

一 • 确立个人人生志向	1
二 • 自我评估.....	1
三 • 生涯机会评估.....	3
四 • 确定生涯目标.....	4
五 • 选择生涯路线.....	4
六 • 制定行动计划.....	5
七 • 反馈与修正.....	6

一·确立个人人生志向

我本人比较喜欢读书和玩一些与智力有关的东西，我觉得我还是想要继续读书，所以我准备在大四或者是在大三的时候考研究生，并且我准备考复旦大学的高分子材料专业。原因是复旦大学的高分子材料专业在全国也算是很好的，在那里我可以获得更好学习机会，并且考上复旦大学对自己来说也是一个很大的挑战，需要自己付出很大的努力，这可以催促我努力吸取知识，不断的提升自我。同时我本人也是一个很喜欢挑战自己的人。

二·自我评估

（一）自己的优点：

- 1 我对学习向来没有感到过厌烦，对新的知识自己很喜欢去探索并掌握它；
- 2 我认为自己是一个能吃苦耐劳的人，在以后的研究中我能一直坚持下去，直到每一个研究结束；
- 3 自己对于科研是十分的热爱，喜欢从事一切与科研有关的活动；
- 4 我是一个坚持自我的人，我对于自己的观点是十分的坚定，我不会轻易地改变自己的观点；
- 5 凡是自己答应的事情，我都会努力地去完成，不会马虎。

（二）自己的缺点：

- 1 我认为自己的创新意识还远远不够，目前自己停留在别人告诉我怎么做我就怎么做的阶段，自己的创新意识还有待于提高；
- 2 有时自己会过分地坚持自己错误的观点，不听别人的劝告；

3 自己会苛责自己做完美无缺，不允许自己做的事情有一点瑕疵；

（三）自己的性格：

1 自己有时会过于自大，认为自己什么都学会了；

2 面对陌生人自己则会十分的胆小不敢说话，害怕自己会做错被外人笑话；

3 自己喜欢玩一些益智的东西，例如魔方，魔术等；

4 自己富有理性，喜欢对一切事物进行理性分析；

5 自己不喜欢被人指挥，同时自己也不喜欢指挥他人。

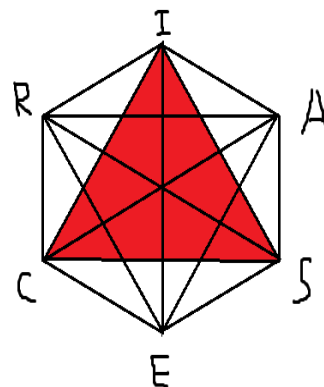
（四）性格类型

1 自己属于研究型的。自己拥有与其一致的性格特征有：分析，谨慎，好奇，独立，条理，理性，保守。行为表现有喜爱研究型的职业或环境，自觉相信科学，有自信，缺乏领导方面的能力。

2 自己属于社会型的。自己拥有与其一致的性格特征有：合作，负责，理想主义，助人。行为表现有喜欢帮助别人，重视社会与伦理活动，喜爱社会型的职业或情境，有教导别人的能力。

3 自己属于常规型的。自己拥有与其一致的性格特征有：顺从，保守，自控，服从，坚毅，实际稳重，有效率但缺乏现象力。行为表现有会以传统的能力解决工作或其他方面的问题，喜欢规律性的工作，愿意服从，有文书与数字能力。

现实型 R
常规型 C
企业型 E
社会型 S
艺术型 A
研究型 I



由上图可以知道自己与阴影部分重合的很大，自己与以后的岗位契合程度大。自己能很快地适应自己岗位。

三·生涯机会评估

我自己认为自己的学习能力是比较强的，学习成绩在以前一直名列前茅，并且我自己也十分热爱化学，对高分子材料与工程这个专业也有一定的了解，相信通过自己的努力一定能完成自己的目标。虽然复旦大学高分子材料这一专业有一些难考，录取的比例不是很高，但是在安徽大学内也有学长考上了复旦大学高分子材料这一专业，学长可以考上复旦大学高分子材料这一专业，那么我们每一个人也有可能考上复旦大学高分子材料这一专业，只要我努力好好学习现在所学的知识，并且同时广泛地学习一些与高分子材料这一专业有关的其他领域的知识，不断地提高自己的知识，提高自己其他方面的能力，例如实际操作，实验室做实验，与他人交流学习等能力。德智体美劳全面发展，全方位地提升自己使自己尽可能的掌握与高分子材料与工程

有关的知识。当然如今大学生已经普及，考研究生的人数也不在少数，在考研这一方面有着很大的挑战，因为复旦大学高分子材料这一专业是按照比率来招收学生的，想要考上复旦大学高分子材料就要比别的考生更加优秀只有这样，自己能考上复旦大学高分子材料这一专业的机会才会大大增加。其次就是在学校中，我可以得到足够的材料与技术支持以及老师同学的帮助；在当今社会中也是很缺乏技术人才，尤其是工科生供不应求，并且许多人不愿从事这一行业，嫌弃劳累且工资不高；在家中父母都十分支持我，尊重我自己的意见，不反对我从事与高分子材料与工程这一专业有关的工作。

四·确定生涯目标

我自己这大学四年的目标就是考上复旦大学高分子材料这一专业，并且能够在高分子材料这一专业取得一定的成果。最后就是在自己完成了自己的学业后找到一份与高分子材料与工程有关的工作，当然工资不需要一开始就很高，首先对我来说最重要的是从事的工作一定要与我所学的高分子材料与工程这一专业有关，因为我不想要自己所学的专业就在完成学业后就完结。工资我可以通过自己的努力与认真工作而达到自己所需要的程度。总言而知我要从事自己所喜欢的专业以及工作。

