

个人职业生涯规划

专业方向：合金 班级：材料 10xx 班
姓名：张同学 学号：20100121xxx

前言

一个人若是看不到未来，就掌握不到现在；一个人若是掌握不住现在，就看不到未来。现实生活中，我们没有方向或者跑错方向的人大有人在。很多人都坚信“天道酬勤”、“一分耕耘、一分收获”、“勤奋+汗水=成功”、“世上无难事，只要肯登攀”、“笨鸟先飞”等等成功的格言，殊不知，这些必定成功道理是建立在一个基本前提之上，那就是——正确的方向。也就是说，选择比努力重要；确定方向比出力流汗重要；知道自己应该干什么，比干什么重要。也可以说，如果方向错误，你越努力，你离成功越远，离失败越近。从现在开始对自己的未来做好规划，把握好正确的方向显得尤为重要。

一、自我认知

自我评价

结合多年来的成长经历以及自我认识的过程，我认为我有强烈责任意识、集体主义观念，独立自主，不怕吃苦，敢于奉献，注重实干精神，但是性格内向。

优势：

- 1、有强烈的责任意识，能够明确自己的责任，勇于承担。
- 2、有正义感，良好的品德素养和职业操守。
- 3、不怕吃苦，能够积极克服遇到的困难而不是消极被动，独立自主、踏实认真地完成事情。
- 4、为人老实，小心谨慎。愿意帮助谦让别人，能和睦与人相处，有一定的奉献精神。
- 5、工作热情比较高，能认真负责地完成任务，并能寻求有效的方法。
- 6、有良好的生活习惯，平时注意整理物品，东西没有丢失的情况。
- 7、有决策能力，擅长文案方面的表达写作。

劣势：

- 1、性格内向，不善于沟通交际，社交能力较差。
- 2、有时做事缺乏冷静的思考，盲目冲动。

- 3、性格中有些软弱，在一些事情上倾向于妥协，不能坚持于原有的想法。
- 4、不善于表现自己，没能准确抓住发展自己的机会，生活态度不是很乐观，缺乏自信。
- 5、缺乏创新性思维。

对于自己的性格，我比较喜欢动手能力较强，注重实干，能够提升发展自己的职业，倾向于决策管理。对于职业要求并不是很高，工资能够满足日常生活即可。其实，无论在什么工作岗位上，都是为了谋生，都一样为社会做贡献，没有什么贵贱可分。劳动是最光荣的！

根据霍兰德的职业性向理论，我认为我是一个实用型的人，同时又有事务型、企业型人的一些特点。喜欢具体的任务，喜欢动手，讲求实际，有抱负而追求领导和社会影响。

二、职业认知

就业形势

我国的就业形势依然严峻。现在社会高等教育高增长率、社会总就业形势紧张和劳动力市场严重分割。每年待就业人数远大于社会所能提供的就业岗位，而且就业存在严重的不合理，长期受计划经济体制的影响，国家的宏观调控并没有与市场有效的结合起来，存在缺位现象。

据统计，2014年全国高校毕业生将超过700万，大学生的供给明显大于实际需求。每年都能看到大学生找工作时慌乱艰难的情景，学生们已经淡化了专业对口，不再关心户口问题，甚至对工资要求也越来越现实，但没有工作经验、知识能力储备不足、英语不够好、自我定位不够准确。就业观念不够理性等对其就业产生影响。大学生就业不容乐观。

专业前景

我所学习的专业是材料科学与工程中的金属材料方向。材料科学发展到今天，已经深刻影响着人类的现代生活、社会结构和文化价值。材料的不断创新与发展，也极大的推动了社会经济的发展。在我国，材料科学发展前景巨大，我国材料产

业中的钢铁、水泥、玻璃、纺织品等基础原材料的生产能力和生产产量稳居世界前列，我国材料产业的产值占我国 GDP 的 28%左右，而且材料产业发展前景相当乐观。

金属材料方向是材料科学与工程领域的基础学科，金属材料覆盖了冶金、有色金属、复合材料、粉末冶金、材料热处理、材料腐蚀与防护及表面等专业。专业培养具备金属材料科学与工程等方面的知识，能在冶金、材料结构研究与分析、金属材料及复合材料制备、金属材料成型等领域从事科学研究、技术开发、工艺和设备设计、生产及经营管理等方面工作的高级工程技术人才。就业方向主要到冶金、材料结构研究与分析、金属材料及复合材料制备、金属材料成型等领域从事科学研究、技术开发、工艺和设备设计、生产及经营管理等方面工作。本专业实用性很强，研究成果可以直接应用到现实生产，所取得的进展和人民群众的日常生活密切相关，专业就业前景广阔。

