



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： 张宇昊

学 号： 1907010211

专业班级： 计科1902

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

自我分析即对自己进行全方位、多角度的分析，目的是认识自己、了解自己。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。

自我分析包括：

1.1 自然条件

性别：男；

年龄：19；

身高：177；

体重：64.5kg；

健康状况：健康；

居住城市：浙江省台州市仙居县。

1.2 性格分析

理性，热心，较为粗心，较懒；不善于表达自己；对同龄熟人十分放得开，但对陌生人或是长辈显得较为拘束；慢热型，需要较长时间进入状态，但一旦进入状态就难以被其他事物所打扰；对事物有自己的见解，不会人云亦云；对新事物充满好奇与憧憬，同时又难以放下旧事物；执着甚至顽固，难以死心。

1.3 教育与学习经历

小学：浙江省诸暨市天马实验小学

初中：浙江省杭州风帆中学

高中：浙江省杭州高级中学

大学：中国石油大学（华东）

1.4 工作与社会阅历

暂无工作经验，社会阅历较少。

1.5 知识、技能与经验

九年制义务教育加三年高中水平（高中选考物理、技术（信息技术与通用技术）、地理）；有一定的程序设计基础，小学学过Pascal语言并参与过奥林匹克竞赛，高中于信息技术课中学得一点VB；会游泳、篮球、羽毛球、乒乓球等体育运动；于通用技术课中学得一些电路基础，具备一点设计、制作能力；学过几年爵士鼓与跆拳道。

1.6 兴趣爱好与特长

兴趣广泛，爱好篮球、羽毛球、乒乓球等球类项目，同时也喜欢骑行、游泳等运动项目；喜欢思考难题以及解决难题后的成就感；爱吃，对美食有着无比的向往；热衷于时事并会对其发表自己的看法；喜欢看书，无论是网络文学还是各种简史，来者不拒；喜分析思考，不喜死记硬背。

特长：善于分析思考，易从现象看到本质；善于运用所学的已掌握的知识与技能；脑洞大，联想能力强。

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。每一个人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，使你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:世界仍处于一超多强的局势，而中国处于快速发展阶段；美国为防止他国威胁到其地位，联合他国以各种手段进行遏制；我国的一带一路战略等措施吸引了大量国家加入；我国香港特别行政区处于动荡之中，而我国的台湾与新疆维吾尔自治区也不是十分稳定；世界处于整体和平局部战争之中。

经济形势：世界经济处于快速发展之中，而我国经济为甚，我国面领着重大机遇，同时也面领着巨大的挑战；美国单方面挑起的贸易摩擦，使得我国仍处于价值链中低端和核心技术受制于人的问题进一步暴露，供应链、价值链、产业链安全受到威胁；我国国民消费水平快速上升，同时国民对产品的质量与安全性的要求逐步提高，各个领域的产品面临升级或是淘汰的境遇。

就业形势:当今我国劳动力供大于求，就业形势严峻，产生了百余人竞争一个岗位的现象，其中以农村劳动力过剩为突出，劳动力成本增加；我国急需各方面的优秀人才，而互联网与高新技术产业的顶尖人才需求量更为尤甚；各个职业对技术的要求逐渐提高，对学历的要求也有所提高，专业性增强；现今处于第三次工业革命，互联网产业迅速发展，互联网人才需求大，同时竞争也尤为激烈。

2.2 家庭环境分析

婚姻状况：未婚；

经济状况：靠父母资助；

家人期望：曾希望我读医，主要看我个人意愿，不推荐我当公务员；

家族传统：无过多传统，不违心、不做违法之事即可。

2.3 职业环境分析

行业现状：IT行业正处于高速发展阶段并且人才需求量远高于其他行业，其中以软件人才、实用技能型网络人才、系统集成工程师、数据仓库及数据挖掘人才为最；从具体职位看，IT业各职位的年薪均值同样远颇具领先优势，属于高薪行业；

行业发展前景：IT行业不断地更新着技术，不断地产生新的知识，令行业不会过于死气沉沉，反而充满活力；IT行业就业前景好，行业内技术要求占比高，科技需求不断增加；随着国民经济的不断提升，人们对便利的互联网产业需求不断上升，因此IT产业前景乐观。

职业的工作内容：普通公司（非IT产业）的IT人员需要掌握电脑高级操作，打字速度100字/分钟左右，能够排除软件故障，找出硬件故障，制作网页，会布网页，网络知识全面，熟练使用各种常用软件等方面的技能。

工作要求（以字节跳动公司抖音IOS开发工程师为例）：1. 本科及以上学历，计算机、通信等相关专业；2. 具有扎实的编程功底，良好的设计能力和编程习惯；3. 熟练掌握Objective-C，熟悉Swift的优先；4. 较好的产品意识，热爱移动产品研发，有较强的求知欲、好奇心、进取心5. 积极乐观，责任心强，工作认真细致，具有良好的团队沟通与协作能力6. 较强的学习能力，能及时关注和学习业界最新的移动开发技术。（摘自百度百聘）

2.4 地域与人际环境分析

工作城市（期望）的气候水土：夏季高温多雨，冬季温暖湿润，典型的南方亚热带季风气候，水资源丰富，土地资源较为短缺；

文化特点：拥有悠久的历史，为南宋古都，有大量古代、近代、现代文人墨客留下诗词与文章，文化底蕴雄厚；

发展前景：拥有许多知名互联网产业入驻，并且有着互联网小镇与许多已建成及在建经济开发区；

人脉与人际关系：于各地都有较好的朋友，并且与他们有着较为密切的联系，人际关系较好。

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

定位：IT行业

理由：专业为计算机科学与技术且有一定的程序设计基础，并且自身对程序设计等IT技术感兴趣；喜欢思考分析，善于运用所学技能解决问题，适合IT行业；IT行业平均薪资水平颇具

领先优势。

3.2 职业岗位起点定位与理由

从普通程序员做起，因为自身能力有限，毕业后可能具备一定的理论知识，但缺乏真实环境历练，需在指导下工作。

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）

成果目标：参加ACM竞赛，尽力取得好成绩；不挂科；英语过六级

能力目标：学会并初步掌握C++、Java、Python等语言，掌握部分计算机理论知识，；

(2) 中长期目标（5-10年）

经济目标：努力打拼减少父母压力，增加存款,靠自己买车；

能力目标：能基本独立应对复杂业务，通过实践总结将知识初步形成体系，具备一定协调管理能力和表达能力；

职务目标：技术支持工程师；

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、 增加知识储存，提高问题分析能力，多看书提高素养，开发并利用自己的联想能力。
- 2、 每天抽空看书、自学；看问题、阅读时应逐字逐句，克服粗心大意的毛病；多做事、勤做事，而非上级说一句做一下，改变较懒的毛病。
- 3、 改变自己内向的性格，多与陌生人打交道，多交友，深入交友，而非酒肉朋友。
- 4、 工作固然重要但家庭必然更为重要，工作之余多抽时间陪陪家人，再多的金钱也换不来美好的生活与幸福的家庭。
- 5、 每天坚持锻炼，闲暇时候看看书拓宽眼界、提高素养，听歌。

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。

5.1 评估时间

每学年一次。

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。

5.3 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。