

# 职业生涯规划书

姓名：梁乐

性别：男

院系：电子工程系

专业班级：机电一体化专业 152 班

学号：0

时间：2016 年 10 月 7 日

## 前 言

在填报大学志愿的时候，就已经为未来进行了规划，选择

机电一体化这个专业，是我迈出职业生涯的第一步，有很多关于未来的打算都在脑海中游荡，时而现时而隐，让我有了这个机会将游离于脑海中关于未来的规划跃然纸上，明确了就业目标，进入大二了，面对社会严峻的就业形势，我希望能通过职业生涯规划，更好的认识自己，找到自己的职业发展方向，做自己人生的规划设计师，然后有针对性的加强自己的职业能力培训，化“被动就业”为“主动择业”，让自己一开始就赢在职场起跑线，成为抢手的职场新人。

## 一、自我评估

### 1、分析自己的性格特征

经过霍兰德测验表所得：我是一位现实型的人。愿意使用工具从事操作性的工作，动手能力强，做事手脚灵活，动作协调。偏好于具体任务，不善言辞，做事保守，较为谦虚。但缺乏社交能力，通常喜欢独立做事。性格具有感觉迟钝、不讲究、谦逊，踏实稳重、诚实可靠等特点。

优点：成熟稳重 待人真诚 诚实可靠 责任心强 吃苦耐劳

缺点：不善沟通，不敢展现自己，不敢尝试新事物，创新能力差，太过保守。

## 2、分析自己的能力与能力倾向

能力方面：喜欢机电，对零件加工,加工工艺，产品制造等有浓厚兴趣；喜欢模型，从小就培养了很好的动手能力，计算机操作也较轻车熟路，拥有计算机网络技术基本知识。

对于机电一体化技术来说，自己经过这一段时间的学习，初步了解了焊接设施，数控机床，普车，牛头刨床等的操作，能够加工简单的零件。

言语方面：英语基础较差

逻辑方面：逻辑思维能力强

专业能力：掌握了 cad 软件的操作，能够通过 cad 把实物清晰的表达出来。

## 3. 自己的核心职业价值观

### 技术型

特点：性格沉稳，做事组织严密，井井有条，并且对未来充满平常心

相应职业类型：木匠、农民、工程师、飞机机械师、野生动物专家、自动化技师、机械工、电工、火车司机、公共汽车司机、机械制图等

## 4、家庭背景及对本人的影响

我来自农村，父母虽然没有给我优越的生活，但是他们给我自

由的发展空间、无微不至的关怀还有默默的支持,致使我拥有了吃苦耐劳,勤奋好学的性格。

家里人对我的决定都是很支持的,而且会在适当的时候给我恰当的建议,不至于我的生活方向出现偏差。他们是促使我在求学的路上始终向前的强大后盾,为我排除了很多烦恼。

## 5、教育背景对就业的影响

我现在就读于内蒙古电子信息职业技术学院,学校拥有大量的图文信息资源和专业的实训基地,我所学的专业为机电一体化专业,本专业旨在培养机械、电气方面的应用型、复合型人才。所学的课程有:机械基础,电工电子,电气控制,CAD\CAM,数控机床与机械结构等。

毕业后主要从事机械方面的工作。

# 二、就业环境分析

## 1、整体就业环境

据 2016 年大学生就业形式调研报告指出大学生就业形势严峻。5 月 6 日,国务院总理李克强在人社部召开就业工作座谈会时强调“今年高校毕业生有 765 万人,创历史新高,加上中职毕业生,仅这两项新增就业人数达 1200 多万。”必须把促进就业放在突出位置。如何保证大学生平稳毕业、实现就业,成为社会关注的焦点

## 2、2015 年机电一体化专业就业分析

机电一体化技术:

