
大学生职业生涯

规

划

书

目录

总论（引言）	1
第一章 自我识	
个人基本情况	1
职业兴趣	1
自身在人群中的相对站位	1
优势势	1
第二章 职业识	
行业概况	2
职业概况	2
环境分析	3
第三章 职业目标设计	
SWOT 分析	4
职业目标确定与设计	4
阶段目标	4
第四章 规划与实施设计	
储备阶段	5
实施阶段	5
第五章 评估与调整	
评估的内容	6
评估的时机	6
规划调整的时机	7

总论

近年来，随着教育的不断发展，高校的扩招，就业问题成为当代大学的热点，也成为社会的焦点。

如何能从人海之中脱颖，撑起属于自己的一片天，这就需要我们赢在起跑线上。因此望能借职业 生涯规划大赛对自己有充分的理解，争取早日实现就业计划。

第一章 自我认识

结合朗途职业规划测评报告，我对自己进行了全方位、多角度的的分析。

1.性格方面：

我的性格活泼开朗，有喜欢安静的环境，因为安静的环境可以让我专心的做自己的工业设计相关产品。我活着的目的很简单，不辜负生命。能够让自己不碌碌庸庸就是不辜负生命，能够做自己想做的事情叫做不辜负生命。

我是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或半途而废，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。我注重实际而创新，重视稳定性、合理性。善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。我喜欢先充分收集各种信息，然后根据信息去综合考虑实际的解决方法，而不是运用理论去解决。我对细节非常敏感，有很实际的判断力，决定时能够运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点，并且非常系统、有条不紊。

2.兴趣爱好： 比较喜欢看书，也喜欢去接触社会人文化。

3.自身在人群中的相对站位：

我的成功愿望为对事情要求不高，喜欢轻松、压力少的生活和工作；对失败一般不会有强烈的挫败感，随遇而安，心态平和；主动性较强，愿承担过多责任。影响愿望为想要引导他人的愿望一般，不会特别主动表现得很想去影响他人。通常会比较主动地说出自己的想法，但不强求别人接受。会注意自己的行为影响力或在他人心目中的形象，但不太刻意追求。需要时会想办法汲取他人的支持，必要时愿意承担一定的组织和管理工作。挫折承受为遇到挫折时感到沮丧，但不会深陷其中不能自拔。能从失败中总结教训，避免重蹈覆辙。新事物或新环境出现时，会主动接触新的事物。人际交往为和别人打交道时感觉很自如，不拘束；具有一定察言观色的技巧。愿意与人为善，乐意和他人合作。

4.胜任能力——优劣势是什么。

我的优势能力	我的弱势能力
吃苦耐劳，能够对待各种问题。有长远的打算和目标，能够严格律己。而且自己有大胆的创新精神和较强的实际能力。而且特别的专心细致对待细节上的问题。总是一丝不苟、认真专注、现实可行。责任意识非常强，做事效率高。通情达理、善解人意。稳定平和的心态，韧性，在困境中不轻易放弃。最后大学给我提供了一个接受良好教育的平台。	反应能力较差，有时候急功近利，对社会的了解不足，接触社会锻炼机会较少，而且英语基础较差。自己的表达能力不强，比较容易紧张。不是很自信。

第二章 职业认知:

行业概况

5.工业设计定义:

国际工业设计协会: 工业设计是一种创造性的活动, 其目的是为物品, 过程, 服务, 以及他们在整个生命周期中构成的系统建立起多方面的品质。

6.工业设计起源:

工业设计以工业大规模生产为条件发展起来的, 工业设计作为一种文化现象, 与历史文化有着千丝万缕的联系。1919年德国“包豪斯”的成立, 进一步从理论上, 实践上和教育体制上推动了工业设计的发展。

7.工业设计发展:

