

大学生个人职业生涯规划书

姓 名： 韩雨梦

学 院： 商学系

专 业： 现代物流管理专业

学 号： 202127400108

目录

一、自我评估	3
(一) 我的优势与劣势	3
(二) 自我分析 MBTIZ 职业性格测试	4
(三) 个人 SWOT 分析	5
二、环境分析	7
(一) 社会环境分析	7
(二) 政策环境	7
(三) 技术环境	7
(四) 社会环境因素	8
(五) 教育背景分析	8
(六) 家庭情况分析	8
(七) 职业信息分析	8
三、制定职业生涯目标	9
(一) 职业目标及达到的职务或职称	9
(二) 学习培训目标	9
四、分阶段目标和实施计划	10
五、评估调整	10
(一) 职业目标评估	10
(二) 其他因素评估	11
(三) 规划调整的原则	11

一、自我评估

(一) 我的优势与劣势

优势	劣势
性格开朗，热情大方，善于与人交际，亲和力强	有时不愿意去与太多人交流，扩大交际圈的热情不是很高，以致具有相对滞后性
善良热心，喜爱助人为乐，热心于志愿者活动	有时太过于热心，反而弄巧成拙
工作责任心和社会责任感都很强，做事认真负责	有时过于追求完美，因过于注重细节反而使自己对本已不错的成绩而苦恼
待人友善，从小到大的一直都有很多关心支持自己的朋友	对于上级（领导、老师和合作伙伴），不知道怎样让他们了解到自己出类拔萃的一面，不太会积极处理与他们的关系
拥有良好的心理素质，尤其是拥有平和的心态，能够正视人生中的挫折与痛苦，骨子里坚强并勇敢	有时太过于“平和”，甚至于很多机会从自己身边溜走时才后悔，不太会抓住好的机会和机遇
爱好广泛，爱好生活中的一切美好事物，很注重劳逸结合	有时候太过于注重玩乐，甚至有时近似于达到“享乐主义”，以致于常常出现先玩个够，再猛“还帐”的情形 事业心与上进心不太强
珍惜时间，在心里有着对近段时间生活、学习大致计划，不至于偏离大方向	有时候注意力很难集中，导致学习效率低下 自制力不强

(二) 自我分析 MBTI 职业性格测试

我的性格类型倾向为“ INFJ ”(内向 直觉 情感 判断 倾向度：
I55 N56 F74 J52 不假思索指数：15)

寻求思想、关系、物质等之间的意义和联系。希望了解什么能够激励人，对人有很强的洞察力。有责任心，坚持自己的价值观。对于怎样更好的服务大众有清晰的远景。在对于目标的实现过程中有计划而且果断坚定。

INFJ 型的人生活在思想的世界里。他们是独立的、有独创性的思想家，具有强烈的感情、坚定的原则和正直的人性。即使面对怀疑，INFJ 型的人仍相信自己的看法与决定。他们对自己的评价高于其他的一切，包括流行观点和存在的权威，这种内在的观念激发着他们的积极性。通常 INFJ 型的人具有本能的洞察力，能够看到事物更深层的含义。即使他人无法分享他们的热情，但灵感对于他们重要而令人信服。INFJ 型的人忠诚、坚定、富有理想。他们珍视正直，十分坚定以至达到倔强的地步。因为他们的说服能力，以及对于什么对公共利益最有利有清楚的看法，所以 INFJ 型的人会成为伟大的领导者。由于他们的贡献，他们通常会受到尊重或敬佩。因为珍视友谊和和睦，INFJ 型的人喜欢说服别人，使之相信他们的观点是正确的。通过运用嘉许和赞扬，而不是争吵和威胁，他们赢得了他人的合作。他们愿意毫无保留地激励同伴，避免争吵。通常 INFJ 型的人是深思熟虑的决策者，他们觉得问题使人兴奋，在行动之前他们通常要仔细

地考虑。他们喜欢每次全神贯注于一件事情，这会造成一段时期的专心致志。满怀热情与同情心，INFJ型的人强烈地渴望为他人的幸福做贡献。他们注意其他人的情感和利益，能够很好地处理复杂的人。INFJ型的人本身具有深厚复杂的性格，既敏感又热切。他们内向，很难被人了解，但是愿意同自己信任的人分享内在的自我。他们往往有一个交往深厚、持久的小规模的朋友圈，在合适的氛围中能产生充分的个人热情和激情。