机电一体化人才对于大型生产企业来说，是不可缺失的人才，企业对于这类人才的渴求大大提高了机电一体化专业的就业前景。

## 一、机电一体化专业就业形势分析

### 1、市场招聘条件分析

#### ①工资情况

3000-4499 占了 45%

4500-5999 占了 23%

6000-7999 占了 17%

2000-2999 占了 17%

#### ②经验要求

0-2 年 占了 46%

3-5 年 占了 36%

6-7 年 占了 13%

应届毕业生 占了 7%

#### ③学历要求

大专 占了 56%

本科 占了 28%

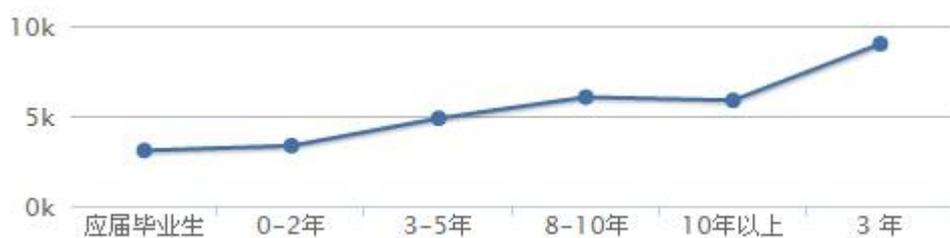
中专 占了 12%

高中 占了 5%

2、机电一体化平均薪酬（按机电一体化相关的职位薪酬进行统计）

3883

该数据为平均值，取自 692 份样本，截至 2015-05-11。



## 二、机电一体化专业就业前景分析

随着我国社会主义市场经济建设取得的长足发展以及工业化进程的不断加速，先进制造技术已成为我国经济发展和满足人民物质需求的主要推动力量，成为加速高新技术发展和实现国防现代化的主要技术支撑，成为企业在激烈的市场竞争中立于不败之地并求得迅速发展的关键因素。目前，在机械行业，采用纯机械制造的份额越来越少，而机械与电气、机械与自动化技术、机械与微机技术、机械与光电技术等结合也越来越紧密。

入世以来，我国正在逐渐成为“世界制造基地”，要把制造业做大做强，人才资源是根本。传统机械制造业已不能适应现代科技

的进步和经济发展的需要,迫切需要大量掌握机械设计制造及其自动化技术的新型人才。随着西部大开发计划的实施,企业对机械设计制造及其自动化人才需求十分迫切。

伴随着机械、航空、电子、石化、轻工、纺织、现代农业的高速发展,必然会带来对机械设计制造及其自动化人才需求的增加,所以培养从事机电一体化工程的具有高等技术应用性人才已成为当务之急。该专业的毕业生在比较长的一段时期内会有良好的就业前景。



### 三、机电一体化专业就业方向分析

1、从事机电一体化液体灌装生产线及商品包装自动化机械运行、维护、管理、技术改造等工作的机电一体化高等技术应用性专门人才。

可在大型啤酒、饮料、食品及商品包装生产企业从事现代化自动机与生产线的维护和管理工 作,也可在相关的自动机与生产线的生产厂家或设计部门、营销单位从事技术工作.

## 2、机电一体化专业(计算机辅助设计与制造方向 )

从事机电产品的计算机辅助设计(CAD)与计算机辅助制造(CAM),并熟练使用和维修数控加工设备的机电一体化高等技术应用性专门人才.

可在模具设计也制造、机械加工、塑料、五金、电子产品、计算机生产等企业从事数控机床的加工工艺设计编程,数控机床的调试、维护及加工操作,从事生产和技术管理工作,也可以从事国内外数控设备的营销工作.

## 3、机电一体化专业(模具 CAD/CAM 方向)

从事利用计算机技术和数控加工技术对模具进行设计和制造等工作的机电一体化高等技术应用性专门人才.

可在模具、机械、五金、塑料、家电等生产企业从事模具计算机辅助设计与制造等方面的技术工作,也可在企事业单位从事与本专业有关的经营、管理工作.

## 4、机电一体化专业(机电 CAD 技术方向)

在机电一体化产品、设备的设计、制造、维修、管理、技术改造与服务过程中专门从事用电脑绘图设计、信息处理和资料管理的高等技术应用性专门人才。

可在机械设计、制造与装备行业、模具制造业,轻工、家用电器、电子制造业从事设计、制造、技术改造、产品营销、设备管理与维护等工作

## 综合分析

1、主要就业岗位：机电一体化设备的安装、调试、维修、销售及管理；普通机床的数控化改装等。

2、次要就业岗位：机电一体化产品的设计、生产、改造、技术服务。

但我的目标职业如下：

(1) 目标职业名称：维修师

(2) 岗位说明：企业机械设备的维修指导

(3) 工作内容：负责企业生产设备维修。

(4) 就业和发展前景：我国现在的制造业正在飞速发展，需要大量的高素质高技能的技术型人才，维修师需要技术过硬、经验丰富的人，所以我的想法是，在校时更多的学习机械方面的知识，掌握实际操作技能，毕业后先从基层做起，通过自己的不断学习和经验的积累让自己能力不断提升以达到维修师的要求。

