

我的大学职业生涯规划范文

篇一：我的大学职业生涯规划书

时间在不经意间悄悄划过，刚刚从高考中解脱的我还没有回过神来就被拉进了大学的校门。有些茫然的我迷迷糊糊的过了有些日子。从迷茫中挣扎出的我为自己拟定了份计划书。新的环境新的起点，大一的我要改变自己以往的学习和生活上的一些习惯。我要积极参加学校的活动增强交流技巧，和老师同学以及比自己早步入大学的师哥师姐们进行交流，询问学习以及将来的就业情况，同时也能提高我的人际沟通能力。

大二：这是专业课学习的第一年，所以，在学习上，我要对自己一无所知的专业课进行努力学习，做到从不知到认识，熟悉再到掌握能灵活运用。可尝试兼职、社会实践活动，最好能在课余时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作。同时也能提高自己的责任感、主动性和受挫能力；继续增强英语口语能力、计算机能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅修其他专业的知识充实自己。要开始有计划地广泛阅读，扩大自己的知识面。

大三：首要问题就是要明白自己面临的是继续深造还是就业。打算考研，应该加大力度的学习专业知识，扩大英语词汇量，着手做好考研前的一切准备。另一条路就是就业。那就要求我把目标锁定在提高求职技能、搜集公司信息。同

时锻炼自己独立解决问题的能力。多参加和自己专业有关的的活动，与同学交流求职工作的心得体会，了解搜集工作信息的渠道。也可向老师和一些毕业的人士请教求职的一些相关问题。

大四：用最短的时间完成自己大学的学业任务。为将来的就业或是考研争取时间。此时最主要的就是对前三年做一个总结，对自己要有一个清楚的认识。做出果断的决定，为下一步做好充分的准备。!

如今，身为大学生的我们，又站到了人生的十字路口，我们即将离开校园进了不同行业，迎接人生第一份工作的挑战。虽然有“先就业，再择业”的说法，但对涉世未深，缺乏职业规划能力的我们来说，第一份工作能否选好，做好，还是至关重要的。

确定职业通道：根据已确定的自己的专业发展领域，确定自己何时内部发展职业类型：事业型典型特征：性格偏内向，容易与人相处，合作和适应能力强，喜欢与人共同工作，职业选择技术型，主要注意力是工作的实践经验，渴望提升，直到高级辅助的位置，不愿在技术类区工作。成功标准：在本事业区达到最理想位置。

规划期限三年起止时间：XX年到XX年阶段目标：顺利毕业，成为一个有一定经验的技术人员，拟定具体实施方案。要成为一个有一定经验的技术人员，需要缩小自己和有经验

人员的差距。

知识上的差距。书本知识的欠缺只是一个方面，更重要的应当是实践的差距，为了缩小差距，需要在学习书本知识的同时，多参与真正的技术工作，在实践中体会书本知识。能力差距。这一点可能是最重要的为了缩小这种差距，除了在实践中逐步学习外，还要和高手密切联系，以便随时请教和学习。

阶段目标：初步确定毕业方向以及相应能力与素质的培养。

认识自己的需要和兴趣，确定自己的价值观，动机和抱负，考虑未来的毕业方向。了解相关的活动，培养和锻炼自己的能力团队协作精神，同时检验自己的知识技能：可以开始尝试社会实践活动并要具有坚持性，最好能在课余时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，提高自己的责任感，主动性和受挫能力并不断的总结分析中得到职业的经验；增加英语口语和计算机应用的能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并开始有选择地辅助其他专业的知识以充实自己。

阶段目标：掌握求职技能，为择业做好准备。

加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职能力搜集公司信息上，参加与专业有关的暑期工作和同学交流求职工作心得体会，学习写简历，

求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道。如果有机会要积极尝试；加入校友网络，向已毕业的校友了解往年求职情况。其实每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想，信念，追求，抱负。

每个人心中都有一片森林，承载着收获，芬芳，失意，磨砺。

但是无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。

一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力，拼搏，奋斗成功，不相信眼泪成功，不相信颓废成功，不相信幻影成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人未来，掌握在自己手中未来，只能掌握在自己手中所有的退却都有借口，而所有的挑战没有理由，只有信念；必胜的信念挑战自我！永不言弃！

