



职业
生涯
规
划
书

职业生涯规划大赛 规划书

姓 名：刘霖东

性 别：男

出生日期：1993 年 8 月 21 日

籍 贯：四川省巴中市

学 校：邢台职业技术学院西校区

系 别：经济管理系

班 级：物流 121 班

学 号：120009100127

联系电话：18331931713

前言、

青春易逝，时光易老，一个人的一生并不漫长，不过短短几十寒暑；所以时间很珍贵，青春很珍贵，生命很珍贵，我们应该努力实现生命的意义，让我们有限的生命发挥出无限的价值。

朱光潜先生曾这样说：“生命短暂，我们都是人生这个匆匆舞台的演员和看客罢！”那么，我想问，我们怎样才能将我们的人生演绎得多姿多彩，让我们的生命精彩纷呈呢？

我们每个人都有梦想，我们都不甘平庸，都希望通过自身努力实现自己的人生价值与意义。梦想很美好，但现实也很残酷，当自己的“鸿鹄之志”遭遇到“蹉跎岁月”时，我们又该怎样去看待生活，怎样去努力，去实现自己心中的梦呢？

人生如航行在茫茫的大海，人生的规划就是最基本的航线，有了航线就不会偏离最基本的目标，就不会迷失方向，这样才能更加便捷快速的驶向成功的彼岸。好的人生离不开规划，成功的人生离不开成功的规划及在正确规划指导下的持续奋斗。在我看来，一个成功的人生，一个梦想的实现，都离不开自己追寻梦想的那份决心、勇气和毅力，离不开对自己未来时间的完美规划，离不开自己一步一个脚印将计划付诸实践的实干精神。

如果我们想让自己的生活更有价值，有意义，想在自己的职业生涯里实现自己，彰显自己，做出成绩；那么，就应该对自己的职业生涯进行完整的合理的有序的规划，有目标，有计划，然后坚持不懈、竭尽全力的去做，去将它变成现实。那么，我想，我们将不在迷茫，我们将在人生十字路口里找到合适的方向，我们终将实现自己的职业梦想，在这个复杂社会里找到属于自己的位置。

职业生涯规划不仅是对职业的规划，更是对自我人生的规划，对自己心态的规划；合理的规划自己的人生，自己的职业梦想，自己的时间，然后把它细分到自己生活的点滴，从小做起，从平时的学习生活做起，这样更有利于自身的提高和发展。所以，作为一名有梦想的当代大学生，都应该对自己的职业生涯有细致入微的规划，然后以此为准则，努力把它变成现实，实现自己的职业梦想。

目 录 CONTENTS

前言、、

一 自我分析

- 1、个性特征
- 2、职业价值观
- 3、职业兴趣
- 4、个人能力
- 5、自我认知小结

二 职业分析

- 1、家庭环境分析
- 2、学校环境分析
- 3、社会环境分析
- 4、职业环境分析

三 职业目标定位

- 1、个人 SWOT 分析
- 2、职业目标确定

四 计划与实施

- 1、短期计划（大学期间）
- 2、中长期期计划（毕业之后）
- 3、抓住机遇，自主创业

五 调整与评估

- 1、评估的内容
- 2、评估的时间
- 3、规划调整的原则
- 4、调整方案

结束语、、

一 自我分析

1、个性特征

所谓“知己知彼，百战百胜”；要想找准职业方向，应该先对自己认识清楚，明白自己的个性特征。以下，我将用“360度自我评估法”对自己进行全面的认知。

A 360度自我评估

a 自我评价
<p>优点：喜欢运动，身体素质过硬；不怕辛苦，吃苦耐劳，能坚持，一旦认定的事，不轻易放弃，喜欢挑战自我，超越自己的极限；性格活泼开朗，热情大方，喜欢结交朋友；独立自主，适应性极强；积极向上，乐观开朗，乐于助人，有较强的责任感和正义感，自我约束能力较强。</p> <p>缺点：性格柔弱，缺乏主见，比较优柔寡断；某些时候不能坚定自己的立场，缺乏领导能力；做事比较粗心，时常丢三落四；时间观念不强，往往事到临头才开始着急。</p>
b 家人评价 评价人：母亲
<p>优点：真诚善良，独立自主，一个人能好好的照顾自己，不需要人担心，不用我们操心；能理解父母，和我们相处的很融洽；自尊心强，能吃苦。</p> <p>缺点：不细心，粗心大意，害怕失败，有些时候太固执，不爱惜自己的身体。</p>
C 老师评价 评价人：王磊（我的专业老师）
<p>优点：做事情积极主动、认真，有行动力，办事效率高；性格乐观开朗，热情大方，很容易与别人相处；善于沟通，综合能力较强。</p> <p>缺点：时间观念不强，常踏着上课铃声进教室。</p>
d 同学评价 评价人：刘振（体育部副部长）
<p>优点：你是一个优秀的，懂事的，有责任心的人，性格活泼开朗，热情大方；特别自立自强，吃苦耐劳，努力上进，有体育生的拼劲，有一种坚持的精神。</p> <p>缺点：还不够成熟、稳重，时间观念不强，总的来说是瑕不掩瑜。</p>

