

浙江工商职业技术学院

——大学生职业生涯规划书

赢在起点

成就人生

作者： 赵欣

班级： 计技 0922

指导老师：

引言

“莫等闲，白了少年头，空悲切”，岳飞的《满江红》还时时萦绕在耳旁，激励着我们，不断努力，不断朝自己的目标前进。

还记得有那么一句话：地球要做的事---旋转；江河要做的事---奔流；青年要做的事---前进。有时候，我们会遇到挫折，四处碰壁，甚至觉得自己一直苦苦追求的所谓的理想犹似水花镜月，我们对人生的天马行空的承诺和执著，甚至经不起现实风雨的轻轻一击变灰飞烟灭。于是，年轻的我们迷茫，彷徨；我们自怨自艾，玩世不恭；我们感叹命运不公，现实残酷；我们甚至学会了放纵自己；可当再回首，风风雨雨依然，坎坎坷坷依旧，太阳依旧朝升暮落，滚滚江水依然逝者如斯，我们除了在自欺欺人的借口和理由中虚度年华外，一无所获，一无所成。

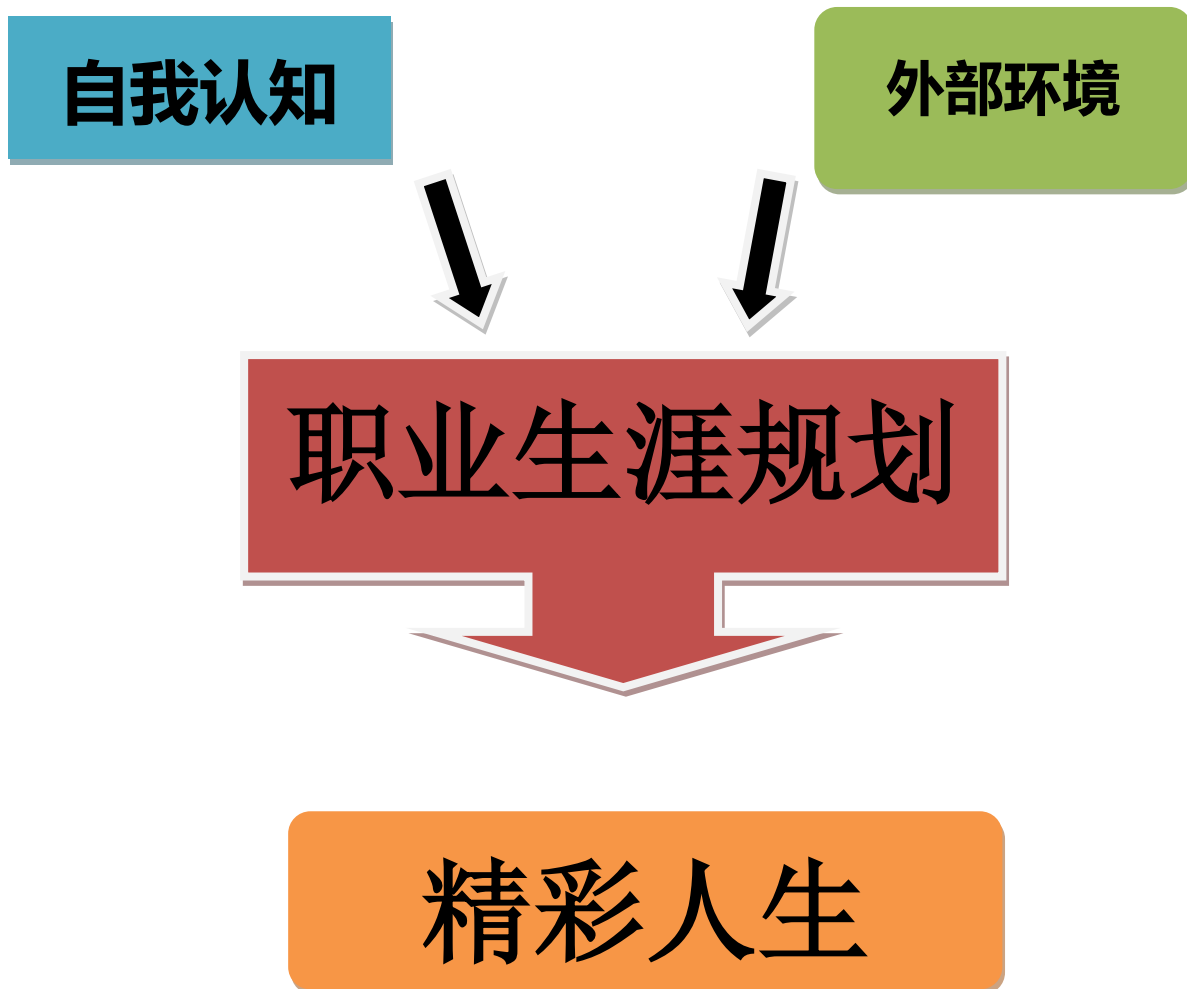
所以我们不能逃避，更不能放弃，相反我们要拿出那种明知山有虎偏向虎山行的勇气，同时也要告诉自己，我是最棒的。别人行我也一定行。

