

# 大学生职业生涯规划 规划书

完成时间： 2010 年 12 月 9 日

## 目录

大学生职业生涯规划书.....	1
一、 前言.....	3
二、 自我评估.....	3
1 我的优势劣势.....	3
2 我的价值观.....	4
3 我的能力.....	4
4 同学分析.....	4
5 家长分析.....	4
三、 环境分析.....	4
1. 家庭环境分析.....	4
2. 学校环境分析.....	5
3. 社会环境分析.....	5
4. 职业环境分析.....	5
四、 职业规划设计.....	6
（一） 短期目标： 建立初步目标.....	6
大一年度学业.....	6
大二年度学业.....	6
大三年度学业.....	6
大四年度学业.....	6
（二） 中期目标： 未来人生职业规划.....	6
2012-2015.....	7
2015-2018.....	7
2018-2023.....	7
（三） 长期目标： 创业.....	7
五、 职业生涯规划向标说明.....	7
六、 动态反馈调整.....	8
七、 备选规划方案.....	8
八、 结束语.....	8
后记.....	9

# 一、前言

职业生涯对每个人而言，都是在一定的时间内有效，如果不进行合理有效的规划，就会浪费自己的时间和生命。作为已经工作的我，很早就知道如果不为自己拟定一份职业生涯规划，把自己的未来设计好。生活和工作就会没有了方向，就像大海里的一叶小舟，迷失方向，不知所归，为了高效的利用时间，实现自己的人生价值。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。

## 二、自我评估

### 1 我的优势劣势

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，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

爱好：踢足球、交友、看新闻、听音乐、外出散步、聊天，还有上网、Photoshop、摄影、以及阅览经济管理类的书籍。

## 2 我的价值观

我认为美和协调是最重要的，用辨证的方法看问题，人要对社会作出贡献，但不是完全脱离自我的需要，应该尽量把自身要求同社会联系起来，达到双方的满足，互惠互利。同时我们要对生活抱有一种乐观的态度，对任何事物都要看到其积极向上的一面，并且以此来激励自我进步，创造出更好的人生价值。

## 3 我的能力

专业技能：运筹学，管理学，高等数学，物流工程，供应链管理，英语，Photoshop  
其他技能：有一定的团队合作能力，组织策划能力，创新能力，有很强的学习思考能力，吸收知识扎实到位，记忆力好，善于观察。

## 4 同学分析

优点：待人真诚，随和，有一定的亲和力；学习积极，勤奋刻苦；生活乐观，向上；有强烈的进取心。

缺点：处理问题不果断，考虑事情不全面。

## 5 家长分析

优点：懂事，为人诚实，心地善良，乐观，孝顺。

缺点：自制力不够，毅力不足，考虑事情不周全。

# 三、环境分析

## 1.家庭环境分析

家庭成员较多，是一家六口——相对轻松的家庭环境给我提供安静的学习环境。父母经商，社会阅历丰富，家庭情况基本属于小康水平。父母的行为处事教会了我很我做人、做事的道理。还有哥哥的帮助给了我极大的鼓舞，虽然家里经济情况还可以，但我个人认为不能一辈子依靠父母，我有自己的理想，父母也对我寄予厚望，我会努力去实现他们对我的希望。

## 2.学校环境分析

高校的核心工作是培养人才。对人才要素的界定和需求是随着时代的变迁而变化的。进入二十一世纪，世界发展的基本趋势是全球化与多元化的同步加剧，知识化与信息化的全面展开。这一时代特征是我们确立科学的培养模式的根本立足点。

我认为，人才培养的根本不在于知识的传授，而在于能力的培养。因此，在德智体全面发展的基础上，应着力于加强基本技能、创新能力、实践能力、自学能力的培养。同时，人才培养应当努力适应社会经济发展对人才提出的需要，即复合型的、一专多能的专业人才。针对我读的四年套读模式，学校提供学历+技能+就业保障的学习模式，要求我们定位自己，选定成才方案。学校在学习方面为我们自考生提供了丰富的学习资源，在很多方面与统招资源共享。现学校里讲座特别多，这为我们对社会人才的认识和自身能力的提升提供了一个广阔的平台，让我们能提前认知世界和适应世界。学校图书馆拥有丰富的文献信息资源，这涵盖人文社会科学、自然科学、工程技术、生命科学、农业科技、医学图书、艺术类图书等各学科门类，我们可以很方便从图书馆网站和馆藏室获取各种各样的资源。

教师是人才培养模式的直接实施者。我们的老师都是各门科的专业人才，具有丰富的教师资源，经过严格挑选，聘请过来的。相对优越和便利的教学资源为我们的职业基础的培养提供了条件。

## 3.社会环境分析

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入 WTO 后，有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走向国门。

数字技术突飞猛进的发展，促进了计算机、通信和广播三大传统信息系统领域的融合，产生了基于数字互动的媒介汇流和产业整合现象，数字媒体附加的“创意经济”时代正在到来。中国数字媒体相关产业等，已经蓄势待发，时不我待。国家经济和数字媒体创意产业的发展是相互依赖、相互促进的关系。