（三）个人 SWOT 分析

1. 我的优势

能有计划、有条理，喜欢遵照固有的模式处理问题，乐于探求独特的方式以获得有意义的成长和发展。你通过认同和赞扬与别人进行沟通，具有很强的说服力，你可以成为伟大的领导者。你的贡献被人尊敬和推崇。喜欢独处，性格复杂，有深度，是独立的思考者。忠诚、有责任心，喜欢解决问题，通常在认真思考之后行动。在同一时间内只专注一件事情。有敏锐的洞察力，相信灵感，努力寻求生活的意义和事件的内在联系。有坚定的原则，相信自己的想法和决定，依靠坚韧不拔取得成功。他人能随时体会到我的善良和体贴，但不太了解你，因为你总是做的含蓄和复杂。事实上你是非常重感情，忠于自我价值观。

2. 我的弱势

完美和固执，易走极端。一旦决定后，拒绝改变，并抵制那些与我的价值相冲突的想法，以至于变的没有远见。你专注的追求一个理想，不会听取别人的客观意见，因为自己的地位是不容置疑的。总是探寻事情的意义和价值，过于专注各种想法，会显得不切实际，而且经常会忽视一些常规的细节。需要留意周围的情况，并学会运用已被证实的信息，这样可以帮助你更好的在现实世界中发挥你的创造性思维。敏感，非常关注个人的感受和他人的反应，对任何批评都很介意，甚至会视为人身攻击

3. 我的机会

利用自己的优点和特长，充分展示自己，参加一些好单位的招聘；参加多种考级，提高自己的学历和知识；认真考虑所实习单位是否值得留。实习的时候好好表现，给老师和园长留下较好的印象。

4. 我面临的威胁

物流业处于初步发展阶段，体系还不完善，发展物流业需要自己探索经验，没有经验可以借鉴，目前物流市场法律基础不完善切大学生较多就业困难。

二、环境分析

（一）社会环境分析

物流是供应链活动的一部分，为了满足客户需要而对商品、服务以及相关信息从产地到消费地的高效、低成本流动和储存进行的规划、实施与控制的过程。是以最低的成本，通过运输、保管、配送等方式，实现原材料、半成品、成品及相关信息由商品的产地到商品的消费地所进行的计划、实施和管理的全过程。

（二）政策环境

“十二五”期间，我国将继续实施区域发展总体战略，并把促进区域协调发展列为未来五年十大任务之一。依托资本市场加快资源整合、改变物流业“低度集中、高度分散”的市场结构，将成为值得期待的亮点。2011年的物流振兴将沿着资源整合、物流外包、专业物流、物流园区和信息化建设这五大清晰的主题演绎市场行情。

（三）技术环境

目前我国物流企业的技术水平远落后于发达国家物流企业的运用水平。即体现在硬技术方面的建设应用不足，更突出表现为软技术方面的严重滞后，许多物流企业由于资金短缺，在物流设施上投资不够，尤其是一些传统的储运企业面临严重的设施老化、物流作业手段落后问题，致使物流作业效率低下，费时费力，企业经营成本居高不下，许多企业信息化建设严重滞后，导致信息加工和处理手段十分落

后,还不能满足商家追求快速反应和为顾客提供最大化的增值服务的要求。

(四) 社会环境因素

中国是城乡二元结构,目前农村物流占社会总物流很低,随着中国农村的发展,这一形势会有所改观,随着社会经济水平的升高,普通消费者的消费习惯也在跟着改变,新型购物中心和网上商城消费越来越普遍。这些都很好的促进了现代物流的发展。

(五) 教育背景分析

我是云南师范大学商学院的学生,我就读的专业是物流管理,属于学院的热门专业,有统计数据证明物流管理前景好,专业物流师缺乏,所以我有更多的信心学好本专业。在商校里,我学会了承受,学会了担当,学会了珍惜在校的日子和规划自己的人生。我会在光明的道路逐渐自己的才能,用勤奋的双手创造明天的辉煌。