参赛理念：规划精彩人生，打造锦绣前程

目录

引言
参赛理念

整齐框架



自我评定

1、360 度评估

	优点	缺点
自我评价	为人热心,有较强的组织能力 人际交往广泛,有语言表达能力	不注重细节,有时候会比较情绪化,不在乎别人的感受
家人评价	有孝心、懂事、能做到家里关系润滑剂的作用	在家比较懒,
老师评价	有责任心、交代的任务能及时的完成、有礼貌	做事缺乏耐心、主动性欠佳
亲密朋友评价	有义气、做事有主见、有计划	有时做事太高调
同学评价	有很强的组织能力	跟同学的接触不是很多
其他社会关系评价	为人真诚、值得信赖	

2、自我认知:

进入大学后的我,通过学习,懂得了很多也学到了很多,通过自己的努力,我在校学生会担任体育部部长一职,他很好的锻炼了我的领导能力、统筹能力,让我更好的能去体会所谓领导干部的感念。大一期间,我有幸入选我校男篮的团队,它又让我懂得了什么叫团队,什么叫协作的,正是这些东西帮助我们在全国比赛上取得了优异的成绩。在大学的一个学期内,有老师的知道,有同学的帮助,这些都让我很感动,同时,这些东西也将是我人生道路上一笔不小的财富,也会有助于我去打造一个精彩的幸福人生。

主要成就:

- 1、担任分院篮球队队长,并获分院篮球赛冠军
- 2、入选校篮球队,通过训练,在全国比赛上去的亚军
- 3、在校学生会中担任校体育部部长
- 4、在学校篮球之家协会担任会长助理
- 5、在学校创业园投资店面

职业认知

外环境分析

一、家庭环境分析：

我生在一个小康家庭，父母都是知识份子，而且他们感情融洽，家庭氛围和谐美满，这些都是对我有很好的影响，在他们严格和合理的教育下，使我的成长在一个较为成功的氛围中，使我比同龄孩子更加懂事，有礼貌。进入大学后，各个方面都有他们的支持有鼓励，无论我做什么，他们都使我坚实的后盾，这为我以后无论是创业还是找工作注入了一枚强心剂！让我可以勇敢向前冲。

二、学校环境分析

浙江工商职业技术学院是浙江省人民政府首批批准成立的四所高职院校之一 2009 年 3 月，被确定为浙江省示范性高等职业院校立项建设单位。坐落在商帮名城宁波的它有着很浓厚的商业文化底蕴，这是我工商学子一笔不小的财富，学校给予我们的不仅是专业性很强的各类知识技术，更会去教会我们去做人，大学就是一个小社会，社会就是一所大大学。工商学院给以我们的是我们都需要去深深去用心思考的，它可以让我们的人生开始于一个新高度，新起点！

三、社会环境分析

当今社会的就业形势不容乐观，越来越多的大学生涌入社会，而且各个层次的人都有，各个学历的人也都有，这就无形的增加了一个专科学校毕业生的我的压力

四、目标地域分析

现状：

1、 随着市场经济的发展，随着公关实务在各个领域中不断显现，人们对公关的认知有了新的提高。“康泰克”PPA 危机公关的成功运作，使中美史克在树立形象的同时产生了经济效益，而“陈馅月饼”的失败运作，使危机蔓延大半个中国糕点厂。这些不争的事实，都使企业充分认识到公共关系在企业发展中的作用是举足轻重的。北京成功申办 2008 年奥运会，也使政府部门对公共关系有了深一层的了解。

