

实习编号：

# 软件工程

# 职业实习报告

（大学生职业规划报告）

学    院： 计算机科学与技术

专    业： 软件工程

班    级： 信 2005-1

指导教师： 王建民

学生姓名： 杨旭          学号： 20203906

实习时间： 2023/8/28-2023/9/3

个人情况简介

个人资料:

我是石家庄铁道大学信息学院软件工程系的一名学生，即将毕业。面临就业的选择，我十分想到贵单位供职。希望与贵单位的同事们携手并肩，共扬希望之帆，共创事业辉煌。

我叫杨旭，出生于安徽省凤阳县，因为我的生活环境，铸就了我坚忍不拔、吃苦耐劳的性格。漫漫的求学路也教会了我为人处事的道理。这数年的求学历程，也是我不断总结自己、提高自己的过程。

在校期间，我把大部分时间和精力投在学习上，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”经过四年多的专业学习和大学生活的磨炼，我取得了优异的成绩，在校期间学习了面向对象的设计思想、能够熟练掌握 Java、Python、C/C++、Php 等程序设计语言，能熟练使用 JSP+JavaBean 开发模式，能熟练使用 JSP+JavaBean 开发模式，能熟练配置、调试 Java 应用服务器 Apache Tomcat 并进行 Java 程序的开发部署，熟悉 MySql、Oracle、数据库,掌握基于 SQLServer2000 的数据库编程等。在学好各种基础课的前提下，并通过了全国普通话测试二级乙等考试。与此同时，利用课余时间自学了计算机的基本操作，熟悉 windows/linux 操作系统，熟练掌握 office 办公软件。

此外，我还利用课余时间积极参加实践活动，向实际困难挑战，让我在挫折中成长，借以去磨练自己。我热爱软件工程这一行业，而且我相信我在日后我有能力，有信心一定会学得更好更精。过硬的工作作风，扎实地专业基本功，较强的自学和适应能力，良好的沟通和协调能力，使我对未来的工作充满了信心和期望。

真实姓名：杨旭

性别：男

年龄：22

籍贯：安徽省滁州市凤阳县

所在学校及学院：石家庄铁道大学计算机科学与技术学院

班级及专业：软件工程专业 信 2005-1

GIthUB 个人主页地址：<https://lzzs404.github.io/>

个人主页访问二维码：



## 第一章 认识自我

### 1、个人基本情况

姓名：杨旭

性别：男

就读院校：石家庄铁道大学

专业：软件工程

### 2、职业兴趣——喜欢干什么

常规性（8分）

社会型（7分）

探索型（7分）

我是抽象思维能力较强，肯动脑，善思考，不愿动手，生活中喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人，工作上尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯接受他人的指挥和领导，必要时也能领导他人。一般喜欢关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争。

### 3、职业能力及适应性——能够干什么

在我的人才素质测评报告结果显示，

心理适应能力得分较高（8分）

知识技能能力得分较低（5分）

我的具体情况是我的适应能力较强，在进入自己陌生的环境时，我可以迅速融入，同时我也积极与人沟通，在遇见工作上的难题时愿意虚心向别人请教，而且我待人热情和善，可以和周围的人建立良好的关系，这有利于我融入自己的工作。

### 4、个人性格——适合干什么

我的人才素质测评报告结果显示我是 **ISFP-A** 型性格，我往往更喜欢较少但深入且有意义的社交互动，务实而脚踏实地，灵活的不墨守成规者，他们把新颖性看得高于稳定性。自信、脾气平和，能抵抗压力。他们拒绝过多担心，在努力实现目标时往往会自信面对。

### 5、职业价值观——最看重什么

我的人才素质测评报告结果显示前三项是艺术取向（8分）、社会取向（7分）、实践取向（8分）。

我喜欢的工作要求具备艺术修养、创造力、表达能力和直觉，并将其用于语言、行为、声音、颜色和形式的审美、思索和感受，具备相应的能力。不善于事务性工作。

### 6、胜任能力——优劣势是什么

我的优势是注重规则，关注细节，擅长听从他人意见，在工作上及时与人沟通。

我的劣势是学习的主动性仍不够积极，同时对于自己的技术也不够熟练。

### 7、自我分析小结：

通过职业兴趣以及性格测试让我了解到了我自己的性格特征以及我所适合的岗位特征和

岗位情况，让我对自己的未来的职业规划有了一个重要的参考作用，让我更加清楚的了解到适合我的未来发展方向，也让我对未来的规划有了清楚的认识。

## 第二章 职业生涯条件分析

参考人才素质测评报告建议，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

### 1、家庭环境分析

我的家庭经济情况一般，家里人希望我能找到一个稳定的工作，对于我的想法没什么约束，尊重我个人的选择。从祖父辈以来，都花费更多的精力在工作上，因此对子女的要求也并不严格，因此养成了我对任务上心，生活上比较散漫的性格。

### 2、学校环境分析

我目前就读与石家庄铁道大学，坐落于河北省石家庄市，是河北省政府与教育部、国家国防科技工业局、国家铁路局共建的大学，所在的专业是软件工程专业，老师们对学生友善负责。学校的社会资源也较为丰富，有较多的实践机会。

### 3、社会环境分析

目前 IT 行业的就业形势不好，在疫情的影响下，经济发展速度降低，大量互联网公司裁员，如今疫情虽然已经过去，但是对经济的发展势头仍没有恢复，因此 IT 行业仍然低迷。在就业政策方面，国家出台了一系列有利于毕业生的政策。而我们的竞争对手主要是 985/211 院校的毕业生，他们相较于我们素质普遍更高，且在校期间实训项目很多，经验更加丰富，在就业之后培养成本低，收益高，因此我们的优势更少，相对来说更加不容易获得一份称心的工作。

