

职业生涯规划书

院系： _

姓名： _

学号： _

俗话说：“有志不在年高，无志空活百岁”，面对严峻的就业压力，人才间知识、能力较量的不断升级，职业生涯的规划、人生奋斗目标的确立对我们来讲显得尤为重要。纵观许多成功的职校生，他们都有一个共同点：在校求学时就定下了自己的目标，并且坚持不懈地为之奋斗，终于到达理想的彼岸。我结合自身条件，客观环境设计了如下一份“职业生涯规划”，希望能够指导我按部就班的为之奋斗，圆我理想之梦。

一、自我分析

1、价值观

我希望在自由度高，约束少的环境中，能够独立自主，坚持己见。不断超越，挑战自我极限，超越他人，成为佼佼者。表现自我，实现自我的构想。贡献所学和专长。职务不断提升并且成为特级教师。有社会威望，得到尊重。而且能够得到较高的经济报酬，有假期，能够自我充实自我成长并且照顾家庭。

2、兴趣爱好

喜欢处理一些数据和文字，在工作中注重细节，每天的工作都有规律，喜欢固定的有序的工作环境。喜欢和别人在一起，帮助别人，指导别人。

3、MBTI 性格类型——内倾感觉思维判断(ISTJ)

内倾：先思考再行动，注重隐私，只与少数人分享信息。听的比说的多，不把热情表现出来。思考后再反应，喜欢慢节奏。

感觉：相信确定而有形的事物。喜欢有实际意义的新主义。崇尚现实主义。留心特殊的和具体的事物，喜欢给出细节。循序渐进的给出信息。着眼于现实。

思维：后退一步，客观地分析问题。自然地发现缺点，有吹毛求疵的特点，可能被视为无情、麻木、漠不关心。认为诚实比机敏更重要。

判断：具有“工作原则”即先工作再玩。确定目标并按时完成任务。把时间看成有限资源，认真对待时间限制。

4、SWTO 分析

内部环境因素	优势因素 (S)	弱势因素 (W)
	1.乐观向上，热情大方 2.善于与人沟通 3.创新意识强 4.吃苦耐劳	1.恒心不够 2.组织领导能力有待提高 3.身体素质较差

	5.愿意从基层干起 6.求职能力较强	
外部环境因素	机会因素 (O) 1.所学专业很好与所感兴趣的职业对口 2.我国“科教兴国”政策，对教育的推动 3.现代人们的求知欲望越来越强烈	威胁因素 (T) 1.同地区竞争力强（山西师范、太原师范等） 2.还有众多职业学校的人竞争此行业，他们要求普遍比大学生低 3.研究生扩招后以及研究生学年两年制改革后对本科生就业形成冲击

二、职业分析

1、专业综合介绍：

数学与应用数学是研究自然科学、社会科学和工程技术中数学问题及其理论的一个重要分支，其目的是运用数学来阐明概念的科学性、现象的规律性，并由此推动数学的新发展。本专业培养掌握数学科学的基本理论与基本方法，具备运用数学知识、使用计算机解决实际问题的能力，受到科学研究的初步训练，能在科技、教育和经济部门从事研究、教学工作或在企事业单位、金融机构、行政部门中从事应用研究、科技开发、决策管理、软件研制等方面工作的高级专门人才。其主要研究方向有工业与应用数学、应用概率统计、生物数学、数学地质、城市交通与通讯网规划软件等。

三、目标设定

1、职业生涯路线走向

总体来说，我目前能够胜任的职业为以上这些。由于现在尚且还不能肯定我将来的具体路线，所以在大学期间，我会向所有方面发展。由以上这些方案我制定以下目标。

2、职业生涯阶段目标（短期、中期、长期）

短期目标

- 1、在校期间完成学业，拿到学校所设证书。
- 2、拿到与学科相关的非学校设定的其他证书（英语四级证书、英语六级证书、计算机二级证书）。

中期目标

- 1、在职初期尽快适应工作环境，作好基层工作。
- 2、拓宽人际交往面。
- 3、多学、多思、多做，争取获得较多较好的工作经验和工作技巧。成为上级器重的人才。
- 4、工作优异，才能突出，进入学校的管理阶层。

我的中期目标：优秀的基层教师工作者。

长期目标

- 1、在职中期对自己所干的事业非常熟练。
 - 2、尝试调出自己的所有能力开拓自己。
- 我的长期目标：优秀的有地位的领导、骨干，本身具有很强的技能和经验。
- 3、危机预测与解决方案

以上方案只是制定，在具体实施的时候也许会与原本制定的计划有一些出入，我分析了以上方案，觉得有可能出现的较大的危机：由于社会竞争力大而导致“被炒鱿鱼”