B 职业性格探索

a MBTI 中的四个维度分析

通过 MBTI 中的四个维度分析，可以衡量自己在获取信息、做出决策、对待生活等方面的性格类型。从而更深入的认识自我

维度类型	个性特征	
精力支配	外向 (E)	内向 (I)
接受信息	感觉 (S)	直觉 (N)
判断事物	思考 (T)	情感 (F)
行动方式	判断 (J)	知觉 (P)

从中可以看出我的 MBTI 性格类型为外向感觉思考判断 (ESFJ)，适合的职业有销售员，采购员等等。

C 个性特征小结

通过“360度自我平评估法”，我认识到自己是一个性格外向，热情大方的人，能吃苦，能坚持，善于表达，善于与人相处。但是，自己还有众多的缺陷，譬如缺少主见，缺少当机立断的魄力，时间观念不强等等。

综合自己的优缺点，我觉得自己更适合做推销与采购方面的工作，或者从事需要与人员打交道的人事工作。

2、职业价值观

A 我的职业观

俗话说：“干一行，爱一行”，我希望能从自己的职业中找到乐趣，把自己的职业到那当成自己的快乐，快乐轻松的工作，这样就会有激情，有动力，我也就能在其中创造出价值。在热爱本职业的同时，我希望我的职业给我提供生活最基本的保障，能给我的生活带来改变。

- a 我希望我的职业能给我带来快乐。
- B 我希望我的职业能让我得到提升。
- c 能让我实现自身的价值。
- d 有较好的薪金待遇。
- e 能与上司、同事融洽的相处。

我的职业价值观类型，满分为 10 分，根据的分高低判断自己的职业价值观。

职业价值观类型	得分
兴趣爱好取向	7 分
自我实现取向	8 分

自尊取向	6分
家庭取向	5分
经济取向	5分
个人才能取向	4分
自由取向	4分
支配取向	2分

B 职业价值观小结

从以上的分析中可以看出，我的职业价值观并不是特别看重金钱、名誉、地位等，我更加注重的是职业给我带来的快乐，给我带来的满足感，我的职业是否能让我得到提升，是否能实现自身价值。

3、职业兴趣

喜欢自己的职业，爱自己的职业，自己就能从中找到快乐，这样我们能更好、更轻松的工作，从而为之奉献终生，从而在其中创造出价值。

A 我梦想成为的人物

- a: 一个博学多才、睿智的文学家
- b: 一个通晓古今，精通中外文明史的历史学家
- c: 坚持锻炼身体，拥有运动员一样健壮的体魄
- d: 徒步环游世界的旅行者
- e: 成为一名闲情逸致的园艺师
- f: 成为一名事业的成功人士

B 霍兰德职业兴趣评分

霍兰德职业兴趣评分，满分为10份。通过看自己最后的得分，找出自己喜欢的职业类型。

职业类型	分数	名词解释
实用型	6分	做事踏实，安分守纪，不擅长社交。
研究型	2分	思维缜密，擅长分析，创新能力强。
事务型	5分	忠实可靠，情绪稳定，遵守次序，缺乏创新。

艺术型	6分	思维活跃，感情丰富，创造力强。
企业型	7分	乐观主动，喜欢发表意见，有管理才能。
社会型	9分	性格外向，为人热情大方，善于沟通，人际交往能力强。

C 职业兴趣小结

从以上的分析可以看出，我适合与人员打交道，喜欢帮助别人，在团体中工作，看重人际间的互动，因此，我更加适合社会型的职业。

4、个人能力

A 专业知识能力

我的专业是物流管理，已经学完物流基础知识，正在学习商品学和采购管理学等专业知识。作为大一的一名学生，专业知识学得还不全面，拓展的内容还不多，但是我相信，通过在以后的学习中不断努力，我一定能将我的专业知识学好，学扎实，具备相应的专业知识能力。

B 自我管理能力

从小到大，我都很独立，是一个独立自主的人，能很快很好的适应陌生的环境，适应性强。我具有较强的自我管理能力和计划自己的生活，计划自己的时间，让自己的生活有规律，有条理。

