3.2 发展路径设计	9
四、规划与实施计划	9
4.1 近期计划	9
4.2 中期计划	10
4.3 后期计划	10
五、评估与备选方案	10
5.1 评估与调整	10
5.2 备选方案	11
结束语	11

卷首语

时光飞逝，回首过往，匆匆而去，展望未来，也只能是一步一步向前，不能像从前一样让时间就这样匆匆溜走。职场就像走到十字路口，每一个选择都是必经的。所以做的每一个选择都需要思考，都需要谨慎的做出抉择，因为不选择也是一种选择。随着经济的快速发展，大学生越来越普及，职场对求职者知识的广泛性与对知识的理解要求也随之升高；特别是《教育部中长期发展纲要》出台后，大学生在面临的就业形势越来越严峻，压力感、紧迫感更是有增无减。对于当前的局面，怎样才能使自己的求职之路变得更加顺利，能够更好的把握自己的未来；其中关键的不仅仅是要有智慧与才干，还有积累社会实践经验等因素。更重要的是是否对自己的未来做好了职业规划，是否有了自己的方向和目标。常言道：“机会只会垂青有准备的人。”职业生涯规划就是我们从大学走向社会的最好的准备。时刻保持着清醒的头脑，有利于树立自信心，即便是面对就业困难等问题，也应拿出初生牛犊不怕虎的勇气。光动嘴不如多动手，执行力也是重要体现；光说不做，只能是纸上谈兵。人生职业生涯规划应当久远，我们的职业生涯规划至少要设计出未来的目标和方向，下面是我对自己的生涯规划。

姓名	代德杰	出生年月	2002. 11. 24	学历	专科
性别	男	籍贯	山东菏泽	政治面貌	共青团员
学校	日照职业技术学院	专业	物流管理	曾任职务	学生会学习部干事

一、了解和认识自我

俗话说：知己知彼，百战不殆。想要选择好自己的职业方向，第一个要做的就是全面的深层次的的了解自己的特点。每个人都有自己长处与短处，职业生涯规划就是要结合自身的特点与对自我的认知来规划职业生涯。职业规划方案只有适合自己的才是最好的，唯有真正深入地了解自己，才能规划属于自己特有的职业生涯规划方案。所以在了解自己的同时，也要为自己设计好一份职业生涯规划发展计划书。

1.1 自我认知

性格是指表现在人对现实的态度和行为方式中的较为稳定而有核心意义的心理特征。不存在无用性格，性格可以使自己在面临问题时体现出不同的态度，因此了解自己的性格也是职业生涯规划中重要的一步。

基本描述：

我做事有责任感，能对自己进行约束，在规定的时间内完成工作。我喜欢掌

控局势，对细节也有着追求。做事有计划、有条理、喜欢按照计划和步骤进行行事。

我做事比较客观不容易感情用事、善于分析，且有较强的推理能力。通过对自己的观察可以发现一些问题并进行改正。

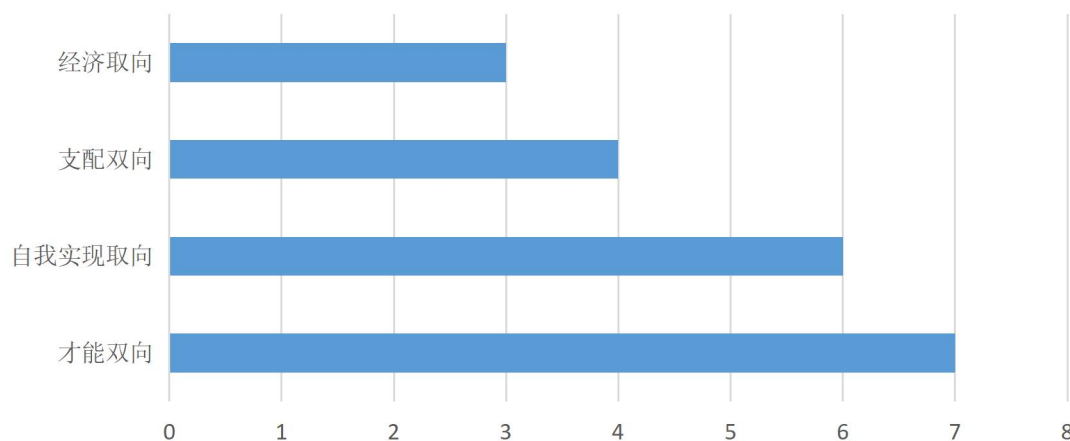
我性格开朗，做事讲原则，善于交流。可以说我是值得信赖的人。我按照规则办事，严于律己，在人际关系上处理妥当。

