

# 土木工程专业大学生职业生涯规划书, 计划规划

## 土木工程专业大学生职业生涯规划书

### 前言

“人为何到这个世上，又是为什么而活”有时人们会有这个疑问，就我个人认为我们为什么到这个世上这无关紧要，重要的是我们已经到了世上，我们要怎样生活，要为什么而活着。

我们都一样赤裸裸的到世上，但每一个人的生活却不一样。有的人平平庸庸的度过了一生，什么事都没完成，感觉生活了无情趣。有的人则正好相反，他们觉得生活很有趣。之所以有那么大的区别是应为积极的人会制定自己奋斗目标，在不断的奋斗中体验生活的意义，所以他的生活是快乐的。而没有目标的人就会迷失自己，浑浑噩噩的度过一生。因此，人生最重要的不是你所在的位置，而是你所朝的方向，重要的是下一步迈向哪里，这就要求我们制定自己的目标，规划自己的未。

### 目录

一、探索前期分析.....
---------------

(一) 我是

## 精品文档

谁 .....

( 二 ) 我 的 理 想

是 .....

( 三 ) 自 我 简

介 .....

( 四 ) 我 记 忆 中 曾

经 .....

二 、 自 我 探

索 .....

( 一 ) 职 业 兴

趣 .....

( 二 ) 职 业 能

力 .....

( 三 ) 职 业 价 值

观 .....

( 四 ) 个 性 特

征 .....

( 五 ) 360 度 评

估 .....

三 、 职 业 环 境 分

析 .....

( 一 ) 家 庭 情 况 分

## 精品文档

析 .....

( 二 ) 学 校 分

析 .....

( 三 ) 职 业 环 境 分

析 .....

四 、 职 业 定

位 .....

对选定的职业发展方向进行 ST 分

析 .....

五 、 制 订 规

划 .....

( 一 ) 短 期 计

划 .....

( 二 ) 中 期 计

划 .....

( 三 ) 长 期 计

划 .....

六 、 评 估 调

整 .....

班级： 姓名：

第一部分 探索前期分析

(一) 我是谁？

## 精品文档

我是谁，这并不重要，因为我会死去，我的名字也会渐渐的消去。甚至会有千千万万个相同的名字……

现在的我只不过是一个普通的大学生，暂时没有什么伟大的贡献。有的只是一颗热枕的心，一个美好的理想。我不知道自己未会是什么样子的，但我有自己的目标，我相信自己的生活至少是充实的，我也许是平凡的，但我希望是快乐的。

这就是我。

### （二） 我的理想是

每个人都会有自己的理想，我也不例外。但我的理想很简单，就是做一名优秀的工程师。希望能用所学到的知识为自己的祖国发展贡献自己的一分力量。

### （三） 自我简介

#### （1） 个人概况

姓名：罗 XX 性别：男

民族：汉 籍贯：广西 XX 县

身高：158 健康状况：良好

学历：本科 政治面貌：团员

就读学校：XX 工学院 专业：土木工程

#### （2） 担任校内工作情况

2010 年 9 月起 担任舍长，参与班级的管理

#### （3） 其它实践情况

## 精品文档

曾多次去小学参加有关的支教活动。

曾多次参加志愿者活动：如 XX 市老人 XX 园志愿服务活动、校园保洁、图书馆保洁等

### (4) 其他能力

通过全国计算机一级考试并获证书

### (四) 我记忆中曾经

从懂事到现在我们度过了十几年，其间我们经历了很多，也体验到了很多事。其中最令我难忘的还是军训时的那段时间。

一提到军训很多人都会说，那很严格且很辛苦。的确，而我觉的这对我们说很有必要。我们都知道在军训时，我们得时刻集中注意力，而且通常一站就是一个多小时，这期间还不能动。但我们想想这在平时我们能做的到吗？那为什么在那时我们又能做得到呢？这不是能力的问题了，而是我们有没有把它当做目标罢了。就像一个无头苍蝇一样没有目标那又怎能把事情做好呢？

想想这些年，我们有很多想做但却没有去做的事情，因为没有把他们当作目标，也就缺少军训时的那份毅，就只能甘于放弃。人生的路程总不会一帆风顺，即使是聪明绝顶的爱迪生也会有失败的时候。只要我们拿出那份毅力与自信，即使失败了那也是值得的。

### 第二部分 自我探索

#### （一）职业兴趣：

1. 通过兴趣岛小游戏我学习了职业兴趣探索的一些基本原理，职业兴趣和工作环境可以分为实用型、研究型、艺术型、社会型、企业型和事务型六种。当职业兴趣与工作环境相符合是，职业满意度、幸福感和控制感都会增强，这样不仅有利于个人的发展还有利于组织的成就。根据职业兴趣测评的结果，我的职业兴趣如下：