第一时期是18世纪下半叶到20世纪早期, 这是工业设计的酝酿和探索阶段。设计改革运动使传统的手工艺设计逐步向工业设计过渡, 并为现代的工业设计发展探索出道路。第二个时期是第一次和第二次世界大战之间, 这是现代工业设计形成与发展的时期。工业设计已有了系统的理论; 并在世界的范围中得到传播。第三个时期第二次世界大战之后, 这时期工业设计取得重大进步, 发生了革命性的变化。

8.中国工业设计发展 :

中国的工业设计发展在早期比较慢, 通过相关数据可以看出, 我国近20年来培养的工业设计专业毕业生仅3万人左右, 只是外国在校生的数量。还有就是国内许多企业对工业设计缺少理解。但是中国进入21世纪加入WTO之后, 跻身于世界各国公平竞争之中, 国家经济的繁荣在不断发展, 社会的需求量在不断扩大。据轻工业局的局长朱局长介绍, 现在工业设计的市场很大, 各种企业开始越来越关注设计问题, 如中国的海尔集团, 它每年设计投入在800多万, 并产品销往国外。这说明工业设计的前景很大。

职业概况

1.1 职业名称

工业产品造型设计师

1.2 职业定义

主要从事工业产品(如汽车、家电、日用产品、医疗器械、消费类电子产品等)的外观造型、新产品开发设计等创意活动的职业人员。通过造型、色彩、表面装饰和材料的运用赋予产品以新的形态和新的品质, 并具备以人为中心的设计理念, 能从事与产品相关的广告、包装、环境、展示设计与市场策划等活动, 实现工程技术与美学艺术的和谐统一。

1.5 职业能力特征

- (1) 具有较好的形象思维能力和创新设计能力;
- (2) 具备设计创意的视觉表达能力和运用相关计算机软件进行设计的能力;
- (3) 具有相应的文化素质、美学鉴赏能力和人文理念。

职业功能	工作内容	技能要求	专业知识要求
一 产品创意设计	(一) 设计实施与表达产品	9. 能够领悟工业设计师或高级工业设计师的创意 2. 能够运用草图、效果图进行具体表达	1.3 产品设计美学和构成要素知识 2. 产品设计创意表达知识
二 产品电脑建模	(一) 产品形态的数字化建模	1.6 能够使用相关软件（如 Maya、Rhino、3Dmax、Alias、Proe 等）进行一些简单产品的建模渲染 2. 能够运用相关的图象处理软件（如 Coreldraw、Photoshop 等）进行后期处理	1. 计算机设计基础 2. 建模相关软件的应用知识 3. 图象处理软件的应用知识
三 产品模型设计与制作	(一) 实体表达产品形态	1. 能根据数字化模型制作出相应的产品实际模型 2. 能使模型反映出产品的确切形态	1. 模型材料制作的过程 2. 常见制模材料的性质、用途 3. 制模的一般工艺流程 4. 制模工具的用法 5. 快速成型基础知识
相关基础知识	<p>工程基础：识别和绘制工程图；了解基本材料及其成型工艺艺术基础：具备绘制设计草图、效果图的能力设计理论：设计史论；形态、色彩等基础美学知识；设计美学原理职业道德：要有服务人类的责任感，不做有伤风化的、破坏自然环境与生态平衡的设计</p>		

环境分析

家庭环境：来自中产阶级家庭，有良好的家庭背景，家中有从事工业设计的亲属。专业学习得到家庭全力支持。

学校环境：在一所软硬件兼备的高等学校之中，学校大力支持工业设计专业的发展。学校图书馆的图书资源丰富，还有优秀的校友资源。加之学长们的热心帮助与专业老师们的辛勤栽培。

