

职业生涯规划书

铁道工程 1602

一、导言

现在社会是一个经济迅速发展的社会，也是一个充满竞争的社会，提前做好自己的规划对我们更好的适应社会打下基础，作为新时代的大专生，就应该对社会有一个清醒的认识，对现在的就业形式，社会的政治环境、经济环境、文化环境等等，对自己的性格能力都应有清醒的认识，只有这样我们才能更好适应社会，为社会做出更大的贡献，更好的实现自己的人生价值。

二、自我分析

1. 职业兴趣：我适合在人际友好、环境轻松的氛围中与各式各样的人一起工作,对要求工作环境与我最看重的价值观保持一致.喜欢能充分发挥新颖独特的想法的工作，需要自由的环境和别人的支持。

2. 职业能力：我本人对逻辑推理的能力相对比较强，具有独到的远见，而信息分析能力也不错的，比较喜欢对复杂的事务进行思考，工作认真、负责。但是，偶尔有时固执己见，以至于较难与别人达成共识。比较喜欢对复杂的事务进行思考，将复杂事物简化。

3. 个人特质：喜欢追求各种不明确的目标；观察力强,工作自觉、热情，能够吃苦耐劳；主张少说多做；爱学习；喜欢独立工作。

4. 职业价值观：基于家庭条件，首先考虑待遇较高的工作，对所选择的职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会；当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想；最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

5. 胜任能力：

1) 能力优势：头脑灵活,有较强的发展、提升意识，逻辑推理能力比较强，有注重团体精神。创造性地解决问题的技能，具有探险精神、创造意识以及克服

困难的勇气，独立自主，能以个人工作，并且全神贯注，能够客观地分析和处理问题。而不是感情用事。交际能力较强。对自己要求严格。有强烈的上进心。

2) 能力劣势：做事过于依赖直觉，不喜欢按传统的、公式化的方式来办事。一旦有自己的主张就会贯彻到底，会不听别人的意见。自己性格偏内向，交际能力较差，又过于执着固执，积极主动性不够。

自我分析小结：我认为自己明确职业兴趣，有一定的能力优势，但是也有一定的不足，所以要发挥自己的优势，培养自己不够的能力。平时要多对自己的不足进行强化的训练。譬如，多看一些课外书，多与上级交流经验，多读书，拓宽自己的视野，等等。

二. 职业分析

1. 家庭环境分析：

家庭经济状况一般，家庭背景也没有特别突出，但家里面是有很有长远眼光的家长，相信多听取他们的建议一定对未来有很好的指导；亲戚朋友众多，是很好的人力资源。

2. 学校环境分析：

我就读于南京铁道职业技术学院，生活环境好，教学设施齐全，且比较先进，教学水平也较好，师资力量丰厚，总的来说，整体教学还是在不错的。人力资源管理专业的就业前景不错，就业率比较高。

3. 社会环境分析：

我国人才的竞争日趋激烈，大学生就业难、失业率居高不下等等，都使我们的就业环境看起来不容乐观，而现在毕业大学生渐渐增多，而且需求量渐饱和。不过，政府愈来愈重视学生就业，我正在提高自己的专业才能，以在千万应聘者中脱颖而出。

3、专业分析

在铁道工程技术专业岗位上实习，要不断学习与自己业务相关的知识。在课堂上，老师传授给我们铁道工程技术专业的理论知识，教给我们专业技能。但是，

这些都来自课本，源于前人的研究总结。在课堂上听老师讲授的有太多是抽象的东西，没有经过实践，不易理解把握。有句名言“大学老师给予我们的仅是一棵鱼竿，如何钓到鱼是我们必须思考的问题。”的确，在知识经济迅猛腾飞的今天，在终身教育时代已经来临的时代，一个人要想在走出象牙塔、跨入社会后有所作为，那么现在就得学会求知，自觉主动去求知，敢于去探索钻研，特别是需要与时俱进的铁道工程技术专业。因循守旧，得过且过，不思进取，胸无大志，注定要在转眼间被时代淘汰。反之，与时俱进，自主探索，自觉学习，不断创新，才是成功必由之路。为了能够融入到职场、融入到社会，我们必须不断学习，多进行社会实践活动，敢于去艰苦的地方磨练自己，挑战自己，造就自己。