自我评估的结果：RS

（常规型）：常常被认为是实用的、顺从的、友善的和保守的；喜欢结构性和条理性强的工作，例如分类、处理数字和字等。R（现实型）：指有非社交的、物质的、遵守规则的、实际的、安定的、缺乏洞察力的、感情不丰富的、不善与人交往的特征。S（社会型）：指有助人的、易于合作的、社交的、有洞察力的、责任感强的、重友谊的、有说服力的，比较关心社会问题等特征。

可能适合的职业：物理实验人员、建筑设计师、结构设计师、飞机检修工、机械操作工、列车员、施工员、工程监理等。

#### （二）职业能力：

通过兴趣岛小游戏我学到了职业能力探索的一些基本

## 精品文档

原理，职业能力与职业兴趣一样可以实用、研究、艺术、社会、企业和事务六种类型，在不同类型的工作环境中需要不同类型的职业能力，根据职业能力测评的结果，我的职业能力如下：

### 1. 职业测评的结果：IRS

I（研究型）：喜欢从事智力活动和抽象推理等工作。通过观察、科学分析而进行的系统性的创造活动。R（现实型）：按一定需要进行明确的、具程序要求的技术性、技能性工作。S（社会型）：从事更多时间与人打交道的说服、教育和治疗工作。

可能适合的工作：物理实验人员，建筑设计师、结构工程师、飞机检修工、机械操作工、列车员、律师、营业员、供销员。

### （三）职业价值观：

职业价值观因人而异，每个人都有自己的职业价值观，它也决定了一个人以后选择怎么样的工作，通过测试，以下是我的职业价值观：

### 1. 职业价值观测评结果：

智力刺激：就是指工作的目的和价值，在于不断进行智力的操作，动脑思考，学习以及探索新事物，解决新问题。

### （四）个人特性：

1 李白曾言“天生我材必有用”。在这社会中我们是无

## 精品文档

可代替的，性格也如此，我们都有自己独特的性格。就我对自己的了解，我是一个诚实守信的人。在答应别人的事我会及时的去做好，在与人约好的时间里我会提前一点时间到达。我做事有自己的原则和立场。自己认定了的事情，我就会去做。在有人需要帮助的时候，我都会尽自己的能力去帮助他们。对别人的缺点我也会帮他指出。但我不喜欢那些弄虚作假的人。我喜欢挑战尝试不同的事物，希望自己能不断地进步。所以对校内校外的活动我都积极地参与。而不足的是我有时太冲动。我时刻都在提醒自己希望能有所改进。

### 2 我的思考分析

人无完人，我们都有自己的优点与缺点。古人云“择善而从之”。对于自己的优点应该去发展，有缺点就去更改，从中学习他人的长处。在于他人交往时不光只看到别人的不足，更应看到他们的优点。因为只有相互的体谅才能不断地提高。

#### （五）360 度评估：

除测评外，采用 360 度评估的方法，收集周围的人对自己的通用能力的评价可以全面、客观地了解有关自己优缺点、能力信息。使用优赛生涯在线提供的 360 度评估辅助工具，我对自己的通用能力进行了更深入的探索。

#### 自我评价

乐于助人、诚实守信，工作认真、积极主动，喜欢挑

## 精品文档

### 战新鲜事物

不够成熟稳重

有时候较沉默

缺乏耐心

家人评价

独立、自主，不与他人攀比 关心家人

有时候很倔强

有时候很冲动

老师评价

做事积极、认真， 思路清晰、知识面较广学习主动

对于不喜欢的科目缺乏钻研精神 、 课上较沉默、喜欢

### 自己解决问题

亲密朋友评价

值得信赖、善解人意

善于总结自己

性格直率，豪爽

有时太过自信

原则性太强

同学评价

开朗，热心

积极参加各项活动

有时做事耐心不够

## 精品文档

过于追求完美

其他社会关系评价

知识面广泛、细致，耐心

遇到临时变故能较好的处理

做事时过于专心，忽略周围事物、有时会高谈阔论

；

### 三、职业环境分析

#### （一）家庭情况分析

经济分析：我自偏远的山区，家里经济情况比较困难，父母亲都是农民，家里的收入主要靠父亲到处去打工。现在我还不能自己赚钱，我哥哥和妹妹他们也是去打工收入都甚少，所以家里的经济还是比较困难的。

家人期望：父母最大的希望是我能有一个好的专业，能在毕业之后找到一份好的工作，过上好的生活，不用像他们一样一生为生活奔波、劳累。

家庭化：我在祖辈们都是农民的家庭里，父亲也就是高中毕业而已，他们没有多大的知识，但却教会了我很多做人的道理。他们朴实、热情，让我懂得了人穷志不穷的道理。

#### （二）学校分析

XX 工学院是一所以工科为主、理、管、经、法、教育等学科门类协调发展的多科性高等院校，并形成了从本科生教育到研究生教育、继续教育、高等职业技术教育和留学生

## 精品文档

教育等多层次、多类型的完整的人才培养格局。其中土木建筑工程系是广西工学院最早建立的系部之一，开设有“结构工程”专业硕士点及土木工程、交通土建、建筑学（五年制）、工程管理 4 个本科专业。

