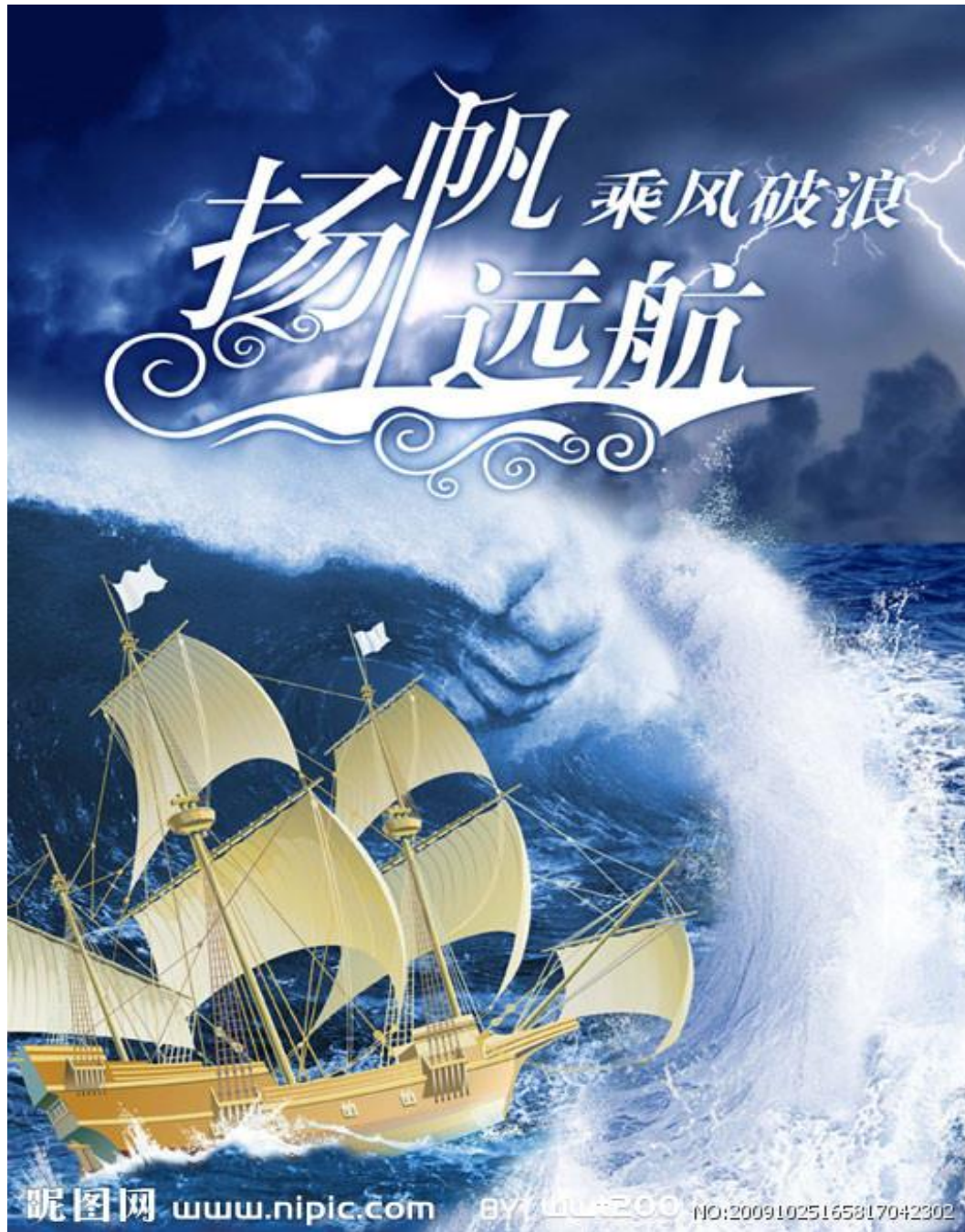


职业生涯规划书



目录

第一章 职业生涯条件分析	3
一、家庭环境分析	3
二、学校环境分析	3
三、社会环境分析	4
四、职业环境分析	5
第二章 职业目标定位及其分解组合	7
一、职业目标的确定	7
二、职业目标定位及其分解组合	7
第三章 具体执行计划	9
一、短期目标的具体实施计划	9
二、中期目标的具体实施计划	9
三、长期目标的具体实施计划	9
四、人生总目标的具体实施计划	9
第四章 评估调整	10
一、评估内容	10
二、评估时间	10
三、规划调整原则	11
结束语	12
附录	13

