

FABIANNE

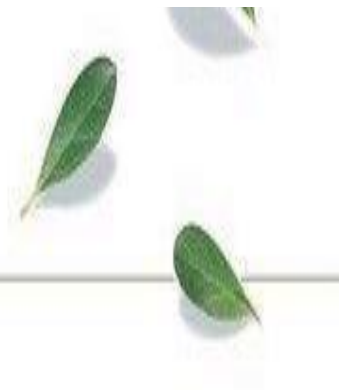
职业生涯规划书

李军龙

一一信息与自动化系 一五电子5

狂风落尽深红色，

绿叶成荫子满枝。



前言

喜欢定向越野时的感觉，向一个个不同目标奔跑的过程，都是超越自己的阶段，每当找到一个点，都会为我寻找下一个点注入动力，浇灌希望。旅行时，习惯带着一幅详细的地图，当起点与终点被清晰的显示在地图上，各条路径被清晰地标出，不论路途多么遥远，不论所处环境多么陌生……我都会充满安全感与希望，因为我始终明白自己的方向。

常言道：“凡事预则立，不预则废。”事情如此，人生也是如此。作为一名已经步入职业学院三年的学生，我的人生已经有了一个全新的开始。很快，我们将会面临找工作、职业选择问题。这对了方向，走对了路，一路顺风、春风得意、步步高升；这错了方向，走错了路，步履维艰、事事不顺、事业难成。歌德曾经说过：“垃圾是放错位置的资源。”作为一名在发展如此迅速的时代中的学生，需要作出正确的选择，特别是在当今就业困难的形势下就更需要利用职业生涯规划的方法，选择好未来人生的方向，走好人生关键的一步。

当自己的起点：拥有较强的想象力、自信开朗、善于人际交往，与播音、电台节目主持、人物采访此类工作相吻合时，我找到了职业地图上的方向，人生中的一大幸事，莫过于你的擅长和你的职业兴趣相契合，由此看来，我是一个幸运儿。

这份经过我仔细思考的职业规划书，将成为我职业生涯的地图册，起点已被确定，方向初步明确。当然，生涯是规划是一个动态的过程，我的职业规划或许

无所谓明确的起点、终点，但是，现在，我将不会停留在原地徘徊等待，而是迈着坚定的步伐，走向遥远却清晰地未来……。

目录

个人简历	-----
一、自我认知（起点）	-----
1.1 个人特质	-----
1.2 能力测评	-----
1.3 职业兴趣	-----
1.4 职业价值观	-----
二、职业分析（环境）	-----
2.1 家庭环境	-----
2.2 学校环境	-----
2.3 社会环境分析	-----
2.4 职业生涯人物访谈	-----
三、职业定位（方向）	-----
3.1 个人 SWOT 分析	-----
3.2 职业目标	-----
3.3 职业发展策略	-----
3.3 职业发展路径	-----
四、计划实施（交通工具）	-----

4.1 总体规划-----

4.1.1 短期计划-----

4.1.2 中期计划-----

4.1.3 长期计划-----

五. 评估调整-----

结束语-----

个人简历

基本信息

姓名：李军龙

联系方式：15995660134

邮箱：1720584572@qq.com

性别：男

年龄：18

民族：汉

政治面貌：团员

教育背景：

现在是江苏城市职业学院昆山办学点的一名职三学生

获奖情况：

初中时获得昆山市诗朗诵团体奖二等奖、“春蕾杯”作文比赛昆山市三等奖。进入职业学校以来，积极参加各种社会及学校组织的活动，获得过校主持人大赛二等奖、机器人设计大赛二等奖以及大大小小奖项。

