



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

《计算科学导论》个人职业规划

学生姓名：孙鹏程

学 号：2007020220

专业班级：本研2001

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% | | |
| | | | | | | | | |

2021年 1月 2日

1 自我分析

首先我来做一下自我分析，自我分析就是对自己进行全方位、多角度的分析，目的是认识自己、了解自己。因为只有认识了自己，才能对自己的职业做出正确的选择，才能选定适合自己发展的职业生涯路线，才能对自己的职业生涯目标做出最佳抉择。所以我认为这是首先要解决的问题。

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。

我叫孙鹏程，男，2002年人，今年19岁。身体健康，体质良好，至今未曾患有重大疾病或受到身体损伤。另外，体能较好，在体测中表现较好，体育成绩高于平均水平，相比之下更擅长爆发力和身体协调性要求高的运动。爱好运动，注重锻炼，有着较为健康的物理条件。自认为可以承担一定的工作压力。故乡兼居住地为潍坊市潍城区，没搬过家。现居就读于中国石油大学（华东）。

1.2 性格分析

根据霍兰德职业兴趣的测试结果，依据每类兴趣人格特点的得分，我大致总结了我的一些性格特点：

- 我比较现实，比较客观，在做事情的时候可能会从结果来考虑，有助于结果的事情，只要并不触及原则，即使我比较排斥，也会对其进行充分地考虑，然后再决定是否去做。由于我比较讲求实事求是，我比较能够冷静客观对待事情、分析问题，做到对事不对人，就事论事，尽量不受情绪困扰，做出正确的判断。
- 我喜欢思考，喜欢想象。我对于自己喜爱的事情很能够投入进去，也愿意为之付出时间和精力，如果一个困扰我好久的问题被我独立解决，我就会很开心，并且更加坚定了继续走下去的信心和动力。说到想象，我有时候爱去想一些未来的事情，比方说下午有一场面试，我中午就会自己想象面试的各种可能会出现的情况。这种习惯时好时坏，总体上说对我还是有利的。
- 我喜欢动手实践。首先，比起理论的东西，我更喜欢实打实的东西，喜欢看得见摸得着的东西，这个我觉得很多人应该都是这样吧。和有些人不一样的是，我喜欢动手，爱修东西，拆东西，看看他们的实际构成。喜欢做实验，在中学的实验课中成绩优秀。愿意做一些实践性的东西，学习一些实用性高、可操作的知识和技能，比如剪视频、修电脑等等，也乐在其中。
- 我责任心强，有担当。个人有较强的集体荣誉感，愿意承担任务，尤其是承担大工作中的一个小项目，有追求完美之心，也会为之努力。

1.3 教育与学习经历

我顺利经过小学，初中，高中学习。初中全校多次考到前十，后考入山东省潍坊市第一中学就读，在这所高手云集的高中里我压力陡增，却也未曾放弃，从高一刚入学的年纪700多名一路前进，经历了各个排名段，最后在全市三模考试中考到年级116名，达到巅峰，高考但总体发挥稳定，顺利进入石大。

潍坊一中是亚洲第一，世界第二大高中校园，每级约1500人，校园开阔，环境优美，有植物园、揽月湖等风景区，如同公园，无形之中陶冶情操。同时，不像有些学校管理严苛，潍坊一中学习自由，氛围轻松，学生们心中有路，自律性高，自主学习能力强，我认为这对我的大学学习和今后工作都大有帮助。还有一点非常重要，潍坊一中作为山东省新高考质量检测联盟的发起者，组织了多次十万人以上的大型联考，而所有数据都会毫无保留的和他们共享，受此影响，我认为我们一中人是有大格局，大追求的。

1.4 工作与社会阅历

我在2017年在潍坊爱心义工正式注册成为一名志愿者，此后，除2020年因新冠疫情响应国家号召积极在家隔离之外，每个寒暑假我都会积极参与社会志愿服务工作，在汽车站火车站等地帮助他人、服务他人，我认为我具有一定的社会责任感，是一个有爱心、有担当的青年。此外，我还曾利用高中假期的时间参与体验过义警义巡、交警执勤、图书馆管理员体验等工作，体验他们的日常工作，积累工作体验，丰富社会阅历。也分别在高一和高二参观了潍柴和潍坊自来水公司，对于家乡部分产业有了萌芽的认识。