篇二：我的大学职业生涯规划书

我的职业生涯规划

总论：

有时候我自己在想：我该如何走我自己的人生，如何去规划？

记得一位哲人这样说过：“走好每一步，这就是你的人生。”是啊，人生之路说长也长，因为它是你一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人

生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。

对于我来说，职业生涯目标的设定，是职业生涯规划的核心。一个人事业的成败，很大程度上取决于有无正确适当的目标。没有目标如同驶入大海的孤舟，四野茫茫，没有方向，不知道自己走向何方。只有树立了目标，才能明确奋斗方向，犹如海洋中的灯塔，引导你避开险礁暗石，走向成功。

一. 意义及自我分析

有了成功的目标。明确自己人生的大目标，对把握好目标有直接的促进作用。认真策划人生每一步。有道是：“凡事预则立，不预则废”，千真万确。对自己做的或将要做的事没有任何准备，就是在为失败做准备。

学历目标:成人本科毕业

经济目标:年薪 30 万

方向:企业高级管理人员

二. 社会环境规划和职业分析

1、社会一般环境

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入 wto 后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走向国门。

2、管理职业特殊社会环境

由于中国的管理科学发展较晚，管理知识大部分源于国外，中国的企业管理还有许多不完善的地方。中国急需管理

人才，尤其是经过系统培训的高级管理人才。因此企业管理职业市场广阔。

三. 职业生涯三年规划:

1. 职业目标:

职务目标:先从小头目干,逐步了解企业对高层领导的要求。

能力目标:掌握专业知识,了解其他方面对自己有用的知识。

经济目标:在当前职务中,做到最好,最优,争取有一个四五万的成绩。

第一年:定向期:首先要适应由底层员工到小领导的角色转变,重新确定自己的学习目标和要求;其次,要开始接触建筑行业生涯的概念,特别要重点了解自己所从事行业的发展目标,并进行初步的行业生涯设计;熟悉环境,不断地建立新的人际关系,提高交际沟通能力,在行业认识方面可以向多年的老人,尤其是优秀老人询问行业情况;积极参加各种各样的培训活动,增加交流技巧与行业经验;在学习方面,要巩固扎实专业基础知识,加强行业表达能力的培养,掌握现代职业者所应具备的基本技能;要了解行业边界,提高行业执行力能力。第一年,应多参加培训活动,增加交流技巧,在定向期,通过参加各种培训等组织,锻炼自己的能力,同时检验自己的知识技能;提高自己的责任感,主动性和受

挫能力,并开始有选择地实践自己所学技能。

第二年度:为准备期.加强专业知识学习的同时,考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业,所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作,和同学交流求职工作心得体会,学习写简历、求职信等求职技巧,了解搜集就业信息的渠道,并确定自己是否要升本或考研。要积极锻炼自己得到独立解决问题的能力 and 创造性;积极常识并加入校友网络,了解往年的求职情况。

三年级:为分化期:目标应锁定在工作申请及成功就业上.这时可先对前两年的准备做一个总结:首先检验自己已确立的职业目标是否明确,前两年的准备是否充分;然后开始毕业后工作的申请,积极参加招聘活动,在实践中检验自己的积累和准备;最后,预习或模拟面试。积极利用学校提供的条件,强化求职技巧,进行模拟面试等训练,尽可能地做出充分准备。在撰写毕业论文的时,可大胆提自己的见解,锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。另外,要重视实习机会,通过实习从宏观上了解单位的工作方式、运转模式、工作流程,从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范,为正式走上工作岗位奠定良好的基础。

五. 目标分解与目标组合]

(1) 目标分解:目标可分解成两个大的目标——一个是

顺利毕业，一个是成为一个有一家公司的生化方面的技术人员。

对于第一个目标，又可分解为把专业课学好和把选修课学好，以便修完足够的学分，顺利毕业。接下来，还可以细分：在专业课程中，如何学好每一门课程；在选修课程中，需要选择哪些课程，如何学好??。

