



职

业
生
涯
规
划
书

姓名： 李鑫

学号： 2207120214

班级： 工商管理 121

一、自我认知

1 职业生涯测评报告·····	03
2 自我评估·····	03
3 自我认知小结·····	04
二、职业认知	
1 外部环境认知·····	04
2 职业理想概述·····	04
3 目标职业分析·····	05
4 SWOT 分析·····	08
三、职业生涯规划设计	
1 确定职业目标和路径·····	08
2 制定行动计划·····	09
3 动态反馈与调整·····	09
4 被选职业规划和方案·····	10

一. 自我认知

1. 职业生涯测评报告(根据就业指导与职业生涯规划设计书一书附录四—霍兰德职业倾向测验量表 P255)

测试	R 型	I 型	A 型	S 型	E 型	C 型
第二部分	3	3	3	9	8	5
第三部分	3	1	1	8	8	6
第四部分	1	8	1	3	5	1
第五部分 A	6	5	2	4	3	7
第五部分 B	3	2	1	4	6	7
总分	16	19	8	28	30	26

六种职业倾向总分按从大到小的顺序排列

E 型 > S 型 > C 型 > I 型 > R 型 > A 型

最高分 30 职业倾向性得分 30 最低分 8

六种职业倾向总分按从大到小的顺序排列

E 型 > S 型 > C 型 > I 型 > R 型 > A 型

最高分 30 职业倾向性得分 30 最低分 8

2 自我评估

评价范围	优点及特长	缺点及不足
自我评价		
家人评价		
老师		
亲友		
其他		

3 自我认知小结

现在的我还有很多方面不足，有些缺点我已经认识到，这些缺点非常需要改进，只剩一年的大学生活，我应该通过各方面的锻炼

来改进自己、增强自己的各方面的能力。应该打打工，多吃点苦同时也增加一些工作经验，体验体验社会。

二. 职业认知

1. 外部环境认知

①家庭环境分析：作为家里的独生子，从小家人就比较宠爱，但因为生长在农村，还是很能吃苦的。

②学校环境分析：总的来说学校还是比较令人满意的，学风还可以，学校环境也挺不错的，老师也都是很优秀的。③社会环境分析：我是学工商管理专业的，这个专业近几年来说算不上是热门的。但总的来说还是有比较好的就业前景。

④目标地域分析：目标地域最好是南方，说起理由有点可笑，因为南方冬天不冷！

2. 职业理想概述

不知道从什么时候起，或者是受现代都市剧的影响，很羡慕都市里的那些白领，每天朝九晚五的工作着，忙忙碌碌的，就现在而言，我所学的专业是人力资源管理，理想与现实可以说并没有什么差距，以后我想一直从事着人力资源相关的工作。

3. 目标职业分析

一. 目标职业名称：人力资源经理。

二. 岗位说明：制定人力资源的战略规划，并监督执行，负责建立畅通的沟通渠道和有效的激励机制，全面负责人力资源部门的工作。三. 职责与任务：

①制定公司人力资源的战略规划， ②督促公司人力资源战略的执行，

③负责建立畅通的沟通渠道和有效的激励机制， ④全面负责人力资源部门的工作， ⑤内部组织的管理。

四. 工作绩效标准

1. 人力资源战略规划的实施和反馈情况； 2. 人力资源各项管理工作的进展情况和结果； 3. 是否出现大的劳动纠纷和人事失误情况等。

五. 工作关系

（一）对内关系

1. 合理分解部门工作计划，并监督其完成情况。 2. 对部门员工进行考查评估。
3. 编制部门各项费用预算并控制其使用情况。

（二）对外关系

1. 协助总经理对公司各部门工作进行考核评估。 2. 负责公司及其相关人力资源信息的上传下达。
3. 与公司各部门保持良好的沟通协作，为其各项工作的开展和公司运营提供强有力的人力资源及其后勤保障。
4. 代表公司与政府及其他相关单位保持友好协作的工作关系。

六. 工作权限

1. 在本部门业务范围内对下属单位具有指导、监督、考核权； 2. 对本部门各岗位编制的业务管理方案具有审核与确认权； 3. 对本部门各项工作的开展与实施具有资源调配权； 4. 对

本部门人员的绩效具有检查与考评权； 5. 对本部门岗位与人员调整具有确定与建议权。

七. 工作条件

工作场所: 办公室； 环境状况: 舒适； 危险性: 基本无危险, 无职业病危险。

八. 任职条件 学历要求: 大专以上

专业背景: 管理、行政、人力资源管理等相关专业 职业资格:

人力资源管理师（二级） 年龄要求: 28 以上

职业背景: 5 年以上人事工作经验, 2 年以上同岗位经验或, 3 年以上部门主管/副经理经验

知识结构: 心理学、社会学、组织行为学、人力资源学、行政管理学、公文写作、本公司的基本专业知识

心理状态: 以直报怨与德、心胸开阔、善待他人、强抗压力、具备全局的高度、敏锐的观察分析能力

九. 其他技能要求

综合素质高。具有较强的组织、沟通协调能力, 宏观分析能力, 语言、文字表达能力和亲和力; 思路开阔, 有创新意识, 能建立科学、合理的人力资源体系; 熟悉《劳动法》及地方相关劳动法规、条例。

4. swot 分析(根据自身优缺点填写)

内部个人因素	优势 (S)	机会 (O)	外部环境
	1. 对工作认真负责 2. 有责任心 3. 对工作的热爱	1. 所学专业为人力资源管理, 专业对口。 2. 职业前景较好	
	劣势 (W)	威胁 (T)	
	1. 个人缺少持之以恒的精神 2. 性格容易冲动	1 职业晋升比较困难	
职业选择结论	1. 我喜欢所学的专业, 热爱人力资源管理工作。 2. 我自己适合做人力工作。 3. 为达到目标: 需要加强自己各方面能力的提升, 特别是交流沟通能力。		

三. 职业生涯规划设计

1. 确定职业目标和路径 目标: 人力资源经理

路径: 努力学习人力资源相关知识, 参加社会实践, 增加工作经验, 毕业后通过招聘会应聘有关人力资源工作。①近期目

标: 人力资源专员 ②中期目标: 人力资源经理

③长期目标: 人力资源总监 (目标远大, 但只要努力, 没有什么不可能)

④职业发展路径: 人力资源发展分两个通道, 一是职业 HR 顾问, 偏重理论性, 二是企业 HR 管理者, 偏重实际操作, 我首先设定好职业发展目标, 要做企业 HR 的管理者, 从基层的专员开始, 努力的工作, 逐步上升。在上升的过程中知识能力要不断的扩展., 最终达到自己设定的目标。

2. 制定行动计划

①短期计划：认真学习有关人力资源专业相关的课程，参加社会实践，增加工作经验和社会阅历。参加社团活动，提高自己交流沟通的能力。学习心理学，为以后掌握好员工及领导的心里打好基础。

②中期计划：进入职场后，努力做好本职工作，不断的提高自己晋升的筹码。

③长期计划：长期关注经济动态，了解市场信息，不断的提高自己的能力。努力向自己的最终职业目标前进。

3. 动态反馈与调整

职业生涯规划是一个动态的过程，要根据实施情况及变化进行及时的评估与修正，最好是半年或者一年调整一次，当出现重大的变化或者特殊情况时，应随时进行调整。

4. 备选职业规划和方案

备选职业：HR 顾问

方案：HR 顾问偏重理论性，所以在从事 HR 管理时增强 HR 理论的疏导贯通，不断的强化理论知识。