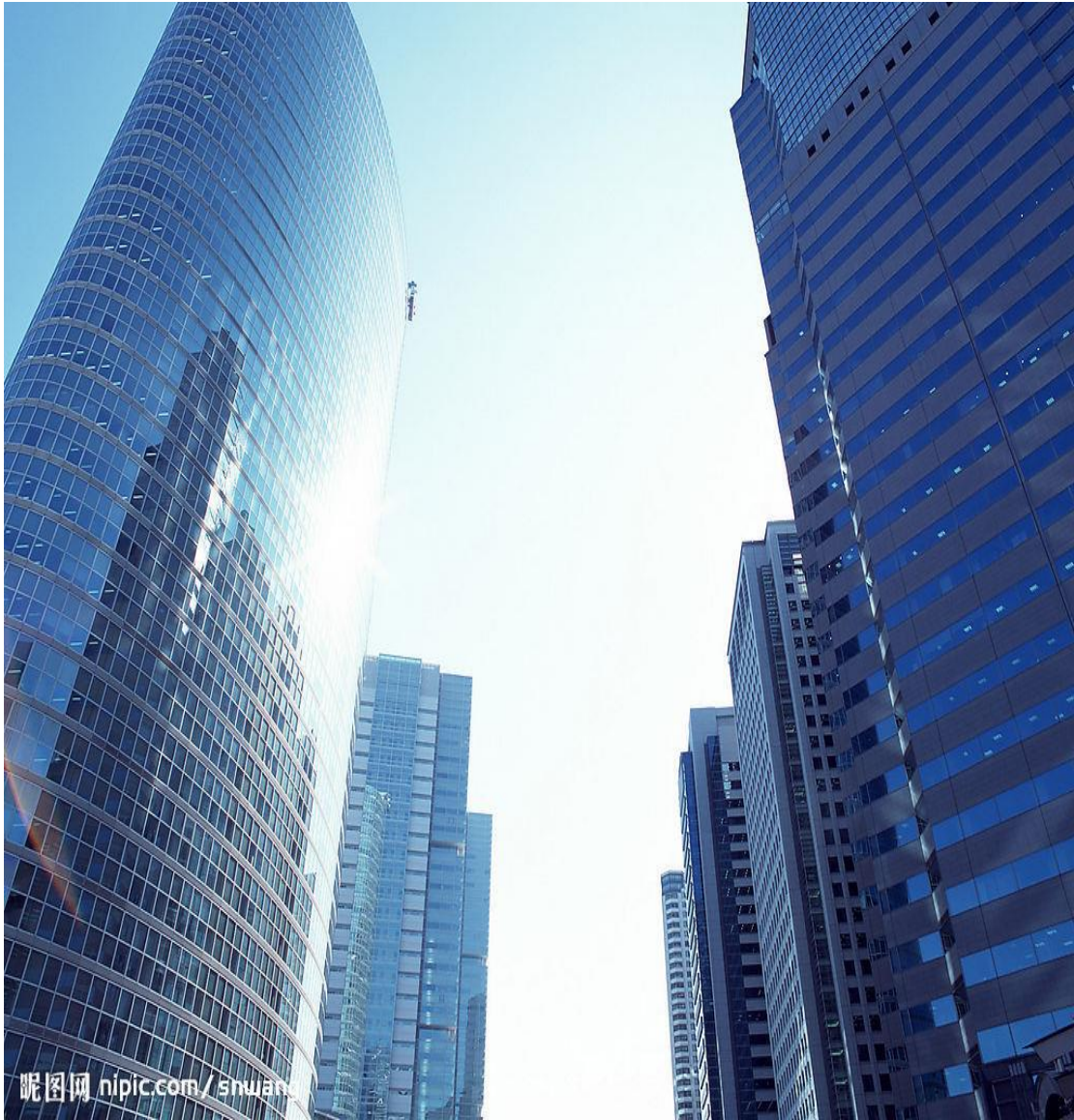


职业生涯规划



专业：给水排水工程 SS 班

姓名：XXX

学号：XXX

座右铭：一个人的改变，源自于自我的一种积极进取，而不是等待什么天赐良机。

个人资料

姓名： XX

性别： 男

学历： 本科

院系： 化工与环境工程学院

专业： 给水排水工程专业（给水排水 XX 班）

学校： 广东石油化工学院

大学生职业生涯规划测评

测试模板报告编号： 520535

用户 ID: 1165601051101082

测试日期：

前言	4
一 自我盘点	5
二 职业取向分析测试	5
(一)、个性特征——你适合做什么	5
(二)、职业兴趣——你喜欢做什么	6
(三)、职业价值观——你为什么而工作	8
(四)、职业能力——你能做什么	9
(五)、职业规划总体评估	10
三. 职业分析	11
(一)给排水工程概述	11
(二) 专业培养要求	11
(三) 就业方向	12
(四) 就业前景	12
四. 未来人生职业规划	12
(一) 大学四年学业时期	12
(二) 毕业后的几年	13