C 人际交往能力

我性格外向，活泼开朗，热情大方，喜欢结交朋友。具有较好的组织能力、协商能力、分析能力和人际交往能力。

D 其他能力

我是系体育部委员和田径队队员，体育成绩较好；具有一种坚持不懈、吃苦耐劳的体育精神。一旦认定的事，就会竭尽全力去做，绝不轻言放弃。

E 个人能力评分

个人能力评分，满分为10分，根据得分高低判断自己具备的个人能力。

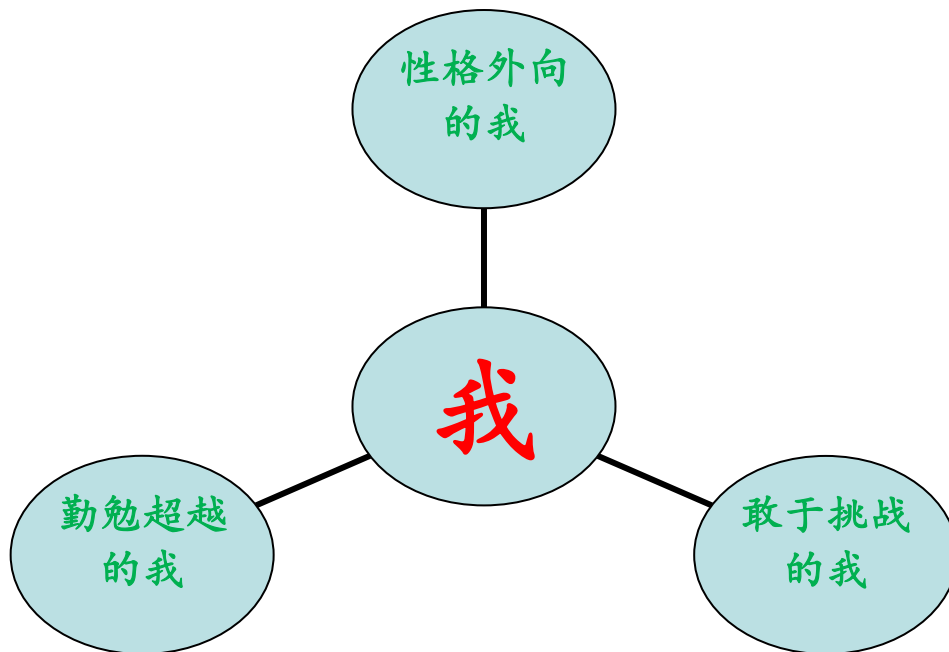
个人能力类型	得分
组织管理能力	6分
统筹协调能力	7分
学习能力	7分

语言能力	5分
人际交往能力	8分
新闻写作能力	7分
沟通能力	8分
动手能力	6分

5、自我认知小结

通过以上对自己个性特征、职业价值观、职业兴趣、个人能力的分析，我对自己有了更加深入的认知。

我给自己做如下的定义：



通过我对自己的认知，我认为自己更加适合人事方面的职业，比如销售人员、采购人员、人事部经理、招聘人员、仓储管理人员、物流经理等工作。

我所学专业是物流管理，所以我所倾向的职业是与物流相关的职业。我最终锁定的职业是物流公司的物流经理。

二、职业分析

“机遇总是降临于有充分准备的人”。对于自己身边的每一个机会，都应该去做足充分的准备，好好把握；我相信，每一次付出，自己多多少少都会有所收获。自己都能得到提高。

根据我热情、勤奋的性格特征，我给自己锁定的职业目标是高级物流师；我将在以后的学习生活中一步步前进，努力向我的职业目标靠近，下面是我对影响我职业目标选择的外部环境因素做的分析。

1、家庭环境分析

我的家乡在四川川北的大巴山区，我从小在乡村长大，我的父母都是农民出身，没有什么政治背景，家庭结构简单，也没有什么经济实力。我的父母对我期望很高，不管在什么情况下，都尽量满足我的要求，尽可能为我创造更好的学习生活环境；他们希望我现在能好好学习，以后能有个好工作，我们能幸福快乐的生活。所以，我一定要努力学习，学好专业知识，以后有一个好的职业，从而带给我家人富足的生活，不让他们失望。

2、学校环境分析

我就读于邢台职业技术学院经济管理系物流管理专业。学校在高职教育领域有很高的水平，是一所以工科为主，面向全国招生，为社会培养生产、建设、管理、服务一线的应用型高技能人才的全日制普通高校。学院1979年建校，1984年归属中国人民解放军总后勤部，1991年承担原国家教委高职教育试点任务，1997年率先以“职业技术学院”命名，2000年成为国家第一批示范性职业技术学院重点建设单位，2002年移交河北省成为省属高校，2005年作为教育部“全国示范性高职高专院校”遴选试点院校通过专家评审，2006年12月，被教育部、财政部确立为全国首批28所“国家示范性高等职业院校建设计划”立项建设院校之一。

总之，学校的教学环境优良，有深厚的学术氛围，先进的教育质量。在校期间，我将利用学校提供给我们的资源不断努力学习，积极参加社会实践活动，不断充实自己，学到真本事，学到真才是实学，努力提升自己的专业知识和综合素质，为自己将来的职业生涯打下坚实的基础。

