

大学生职业规划书

学院：电气与信息工程学院

班级：电信 1105 班

学号：*****

学生：****

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索

目录

- **第一章 自我认知**
 - 1. 自我分析
 - 2. 家庭环境评价
 - 3. 职业测评结果分析
 - (1) 职业兴趣
 - (2) 性格特征
 - (3) 职业价值观
 - (4) 职业能力（或技能）
 - 自我认知小结

- **第二章 职业认知**
 - 1、整体以及职业就业环境
 - 2、学校环境及专业就业方向分析
 - 3、职业选择和目标职业分析
 - 职业认知小结

- **第三章 职业决策**
 - 通过决策平衡单分析，确定自己的职业目标

- **第四章 计划与路径**
 - 职业目标的分解与组合

- **第五章 评估调整**
 - 1. 评估的内容
 - 2. 评估的时间
 - 3. 规划调整的原则

- **第六章 结束语**

●第一章 自我认知

1 自我认知:

优点: 开朗、责任心事业心强、积极进取、学习性强、有上进心、有较强的管理能力、善良创新意识强、热爱运动、有幽默感、喜欢看书

缺点: 意志力不够强、不够随和、注意力不够集中、不够执着、爱打游戏、懒惰

2 家庭环境评价

家住福建省莆田市仙游县,我爸妈在家开窗帘店,因家里有两个大学生,经济收入勉强还过得去。父亲是高中毕业生,家庭文化氛围一般。

3 职业分析

(1) 职业兴趣: 倾向实践操作,管理,喜欢领导别人,能控制形势,户外工作、

(2) 性格特征: 喜爱运动、活泼好动、朝气蓬勃、随和、平易近人、乐观亲切、意志力不够坚定、换位思考、

(3) 职业价值观: 我的职业价值观是自由型、志愿型。工作不愿受人指使、干涉,但我不懂会积极请教人的。凭自己的能力做出属于自己的事业。我更会把默默帮助不幸的人视为无比的快乐,再者,国家利益重于一切!

(4) 职业能力: 有动手能力、分析综合和辨认、视觉理解能力、逻辑推理、概括能力。不善于抽象、理论性强、判断理解力差。

自我分析小结：结合我的职业兴趣、性格、价值观以及能力我认为自己对未来的职业的工作性质和内容会有更好的适应和理解，充分发挥自身的优点开创自己的事业。但我有时在日常学习生活中有所懈怠和迷茫，没有尽自己的主观能动性去了解专业知识。爱看跟学习无关的书籍，爱玩游戏，在学习上所花的时间甚少。但我会积极调整，把更多的精力和时间花在学习上

第二章 职业认知

1 整体、职业就业环境：尽管我国大学生就业形势严峻，人才竞争激烈以及对人才的高要求，失业率居高不下。但电气专业研究范围广，应用前景乐观，毕业生就业形势比较好。如果经过研究生的学习，可选择的就业机会大大提高。电气专业毕业生具有“点多、面宽、适应强”电气专业毕业生能够在电气工程相关的系统运行、自动控制、电子电力技术、信息处理、研制开发、经济管理以及电子与计算机技术等领域担任重要工作，也能到发电厂、供电局、电网调度、各类大、中型企业从事电力设计、建设生产运行管理、市场运营、科技开发等工作。因此电气毕业生就业形势一片大好！

2 学校环境及专业就业方向分析：我现就读于湖南工业大学，尽管本校目前是一所综合性的二本大学。但学校教学设施齐全，设备较先进，教学水平高，教师富有责任心，师资雄厚，教学质量高。电气专业是湖南省特色专业，电气基础课程安排合理，有助于学生学好专业知识。而且学校经常进行实习实践，增强学生对专业的认识以及提高学生动手的

能力。往届毕业生的就业率达到百分百。所以学校的整体环境很好。

(3) 职业选择和目标职业分析

我们现在只是电气大类，到大二时还会细分专业。我更倾向于电气及其自动化，主要学的是电力电子技术，电机学，电力系统分析，电力拖动自动控制系统，电力系统继电保护，模拟电子技术，数字逻辑电路，信号与系统，自动控制原理，检测技术，电磁场与电磁波，电气控制及 PLC 原理应用，高电压技术，单片机及应用，数据库原理，计算机网络，多媒体技术等课程，就业比较好就是去电厂和电力公司，发电厂，供电厂。我国的能源将大力发展和优化结构，优质清洁的电能将优先发展。而且“十一五”期间，我国的电器工业产业规模获得发展，新能源发电设备智能电网设备发展迅速，促进电气行业的发展。

职业认知小结：结合以上对本专业的内容，要求学习的课程、国内就业环境以及专业就业方向的透彻了解和认知，我更倾向电气及其自动化这个就业率高又适合自己的专业。我会用心学好本专业的课程以及所要求的技能，使自己完全能够适应未来该专业的技术要求。

第三章 职业决策

我的目标我的选择就是电气及其自动化。我的优势是个性人格符合较有活力的体制，开拓创新，有较强竞争行为较缜密，善于和上级打交道。学生会等社会活动经验丰富，组织能力较强学术思考能力较强，善于创新，勇于开拓。但也有劣势就是专业知识过于零散，不够