五. 结束语	13

前言

人生路上甜苦和喜忧
愿意与你分担所有
难免曾经跌倒和等候
要勇敢的抬头
谁愿藏躲在避风的港口
宁有波涛汹涌的自由
愿是你心中灯塔的守候
在迷雾中让你看透
阳光总在风雨后
乌云上有晴空
珍惜所有的感动
每一份希望在你手中
阳光总在风雨后
请相信有彩虹
风风雨雨都接受
阳光总在风雨后 请相信有彩虹

一、自我盘点

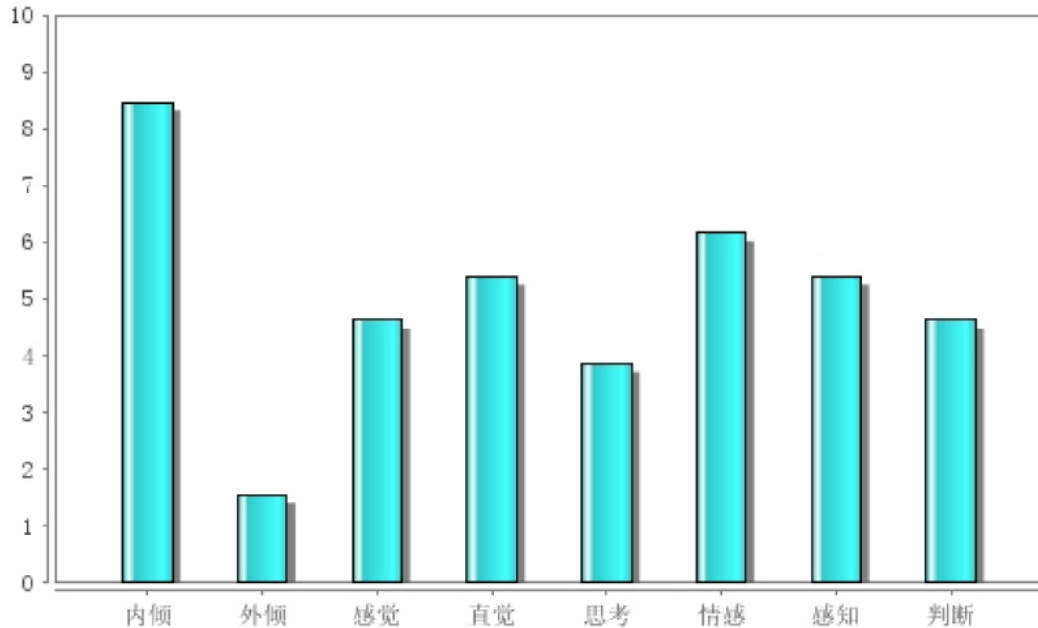
- 1、自己的兴趣爱好：看书、体育运动、旅游等等。
- 2、自己的优点：为人和善，善于团结他人，做事踏实，富有责任心。
- 3、自己的缺点：性格偏内向，不善于交际，表现欲望不强，缺少自信心，性格有些浮躁，做事不够细心。

二、职业取向分析测试

（一）、个性特征——你适合做什么

1. 个性特征因素得分表

本个性特征测试建立在MBTI人格类型理论框架基础上。在下图四个维度，八个因素（外倾E、内倾I，感觉S、直觉N，思考T、情感F，判断J、感知P）中，每个维度中得分较高的因素为你外显的人格类型，四个维度的外显人格类型组成你的个性特征。