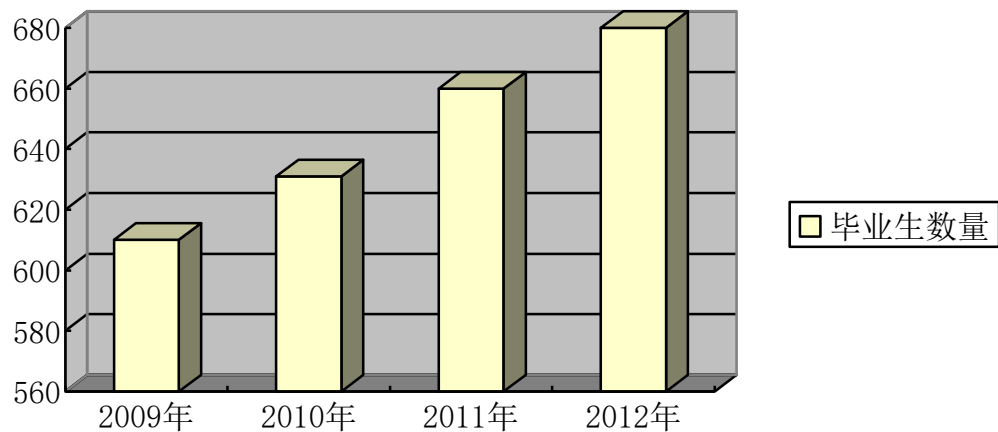
3、社会环境分析

A 政策环境

当今社会鼓励大学毕业生就业，自主创业的政策，在信贷和税收上给予政策支持，有利于大学毕业生的择业和就业。

随着大学的扩招，大学生毕业生的数量逐年上升，竞争越来越激烈，就业压力越来越大。而且我们的学历相比于本科学历来说，处于劣势，但是我认为学历不是最重要的，最重要的是一个人的专业素质和综合能力，而且我们有更为丰富的社会实践经验，这能很好的弥补我们低学历的不足。

全国高校2009年—2012年大学毕业生人数（万人）



B 经济环境

随着经济的发展，当今的中国已经成为世界第二大经济体，经济形势很好。而且物流行业的专业人才需求量很大，就业岗位曾多，对我们的择业与就业都有很大的好处。

4、职业环境分析

A 物流行业分析

随着我国经济的不断发展，市场经济制度的不断完善，物流这个“新名词”越来越备受关注；如今，物流已经成为各个企业的“第三利润源”，都开始物流方面狠下功夫。物流是一个发展历史很短的行业，在中国，物流更是一个新兴行业，发还是不完善，所以物流的发展空间很大，给我们也留下了很多的发展余地。物流专业人才已被列为我国12类紧缺人才之一，缺口达60余万。据了解，目前最为抢手的物流人才，是那些掌握现代经济贸易、运输与物流理论和技能，且具有扎实英语能力的国际贸易运输及物流经营型人才，他们的年薪最高可达100万元。

作为物流管理专业的毕业生可在物流企业、港口、海关、货运公司、商贸企业等就业，就业前景良好。今后一段时期，除储存、运输、配送、货运代理等领域的物流人才紧缺外，相关的系统化管理人才、懂得进出口贸易业务的专业操作人才、电子商务物流人才、掌握商品配送和资金周转以及成本核算等相关知识和操作方法的国际性物流高级人才将更吃香。

B 物流职位分析

物流行业就业前景较好，工作岗位多，现代物流服务主要有口岸物流、制造业物流、城市配送物流、会展物流、物流金融等。物流专业的毕业生可在物流企业、工商企业、货代公司、配送中心、港口、货物集散中心和物流基地（园

区)、物流管理咨询公司及相关行政、事业单位等从事采购、仓储、包装、配送、运输、规划等物流业务运作管理、物流服务咨询与策划、供应链管理以及物流系统规划与设计等工作。

C 专业能力素质结构

- a 掌握物流管理的基本理论,了解物流管理发展的最新动态。
- b 具备物流管理的应用程序操作能力。
- c 具备物流信息组织、分析研究、传播与开发利用的基本能力。
- d 能进行物流系统分析、设计和规划,具有物流管理的基本能力。

D 物流目标企业分析

a 中铁快运股份有限公司

中铁快运股份有限公司,简称“中铁快运”。是铁道部直属大型国有专业运输企业,在国家工商行政管理总局注册,注册资金 26.93 亿元。中铁快运股份有限公司作为铁路大型专业运输公司,是快运物流业领先企业、高新技术企业和 2010 年全国物流百强企业,管理和经营全国铁路行李车、快运货物专列、公路汽运配送和全国经营网络。

“中铁快运”公司总部在上海,上海是中国大陆的经济商业中心,是中国的航空与铁路枢纽,其港口为世界最大的集装箱港;上海正在致力于建设成为国际经济中心、国际金融中心、国际贸易中心及国际航运中心。而且,我是一个南方人,那更好的适应南方的环境。

“中铁快运”每年都会在我校招聘物流方面的专业人才,我希望通过自身努力,能进入“中铁快运”这家企业。

E 目标职业分析(物流经理职位分析)

