

课程序号： 301159010-01



四川大學
Sichuan University

《大学四年学业生涯规划书》

学 院： 材料科学与工程学院

专 业： 材料科学类

姓 名： 张敏

学 号： 2012141421056

授课教师： 韩纪梅

提交时间： 2013 年 4 月 24 日

成 绩：

目录

第一章 自我认知

- (一) 自我分析 2
- (二) 人才测评量化分析 2
- (三) 结合兴趣、经历分析自我 6
- (四) 自我评估 6

第二章 职业认知

- (一) 社会就业趋势 6
- (二) 目标职业整体状况 7
- (三) 目标职业具体内容 7
- (四) 单位分析、地域分析、职业融入 8

第三章 职业决策

- (一) 职业目标的确定 9
- (二) 对本人职业定位进行 SWOT 分析 9
- (三) 备选目标 10

第四章 大学规划

- (一) 大学四年的详细计划 11
- (二) 职业生涯规划总表 11

第五章 自我监控

- (一) 评估标准及时间 12
- (二) 评估的内容及调整 13
- (三) 方案调整 13

写在开始之前

经过高中三年拼搏，高考的磨砺，作为一个四川人，我来到了引以为豪的四川大学。高中的奋斗，来到大学就感觉放松了下来，觉得应该休息了，大学四年也不必急于去打拼，就这样闲下来了，没有动力。大一下学期开了职业生涯规划这门课，至此

就业形势的严峻让我意识到大学四年合理安排的重要性
兴趣认识的研究让我知道了大学四年合理计划的迫切性
性格分析的做出让我明白了大学四年合理发展的方向性
职业测评的结果让我清楚了大学四年合理培养的适应性
在这门课快结束时，做出了这一份职业生涯规划，既是对这门课作业的圆满句号，更是为我人生路径提供了一盏指路明灯。

一、自我认知

(一)、自我分析

人际:自我觉得自己在熟悉的环境中是一个活泼开朗的人，在陌生的环境中，是一个被动开朗外向型的人，与陌生人交往较难主动去开始交谈，但是一旦开始交谈就像是熟人一样。自我觉得常常会给人以亲切、熟稔的感觉，不会留下过分的不好的印象。

领导与组织能力:由于个人人际还不错，有一定的号召力，但是在个人性格里，不愿意去承担领导、组织者的位置，甘愿做一个被安排的组员，在没有愿意承担时，自己可能会去。

责任意识:对于自己分内的事情不会拖拉，在限定期限内提前完成，对于其他事情则较为散漫，需要他人的提醒和监督。

态度

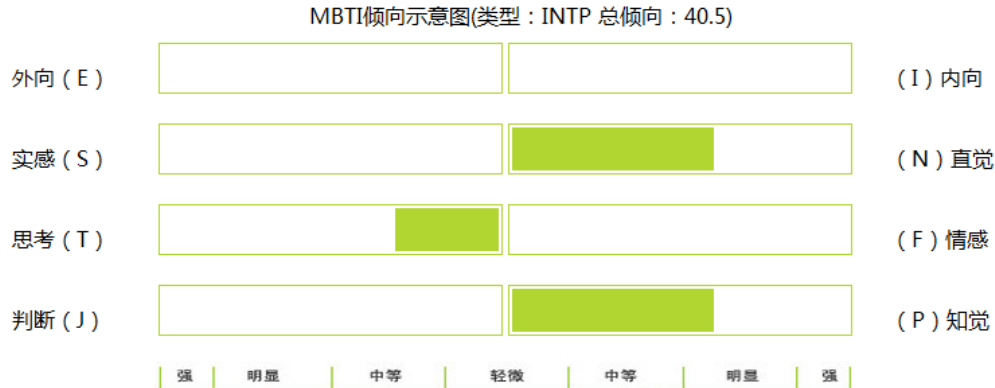
于己	于人	于公
平时宽松、随意；但是关键时刻又有一种力争上游的态度	对于不太熟识的人：己所不欲，勿施于人。 对于熟识的人：提醒并积极帮助。	强烈的反对损害集体利益的人，希望自己能为集体作出贡献

