姓名：文正军 学号：20182344026

目录

一、自我分析

（一）兴趣分析

（二）性格分析

（四）优缺点分析

二、职业分析

（一）职业生涯规划的重要性

（二）家庭环境分析

（三）学校环境分析

（四）社会环境分析

三、目标确定阶段

（一）短期的职业目标

（二）中期的职业目标

（三）长期的职业目标四、计划实施

四、计划实施

（一）教育为先

（二）虚心向别人取经

（三）锻炼自己的能力五、调整评估阶段职业规划

五、调整评估阶段

引言

“像产品或服务一样,计划如果被管理者作为进行战略决策的工具，那么它本身也必须被加以管理和塑造。”—— 罗伯特·伦兹

在以前中学的阶段，我们的目标就是考上一个大学！为了这个目标我们不断学习努力着。现在，我来到了大学，作为一名大一的新生，出于对未来的忧虑和憧憬，我需要对我自己未来的下一步做好规划。

首先，我认为我需要有一个目标，制定一个完善的规划，并且去努力实现。根据的我目前的性格，选择一个属于我自己的一条路。所以我需要对自己的定位认知清楚，制定出一个适合我自己的规划。

其次，我认为，我需要从制定小目标开始。一步步的向终极目标前进。正所谓一步一个脚印，才可以实现出最终的效果。

再次，生活中我们不会过得一帆风顺，我们需要会变通。规划也不一定会如同我们想象中那么完美。我们还需要克服生活中和规划中出现的各种困难。学会让自己思维变态。灵活面对各种突发事件。

最后，我觉得我还需要有坚持不懈的努力，不能半途而废。华特-贝基霍说过：强烈的信仰会赢取坚强的人，然后又使他们变得更加坚强。面对困难我们只需要拥有一颗坚强的心和坚定的信念，按着自己的规划走，一定能到达自己尊重所向往的目标。

1. 自我分析

1，兴趣分析

只有将自己的兴趣爱好投入到自己喜欢的职业中才可更好的做好自己的工作。

我一直对计算机方面就比较有兴趣，喜欢新颖的东西，对那些太商业或者艺术类的不喜欢，比较实际，所以我现在来了物联网学院。

2，性格分析

人与人之前是有很大的区别的，每个人都有自己的性格，每个人的生长方式也不一样，有的人外向，有的人内向。我其实对自己定位不是太准确，有时候外向有时候内向，做事情也是主要看感觉。正好我对现在这个专业挺有感觉得。性格对于所选职业也是影响比较大的，我大多数时间比较喜欢静静的，所以对每天面对电脑是可以做到的，并且也喜欢这样的事情。我是一个比较活泼，开朗的男孩。喜欢凭自己的感觉的感觉做事。

3，能力分析

我的动手能力比较强，不怕苦，不怕累，做事坚持到底。比较喜欢动脑，经过认真的思考来解决问题，能够接受别人对我的批评和建议。

4，优缺点分析

　 优点：做事认真仔细，关心他人，有恒心，人品端正，有上进心

缺点：骄傲自满，信誓旦旦，过于关心他人

二、职业分析

1、职业生涯规划的重要性

在跟老师学习了职业规划之后，才认识到职业规划的重要性，职业规划就是我们对人生的规划，这将伴随着我们的一生，拥有成功的职业规划才能实现完美的人生。因此，职业生涯规具有特别重要的意义。职业生涯规划可以发掘自我的潜能，增强个人的实力;职业生涯规划还可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会;职业生涯规划更能提升应对竞争的能力。

2、家庭环境分析

我是来自一个小城市的男孩子，父母都在农村务农，家里虽然不富裕，但是一家人过得很开心。家里人都很支持我，希望在我大学毕业后能有个好工作，我想毕业后找工作，了解一下到底自己喜欢什么。

3、学校环境分析

读初中的时候，我自己就渴望独立生活。但父母管教较严，父母没有让我过放纵的生活。我的父母始终认为我初中时期理解的自由的概念是不完整的。读高中时期，我的父母开始渐渐放手，让我学着自己考虑自己的事情。虽然我在高中时期做了很多不太理智的事情，但我的父母也教会了我学会承担自己做事后的结果。以至于我现在可以拥有独立做事的能力。

4、社会环境分析

我的家乡在贵州遵义，和发达地区相比它是一个十分贫穷落后的地方，甚至各方面都比不上其他高发展的地方。但是我对这个小城市有着非常深厚的感情，我的家乡需要不断发展。因此我在毕业后，会选择回到我的家乡。以自己微薄的能力为家乡的建设做出贡献。

第三部分：目标确定阶段

1. 短期的职业目标

毕业之后，找份与自己专业相关的工作，获我自己喜欢的职业，跟同事，老板学习经验，虚心的向他们学习。对工作认真，多学习点。通过4年的学习，有点资本完成我的短期目标。

1. 中期的职业目标

在有了稳定的工作，有了一些经验之后，并且在这几年有了一些积蓄，于是我想独立出来创业，自己当老板。通过十年的努力，再去做自己喜欢做的事情。

　四、计划实施

1、教育为先

“学无止境，”“活到老，学到老” 等。在现在的社会，竞争太残酷了，没有知识是不行的，我们必须不断学习，充实自己，让自己做一个对社会有用的人。过英语四级，加强专业和非专业的学习。

2、虚心向别人取经

在学校期间，经常和老师、同学多交流、讨论，从而在交流中学到一些对我们有用的知识。在暑假的时候参加实习，更加的了解工作和社会，并向他们学习。

毕业之后，步入社会，我们的经验毕竟很少，要向人家学习。经常与上司和同事沟通，加深了解，搞一些活动，增加友谊。

1. 锻炼自己的能力

实践锻炼在学校的期间，多参加一些社会工作，通过这些活动，可以增加自己的胆量，和口头表达能力。还能结交到很多朋友，为今后打下基础。　　在学校期间多参加一些有关职业方面的讲座和培训，让自己对职业有更深的了解和认识，为自己选择一个自己喜欢的职业做好准备。

　　养成良好的锻炼、饮食、生活习惯，也是十分重要的。我要有充分的时间锻炼身体。俗话说：“身体是革命的本钱”。身体不好，什么也干不成。

还有在平时要注重自己的言行，不要让自己的言行损害了自己的形象，好的言行是个人的精神面貌和个人素质的修养的体现。在假期做一些兼职，提高自己的社会经验，学会与人相处之道。

第五部分：调整评估阶段

这个生涯规划是目前给我自己的，我后面后会不断地更改，让他更加的完善。主要现在的我社会经验太少，对于以后的生涯规划都只是听别口述，自己并不太了解。

我会去获取更多的社会经验的为人处世的道理，是我的职业规划更加的完善，适合我自己。