可能的盲点：

写作能力较差。相较于写文案我更擅长执行。我社会经验较少，缺乏对岗位的切身体会。我希望更好地适应公司与社会，要尝试多角度地处理问题，打破常规加强灵活性，转换思维方式。

1.2 职业价值观

职业价值观是指人生目标和人生态度在职业选择方面的具体表现。是一个人对职业的认知与态度以及他对职业目标的理解。信念、理想、世界观对职业的影响，就集中体现在职业价值观上。通过了解自己的职业价值观就可以从另一方面了解自己的工作追求，从而更加明确自己应该向那个方向发展。

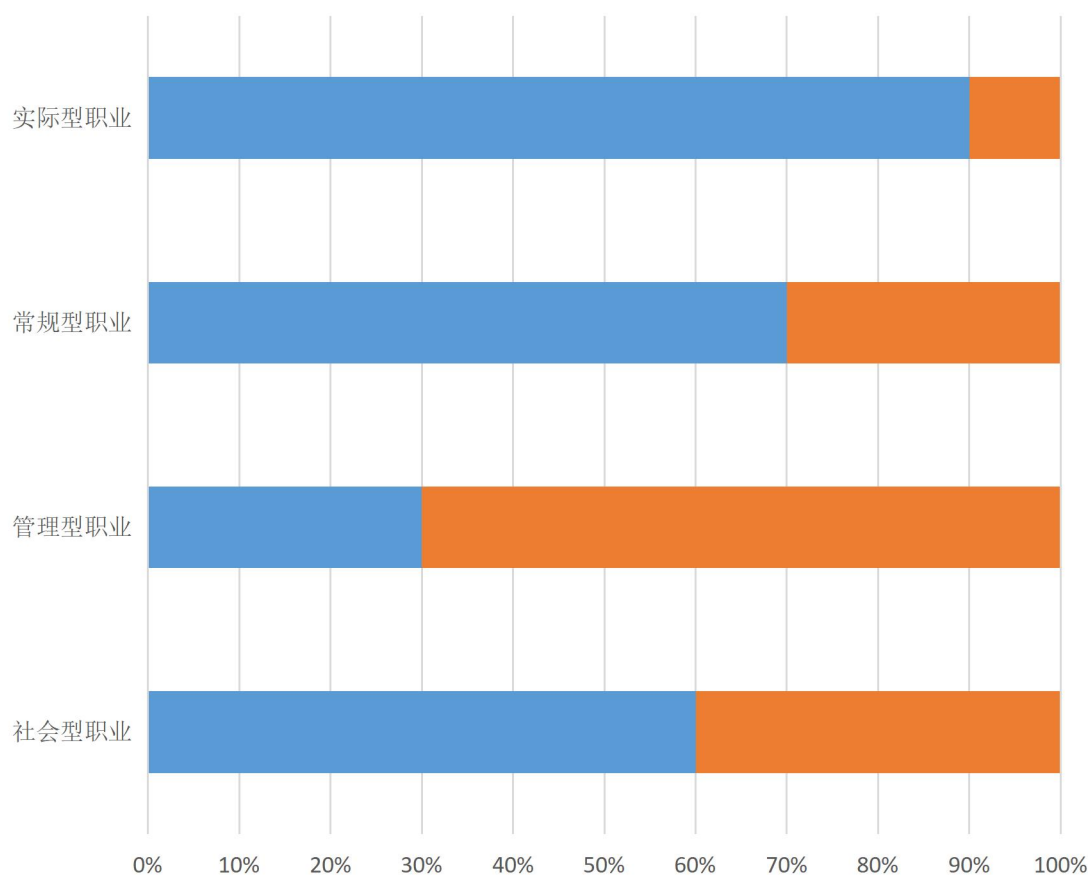


我最明显的职业价值观是才能双向与自我实现取向。才能双向表示的是我对职业的要求是能展示自我才能的，并拥有一定天赋的。并且这个职位是充满挑战的。