现在在我们班级内担任文艺委员一职，虽说是文艺委员，可是由于对于艺术的专业了解并不是很多，所以也是和其他班委合作完成一些工作。另外，我还负责了我们班级的部分宣传工作，和另一位同学一起搭建了我们班的网站(aiupc.xyz)，同时负责管理、征稿等工作。自认为经历了很多，学到了很多。

1.5 知识、技能与经验

我比较擅长物理，也最喜欢物理，对于一些实用性的工作有一定的理解，可以完成电脑打印机等基本硬件的安装，对于家庭电路我略懂皮毛，这些东西称之为技能略有不妥，暂时没有特别突出、独特、强大的技能。但是我很愿意学习，愿意掌握，更愿意去动手做一下，我会继续努力。

1.6 兴趣爱好与特长

我爱好广泛，热爱运动，喜欢打羽毛球和单车，最近迷上了沿着海边散步和定向越野运动。对于音乐也是相当热爱，喜欢古风，电音，流行，摇滚，曲风多样，各有其长。特长方面，个人认为自己的动手能力较强，高二参与过校园水火箭比赛，取得了二等奖的好成绩。暂时其他特长并不突出，我也正在努力建立自己的优势。

2 环境分析

环境分析主要是评估周边各种环境因素对自己职业生涯发展的影响。人是群居动物，我们每一个人都不是独立的存在，都处在一定的环境之中，职业发展必然要受到所处环境的影响，只有充分了解和把握所处环境的现状、特点、发展变化趋势，才能做到在复杂的环境中避害趋利，使我们的职业生涯规划具有实际意义。

环境分析包括：

2.1 社会环境分析

政治形势、经济形势、就业形势等。

2.1.1 政治形势

我国正处于社会主义新时代，处于改革开放高歌猛进，全面小康决胜收官，现代化强国积极建设中，对于IT行业的人才需求和储备都在与日俱增。而世界正处于百年未有之大变局，单边主义盛行，美帝打压我国之心路人皆知，科技独立更是迫在眉睫，中兴之事我辈不忘，落后就要挨打，我们IT行业的人有这个责任。

2.1.2 经济形势

我国现在正处于工业化晚期，传统工业正在向新型工业转型，转型不仅仅是为了高效，为了积极，为了环保，更是为了生存。信息化、智能化已然成为了产业潮流，在这个充满机遇的时代，竞争也是异常激烈，大鱼吃小鱼已然屡见不鲜，经济形势说乐观也不乐观，说活力十足百花齐放也同时走向封闭和一家独大，我们尤需谨慎。另外，随着城乡经济、科技差逐步缩小，未来的就业地也有待分析。这点我在后面会详细讲述。

2.1.3 就业形势

就业形势可以算是一片大好，但是也不能盲目乐观。前面提到过，现在对于计算机行业人才需求量极大，人才缺口暂时难以补齐。可是，计算机行业优点在于选择面广，门槛低。可是，年薪十万和月薪十万都是有工作，想要有更好的发展，成为领军人物，压力和难度都十分的大。整体来看，算是比较亲民、比较乐观了。

2.2 家庭环境分析

家庭经济状况很一般，可能低于平均水平，父亲是一名销售人员，母亲已退休，收入不高，仅有一套小房子。家人希望我有更好的发展，希望我能有更好的生活，可同时也比较保守，希望稳定和稳妥，希望我能得到一份旱涝保丰收的工作。父母对我的期望比较高，可是他们更希望我的生活充满快乐，不要太累，当然，我也提到过，我的身体健康体质良好，可是家人还是比较关心。另外，受家人影响，我暂时没有自己创业的想法，只是希望进入一家比较大型的企业进行勤劳致富，在一定程度上减轻家庭经济负担，如果能够有所创新有所作为那就更好了。

2.3 职业环境分析

行业现状及发展趋势；职业的工作内容、工作要求、发展前景等。

经过一定的分析和收集材料，我发现我有意向的几个职业大致月薪在6000元-8000元，对于基础的要求普遍不高，待遇较好，有双休、年底双薪、五险一金，但是薪资还是较低，另外，之前听郭磊老师说青岛人力资源处那里得到的消息是年薪13.6万元。整体来说，工资待遇都比较满意。