第一章 职业生涯条件分析

一、家庭环境分析

我出生在一个农村家庭。母亲是位地道的农民，只能从事一些简单的田间劳动，收入微薄。父亲是位教师，工作艰辛，收入也极其微薄，但对我以前的学习有很大的帮助。因此，从小就明白一句话：作为农村长大孩子，必须学会独立坚强。所以，我从很小的时候就学会了独立，学会了自强。这让我感觉到，是上天对我的眷顾，只不过是这份礼物早一点送给我罢了。

作为成长在这样的农村家庭中，对我来来说，提前做好职业生涯的规划，具有十分重要的意义。

我很喜欢孟子的那句话：故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，困乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。

二、学校环境分析

内蒙古农业大学是内蒙古自治区重点大学，国家西部大开发重点支持建设高校，是国家西部大开发“一省一校”重点支持建设的大学，是国家大学生文化素质教育基地院校之一，是一所以农为主，具有农、工、理、经、管、文、教、法等 8 个学科门类、29 个二级学科的多科性大学。形成了突出以草原畜牧业为重点的鲜明办学特色。同时，工科和经济管理类学科也发展迅速，突出牧区水利和牧业机械化研究，畜牧业以经济管理研究为特色。

根据个人发展方向，我比较喜欢农业建设与农业经济方面，因

此，在我看来，学校会给我只是与能力方面的增长。

三、社会环境分析

2009 年毕业生人数 610 万，2010 年毕业生人数 630 万，2011 年毕业生达 650 余万，再加上往届没有实现就业的，需要就业的毕业生数量之大可想而知。

大学生就业形势政策分析：

中央出台六大措施稳定就业，其中，大力开展职业培训，提升劳动者素质是六大措施之一。人力资源社会保障部与发展改革委、财政部、建设部、教育部等各部委联合实施了多项职业培训计划，鼓励对大学生、再就业人员、退伍军人等进行专业职业技能培训，帮助他们就业。

劳动社会保障部科研所和浙江大学就业与服务指导中心提供的相关材料，独家发布 2011 高校就业趋势预测：总劳动力富余，专业技术人才缺口不小，农业缺 218 万，工业缺 1220 万，第三产业缺口 325 万（含工程、服务、财经等领域）。根据中国人事科学研究院《2010 中国人才报告》预计，到 2011 年我国专业技术人才供应总量为 4500 万，而需求总量为 6800 万。此项数据显示我国劳动力总体有富余，但专业技术人才仍将出现供不应求的局面。专业技术人才总量还处于供不应求的局面，大学生就业难问题仅仅为一种表象。之所以看到困难和大学生个体表现差异有关。作为一名大学生是否学有专长，知识和能力结构能否达到技术人才的评判标准，能否符合社会需求，很大程度上决定着大学生的就业情况。

竞争对手分析：

农民工，留学生，专业人才等成为大学毕业生的最大竞争对手。因为农民工要求很简单，只需要有工作，并能够按时拿到薪水就行，而留学者和专业人才具有丰厚的知识阅历与经验，他们更能受到企业的青睐。

四、职业环境分析

1.行业分析

大学生就业选择，是对我们十年内的生活产生重大影响的关键决策，是极其重要的。因此，对行业分析及其重要。目前，中国的社会处在重要的转型变化中：由计划经济转向“有中国特色的市场经济”。这个过程是一个利益格局的重新分配的过程。在就业市场上，我们可以按大的方面对各种利益单位归类如下：公务员（含事业单位）、垄断行业国企、竞争行业国企、外企、民营企业。

