

职

业  
规  
划  
书

材料与冶金学院

10 无机非金属材料工程

姓名：董光元

学号：1061142145

大学生职业生涯规划书

## 一、前言

成绩是昨天的句号，奋斗是永恒的主题。

幸福或许不排名次，但成功必排名次。

每一秒我们都在面对一个崭新的生活。机遇和挑战无处不在，成功，它来自彻底的自我管理和毅力。只有树立一个正确方向我们才能勇敢向前，向成功，向梦想靠近。为自己拟定一份职业规划，帮助我发掘自我潜能，让我更加清楚地认识自己，树立明确的职业发展方向，找到自己的人生定位。

## 二、自我分析

### 1、 职业兴趣

我学习的专业是无机非金属材料工程，通过对本专业的了解我发现作为三大材料专业之一的无机非金属材料无论是在古代还是现代的物质文明建设中都扮演着重要的角色，我很高兴能选择这个专业，但作为一个专业高级工程技术人才并不是我的终极目标。因为我的爱好之一有一项是轮滑，对于轮滑的兴趣可以说到了一种狂热的程度。轮滑是一项健身体育运动是一种兴趣运动，它没有考试级别、没有等级划分，没有像奥运会一样的盛世。每一个轮滑爱好者不可能靠比赛来谋生。但随着互联网的发展，国家之间的轮滑爱好者的交流也日益方便，国际轮滑联合会的建立，国际赛事的正规化日趋成型，我想国内的轮滑也将有很大的发展空间。我想我的职业历程是可以分为两种形式的。一、在大学毕业之后作为一名专业高级工程技术人才来到这个社会——为成为一名材料工程师而奋斗。二、在进入社会之后在工作的闲暇时间玩好自己的轮滑，开一家轮滑店铺，结识更多的轮滑玩家，成立轮滑俱乐部。

### 2、整体描述

我在“思维方式方面”、“兴趣爱好方面”“做事风格方面”、“性格方面”的表现如下：

#### 1、我的优势：

(1) 我逻辑性强，善于分析，能很快地在头脑里形成概念和理论，并能把可能性变成计划，做事认真负责，效率高。

(2) 我对英语很感兴趣，也不断提高英语各方面能力。

1

(3) 我做事计划性强，时间管理也较强，喜欢任何事情要有条不紊，注重细节，做事细心。

(4) 我喜欢挑战自己，尝试新的东西，有坚忍不拔的性格。

(5) 我善于系统全局地分析和解决各种错综复杂的问题，喜欢独立思考，有自己独到的见解。

## 2、我的劣势：

(1) 我习惯用批判的方式处理问题，容易夸大自己的经验、能力。

(2) 我兴趣不太广泛，对各种活动的参与积极性不高，社交范围较窄。

(3) 有时候做事不太果断，喜欢感情用事。

(4) 我性格比较内向，语言沟通能力有待进一步加强。

(5) 我的团队合作意识不太强，必须要改善。

(6) 沟通能力不好，容易无意间在言语伤害到他人

## 3、自我评估

针对我的优点，我认为我最突出的是做事计划性和对时间的管理很强。例如：

(1) 我每天、每周、每月都要理出一个应办事项清单，按重要顺序排列并依次办理；

(2) 我对每件事情应该做到的程度和效果，以及每项工作的花费时间有严格要求，做事不拖沓，喜欢一次性完成每项任务。

(3) 我努力回避不必要的干扰，试着按照自己的生理规律安排各项工作，同时我的日程表留有回旋余地，以应付突发事件。

针对我的缺点，我也不断地改正，试着鼓励自己去参加各项活动，经常参加小组讨论。

## 4、职业价值观

任何职业都有它的职责所在，一切要从基层做起，不好高骛远，工作要认真负责。我认为职业满足会使我的工作主动性更强，积极性更高，更愿意去工作。其次，每个岗位的工作内容都在在不断发展，不是一成不变的，有时候岗位的发展方向需要我们自己去争取。所以找到适合的工作不如找到适合自己发展的岗位

## 2

更直接。上面那些特质可以帮助我明确如何主动地发展或争取我的岗位。

### 三、 职业分析

#### 1、家庭环境分析

我家庭条件一般,爸爸是一名技术工人,他的很多想法对我的影响很大,家人的对自己的期盼比较高。

#### 2、专业环境分析

我的专业是无机非金属材料工程,比较符合自己的兴趣和要求。本专业就业范围比较宽泛,加上国处于快速发展的阶段,社会和谐、安定发展,人们和谐相处,但是也面临一些外在强势因素,比如自然灾害、西方的威胁等,在这样一个大发展的前提下,就业形势好,有着广阔的就业环境。

#### 3、职业环境分析

在目前社会的环境下,竞争也比较激烈,无机非金属材料工程,对学生的能力要求也都比较高,计算机制图。职业竞争力大,但是高科技人才缺乏,社会经济的发展,工作环境得到很大的改善,工作环境舒适。