目标职业

根据专业发展前景和就业形势，结合自身的性格特点和兴趣爱好，我的目标职业是与专业相关的工程技术人员。

工程技术职务（简称技术职务）是为生产建设、勘察设计、科学研究、技术开发和技术管理等工作岗位上的工程技术人员设置的技术职务。工程技术职务名称定为：技术员、助理工程师、工程师、高级工程师。聘任或任命技术职务的主要依据是：担任技术职务的工程技术人员，必须具备履行相应职责的实际工作能力和相应的业务知识与技术水平。并应具备相应的理工学科的学历和从事技术工作的资历。

该类职业主要在生产第一线，具体工作环境视工作任务而定，工作待遇相对优越。我只为目前只要学好专业知识，掌握基础技能，积累时间生产的经验，了解具体生产实践的应用，注重综合素质的提高，实现在这一职业就业是不困难的。

三、职业决策

这一职业目标的确定是根据个人特质和专业基础综合考虑的。就技术工程人员这一职业而言，是企业生产中的骨干力量，担负着产业的升级转型任务，掌握

着核心技术的开发利用，是不可多得的技术型人才。其具体工作内容及工作要求符合我个人的兴趣爱好和性格特点，所从事的工作符合我实用型人的职业性向定论。

我的具体的发展路径主要是：以扎实的专业技能知识为基础，注重生产实践，积累生产经验，掌握生产技能。在大学期间要多参与科研及生产实践，并且关注具体行业的具体发展动向及就业动态，了解生产实践中的科技前沿。融入社会并积累社会经验，提高社会交往能力，最终实现就业。

根据我个人的优劣势，要实现这一职业的就业，我的社会责任感、职业操守，较高的工作热情以及积极克服困难的能力是优势，我目前要提高的是要培养自己的冷静思考和深入研究的能力，注重创新能力的提高，而且还要提高自己的社会交际能力。在竞争应聘的过程中，要注重表现自己，抓住不可多得的机会，了解具体的就业行情以及目标企业的实际情况，争取在竞争应聘中占据优势地位。

四、大学剩余两年的计划与路径

为实现职业生涯规划的目标，对大学剩余两年的学习与生活做出如下规划：

大学三年级

这一年要侧重加强专业基础课和专业课的学习。专业基础课要学好专业基础理论，包括基本概念、原理、规律及处理问题的方法。学习是要抓住各门课程的特点，运用不同的方法；适应各个教学环节，采取相应的对策；适度查阅参考资料，拓展知识面；注意从实践中吸取营养，扩大视野；学会抓主要矛盾，提高抽象概括能力；掌握思维方法，具体问题具体分析；注重理论联系实际，培养实际工作能力。专业课要解决社会物质生产和精神生产中的实际问题，要突出多元性、变化性、综合性和实践性等特点。

要积极争取机会进入实验室开始创新实验实践开展科研训练，在实验中养成严谨、全面的思维品质。侧重关注与专业发展的前沿，注意新技术、新工艺、新设备的出现，对于专业要加深拓宽学习和理解，注重专业学习与生产实际的高度综合。

同时要开始参与招聘实践，了解如何应聘，为以后的正式应聘积累经验。

大学四年级

在大四要加强实验实践技能的学习，进一步培养和提高独立获取知识的能力、独立工作能力、独立思考能力和独立创造能力。综合运用公共基础课、专业基础课和专业课的基本理论、基本知识和基本技能去分析、解决实际问题。

要广泛深入的进入社会，积极参与社会活动，在社会实践中寻求在社会中立足的途径，学会从容应对社会中的各种问题，全面提高社交能力。同时要注意完善自身的综合素质，健全自己的人格，在社会中能够形成良好的交际圈。

其次，要对大学四年做好总结，总结经验吸取教训，制定出今后更长时间内的具体发展规划，做好毕业论文和毕业设计。

长期规划

在实现就业以后的更长时间内，首先要巩固自己的工作，积极进取，勤勉奋斗，在岗位上要干出业绩，不断向新的高峰攀登。更要服务于社会，多做对国家建设发展有益的事情，尽自己的权力为我国的社会主义建设贡献力量。

五、自我监控

在具体规划实施过程中，要注意及时总结反思。采取定期总结和针对总结的方式，即定期对本时间段内的实践做出总结，每参与一次社会实践或者科研训练等活动要做出针对总结，总结要客观而深刻，反思教训并想出解决方案。同时不断虚心听取别人的意见，学习别人的优势长处来弥补自己的不足。

在实施过程中要有自己的原则，不可违反自己的原则，切不可在这一过程中盲目随意改动原有的计划，不能因遇到巨大的困难而选择放弃，更不能沾染社会中不良风气。

同时要审时度势、切合实际的采取灵活的措施解决面临的困境。该类措施要充分根据个人和环境情况综合评估，联系实际并兼顾综合因素，要有可行性。

总结

对于已定的规划要认真落实，并审时度势积极采取灵活的措施，朝着正确的方向前进。通过自己的努力实现性格上的蜕变和能力上质的飞跃，实现自己的生涯规划。