

# 传媒职业生涯规划书

## 一、自我认知

通过人才测评分析结果以及本人对自己的认识、朋友对我的评价，我认真的认知了自己。

1. 职业兴趣：研究型，希望日后能在科研方面工作。

2. 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。

3. 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。

4. 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。

5. 胜任能力：

1) 能力优势：头脑灵活，有较强的上进心，逻辑推理能力比较强；相信自己行，能全神贯注，能够客观地分析和处理问题，对自己要求严格，经常制定目标。

2) 能力劣势：一件事做第二遍定会出错；做事过于理性，

而有时候应该是按常规出牌的;有严重的个人中心主义,有时听不进别人的劝导;

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、职业认知与决策

### 职业认知

#### 1. 家庭环境分析:

家庭经济能力仅能维持正常的生活,我的学习费用为全额贷款。我的父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,姐姐从医,妹妹钢琴弹得不错,父母亲均未完成九年义务教育,但支持我们最低完成大学教程。

#### 2. 学校环境分析:

我就读于天津医科大学,生活环境一般,教学设施齐全,且比较先进,教学水平也较先进,只是学校更重视研究生,我们本科生不受重视;所在预防医学系虽不是全校最好的学科,但专业课的科目开设受到一致好评,毕业的就业率百分百;教学质量高,师资雄厚,总的来说,整体教学还是在不错的。

### 3. 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，有些地域还存在性别歧视，女性就业前景不是很好。不过，政府愈来愈重视预防专业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

### 4. 职业环境分析:

在我国，由于预防医学为新兴专业，这方面的人才需求量目前很大，社会分工还行，前景不错，但也因此，专业知识技能不够发达，（要干实事最好去国外进修发展），报酬也不高。

### 5. 行业环境分析:

将来我希望进 CDC 工作。预防医学目前还处于幼童期，不够壮大；但就业范围比较广，现在的医药、食品、卫生等方面均可，容易找工作，只是待遇不高，且国内此类高端人才及技术缺乏；不过经历非典、禽流感、甲流及此时正猖獗的麻疹（年年猖獗）后，国家越来越重视预防，正提倡培养该方面人才，全国各地都逐渐设立有 CDC；现在自己多考些证，以更易游刃于上述就业范围。

### 职业决策

综合前面的自我认知和职业认知这两部分的内容，我得

出本人的职业定位的 SWOT 分析如下：

内部因素： 优势因素 (S) 弱势因素 (W)

头脑灵活,逻辑推理能力较强 具有个人中心主义,顽固  
具有创造力,认真,负责 不喜欢模式化工作,偶尔会有  
有厌倦心理

有毅力,观察力强

外部因素： 机会因素 (O) 威胁因素(T)

新兴专业的工作岗位相对 社会环境不断变化,  
多些,疾病预防发 竞争激烈,就业形势日益严峻。  
展前景较大。

结论：

1) 职业目标：

我根据自己的职业兴趣和个人能力,最终成为一名在预防医学专业的科研工作者。

2) 职业的发展路径：

考多种证——公务员——CDC 工作者——进华中研究院

三、计划与途径：

1. 大学期间：XXX 年~XXX 年

1) 大四、五学好各科专业知识,掌握预防医学的基本知识。

2) 大四前英语 6 级争取过 600 分,积极考托福,希望能

用英语与外国人自由交谈。

3) 大四前考取全国计算机二级证书。

4) 大三开始业余学习韩语，希望能用韩语和商务伙伴自如沟通。

5) 假期实习(和本人专业相符合的)积累社会经验。

2. 大学毕业的五年：XXX 年~XXX 年(随机应变)

1) 若考上研究生，则继续勤奋学习。

2) 考公务员，去 CDC 工作

3) 进科研院

4) 去国外留学, 学习本专业, 继续深造.

5) 去国外工作.