从这个方面继续分析，可以看出我：希望能够在工作中能够获得充分的职位体验与提升空间；在工作中，希望自己的才能与努力能够得到认可；希望通过才能获得较好的社会地位。渴望着凭借才能对工作的付出，和在工作方面取得的成绩可以得到认可；希望通过自己的长处，来获得更多的指导权；自我实现取向表示，

希望自己的工作，是能够及时的看到成果展的，并能够快速获得成就感。即工作的追求就是一种自我才能的实现，而并非外在利益的满足。从这个方面继续分析，可以看出我：希望工作带给自己的任务完成后获得充分的成就感；希望获得的职业是能够展示自己的长处；希望在工作中通过自己的努力付出，得到应有的回报。

1.3 职业兴趣

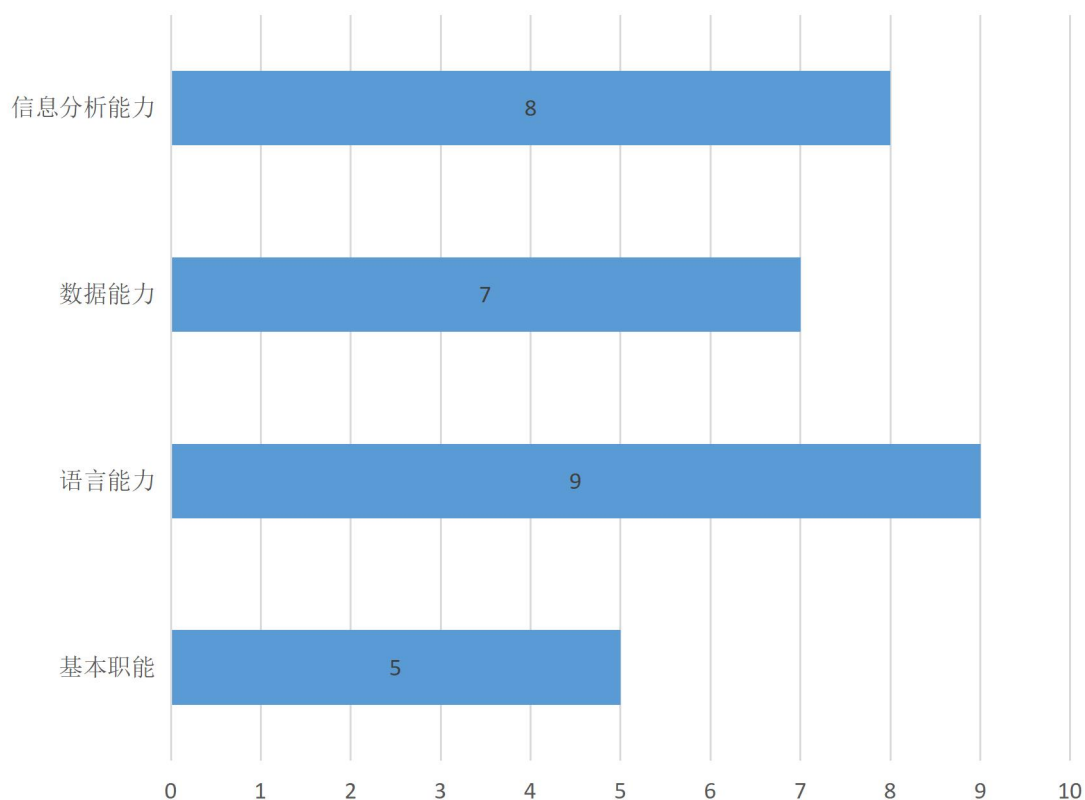
职业兴趣是，对工作的适应能力与对待工作的态度，表现为对这份工作的热情，对职业有职业兴趣可以增加个人的工作体验。