系统，专业知识学习还远不够深刻外语应试能力不够，计算机编程等技能不高。学历仍有待提高，电气及其自动化本科有些无法适应相关工作的需要。挑战与机遇同在“十一五”期间，我国的电器工业产业规模获得发展，新能源发电设备智能电网设备发展迅速，促进电气行业的发展。但同时我国就业率低，大学本科、研究生扩招导致大学生就业竞争相当激烈。总得来说，电气及其自动化这个专业就业率好又适合自己，我会尽全力学好该专业，适应当今对电气专业人才的要求。

第四章 计划与路径

1 职业目标的分解与组合

(1) 近期目标（大学阶段）

时间：2011 年—2014 年

基本目标：完成学业，做好就业或者考研

核心要求：a. 在团委学生会主席团中锻炼自己的组织能力、团队意识，打磨自己好胜的性格，建立良好的人脉关系，取得一定的成绩。
b. 准备考研究生过六级英语。高分通过 6 级（词汇、写作、语法、泛读），计算机二级证书。c 学好本专业相关的课程：电力电子技术，电机学，电力系统分析，电力拖动自动控制系统，电力系统继电保护，模拟电子技术，数字逻辑电路，信号与系统，自动控制原理、电气控制及 PLC 原理应用，高电压技术，单片机及应用 d 顺利拿到毕业证书和学士学位证书，毕业之前拿到驾照。

预计完成时间	目标考核项目	是否准时完成	备注
--------	--------	--------	----

大二	四级通过		
大二	计算机二级通过		
大二	积极参加社团活动建立人脉关系		
大三	六级 500 分以上通过		
大三	联系老师，咨询考研信息，定下考研目标		
大三	力求每门功课过 85 分		
大四	完成高质量毕业论文		
大四	力争成为优秀毕业生		
大四	考研结束后拿到驾照		

(2) 中期目标

时间：2015—2020（毕业后五年）

基本目标：达到中级工程师或者公司经理

核心要求：第一年适应工作，学习前辈技能，建立好人脉关系，对专业知识进行查漏补缺、确定专业道路、充分扩展人脉、建立基本客户群。

- a. 拜师学艺，逐渐精于业务，不断充电，扩展人脉，勤于钻研专业知识，尽早能够独立、优秀的完成业务。
- b. 融入集体，扩展人脉。半年内要融入群体，熟悉多名部门以上领导，扩展多层次人脉，力争有高度、有广度、有深度。
- c. 根据自身市场观察预测、听取师长意见，选择专业化道路的方向。
- d 不断提高自身技能，积累更多的经验。逐渐成为技术核心人物，公司研发等难度大的技术离不开我。

(3) 长期目标

时间：2021 年—2045 年

核心目标：成为高级工程师或者部门总经理

a 毕业十五年我将成为公司的核心技术的研发人，人脉关系健全，有固定的客户群 **b** 我的生活和工作时间合理安排，有更多的时间陪陪家人 **c** 二十年后的我将是成熟稳重的优秀成功的人士，拥有较高的社会地位 **d** 我会多参加运动，保证我有一个健康的身体，才能投入更多的精力到工作中，我积极募捐，多参加慈善的活动来回报社会。

第五章 评估调整

1 评估的内容：①通过定期对职业生涯规划实施情况进行评估，对量化标准进行考核，没有完成的，或完成情况不佳的要分析问题、进行矫正。②矫正后要跟进后续发展，对持续解决效果不理想的不考虑方法与方向问题。有针对性的调整职业规划。③当自我评估连续两个季度超过 60%的硬性指标没有完成时，考虑备用方案。④当出现极有利于备用目标职业的客观条件出现时，考虑调整为备用方案。⑤如果我的身体不允许我继续从事该工作或遭遇意外以至于不能工作，我就重新选专业，从头学起。

2 评估时间：学习阶段以学期为单位，工作阶段以季度为单位，短期以月为单位，如果出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整

3 规划调整的原则：学历水平、国家政策与就业形势、客观机遇、家庭以及自身的因素、

第六章 结束语

以前都是从学长、学姐们那里听到有关大学生规划书，

但对规划书是怎么回事还是不大清楚。正好这学期开设这门课程，我也渐渐的对这门课程有了全新的认识和自己的理解。

通过这次自己亲身体会，让我明白写好一份属于自己的大学生职业生涯规划书有多难。更让我意识到作为一名大学生就应该拥有属于自己的规划书。因为有了这份规划书，你就不会埋怨大学生生活无聊；就不会浪费许多宝贵时间；就不会沉迷于游戏；反而会让你感受得到大学生活的紧迫感，每天也可以过的更有意义。此时你的心中存有一份对未来的憧憬，有一个对自己的承诺，多了一分对梦想的执着。

机会总是留给有准备的人，多一份准备，就多一份机会。我想，有了这份规划书，前面的目标就越发的明亮。尽管道路是崎岖的，但前途是光明。按着这份规划书一步一个脚印，坚持不懈的走下去，成功也许就在下个路口。在这漫漫人生路，规划书就像我们手中的灯，指引我们下一步该走向哪里。我们走的更踏实，不致走弯路，更不走错路。

其实，每个人心中都有一份规划书。只是在不同时期，有着不同的规划书，或长或短，是为了有一份好的工作，更是为了能体现自身的价值！