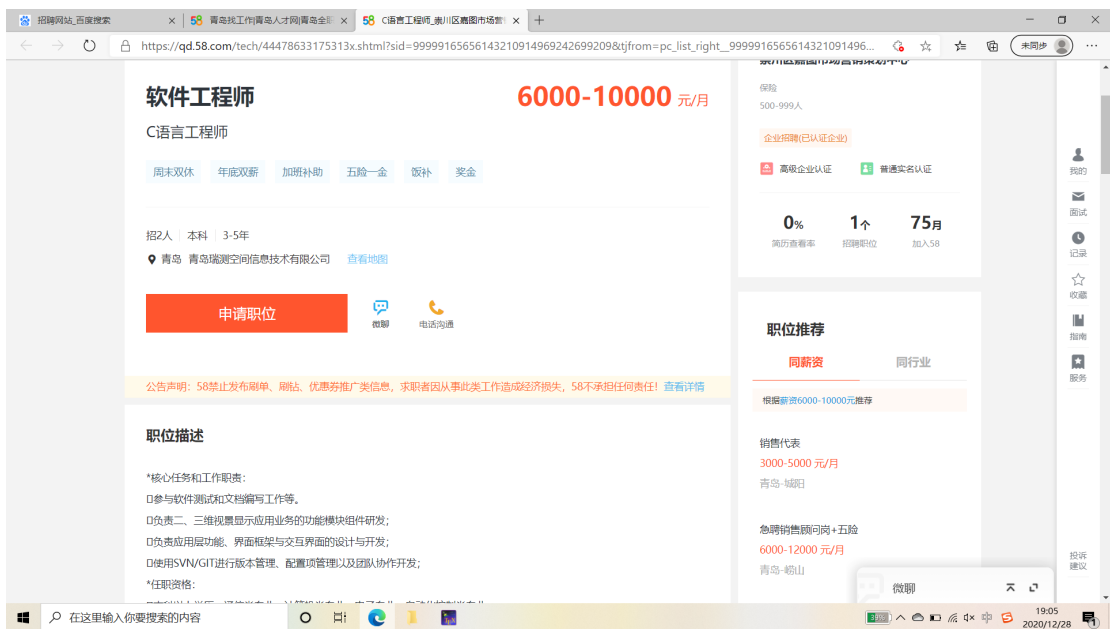


图 1: 求职信息——软件工程师

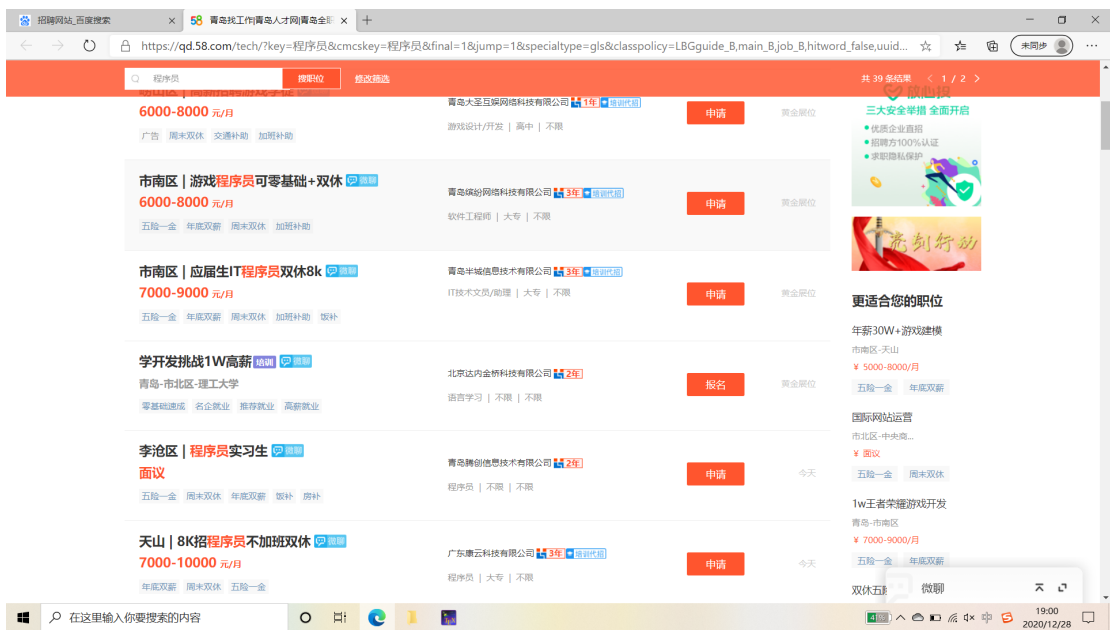


图 2: 求职信息——程序员

2.4 地域与人际环境分析

工作城市的气候水土、文化特点、发展前景；人脉与人际关系等。

关于未来的工作城市，我想留在青岛，我大致考虑以下几个方面：

- (1) 自然环境：青岛沿海，环境较好，风景优美，气候适宜，无大自然灾害，区位优势得天独厚，我认为这里非常适合定居。
- (2) 政策优惠：青岛以打造世界工业互联网之都为目标，想必需要大量IT人才，而且近两年青岛加入抢人大战，优惠力度大，吸引力强。另外，现在石大与东软、海尔等多家公司进行校企合作，我认为这也是一个很好的机会。
- (3) 发展前景：青岛是一个有活力且处于上升发展状态的城市，是山东省经济第一大市并将长期保持，我认为青岛在未来会更加发达，会有更多的机遇和平台供我们发展。
- (4) 人脉与人际关系：我们毕业于石大，想必同学中留在青岛工作的数量应该高于其他城市，朋友多了路好走，同学多了也可以相互帮扶。
- (5) 家庭关系：我家就是山东潍坊的，我在青岛工作，离家也近，可以有时间照顾陪伴父母，这也是一个重要原因。

3 职业定位

在准确地对自己和环境做出了分析之后，确定适合自己行业和有实现可能的职业发展目标。职业定位时要注意与自己的自然条件、知识背景、技能特长、性格特点、兴趣爱好是否匹配，考虑与自己所处的环境是否相适应。职业定位决定了职业发展中的行为和结果，是制定职业生涯规划的关键，应当科学合理，具有可行性。

职业定位包括：

3.1 行业领域定位与理由