该专业毕业生就业前景很好，而且待遇也高。毕业生主要在各行政、企业、事业单位从事机械、电气工程、常用电器的维修、安装与调试以及技术管理等工作。

### 3、我的就业机会

综合分析以上的整体就业形势、行业形势、自身的教育和性格等方面因素，我认为自己存在着一些就业机会。

如今我们处在良好的教育环境，身为当代大学生，拥有丰富的专业知识，开放的思想，创新的思维，再加上自己对专业知识的掌握与应用。我想自己经过坚持不懈的努力会成为对社会有用的人才的。同时，我国的经济稳步上升，制造业迅速发展，我国逐渐成为世界制造业基地，加上传统企业面临大规模的技术改造与设备更新，国内急需大量先进制造技术专业人才。这也使得自己拥有更多的就业机会。

## 三、确立志向、设定目标

### 1、 分析

#### —优势

我们处在良好的教育环境，身为当代大学生，拥有丰富的专业知识，开放的思想，创新的思维。

#### —劣势

我缺少人际交往的技巧，缺乏工作上的实际经验，缺乏对企业的了解。

## 一、威胁

我面临的威胁是现在虽然大学生好找工作了，但想找到好的工作还是很苦难的，并且如今的人才竞争是十分的激烈的，要掌握各种能力才能算得上是人才的。

## 应对策略

### □如何运用优势？

在校的学习和实训过程中，努力锻炼吃苦耐劳和善于思考的精神，努力使自己拥有年轻人的热情和主动。

### □如何弥补劣势？

在毕业前，我会好好利用每次实训的机会，认真操作积累经验，并参加有关的职业技能培训。

### □如何把握机遇？

我们是高级技校毕业的专业性人才而且距离目标地域比较近，便于随时进行实地考察，了解职业最新发展动向，还有学校、老师的指导，学长们的建议，针对出现的机遇和挑战适时调整自己。

### □如何排除威胁。

而如今要想找到更好的工作就必须更优秀，我需要更丰富的专业知识和更全面的专业技能，同时，也努力使自己尽可能的拥有全面的知识。

## 2、职业选择方向

机械设备公司的维修师

机械设备公司的经理

自主创业

### 3、设定职业目标

①进入一家中小型的机械设备公司，从基层对机械维修做起，尽量多向有经验的维修人才学习；

②尽可能的提高自己的业绩，以获得职位和薪酬上的提升；

③经过长时间的锻炼，可是初步尝试和他人合伙独立进行机械设备的操作等；

④建立自己的机械设备公司，充分利用自己的经验、人际关系和从各种途径获取的客户资料，将企业做大做强。

### 4、职业晋升图

大学毕业——进入企业基层——通过努力学习过硬的本领——成为维修师——拥有自己的一家机械有限公司。

## 四、依据职业目标，实现规划

制定一个详细的计划，有利于我阶梯状的实现我的目标，把职业规划详细的执行过程进行细分，制定合适的措施。

### 1、短期目标：

以优异的成绩完成大学课程，掌握好专业知识更重要的是要有过硬的技能，实力才是最重要的。并通过自己的努力获得，全国计算机等级考试，二级证书中华人民共和国机动车驾驶证（C类证），大学英语四六级证书。

### 2、中期目标：

进入企业，从基层做起，并通过努力争取晋升为企业的技术员，机床维修员。

### 3、 长期目标：

掌握各种机械方面的知识，在一线和中学学习掌握各类机床技术，不断积累经验，积累人脉，以求晋升为维修师。

经过自己坚持不懈的努力，最终拥有自己的一家机械有限公司。

## 五、 评估与调整

任何计划都可能是一成不变的，我的职业规划也不例外，这份职业规划会随着形势的不断变化而变化，关键是远大的志向和奋斗的目标不能变。相信在我独有的价值观的引导下，可以一步一步的实现规划中的目标的。

俗话说：“计划赶不上变化”，为使得我现在所订的职业生涯规划行之有效的的话，我就必须在这个计划的基础上根据社会环境的变化适当地调整与修订。

因此，对一份完整的职业生涯规划来说，评估与回馈是该规划能否实行的重要组成部分，在这里我可重新选择职业生生涯路线，修定人生目标，变更我的计划与措施，以此来达到最好的人生状态。

