



中国石油大学 (华东)
CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

《计算机科学导论》个人职业规划

学生姓名： 陈鑫雨

学 号： 1907010301

专业班级： 计科 1903

学 院： 计算机科学与技术学院

分项评价					整体评价		总分	评阅教师
自我 分析 10%	环境 分析 10%	职业 定位 15%	实施 方案 15%	评估与 调整 10%	完整性 20%	可行性 20%		

2019 年 12 月 31 日

1 自我分析

自我分析包括：

1.1 自然条件

性别、年龄、身体条件、健康状况、居住城市等。

性别：女

年龄：20

身体条件：体型中等，身高中等。

健康状况：健康。

居住城市：四川有个家，但是家人常年在宁波生活。

1.2 性格分析

这个说不定的，一般情况下我在刚进入一个完全陌生的环境都很安静，不敢表露自己的内心状态，但是熟络了这个环境（地皮踩熟了）以后我就很开朗了，可能就是慢热吧。有朋友陪着我的时候我也算比较开朗吧。如果对一个东西有热情，我会花时间去研究它，比如现在对 c++ 还挺有兴趣的。

所以我觉得我的性格不太适合与别人打交道，就是情商不太高（我觉得我还算了解自己），我觉得科研工作可能比较适合我

。

1.3 教育与学习经历

大家都一样，高中刚毕业。

1.4 工作与社会阅历

我爸妈在外地工作有一段时间了，我去那边当过服务员，锻炼了我讲普通话的熟练程度，脸皮变厚一点了，同时与人对话的能力上升了。暑假有发过传单，脸皮又变厚了一点。

1.5 知识、技能与经验

从小学到高中，出来课本上的知识，没有了解其他知识，对电脑也属于“小白”阶段，但是因为大学修的这个专业，我对电脑了解了不少，知识正在迅速上涨中。经验就是不懂得问题“脸皮厚”得多问一点，多花时间研究，自然会提高得。

1.6 兴趣爱好与特长

我平时喜欢看电视等各种娱乐节目，喜欢听歌，喜欢钻研自己喜欢的东西，经过高中的历练，能静得下来，正准备培养自己得一个特长。

2 环境分析

环境分析包括：

2.1 社会环境分析

政治形势：时至今日中国这个有着五千年历史文明的大国是这个世界上唯一幸存的社会主义大国，现在我国正迅猛发展，就业形势好。国家正需要技术方面的人才，也投入资金来培养这方面的人才。

经济形势：我家吧，还算可以，不贫不富，家中还有一个正在读小学的弟弟，他的学费挺贵的，我爸妈也很辛苦，因为工作老是熬夜。（我就想着自己能早点又稳定收入越好）

就业形势：计算机专业整体薪资比其他行业高一些，但是 995 或 996 很正常。国家正需要这方面的高精尖人才，但是行业竞争力大，淘汰率也很高，这就面临着我们年龄大的工作问题，大龄程序员一般出路：做管理、自己创业和继续写程序。

做管理：是绝大多数人的选择，因为大龄的程序员，实战经验丰富，工资高，带新人无可厚非，但是看似自然的事情对于程序员也不容易，做管理就是管人理事，不是光有技术资本就能管得了人理得了事的，所以从单纯写程序转到管理还是具有挑战的。

自己创业：想自己创业的程序员至少在技术上已经有了相当的资本。但跟搞管理一样，你还缺许多技术之外的东西：比如管理经验，比如人脉，比如市场等等等等，比单纯转管理要难得多，风险也大的多。

继续写程序：国内的企业机会相对少，不管是薪资还是高强度的加班，大龄程序员优势都不大。国外四五十岁了还在写程序的大有人在，三十岁算是刚入行。所以外企不大在意你的年龄问题。这也许是因为我们总是缺乏基础软件、总要在人家的软件基础（比如操作系统、开发语言、代码库等）上做二次开发的原因。

2.2 家庭环境分析

婚姻状况：未婚。经济状况：没有收入。家人期望：希望我能找到一个稳定的工作就好，没有给我施加压力。家族传统：做人本分，生活安定。

2.3 职业环境分析

行业现状及发展趋势：现在的这个行业人才辈出，行业竞争大，更新淘汰快，需要高精尖的人才。职业的工作内容、工作要求、发展前景：现在本人还是一位学生，要求完成自己的学业任务。发展前景很多，如当科研工作者，进入企业成为一名程序员，当企业中的管理者等。职业发展前景：可以选择留在学校继续深造，以后成为一名科研工作者；也可以选择本科毕业就直接在企业工作，在实践中提升自己的能力，成为一名技术大牛；还可以成为企业中的管理者....。总之方向还是很多的。