从以上图表中可以看出我的职业兴趣有以下特点：对实际型职业很有兴趣。这就表现为，习惯与人交流，善于表达自己，更喜欢实打实的职业。在日常生活中可以与同事友好相处，善长别人建立关系，处理各种复杂的人际关系，对自己的行为负责任。工作环境是经营性活动型，需要人际交往的工作，要求责任与权力分明，给予个人努力嘉奖的职业。

1.4 职业能力

职业能力是从事职业的多种能力的综合测评。



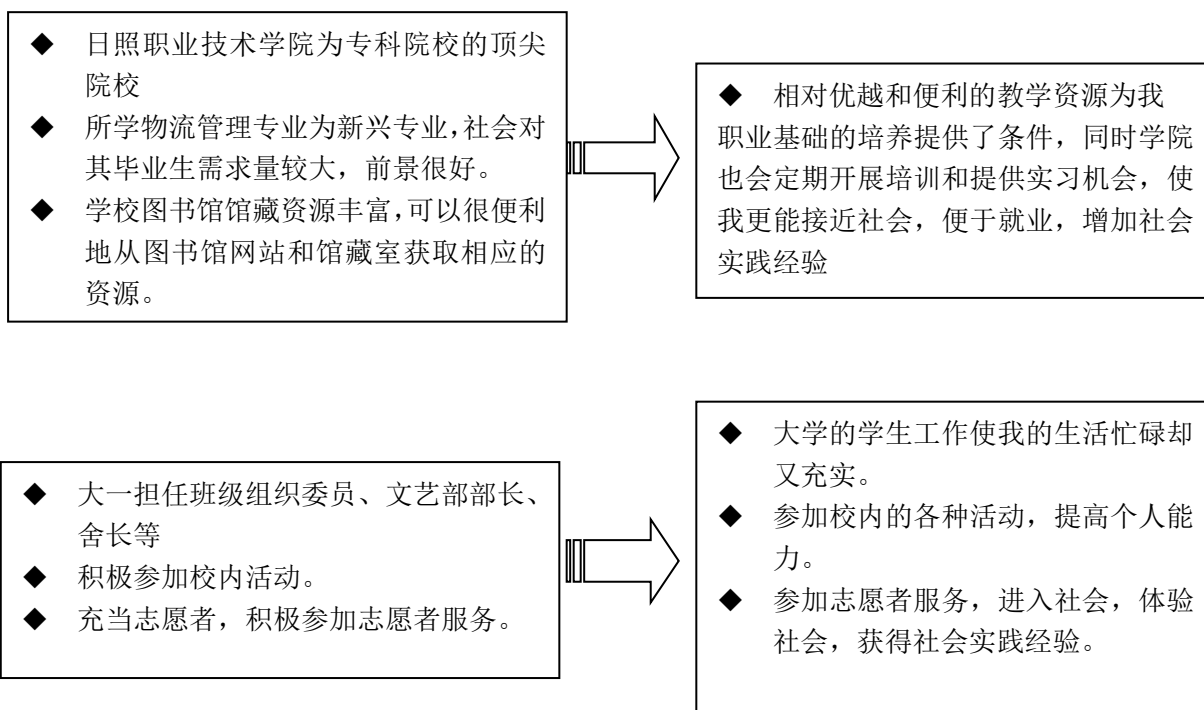
从上表中可以看出我的一些优缺点，如下表格：

◆ 优点	◆ 缺点
1 善于表达自己	1 过于理想化和情绪化，缺乏务实理性
2 口头表达能力较强，善于沟通交流人际交往	2 不善于思考
3 学习能力较强，适应能力强	3 做事不够灵活
4 有较强的责任感	4 社会实践经验少
5 有强烈的事业进取心，喜欢挑战，富有激情	
6 善于统筹工作的整个流程，有一定的组织能力	
5 行动力较强	
6 善于创新，经常想出一些独特的解决方案	