座右铭：天道酬勤

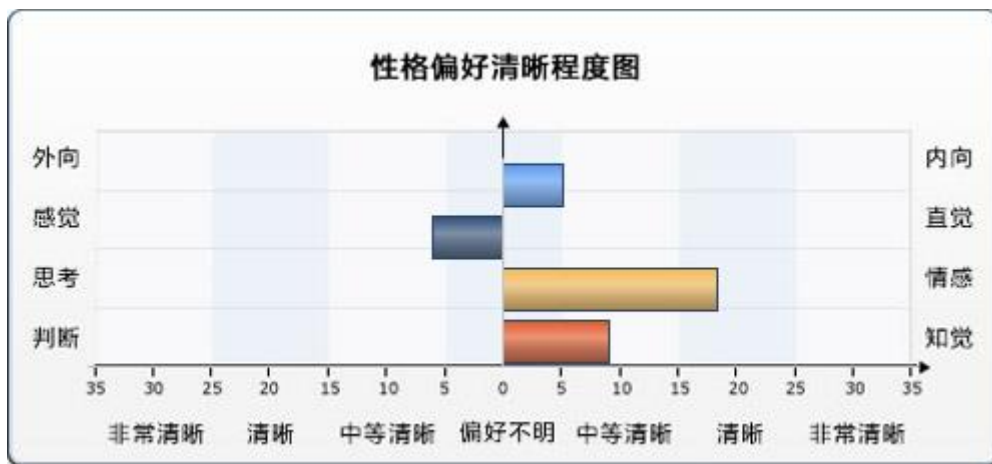
一. 自我认知 (起点)

1.1 个人特质

1.性格方面

我的性格属于艺术家型（用有形的作品展示丰富内心世界）

我的具体情况是：我在性格各个方面的偏好清晰度如下图所示：



据分析可得出我的性格类型特点综合总结如下：

- 常常谦虚地看待自己的能力，平静愉悦地享受目前的生活，喜欢体验。渴望自由自在地安排自己的活动，有自己的空间，能支配自己的时间并珍视这种机会。
- 善于观察、务实、讲求实际，非常了解现实和周围的人，并且能够灵活地对他们的情况做出反应，但很少寻求其深层的动机和含义。你是优秀的短期规划者，能够全身心地投入此时此刻的工作中，喜欢享受当下的经验而不是迅速冲往下一个挑战。
- 和蔼、友善、有耐心，易通融，很好相处。你没有领导别人的愿望，往往是忠实的跟随者和很好的合作伙伴。你很客观，而且能以一种实事求是的态度接受他人的行为，但你需要基本的信任和理解，需要和睦的人际关系，而且对矛盾和异议很敏感。你内心蕴藏着深厚的感情，只是不太喜欢表现。
- 很有艺术天赋，对自然的美丽情有独钟，对直接从经验中和感觉中得到的信息非常感兴趣，喜欢为自己创造一种幽雅而个性化的环境。你希望为社会的福利和人类的幸福做些贡献。



我对自己的评价

1: 性格: 乐观、开朗、自信、正直、善良, 有责任心, 勤奋踏实, 容易与人相处, 喜欢与人交谈、结交新的朋友。

2: 兴趣: 喜欢音乐、绘画、动漫、广告设计以及播音主持。

心中的理想, 实现起来 并不难



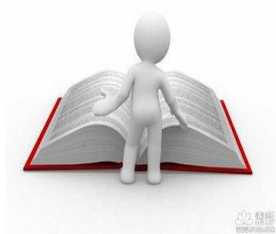
家人对我的评价

心地善良、做事理性、活泼开朗、但有时做事容易冲动。



朋友对我的评价

性格开朗、乐于助人、文质彬彬、充满文艺气息。
缺点是：做事有时候比较拖拉。



同学对我的评价

有集体荣誉感、开朗大方、心态积极向上，但是有时做事效率较低。



老师对我的评价

对人友好、乐观开朗、不拘小节、对待事情有着自己的看法，就是有时做事不太认真。

5.自我分析小结:

通过对自我的检测，让我对自己有一个更好的认识，知悉自己的优点和缺点，在以后的学习生活中和社会实践活动中能够查漏补缺，能更好的发挥自己的优点，弥补自己的不足，在适合自己的岗位上更好的工作。

1.2 能力测评

专业测评

对于音乐以及播音主持类型的热情很高，有很好的艺术素养，具有较强的语言以及文字

表达能力、能够辩证的分析和解决问题、有对工作的很高的事业心和责任感、做事认真、有耐性。

自我评价

我是一个很喜爱音乐以及语言类文化活动的阳光男孩，可能乍一看上去我是很内向的那种人，可是和我关系好的人都知道我是个玩的很开的人，总之看似有点双重的性格给了我良好的心态，对待陌生事物时我总是能小心翼翼的去探索，会想要想方设法的去了解未知的事物，而一旦了解了其中的奥秘，我就会想着如何去更好地了解和使用。