我理想的职业是中铁快运公司的流部经理,现在,我将自己锁定的职位进行全面的分析。

a 物流经理职位概要

组织管理企业的物流与仓储,实现物流顺畅的目标。

b 物流经理工作内容

- (1) 根据企业的标准,控制物流运输以及仓储管理的成本。
- (2) 管理物流供应商以使货物送达目标客户手中,并不断提升服务水平。
- (3) 保持、控制日常业务操作的顺畅和持续有效。

- (4) 提供实施管理和作业报告,保持计算机系统和手工操作系统数据精确。
- (5) 保持实际存货百分百的确。
- (6) 安置、组织、带领并调动整个团队充分执行目标要求的任务。

c 物流经理任职要求

类型	任职要求
专业知识	具备丰富的物流管理管理、国际贸易、管理及经济等方面的专业知识,
工作经验	5年以上物流、采购相关职位工作经验,同等管理职位至少要三年以上的工作经验。
个人技能	1: 保税仓储、物流控制领域,熟悉海关进出口流程。 2: 熟练使用电脑办公软件。 3: 具备英语听、说、读、写等基本能力
工作态度	1: 具有高效的沟通能力 2: 具有一定的机会、组织、协调能力和团队协作精神。 3: 积极的工作态度,经理充沛,工作作风严谨稳健,能承受较大的工作压力。

通过以上对自己所要从事的职业的分析,自己对物流这个行业有了更加清楚的认识,能让我更加清晰的确定自己职业目标和路径。

三、职业目标定位

我将根据自己的个性特征,和对自己的SWOT分析,给自己定位一个合适的职业目标,并制定合适的职业发展路径。

1、个人SWOT分析

	自身因素(内)	外界因素(外)
S(优势)	1: 为人热情大方,担任学生干部,积极参加各种第二课堂活动,具有较强的组织、管理、沟通和人际交往能力,个人能力较强,综合素质较高。 2: 有一定的社会实践经	1: 物流发展历史短,发展潜力大 2: 我国物流行业专业人才需求量大,物流工作岗位增多,就业形势较好。 3: 当今社会电子商务快速发展,给物流企业的发展提供了良好的契

	<p>验，有从事物流方面工作的热情，信念坚定。</p> <p>3: 不怕辛苦，能吃苦耐劳，坚持不懈，有决心，勇气、毅力。</p>	<p>机。</p> <p>4: 学校的支持；鼓励大学毕业生就业的政策有利于我们的择业和就业。</p>
W (劣势)	<p>1: 大专学历，相比于本科等学历，学历低。</p> <p>2: 所学专业知识还不够健全、扎实，有待提高。</p> <p>3: 应届毕业生没有工作经验。</p> <p>4: 四川人，普通话不标准。</p>	<p>1: 大学生数量逐年增加，竞争激烈，就业压力大。</p> <p>2: 物流行业工作量大，比较辛苦，工作压力较大。</p> <p>3: 物流行业发展还不健全。</p>
O (机会)	<p>1: 我是大一学生，我还有两年的时间去弥补专业知识不足的缺陷。</p> <p>2: 我能利用剩余的时间全面提升自己综合能力和职业素质。</p>	<p>1: 物流行业发张迅速，能得到更加全面的发展。</p> <p>2: 就业政策的改变，企业改变招聘人才的方式。</p> <p>3: 学校教学资源丰富，我能充分利用学校的资源对自己进行充电。</p>
T (威胁)	<p>1: 工作压力大，对从业人员的抗压性、心理素质要求高。</p> <p>2: 工作量大，会影响到从业人员的私生活。</p> <p>3: 对从业人员的职业素养要求高，应届毕业生工作经验不足，短时间难以胜任。</p>	<p>1: 高级的物流管理人员不仅须具备物流专业的基础知识，而且需精通计算机知识、经济学知识、国际贸易知识、基础法律知识、商品学知识等等。</p> <p>2: 从事空中物流、远洋运输物流等行业，工作压力大，难度大，具有一定危险程度。</p>

2、职业目标确定

A 确定原则 : 人职匹配原则，职业兴趣原则

B 我的职业路径

基础操作人员 \Longrightarrow 中层管理人员 \Longrightarrow 高级管理人员

a 初期目标职业岗位

刚毕业目标岗位为企业的基层岗位，从最基础的配货员、仓管员做起。

b 中期目标职业岗位

当自己有了一定的工作经验，工作能力达标后，我的职位将锁定为物理企业的中级管理人员，物流经理等职位。

c 后期目标职业岗位

当自己拥有的较高的管理才能后，我将把我的职位目标锁定为物流企业的高级管理人员，做一个高级物流师。

职业分期	时间	职业目标
职业初期	工作1年	中铁快运公司运输部的基层员工—— 仓储管理员 。
	2—3年	公司 主管助理 。
	3—4年	公司的 库房主管 。
	工作5年	积极工作，提升为公司的 运营主管 。
职业中期	5—8年	做到公司的 物流经理助理 这个职位
	8—10年	提升为公司的 物流部经理
职业远期	10年之后	抓住机遇， 自主创业 ，创立一家属于自己的物流公司。

