

职业生涯规划



规划人：XXX

系别：信息技术系

班级：计应 152 班

学号：1513770590101232

目录

前言	3
第一部分:充分认识与了解自己	4
一、 自我介绍	4
二、 他人评价	4
三、 总结	4
第二部分:环境分析与职业选择	4
一、 家庭背景	4
二、 学校环境	5
三、 社会分析	5
四、 总结	6
第三部分:霍兰德职业兴趣测试	6
一、 测试报告与结论	7
二、 总结	7
第四部分:设置目标与计划实施	7
第五部分:反馈与修正	8
第六部分:结束语	9

前言

人活着要有目标，要有勇气，要有追求梦想的欲望，不该庸俗、碌碌无为。人的一生是短暂的，因此我们不该浪费时间，浪费有限的青春。未来的命运掌握在自己的手中，只有兢兢业业的辛苦付出，才会有收获成功的喜悦。

乐嘉曾说过：你必须对你自己所做过的事情，发自内心的，非常的热爱。你如果有热爱，你当然就会有梦想和愿望；如果你有热爱，你会给自己定下一个又一个不同的目标；如果你有热爱，自然而然你就会有愿望和欲望。想把它做好，同时你会有强烈的行动力，更重要的事情是你会相信自己，不管别人怎么打击你，你永远都不会放弃。你当然会有激情和专注，最重要的一件事是你不用担心，那就是“坚持”二字，有些人之所以说坚持好痛苦，是因为他们只是把它当成一个任务来完成。如果你发自内心，这就是你每天想做的事情。我幸运的事是我自己发自内心而且非常热爱，更愿意花时间来完成的事。现实很残酷，无论如何我只坚定只要你有梦想，只要你努力了，不放弃，就一定会有希望成功，无论中途我遇见多么的困难或者失败我都不会放弃，因为没有谁的一生是一帆风顺。远大的目标是建立在坚实基础上，青春短暂，从现在开始，我要好好奋斗，好好规划一下自己的未来，认真去描绘这张生命中的第一张白纸。

第一部分:充分认识与理解自己

一、自我介绍

1、“亭亭山上松，瑟瑟谷中风” 嘿嘿！我的名字叫婷婷，此婷非那个亭，鄙人林氏，是个文静可爱的孩子，我来自莆田，就读泉州经贸职业技术学院

2、兴趣:阅读、听歌、散步、打羽毛球、吃东西

3、优点:做事认真、心胸宽阔、乐于助人、有进取心、有超强的责任心和耐心

4、缺点:有点贪玩、有时太固执、懒惰

5、生活了 20 年，我渐渐从幼稚转向懂事，我时刻牢记闻一多的一句话:做了不一定说，说了一定做。再这几年我学会了少一分骄傲，多一分谦虚，积极参加各种活动，不因任何借口而逃避。其实生活并没有你想象中的那么困难，你不仅要学会接受它，你还得爱它，因为它将带着你腾飞，那将是你未来绽放的舞台。

二、他人评价

来自高中同学兼闺蜜林媛媛的评价:林婷婷同学就是一只披着羊皮的狼，她外表看似软柿子其实是一个超级腹黑的人，但是她是一个做事情认真，比较喜欢有挑战性的东西。

来自妈妈的评价:她不再是那个任性的小孩子了，不知不觉她已经变成了一个懂得关心家人，帮助他人，积极向上的好孩子了。

三、总结

有自己的目标，并认真的付出行动。珍惜现在，为以后的目标打下良好的基础。

第二部分:环境分析与慎重选择

一、家庭背景

在一个本该寒冷的冬天的某一天却异常的暖和的早上，随着一声婴儿的啼哭生，我出生了，出生在一个普通的家庭。因为小时候父母外出打工，我被寄托在姑姑家，小时候常常看见表姐们每天早晨面向日出的那个方向大声的朗读课本，那洪亮的声音，胸前随风飞扬的红领巾，那鲜艳的颜色，那时的我是多么的羡慕，多么的希望每天都能像表姐那个大声朗诵，随风飘扬。而表哥们整天捣鼓着一台从卖破烂那里买来的电脑，我不知道他们在干嘛，但我希望我以后也可以整天捣