五·选择生涯路线

1 大学四年自己努力学习，不断地提高自己的能力，拓展自己的知识领域。

2 在大一二三的时候积极为考研做准备。

3 在大四的时候进行考研。

4 研究生学业完成后从事与高分子材料有关的工作。

5 通过五年的认真努力工作完成自己对工资以及职位的提升。

6 剩余的时间自己则是本本分分地过完。

六·制定行动计划

为考研制定的行动计划：首先了解要考的项目复旦大学 高分子科学系 考试科目 01、02、04、05、06、08 方向：①101 政治理论②201 英语③721 物理化学(含结构化学)④837 有机化学或 838 无机化学和分析化学或 854 高分子化学与物理

03 方向 组 1:①101 政治理论②201 英语③721 物理化学(含结构化学)④837 有机化学或 838 无机化学和分析化学或 854 高分子化学与物理或 组 2:①101 政治理论②201 英语③727 生物化学④872 细胞生物学

07 方向 组 1:①101 政治理论②201 英语③721 物理化学(含结构化学)④837 有机化学或 838 无机化学和分析化学或 854 高分子化学与物理或 组 2:①101 政治理论②201 英语③727 生物化学④872 细胞生物学

需要注意的是 外语口语(含听力)为复试必考科目，思想政治品德、思维表达能力等也均为复试必须考核项目。

然后对自己进行评估评价，我认为自己在科学性的考试上没有问题，前提是自己不能放松对这些科学性科目的放松。思想政治品德、思维表达能力自己在这些方面还是有一些不足，平时需要加强对自我表达的叙述能力。自己薄弱的地方是英语，自己的英语听力方面还算是可

以，但是自己在英语书面表达，阅读理解方面十分薄弱，做大学四年中需要加大对英语的付出，自己在外语口语方面最为不擅长，在口语方面需要加强投入，每天至少要为英语预留三个小时进行背单词与进行口语练习。

七·反馈与修正

我本人不喜欢留级补习，所以考研我要一次性通过。如果第一次没有考上我就准备直接寻找一份与高分子材料与工程有关的工作，因为现在就业压力越来越大，每过一年就会增加许多求职的高学历人才，所以我要尽量避免没必要补习学习。并且在我大学毕业的时候如果有一家十分理想并且适合我的工作，我也准备放弃求学直接就业，或者在我毕业的时候遇到了国家的政策鼓励发展与高分子材料有关的企业，我也准备努力为自己找一家极具发展潜力的私人或国有企业找一份工作。

高分子材料与工程专业就业前景之市场需求高分子材料与工程专业为当今国内应用广泛，是研究天然及生物有机高分子材料的设计、合成、制备以及组成、结构、性能和加工应用的充满活力的材料类学科，其工业和研究体系已经成为国民经济发展的支柱产业。高分子材料与工程专业就业前景是众多专业发展前景好的专业之一。近年来本科毕业生读研比例均在 65%以上，一次就业率均超过 95%，毕业生深受国内各行业的青睐；学院注重国际化人才培养，除每年招收部分优秀学生进入学校英才班学习，与国际著名大学进行联合培养以外，还与国外多个知名高校合作，选送优秀本科生进行联合培养；专业拥

有高分子化学实验室、高分子物理实验室、功能高分子实验室和多家企业联合实验室;拥有现代化的高分子材料成型、合成、表面改性及性能分析测试与表征器,保证了培养和锻炼学生动手能力和科研能力使用的实验基地。

——部分毕业生就业单位

- 1 中国石化集团北京燕山石油化工有限公司
- 2 中国石油化工股份有限公司催化剂分公司
- 3 中国首钢国际贸易工程公司
- 4 中国技术进出口总公司
- 5 北京橡胶工业研究设计院
- 6 北京市塑料研究所
- 7 北京市建筑工程研究院
- 8 北京加成助剂研究所
- 9 北京市食品及酿酒产品质量监督检验一站
- 10 蓝星环境工程有限公司
- 11 北京航立联科技发展有限公司
- 12 北京华德液压工业集团有限责任公司
- 13 中芯国际集成电路制造(北京)有限公司
- 14 威格拉斯生物技术(北京)有限公司
- 15 佳施加德士(廊坊)塑料有限公司
- 16 京东方科技集团股份有限公司
- 17 北京豪特耐管道设备有限公司

- 18 北京富迪创业科技有限公司
- 19 海信北京电器有限公司
- 20 北京聚菱燕塑料有限公司
- 21 北京盈创再生资源有限公司
- 22 百灵威化学技术有限公司
- 23 北京航空工艺地毯有限公司
- 24 北京建愷混凝土外加剂有限公司
- 25 中国石油天然气股份有限公司华北油田分公司
- 26 中国石油化工股份有限公司上海高桥分公司
- 27 中国石油化工股份有限公司上海石化分公司
- 28 中国石油化工股份有限公司长岭分公司
- 29 中国石油化工股份有限公司武汉石化分公司
- 30 中国石油化工股份有限公司洛阳石化分公司
- 31 中国石化集团齐鲁石油化工公司
- 32 新疆石油局独山子石化总厂

外附：高分子材料与工程就业趋势分析图