2. 你的个性类型是：INFP ——内倾、直觉、情感和感知

你是一个把内在的和谐视为高于其他一切。你敏感、理想化、忠诚，对于个人价值具有一种强烈的荣誉感，个人信仰坚定，有为自认为有价值的事业献身的精神。

你对于已知事物之外的可能性很感兴趣，精力集中于自己的梦想和想象。你思维开阔、有好奇心和洞察力，常常具有出色的长远目光。在日常事务中，你通常灵活多变、具有忍耐力和适应性，但是你非常坚定地对待内心的忠诚，为自己设立了事实上几乎不可能的标准。

你具有许多使自己忙碌一生的理想和忠诚。你十分坚定地完成自己所选择的事情，因而往往承担得太多，但不管怎样总要完成每件事。

虽然对外部世界你显得冷淡缄默，但你很关心内在。你富有同情心、理解力，对于别人的情感很敏感。除了自己的价值观受到威胁外，你总是避免冲突，没有兴趣强迫或支配别人。你常常喜欢通过书写而不是口头来表达自己的感情。当你劝说别人相信自己的想法的重要性时，可能是最有说服力的。

你很少显露强烈的感情，常常显得沉默而冷静。然而，一旦你认识了，就会变得热情友好。你很友好，但往往避免浮浅的交往。你珍视那些花费时间去思考目标与价值的人。

3. 适合的岗位特质：

(1) 与你自己个人价值观念和信念一致，允许你通过工作表达自己的观念。

(2) 给你足够的时间深化自己的想法，能够保持控制这个过程和成果。

(3) 自主地工作,有私人的工作空间和足够的不受打扰的时间,但时而有能有机会向你觉得尊重你的人阐述你的想法。

(4) 在灵活的结构方式中工作,尽量减少规则和条条框框,让你进行令你感到鼓舞的项目。

(5) 在一个合作的环境中与其他富于创造和同情心的个体共同工作,没在压力和人际冲突。

(6) 让你表达自己的创见,同时鼓励和嘉奖个人的成长。

(7) 在工作满意地全部完成之前,不需要你不断地向人们展示你的工作或要求你与人分享。

(8) 允许你帮助他人成长和发展,帮助他们发掘他们全部的潜力。

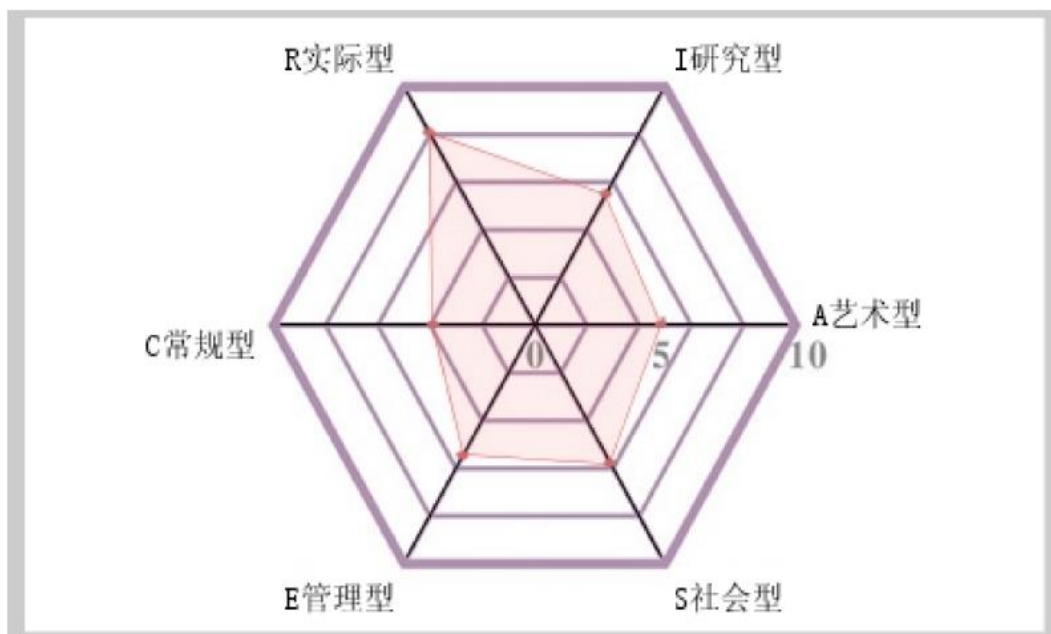
(9) 工作涉及到理解他人,发现推动他们行动的东西,让你与他人发展深入的一对一的关系。