鼓捣鼓一下电脑。小时候的我经常看《西游记》《猫和老鼠》等动画片，那时的我总是再想我什么时候长大，我长大后也要拍一部闻名四海的动画片，人人都喜欢，人人都爱看。虽然那时的我什么都不懂，但我再那时候已经有了梦想。一个朦朦胧胧的期待和梦想。今天的我很开心，因为我要怀着满心的期待来完成我儿时的梦想。

二、学校的环境

我就读与泉州经贸职业技术学院，虽然我只不过是一个大专生，可能在很多事情上都比不上本科生，但我知道比上不足比下有余这个道理。我相信我可能改变不了现实，但我可以改变自己，我不会在乎他们的暮光，因为他们不懂我，我要努力追逐自己的梦。泉州经贸地处我国首批历史文化名城，古代海上丝绸之路起点，国际花园城市——泉州市。前临泉州母亲河晋江水，背倚著名风景区紫帽山，风光秀丽，人杰地灵，校内教育教学设施齐全；学院立足泉州，面向海西，开办适应经济社会发展需要的专业，以服务为宗旨，以就业为导向，加强内涵建设，深化校企合作，产学研结合的人才培养模式，致力培养高素质的技能型人才，开设十九个专业，是公办全日制普通高等职业技术学院。

三、社会环境分析

1、职业分析

我所读的专业是计算机应用基础，该专业倾向多媒体方向。在当今一个经济全球化、信息社会化、产业知识化的大趋势下，对人才的需求更趋向于具有信息获取、信息管理、信息分析、信息交流能力，而且随着信息社会的发展，计算机应用基础已经成为现在社会人们离不开的东西，它更是我们平常生活都要应用到的。随着当今社会的发展，社会人才的短缺，市场需要更多计算机应用基础这方面的人才，例如：制作广告、动漫、美工等工作，这些不都是需要这方面的人才，它已经广泛的应用于各行各业。

2、专业能力要求与职业定位

培养自己德、智、体、美、劳全面发展，掌握当今社会的要求，要对时代潮流了如指掌，又要了解人民群众的需求。我会手绘一些图，可能画的不好，但我会努力；我会熟练应用 Photoshop、AutoCAD、计算机常识等软件；我英语不好但我会努力学习。平常的我喜欢自制一些作业本的封面，应用几张照片设计成视

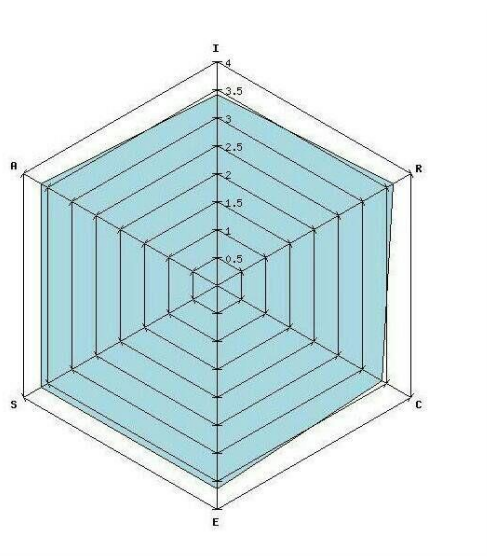
频等。我有着认真负责的工作态度，我要努力完善我的优点，改善我的缺点，我要通过不断的努力来提高自己的能力，以便在以后的应聘中脱颖而出。

3、总结

学有所长，学以致用。我的职业目标是当一名制作人，制作出一部又一部像《喜洋洋与灰太狼》一样深受广大观众的喜爱。但在成为一个制作人，可能要付出很多精力，可能我要先考到各种各样的证书，可能我要从底层做起等等。过程很漫长，等待是痛苦的，不过我不怕，因为我要一步一个脚印，一步一步的向上爬，要想有回报，我们就要付出努力，我愿意花时间来等待结果。

第三部分：霍兰德职业兴趣测试

一、测试报告和结论



霍兰德职业兴趣测试完整版测试

本测试共30题 人测试过

恭喜您完成了向阳生霍兰德职业兴趣测试完整版测试，您的结果是：

测试内容		R型 实际型	I型 研究型	A型 艺术型	S型 社会型	E型 事业型	C型 常规型
第一部份	兴趣	1	1	1	1	1	1
第二部份	擅长	1	1	1	2	1	1
第三部份	喜欢	1	1	1	1	1	1
第四部份A	能力	10	8.6	8.6	8.6	8.6	8.6
第四部份B	技能	8.6	8.6	10	10	10	8.6
总分		3.64	3.41	3.64	3.64	3.64	3.41