对于第二目标，又可分解为接触社会阶段，了解市场阶段、熟悉公司运营阶段。接下来，还可以细分：在接触社会阶段，要采用什么办法，和哪些公司保持联系。如何锻炼自己??。

(2) 目标组合：顺利毕业的前提是学好专业课程，而专业课程的学习则对职业目标（成为一个有一家公司的生化方面的技术人员）有促进作用。

关系督导他人

撰写应用文公开发言组织/管理/调整教授/指导

应对最后期限的压力交谈沟通协商/仲裁

你可以比较一下你自己擅长的技能与这些“热门”技能的差异。

技能在日常活动中是可以主动锻炼、获得、提高的。但你要清楚地制订一个完善这些技能的计划，这样才能有目标地达成自己想要的结果。

3. 360 度评估结果：自我评价：优点

1. 为人热心，真诚，没有心机
2. 与同学关系处理不错，人缘较好
3. 交际实践能力较强，善于与人沟通
4. 学习踏实努力，有苦干精神
5. 理解他人，关爱他人
6. 喜好阅读，知识面较广，对新的接受能力强
7. 思维较活跃，大胆敢尝试新事物

缺点

1. 自制能力差，没有恒心
2. 做事情有计划，但不执行力较差，经常丢三落四
3. 对他人的依赖性强，有时表现得不够自信
4. 容易骄傲和满足，有时以自我为中心，太过固执，不接受他人意见，没做到严以律己，宽以待人
5. 做事不够细心，对事情耐心不够，容易放弃

他人评价：类型

优点

1. 谦虚上进，有礼貌

家人评价

2. 独立懂事
 3. 乖巧
 4. 有责任心善良
1. 能力突出，有自己独到的见解
 2. 有上进心，积极进取
 3. 注重效率和质量并重

老师评价

4. 热情开朗，团结同学

1. 对课本知识缺少深入思考 2. 遇到问题，不善于询问老师
同学

缺点

1. 脾气倔强

2. 爱耍小性子，过于情绪化 3. 固执己见，听不进他人的劝
告 5. 耐心不够

5. 工作积极主动，责任心强，有较强集体荣誉感 3. 比较容
易自我满足和骄傲 6. 乖巧踏实聪慧 7. 知识面广博

1. 永远充满自信的微笑 2. 对待朋友热情，真诚

亲密朋友评价

3. 心地善良单纯，为人率真

1. 大大咧咧，对于细节不太注重 2. 过于直率，容易伤害人

3. 太强调完美

4. 工作学习踏实努力，聪明，理解能力，接受能力 4. 工作
时给同伴太大的压力强

5. 有思想，对人情世故了解较多

5. 多愁善感，容易自找烦恼 6. 爱撒娇，闹小脾气

6

1. 实在，关心同学，待人可亲，

同学评价 2. 有团队意识，识大体 3. 积极参加团队活动，人

缘好

4. 聪明，可爱

1. 为人踏实、稳重

其他社会

关系评价 2. 表达能力，应变能力，交际能力强 3. 为人热情，能取得别人的好感和信任

4. 大胆，敢于冒险

4. 职业能力探索小结：

通过自我评估、职业测评、360 度评估，可以看出，我热情、开朗，人际交往能力较强，善于表达，教授。而编程、修理等理工类的职业并不适合我。较适合我的职业有教师、HR 等。

1. 社会实际经验缺乏 2. 不太擅于结交社会上的朋友 3. 在社会上的人面前会拘谨，胆小 1. 有时会以自我为中心，不大考虑他人感受 2. 性格捉摸不定，情绪变化差异大

三、职业价值观

1. 职业价值观测评结果：

职业价值观指的是，你无论从事的是什么工作，都会努力在工作中追求的东西。从某种角度，可以认为，工作价值观就是你在工作中最期待获得的东西。当然，这可能是金钱、权力，也可能是成就感、社会奉献等。本测验就是把职业价值观从六个方面加以区别，然后测定你更倾向于表现出哪种类型的职业价值观。在六个方面你的平均得分如下图所示：