社会环境：全国毕业生数量连年创出新高，社会总体就业形势严峻。企业由“中国制造”向“中国创造”转型，工业设计专业人才需求增加。

职业环境：国家大力支持工业设计。工业设计师地位逐渐提升，越来越多企业了解到了工业设计的重要性，有了更好的分工。

职业目标路径设计：

综合第一部分（自我分析）及第二部分（职业分析）的主要内容得出本人职业定位的分析：

SWOT

	优势因素（S）	弱势因素（W）
内部环境因素	? 善于交际，人际关系好，语言表达能力优秀 ? 某些方面自制力较差，不能按内部环境因素 ? 组织、管理、策划能力好 ? 心理素质较强，能够承受得起挫折失败和压力	? 做事有时缺乏稳重，易于急躁 照计划行事 ? 工作上精力投入过多，影响生活质量
外部环境因素	? 善于探索，追求创新。	? 英语较差
	机会因素（O） ? 在校担任班干和在学生会任职，有工作经验 ? 社会的发展需求 ? 所学专业就业前景明朗 ? 毕业前的各种招聘面试	威胁因素（T） ? 面试时的各种刁难与挑战 ? 工作提升较慢，工作压力大 ? 工作环境差

结论：

职业目标	将来从事工业设计行业的设计职业
职业发展策略	进入大型一线公司工作
职业发展路径	从产品设计师逐渐转向设计管理者
具体路径	设计实习生 → 设计助理 → 产品设计师 → 设计总监。

阶段目标

1 近期目标：（做好储备工作）

在大学四年中努力加强专业课知识，提高专业相关能力，积极参加实践活动，宽大交际面，并且关注就业动态。不仅在专业知识上加强，自己的英语专业也不能放松，并且努力提高相关的电脑技能。也加强科技与人文精髓，可以研读美学专著，提高审美意识。使自己的认识能力提高。做好知识的贮备。

2 中期目标：（成为一名优秀的设计师）

大学四年之后，从大学学习到的专业课知识怎样马上用到这是关键。所以，在毕业之后，我会立马融入社会，在社会的大环境中不断实践自己，提升自己的动手能力，把自己的知识运用到实践中，并注重与同事之间的交流，加强实践操作，强化工作技巧。

在这期间，我会扎入基层，扎入市场，实地考察市场脉搏，增强市场意识和工业前景的发展。多角度接触社会。从一名助理工业设计师做起，使自己在公司中不断学习如何做好一名工业设计师，加强与同事间的交流。在这期间，我会认真总结工作经验，用心思考，反复推敲，汲取消化同类型的优秀作品的设计精华，实现新的创造。

3、长期目标：（从设计师逐渐转向管理者）

在经过长期的社会磨练之后，自己各方面的能力得到了提升。这时自己便会选择进入一家大型的公司设计部门。从一名设计助理做起，从基层做起。我会很快、高效的完成任务。积极与上级沟通交流一下工作，随时准备便签纸。我还谦虚有礼貌 做事态度认真，不断的向优秀者学习， 扎实基础。提升工作能力。之后我会向平面设计师迈进。我会加强自己的敏锐感受能力，发展自己的创新能力。 不断加强对作品的审美眼力。大量的接触社会文化，关注相关知识。自己努力探索领域，多欣赏设计作品，多思考， 可以模仿最欣赏的作品做些练习设计，体会原作的考量。设计比纯绘画来说努力更有成效， 一定要相信这点，多花时间但不要只看不练。跟客户打交道：一般来说大客户需求更加国际化， 要求更严格，可以更好的修炼自己。接着我会走向工业设计师。在审美和手法上紧跟时代， 注重领域的动态，发展许多相关的知识。注重国内外的优秀设计作品， 不断发展自己的创新精神， 大力设计自己的产品，形成自己的风格。这期间会加强对结构的理解，不断提升手绘能力。最重要是要让客户知道所生产的产品。在经过多年的设计之后最终向设计总监和资深设计师看进。 这时我会更加注重团队精神，加强队员的合作能力， 提升团队的工作能力。努力做好与队员的交流，增加沟通能力。使自己的团队强大。