为保证轨道状态良好，使列车按规定速度安全、平稳、不间断运行而进行的各种轨道养护作业。也称养路。它包括恢复轨道各组成部件性能的轨道更新、修理，预防和消除轨道在列车动力作用及其他影响下所产生的变形、病害等的经常维修工作。为保证行车安全及轨道各部件处于良好状态，延长轨道各部件的使用寿命，避免轨道设备因长期失修而造成的经济损失，须调查研究、制定和执行养护制度，以保证轨道状态良好。轨道更新包括更换为原型的设备，也包括更换为重型的设备。后者如更换为重型钢轨、钢筋混凝土轨枕、新型道岔以及增加轨枕配置根数、加铺道床垫层等。新的轨道部件可以集中使用在主要线路上，换下的轨道部件经过整修可用于次要线路；也可用以更换其他各类线路的报废的旧部件。轨道更新可以综合成段施工，也可分项成段施工。个别抽换钢轨、轨枕，局部补充道床，常结合轨道整修进行。轨道经常维修在两个轨道更新期之间进行，可采取周期性的综合维修、零星的紧急补修和巡查检修三者相结合的方式。中国轨道养护工作分为线路大修、线路中修、线路维修等三类，前两类属于轨道更新，费用来自大修提成。线路维修费用列入运营成本。线路大修：全面更换新钢轨或再用钢轨为基本内容，同时矫正线路平剖面，改善轨枕、道床、道岔、路基以及道口的状态，使轨道质量恢复到初始标准或达到更高标准。也有单项大修，包括成段换新钢轨或再用轨，成段更换轨枕，铺设无缝线路，更换道岔和岔枕等，以及整治路基病害。线路中修：主要为清筛和增补道碴，更换失效轨枕，同时修理及更换失效的轨道部件，整修轨道，使其质量恢复或接近初始的标准。线路维修：保持轨道几何形位和轨面平顺为主，通过起道、捣固、改道、拨道等作业，

使轨距、水平、方向、高低等达到维修标准的良好状态；保养轨道各组成部分，包括更换个别伤损和磨耗超限的部件。维修工作还包括巡查线路和检测轨道状态。轨道养护施工的特点：不同地点施工，受当地季节、气候、地理、地质等环境条件的影响。工人和材料机具要经常移动，而且使用的材料要在长距离的线路上按需要散布，旧材料要大量收集运回，因此工人、料具的运送供应工作量大，也较复杂。许多作业影响铁路行车，必须在列车间隔内施工，或者限制列车通过速度。无论进行线路修理还是线路经常维修，线路开通前轨道状态必须恢复到保证行车安全的程度，开通后还要经过一段时间的列车碾压，才能坚实稳定。为此，施工中既要按时完成计划任务，也要十分注意工程质量、施工组织、作业过程、作业方法，以确保行车安全和人身安全。

三. 职业定位

综合前面的自我认知和职业认知这两部分的内容，我得出本人的职业定位的SWOT分析如下：

内部因素： (W)	优势因素 (S) 头脑灵活, 逻辑推理能力较强 工作有毅力, 认真, 负责 有创造力, 领导能力不错 人际关系处理得当	弱势因素 有时过于感性, 不喜欢模式化工作, 偶尔会有倦怠 理
--------------	---	--

威胁因素 (T)

社会环境不断变化
竞争激烈, 就业形势日益严峻

四. 计划实施方案:

1. 大学期间：2016年~2019年
 - 1) 学好本专业的专业知识，掌握人力资源管理的基本知识。
 - 2) 英语考级积极复习，强化英语，至少过4级。

3) 从大二开始, 积极准备考多种有关的证书。

4) 假期打工(和本人专业相符合的工作)积累社会经验。

2. 长期计划:

1) 在工作之余, 不断学习各方面的知识, 提高自己的能力, 增长各方面见识.

2) 努力工作, 积极博取提升的机会。

3) 在工作, 学习之外, 坚持锻炼身体。

4) 汲取他人各种优点, 不断提高自身的修养。

5) 不断发现自己的不足, 并不大的予以改正。

6) 建立良好的交际网, 进一步丰富自己的人脉, 为将来的可能创业提供契机。

7) 在单位中争取做出成绩获得提升, 以期在 5 年内达到最优目标。

六. 结束语

有了职业规划书固然好, 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!