处理这个问题的最佳应对方案是：首先现在不能单向发展，多学不同的技术。在工作的时候，尽最大的努力工作。如是已经发生了这样的事情也不能坐以待毙，坐吃山空，要积极

投入到另一项工作中去。若是找到另一个工作很难，由于外界原因，就提前进入自我创业发展阶段。

四、行动计划与实施方案

1、在校规划

大学四年，说长不长，说短也不短。但作为一个有目标的人是应该好好计划安排一下，以达到最高效用。一年级为试探期，二年级为定向期，三年级为冲刺期，四年级为分化期。相对于我们而言，大一为了解与适应阶段，大二则为忙碌阶段，大三为踏入社会做准备阶段。大一，对一切都很陌生，需要对各项事物熟悉，调整那种高中式的学习方法，真正的适应大学生活；大二则要开始为以后就业做准备，为大三就业减轻压力，要考研的同学每天忙碌着考研，不考研的同学则忙着考各种大大小小的证书。目前社会上都流行拿多证，拿多证既可以锻炼自身，也可以为在以后应聘工作时多了一块敲门砖，减少一次失业的机会。有了大二的一系列准备，大三就应该学会从“学校人”、“单位人”，走向“社会人”、“职业人”的角色转变，将个人的职业需求和个人的职业理想，职业素质很好的结合起来。虽然我现在只有大一，但我可以也应该为自己定一些目标，并为这些目标制定一些具体可行的方案。

短期目标 优秀的本科毕业生，兼具各种专业技能。

1、在校期间完成学业，拿到学校所设证书。以最少的时间达到最佳效果（对个人而言）。

在课上将知识吸收掉，腾出时间去图书室补充相关学科的实践知识。作笔记。与课内知识相融合，吸收。多和同学、老师交流，解决问题。学校所规定要拿的证书，一次通过。为以后工作做最基本的准备。

2、拿到与学科相关的非学校设定的其他证书（英语四级证书、英语六级证书、计算机二级证书）。

英语四级（实现期限：大一）：每天起床后半小时背诵四级单词。中午将单词巩固。晚上睡觉前听半小时英语，增强听说能力。每周腾出4小时时间到图书室浏览英语报纸，做笔记，增加课外词量。

3、加入中国共产党。

认真学习各科目。积极参加学校举行的各项活动。努力帮助需要帮助的人。主动学习党章，用党员的标准要求自己。让自己思想化、行动化。为以后从事的各项工作做基本的铺垫。

4、利用假期去打工，获得实践经验。

大一大二的寒暑假做家教等，勤工俭学同时增加经验

2、在职期间

中期目标 优秀的教师基层工作者、拥有熟练的工作的技能和职业技能。

1、在职初期尽快适应工作环境，作好基层工作。（工作开始到工作3年内）

在大四的实习阶段已经对所工作的环境有了个基本的了解。正式工作的第一年应对工作有个全面的了解。向前辈学习工作经验。

2、拓宽人际交往面。（工作刚开始到工作后5年）

多向一起工作的其他人学习和交流。在休息日和同事交流感情。在平时注重帮助同事，为他们尽可能地解决他们工作和生活方面的困难。在社会中的其他公司内也应交往一些朋友。

3、多学、多思、多做，争取获得较多较好的工作经验和工作技巧。成为上级器重的人才。（开始工作到工作后7年）

提高自我的能动性，主动做事。工作时注意积累经验把工作作为一项学习任务，认真学习。想前辈讨教经验，注意一些工作细节。注重工作技巧。开拓自己的创新思想，用创新的思想为公司赢得利益，获得上级的器重。

4 工作优异，领导才能突出。（工作后 5 年到工作后 10 年）

用一贯的创新意识，发挥自己的才能，使学校的教育水平得以提升。或者自己学习深造，成为特级教师。

长期目标 优秀的有地位的领导、骨干，本身具有很强的技能和经验。

1、在职中期对自己所干的事业非常熟练。（工作后 10 年到工作后 12 年）

学习管理一个年级。发挥领导优势，是本科室的工作在全校位处前三。以次成为学校的主要领导者。

2、尝试调出自己的所有能力开拓自己。（工作后 15 年到工作后 35 年左右）

当自我能力达到一定的程度时，尝试挖掘别人的能力，来取长补短以提高自己同时加快学校的发展。

3、存在的差距以及减小差距的方法

目前我的条件与实现目标所需的知识能力要求的差距还很大。除了很现实的没有毕业的问题，而且还在上大。其次是社会实践的问题，社会中存在着更多的机遇和危险，而且要求所担的责任也很大，所以还需要我的很大努力。

主要说来，减小这样的差距的方法为：参加培训、讨论交流、实践锻炼等。

五、评估与调整

1、我的规划评估

我的规划书预计在未来的三年大学生涯中不会有太大的波动。以后的规划既具体选择的职业而定。

2、职业规划需要不断调整

由于现在我还处于刚上大学的时候，规划的东西并不是完全符合未来发展路线的。而且社会无时无刻不在变化当中，面对这样的变化，是防不胜防的。我们无法预测未来的事，就算能够预测，也不是百分百正确的，所以，我的规划将在未来发展出现曲折的时候有所变动。

六、结束语精品文档，你值得期待

职业规划虽然可以暂时在纸上、在心里规划各自得将来可能从事得职业，但是这仅仅是个计划，不能决定将来得路。

我们规划自己职业的目的不只是规划职业，更是规划自己的人生。