二、职业认知

2.1 外部环境分析

2.1.1 学校环境分析



2.1.2 社会环境分析

据有关部门统计,预计2023年全国高校毕业生将可能突破1000万,比2022年预计增加90万,预计今后三年内高校毕业生人数还将以每年50万的数量递增,高校毕业生就业形势相当严峻。

2020年国家投资超两亿在物流行业。

国家扩大内需,改革开放力度继续增加。随着经济的发展,国内物流行业发展突飞猛进。国家内需供给侧改革,也给物流行业的发展带来了福利,提供了就业岗位,创造了更大的国内外市场。就业岗位也随之增加。

2.1.3 职业环境分析

在工作岗位上要吃苦耐劳。认真聆听客户需求。努力争取到自己的固定客源。牢记自身责任,筑牢基本功底。

一定要做到先苦后甜。用扎实的功底，过硬的本领来充实自己。这些都是从小白做起，通过一次次地客户流失，合同停止中的“苦”一步步总结经验来达到后“甜”的。

2.2 目标职业分析

2.2.1 目标职业

货运代理人

货运代理是指在流通领域专门为货物运输需求和运力供给者提供各种运输服务业务的总称。它们面向全社会服务，是货主和运力供给者之间的桥梁和纽带。货代，从字面来看是货运代理的简称，国际货运代理。从工作内容来看是接受客户的委托完成货物运输的某一个环节或与此有关的环节，涉及这方面的工作都可以直接或间接的找货代来完成，以节省资本。根据货物不同也有海外代理。

2.2.2 行业分析

目前中国国际货运代理业所存在的最根本的问题就是专业化程度较低，没有形成集中优势，使得代理业的核心竞争力缺乏。存在这种现象的原因在，中国长期以来处于管理机制指导下的市场经济状态，导致货运代理业务受到局限，且占有较低的市场份额。从中国的货运代理业来看，在货物运输业务和转口业务中，国外货运代理业已经占据了集装箱、散杂货业务和空运货物业务，其中集装箱业务和空运货物业务超过 90%由国外的代理企业经营，而散杂货业务则由国外货运代理企业占据 70%。近几年来，大力扶持物流业的发展，把发展现代物流作为服务业发展的重要任务之一。国家出台多项政策，从土地、税收、融资、人才、技术等多个方面给予物流业发展以充分的保障和支持。2014 年国务院出台《物流业发展中长期规划(2014-2020)》，文件指出要加大土地等政策支持力度，着力降低物流成本；要落实和完善支持物流业发展的用地政策，依法供应物流用地，积极支持利用工业企业旧厂房、仓库和存量土地资源建设物流设施或者提供物流服务，涉及原划拨土地使用权转让或者租赁的，应按规定办理土地有偿使用手续；要认真落实物流业相关税收优惠政策等等。中国独特的经济形态给了货代和物流

市场独特的投资机会。中国国内生产总值已经位居世界的第六位。到 2022 年，中国的国内生产总值将比 2000 年要翻两番，预计要达到四万亿美元。中国的外贸进出口总额也将翻两番，预计能够达到两万亿美元。中国的货代和物流也将随之同步增长。中国国内的巨大市场以及中国特有的比较成本优势决定了中国会发展成为世界加工厂，这样中国就会变成世界物流集散中心。