## 4.职业环境分析

行业分析：物流工程是以物流系统为研究对象，研究物流系统的规划设计与资源优化配置、物流运作过程的计划与控制以及经营管理的工程领域。随着经济一体化和计算机通讯技术的不断发展，极大地促进了物流业的发展，使物流业迅速成为在全球具有巨大潜力和发展空间的新兴服务产业，并成为衡量一个国家或地区经济发展水平、产业发展环境、企业竞争力的重要标志之一。

现代物流作为一门新兴的综合性边缘科学，在发达国家已有较早、较全面的研究，并形成了一系列的理论和方法，在指导其物流产业的发展中发挥了重要作用。我国现代物流业尚处在起步发展阶段，与发达国家相比有较大差距。除了市场环境、体制与机制等方面的原因之外，包括物流工程硕士在内的中高级物流人才紧缺是制约物流业发展的主要“瓶颈”之一，因此培养满足企业与社会各个方面所需的物流工程专业中高级人才迫在眉睫。

就业前景：人力资源专家分析认为，今后一段时期，除储存、运输、配送、货运代理等领域的物流人才紧缺外，相关的系统化管理人才、懂得进出口贸易业务的专业操作人才、电子商务物流人才、掌握商品配送和资金周转以及成本核算等相关知识和操作方法的国际性物流高级人才将更吃香。物流专业人才已被列为我国 1 2 类紧缺人才之一，缺口达 6 0 余万。据了解，目前最为抢手的物流工程人才，是那些掌握现代经济贸易、运输与物流理论和技能，

且具有扎实英语能力的国际贸易运输及物流经营型人才，特别是国际型物流工程师人才。他们的年薪最高可达 200 万元。

地域分析：广东省广州市作为那中国南方的南大门，是中国经济最为发达的地区之一，水陆空十分发达。其有利的地理位置有着与物流密不可分的关系。首先广东省背靠湖南南面是南中国海，左临广西右临福建，而且与国际大都市香港澳门比邻，是重要的交通枢纽。再加上闽粤文化的熏陶，使得这块土地正以神气的速度与外界进行沟通。改革开放以来，珠三角经济发展迅速，已经成为中国乃至亚洲最有活力的地区。

## 四、职业规划设计

### （一）短期目标：建立初步目标

#### 大一年度学业：

适应校园环境，结交朋友，扩大自己的生活圈，培养各种兴趣。学好大一的课程。

执行方案：参加学校社团活动，参与班级干部。

#### 大二年度学业：

充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习，工作，生活能力。辅修工商管理专业。争取通过英语四级考试，依照自己兴趣，参加一些感兴趣的培训班。

执行方案：每天早上 6：30—7：30 背新概念英语，白天利用课余时间学习其它各们课；晚上 6：00—10：00 到教室自习，复习当天课程，预习明天课程，做英语四级试卷，强化英语训练，不断巩固提高。进入学期复习时间，准备期末各科考试。知识拓展：阅读课外书籍，如《哈佛市场营销学》、《物流管理》、《供应链管理》、《投资学》等。

#### 大三年度学业：

全面提高个人综合素质，不断深入研究物流以及工商管理方面知识和实务，同时参加其他管理类学科的培训。努力提高英语口语水平，特别是商务英语。逐步尝试接触社会，尽快考得物流师证。

执行方案：提高英语口语水平，为专业服务，更为自己在同一平台上竞争获得创造的条件。努力学好每一门课程，争取每次过 6 门。预习，要赶在老师前面；复习，要温固而知新；不要为考试而考试，能真正学以至用。具体时间同 1

#### 大四年度学业：

进一步接触社会，熟悉工作环境，积累人际关系，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。初步找到适合自身发展的工作环境、岗位。

执行方案：在加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道。要积极锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性；积极常识并加入校友网络，了解往年的求职情况。

### （二）中期目标：未来人生职业规划

**2012-2015:** 在物流基础岗位工作, 积累工作经验。在工作期间, 充分利用空闲时间为自己补充所需的知识和技能。利用实践的优势积极联系理论使知识转化为真正的动力; 量的阅读, 培养博而杂的知识体系; 认真分析企业的运作经营方式, 管理体系; 尽快熟悉工作流程, 在岗位上尽心尽职, 主动积极, 高效的完成分内工作; 注意自己的言行举止; 虚心向他人请教所遇到的困难和问题; 充分利用公司给员工提供的培训机会, 争取更多的培训。  
薪金目标: 月薪 2000 元以上

**2015-2018:** 在原来企业做上一名中层管理者, 成功管理自己的下属, 加强与上级的沟通, 充分利用自己的工作条件扩大社交圈, 重视同学交际, 重视和每个人的交往。  
薪金目标: 年薪 8 元

**2018-2023:** 到一家外资物流公司, 学习跨国企业先进的管理理念, 丰富的管理经验和先进的科学技术, 继续参加各种企业培训, 处理好与上级下属的关系。争取当上一名外资企业中级物流经理。  
薪金目标: 年薪 20 万元 甚至更高