经过了充分地考虑和思考，我认为我应该进入软件工程领域，原因呢，也很简单。就目前我的学习的和了解，我认为我比较喜欢C++这门课程，而且也对编程产生了独特的兴趣，这种兴趣不同于其他科目，是一种最纯粹的最热忱的喜欢。尽管我也会有很多题不会，会有很多我也解决不了的问题，但是我还是从不放弃，永远保持兴趣，去把它搞明白查清楚，去学习，去掌握。每次看见一些新的知识，我都两眼放光；每学到一些新东西，我都欣喜若狂；每一次出现并解决了错误，特别是一个困扰我多时的BUG，我会激动万分。那种自己设计路线，自己设定规则，通过有限的手段去完成无限可能的技术深深的吸引着我。虽然代码出问题时很烦躁，虽然一次又一次的出BUG会让我很气愤和失落。但在网站上出现那一道代表题目通过的绿光时，我心中的喜悦可以完全驱散我之前的消极情绪。

真的，我认为我对于编程的兴趣是长期的，是真实的，我对于软件领域的热爱也是真实可见的。我们都知道，兴趣是最好的老师，我也相信自己能在这条路上走的更加顺畅，能取得更好的学习效果。未来进入工作，能够找到一份和自己兴趣相契合的工作，何其幸运！相信自己能在软件工程这条路上行稳且致远。综上所述，我认为我更适合进入软件工程领域。

3.2 职业岗位起点定位与理由

我的职业岗位起点我将其定位在软件工程师。虽然我对于敲代码很有兴趣，可是谁愿意一直输入一些无意义的字母呢？虽然我喜欢刷编程题，可是仅仅是简单枯燥的难题谁又能保持长久的热爱呢？我喜欢它是因为我觉得它很实用，能解决实际问题。我在前面自我分析中提到过，我是一个很现实的人，更是一个很务实的人，我愿意学习理论，可是那是建立在在这个理论对现实有帮助，能下沉到实际的前提上。没错，我主要还是为了解决实际问题才来学习的，我喜欢实际问题，喜欢能和现实生活联系到一起的问题，因为那样的问题会让我觉得我所做的事情是有用处的，会对我或者身边的人有所帮助，我才有源源不断的动力去解决、去克服。而软件工程师就是这样的一个存在，在软件工程师这个职业中遇到的问题大多数是实际问题，我可以在前进中学习，在收获中成长，这是吸引我的很重要的一点。