第四章 规划与实施计划

在大学四年的实践中，我的实施计划如下：

储备阶段

10. 储备专业技能： 在全部掌握学校的专业课的基础上，自学相关的专业内容。包括上面专业分析和工作分析中所包含的所有应该具备的专业知识。
11. 储备相关证件： 英语四级、获奖证书。满足应聘时的部分要求（ 1.具有敏锐的市场感知力， 2.善于理解客户需求的充分分析并尊重市场， 3 有一定的外语背景）。
12. 储备自己的作品： 整理自己大学期间课程及参加活动所完成的成功的作品。
13. 储备工作经验： （1）学校 （2）社会—兼职一份与本专业有关的工作。
14. 储备获奖作品： 多参加校内外组织的设计大赛。
15. 储备团队合作能力： 与小组中的每个成员共同前进。

执行阶段

16.-2013 学年（大一）：学好基础专业知识，积极参与学校各项活动，全面提升自身综合素质，并在假期加强各项复习，特别是专业知识和英语学习。

1.4-2014 学年（大二）：努力学习新的知识技能，巩固强化专业知识，并注意基础课及相关科目的学习，更多的参与与专业相关的活动和比赛，在活动比赛中训练自己，并在假期去接触社会，在社会中实践自己，磨练自己。

1.7-2015 学年（大三）：在这学年之中，我要熟练掌握专业知识技能，并大量的接触社会，了解市场的走向。而且在学习之中不断提高自己的设计思维能力。

2.-2016 学年（大四）：毕业的学年中，我将顺利完成毕业设计与实践。并找到可以磨练自己、提升自己能力的工作；在工作中学习成长，在基层中磨练自己；了解公司的设计部分的各个方面。

4.-2019 毕业三年内：我会扎入基层，扎入市场，实地考察市场脉搏，增强市场意识。不断增长见识和见解，并在这期间努力把握自己；让自己找到适合自己的方向，不断加强自己的创造能力和增强设计能力。优化自己的时间操作，强化工作技巧。

2.,, 毕业三年后：我会选择大型的设计公司，例如：海尔、联想之类的一线公司，去了解学习更高的专业技能，抓住机会学习团队合作精神，了解更深的工业设计，并大量的去学习，了解国外的优秀作品和设计。运用自己所学习的和了解的，大胆进行创造相关产品。

第五章：评估与备选方案

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。

评估

1、评估的内容：

职业目标评估（是否需要重新选择职业？）假如一直在产品设计上没有突破，那么我将重新审视自己选择相关类似平面设计的工作。

职业路径评估（是否需要调整发展方向？）当出现创业机遇的时候，我就整理自身资源，从设计师到一个创业者的改变。

其它因素评估（身体、家庭、经济状况以及机遇、意外情况的及时评估）

2、评估的时间：

一般情况下，我定期（半年或一年）评估规划；

当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。

3、规划调整的原则

调整只是为了更好的适应当时的现实情况，并不能作为退缩的理由，我将坚定的为自己的梦想做好最好的准备。

备选方案

一切的选择都需要有后备之策。适应环境和社会的发展。

若前景不好时，我选择从事 视觉传达设计 的工作。

原因：1.视觉传达的工作比较好找，工作岗位多。

2.自己学的专业可以运用到这个工作中，自己有能力做好。

3.适合创业，我回到家乡，在那里有家庭和同学的关系。成立小型工作室，进行自主创业。

计划：

短期：加强专业能力，提升综合素质。

1 在大学期间我会加强专业课知识，提升综合能力，不断实践自己。

2 在假期里会去接触社会，了解社会的取向。

中期：磨练自己，增强实践能力。

1 我会在社会的的环境下不断的磨练自己。加强实践能力，提升动手能力。

2 培养独立思考，学会与人沟通。

长期：组成团队，注重合作精神。

1 在长期的打拼下，我会不断向设计助理及设计师的目标前进。

2 不断的努力，组成自己的团队，成为一名优秀的平面设计师。