1.3 职业兴趣

我的霍兰德代码——SAE



艺术型：(A)共同特点：有创造力，乐于创造新颖、与众不同的成果，渴望表现自己的个性，实现自身的价值。做事理想化，追求完美，不重实际。具有一定的艺术才能和个性。善于表达、怀旧、心态较为复杂。

典型职业：喜欢的工作要求具备艺术修养、创造力、表达能力和直觉，并将其用于语言、行为、声音、颜色和形式的审美、思索和感受，具备相应的能力。不善于事务性工作。如艺术方面（演员、导演、艺术设计师、雕刻家、建筑师、摄影家、广告制作人），音乐方面（歌唱家、作曲家、乐队指挥），文学方面（小说家、诗人、剧作家）。

、社会型：(S)共同特征：喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德

典型职业：喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新的朋友，从事提供信息、启迪、帮助、培训、开发或治疗等事务，并具备相应能力。如：教育工作者（教师、教育行政人员），社会工作者（咨询人员、公关人员）

1.4 职业价值观

首先，我希望自己的工作更多的与**语言、人打交道**，而不是与机器打交道，我并不擅长于操作机器和研发创造。同时，我希望自己的职业更**看重个人能力**，可以凭借个人的突出表现而得到认可，而不参杂过多的其他因素。还有，我希望我的**工作能有实际的价值**，能够为他人、社会做出实实在在的贡献，能够服务他人，得到**社会的认可**。我希望通过职业，不断挖掘自身的潜能，**实现个人价值**。

二. 职业认知 (环境)

2.1 家庭环境分析

我的家庭是一个说不上很富裕的小康之家，父母都是做个体经营的，平时对我的关系可能并不是那么面面俱到、可能不会发现我喜欢的是什么，但是我对自己的未来有着很美好的憧憬，我希望能够从事一份我喜欢并且擅长的工作。父母对我的各种想法还是非常尊重的，他们也希望我能够通过自己的努力实现自己的梦想。

2.2 学校环境分析

现在所读的是五年制大专，学校更为注重的是技能的培养与提高以及动手能力的提高。所以在日常学习过程中，养成勤思考，多动手，能在不断的操作中得到提高，可以独立开展专业性的社会工作，熟悉专业知识，注重实践，使自己在将来的就业环境中更具有优势，更加可以顺应潮流，有所作为。

还有很重要的一点，由于填写志愿的种种原因，虽然电子专业并不是我最感兴趣的专业，而且未来我可能也并不会从事电子方面的工作，但是在这三年的专业技能学习中，我还是获得了很大的收获，最基本的电路知识以及各种仪器知识我都能掌握，也很好的锻炼了我的动手能力和思维能力，这对于以后的日常生活就是一种有利的帮助，以后不管从事什么职业，懂得多一点就会更加有优势。

2.3 社会环境分析

行业分析

我国的广播电视是党和政府的喉舌和重要的宣传舆论阵地。特别是进入二十世纪以来，我国实行社会主义市场经济以后，广播电视信息产业的经济属性是广播电视行业运营方式发生了很大的变革，广播电视行业机构也在迅速扩张、膨胀。为了适应这一需求，播音与主持院校迅速扩张，招生人数大增。上世纪五十年代开设播音主持教育的只有北京广播学院一家，七十年代，浙江广播电视专科学校成立，形成中央广播电视局领导下的两所院校花开并蒂的局面，90年代，开办播音主持艺术专业的学校仍是个位数，但新增院校为天津师范大学、陕西师范大学等普通高等院校，从2000年之后，播音主持专业所统计的数字是44所，2006年已经从不足十家到了三百家，只有短短的六年时间，这个数字的膨胀速度是惊人的。但是，广播电视行业就目前来看还是难以缓解人才短缺的现状。主要是因为该专业毕业生的综合素质很难符合广播电视行业对于人才的需求。这表明，广播电视播音主持专业教育的人才培养是十分拥挤的。