(10) 让你朝着实现自己的想法而工作,不必受政治、金钱或其他障碍的限制。

(二)、职业兴趣——你喜欢做什么

1. 职业兴趣因素得分表

本职业兴趣测试建立在霍兰德人职互择理论框架基础上。霍兰德人职互择理论把不同类型的职业和人格都分成6种类型:现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型、常规型。如下图,六边形的任何一个角代表一种职业人格典型类型,一般相邻角的职业人格类型表示相容或接近,但对角的往往是截然相对的。得分最高的三种类型即为你的职业兴趣类型,很大程度上表明你喜欢从事与之相关的职业。同种职业人格的人的相互协作是最理想的工作状态,职业兴趣与职业环境的匹配是决定成功的最重要的因素之一。



2. 你最感兴趣的职业类型是：

RSE ——R实际型、S社会型、E管理型

3. 职业兴趣类型说明：

实际型R: 遵守规则、实际、安定、喜欢需要基本技能的具体活动。

比较适合的职业: 有具体的规则和程序, 需要特定的技巧或技能的行业。

研究型I: 需要系统观察、科学分析和一定程度的创造性。

比较适合的职业: 专门的科学研究、某个领域的高尖端工作以及某些行业的研发工作。

艺术型A: 想象、直觉、冲动、无序, 喜欢用艺术形式来表现自己的思想与情感。

比较适合的职业: 通过非系统化的自由活动进行艺术表现的行业。

社会型S: 助人、合作, 具有责任感和同情心, 喜欢并善于社会交往, 乐善好施。

比较适合的职业: 对人进行说服、劝导、帮助、教育和治疗的行业。

管理型E: 具有一定的支配能力, 自信、精力旺盛, 喜欢指挥, 劝导别人

接受自己的意见。

比较适合的职业:需要动员、组织和领导他人实现既定目标的行业。

常规型C:有条理、稳定、顺从、有序,喜欢程序化的条理性工作。

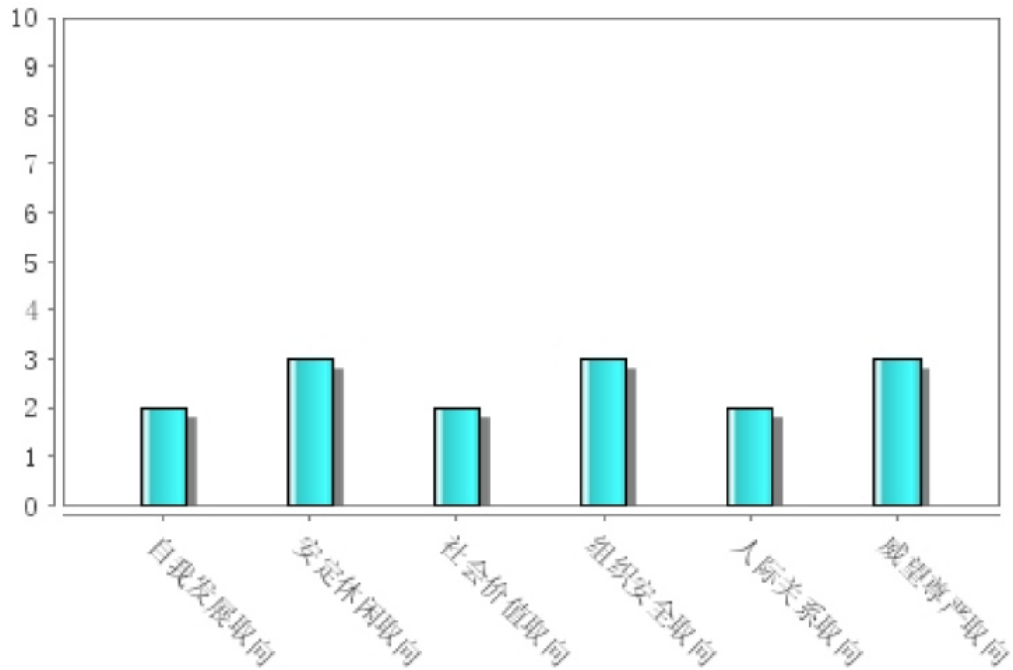
比较适合的职业:具有固定规则的习惯性、重复性工作。

(三)、职业价值观——你为什么而工作

1、职业价值观因素得分表:

职业价值观是个人价值观在职业活动中的反映,是职业决策考虑因素的重要组成部分。职业是生活中最重要的活动,从职业中能够获得什么样的回报,是人们在择业时一定会考虑的问题,它同时也决定了你对职业满意度的评估。人们进行职业生涯规划时所关心的问题,其实就构成了一系列的工作价值观,它们给予工作明确的目标和意义。职业价值观通常都和某种职业紧密相关,是个人和工作匹配的基础之一,价值观与职业的契合度越高,职业的满意度越高。

下图列出了对大学生较重要的六种价值观因素,其得分高低很大程度体现个体这些价值观之间的相对重要性。



2、你的职业价值观取向是：

安定休闲取向、组织安全取向、威望尊严取向

3、职业价值观取向类型说明：

自我发展取向：工作中能获得信任，能够自我充实，促进个人发展；能够发挥个人才华，提升生活品质以及实现人生目标。

安定休闲取向：工作之余有充足的时间让人从事休闲活动；工作能为生活提供便利，并不会让人感到紧张焦虑。

社会价值取向：工作中能帮助别人，为他人服务；工作能增进社会福利，对社会具有积极的意义。

组织安全取向：工作能带来合理的经济报酬；组织能从制度、环境和前景等方面为员工提供安全感。

人际关系取向：工作中能与其他人建立良好的友谊关系，营造一个人际关系融洽的环境，并经由工作能提升自己的人际关系。

威望尊严取向：工作时能获得自我肯定，满足个人成就感，赢得

他人尊重；以及拥有自主性和管理权。

（四）、职业能力——你能做什么

1、职业能力因素得分表：

职业能力	得分
察觉细节能力	7.00
动手能力	6.67
空间判断能力	6.00
社会交往能力	6.67
书写能力	7.00
数理能力	8.33
言语能力	7.00
学习能力	8.00
运动协调能力	8.00
组织管理能力	7.00

2、你的优势职业能力是：

数理能力、一般学习能力、运动协调能力

3、职业能力类型说明：

察觉细节能力：指对物体或图形的有关细节具有正确的知觉能力，对于图形的明暗、线的宽度和长度作出视觉的区别和比较，看出其细微的差异。

动手能力：指手、手指、手腕能迅速而准确地活动和操作小的物体。

空间判断能力：指对立体图形以及平面图形与立体图形之间关系的理解能力，包括能看懂几何图形，对立体图形的三个面的理解力，识别物体在空间运动中的联系，解决几何问题。

社会交往能力：指善于进行人与人之间的相互交往、相互联系、相互

帮助、相互作用和影响,从而协同工作或建立良好的人际关系。

书写能力:对词、印刷物、账目、表格等材料的细微部分具有正确知觉的能力、善于发现错字和正确地校对数字的能力。

数理能力:指迅速而准确地运算以及在快速准确地进行计算的同时,能进行推理、解决应用问题的能力。大部分职业都要求人们有一定地运算能力,但不同职业对人的算术能力要求的程度不同。

言语能力:指对词及其含义的理解和使用能力,对词、句子、段落、篇章的理解能力,以及善于清楚而正确地表达自己的观念和向别人介绍信息的能力。包括语言文字的理解能力和口头表达能力。不同的职业对人的语言能力要求亦不同。

学习能力:指人们认识、理解客观事物并运用知识、经验等解决问题的能力,又可称为智力。它包括记忆能力、观察能力、注意能力、想象能力、思维能力,特别是逻辑思维能力。学习能力是人们在学习、工作、日常生活中必须具备、广泛使用的能力。职业或作业的水平越高,对人的学习能力的要求亦越高。

运动协调能力:指眼、手、脚、身体迅速准确和协调地作出精确的动作和运动反应,手能跟随着眼所看到的東西迅速行动,进行正确控制的能力。

组织管理能力:指擅长于组织和安排各种活动,以及协调参加活动中人的人际关系的能力。

(五)、职业规划总体评估

你的个性特征属于内倾、直觉、情感和感知型,感兴趣的职业类型是R实际型、S社会型、E管理型,在职业发展中比较看重的价值观是安定休闲取向、组织安全取向、威望尊严取向,具有优势的职业能力有数理能力、一般学习能力、运动协调能力。