### 4、职业环境分析

（1）行业分析：软件行业现状及发展趋势：我国软件行业运行态势良好，软件业务收入保持较快增长，盈利能力稳步提升，软件业务出口保持增长，从业人员规模不断扩大，信息技术服务加快云化发展，软件应用服务化、平台化趋势明显。

（2）职业分析：软件工程师职业的工作内容、工作要求、发展前景：随着人才竞争的加剧，市场对软件工程师的需求量持续增长。例如在 2021 年，在被雇佣的软件工程师的平均接受面试量是 2020 的 2 倍多。在这种大背景下，只会倒逼一些企业公司不断加强其雇主品牌，并提供令人信服的薪酬，以将人才库扩大到新市场。

（3）企业分析：阿里巴巴单位类型、企业文化、发展前景、发展阶段、产品服务、员工素质、工作氛围等：20 多年来，阿里巴巴已由一家电子商务公司彻底蜕变为以技术驱动，包含数字商业、金融科技、智慧物流、云计算、人地关系文化娱乐等场景的平台，服务数以亿计的消费者和数千万的中小企业。阿里巴巴致力于让天下没有难做的生意，开拓数字经济时代的商业基础设施，助力消费市场繁荣，推动各行各业走向数字化、智能化。

（4）地域分析：一二线工作城市的发展前景、文化特点、气候水土、人际关系  
一二线的城市发展虽说会比较好，但是由于是一二线城市，生活压力比较大，初到新城市，

人际关系还需处理妥当

### 第三章 职业目标定位及其分解组合

#### 1、职业目标的确定

综合第一部分（自我分析）及第二部分（职业生涯条件分析）的主要内容得出本人职业定位的

外部环境因素 机会因素（O） 威胁 SWOT 分析：企业少，人多，竞争压力大

内部环境因素 优势因素（S） 弱势因素（W） 因素（T）：个人努力

分析：

结论：职业目标——将来从事软件行业的软件工程师/软件分析等职业

职业发展策略——进入国产类型的组织，到一二线城市发展

职业发展路径——走专家路线，走管理路线

#### 2、职业目标的分解和组合

在职短期内，熟悉该职位相关知识，了解自己的任务，中期处理好人际关系，处理好同事之前的关系，后期尽量在保证自身健康的条件下通过努力争取加薪升职。在通过自己努力后为家里分担一些自己的责任。

### 第四章 具体执行计划

（每个计划大体包括：计划名称、时间跨度、总目标、分目标、计划内容、策略和措施及备注）

#### 1、短期目标的具体实施计划

计划名称：大学计划

时间跨度：2023 年—2024 年

总目标：完成毕业设计，大学毕业时要找到互联网相关的工作岗位

分目标：大四上半学期结束前完成毕业设计

寒假以及大四下半学期找到实习，并在毕业后找到工作

计划内容：完成毕业设计

策略和措施：学习深度学习、图象识别等毕业设计需要的知识，完成毕业设计

#### 2、中期目标的具体实施计划

计划名称：毕业后五年的计划

时间跨度：2024 年—2029 年

总目标：在 IT 行业稳扎稳打

分目标：毕业后找到自己满意的工作，用心在自己的专业领域内钻研，积极学习最新的技术，拓展自己的知识，在互联网行业深耕。

计划内容：积极学习技术，适应职场。

策略和措施：工作前两年以适应职场生活为主，我要广泛地建立各种关系，放低自己的心态，尽快调整自己的生活节奏，熟悉企业的工作流程和文化。后三年认真工作，如果可以就跳槽

提高自己的薪资待遇。

### 3、长期目标的具体实施计划

计划名称：毕业十年及以上计划

总目标：退休时要实现经济自由

分目标：毕业十年在自己工作的领域内积累足够的经验，在行业内站稳脚跟

计划内容：重视工作与生活平衡，关注身心健康，合理安排工作时间和休息时间，拓宽兴趣爱好，建立健康的生活方式。积极参与业内活动，建立广泛的人脉关系。

### 4、人生总目标的实现

总目标：找到稳定的工作，成立家庭，安稳工作生活。

策略和措施：不断追求自我成长和个人发展，提升技能、知识，获得更多的经验和成就。建立稳固和睦的家庭关系，与亲人、伴侣和朋友保持密切联系和良好的沟通。制定合理的财务规划和目标，保持稳定收入，实现经济独立和自由，为自己和家人提供安全和舒适的生活。

## 第五章 检查修订

职业生涯规划是个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及变化情况进行及时的检查与修订。

### 1、检查的内容

（1）职业目标评估（是否需要重新选择职业）假如工作并不称心如意，那么我将更换职业或者工作岗位。

（2）职业路径评估（是否需要调整发展发展方向）当出现我被炒鱿鱼的时候，我将更换职业或者工作岗位。

（3）实施策略评估（是否需要改变行动策略）如果遇到规划以外的情况出现，我就根据当时的情况灵活处理问题。

（4）其它因素评估（身体、家庭、经济状况、机遇、意外情况的及时评估）遇到意外的时候，我会优先考虑自己和家人的安全，为自己和家人负责。

### 2、检查的时间

在一般情况下，我定期一年进行一次评估规划；当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整

### 3、规划修订的原则和备选方案

根据未来实际情况来改变。

## 结束语

不论人生是否一帆风顺，我都希望自己能坚持自己的初心，在对应的人生阶段完成对应的事情，实现自己的计划，遇见困难也能安稳度过。

指导教师批阅意见：

成绩评定：

指导教师签字：

年 月 日

备注：