

职业生涯规划书

目 录

前 言

第一章 自我探索

1.1 个人简历

1.2 测评工具评估

第二章 职业认知

2.1 目标职业分析

2.2 目标职业前景

第三章 职业定位

3.1 职业目标

3.2 职业目标间的关系

第四章 行动计划

4.1 职业预备期

4.2 职业初期

4.3 职业成长期

结束语

规划人：郁扬

二〇一一年九月二十一日

前言

作为一名新时代的大学生，今天若不是生活在未来，就是生活在过去。尽管我们涉世不深，但至少我们可以对职业生涯进行较为客观详尽的规划。这样，我们关于飞翔的梦想就不再是水中月，镜中花。

第一章 自我探索

1.1 个人简历

姓名		性别		民族	汉
出生年月		籍贯		政治面貌	共青团员
学制	全日制	学历	本科	毕业时间	
专业	英语		毕业学校		
求职意向	1. 翻译 2. 对外贸易				
成长情况及特长					
<p>孩提时，我对英语一直怀有抗拒之心，因为不会读音标和记不住单词引发的畏难情绪一时占据了上风。初中阶段，因为负责的老师对我们谆谆教诲，耳提面命，不厌其烦的讲解使我的英语在不知不觉中有了很大提升。做题时的感觉也比较准，因此在不知道明确思路的情况下偶尔也能判断出正确选项。高中时期，双语相对于其他来说算是我的强项，这使我学习的热忱也多些。我周围的同学大多热爱英语，耳濡目染之下，我也逐渐确立了以后从事翻译事业的理想。</p>					

兴趣爱好	阅读，写作，音乐，舞蹈，交流
曾任职务	学生会女生部部长
奖励情况	第六届“青春飞扬”舞蹈大赛铜奖
<p>自我评价：</p> <p>优点：生活态度积极、乐观，性格坚强、思想较独立、成熟。乐于助人，易相处，有一定的组织协调能力；有很强的学习热忱</p> <p>缺点：对事物缺乏恒心，有时心浮气躁。</p>	

这个职业目标的成功选择让我对职业目标的决策方法有了一定的认识。首先，在选择职业目标是首要考虑的问题是个人自身问题。要对自我优缺点等进行一个全面透彻的分析。在对自我进行分析方面，主要考虑的是自我性格，以性格确定自己是怎样的一类人群，从而确定比较适合自己的职业群。各种性格等测试都证明我是个随和的人，比较适合的工作是交流、沟通等方面的工作，于是确定可从事翻译工作。其次考虑的是我的技能。我目前学习的专业以及自身长处使我作出如此选择。在择业过程中家庭的影响也是个重要因素。儿女总是父母的希望所在，在择业时也会考虑到父母的期望，我父亲希望我做个教师，因为其稳定性比较适合女生。在初期，也确实想到要做教师，然而随着自己对自己的了解越来越来深刻，同时我的母亲比较支持我从事翻译方面的工作，最终还是决定第一择业目标是个英文翻译员。职业目标初步定了下来，接下来的就是如何实现. 这个具体实践了。我通过网络查找到以下关于作为一个英语翻译员必须具备的素质：

A、基本技能 (basic skills): 一个英文翻译员最基本的还是能牢固的掌握和运用自己的专业知识。这些技能包括听力理解、方案范文整理能力 (listening), 只有能够听懂外国人在说些什么才有可能跟他们沟通和交流, 同时也要了解西方的应用文体; 表达自己观点的技能 (Speaking), 一个有思想的人必须具备正确表达自己的能力; 写作能力 (Writing); 阅读并理解方案范文、整理文章的技能 (Reading);

B、提升技能 (Skills for promotion): 各种证书 (Certifications), 虽然有时候证书只是一中形式, 但却起着极大的作用. 各种等级证书是必须的, 尤其是翻译证书, 当然还有专业八级等证书; 责任心 (Responsibilities), 对于每个行业来说都是必须的. 一个优秀的翻译员尤其要热爱翻译行业, 责任心强, 性格稳重细致. 合作项目的洽谈、翻译及英文撰写等工作; 交流沟通能力 (Communication), 翻译员被誉为“沟通的桥梁”, 所以积极和人进行沟通, 并参与相关活动等都是必须的. 良好的人际沟通与组织协调能力; 具有较强的公共能力; 团队合作精神 (Teamwork), 人际交往能力强, 和自己团队搞好关系; 母语 (Mother language) 中文书写能力强, 翻译员最终还是为了帮助中英双方的沟通, 所以较好的中文是必须的; 礼节, 礼貌 (Manners), 举止要得体, 毕竟英文翻译员有时代表的不止是自己有时还代表着一定的团体甚至是一个国家的形象; 谦虚 (Be modesty or appreciate other's perspectives), 谦虚并能容纳别人观点; 态度 (Attitude), 做事认真负责, 为人正直;

