

大学生职业生涯规划书

学院：外国语学院

班级：日语 1102 班

努力踮起你的脚尖，靠近你的理想

一、自我认知

一、前言

时光荏苒，又是一年风吹过，岁月如梭，时不待我可奈何。漫漫人生路，也不过是历史长河中的一瞬，沧海桑田的弹指一挥间。纵然人生短暂，但却可以有辉煌的瞬间，纵然生命有限，却可以有非一般的意义。回顾我的人生已走过 20 几个初夏秋冬，今后的路该何去何从，怎样使自己不虚度年华，未来的日子需要目标的指引，理想的实现需要现在的规划。用规划照出前进的方向，用时间为理想插上飞翔的翅膀。

规划要切合实际，构想要有巩固的基础。对于未来的职业规划，首先要基于一个正确的自我认识。所以自我分析这个部分是整个规划的基础，更需要严谨的态度去对待。世间的人可能只有自己才最了解自己，许多事无需言明，却都已铭记在心，外人可能无从获知，但自己最清楚不过。对于我的自我分析，我想从以下四个方面分析：

1、个性评价：

我务实、勤奋，做事考虑周全，有恒心和毅力，能坚持不懈地完成一件事，办事效率高。热情、友好、外向，富于同情心和爱心，具有很强的目标和使命感喜欢关心他人并提供实际的帮助，有奉献精神。做事认真、负责、执着、投入，对于自己喜欢的事情和职业全身心投入，具有很强的责任心和很高的激情；遇事冷静、三思而后行，但动手能力稍差，总急于提前完成，不喜欢拖拉，力求完美。自信、自强、自立，但人际交往能力稍显不足。内向，偏向于独往，团队合作能力较差。

2、职业兴趣：我喜欢教师这个职业。首先，这是我从小就萌发的理想，教师是人类灵魂的工程师，是太阳底下最光辉的职业；其次，我喜欢与最富有活力和朝气的学生们朝夕相处；我喜欢自己的专业，希望一生都可以和它相伴；最后，我希望以我的知识学识改变学生们的命运，以我的关心、呵护引导我的学生茁壮成长。把我的学生培养成对国家对社会有用人才，挖掘出他们最大的潜力。

3、职业能力：相信经过大学四年和研究生的学习和锻炼，我不仅能够掌握系统完备的专业课知识学习和教育理论知识，还通过积极参加各种丰富多彩的课外活动和社会实践全面提升自己的素质和能力，使得自己成长为一个全面发展的复合型人才。大学期间，我还充分利用学校的图书馆资源，阅读了大量文学类和其他人文社科类的书籍，拓展了自己的知识面。加深了自己的专业知识储备，这些都为我今后从事教师职业打下了坚实的基础。其次我还有很强的责任感，做事认真负责，富于同情心和爱心；不怕吃苦，有毅力和恒心，坚持不懈。

4. 职业价值观：基于家庭条件，首先考虑待遇较高，福利较好，工作环境稳定的工作，对所选择职业要有能从中不断学习并获得新知识的机会；当然，如果没有工资收入限制，我会先考虑自己最喜欢的工作，同时考虑这份工作是否能实现自己的目标或者自己的理想；最后，也考虑这份工作我是否合适去做，我的能力是否能胜任，等等的一些相关的问题。

二、职业认知：

1、高考填报志愿的时候，处于对日语及日本文化的好奇，我毅然选择了日语

专业。当今，随着经济全球化和中日两国关系的不断发展，日语学习也逐渐被大家认可和接受。近年来日语学习人数的不断增加，使单纯的日语学习者已不再具备其独有的优势，但纵观国内，高级日语人才仍很短缺，只要我们的专业水平过硬，仍有用武之地。

2、高校毕业生是当今社会重要的人力资源，在人才市场上已经成为一支重要的主力军。随着高校大规模的连年扩招，在校大学生人数急剧增加，毕业生人数也越来越多。据统计，2000-2006年我国高校毕业生人数分别为107、115、145、212、280、338和413万。在毕业生数量日益增多的同时，就业竞争日趋激烈，大学生就业率持续走低。大学生就业难问题也越来越受到人们关注。日语专业同样面临着这样的问题。但高学历的日语专业的研究生，特别是与经济、国际交往相关联的研究生，就业前景仍很广阔。