我是一性格外向、勤奋努力、敢于挑战的人，具有成为一名高级的物流管理潜质的潜质，但是，还需具备其它各方面的管理、有效沟通等能力。在以后的学习工作中，我会不断去弥补。

四、计划与实施

成功的人生离不开合理的规划，当我们给自己制定一个适合自己的规划，合理的规划自己的生活，自己的时间，并努力去实践，这样我们才能离成功更加接近。以下是我对自己的职业生涯做的规划。

1、短期计划（大学阶段）

大学是一个能实现自我提升的地方，我们应该以大的热情和积极向上的心态去学习生活，努力提高自己的各方面能力。因此我给自己的大学生活做了如下的计划与目标。

A 大学里的目标：成为一个优秀的大学生

专业知识目标	1: 学好物流专业知识，专业课成绩不低于80分。 2: 提高自身专业素养，建立物流专业知识框架。 3: 大二通过物流师考试，取得物流从业资格证书。 4: 掌握计算机基本技能，通过计算机二级考试。
--------	--

语言掌握	1: 说好普通话, 通过普通话考试。 2: 学好英语, 具备基本的听、说、读、写等能力。
第二课堂活动	1: 争当学生干部, 提高自身能力。 2: 争取参加学院第二十四届运动会和河北省大学生运动会。 3: 积极参加学校的第二课堂活动, 提高自身综合能力。
个人能力提升	1: 提高自身学习、沟通、创新、写作等方面的能力。 2: 积极参加社会实践, 学习社会经验。 3: 多与老师, 同学沟通, 学会建立良好的人际关系。
其他目标	1: 大学里积极向党组织靠近, 争取加入中国共产党。 2: 大学里争取拿到奖学金。 3: 坚持锻炼身体, 有一个强健的体魄。

B 大学里的计划

大学是一个创造人才的地方, 是一个实现自我升华的地方, 我们应该合理利用大学里的教育资源, 努力提升自己, 充实自己, 为自己的职业生涯打下坚实的基础。为此, 我给自己在大学期间制定合理的计划与目标, 并努力去实现。

时间	目标	计划与实施
大二(上)	1: 参加院运会和大学生运动会 2: 专业课程不低于 80 分	1: 刻苦训练, 提高身体素质, 努力提升自己的体育成绩。 2: 努力学习, 学好专业知识
大二(下)	1: 通过物流师考试 2: 通过计算机二级快考试 3: 学习社会经验 4: 专业课不低于 80 分	1: 自学物流师专业课程, 为物流师考试做好准备。 2: 学习计算机技术, 为通过计算机二级做好准备。 3: 积极参加社会实践。 4: 认真学习, 学好专业知识。
大三(上)	1: 建立物流专业知识体系。 2: 具备从事物流行业的相关能力。	1: 自学会计, 国际贸易。金融等方面的知识。 2: 进入物流企业实习, 获取工

	3: 努力向党组织靠近, 争取成为一名党员。	作经验。 3: 不断提升自身觉悟和自身思想素质。
大三(下)	1: 以优异成绩通过毕业考试, 毕业答辩。 2: 具备一定工作经验、一定社会经验。 3: 成为学院的优秀毕业生。	1: 不断努力学习, 学好专业知识的同时, 积极参加实践。 2: 多读、多看、多写, 提升自身能力。 3: 学习社会经验, 为进入职场做好准备。

2、中长期计划(职场阶段)

大学毕业后, 我也将离开校园, 走进社会, 开始自己的职业生涯。为了让自己在职业生涯中有清晰的方向, 我给自己在毕业之后做如下的规划。

A 毕业1—2年

首先从公司的基层员工如采购员、仓储管理员做起。毕业1年内继续学习专业知识, 通过在自考本科文凭考试。

毕业初期, 我将通过招聘, 进入中铁快运公司, 开始自己的职业生涯。从企业的基层员工做起, 主动与员工同时和上级建立良好的沟通关系, 吸取经验。从事与物流相关的采购、仓储的工作, 提升自己的人工作能力和工作经验, 为以后的职业发展积蓄力量。

在这1年多里, 我将继续进行专业知识学习, 弥补自己专业知识不足的缺陷, 并且准备通过自考本考文凭考试。

B 毕业3—5年

1年后提升为中铁快运公司的初级管理人员。争取通过二级物流师德考试, 拿到物流师国家职业资格二级证书。

在工作中, 积极主动, 勤奋努力的干好自己的本职工作, 不断提升自身的工作能力和工作素养, 争取在工作中取得优异的成绩; 从而提升自己的职位, 成为一个初级管理者。要不断提升自己的团队协作能力、人际交往能力和领导管理能力, 这样对我以后的发张会有很大的帮助。