### 四、 职业目标

#### 1、近期职业目标:

① 学习任务:通过英语 CET-4、CET—6,计算机二级考试,学好本专业知识,考研。

② 锻炼任务:锻炼自己的组织能力和人际交往能力。还有积极乐观的心态。

大一:作为一名热能与动力工程的学生,在大一阶段,学习任务并不是很重,接触了一些专业课,在热能上面的认识有一定程度的提高,兴趣也在随之培养。成绩上并不突出,但是学习态度较端正,做到不敷衍,抱着好奇心去完成系列作业。当然也积极参与学校组织的社团活动,以丰富自身的课余生活。

大二:学好文化科知识,准备 CET—4 考试,争取一次通过。过了努力学好专业基础知识。深入专业基础课学习,慢慢找准自身在本专业的擅长之处,并能找准重心去培养自己。减少社团等活动花费的时间。可能的话参与一些勤工俭学,或在外兼职,工作类型不一定要与本专业挂钩,主要目的是在锻炼社会实践力以及一些处事能力的应变,和与陌生人之间的交流能力。

### 3

大三:努力打好专业课基础,参加一些社会实践增强自我的综合能力。从多方面发展自我。为大四就业打下良好的基础,开始准备考研。2011——2012

年，准备考研，这个是我的首要目标。从2011年上半年就开始准备考研英语，下半年开始考研专业课与政治课的的巩固，熟练掌握报考专业的课程；从现在开始已经开始收集关于考取研究生重要的资料；本阶段认真学好专业知识。

大四：尽心完成自己的毕业设计，多收集一点关于各种自己喜欢公司的动态，对其进行整理分类。

思想政治及道德素质方面：努力把持好自己的信仰。生活中学会节制和自控，努力学会言语上的把控，掌握与人交流的技巧，避免语言上伤害他人。积极参加活动，主动与人沟通，改变自己有点内向的性格。每天能怀着新的希望面对生活，每天能活出新的盼望、喜乐和平安。树立正确的人生观、价值观、道德观、奋斗观。社会实践与志愿服务方面：适时参加社会调查活动、下厂参观实习等工作。适时参加安全义务献血、植树活动、青年志愿服务活动等公益事业，感受社会生活。

## 2、中期职业目标：

(1)2014——2016年，研究生研读阶段，这是我的中期目标。

在研究生研习阶段，要对热能与动力工程的基础知识和基础理论全面学习，为以后的目标做准备。

(2)研究生毕业后，开始工作。

选择一家发展较好的企业，尽量从基层开始做起，工作中注意学习：从工作中学习到怎样处理好我与同事间的关系，怎样处理好自我和上级的关系，怎样管理好一个公司，从管理中学会怎样使公司发展壮大。尽职尽责的工作，使老板对自己有信任感，广结良友，为以后自己创办公司打下坚实的根底。

## 3、远期目标：

有了自己的资本以后，根据所学方向及市场行情，创办一家自己的公司，弥补国内市场的空白，然后再根据自己的工作经验及社会先进的管理模式，经营自己的公司。让自己的公司处于不断成长的态势下。进而回馈社会，有空就带父母出去旅游，让他们可以享受晚年。

# 五、职业规划行动计划

## 1、考研计划

① 慎重对待英语，把英语的基础打扎实。

首先，设立明确的学习计划和学习目标；

其次，主动寻找各种英语资料，扩大知识面；

再次，重视英语综合能力，突破英语四六级。

## ② 对政治的学习重在理解

首先，要经常阅读时事政治等周刊

其次，要把课本的理论知识与实践相结合，学会理性思考

再次，基础的理论知识要牢记和巩固

## ③ 高度重视专业课的学习。

首先，明确专业课的学习要求，正确区分基本、次要和加深内容；

其次，学习具体内容时，区别特点，突出重点和分散难点；

再次，要全面系统地进行复习总结

## 2、 攻读硕士研究生期间的计划

① 认真研习热能与动力工程相关课程，重视理论基础

② 不断提高自己的管理基本能力及科研的初步能力

③ 多参加和本专业有关的活动，珍惜每次实践机会

## 3、 现阶段的自我要

最主要的就是从现在做起一步一个脚印，首先积极努力的学习，上课认真听讲，作好课堂笔记，特别是对专业知识的学习，平时多去阅览室和图书馆，完善自己的知识结构，多读和自己专业有关的书籍，进一步提高自己的专业知识，积极参加学校组织的社会实践活动，提高自己的实践能力，同时积极参加学校社团活动，增加社会实践培养自己的社会适应能力。

(1) 目前已经大二，根据计划，大一的计划已基本完成

(2) 英语四级已经开始准备，进展顺利。

① 每天早上背诵四级单词半个小时，晚上练习英语听力半个小时。没两天写一份英语作文。

② 基础课的学习，课前预习，课后作业及时完成，抽出部分时间进行课后巩固。

## 六、总体目标

取得硕士学位，找到一份自己满意的工作，再者完成自己的轮滑事业，对于自己的职业计划既然已经制定了，就要勇敢的去向它迈进。每个人都会在此路上遇到挫折和障碍，解决它的最好办法就是把挫折当成磨练自己的最好机会，认准目标勇往直前，是一切成功者的成功经验。遇到困难，是知难而退，还是迎难而上.....

人生这道题的不同答案也就决定了谁是强者，谁是懦夫！