相信，通过这样一个再思考过程，你对自己希望在职业领域获得的东西有了一个更清楚的把握。从你的选择看，你最突出的职业价值观是追求成就、支持满足。

追求成就：希望获得的工作，是能够看到及时的成果展现，并体验到可能的成就体验。即工作的追求是一种自我实现，而并非外在特质利益的满足。

把“追求成就”视为自己重要的职业价值观的你，希望在工作中：

1. 能够比较充分地展示自己的独特之处；

2. 能够充分感受自己完成任务后的成就体验；

3. 能够提供自我提升与发展的空间与机会；

4. 通过自己的努力付出，得到应有的成果。

7

支持满足：一个期望在职业中，获得管理层的支持，比如获得充分的培训机会，能够在单位的既定范畴内获得应有的待遇的人。

把“支持满足”视为自己重要的职业价值观的你，希望自己的工作：

1. 能够在具有规范约束的背景下有序而顺利地进行；

2. 能够获得公司的合理反馈，获得应有的资源；

3. 能够及时获得上级的支持与肯定；

4. 过程中有比较好的培训机会，从而更好地胜任自己的工作；

5. 有一个合情理的、具有理解力的上司。

下面几个价值观相对而言不是你最大的工作动力来源，但是了解它们对你更好的认识自己和职业有很大的帮助。

注重关系:期望工作的内容是能够给予别人帮助，并希望在这样的职位上同事之间关系融洽，大家都有积极的道德观念和社会服务意识。

工作条件:你非常希望获得有充分保障的工作，比如能够在—个比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够有自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。

崇尚独立:你是一个期望在工作中能够独立工作、独立决策，而且能够表现出自己的创新，发挥自己的责任感、自主性的人。而且你能够以自我监督的形式使自己的工作按照自己的计划顺利进行。

赞誉赏识:对职业的追求，是能够使自己获得充分的领导力提升机会，并拥有充分的权威，能够对他人的工作提供指导。并且这个职位是富有社会声望的。

再说明—点：每个人都有多种价值观，因为价值观是与个人需要密切相关的。假如你—个即将毕业的学生，那么你强烈需求可能就是“—个工作”，而不是—个“适合的工作”。但是，人是持续成长，并随时支付机会成本的。因此，如果你能够早早定位自己内心深处追求的东西，及早有—个方向，你会获得更多的成功与机会。

四、性格特征

8

为了便于你更好地理解，下面是每个维度的简单解释

综合你在四个维度上的倾向，总体来说，你的类型是：

主人型——热情主动地帮别人把事情做好

？

○ 你的特点：你非常重视与别人的关系，容易觉察出他人的需要，并善于给他人实际关怀，待人友好、

有很强的责任心。喜爱自己的全部，对自己爱护有加。看到周围的人舒适和快乐，你也会感到快乐和满足，由于很健谈，所以你非常受欢迎。

○ 你热情，有活力，乐于合作，有同情心，机敏圆滑。你希望得到别人的赞同和鼓励，冷淡

和不友善会伤害你。你需要和睦的人际关系，对于批评和漠视非常敏感，竞争和冲突会让你感到不愉快，因此你总是尽力避免发生这样的事情。

○ 你很实际、有条理，做事彻底，有一致性，对细节和事实有出色的记忆力，并且希望别人

也如此。你总是着眼于目前，在经验和事实之上做出决策，将事情安排妥当。你能很好地适应日常的常规工作和活动，不喜欢做需要掌握抽象观点或客观分析的工作。

9

○ 你喜欢组织众人和控制形势，愿意与他人合力按时圆满地完成任务。喜欢安全和稳定的环境，支持现存制度，注重并很好地遵守社会约定规范。忠于自己的职责，并愿意超出自己的责任范围，做一些对别人有帮助或有益处的事情。在遇到困难和取得成功时，都很积极活跃，希望付出能得到回报或赞扬。

？

○

○ 生活中的你：崇尚“责任至上”你的穿衣风格：你总是彬彬有礼，外表显得干净利落，喜欢剪裁合身、倾向于古典风格的衣服。

○ 在团队中，你好动又多话，总是那么引人注目。你喜欢人际交往，很关注别人的反应，对于别人是否舒服十分敏感，你的友好和开朗很受大家的喜欢。

○

？

○ 对身边的各种事情，你总是第一个站出来，提出自己的看法，并努力推动它的实施。优势：你通情达理，常常赞扬别人的优点，处处帮助和协助他人，总能找到与别人既有效又友好的合作方式

o

o

o 你善于记住并利用各种事实来处理细节问题，看问题的角度总是基于现实。你的组织能力很强，组织活动灵活高效。你果断坚决，稳重可靠，忠于自己所在的集体，用行动来维护集体的价值观念和原则，绝不会抛弃应有的操守。不论是工作、学习还是生活中，你都愿意为团体奉献自己的力量。o

o

?