逻辑(Logic), 条理清晰, 明白易懂、一目了然, 所以要善于交流 ;
创新意识(Innovation);

C、个人特长 (Personal advantages): 特殊的证书(Special certifications), 这类证书比如: 其他语言类的证书、比赛证书等等; 丰富的经验(Experience), 尤其是国际版权贸易经验; 特殊技能 (Peculiar skills), 熟悉 Office 等办公软件, 熟悉商业信函的写作, 具备计算机应用的基础能力; 各方面综合能力 (Comprehensive skills), 有时翻译员不止是翻译的工作, 甚至还要做好翻译员、参事员、协调员、管理员和安全员; 掌握与自己工作有关的最新消息 (Up to date information about your job), 了解和熟悉行业知识、专业常识、政策方针、存在问题以及相应的外文术语; 幽默感(Sense of humor), 在英国人看来幽默感是必须具备的。‘He has no sense of humor’ 是人们可以常常听到的一句话。

以上就是一个优秀的翻译工作者该具备的基本技能, 为了达到这一目标, 提高自身各个方面的素质。在自身各方面素质都有了更高的提升之后, 才能更加胜任这份工作。

第二章 职业认知

2.1. 目标职业分析

翻译的工作在现代的公司里与在过去的企业或研究机构里有很大的不同: 现在的公司多是私营的小企业, 人数较少, 一般是几十人左右, 甚至更少, 其中翻译人员也只要一、两名, 既做笔译又做口译, 笔译可能偏多一些。这一类公司一般属于某一行业, 如机械、建筑、

化工等等，因此翻译涉及的内容也相对单一一些。另一类公司就是咨询服务业，这类公司需要的翻译人员较多，有专门的翻译部门，因为有大量的材料需要翻译，翻译工作是整个公司业务中的重要组成部分。

公司里的翻译工作时常是和秘书工作结合在一起的，也可能称作是英文秘书、项目助理、总经理助理等等。在有些公司里，翻译人员可能主要是为总经理或项目经理服务，翻译某个工程项目中涉及的商务、技术文件或材料。包括日常的传真、邮件之类的细小工作，同时还要担当总经理或项目经理口译，在公司参加一些会谈的口译或出差谈项目的口头翻译工作。这样的翻译人员自然要承担起一些秘书类的工作内容，如文件的准备、联络协调、预订机票和酒店等等，因此翻译的工作内容显得头绪颇多，还应具备相应的这样的素质和能力。公司里不可能同时总有口译、笔译和秘书人员，目前的情况是翻译人员既做口译又做笔译，同时兼一些秘书的职责。因此，成为一名翻译必须具备较高的素质与较强的能力，这让我更加清楚自己所将面临的挑战。

2.2. 目标职业前景

毕业生可在涉外机构、外资企业、银行、保险、海关、边防、新闻出版、教育、科研、旅游等部门从事翻译、研究、教学和管理等工作，同时也可以选择留学、考研或国外就业。中国自从加入 WTO 以来，已经迈开了国际化步伐，慢慢向国际接轨。随着改革开放的进一步深入，中国对外语类人才的需求会与年俱增，就业前景是乐观的。更为重要的是，在我国与世界经贸接轨并不断发展的前提下，对于外语尤其是英语专业人才的需求不断增长，这包括英语翻译、英语教育、英语日常运用方面的人才。而且，一方面从师资来源看，各大院校的英语教师在知识水平和教学综合能力等方面大都是英语专业的精英；另一方面从教学目标要求看，各大院校在英语教育方面越来越重视学生对于英语实际运用能力的培养和锻炼，毕业后能够尽快适应工作岗位

发挥专长，种种因素也在促进外语专业人才和国际交流类专业人才需求的不断增长。经贸及翻译方向毕业生能在国家机关、外事、外贸、外企、各类涉外金融机构、商务管理公司、专业翻译机构、出版、新闻、旅游、高级宾馆酒店等部门，承担商务管理、商务翻译、外贸洽谈、经贸文秘、英语编辑、英语记者、驻外商务代理、涉外公关、涉外导游等工作；也可在中学、中专、职高、技校和英语语言培训中心、大中专院校及科研部门等从事教学和科研工作除了就业，英语专业的学生出国的机会也相对较多。不仅如此，学生如果在学习期间有了新的兴趣点，也凭借英语专业的基础，轻松地转到别的专业或考取其他专业的研究生。