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。

(1) 短期目标（大学4年）

大一大二主要目标还是加快适应大学生活，跟上大学节奏，紧抓学习，打牢专业基础。关于成绩，及格是底线，我要减少和优秀同学的差异，并在一些学科中成为优秀学生，让自己的整体成绩处于班级上游，其中，尤其要苦练编程，编程目标四年突破四万行代码（后期根据实际情况调整）。同时还要全面提升自己的综合能力，要学会一些基本技能，用这几年抹平和大佬的技术差距。

大三大四也是一样，加强专业课的学习，提升自己的专业能力，同时加紧科研步伐，提升自己的实践能力，为提升自己未来核心就业竞争力做好铺垫、打下坚实的基础。此外，我还要进行社会实践，继续我的义工工作，并进行一些诸如社会调查之类的其他形式的社会活动，服务社会的同时也能丰富阅历，而这我认为社会这门课教过我的宝贵知识。

(2) 中长期目标（5-10年）。

我是本研班的学生，不出意外的话是会继续在石大读研，那么我的研究生之路应当积极跟随导师，承担甚至是负责一些科研项目，提升自己的科研能力、组织能力，把自己打造成能够独当一面的IT人才，并选择合适的机会入厂实习，走上社会。

研究生毕业我应该会开始工作，我会先从从助理软件工程师或者软件工程师做起，之后随着自己水平和资历的不断提升，逐渐成为一名高级软件工程师、主管软件工程师，在这期间不断锻炼，之后我会利用我多年来逐步锻炼起来的的组织和管理方面的能力，向着开发经理/项目经理/产品经理的方向发展，直到成为项目总监和技术管理总监。

(3) 可行性分析

我说这些绝不是随口一提，这是我深思熟虑的结果。首先，仰望星空尤需脚踏实地，我有自己的理想，也必须要有自己的努力。所以我在短期目标里明确强调要抓紧学习，取得优异的成绩，同时可以追求更高的奖学金，只有有了充足的知识储备才能更加自信的进入科研领域，只有知道了该怎么做才能动手实践，否则不就成了无敌破坏王了嘛。

仅仅是学习还不够，我们大学生应该与社会接轨，与生活接轨，我要锻炼自己的待人接物的能力，学会沟通，学会交际，学会管理，学会组织。这不仅仅是我的一份内心渴求，更是我实现目标的必备素养。我在回答前面的问题时提到过，我是一个很有责任心的人，愿意负责一个项目，但是这应该具有较强的个人能力，因此我提出了要全面发展。

另外，动手能力必不可少，理论不应用于实际、不能对现实产生帮助也只是虚名，没有意义，道理大家都懂，我就不必赘述。关于我的入职之后的安排，虽说略有宏大，但是我认为还是可行的，随着工作的进行，见多识广，我的综合能力和资历肯定有所提升，而我要做的就是努力让这种提升大一些。有了能力可担其位，以我的性格我自然会积极向上走。除去这个方向的相对高薪之外，这种选择也很好的将我所学的软件开发的知识和我长时间的管理和服务经验相结合，在沟通协调和团结他人方面一定会有很好的效果。在从事开发和管理方向的同时，我将对于基于驱动架构的程序开发和嵌入式移动终端这两个不同方向的软件开发，我更希望从事有关基于架构驱动的程序开发，更希望能够开发与手机操作系统和UI有关方面的项目，能够开发出我国急缺的操作系统，开发出像鸿蒙一样的，但是性能和结构更加优秀的操作系统，打破Android和ios系统对于我国手机市场领域的长期垄断，最好也能打破windows对于电脑操作系统领域的一家独大、长期垄断的局面。为我国打破计算机科技和信息领域的困局奉献出自己的一份力量。

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、利用现有条件和自身优势以实现职业生涯目标。我的自身条件非常明显：善于思考、勤于动手，能吃苦，有担当。我认为我的这些性格特点十分适合软件工程师这个职业，原因如下：首先，IT行业更新换代速度太快，不去不断学习难免被时代淘汰，而学习最重要的是自己的思考和感悟；其次，众所周知，编程是一个实践为主的领域，动手实践必不可少；而且，程序员是非常辛苦的，我认为自己足够勤劳能拼。综上所述，我相信我能胜任这份工作。