C 毕业5年之后

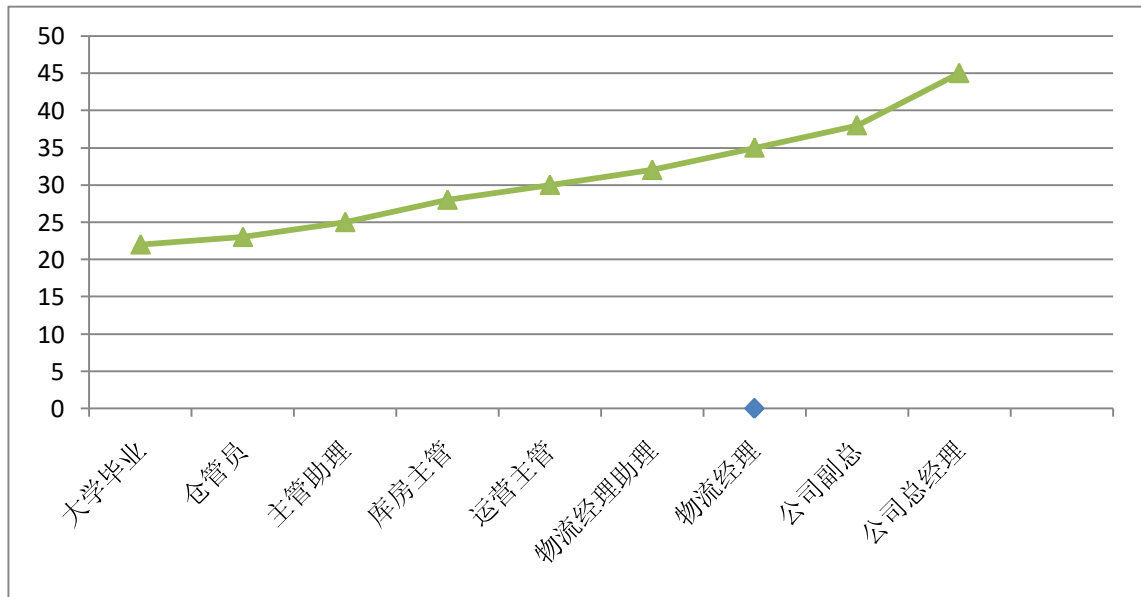
成为中铁快运公司的中级管理者。争取拿到高级物流师国家职业资格一级证书。

自己的各方面能力的到了很大提升，具备了良好的沟通能力和领导管理能力。自己能独当一面，拥有了较强的工作能力和工作经验，能为企业创造价值。

D 毕业 10 年后

工作十多年后，自己已经有了丰富的社会经验、工作经验，自己也有了一定的经济基础；到时候我会凭着自己勇于拼搏、敢于挑战的精神去创业，开一家属于自己的物流企业，想自己的职业巅峰进军。

我的职业成长路线图（岁）



3、抓住机遇，自主创业

当今社会竞争激烈，就业压力大，自主创业不仅能减小就业压力，更加全面的锻炼自己，提升自己的能力，而且还有国家的政策支持，对于我们来说，未尝不是一条较好的途径。

A 自主创业时间 、 毕业 5 年后

对于我们这些刚毕业的大学生来说，还很稚嫩，没有什么社会经验，所以如果想自足创业，应该先进入社会先历练几年，当有了一定社会经验后，在开始进行自主创业。

B 自主创业地点 、 成都

成都作为中国西部最大的城市，中国西部的经济中心，经济和社会各项事业迅速发展，综合经济实力显著增强。而且人口众多，市场潜力巨大，发展潜力大，生活成本较低，工作压力较小。

我从小在四川长大，对四川、对成都更为熟悉，了解更为深入，所以如果自主创业，我会选择成都。

C 自主创业项目选择 、同城物流

我将尽可能运用我的所学，在成都开设一家同城物流公司，在成都做物流，提供各种物流服务。

譬如：同城快递，就是在同一个城市内发快递，不能上门自取货物的情况下，请快递公司代劳。

如果选择自主创业，会面临一系列的困难和风险，如资金不足，行业竞争，经营失误等。所以，创业需慎重，不能盲目，我会从小做起，前期投入不要太大，一步一个脚印，慢慢发展壮大。

五、调整与评估

俗话说：“天有不测风云，计划总是赶不上变化”；计划虽然制定的美好，但往往会出现很多突发因素使计划中途夭折。为了应对生活中出现的突发情况对计划的不良影响，所以应该根据计划的实施情况对计划进行调整与评估，以下，是我对本计划做的调整与评估方案。

1、评估的内容

A 职业目标

如果没有大的变故，我将一直坚持在物流行业发展。如果要重新选择职业目标，我将根据自己的个性特征、兴趣爱好、职业价值观等选择自己喜欢的职业。

B 职业路径

当自己的职业生涯遇到瓶颈时，出现“职业疲惫”和“职业厌烦”时，我将摆正心态，对自己的职业路径做出适当的调整。

C 其他因素评估

在职业生涯中，考虑到家庭、身体等等因素，我都将适时对自己的职业规划做出调整。

D 全面评估

方式	评估者	评估内容	评估标准
自我评估	本人	1: 自己的才能是否得到充分的施展。 2: 自己是否在工作中创造出价值，是否对企业对社会化做出奉献。 3: 自己的工作是否让我感	根据自己的职业价值观，自己的兴趣爱好、知识、水平、能力去评估。