## 六、 结束语

这门课程的开设对于正处于适应和探索期的大学新生来说有着非常重要的意义。职业生涯规划课程为大学生们提供了一个很好的了解自我，了解外部环境的机会，也为他们带来了丰富的职业信息，教给他们自我审视的方法，培养了他们的职业规划意识。有利于大学生及早明确个人奋斗目标，充实大学生活。同时，学生本人直接参与自己人生目标的设计，他们对相关教育资源的利用也会更加自觉和更加充分，由“要我学”变成“我要学”。

为了使职业生涯规划这门课程变的更为丰富多彩，更具有吸引。我建议，学院应实行小班教学、多媒体教学，统一教案、统一进度、增加课时等。并希望这门课程留下的许多机制能继续下去，不要浪费掉，使我们不再对就业一味的憧憬或恐惧，而是有了更深入的了解，让我们有了更充分的准备去迎接新的挑战。还有，希望老师能够在课程中多加入些更有针对性的内容，例如今后的就业形势及发展方向，热门专业，适合本校各专业学生的就业方向等等。

最后，祝您的课程越办越好！

## 怡得乐电子（杭州）有限公司

公司信息：

外资 / 100-499 人

## 公司行业：

电子技术/半导体/集成电路

Interplex 集团创立于 1958 年，总部设立在美国纽约，公司从精密模具制造和金属冲压件起步，现已发展成为在精密模具制造、精密金属冲压、卷至卷选择性电镀、卷至卷蚀刻、精密注塑及嵌入式注塑装配、特殊包装等工业技术领域具有世界领先地位的倡导者与应用者之一。目前在全球已有近 30 家子公司，分布于美国、墨西哥、英国、法国、德国、匈牙利、印度、新加坡和中国等地，尤以在中国的发展最为瞩目。

怡得乐电子（杭州）有限公司成立于 1996 年，是 Interplex 集团公司在杭州设立的全资子公司，总投资达 1625 万美元。通过 10 余年来的不断发展，公司已成为集产品研发、模具设计、金属件冲压、塑料件注塑，金属和塑料多功能表面处理和产品组包装等综合生产能力的、具有市场领导地位的中型技术型企业，产品涉及通讯、电子、汽车和医疗器械等行业，并受到了许多世界 500 强跨国公司的青睐。

公司于 2000 年 10 月搬迁到杭州经济技术开发区，厂区占地面积 2 万平方米，注册资金 650 万美元，总投资达到 1620 万美元。

## 设备维修技师

- 工作地点：杭州
- 工作经验：3-5 年
- 薪资范围：¥ 4000-5500/月
- 学历要求：中专以上
- 公司规模：1000 人以上

### 职位描述：

- 负责完成公司非标自动化相关设备的安装、调试和维护任务；
- 根据维护保养计划，对设备进行系统检查和维护保养；
- 据公司 6S 管理标准，做好本工作区域的 6S 工作。

### 岗位要求：

- 机电一体化及相关专业中专以上学历；

-3 年以上非标自动化相关设备的安装维修经验；

-擅长 PLC 的编程软件或精通电工维修，获得高级电工职称者；

-吃苦耐劳，务实诚恳，责任心强，能承受工作压力且适应加班、倒班。

PS：工作时间：12 小时两班倒

## 资深设备维修技师

- 工作地点：杭州
  - 工作经验：8-10 年
  - 薪资范围：¥ 8000-9999/月
  - 学历要求：大专以上
- 大专学历及以上，机电技术或自动化相关专业；

-5 年以上注塑机现场管理工作经验；

-有设备管理系统建立和推行经验；

-有团队管理经验，具有良好的抗压能力、团队管理能力。

# 广东科达洁能股份有限公司

公司信息：

民营企业 / 1000-4999 人

公司行业：

机械/设备/重工

广东科达洁能股份有限公司，创建于 1992 年，于 2002 年在上海证券交易所挂

牌上市(股票代码：600499)，以生产制造陶瓷机械起家，经过二十多年的创新发展，在全球范围内对陶瓷机械行业技术进步起到了关键和引领作用，在占领传统业务制高点的同时，科达顺应国家和社会发展需要，主动谋求企业转型升级，以