### （三）职业环境分析

就像我们看到身边的高楼大厦正在不断地拔地而起、一条条宽阔平坦的大道向四面八方不断延伸一样，土木建筑行业对工程技术人才的需求也随之不断增长。2004 年进入各个人才市场招聘工程技术人员的企业共涉及到 100 多个行业，其中在很多城市的人才市场上，房屋和土木工程建筑业的人才需求量已经跃居第一位。随着经济发展和路网改造、城市基础设施建设工作的不断深入，土建工程技术人员在当前和今后一段时期内需求量还将不断上升。再加上路桥和城市基础设施的更新换代，只要人才市场上没有出现过度饱和的状况，可以说土木工程技术人员一直有着不错的就业前景。

各种勘察设计院对工程设计人员的需求近年持续增长，城市规划作为一种新兴职业，随着城市建设的不断深入，也需要更多的现代化设计规划人才。随着咨询业的兴起，工程预决算等建筑行业的咨询服务人员也成为土建业内新的就业增长点。

十一五规划全国路网 10 万公里，许多大中城市兴起修建地铁交通，这些轨道建筑都需要大量技术人员检测和维修。

## 精品文档

### 四、职业定位

(一) 对第二、三部分主要内容进行 ST 分析与归纳

#### 内部环境因素

##### S (优势)

1、评测结果匹配职业：企业型、现实型、对工地施工较为熟悉。

2、学生工作、社会实践等培训经历。

3、对当前就业形势及就业市场有一定了解。

##### (弱势)

1、缺乏耐心、勇气

2、自我观点较强

3、做事过于专心，忽略周围事物。

#### 外部环境因素

##### (机会)

1、当今社会技术人员多。

2、社会实践经验较高，值得信赖。

3、从长远看前景较好。

##### T (挑战)

1、就业竞争对手云集：专业毕业生、行业精英。

2、工作内容决定了对专业技术要求较高。

3、控制自己情绪和欲望

(二) 我的职业规划

## 精品文档

### 第一阶段

大学期间：完成学业，并进行英语计算机再学习，拿到学位证以及英语等级证书，并争取学习其他至少一门技能。

### 第二阶段

毕业后三年：从事本专业工作，期间积累工作经验，增长社会见识，了解社会需求。

## 五、制定规划

### （一）短期计划

时间：2010年——2013年

目标：完成学业，取得学位证，积累各种经验。

计划内容：（1）学好本专业知识，注重技巧及知识的应用，有空再去学习其他非本专业的知识。

（2）提高综合素质，积累实践经验，学会就业心理调节，保持自信和主动。

（3）确定主攻方向。

策略：（1）考英语四级，计算机二级，提高全面知识。

（2）参加各种面试和实习，从而积累社会经验和工作经验。

### （二）中期计划

时间：2013年——2017年

目标：找到一份适合自己的工作，积累工作经验，并且不断学习专业知识，准备考结构工程师，完善自我。

## 精品文档

计划内容：（1）找一个有实力的团队，一起工作，适应工作环境，熟悉专业的范畴。

（2）积极参加各种专业培训，积累经验。岗位提升。继续掌握专业的各种技能，完全明确主攻方向。

策略：（1）参加各种必要的培训。

（2）阅读各种有关专业方面的书本。

（3）继续提升自己的全面素质，特别是人际交流的能力。

（三）长期计划

时间：2017年——2027年

目标：有知名度的结构设计师

计划内容：（1）留意专业的走向，了解专业的走向。

（2）提升职业技能并加以完善。

策略：（1）工作之余阅读有用的书籍。

（2）自身素养的提高。

（3）继续提高人际交流的能力。

## 六、评估调整

计划只是给我们指定了一个前进的方向，具体的路还得自己走。社会时刻在变，我们要适应这个社会就要时刻关注社会的发展，跟上时代的变化。所以在计划实行的期间我们要进行适当的调整，实现自己的梦想，实现自我。

（1）调整时间：至少每一年一次。建筑行业飞速发展，

## 精品文档

要在建筑行业中更上一层楼，必须及时回过头审视自己，用适宜的方法调整自己的计划，以便能跟上时代的要求；

（2）考虑方面：企业环境、市场环境、个人因素。

（3）个人因素：以此为提供培训、继续教育等机会、以长远职业为出发点、个人兴趣与工作的结合点、家人意愿等。