### (三) 长期目标: 创业

通过自己前十几年积累的管理经验以及财富, 尝试自己创业。可以不用是与物流相关的公司, 可以按照自己的兴趣结合当时市场需求创立属于自己的公司。

## 五、职业生涯规划向标说明

职业生涯规划向标只是对自己人生价值的一种追求, 体现的一个过程, 最终的目的还是选择适合自己职业的工作, 以便更好的实现自己的人生价值, 人生追求. 也并不是每个人都要通过这条路, 选择跳槽并美其名曰职业生涯。

中小民营企业——中大企业——大型企业

首先我是有追求, 有理想的, 并会为此努力奋斗. 虽然我的原始学历不高, 但就是现在的本科生如果没有学习能力, 不能追求新的知识, 最终也只能被社会淘汰, 跟不上时代. 反过来说我坚持学习终会适应自己的职业生涯的发展, 最终实现自己的人生价值. 如果说我毕业就找到一个有发展潜力的企业, 也适合自己的发展, 能实现自己的价值. 我想我不会选择这样的职业生涯, 大家都知道管理只有在一个固定的企业里, 相对稳定的环境中, 比较了解得企业文化与企业背景中更容易发挥它的职能, 也就更有可能达到有效的管理。

### 职业发展阶段主要任务:

#### 职业发展初期(22—26 岁)

将理论知识运用到实践当中, 从实践中总结经验, 掌握商业谈判中必要的技巧与原则, 建立小范围的商业人际圈, 巩固在学校里所学的在工作中能用到的专业知识。

#### 职业发展中期(27—35 岁)

将自己的经验好好运用到现实工作上, 找时间继续充电, 更新知识. 也总结初期的经验与教训,

争取在自己的工作与人生价值上有个质的升华, 找个适合自己发展的企业, 发挥一下自己的能力看自己到底有多大的潜力.

## 职业发展高峰期(36—48 岁)

有可能自己创业, 前提是以前的企业不能实现自己的人生价值时.

如果原来的企业有自己发展的空间, 可以帮助自己实现自己的人生目标及价值, 会留下来继续工作. 但是我会提出更高的薪水和工作环境, 比如自己决策的自由和让企业提供充电的机会及经费.

## 职业发展成熟期(49—57 岁)

考虑在几家公司工作, 主要负责决策层次工作, 帮助公司实现组织目标.

## 职业发展后期(58—68 岁)

做个公司的管理顾问, 或开些培训项目.

# 六、动态反馈调整

在大学开始就要有一个明确的目标, 对自己的职业生涯做一个明确的规划. 也许以后情况有变, 但你现在也有动力有目标去努力. 目标要么不定, 定了就一定要实行. 现在正是我们为自己的职业生涯做好充分准备的时候, 不能因为安逸的生活而放弃努力, 因为小小的挫折而丧失信心, 未来的命运是我们自己的, 只要肯努力就会取得成功. 如果在每一期的计划中未能达到预期, 那就尽力而为, 相信自己能做到最好. 一旦出现特殊情况, 我的目标有可能就无法实现, 这样我的整个人生目标也就发生改变, 其具体的阶段目标也会随之而变. 到时候我会临时调整我的计划, 再具体规划自己的时间.

# 七、备选规划方案

就目前情况来讲, 行政管理专业的本科大学生的就业前景是不容乐观的. 然而, 行政管理硕士生情况还是比较好的, 毕竟, 行政管理专业属于硕士考试的十大热门专业之一. 尤其是行政管理博士科班出身的高级人才, 目前国家正稀缺, 社会的需求量很大. 据此来讲, 读行政管理硕士是一条不错的途径, 这也可以暂时避开当前的经济危机和前所未有的就业压力.

# 八、结束语

这就是我对自己的规划, 有计划固然是好事, 但要做到并不是一件简单的事, 不过只要有努力就一定会有成绩. 每个人都有自己的理想, 理想的实现还是要靠自己的, 不管你的理想有多美好, 没有辛勤的汗水都是不可能实现的. 美丽的花朵背后是枝叶的风霜雨露, 参天大树的下面是纵横百错的根系, 成功人士的背后是辛勤的汗水和多少个不眠夜……

天下没有免费的午餐，一个人，要想有所作为，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。

实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振；要有屡败屡战的精神，要有越挫越勇的气魄。

每个人心中都有一把小刀，雕刻着理想、信心、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。很多人都说，人生像一场戏。但我认为，真实的人生没有办法像演戏一样，戏演得不好可以重演，但真实的人生走歪了就不能“重演”。

因此，人生规划对于人的一生来说至关重要。生命无法再来一次，一个人也没有权力去选择自己的出身，但是个人生涯是可以改造的，我们人生的剧本是可以自己编写的。职业是跨越一个人一生的事业，规划职业其实也就是在规划自己的一生，认真规划，并加以实施，你的人生便会充实。但只会说华丽的言语是没用的，只有用实际行动才能取得成功。我相信一分耕耘，一份收获。我，期待收获的季节。

## 后记

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。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。成功，不相信幻影。个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。我相信，未来，只掌握在自己手中。我的大学我的路，挑战自我！永不言败！成功不仅仅是结果，它更注重过程，有了目标就追求努力吧！在努力奋斗的过程中寻找自己的快乐与人生价值，才是最成功，最幸福的！