根据你的这些测评结果,综合考虑各种职业的特征及其对从业人员的不同要求,以下职业比较合你未来的发展:

1. 行政主管
2. 营销策划
3. 教育培训
4. 公关宣传
5. 商业经营

三、职业分析

（一）给排水工程概述

用于水供给、废水排放和水质改善的工程。分为给水工程和排水工程。古代的给排水工程只是为城市输送用水和排泄城市内的降水和污水。近代的给排水工程是为控制城市内伤寒、霍乱、痢疾等传染病的流行和适应工业与城市的发展而发展。现代的给排水工程已成为控制水媒传染病流行和环境水污染的基本设施，是发展城市及工业的基础设施之一，市政工程的主要组成部分。

（二）专业培养要求

本专业学生主要学习普通化学、分析化学、工程力学、测量学、工程制图、微生物学、水力学、电工学、给水排水工程学科的基本理论和基本知识，受到外语、计算机技术及绘图、污染物监测和分析、工程设计、管理及规划方面的基本训练，具有水科学和环境技术领域的科学研究、工程设计和规划管理方面的基本能力，掌握对水的开发、净化、输送、回收与应用必需的基本理论、基本技能，接受工程师训练和初步的科研方法训练，具有较好地独立获取知识和分析、解决给水排水工程实际问题的基本能力，具备规划给水排水系统、进行给水排水工程的工艺设计、施工、管理和简单的结构设计的能力并掌握水

资源控制与保护、节水等相关知识。

（三）就业方向

主要到政府部门、规划部门、经济管理部门、环保部门、设计单位、工矿企业、科研单位、大中专院校等从事规划、设计、施工、管理、教育和研究开发方面的工作。

（四）就业前景

虽然是冷门，但它也是将来的发展必需的。学好它，一定有用。环保这个行业，就业虽然现在不是很多，但前景是不错的，现在从国家到国际都认识到环境的破坏，给人类造成巨大的危害，人们把21世纪第一危害列为环境的破坏。国家也着手解决环保的问题，要想真正的解决环保问题，必须靠懂行的专业人才。

四、未来人生职业规划、

对于未来几年的人生规划，主要会分为两个部分。分别是在在校期间和毕业后的两三年时间里的规划。

（一）大学四年学业时期

大一大二时期：熟悉给水排水专业的主要内容以及专业的就业前景。努力通过英语四级考试和通过计算机二级等级考试，获得英语四级证书和计算机二级证书。基本熟悉专业课的内容。提高自己的学习成绩。

大三期间：学好专业课知识，多去参观些招聘会，通过英语六级考试，成为入党积极分子。

大四期间：完成毕业实验和毕业论文选题，与指导老师商量制定毕业论文的撰写计划，完成学业，拿到学位证书。努力成为正式党员。做好充分准备，针对性地参加招聘会。努力找实习单位，找工作单位。大量的实习时为了为以后的工作面试做准备。

大学四年期间需要一直坚持的事情：努力提高自我的人际交往能力，要学会如何树立自信心，多到图书馆去看各类书籍来丰富自己的课外知识给自己充电，努力参加任何能锻炼自己能力的活动，锻炼身体努力减肥。

（二）毕业后的几年

1-2 年：

只要是自己感觉到合适的建筑方面的工作，对于工作城市，工作报酬，可以适量的放低要求，工作期间，锻炼好自己的专业技能，增加自己的工作经验，评定给排水助理工程师。

积累 1-2 年的工作经验，跳槽到自己感觉到比较理想，比较有发展空间的公司，评定给排水工程师。

3 年后

在原公司或另加公司积累 5 年工作经验评定高级给排水工程师。

五. 结束语

天才是 99% 的努力+1% 的汗水。计划固然好，但更重要的在于具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来终会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划谁时都有可能遭遇问题，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、追求和抱负；每个人心中都有一片森林。承载着收获、芬芳、失意以及磨砺。一个人若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏。成功不相信泪水，成功不相信颓废，成功不相信幻影，成功只相信实力，未来要靠自己去打拼。所以我相信：三分天注定，七分靠打拼。我会为我的人生负责，努力完成我的人生规划。