

职业生涯规划 课程
论文（个人职业生涯规划）

院 系 勘查与测绘工程学院
专 业 资源勘查工程
班 级 资源 0942
学生姓名 刘 晓
学 号 _____
任课教师 张 晔

2010 年 12 月 22 日

规划人生，梦想起航

资源勘查工程 专业 学生 刘晓 学号

关键字：规划；性格；兴趣；环境；定位；方案；评估；修正

一、前言

一年以前,我怀着激动的心情踏入了长春工程学院,从此我的人生翻开新的一页!大学这个让人朝思暮想的地方到底是什么样呢?我的人生又将如何改变呢?我曾很好奇,但我欣喜地发现,大学提供给了我们一片广阔的天空,在这里你可以自由的翱翔。畅游于知识的海洋,奋进于成功的殿堂,是一件快乐的事。然而,天空太大容易迷茫,没有规划的人生就如同海船没有了航向。怎么办?幸好有了大学生职业生涯规划这门课,它为我扫清了迷茫,为我指明了方向。从此我对自己有了更清晰的了解,对自己的人生有了更自信的把握。通过这门课程的学习,我给自己的人生以新的定位,相信我的人生会开始新的起航!

二、自我分析

(一) 职业性格

通过 MBTI 职业性格测试,我知道自己的性格类型是“INFJ”。即内向型、直觉型、情感型、判断型。这种性格的人希望了解什么能够激励人,对人有很强的洞察力。有责任心,坚持自己的价值观。而且对于怎样更好的服务大众有清晰的远景;在对于目标的实现过程中有计划而且果断坚定。

此外我的性格类型还具有以下特点: INFJ 型的人是独立的、有独创性的,他们具有强烈的感情、坚定的原则和正直的人性。他们对自己的评价高于其他的一切,这种内在的观念激发了他们的积极性。INFJ 型的人具有本能的洞察力,能够看

到事物更深层的含义。即使他人无法分享他们的热情，但灵感对于他们重要而令人信服。INFJ型的人忠诚、坚定、富有理想。他们珍视正直，十分坚定以至达到倔强的地步。INFJ型的人会成为伟大的领导者，由于他们的贡献，他们通常会受到尊重或敬佩。因为珍视友谊和和睦，INFJ型的人喜欢说服别人，使之相信他们的观点是正确的，并赢得了他人的合作。INFJ型的人是深思熟虑的决策者，他们觉得问题使人兴奋，在行动之前他们通常要仔细地考虑。INFJ型的人强烈地渴望为他人的幸福做贡献。他们注意其他人的情感和利益，能够很好地处理复杂的人。INFJ型的人本身具有深厚复杂的性格，既敏感又热切。他们内向，很难被人了解，但是愿意同自己信任的人分享内在的自我。

（二） 职业兴趣

通过霍兰德职业兴趣测试，我知道自己的兴趣类型是AIS，即艺术型、研究型、社会型。这种兴趣类型的人喜欢探索外界的事物，并寻求它们的内在原因。而且对于社会实践也表现出浓厚的兴趣。

此外我的兴趣类型还具有以下特点：

研究型：具有研究倾向的个体对于抽象思维和数理统计具有浓厚的兴趣。他们倾向于通过思维分析解决复杂的问题，喜欢具有创造性、挑战性的工作。他们不会主动去做领导人员或社交工作，有明显的独立倾向。

艺术型：具有艺术倾向的个体对于创造性的、想象的、能够表现个性的工作显示出明显的偏好。他们与具有研究倾向的个体的共同之处在于创造倾向明显，对操作性及程序化的工作缺乏兴趣，对于结构化程度较高的职业环境不太喜欢，都比较喜欢独立行事。

社会型：具有社交倾向的个体乐于从事人际交流工作。通常他们在语言能力上具有优势，乐于帮助别人，具有人道主义倾向和强烈的责任心。他们习惯于通过和别人商讨或调整人际关系来解决面临的问题，对于以机械和物品为对象的工作没有兴趣。

（三） 职业价值观

为中华之崛起而读书一直是我人生奋斗历程上的号角。身为当代青年，理应为中

华民族的伟大复兴而贡献自己的一份力量!工欲善其事必先利其器要报效祖国实现自身价值必须提升自身的能力因此我的职业价值观就是——奋斗!在奋斗中提升自身能力,在奋斗中实现自身价值,在奋斗中实现自身理想。奋斗给了我饱满的激情、给了我无穷的力量。我会为我的选择的职业而奋斗,让自己的人生价值得到最完美的体现,创造一份属于我自己的人生辉煌。奋斗,一切皆有可能!