2.4 职业生涯人物访谈**三、职业定位（方向）****3.1 个人 SWOT 分析**

综合第一部分（自我认知）及第二部分（职业认知）的主要内容得出本人职业定位的SWOT分析：

W (WEAKS)

缺乏深入思考精神
有时过分关注细节
做事效率可能不是很高

S (STRENGTHS)

拥有较强的语言表达能力、环境适应能力
、人际交往能力、规划组织能力
做事稳重踏实，执着认真

T (THREATS)

没有较好的人际基础网路以及经济背景
社会竞争激烈，学习内容与实际差距较大

O (OPPORTUNITIES)

播音主持是一个朝阳行业，人才需求市场潜力大。

3.2 职业目标

将来从事**播音员或主持人**

计划名称	时间跨度	总目标	分目标
短期计划	18岁~24岁	顺利毕业，进入播音主持专业学院进行系统知识的学习	在校参加各种活动、参加普通话考试、利用课余时间多了解播

			音主持方面的知识。在校期间可以做些这方面的兼职工作积累工作经验。
中期计划	25 岁~30 岁	专业本科毕业，进入实习	考取普通话一级甲等证书、搞好工作中的人际交往关系、通过学习积累工作经验、
长期计划	30 岁以后	有着稳定的工作以及不错的收入	在社会上能有一定的知名度

四、计划实施（交通工具）

4.1 总体规划

4.1.1 短期计划（2017~2018）：在校积极参加各种活动、锻炼自己的自信心，丰富自己的课余生活。

（2018~2019）：无论何时都要虚心学习，通过课余时间自学以及网络学习进一步提升自己的专业素养。

（2019~2020）：在学校学习基本文化课的知识，然后通过自主招生考试进入播音主持类型的大学学习。

4.1.3 初期计划：（2012~）

进入一个企业文化与自己相匹配的公司，从事 GIS 开发，逐步适应公司环境，在工作中实现自己的价值。在职场生涯中不断进取，不断超越自己的现状，进一步挖掘自己的潜能。如果有可能的话，希望侧重于从事环保一类的开发研究，中国目前的环保问题，须要我们每个人的关注参与，也须要 GIS 这样的先进科技给予技术支持，随着哥本哈根会议的近期召开，中国的环保进程在不断加快，实现节能减排的目标，控制全球变暖……问题亟待解决。我希望自己的工作能为“绿色地球”贡献一点点微薄但坚实的力量。

随着年龄的增长，当我的职业生涯达到稳定并开始走向衰退时，我希望自己能够开始新的职业探索，例如到一家杂志社从事地理编辑一类的工作，更多的享受一下社会人文方面感性的东西，使我的生命更加丰富。

4.2 中期计划

在毕业之后，面临最大的问题就是找工作，在最开始的阶段，工作枯燥、频繁变动是常有的事，要调整好自己的心态，虚心学习，努力积累工作经验，在工作之余不断提升自己的能力。

4.3 创新培养

有了较为稳定的工作后，就努力工作，提高社会认知度，播音与主持最需要的就是人气，运用自己多年积累的工作经验，打造属于自己的风格，能有着一定的社会影响力。

五、评估调整

1、职业规划需要不断调整

进入工作后，我会审时度势，在两到三年内做出评估，当关系到未来的发展以及规划时，要及时调整线路。

2、我的职业规划调整

规划的调整就可能对职业的重新选择，也许我现在所选的职业，不是我今后的职业，在选择其他职业的同时，制定出一个计划，让自己的未来更加具有方向感，能够掌握在自己手中。

3、调整计划之备选方案——电台主持、开一家创意餐厅

结束语

感谢学校开设了职业生涯规划这门课，让我们有充分的时间“未雨绸缪”。感谢程伟老师，她在职业生涯规划书的撰写上给予了我很大的帮助与指导。这份职业规划书，让我对自己有了更明确的认识，那些点点滴滴性格上的缺憾，能力上的欠缺，让我不再迷茫以后自己应该做什么；那些流动着的机会，须要我做个有心人去发现、去争取，去锻炼自己全方面的能力。