第三章 职业定位

3.1 职业目标

职业目标

阶段	职业目标	达到目标所要求的能力
近期	成为一名优秀的大学毕业生	提升专业学习能力；积极参与有意义的社会实践活动；提高计算机技能，并获得证件；广结良师益友，为自己的发展奠定良好的人际基础；学会控制情绪，调节好心理素质；锻炼身体，强化身体素质。
中期	成为一名优秀的社会实 践者	能够独立完成相关的工作任务，能够较有创造性地开展工

		作；要强化专业技能，在专业上积累丰富的工作经验。
远期	成为一名成功的翻译	能全面负责工作；具有非常丰富的工作经验，能有效地解决各类问题；协调好事业、家庭的关系。

3.2 目标职业间的关系

近期、中期与长期三个职业目标，从职业本身的能力要求、就业难度、设置合理性来说，是逐层递进的，且三个职业目标从低级到高级，具有连续性和递进性，前一阶段的成果是后一阶段晋升的基础。这个规划是符合逻辑的、符合实际的、具有可执行性和操作性，它不仅可以不断提升我自身的实力和竞争力，而且对行业和对社会的贡献率也逐级升高，从而真正实现个人价值。

第四章 行动计划

4.1 职业预备期

I. 现在我已经是大二的学生，既要抓好基础，又要做好基础课向专业课过渡的准备，并要把一些重要的高年级课程主义浏览，以便向大三平稳过渡。适当选读其他专业的课程，使自己涉猎范围更加多元化。由于现在的工作岗位都要求应聘者都需要有一定的工作经验，因此我要尝试参加各种社会实践活动，从而提高自己的责任感，主动性和受挫能力。还要不断增强英语口语能力和计算机应用能力。通过英语专业四级考试，自学新概念英语第四册。在第二学期深入学习第二外语，通过网络，图书馆，报刊杂志，广播电视等多种渠道了解西方文化。

II. 大三时我需要在继续深造和选择就业方面做出选择，以便付诸相应的行动。如果决定考研，我就要加大力度学习专业知识，了解考研的流程以及各高校的学术氛围和师资力量以及毕业生就业率。如果就业环境较好，我应在学习之余搜索相关信息，提高求职技能。利用闲暇时间投入社会实践，进入企事业单位或学校实习，积累经验，面向未来切实做好准备。

争取在暑假去一次加拿大或新西兰，以便近距离感知西方的思维方式和生活态度，检测自己的外语交流能力。

认真备好论文以及作好本科论文答辩。实习期间要不耻下问，了解工作，适应环境，处理好人际关系，不断积累经验。在假期中开始为自己心中的职业进行实践。试着开始撰写专业学术文章，提出自己的见解。

III. 大四通过英语专业八级考试。争取拿到中级口译的证书。参加雅思考试，重在对过程的熟悉和对自身能力的检验。

IV. 从以下各个方面努力，为长久稳定就业作准备：

思想性格上：不以物喜，不以己悲。停止自怨自艾，着重发掘事物的正面因素，从而获得前未知的乐趣。

为人处事上：一日三省吾身，经常总结自身的不足并及时改正缺点。在坚持原则的基础上变通，豁达面对他人的评议。

知识能力上：不断学习，至少熟练地掌握两门外语。对社会、政治、经济以及其它各学科和外国文化都要有所了解。

工作规划上：制定详实并有一定期限的计划，增加自己的责任意识。

4.2 职业初期

进入单位后要迅速了解单位的日常事宜，了解制度、文化等各方面的环境，熟悉自己的工作。具体操作上，可以询问年长的同志，向他们请教；构建良好的人际关系，树立良好的职业形象。在这个阶段，自己要多承担一些日常事务，对前辈有礼貌，保持良好的工作态度，建立自己有力的人际圈；一方面要认真学习，积累工作经验，提高业务技能；另一方面要用严格的标准衡量自己，谨言慎行。

4.3 职业成长期

这是一个上升期，我期望用十年的时间，让自己成为一名成功的翻译。首先要善于自处、善于学习，参加培训 and 锻炼，努力加强自己的业务知识。再次，要在稳定和创新之间寻求一个平衡。积极推动所处企事业单位的革新和发展。最后，要建立广泛的人际圈，打好扎实的人际关系的基础；要积极向上，乐观开朗，为人和善，勤劳肯干。总而言之，要为自己的晋升创造条件。

结束语

许多大学生走上社会时都有郁郁不得志之感，似乎巨大的时间金钱投资没有得到合理的回报。抱怨是一片沼泽，只会使人在痛苦中越陷越深。最重要的是找准自己的位置，对自己的职业生涯有合理的规划。

千里之行，始于足下。每个人的成功都源于不断地实践，没有人会一帆风顺地成功。失败是成功的垫脚石，借助它我会有更开阔的视角。大鹏一日同风起，扶摇直上九万里。愿与君共勉！