3. 长期计划:

1) 在努力工作之余，不断学习各方面的知识，增长各方面见识。

3) 坚持锻炼身体。

4) 汲取他人各种优点，不断发现自己的不足, 并不大的予以改正，不断提高自身的修养。

5) 扩大自己的交际圈，享受友谊。

一、前言

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。对企业而言，如何体现公司“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持

续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对每个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。作为当代大学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会怎能满足社会的需要，使自己占有一席之地？因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下。有了目标，才会有动力。

## 一、自我认知

### 1. 自我观察：

自己性格开朗，友善待人，做事锲而不舍，勤于思考，考虑问题全面。

自己缺点盘点：做事不够细致，过于执着偏固执。

解决自我盘点中的劣势和缺点

所谓江山易改，本性难移。性格开朗并非全是优点，使我少一份内敛，多一点张扬，但是经过岁月的磨练可以使自己多一份内敛，少一份张扬。虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。

### 2 自我评价

本人想法太过于天马行空，虽然对于自己所学的专业和即将从事事业是一个好处，可是由于思维的过于活跃可能会

导致做事不够细致，不计后果。这需要自己严加改正的，做事徐三思而后行。我的期望并不高只希望自己将来能拥有自己的一份事业，闯出属于自己的天地，不喜欢寄人篱下。

## 二职业认知

因为我所学的专业是数字媒体，所以我对自己的将来的事业发展还是定在了传媒这一块，不光是自己所学的专业的原因，主要还是自己比较喜欢这个职业。

传媒这个职业毕竟还是属于一个比较热门的行业，而且它的发展前景是无庸置疑的，现在的传媒主要分为四个大类

第一类传媒利用 手势、旗语、烽火，等直接简捷直观的互动方法接受彼此的信息的方式是传统的原始的传媒的一种，它的特点是直观快速，但受自然界条件的局限性较大，如天气、光线、自然障碍物等。

第二类传媒包括信件、绘画，文字、符号、印刷品、和摄影作品等。在这种信息交流方式中，信息的接受者要靠视觉感官接受信息，信息的发出者则开始使用一定的传播设施和工具。

第三类传媒无论是信息的发出者还是接受者，都必须借助传播设施。这类传媒包括电话，唱片，电影，广播，电视，手机通讯，等等。大众传媒视之为普通大众所使用的传媒。

第四类传媒互联网传媒，之所以单独的将互联网传媒列为第四类传媒是因为它的传媒方式和信息载体是有别于第

三传媒的，传统意义上的传媒在使用中具有一定的时间约束性和空间限制性，但只要接触过星之传媒的人都知道，网络传媒的灵活性和机动性是其它媒介所不及的，它既不受地域和时间的限制，又可以第一时间在任何地点使用，其便捷性是有目共睹的。它也正是未来传媒的主发展平台。

而我即将从事的行业主要还是二三四类传媒，而且重点还是倾向于第二类传媒，可是对于第四类这种新型传媒还是报以很大的兴趣。

其实，我对传媒的定义很简单，就是把人们想知道的东西，通过途径传播给这些人们，我对自己的事业目标也没什么太大的愿望只希望建立一个属于自己的传媒公司，当然我自己不会变成默多克。

## 2. 如何设定事业目标

对于事业目标，我采用的是，几个短小目标配合一个长远目标。

## 3. 让目标产生绩效

首先是在目标的选择上，我会优先选择短小的，容易实现的目标，让自己不管是质还是量上都一个积累。然后到达一定程度以后，再去实现下一层次的目标，最后实现自己的长远目标。

# 三、用正确的态度对待工作

## 1. 几种不同的态度

个人认为工作也学习一样，不能单一的模式化的进行，需要有一定的变化，但是又不能脱离一定的规则，做到在规则中求自由。

## 2. 工作态度对事业的影响

个人认为，态度决定命运，所以，事业是否成功，态度要占很大的一方面，姚明说过，努力了，不一定会成功，但是不努力一定就不会成功！

## 3. 用成熟的情感对待工作

工作也是生活的一部分，所以难免也会被自己的情绪所影响，所以要尽力克制自己不被负面情绪所影响，多给自己一些积极的暗示，来影响自己，也影响别人。

# 四、有负责的工作

## 1. 利润中心和成本中心

做生意，做在乎的就是利润，也就是自己的收益，说白了就是能不能赚到钱。但是，这就和钓鱼一样，先期的投入就像是鱼饵，而后期的收入，就像是钓上来的鱼。空手套白狼是不现实的表现，所以如果吝啬先期的投入，那么后期的收获也不会太大。