思想、素质:看问题全面，头脑清晰，思维灵活，遇见重大事件反应不会过激。具有优秀团员的一般素质，向更高素质的人看齐。

(二)、人才测评量化分析

1、综合分析

一、你的 MBTI 图形



测试结果为 INTP 型

INTP 型的人是解决理性问题者。他们很有才智和条理性，以及创造才华的突出表现。

INTP 型的人外表平静、缄默、超然，内心却专心致志于分析问题。他们苛求精细、惯于怀疑。他们努力寻找和利用原则以理解许多想法。他们喜欢有条理和有目的的交谈，而且可能会仅仅为了高兴，争论一些无益而琐细的问题。只有有条理的推理才会使他们信服。

通常 INTP 型的人是足智多谋、有独立见解的思考者。他们重视才智，对于个人能力有强烈的欲望，有能力也很感兴趣向他人挑战。

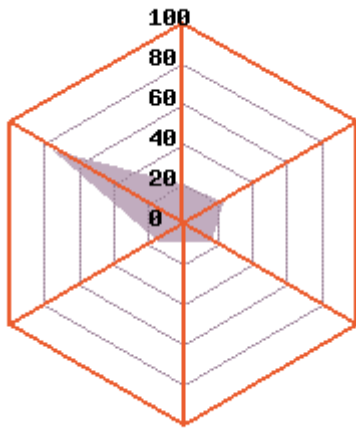
INTP 型的人最主要的兴趣在于理解明显的事物之外的可能性。他们乐于为了改进事物的目前状况或解决难题而进行思考。他们的思考方式极端复杂，而且他们能很好地组织概念和想法。偶尔，他们的想法非常复杂，以致于很难向别人表达和被他人理解。

INTP 型的人十分独立，喜欢冒险和富有想象力的活动。他们灵活易变、思维开阔，更感兴趣的是发现有创见而且合理的解决方法，而不是仅仅看到成为事实的解决方式。

INTP 型的人几乎没有情绪，无视批评和赞美，生性喜欢当旁观者。他们没有要影响别人的强烈动力，也没有伤害或冒犯他人的意图，INTP 对他人感受的关注度正常情况下基本是零，更多时候他们只想表达自己真实的看法而已。他们通过逻辑推理过程与感受自我成长获得成就感。