(六) 家庭情况分析

我来自于农村家庭,可是父母对我一直很民主,家庭氛围一直很融洽、和睦,所以我也继承了父母的纯朴,以及天生的乐观精神。家庭条件一般,我们一家人对生活的要求都不高,我爸妈希望我将来找一份简单的工作,过舒服的日子就可以了,我也是这么希望的。

(七) 职业信息分析

WTO 使中国的大门逐步打开,跨国快递巨头们在中国的人才需

求也随之剧增，对人才的需求将不断增长，而在其他行业的需求上，最缺乏的是中高级物流策划管理与营销人才，最好是既懂营销管理又懂得策划，还懂得如何运用现代技术去改善提升原有操作模式的，不过，经验总是要积累才能有的，我们可以通过在操作岗位以及低级别管理岗位上的锻炼来达到要求。

三、制定职业生涯目标

（一）职业目标及达到的职务或职称

首先从基层做起，努力开拓自己的发展空间，做一名实干者。

（二）学习培训目标

在未来两年内首要的任务是认真学好各门学科，扎实专业知识，培养学习工作，生活能力，全面提高个人综合素质，充分利用校园环境及去物流公司实习的条件优势，适当做一些兼职工作锻炼自己的实践能力，并为就业做好准备。尽自己最大的努力获取更高的学历，不断充实自己，敢于尝试新事物，不断的完善自己。在今后学习工作中，重视与他人的交往，有良好的人际关系，拥有广泛的社交范围，能迅速适应周围环境，保持积极的人生态度。积累丰富的社会经验，毕业之前拿到助理物流师，四级英语证书等有关专业要求的证书。

四、分阶段目标和实施计划

第一阶段：2022-2024 年 学业有成期

学好专业知识，培养学习工作，生活能力，全面提高个人综合素质，充分利用校园环境及去物流公司实习的条件优势，适当做一些兼职工作锻炼自己的实践能力，并为就业做好准备，参加一些等级考试，拿到助理物流师资格证，英语四级证书等等。

第二阶段：2024-2027 年，熟悉适应发展期

在兼职工作的过程中，学习其他人的优点，改变自己的一些不好的习惯，努力寻找与专业对口的工作进行兼职，并增加人生阅历，积累工作经验。在物流公司从底层做起，不能好高骛远，要脚踏实地的工作。同时，扩大自己的社会交际网，增强与人沟通能力。总结经验，根据自己的能力与社会环境进行高层次发展。在幼儿教育行业取得比较好的成绩。通过努力，成为幼儿园的管理者之一。

五、评估调整

(一) 职业目标评估

当出现裁员或者因故被开除的时候，我将考虑再重新拾起书本，学习相关的科目，准备考取更高的学历。

（二）其他因素评估

如果身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况发生突变，就只能随机行事了。

（三）规划调整的原则

1. 当出现就业前景渺茫时我将会调整规划。
2. 当可以预测单位将发生大的变故时我将会选择调整规划。
3. 当目前从事的职业已经不再为社会所重视时我将调整规划。
4. 当觉得目前从事的职业已不再对自己有意义时我将调整规划。
5. 当发现更好的机会给我时我将调整规划。

现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇风险而夭折，另外，计划制定出来固然好，但更重要的在于其是否能被实践并达到预期目标，所以，风险需要预测，目标需要管理，计划实施需要评估“计划赶不上变化”要是职业生涯发，。展规划行之有效，就必须不断的对职业生涯发展进行调整，“事预则立，不预则废”，青春易逝，人生短暂，人不能停留在等待与迷茫中，特别是我们这些有理想的21世纪的青年们，一定要趁我们年轻，来规划我们的人生。我们每个人的心中都有一个梦，我们要为梦而战，特别是在就业压力巨大的今天，好好规划我们的未来，有目标有计划地实现心中的梦！大学生

职业规划，就是对我们心中那个蓝图的描绘，当下进行职业规划，就是给我们的梦想插上结实的翅膀。未来是美好的，可是现实又是残酷的！特别是近年来，大学生的就业压力何其之大！物竞天择，适者生存。作为当代的大学生，处在这个关口，一定要做好自己的职业规划，使自己在将来的就业中，能有一席之地。