公务员在经济发达地区收入较低，而相对欠发达地区，它的收入还是比较高的。对近几年报考公务员的大学生来说，压了也非常大，每年都有许多毕业生选择这条道路，但对自我性格与爱好的分析，我不会选择公务员这条道路。

对于国企来说，近几年，效益不太好加上失业率较高，选择的人会有所下降。但无论如何，在当前阶段垄断国企是一个非常强势的高收入集团。如果我作为一个技术人员的角色进入国企的话，我的毕业学校和技术会有所影响，所以对于我的选择会有影响。

外企一般需要高素质的人才，且对于大陆的人员来说，他们为的

是获取廉价劳动力，且需要较强的管理能力，如果要选择外企，我必须加强我的管理与交际能力。

民企类，股份工和非股份制公司有的如今通过扩大规模来增加自己的影响力，且需员工较多，因此，要想在这里获得一份自己满意的工作还必须增强自我实力成为较高收入者。

2.职业分析

我是学习植物保护专业的学生，要是发展自己的专业技能，则必须通过深造，才可以成为一名专业人才。对于农业方面来说，需要的人才还是比较欠缺的，且一般以与农民交流比较多，工作场所以农田，实验室为主，所以许多学生对此不太在意。资料表明，农业方面发展前景比较广阔。

3.企业分析

农业科研单位为积极实施科技兴农战略,组建创新人才队伍,将改革的目光投向内部人力资源管理上。因此，自我价值的实现会吸引较多的职业选择者，农业科研单位会面向大众服务，是一个较好的发展单位。以农业为主的发展公司差异比较大，但比如林业、种植业等发面发展较好。

4.地域分析

关于工作城市的选择，我倾向于选择离家叫近的城市，比如西安。其次是符合自己工作性质的城市，北方其他城市的选择可能性较小。西安是发展迅速、产业兴旺的城市。近年来，特别是西部大开发战略实施以来，西安的发展不断加快，城市面貌正在发生日新月异的变化，

经济社会进入了加速发展、加速提升的新阶段。西安文化底蕴雄厚，是中国古代许多朝代首都的建立地，特别是汉唐文化，更是中国历史上的一朵奇葩。其次对于沿海城市，城市建设较好，也易于吸引该素质人才，但竞争压力也比较大，相对农业的竞争会比较小。

第二章 职业目标定位及其分解组合

一、职业目标的确定

农业科技管理人才、农业方面创业

SWOT 分析：

内部环境因素 外部环境因素	优势因素 (S)	弱势因素 (W)
机会因素 (O)	农业专业方面 责任心强 就业前景较好	专业知识不太强 坚持能力欠缺 就与单位较少
威胁因素 (T)	就业压力较大 农业方面人才较多 就业环境较差	创业艰难 外部大环境不太好 农业公司较多

结论：我的职业目标是农业管理人才，先进入农业方面的公司，为将来更大的目标做铺垫。当时机比较成熟的时候会转业进行农业方面的创业，建设农业合作化式的发展模式的公司，为农业建设作出更大的贡献。

二、职业目标定位及其分解组合

职业生涯规划表

计划名称	时间跨度	总目标	分目标	计划内容
短期计划	2011——2015	考上西北农林科技大学的研究生	大一努力学习做到不挂一门课，大二英语过四级，计算机过二级，努力学好专业课，在其他知识上有所储备。	增强专业知识，培养专业技能，职业目标素质得到加强，为以后做好铺垫。
中期计划	2015——2020	找到一份理想的工作，建立一个和谐的家庭	通过努力，获得一份对自己未来有帮助的工作，得到能力上的巨大提升。	适应职场竞争，建立人脉网络，职业能力得到加强，为以后发展打好基础。
长期计划	2020——	创办一家以农业方面为主的公司	在公司发展的每一个阶段有一个，都有一定的收获。	事业发展，工作生活关系和谐，家庭美满，子女得到两良