2、趋势：

中国加入 WTO，公关咨询业得到前所未有的全面发展，希望这种发展应该是可持续发展。中国国际公共关系协会（CIPRA）作为全国性的专业组织，也将一如既往地遵循“指导、协调、服务、监督”的方针，努力促进中国公关业的专业化、职业化和国际化方向发展。

3、人业匹配：

职业需求不同，但都是社会的需要。现在劳动力市场总体为供大于求，众多求职者面对有限的工作岗位，职业竞争的激烈程度可想而知，关键问题是如何做好“人业匹配”，既人尽其才，物有所值。然而，复合型公关人才紧缺。公关行业年均 30% 的增长速度将带动公关人才的需求量大幅提升，优秀的公关人才将在社会大舞台上发挥越来越重要的作用。与市场的高速增长和对高层次复合人才需求相对应的是，从业人员中毕业于公关专业的人才只占千分之一。有一定的行业知识并熟悉公关行业运作技巧的专业复合型人才非常紧俏。

4、Psytopic 分析：

性格类型是“ESFJ”(外向+实感+情感+判断)

有爱心、有责任心、合作。希望周边的环境温馨而和谐，并为此果断地营造这样的环境。喜欢和他人一起精确并及时地完成工作。忠诚，即使在细微地事情上也如此。能体察到他人日常生活中的所需并竭尽全力帮助。希望自己和自己的所为能受到他人的认可和赏识。

ESFJ 型的人通过直接的行动和合作积极地以真实、实际的方法帮助别人。他们友好、富有同情心和责任感。ESFJ 型的人把他们同别人的关系放在十分重要的位置，所以他们往往具有和睦的人际关系，并且通过很大的努力以 获得和维持这种关系。事实上，他们常常理想化自己欣赏的人或物。ESFJ 型的人往往对自己以及自己的成绩十分欣赏，因而他们对于批评或者别人的漠视很敏感。通常他们很果断，表达自己的坚定的主张，乐于事情能很快 得到解决。ESFJ 型的人很现实，他们讲求实际、实事求是和安排有序。他们参与并能记住重要的事情和细节，乐于别人也能对自己的事情很确信。他们在自己的个人经历或在他们所信赖之人的经验之上制定计划或得出见解 。他们知道并参与周围的物质世界，并喜欢具有主动性和创造性。ESFJ 型的人十分小心谨慎，也非常传统化，因而他们能恪守自己的责任与承诺。他们支持现存制度，往往是委员会或组织机构中积极主动和乐于合作的成员 ，他们重视并能保持很好的社交关系。他们不辞劳苦地帮助他人，尤其在遇到困难或取得成功时，他们都很积极活跃。

适合的职业有：

- | | |
|----------|----------|
| · 公关客户经理 | 个人银行业务员 |
| · 销售代表 | 人力资源顾问 |
| · 餐饮业主 | · 房地产经纪人 |
| · 电话营销员 | · 办公室经理 |
| · 接待员 | 口笔译人员 |
| · 簿记员 | 房地产经纪人 |
| · 营销经理 | 运动教练 |
| · 信贷顾问 | 零售商 |
| · 饮食业管理 | |
| · 旅游管理 | |

目标行业分析

1、目标职业名称：

IT 行业公关外交人员

2、岗位说明：

现代的企业，公关就是文化，公关就是策略。没有公关就没有品牌，不懂得公关，在公司发展的过程中就会造成瓶颈及阻碍。良好的公关活动可以使市场行销行为更有帮助，因为它能使公司的产品及服与消费者之间产生良好的互动关系。

公关经理可以晋升为上层管理人员，因为长期作为企业战略伙伴，使其了解企业的发展趋势，具有管理层的能力和眼光。也有的自己成立专业的公关公司，或是到更大的企业去做公关工作，再者，成为公关营销专家。