o

o

o

o 认真、勤奋、高效，你有非常强的责任意识，言出必行。信赖传统、稳定的环境，对各种既定的规章和程序，你会严格遵守，依例操作。岗位特质：氛围要友好，能与他人合作，还能够感受到他人的赞赏和支持，最好可以把同事当作朋友你看重的是工作制度要完善，工作内容也得明确和易于理解，评价标准要清晰这份工作得能够运用你的细致和计划性，工作成果能够给人们带来实际的帮助工作需要提供让你组织安排并督促自己和他人工作的条件，你可以确保事情尽可能顺利、

有效地进行

o

o

?

o 你需要同事之间能够建立温暖和坦诚的关系，通过有形或无形的方式帮助他人提高适合做常规的项目或工作，并且有一定的控制权，太强的压力和应变要求会让你不适应不足和改进：你是一个乐于助人的人，但有时过于热情或强势，以至于给予别人额外的关心和帮助，或侵占了别人的空间。有时候你要学会控制过于强烈的表达愿望。

o 有时因为过于关注别人的需要而忽视自己内心的需求，难以说“不”。当遇到冲突时，为了维护人际关系的和睦，通常采取回避或是妥协的方式，而非积极的、正面的处理。你需要学会客观面对和处理冲突。

10

o 相当敏感，做事总是希望得到别人的鼓励和赞赏，担心被忽视，不愿接受批评，很容易引发沮丧和郁闷等。有人是万能的，不要试图令所有人都满意，不同意见也并不意味着你的失败。

o 通常很难变通，拒绝尝试新方法，同时过分依赖自己的经验，有时因为信息不足造成决策

的草率，而显得比较武断。你需要开放地对待新的观念和事物，注意接纳新的观点；可以多搜集信息，考虑多种可能性，虚心接纳他人的合理建议，再三思考后再行动，使决策更完善。

- 倾向于只关注具体细节和眼前需要，而对事物的整体情况和长远利益重视不够，需要考虑决策制定的逻辑性以及对全局的影响，注意分析事件之间的关联，更加关注整体。

- 难于适应新情况，在不同的工作任务之间来回切换有时会觉得困难。你不喜欢在紧张的气氛下做事，独自工作过长时间可能会焦躁不安，你可以通过适当的社交活动来缓解这种烦躁。

？

○

○

- 成功秘诀：就事论事，不要随便地把批评和不同意见视为对自己的人身攻击经常考虑事情发展的可能性和潜在的变化因素不紧不慢地办事情，要学会等待最佳时机

五、自我探索小结

11

第二章、职业探索

一. 家庭环境分析

1、家庭经济条件：

经济条件达到小康，父母有稳定的收入。

2、家人期望：

家人并没有对自己的职业有过多限制，希望能凭借自己的实力谋得一个好职位。但由于家中父母为教师和医生，所以对这两个职业更加青睐。

3、家族文化：

家中亲戚多为教师、医生、公务员，所以从小对这些职业有较大兴趣。

二. 学校环境分析

1. 学校介绍

浙江师范大学是一所以教师教育为主的多科性省属重点大学，现有初阳学院、法政与公共管理学院、教师教育学院、杭州幼儿师范学院、体育与健康科学学院、人文学院、外国语学院、音乐学院、美术学院、数理与信息工程学院、化学与生命科学学院、工商管理学院、旅游与资源管理学院、交通学院、职业技术学院、国际文化与教育学院、文化创意与传播学院、行知学院（独立学院）等 18 个学院 61 个专业，；在职教职员工 2640 余人，专任教师 1460 余人，其中中国科学院院士 1 名、共享中国科学院院士 4 名、中国工程院院士 1 名，具有正高职称教师 260 余人，副高职称教师 650 余人，具有博士学位教师 460 余人，国家突出贡献专家 1 人，享受

国务院特殊津贴 26 人，入选“国家新世纪百千万人才工程”1 人，教育部“新世纪优秀人才支持计划”4 人，教育部高校教学指导委员会 4 人，拥有省特聘教授 3 人，入选浙江省“新世纪 151 人才工程”第一、二层次 37 人、省高校中青年学科带头人 55 人。学校为首批国家级语言文字规范化示范校之一，并拥有教育部确定的全国重点建设职教师资培训基地、铁道部确定的铁路机车司机培训基地、浙江省高校师资培训中心、浙江省幼儿师资培训中心、浙江省幼儿园园长培训中心等人才培养培训基地；并是中职教师在职攻读硕士学位研究生培养单位。学校教学基础设施先进，功能齐全，图书馆、资料室现有纸质图书 300 余万册、电子图书 185 万余种；拥有实验室 44 个，其中省部共建教育部重点实验室 1 个、国家级实验教学示范中心 1 个，省级重点实验室、省级实验教学示范中心 5 个。实验室总面积万多平方米，教学、科研仪器设备总值达亿元。