				好的教育。
--	--	--	--	-------

第三章 具体执行计划

一、短期目标的具体实施计划

本人现在正在读大学一年级，我的大学计划分为四个阶段。大一期间，抓紧时间学习，做到不挂一门课程。大二期间，做到通过英语四级考试，计算机二级考试。大三期间做好所学课程的学习，积累一定的其他方面知识，以丰富的知识积淀我将来做好准备，其次做好考研准备。大四期间，做好毕业各项工作。

二、中期目标的具体实施计划

努力搞好学习，在读研究生的同时为找工作精心准备，以较强的专业能力为获得更好的工作做好铺垫。

当找到一份工作的同时，考虑婚姻问题。做好家庭事业两不误。

三、长期目标的具体实施计划

当工作和家庭稳定的同时，有一定的物质积累和能力积累的时候，计划开办一家以农业方面为主的公司，资金问题主要以扶持和贷款为主。前期计划投资在 50 万元左右，以后规模逐年扩大，最终在市场上占有一定的份额。

四、人生总目标的具体实施计划

事业的成功是作为人生目标的主要归宿，当我们为一个自己所忠实事业而奋斗的时候，便是我们最大的收获。创业成功是我的人生总体目标，通过大约三四十年的奋斗，开始时间为 2025 年左右。

第四章 评估调整

一、评估内容

1.职业目标评估

对于以后的职业选择，假如得到一份理想的工作，且在公司贡献突出，那么我将考虑是否继续在公司工作，假如业绩不好，我可能会选择其他职业，或者进行创业计划。

2.职业路径评估

职业发展的道路肯定不太平坦，当出现自己的开始从事工作的不太合理的时候，或者公司发展前景不太好的好时候，我就会选择其他职业，增加工作经验，为将来的工作打好基础。

3.实施策略评估

如果在找工作比较困难的时候，可能会选择比较简单的工作，作为能力的锻炼。如果创业途中有所困难，可能会寻求强势团体的帮助。也可能会和他人一起创业。

4.其他因素评估

如果遇到比如家庭，身体，经济等方面的因素影响，会合理规划，争取找到比较好的解决办法。如果环境比较好，我会抓紧机遇，争取得到更大的成功。

二、评估时间

在一般情况下，我定期会对规划进行评估；当出现特殊情况是，我会随时评估并进行相应的调整。

三、规划调整原则

坚持从实际出发，一切服从原则，适时调整，获得更大成功。

结束语

我们常常听到人们各种各样的梦想，每一种梦想听起来都很美好，但在现实中，我们却很少见到真正坚忍不拔，全力以赴去实现梦想的人。人们热衷于谈论梦想，把它当作一句口头禅，一种对日复一日，枯燥贫乏生活的安慰。很多人带着梦想活了一辈子，却从来没有认真的去尝试实现梦想。

只有人类去梦想，并把梦想变成现实。没有梦想就没有精彩的生活，梦想是人们对未来的向往。它意味着还没有体会过的生活，意味着无穷的可能性，意味着意想不到的惊喜，意味着对自己的信心。

因此实现梦想的关键是能否果断的采取行动。行动才是最强大的力量。有一个学生曾经说，他以后想要走遍全世界，变成像徐霞客、马克·波罗那样的旅行家和冒险家，去感受大海一望无际的壮阔，体会沙漠高低起伏的神圣。但是他说现在还没有钱，要等到成了百万富翁以后再去做这些事情。若果他要没有成为百万富翁呢？最好的方法就是现在上路，就算一路要饭也要实现自己的梦想。所以，当我们拥有梦想的时候，就要拿出勇气和行动来，穿越岁月的迷雾，让生命展现别样的色彩。

附：参考书籍

职业锚——发现你的价值观(施恩，中国财政经济出版社)

职业转换(卡罗尔·麦克莱兰，机械工业出版社 北京燕清译)

职业生涯规划宝典(鄢敬新主编，青岛出版社)