3、工作内容

入门阶段：公关助理。负责日常的来访接待，处理或起草一些对外信函，对自己媒体有所了解，协助活动的举办。2K-4K

中级阶段：有很好的写作和与媒体沟通的能力，策划和组织新闻发布会等公关活动。能撰写新闻稿件，协助处理公关危机。4K-9K

高级阶段：据企业的整体要求做好公关计划并实施，策划阶段性宣传计划和发布核心信息渠道，独立处理公关危机。10k+

4、认证资格

该职业资格共分三级：助理公关师、公关师、高级公关师。

申报条件：（具备下列条件之一）

一、助理公关师：

- 1、本科以上或同等学力学生；
- 2、大专以上或同等学力应届毕业生并有相关实践经验者；

二、公关师：

- 1、已通过助理公关师资格认证者；
- 2、研究生以上或同等学力应届毕业生；
- 3、本科以上或同等学力并从事相关工作一年以上者；
- 4、大专以上或同等学力并从事相关工作两年以上者。

三、高级公关师：

- 1、已通过公关师资格认证者；
- 2、研究生以上或同等学力并从事相关工作一年以上者；
- 3、本科以上或同等学力并从事相关工作两年以上者；
- 4、大专以上或同等学力并从事相关工作三年以上者。

工作条件

为人亲和、沟通能力卓越，有极强的新闻敏感性和工作的主观能动性；对所在专业和行业知识了解透彻，随时关注企业自身和行业动态，有敏的洞察力；文笔功底深厚，做事细致周详，

思维敏捷深刻；具有一定的社会关系网络，人脉关系丰富，与媒体保持持续良好的沟通和交流，在某种意义上可以充当新闻发言人的角色。

就业和发展前景：

热门程度：★★★★★

薪资水平：★★★★★

发展潜力：★★★★

职业常青指数：★★★★★

知识宽度：★★★★★

猎头青睐指数：★★★★★★ (以 5★为最高)

据国家人事部预测，公关人才是 21 世纪紧缺人才之一。目前，其需求正保持每年 30% 的速度增长。随着国内公关工作的日益成熟和人们对它的逐步认可，公关是个前景光明的职业。

SWOT分析

我的优势(strength)及其使用

有良好的语言沟通能力，善于表达，为人有亲和力。而且具备一定的管理能力和组织能力

我的弱势(weakness)及其弥补

与社会接触太少，相关信息也只是靠网络查询及老师的给予

对自己喜欢的职业了解还是不多

我的机会(opportunity)及其利用

由于具备相关行业的知识，在同时有公关方面的能力，可以成为全面型的人才。

我面临的威胁(threat)及其排除

我现在只是专科的文凭，这在日后找工作时多少会成为我很大的弱点

职业认知小结

职业生涯规划设计

1、确定职业目标和路径

近期目标与具体实施计划	考取本专业计算机专业资格证，考取英语四级，主要时间段是在校的两年时间内，并大量吸取公关方面知识，努力考取公关助理资格证。
中期目标	在毕业后进入 IT 行业中小规模公司进行学习积累经验，时间段初步定在毕业后 2-3 年。
远期目标	在中小规模企业工作 2-3 年后，考取公关师或者高级公关师，有选择的进入大型 IT 公司任职。并且努力工作致力于进入公司高层。

职业发展路径

一般 IT 行业公关职员—项目执行（AE）—公关部门主任（AS）—公关部门经理（AD）

备选职业规划方案

由于社会环境、家庭环境、组织环境、个人成长曲线等变化以及各种不可预测因素的影响，一个人的职业生涯发展往往不是一帆风顺的。为了更好地主动把握人生，适应千变万化的职场世界，拟定一份备选的职业生涯规划方案是十分必要的。

结后语

社会在不断地发展着，每天的就业形势都在变化，这就要求我们要在规划后再根据社会的不断变化来不断地调整我们的人生规划，也许在这样那样的形势所迫下我们无法实现自己原先的规划，但自古职业就无贵贱之分，只要能够为祖国为社会的建设贡献自己的力量就是完美的实现了自己的人生规划。感谢学校举行此次比赛，给了我这样一个平台来展望我的未来职业。最后衷心祝愿每位同学都可以实现自己的职业梦想。