(四) 职业心态

这是一个考验人心态的时代,这是一个磨练人意志的时代,这是一个属于心灵强者的时代。谁忽视了心态的重要性,谁注定要被这个时代所淘汰!

通过我的职业性格与兴趣类型测试可知,我内向但不消极,细腻但不忧郁。我对生活有着积极的态度,我更希望阳光可以照亮我心灵的每个角落、而对待职业,选我所爱,爱我所选。我将会为自己的职业而努力奋斗,实现自身的价值。另一方面,生活的经历让我对待挫折有了更大的承受力。失败了,怕什么?爬起来,在前进。正是因为有了积极乐观的心态,我才能一路走来,在学习上是这样,在生活上更是这样。相信我的积极、我的乐观、我的坚强,以及我对自己职业的热爱与孜孜不倦的追求,必将会为以后的职业发展提供强有力的保障!

(五) 职业工作中的优劣势

结合了我的职业性格及职业兴趣,现对我在工作中存在的优势与劣势分析如下:

优势:对别人的情绪敏感,能理解,安慰、鼓励别人

对文字、语言较为敏感,善于发现事情的前景。

善于分析问题,并寻求解决的方法并加以总结。

善于从整体上把握事物,并从宏观上发现规律。

能理解复杂的理论概念,并善于将事情概念化。

劣势:有仅仅凭个人的好恶或价值观来决定事情,并希望别人也以同样的角或标准来处理问题的倾向。

有时他们心里老想着别人的问题,可能会过于陷于其中,以至于被其困扰。

有时容易将别人或事情理想化,不够实际。

有时会为了和睦而牺牲自己的意见或利益。

有些“理想主义”比较容易动感情,情绪波动较大。

(六) 自我分析小结

每个人只有了解自己,才能更好的掌握自己的人生。通过对自己的职业性格及职

业兴趣测试，我更加了解了自我，了解意味着进步，了解让行动更有力！应该说我的自我分析是建立在科学的基础上，因此它是可信的可行的。正因为有了对自己的分析，才有了更深刻的体会。从而在以后的工作可以我发挥自己的优势，避免自己的劣势，更好的体现自身价值。可以说只有通过自我分析，是你通向成功，迈向辉煌的前提。

三、 环境分析

(一) 学校环境分析

我所在的学校是一所吉林省重点本科类学校。学校侧重于培养专业技能丰富精湛的应用型人才。这里的学校氛围浓厚，教师素质较高，为莘莘学子提供了一个优良的学习平台。在这里，你可以自由徜徉于知识的海洋，享受知识带给你充实与快乐。只要你爱学习，只要你愿意学习，在这里你总会有收获。因为这里致力于培养实用型人才，所以知识与能力并重培养，而且对于我们专业，学校更是投入了重要的师资力量。因此资源专业的学生大多具有高能力高素质，能够应对复杂多变的工作环境。可以说当你身处校园，你将掌握一身的知识与技能：当你走出校园，你将收获一片蓝天！

(二) 就业环境分析

勘查技术与工程是以地质学、岩土钻掘工程学、应用地球物理学等为基础，系统学习勘查技术与工程学科专业基础知识和实验、实践技能，将其应用于国土资源勘查与评价、各种建设工程勘察、基础工程的设计与施工、工程技术管理和科学研究的学科。

(三) 市场供需分析

就本专业目前来看还是处于供小于求的状态，就业压力较小，因此就业形势还算较好。但不能保证以后的就业形势仍如现在，因此我们应存在忧患意识，抓紧时间努力学习，提升自身价值，为以后激烈的竞争增加筹码。

(四) 市场前景分析

“人口、资源、环境”是可持续发展的三大要素，是人类社会在 21 世纪共同面临的三大主题。地质工作研究人类赖以生存的自然资源和自然环境，直接涉及“资

源”和“环境”两大主题。“资源”是建设和发展的基础，而“环境”则是建设和发展的载体。勘查技术与工程和社会可持续发展有着密不可分的关系，是保证人类可持续发展的重要手段，具有广阔的应用前景。

(五) 环境分析小结

通过对我目前所处环境的分析，可以欣喜地看到，我们还处于一个相对较好的环境中，这就为以后的就业提供了较好的条件。同时，我们也要树立危机意识，只有这样才能使自己在以后的竞争中处于有利地位。