2.4 地域与人际环境分析

地域与人际环境分析

工作城市的气候水土：这边的环境较好，比较怡人，就是不管是夏天还是冬天，风都很“虐人”，离海很近，海鲜很多且新鲜，是一个不错的旅游城市。

文化特点：这边人的作息时间比较好，可能是风大，都没有夜市，地边摊等，很早就睡觉了。这帮人都比较淳朴，很老实，性格很好，比较大咧咧。

发展前景：在学校做科研人员，在企业做程序员等都可以。

人脉人际关系：大家相处得都很好，但是结交得人也不多。也就是人脉现在不广。而且自己的高中同学在这边的也很少，当然大学同学就是在这边了。

3 职业定位

职业定位包括：

3.1 行业领域定位与理由

我想要成为一名 IT 人员，主要是自己的性格就是比较安静，不太适合和陌生人打交道，然后自己也喜欢这个发面的研究。或者是成为一名大学教授，从事学术方面的研究。感觉与同学打交道挺好的，喜欢呆在大学校园，研究自己喜欢的东西。

3.2 职业岗位起点定位与理由

如果是当一名 IT 人员，那么就要在大学期间努力学习这方面的知识，锻炼好自己的基本功，如果能在大学毕业前就能掌握好自己的知识，那就本科毕业就找工作，或者继续读研深造自己。

如果想当一名大学教授，平时的学习成绩一定要好，还有就是要读博读研，拿到自己的学位证；或者有机会能出国学习，牢固自己的知识。

3.3 职业目标与可行性分析

成果目标、经济目标、能力目标、职务目标等。

现在我就是学习这方面的学生，只要努力，对这方面有兴趣，想要实现自己的目标也比较简单，就是自己想要提高交际能力可能有点困难，这个和我的性格有关，毕竟我自己也不太自信。还有就是要有恒心，少贪玩，要有自己的方法论。

(1) 短期目标（大学 4 年）

大学四年学习好基础知识，多掌握几门行业语言，锻炼自己在算法方面的能力，拿到证书。学好平时的课程，保证自己的成绩，锻炼自己的社交能力。

(2) 中长期目标（5-10 年）。

直接找工作）找到一份好的工作，锻炼自己在计算机方面的能力。在社会实践中提高自己的社交能力，有好的合作伙伴，在团队中有不可替代的作用。学习能力要强。

（当大学教授）继续攻读研究生，博士生，找到自己感兴趣的行业方向，最好能出一次国。当然平时的学习成绩要好。学习能力要强。

这里是简单列表的样例：（如果需要标号自定义或者自动标记数字序号，请自行搜索语法）

4 实施方案

在明确了职业定位后，要制定实现职业生涯目标的行动方案，不付诸行动，职业目标只能是一种梦想。实施方案是实现职业目标的保证，尽量考虑周全、具有可操作性。

实施方案可以从以下角度考虑：

- 1、 如何利用现有条件和自身优势以实现职业生涯目标。
- 2、 如何克服缺点、弥补不足、增长知识、提高能力以实现职业生涯目标。
- 3、 如何处理人际关系和发展人脉以实现职业生涯目标。
- 4、 如何处理工作与家庭、生活的关系以实现职业生涯目标。
- 5、 如何处理释放工作压力、保证身心健康以实现职业生涯目标。

表格插入样例 (三线表)：

现在我是一名大一新生，而我正在学习的也是这方面的知识，有好的老师我可以请教，有好的资源（如图书，各种网站上的资源）可以利用，所以现在阶段利用好这些巩固自己的基础知识，现在也有各种社团可以参加，可以提高自己的交际能力，多参加一些社会活动，如果能去公司实习也是一个很好的机会。同时我的家里边没有什么压力，能把自己稳定下来就很好。同时从事这方面的人员注定多坐，所以要读锻炼，经量少熬夜，避免秃头。多运动来释放压力。多陪伴家人。

5 评估与调整

由于影响职业生涯规划的因素很多，且大都处于动态变化之中，因此职业生涯规划应定期评估，并根据影响因素的变化和实施结果的情况及时作出调整，这样才能保证其行之有效。

我有两条方向可以选择，但是大学期间把学习搞好，以后也好选择。

5.1 评估时间

每学年一次评估。

5.2 评估内容

可以从成果目标、经济目标、能力目标、职务目标等方面总结，确定哪些目标已按预期实现，哪些目标尚未达到，对已实现的成果总结经验，对未完成的目标分析原因。

成绩是否达标，自己的算法知识是否合格，交际能力是否有大的提升。对已实现的成果总结经验，对未完成的目标分析原因。

5.3 调整原则

应考虑与自身情况的匹配性、与环境的适应性、操作实施的可行性等。
根据行业情况，自己的兴趣专业，自己掌握的技能进行调整。