		到满足，感到快乐。	
家庭评估	父母、妻子、子女等	1: 自己的家人是否能够理解和支持。 2: 自己家人对自己职业的态度；是否能够给予肯定和帮助。	根据家庭文化区评估
企业评估	上级、平级、下级等	1: 是否有下级、平级同事的赞赏。 2: 是否有上级的肯定和表彰 3: 是否有职称、职务的晋升:。 4: 是否有工资待遇的提高。	根据企业文化及其总体经营结果
社会评估	社会舆论、社会组织等	1: 是否有社会舆论的支持和好评。 2: 是否有社会组织的承认和奖励。	根据社会文化

2、评估的时间

- A 当遇到重大突发事件、特殊情况时会做出调整。
- B 在一般情况下，我会每一年或半年对自己的职业规划进行评估。
- C 工作五年后我将对自己的职业路途做出一次大的评估，十年后将再次对自己的职业路径做出评估。

3、规划调整的原则

- A 慎重考虑原则
- B 有比较专业的人员的建议。
- C 除非在遭遇到重大的变故，对目标的达成造阻碍的情况下。

4、调整方案

物流行业的发展潜力巨大，因此，这个行业的竞争也十分激烈。学习物流专业的人越来越多，物流专业人才、物流顶尖人才越来越多，对我们的择业与就业构成了极大的威胁。

如果物流这个行业压力太大，而我的绩效也不好，在这个行业不能完全发挥我的潜力的才能，我会根据自己的性格特征、兴趣爱好和特长，选择从事其他的行业。

A 行业选择 、 营销、公关。

根据我外向的性格特征和兴趣爱好进行行业选择，我在调整方案中选择的行业是市场营销和公关行业。

B 调整行业分析

在营销和公关行业都需要与人接触，与人员打交道，需要从业人员具有极强的沟通能力、表达能力和管理能力，我认为我很适合这类的工作，能从中创造价值并且能从中得到满足感和快乐。

	个人优势	劣势	弥补方法
a 营销	1、性格外向，善于与人打交道。 2、喜欢销售的工作，能从中找到乐趣。 3、学校开设的市场营销的课程，能学到市场营销的基础理论知识。 4、有相关的工作经验。	1、在校学习的市场营销知识不够全面，对专业知识还相对欠缺。 2、理论没有结合实践，工作经验相对欠缺。 3、专业不对口，理论不足。	1、自学市场营销方面的专业知识，提高自身的专业知识水平。 2、积极参加社会实践，提升自己的社会经验。 3、尝试营销方面的工作，学习销售方面的工作经验。
b 公关	1、人际交往能力、沟通能力较强，喜欢与人员打交道。 2、符合个人性格特征，喜欢这个行业。	1、专业知识不足，缺乏公关行业方面的理论知识。 2、缺乏实践，缺乏工作经验。	1、利用业余时间学习公关方面的专业知识，提升自己的专业素质。 2、从事一些公关方面的工作，学习工作经验。

结束语、

俗话说：“志不立，天下无可成之事”，所以，一份对自己人生合理的规划十分重要。当我们对自己的人生规划，自己就会有奋斗的目标，自己便不会迷茫，到那个我们不断努力向着那个目标前行时，自己也就离成功更加接近了。

在人一生的漂流中，我们可能会离我们心中的目标渐行渐远，在这个时候，我们就应该去创造条件，努力向我们的目标可靠近。所谓创造条件，就是一种进取，一种求索，一种对心中既定目标的执着，一种坚忍不拔的追求。当自己付出了努力后，你会发现自己总会有收获；当自己以及大的决心、勇气和毅力去改变，去创造，去向成功靠近时，你会发现这过过程是既艰辛而又快乐的。

当今社会，竞争越来越激烈，对职场人员的能力要求越来越高；我们要想在这个社会中找到一份好的工作，实现自身的价值，就要有过硬的专业知识和较高文化素质。在平时的生活学习中，我们应该制定合理的学习生活计划，规划自己的生活，计划自己的时间，从小做起，从身边点滴做起，不断提升自己的专业技能和职业素质，这样我们才能更好的适应这个社会。

“九层之台，起于垒土；千里之行，始于足下”。其实，成功也会很简单，只需要我们做一点点，但每天都要去做一点点；这就是告诉我们，要坚持、、、。

我相信，只要我们锁定了自己目标，有了合理的规划，再加上自己的信心、恒心、耐心，然后将其付诸实践行动，坚持不懈，竭尽全力，那么我们终将能登上成功的巅峰，拥有另一片博大的天空。

让我们努力吧！把心中的梦变成现实、、、。