## 2. 岗位责任

不同岗位的有着不同的责任，就像是雷锋说的，愿做社会主义的螺丝钉，在一个企业里也是，每个人都是企业这个机器的螺丝钉，螺母，链条，每个部门每个人，都需要的全

力运转，如果可以帮别人最好，但是前提是在完成自己的任务的情况下。

### 3. 全局责任

全局的把握，也是考验一个领导的最主要的地方，火车开的好不好，全靠车头来带。

## 五、个人和组织的关系

### 1. 组织结构

组织结构上，个人比较喜欢的是树形结构，这也是现在大部分企业所采用的结构方式，这样方便管理和人事调动等。

### 2. 在结构不同层面的定位

作为一棵大树，这棵树的每部分都有自己的职责，当然树叶的作用树根是肯定完成不了的。所以，各部门只要负责好自己的工作就行了。

### 3. 每位员工都可能导致企业的成败

同上，一颗大树，不论是缺了树根、树干还是树叶，这都是不行的，每个员工的好坏都影响这整个企业的收益和对外形象。

### 4 应该注意团队合作

这个无需多谈，这个世界里，没有超人，没有那个个人可以打败一个团队，所团结的团队的力量是不可战胜的。

### 对企业规划与实施计划

首先我会确立我们公司的经营项目，当然刚开始起步的

我们自然没有多少的资金和实力，我们会从小做起，建立自己的团队。

我具体对公司的业务规划是我们建立公司主要是偏于文化传媒主要的经营项目

电脑图文设计制作、企业形象策划、展览展示服务、市场调研、摄影服务、广告行业

当我们传媒公司初具规模的时候可以再旗下可以创办传媒类学校，然开办属于自己的杂志社或者报社，就像我的偶像金庸老先生一样。

具体规划如下：

首先是，准备期，我们需要建立一个相应的团队，这就是我整个公司以及未来发展的基石和中流砥柱。我需要的人员分别是具体学习传媒的基础知识以及在传媒方面有一定特殊才能的人以及在公司行政方面有一定能力的人，再加上对市场能有一个客观分析的人员。还有在公司开办之前我会选择租用一个写字间而不需要大的门面。而且在此前见我还会对市场做出一些问卷调查从而在其中发现我们公司的发展方向和受众人群。在确立方向之后公司将会在正常的轨迹当中运行。

发展期，公司在发展期，我们准备和一些知名的导演和演员合作，从而打出公司的名号，使公司在大众之间有一些影响，接着我们会积极的参加一些慈善和环保的活动，来曾

强公司内部员工以及呼吁人们关注弱势群体，以及保护地球资源。来尽到一些公民以及公司的义务。

长远构思，在我们公司的人缘的不懈努力之下，我希望在不久的未来，可以在中国乃至全世界打出自己的名号，来向世人证明中国制造也是很强大，无论是在工业，还是农业，以及文化产业方面。我们中国人都是最棒的。

## 五、结束语

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，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。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。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；成功，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼！

对自己的目标不清晰，那么无论你的学历有多高，知识面有多广，那也只能是一个碌碌无为的平庸之人，又或只能一辈子做别人的跟班，做一个等着时间来把自己的生命耗尽的庸才。由此可见，职业生涯的规划对与一个有着远大理想的人来说是人生中一件很重要不平常的事情。我的理想是成为一名成功的传媒工作者，当我走进这所大学，走进信息学院，走进数字媒体专业的时候，我知道我已经离这个梦想不

远了.因为我就是这么一个对自己有着清醒认识的人.首先,我是农民出身,但是我却成长在一个美丽富饶城市,我对这个社会的贫富差距及生活的现实都有着清醒的认识.通过学习懂得合理的驾奔这个繁荣的舆论空间去为自己创造出财富.见过太多的成功,也见过太多的失败.我喜欢跟传媒做朋友,我喜欢他们的生活费那个是,我喜欢他们的高瞻远瞩,喜欢他们的睿智,我见得他们的风光,也见过很多时候他们的苦楚.成功与失败的区别在于,成功者选择了正确,而失败中选择了错误.我们常常能够看到一些天赋相差无几的人,由于选择了不同的方向,人生却迥然相异.我要做一个成功者,我要选好我自己的方向,毫无疑问,职业生涯规划会给我的发展指带来更明确仔细的方向.我喜欢读书,因此周末的时候我通常会跑去新华书店一蹲就是大半天,我明白那是一种渴望,一种需要,就像上瘾一样离不开那些精彩的世界.我知道我并没有一个有聪明头脑的人,我也清楚我自己能力的人,我愿意把自己的青春热血贡献在我热爱的职业之上,况且,我的选择会给我我想要的东西。