“让幸福更久远——为节能减排提供装备与服务”为企业使命，致力于为人类社会可持续发展做贡献，目前重点业务领域涵括清洁能源机械、陶瓷机械、墙材机械、石材机械以及高端装备关键零部件液压柱塞泵和压缩机六大核心业务，为做一家值得人尊重的机械装备制造企业而不懈奋斗！

# 机械工程师

- 工作地点：佛山
  - 职位类型：全职
  - 薪资范围：¥ 4001-6000
  - 学历要求：大专以上
- 岗位职责：**

- 1、结合客户需求、同行情况和公司战略，为客户提供合理满意的报价规划方案；
- 2、负责球磨机、喂料机等现有产品的技术改进、质量改进与控制工作；
- 3、负责现有产品图纸完善、整理、物料编码；
- 4、为公司生产、检验、销售及售后服务工作提供相关的技术支持；
- 5、负责技术文件、文档资料的制作；
- 6、做好属于产品开发方面的技术工作，如产品说明书、BOM 等的编制与更新；
- 7、协助公司项目、专利申报工作；
- 8、协助公司 PDM 系统的建设及日常维护工作；
- 9、完成上级领导交办的其他工作任务。

**任职要求：**

- 1、机械或机电一体化专业大专及以上学历；
- 2、2年以上机械设计相关工作经验，能够独立完成单个产品设计开发工作；
- 3、熟悉机械原理；熟悉机械加工工艺；精通 CAXA、Solidworks、Auto CAD 等相关机械制图软件；
- 4、工作认真负责，严谨细致，有良好的团队精神和沟通协调能力。

## 内蒙古亿利资源集团公司

公司信息：

民营企业 / 5000-9999 人

公司行业：

新能源

亿利资源企业是沙漠中成长起来的半公益化企业，全体创始股东捐赠了 30% 股份的永续分红收益设立了“亿利治沙公益基金会”，致力于治沙绿化、环境改善等公益事业。企业主要发展了沙漠生态经济（沙旱生态科技实业、沙漠天然药业、沙漠材料开发应用、沙漠再生能源、沙漠生态小城、土壤改良、沙漠生态文化艺术）、清洁能源（特种煤炭综合利用和燃气）、金融投资等产业。企业总资产 600 多亿元，市值近 1000 亿元。

1988 年以来，亿利资源企业在党和政府的重视支持下，坚持“厚道共赢、生态惠民、绿富同兴”的发展理念，采取“可持续公益商业治沙模式”，通过“市场化、产业化、公益化”三化互动的治沙机制，绿化库布其沙漠 5153 平方公里，控制荒漠化面积 1.1 万平方公里，建成全长 200 多公里的沙漠生态绿色屏障，有效改善了当地及周边的生态环境，使京津冀地区的沙尘暴明显减少，带动 10 多万沙区老百姓增收致富，走出了一条“治沙、生态、民生、经济”平衡驱动的可持续发展之路，得到了国际、国内的广泛关注和支持。

2012 年 6 月，库布其沙漠生态文明被列为联合国“里约+20”峰会重要成果向世界推广。企业董事长王文彪获得了联合国颁发的“全球环境与发展”奖。2013 年 9 月，在纳米比亚召开的联合国防治荒漠化大会上，王文彪董事长荣获联合国颁发的“全球治沙领导者”奖，这是联合国首次在全球防治荒漠化和土地可持续管理领域颁发的奖项。库布其防沙治沙成就引世界瞩目。

## 光伏电站运维人员

### 岗位职责：

- 1、负责制定完善电站定期维护工作计划、制订完善电站维护工作标准并督促落实；
- 2、负责制定专项维护优化方案，确保设备健康运行，优化运行指标，并组织落实；
- 3、负责跟踪各电站的运行情况和运行指标，及时发现问题，配合制订整改优化方案；

- 4、负责跟踪国内外先进技术，提出改进优化建议，提高电站运行水平；
- 5、负责配合制定暴风骤雨、冰雹大雪以及其它应急预案并配合实施。
- 6、完成领导分配的其他任务。

**任职要求：**

- 1、学历专业：专科及以上学历，光伏发电技术、电气工程、机电一体化等相关专业毕业；
- 2、工作经验：3年以上光伏电站或厂区配电站相关岗位工作经验；
- 3、熟悉电力生产安全法律法规，熟悉电力生产安全知识，熟练使用 office 办公软件、CAD 等其它相关软件；
- 4、熟悉组件、汇流箱、逆变器、升压变等性能、工作原理、常见问题、发电量影响者优先。