2. 学院介绍

人文学院是全校 17 个学院中最富综合实力的学院之一。现有教职工 114 人，全日制在校生 1680 名，函授生 2500 余人。99 名专任教师中，教授 35 名，副教授 36 名，博士及在职攻读博士学位的教师 52 名，其中享受政府津贴的 5 人，省 151 人才 5 人，省中青年学科带头人 5 人，省功勋教师 1 人，曾宪

梓奖获得者 8 人。设有汉语言文学、历史学、儿童文学、对外汉语四个系，汉语言文学、历史学和对外汉语三个全日制本科专业。学院从 19xx 年开始招收研究生以来，已逐渐形成多层次办学的优势。现有中国现当代文学、中国古代文学、文艺学、汉语言文字学、世界史五个硕士学位授予点及课程与教学论中的语文和历史两个方向，招收各类研究生 430 余名。

学院坚持以人为本、以文育人的办学主张，强调以科研促教学。学院现有三个省级重点学科：中国现当代文学、中国古代文学和汉语言文字学；两个校级重点学科：专门史、文艺学；五个校级重点研究所：文学研究所、中国文学与文化研究所、儿童文学研究所、汉语言文字学研究所、历史研究所；还设有四个校级重点研究中心：华侨华人研究中心、中国古典文献研究中心、语文教育研究中心、社会学民俗学研究中心。此外，学院还有综合资料室和三个省级重点学科资料室，藏书 10 万余册，期刊近 400 种。19xx 年以来，学院教师多次获各级社科基金研究项目和科研奖或教学成果奖。共有国家社科基金科研项目 11 个，教育部、省哲学社会科学规划项目 39 个，还获得了多项省部级奖。近 5 年全院教师共出版专著、教材 138 部。

目前，学院工作以办学层次和人才培养质量“双提高”为重点，通过强化师资队伍和院风建设等途径，努力使培养的人才既

有深厚的人文底蕴又有扎实的专业基础。

3. 专业介绍

?

?师范本科专业，学制四年，授予文学学士学位，省重点专业。培养目标：培养德智体美全面发展的、能适应新世纪中等教育（主要是语文教育）需要的合格师资以及从事教育科学研究、教育管理等方面工作的高级专门人才；培养具备较强的汉语言文学素养、能在新闻文艺出版部门、科研机构、机关企事业单位等从事相关工作的高级专门人才。

?主干课程：现代汉语、古代汉语、语言学概论、中国古代文学、中国现当代文学、外国文学、文学概论、写作、美学概论、中学语文学科教学论等。

?就业方向：在各级各类学校从事语文教学、教育科学研究、教育管理等方面工作，在新闻文艺出版部门、科研机构、机关企事业单位从事相关工作。

4. 实践经验

学院举办师范技能节，加强我们师范技能，但真正的教学实践环节很少。

三、社会环境分析

1. 就业形势：

近三年的总体就业形势国家高度重视高校毕业生就业工作。

胡锦涛、温家宝等中央领导同志多次作出重要批示，要求全

力做好高校毕业生就业工作。自 XX 以来，中央有关部门累计发出 40 多个文件，明确了 100 多项具体政策，各地因地制宜制定了大量的配套政策措施，积极促进高校毕业生就业和 13

创业。XX 年全国人大审议通过的《就业促进法》已于 XX 年 1 月 1 日起实行。

全国毕业生人数剧增，就业形势严峻。XX 年、XX 年、XX 年全国普通高校毕业生分别

为 338 万人、413 万人、495 万人，逐年大幅增加，就业形势十分严峻。XX 年全国共有应届高校毕业生 559 万人，比上年增加了 64 万人，是近年来毕业生人数最多的一年。