四、 自我定位

(一) 学历水平

在我毕业时，应该具有本科学历水平。经过十来年的学习经历，此时的我们，应该说是一名有着较强学习能力的合格的本科毕业生。

(二) 职业能力

职业能力可分为职业工作能力与职业胜任力。通过高等教育及生产实习的经验积累，可以说我们已经具有一定的工作能力。同时已经掌握了一定的学习方法，所以在工作中继续学习，可以不断自己的工作能力和技能。而且，我们有着完备的专业知识与实践动手能力，可以快速的投入职业工作中，因此具有较强的工作胜任力。

(三) 专业知识与技能

我所选的是资源勘查工程专业，这是一个技术性专业性很强的专业、我们在四个学年里，将完成多门专业课的学习、这里面不仅有普通地质学、古生物地史学等专业基础课，更有多门像岩石学这样的实用性很高的专业课。因此我的专业知识较为丰富。同时学校侧重培养学生的专业技能，从第一学年起，就开始了专业实习。应该说，在走出校门时，我已经具有了一定的专业技能。

(四) 工作经验

对大学生而言，最缺的就是工作经验了。坦白地说，我们接触工作的机会很少，工作经验相对薄弱，但我会并且已经抓住每个工作实习机会，积累工作经验。相

信我会很快融入以后的工作中。

(五) 自我定位小结

综合以上几点,我讲自己定位为一个具有一定较强专业知识技能的大学本科毕业生。

五、 职业规划与实施方案

(一) 规划设计原则

职业规划方案的制定,应该遵循以下原则:立足实际、契合自身、规范可行,灵活可变。只有遵循这些原则,才能保证它是恰当可行的方案。

(二) 职业目标细则

对于从事资源勘查专业的我,现将我的各阶段职业目标规划如下。近期目标:完成专业知识的学习。实现时间:大学期间。分为四个阶段:四个学年。

中期目标:进入企事业单位,积累工作经验。工作实现时间:毕业后5年。分为两个阶段:第一阶段,毕业1~2年时间;第二阶段,毕业2~5年时间。

中长期目标:提升工作地位,并谋求更好发展。实现时间:毕业5~10年。分为两个阶段:第一阶段,毕业后5~7年;第二阶段:毕业7~10年。

远期目标;发展自己的事业,开创自己的辉煌。实现时间:毕业后10~20年。分为三个阶段:第一阶段,毕业后10~13年;第二阶段,毕业后13~17年;第三阶段:17~20年。

(三) 具体行动方案

近期目标:第一阶段,在第一学年学好基础课,打下扎实的专业基础。第二阶段,在第二学年,学好专业课,并完成好专业实习。第三阶段,深入学习专业知识,并认真完成实习。第四阶段,为就业做好充分准备。

中期目标:第一阶段,找到适合自己的工作。第二阶段,在工作中不断积累经验。

中长期目标:第一阶段,积累工作经验,积极探索研究成果,逐渐提升自己的工作地位。第二阶段,不断进取,为以后更好的发展,打下基础。

远期目标:第一阶段,根据前期积累的经验与经济实力,寻求发展自己的事业。第二阶段,在自己的事业发展期,努力拼搏。第三阶段,成就事业的初步成果,取得一定的成功。

(四) 规划方案小结

通过对方案进行规划设计，自己的行动更加明了，更加有力！

六、 规划方案评估与修正

(一) 可行性

通过对方案与规划设计原则的审核评估，得出以下结论：在环境条件未发生重大变故的情况下，此方案是立足于实际的、适合我的、切实可行的，而且可行性较高。

(二) 灵活性

此套方案，在实施细则上体现出灵活性的特点。以便于应当复杂多变的就业环境与市场供需前景。

(三) 备用方案

为针对可能发生的重大环境变化，是自己处于主动有利的竞争地位。特设计两套备用方案如下：其一，当市场前景依然很好、就业环境恶化的情况下，先选择一个较为理想的工作岗位，然后再深化提高自己的知识技能学历等。其二，当市场前景堪忧时，先在工作中积累经验与财富，然后转行到相关领域，或者投资发展第二职业。

(四) 评估小结

通过对规划方案进行评估，可以进一步保证方案的可行性。避免在以后出现难以挽回的错误。同时备选方案的设计，更为以后职业生涯中处于有利地位提供了有力保障。

七、 结束语

人生犹如一程漫长旅行，能否到达成功的彼岸，航向至关重要。对人生的规划就是对自己最好的指航！规划我的职业就是规划我的人生！规划我的职业生涯，为成功准备着。天生我材必有用，我的成功不是梦！

参考文献

- 【1】朱若霞。《如何掌控自己的人生》。北京：新世界出版社，2010.04
- 【2】谭郭鹏。《未来的道路怎么走》。西安：长安出版社，2005.04