3、从社会需求来看，社会对小语种人才的需要，增加了就业的可能性；我国与日本关系的发展和变化，更加需要日语人才；中日两国贸易往来的增加，需要这样的人才解决贸易中的摩擦和纠纷。据统计，日语专业人才在各行业的就业比例为：日资企业占50%-60%，国家机关包括外交部、各级政府、海关、外经贸办公室等占20%，大学老师和日语导游各占10%左右。

4、目标职业一：大学老师：大学教师工作稳定，工资福利待遇较好，主要和在校大学生打交道，工作环境单纯，同时还有很多假期，可以带薪休假，比较适合女性。教师这一职业受人尊敬，有继续学习深造的时间和机会。但同时基本工资较同行业其他职业低，晋升比较慢。

5、目标职业二：培训机构老师

6、目标职业三：公司职员

三、职业决策

首选职业目标：大学老师

(1)目标分析：随着中日两国经济文化交流的加深，对日语人才的需求也越来越大。日语专业的毕业生有很多种选择，可以去日企，去当导游，也可以就职于日语培训机构或当老师等。

(2)首选理由：大学教师工作稳定，工资福利待遇较好，工作环境单纯，受人尊敬。

(3)路径设计：先完成本科阶段的学习，然后考研究生，继续深造，专业上保证专精。同时自学教育学，心理学课程等，提高自己的专业技能。

(4)决策分析：符合自己的职业价值观和实际情况，是科学合理的。

(5)实现可能性分析：现实是未知多变的，定出的目标和计划随时都可能遭遇风险而夭折。另外有计划固然好，但更重要的是在于其是否被实践并达到预期的目标。这个决策符合自己的职业价值观和实际情况，是科学的，合理的。如果能孜孜不倦的坚持下去的话，相信一定可以实现的。

五、具体行动计划：

以上只是对未来的规划，理想的实现要通过现实中的不断努力，因此未来的生活也需要具体的行动计划，从现在开始走好每一步，才能在未来实现理想。

1、2013-2014 上半学年，充分利用济大校园环境及条件优势，认真备考国际日本语一级能力考试，下半学年开始备战考研。

2、2014-2015 上半学年，继续备战 2015 年日语考研计划；

下半学年准备研究生口试和继续日语的学习。

2、2015-2018年，熟悉适应期：利用3年左右的时间，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质。经过不断的尝试努力，初步找到适合自身发展的工作环境、岗位。

3、努力学好自己的专业知识，掌握熟练的专业技能，努力为成为大学老师奠定基础。

4、学习之余，多多参加各学校以及社会相关机构组织的各种与日语及日本文化有关的各项活动。增加对日语的掌握程度。

6、努力形成谦虚谨慎的良好学习态度。

五、自我监控

1、评估的时间：

日常评估（学习工作告一段落或进行到一定程度时）

定期评估（每周一次、每月、每季度或年终）

总评价（学期末，项目完成时或者某一大目标完成时）

2、评估的内容：

实施策略评估：（针对执行者能力、应变能力、能力成长状况、处事方法等）

职业路径评估：（目标活动是否顺利？是否按进度进行？当环境变动时如何处理？）

职业目标评估：（绩效如何？是否满意？偏差度是多少？）

3、评估的来源：我自己、老师同学、上级同事等。

4、评估的要素：目标是否明确、计划是否可行、有没有从全局出发、方法是否灵活、是否有持续做下去的潜力

5、调整方案：如果考研失败的话，再复读一年继续考研；如果再次失败的话，先进入一所中学或培训机构，不断丰富专业知识的同时，继续努力学习，备战考研，为当大学老师做准备。

六、结语

大学生活对于每个人来说，都只有一次，难得而且珍贵。我们必须尽自己的全力珍惜自己的大学生活，不能让自己的大学生活就这样虚度。因此，我做了以上的职业生涯规划。我不知道这份规划书在将来的学习及工作生活中对我会起怎样的作用，不过我清楚的是，至少现在她可以让我充分有效地利用现在的大学时光，不留遗憾。我始终坚信，有了理想和奋斗目标的人，才能在自己的学习和职业生涯中立于不败的地位。我相信，我的明天是光明、美好、精彩的！