我省毕业生人数持续增长，就业率基本保持稳定。XX 年我省普通高校毕业生数达到万人，比 XX 年增加 2 万多人，增幅为%，再创历史新高。普通高校毕业生就业率为%，比 XX 年上升个百分点，已就业毕业生近 18 万人，就业人数比 XX 年增加 2 万人。XX 年全省普通高校毕业生将达到万人，毕业生就业形势依然严峻。

XX—XX 年我省高校毕业生人数和就业率一览表

2. 就业政策

①国家正在出台一系列政策措施帮助大学生就业②义务教育继续普及，教师需求量不断增加 3. 竞争对手

我们学校的主要竞争对手有杭师大、绍兴文理学院等省内师

范院校和东北师大、华师大省省外师范院校。

四、职业环境分析

1、目标职业一：教师

1) 工作本身：我国的中学教师分初中教师 and 高中教师。初中教师为九年制义务教育服务，高中教师为高校培养预备人才。中学教师一般都在教学一线工作，教授语文、数学、外语等课程。在教学过程中，他们不仅要上课，还要作相关的备课，组织考试，答疑，管理课堂纪律等活动。中学教师不能简单地把知识传授作为自己的主要任务和目的，而应成为学生学习的激发者、辅导者、各种能力和积极个性的培养者。

①工作内容：

1. 安排教学进度，按照大纲要求备课并作好备课笔记，按时提交教务处检查。

14

2. 课堂讲课，教授所在学科知识，在条件允许的情况下尽可能采取多媒体教学、电化教学等现代化教学手段，提高授课质量。

3. 批改和讲解学生作业。

4. 组织考试，选择或编写考卷，批改试卷并登记学生成绩。

5. 做好辅导、答疑工作，安排好辅导时间和地点。6. 对学生进行个别导学生形成健康的身体

7. 积极参与课程建不断总结和不断改进教学方展，并运用到教学

过程 8. 完成教研室主任

②工作环境：中学教师一般在教课，还要应对学生反馈，应。

其它时间他们会长时间备课。由于大量讲话和接肺病。中学面临升学压望较高，中学教师一般压稳定，有两个较长假期。

2) 工作待遇：

中学教师的月薪在 1000-4000 之间，工资差距较大，东部发达地区工资收入较高，西部落后地区收入则较低。3) 未来发展：

一般中学老师随资历的增加和工作能力的提升可以由一级教师向高级教师、特级教师方向发展。具备管理才能的老师可以晋升到学校各部门行政主管的位置，还可以向政府的教育部门寻求更有竞争力的职位。许多中学老师会在培训机构寻找兼职。2. 目标职业二：公务员

1) 工作本身：政府服务执行官是为各级政府部门制定政策和提供全面的指导，计划、指导和协调最高管理级别的运营活动，通常情况下是政府机关、党群组织的负责人。作为政府服务的官员，本身必须具备独特的素养。要熟悉市场经济规律，能在宏观上对各种经济行为进行调控。因为政府服务执行官的最终工作目的是服务社会，所以在做任何一项工作，其得到的效果都是使得社会服务更便利、更便捷。政府服务执行官需要有强烈的服务感和使命感。

①工作内容：

辅导，必要的时候进行家访，指和心理素质。

设和课程改革，参加教学研究，法，跟踪本学科理论和技术发中。

安排的其它工作。

室讲课，需要长时间站立和讲需要精神高度集中和较快的反间坐在办公室独立备课、批改作触粉笔，中学老师容易患咽炎和力，老师之间竞争激烈，家长期力都很大。他们的工作时间比较

1. 开发、指导和协调对工作人员的测试、雇用、培训和评估。
2. 建立并全面维护当前的关于活动体系和办公室操作程序的纪录。
3. 通过参加活动来促销并扩大业务，为组织会议、专题讨论会及培训提供技术支持。
4. 发表演说、写文章、在大会或活动中为组织提供信息以宣传服务、交流意见、并实现目标。
5. 计划、促进、组织和协调公共社区的服务项目，维护公众和代理者之间的合作关系。
6. 组织或指听取投诉予以触犯法律的问
7. 准备、审活动、花府章程法商业或报告。
8. 引导并协机构之间的活来提升国际利和谐。
9. 评价调查

研究政策和技术，对人际活动、项目、业务服务提出改进要

求。

②工作环境：

政府服务执行官工作的大部分时间是在室内，出差的机会不多，工作环境舒适。稳定的“朝九晚五”，基本上不加班。工作中 3/4 的时间都需要通过面对面、电话或其他工具与他人联系，来达到解决问题和冲突的目的。要做好人民的“公仆”，工作的难度是巨大的，但是压力和强度都相对较小。2)