经该测试可以看出:我是一个社会型、实用型、艺术型.结合测试我得出自己是一个喜欢与人交流、动手能力强、细心、有创意、善于表达、怀旧、追求完美,适合当教育工作者、技能性职业、艺术方面的事业。

二、总结

在日常生活中,我除了上课,其他课余时间都用来充实自己。在课堂上我了解到了怎样去当一名制作人,在课后我更学到了在课堂上学不到的知识。作为一个积极向上的人,我不仅是学校院团委学生会的成员,更是系宿管部的成员。在平常的工作时我不仅锻炼了自己也开拓了自己的知识和视野,更是学到了许多知识,我待人真诚,做事认真,我要通过锻炼和挑战,进一步的认识和发挥自己的潜能。

第四部分:设置目标与计划实施

一、短期目标(在校期间):2015.9—2017.12

1、总目标

- ①拿到各种相关的证书
- ②在校、在班、在部门干事积极参与,好好表现
- ③在课余时间多多了解自己的专业,完善自己的目标

2、分目标

- ①多多向他人学习,不耻下问
- ②争取在校期间得到老师和同学的肯定
- ③多多交些志同道合的朋友并且互相学习,讨论

3、计划内容

- ①参加各种各样证书的等级考试
- ②多锻炼自己和挑战自己

二、中期目标(实习期间):2018.1—2019.1

1、总目标

- ①通过社会的不断实践和学习
- ②努力积累经验
- ③争取得到领导的好评及提升
- ④多多向他人请教,多多了解

2、分目标

- ①工作期间认真工作，努力转正
- ②在其余时间可以多多补充平时自己表现所不足的地方

3、计划内容

- ①认真工作
- ②多看看书，交交好友
- ③上网查查资料

三、长期目标（正式工作）：2019—2029

1、总目标

努力向制作人的方向前进

2、分目标

- ①君子成才十年不晚
- ②一步一个脚印踏踏实实的前进
- ③汲取他人优点，弥补自己的不足，增长见识

3、计划目标

- ①三年的到领导的认可和肯定
- ②争取二年一升

四、后期目标（实现目标）：2029—

- 1、总目标:制作一段广告或者视频、动画片
- 2、分目标:追求灵感，多多尝试制作
- 3、计划内容:成立自己的一个小团队

第五部分:反馈与修正

理想很美好，现实很残酷。没有谁的一生是一帆风顺，人生总是会有挫折，计划永远赶不上变化。人的一生有很多路可以选择，其中总有一条路是适合自己的。

如果我的目标无法实现，那么我愿意放弃做一个成功的制作人。因此我给自己设定了另外一条路，那就是当一名老师，经霍兰德职业兴趣测试，我是适合当一名老师的。我不会将自己的梦想强压在他们的身上，让他们来为我完成我未完成的梦，每一个人都有一个梦想，我要帮助他们完成他们心目中的梦想。

第六部分:结束语

不是上天给了你什么，你就会成为什么，未来的命运是掌握在自己的手里，我们有权利来选择我们的未来，就算失败了我们也不会感到可惜，因为我尽力了。在生活中我可能会遇到丛丛困难，但是我要牢记，抱怨是没有用的，一切都要靠自己，人生没有过不去的坎，牢记自己的目标，努力去奋斗。我们不能延伸生命的长度，但我们可以决定生命的宽度。未来的路，我们永远也不会知道会怎么样？更不知道未来的你会是怎么样？但是每一个人都可以因为自己的目标而去奋斗，拼搏，机会是留给有准备的人。我们每走一步，我们离梦想、离成功更近了一步，不管我是从哪里跌倒我都会从那里爬起来继续向前前进，风雨无阻，让我们在心里为自己高声的呐喊，我是最棒，是最厉害的，加油！加油！加油！

我坚信，我会朝着我的梦想前进，总有一天我会带着我的梦想来与你相会。