2.2.3 职业要求

● 货运代理人的能力要求：

具有出色的语言交际能力。善于处理人际关系。人际关系融洽，能够快速地建立亲密关系。

具备厚实的专业知识和实践经验。货运代理人必须具备扎实的专业知识，且能理论联系实际，解决实际工作中的问题，经常深入到工作中，使自己的专业知识和技能保持“专”、“深”、“新”，经过提炼形成自己独特的工作方式。

具备独特的知识结构。符合新时代特征，具有专业文化知识、基础理论知识、相关知识和信息技术知识，体现知识的整体性、渗透性和综合性。从而更好地为客户提供运输方案。

3、2.3 SWOT 分析

通过以上对外部环境和目标职业的分析，进一步联系自身分析可得：

强势 (strength)	弱势 (weakness)
1. 善于交际，人际关系好 2. 管理能力强 3. 工作能力强，执行力强	1. 工作上投入时间少，经验不足
机会 (opportunity)	威胁 (threat)

<ul style="list-style-type: none"> 1. 上学期间有职场体验课 2. 专业对口 3. 相关知识储备丰 	<ul style="list-style-type: none"> 1. 行业竞争激烈 2. 客户来源渠道少
--	---

三、目标公司

3.1 确定目标

中国物资储运总公司

3.2 发展路径设计



四、规划与实施计划

4.1 近期计划

短期（2023-2025）

实习货运代理人

了解公司情况，了解业务流程。学习相关的基础知识，请教前辈，适应公司。

4.2 中期计划

中期（2026-2032）

货运代理人

基本掌握基础知识，业务流程。有一定的客源。适应了公司节奏。

4.3 后期计划

后期（2033-2xxx）

优秀货运代理人

熟练的掌握基础知识。业务流程炉火纯青。业务经验丰富，能独自面对业务中的各种问题。有一部分固定客源

五、评估与备选方案

5.1 评估与调整

在我的职业生涯规划进程中，会出现很多难以预测的问题与事情，这些不确定因素可能会使原来的规划方案无法按照原定计划进行实施，因此，根据情况不断的对自己的职业生涯规划方案进行评估改变，不断修正和完善自己的职业规划。我会每隔半年对这次生涯规划进行一次调整，每隔一年重新评估生涯规划。具体评估要素和方案如下：

1、职业目标评估

我会时刻关注目标行业的发展状况，不断深入地了解目标职业，对其有越来越清晰全面的认识，从而使自己的目标不断明确和清晰。

2、职业路径评估

在规划实施过程中不断审视自己的职业路径，尽量避免死板的规划阻碍了更快的成长路线，不断完善职业路径，力求以最高的效率、最短的时间实现自己的最终职业目标。

3、实施计划评估

在实际的职业生涯过程中，我走的每一步不可能就完全按照此规划书制定的详细计划进行，我要根据实际情况灵活的采取行动策略，不断总结之前的经验，改进之后的计划方案。

4、其它因素评估

不断进行自我审视，加强自身的优势，改正自身的缺点。根据自身发展情况调整规划方案。

不断关注社会经济环境的变化，正视客观条件给自身带来的影响，从而不断调整规划方案。

5.2 备选方案

在这个规划书中我的职业生涯发展流程为：大学生——实习货运代理人——货运代理人——优秀货运代理人

依据备选方案和自身的特点，我的备选方案有以下几种：

- 1、专科进入大三专升本考试，继续深造学习。
- 2、寻找其他的合适的工作岗。
- 3、从事与其相关的工作岗位

结束语

现在有了目标，有了生涯规划，那接下来最重要的就是要行动了。职业生涯中没有任何人是不经历困苦的。通过做这份职业生涯规划书，我不但清晰的了解自己，对以后自身的发展提高打下了基础；而且我明确了自己的将来要奋斗目标与方向，使自己在平时的学习中有了更强大的动力。总而言之，我坚信自己的未来是美好的，我会向着自己定下的目标不懈努力。我相信：“将来的你定会感激现在努力的自己。”