工作待遇：

国家公务员的工资标准是全国统一的，但由于各地区财力不同，使其工资收入水平差

距较大。同时，各地区公务员的工资收入在全国各个行业中的位次也普遍偏低。以最新数

结果，调查并调政府与国外动，提供信息益并促进国际导调查，或者解决，并处理题。

核并提交关于费、预算、政规和其他影响务项目的报

16

字 XX 年为例（XX 年后国家公务员没有再统一调整工资），全国公务员的平均工资为 15487 元，但是实际收入差距却很大。

公务员的工资差距主要反映在东西部地区。东部发达地区工资收入较高，西部落后地区收入则较低。

3) 未来发展：政府公务员的职位类别按照职位的性质、特点和管理需要，划分为综合管理类、专业技术类和行政执法

类等类别。公务员在同一职务上，可以按照国家规定晋升级别。领导类公务员可以从乡科级晋升直至国家级；非领导类公务员可从办事员晋升直至巡视员。

17

第三章、决策与应对

一、首选职业目标：教师

分析：

我的优势：：通情达理，常常赞扬别人的优点，处处帮助和协助他人，总能找到与

别人既有效又友好的合作方式

善于记住并利用各种事实来处理细节问题，看问题的角度总是基于现

实。

组织能力很强，组织活动灵活高效。

果断坚决，稳重可靠，忠于自己所在的集体，用行动来维护集体的价

值观念和原则，绝不会抛弃应有的操守。不论是工作、学习还是生活

中，你都愿意为团体奉献自己的力量。

认真、勤奋、高效，你有非常强的责任意识，言出必行。

信赖传统、稳定的环境，对各种既定的规章和程序，你会严格遵守，

依例操作。

我的弱势：：缺少探索研究能力。

我的机会：：浙江师范大学是一所传统的师范高校，每年有很多省内学校过来招

聘，并且注重师范技能培养，有利于就业。

我面临的挑战：：省内其他师范院校同样优秀，竞争力强。

2. 决策分析：将会坚持这一职业目标，完善自己的学科成绩和师范技能。

二、备选职业一：公务员

1. SWOT 分析：

18

我的优势：：通情达理，常常赞扬别人的优点，处处帮助和协助他人，总能找到与

别人既有效又友好的合作方式

善于记住并利用各种事实来处理细节问题，看问题的角度总是基于现

实。

组织能力很强，组织活动灵活高效。

果断坚决，稳重可靠，忠于自己所在的集体，用行动来维护集体的价

值观念和原则，绝不会抛弃应有的操守。不论是工作、学习还是生活

中，你都愿意为团体奉献自己的力量。

认真、勤奋、高效，你有非常强的责任意识，言出必行。

信赖传统、稳定的环境，对各种既定的规章和程序，你会严格遵守，

依例操作。

我的弱势：：在策划时缺少新意，有些墨守陈规。

我的机会：：公开公务员面试

我面临的挑战：：公务员考试录取比例小

2. 决策分析：将其作为备选职业，可以在平时闲暇时看一些关于公务员考试的书籍，准备公务员考试。

三、行动计划

19

第四章、自我监控

一、评估的时间：

一般情况下，我会一年进行两次评估，来调整自己的规划，如果出现特殊情况，我会随时评估，并做出相应的调整。

二、评估的内容：

1. 目标能否实现（过高或过低）2. 外部环境的影响（如社会安定、行业发展前景等）3. 自己的身心是否能够承受

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒

的头脑。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼！

结束语

我相信：有志者事竟成。根据这份规划，我会合理安排我的大学四年的学习、工作、生活。我会抱着一份信念，不断努力，不断克服自己价值观、性格、学习方法等方面的缺点。一个人，一生当中不知道要遇到多少困难，很多困难是不能预见的，这就要靠我们自己处事时随机应变的能力，面对突如其来的麻烦事情，临危不乱，保持冷静的心态，急中生智，想出好办法来。睿智的人，善于分析事物的发展情况，能够抓住事物的特点，成竹在胸，料事如神，成功的预测事物的发展方向。决策于千里之外，谈笑间，檣櫓灰飞烟灭！