所以，我将更加努力，在学好课内知识的同时在网上充分利用好洛谷、CSDN等资源，日常生活中遇到不会的就查，遇到遗忘就重温，加深自己的思考和理解。做好理论准备之后，最关键的还是一个字：练！真的，我觉得这就是精髓了。为此，我定下了四万行的小目标，虽然对现在的我来说这就是一个天文数字，可是，我相信科学，我相信 $40000-1=39999$ ，我相信敲一行就是一行，干就完了。为此，我还早就开始了每日一题计划，即每天做一个题（如果题目简单可以再来一个），我会一直坚持下去，这点我信心十足。

- 2、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。当然了，人无完人，我也有缺点。我在前面自我分析中说过，我愿意承担并领导一定的任务，但是在解决具体问题的时候，我有时过度沉溺个人思考而忽视了与他人的讨论交流，这点我刚进入石油大学就发现了，也进行了也正进行着调整，我更加注意去倾听他人的想法，思考大家的智慧，

也学着积极表达自己的想法，尊重他人的意见，我相信自己正在一点点变得更加善于与人合作，这在我们的思想实践和英语口语开始做中都有体现，我们合作融洽，取得了不错的成果。还有就是我经常会在一个问题里面出不来了，可能想了好久都想不出来还在想，两个小时过去了也毫无进展，我以后要更加理性，实在搞不定的问题就多向身边的老师同学请教，不要老是自己一个人憋着，而且，一个方法行不通可以换另一种思路，做事要灵活一些。这个对我的职业目标有意义，对于我未来的生活更是有必要。

- 3、处理人际关系和发展人脉以实现职业生涯目标。我对于人际关系的看法处于一种比较中庸的状态。我很友好，愿意与人为善，也愿意交朋友。但是我对于他人也是有标准的，能力不重要，三观要正，品行要端正。我对于大多数人都愿意也正维护着一种比较友好的关系，是的，我已经也将长期维持一种比较良好的人际关系，广交朋友但不乱交，对于有的人保持君子之交即可。我比较容易相信别人，也愿意信任别人，但是并不一定会听他们的话。喜欢把别人往好的一方面去想，但是也保持一定距离，保有一定的谨慎，整体来说还是有些保守。我现在正在让自己更加主动，尽量打造良好的融洽的人际关系。对于三观相符和志同道合的人，我也会和他们加深联系，搞好关系，日后的路上也是相互扶匡。但是也不得不功利一下，对于有些有特别技能，或者说在某一方面有特长的同学，我也肯定是要去抱大腿的，当然了，他们若是有求于我我也绝不含糊。

其实，我的人脉主要还是同学和老师，毕竟家中也无人从事这一领域，主要就还是要靠老师同学了，而且我打算留在青岛，想必这一优势会更大一些。当然了，这仅仅是学校层面，俗称“胳膊接胳膊”，朋友的朋友也可能是我的朋友，所以说圈子可大可小，自己掌握，而我，自然是希望自己的圈子大一些，所以我更要加强和别人的联系和交流，参加同学聚会，时时维护较好的关系和较深的友情。

- 4、处理工作与家庭、生活的关系以实现职业生涯目标。软件工程师这个工作是非常累的，而且时间上可能也会比较紧张，尽管我们刚刚看过，工作时间并不多，但是如果想要在这个领域内有所建树的话，想要取得更好回报的话，加班加点可能就是日常了。老师说过，我们三年可以判断自己的一个方向，可是我们都没有几个三年，我们都希望在成家之前入对行、好好打拼，所以说我的工作初期可能会特别忙，可能会顾不上生活，但我愿意把它理解为为了以后，等到我真正有了自己的家庭，我想我会把时间更多的分给家庭和生活。因为我本来就是一个比较注重生活、关心家人的人，前些年的辛苦打拼也是为了能够尽早创造一个比较舒适的环境，所以说我可能会晚一点拥有自己的家庭，而在真正的拥有以后，我会去珍视它，去呵护它，当工作和生活发生冲突，当然还是要尽量调整生活去满足工作，但是如果出现了一些特殊情况，我还是会毅然决然的放弃工作保住家庭，并且根据实际情况来调整我的职业生涯目标。
- 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。工作压力的处理办法有很多，我比较喜欢听音乐，看电影，这些都是我常用的办法，但是总还是会觉得有点不真实，就像是逃离世界两个小时而已。所以对我而言真正的放松是外出游玩。如果时间充足，可以去遥远的地方旅行，时间比较短的话我也可以去沿着海边散散步，吹吹海风，享受一下孤独与安静，这能让我真正的放松。除此之外，运动也是不错的选择，我本身就爱运动，而且运动一下，锻炼身体，劳逸结合，何乐不为？我要买一辆质量不错的变速车，有空就

骑着它随便逛逛，可以的话我也想骑着它上班，但是青岛的地形好像并不适合骑自行车，这个到时候再说。我还要买一个哑铃，累了烦了就玩一下，这个一定会很爽。

5 评估与调整

人们常说“计划不如变化快”，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，因此我们的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。

5.1 评估时间

我打算每学期进行一次小评估，每三年进行一次大回顾，这样比较具体又比较全面。

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。

5.2.1 大学阶段

我的目标是进入班级前百分之二十，就是前四名，尽量补足弱势科目，精益求精，重视每一门科目，拿到更高的学分绩。同时注重综合素质发展，全面发展自己，争取拿到一等奖学金，并节省不必要的花销以减轻负担。能力方面，我希望在一个学科或者是知识领域我能独当一面，在团队中也能发挥主要作用。职务方面，我希望继续担任我的工作，积极向比我做得好的同学学习，争取提高自己的办事能力。以上就是我对于大学阶段的评估内容，每个学期主要评估各科成绩和各种能力，调整学习生活状态。并基于以上分析结果，进行三年一次对于自己的发展方向的大分析。我认为我目前最大的问题还是英语，首先我的英语本就不是强项，而目前的英语课程比较自由，上课下都是以培养语言能力为主，对于基础的要求有所降低，而同时其他科目压力较大，所以时间也是自然而然地被分走了，以至于现在的英语水平很是堪忧。而且，四级英语考试难度比高考大了不是一点半点，内忧外患之下，我担心英语可能成为我的弱势科目，影响我学习目标的实现，为下学期顺利通过英语四级考试带来不确定性。

5.2.2 工作阶段

工作后我主要评估自己的薪资待遇和工作业绩，看看自己的努力有没有出成果，结果有没有达到自己的预期，有没有得到他人的认可与肯定，以及更加直观的，看看每个月自己的银行卡里多了多少毛爷爷。这些都是我的评估标准，当然了，也要考虑到自己的工作强度和工作时间，同时参考家人对我的评价和建议。我认为如果有目标未能如愿实现，除了一些突发状况之外，应该主要是我们的工作方法出现了问题或者是我们对于工作任务的分析过于简单，即没有正确的认识和把握我们的工作。

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。

虽然问题十分严峻，我的调整原则却很简单，就是在尽量不影响其他项目的前提下，牺牲娱乐时间，挤出海绵里面的时间（比方说睡前不要玩手机，背几个单词），补足短板。同时充分利用网络资源，尽量减少经济和精力投入。就英语而言，我打算从基础入手，重视听力和口语，争取熟练运用。具体措施如下：

- (1) 我下载了百词斩app，每天背15个单词，天天坚持。
- (2) 我还下载了扇贝阅读app，每天在上面读一篇文章，我会读好几遍，尽量搞懂。（如果以后能力提升可以加量学习）
- (3) 我计划在寒暑假在网上报名番茄英语网课，本课程风格幽默，以外国小哥旅行为载体，学习英语知识的同时可以锻炼口语、了解外国文化，而且比较经济，之前用过，很不错。
- (4) 看英文电影，既是放松又能学习，一举两得。

在工作中遇到的问题我打算按照如下方式调整：

- (1) 及时总结，发现问题，不要等走远了才发现走错了。
- (2) 和同事们多交流、多讨论。对于提出异议的同事给予充分的尊重 and 关注，倾听他们的理由是否成立、是否有助于工作的进行。
- (3) 及时汇总汇报工作进度，宏观上把控工作进度和工作方向，这点可以是寻求上司或者其他同行朋友的帮助。
- (4) 如果遇到问题，那我做出的最普遍的调整可能就是加班了，用休息的时间来追赶工作进度。
- (5) 在特殊情况下，可以考虑重新制定工作计划和目标。