注：INTP 对概念的把握非常精准。

2、职业兴趣



左侧六边形中阴影区域表示您的霍兰德职业兴趣的广度、范围，您得分最高的类型即为您的职业兴趣类型，通常也可以取得分前3的类型组合代表您的职业兴趣类型。

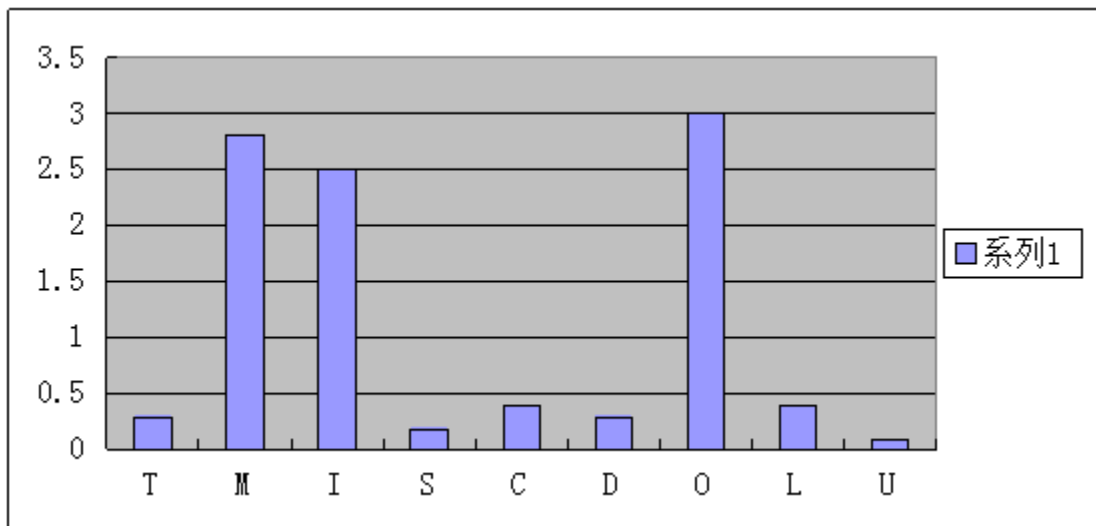
您的职业兴趣类行为：I 研究型，组合类行为：ISA 型。

R 实用型 I 研究型 A 艺术型 S 社会型 E 企业型 C 常规型

I（研究型）：

气象学家、生物学家、天文学家、药剂师、动物学家、化学家、科学报刊编辑、地质学家、植物学家、物理学家、数学家、实验员、科研人员、科技作者。

3、职业能力



T(言语能力)：

这项能力得分高，是指这个人词语及其含义有准确的理解和使用能力，比较善于清楚地表达自己的观点和向他人介绍信息的能力。

M(数学能力)：

这项能力得分高，是指这个人能迅速准确地运算公式，或者对复杂的事情进行推理演算，这项能力得分高的人通常比较适合从事数学、物理等比较抽象的问题研究。

I(空间判断能力)：

这项能力得分高，是指这个人立体图形、空间位置关系等有比较好的理解能力，善于处理整体结构设计、空间布局等问题。

S(察觉细节能力)：

这项能力得分高，是指这个人物体或图形的细节具有正确的知觉能力，对图形的明暗、线的长短粗细等细节敏感。

C(书写能力)：

这项能力得分高，是指这个人文字、账目、表格等材料具有较好的处理能力，善于书写材料，善于发现书写中的常见错误。

D(运动协调能力)：

这项能力得分高，是指这个人的眼、手、四肢等身体各部分能迅速、准确、协调地作出精准的动作或运动反应。运动协调能力高的人通常喜好体育运动

O(动手能力)：

这项能力得分高，是指这个人的手、手指、手腕灵活，能准确地操作细小的物体。这个人也通常擅长自己动手操作机械设备等东西。

L(社会交往能力)：

这项能力得分高，是指这个人善于进行人与人之间的相互交往、相互沟通、相互联系，也容易与陌生人建立良好的工作或合作关系。

U(组织管理能力)：

这项能力得分高，是指这个人擅长组织和安排各种活动，擅长协调参加活动中每个人的关系和在活动中的作用

4、职业价值观

总体测评倾向于 有如下 7 条

(1)智力刺激,说明:工作的目的和价值,在于不断进行智力的操作,动脑思考,学习以及探索新事物,解决新问题.

(2)成就感,说明:工作的目的和价值,在于不断创新,不断取得成就,不断得到领导与同事的赞扬或不断实现自己想要做的事.

(3)独立性,说明:工作的目的和价值,在于能充分发挥自己的独立性和主动性.按自己的方式,步调或想法去做,不受他人的干扰.

(4)经济报酬,说明:工作的目的和价值,在于获得优厚的报酬,使自己有足够的财力去获得自己想要的东西,使生活过得较为富足.

(5)社会交际,说明:工作的目的和价值,在于能和各种人交往,建立比较广泛的社会联系和关系,甚至能和知名人物结识.

(6)安全感,说明:不管自己能力怎样,希望在工作中有一个安稳的局面,不会因为奖金,加工资,调动工作或来领导训斥等经常提心吊胆,心烦意乱.

(7)舒适,说明:希望能将工作做为一种消遣,休息,或享受的形式,追求比较舒适,轻松,自由,优越的工作条件和环境.

5、个性特征分析

通过测试和自身经历得出

我是一个很重视策略的人,往往在达到自己目的的同时,又可以让对方心服口服.感情生活里的你是个刚柔相济的智慧型人物.工作中强调的是团队合作的精神.有耐心是我的最大优点.我对家人和朋友既温柔又体贴.我最大的缺点,是有的时候太宽容了,原则性不强,对自己的观点不够坚持,因此,有的时候我就会显得有点软弱.也正因为我这样的个性,我身边的朋友或同学就以为我很好

欺负，这就会让我莫名其妙地吃不少的亏。一味的忍让并不是维持友谊和爱情的良方，偶尔就会发发飚，把自己的不满表现出来，对方才不会太肆无忌惮，一味的忍让并不能赢得别人对我的尊重。

(三)、结合兴趣、经历分析自我

从小到大，自己一直喜欢专研、探索，看问题相较于同龄人更加容易看到本质，喜欢思索一些非常奇特的事物，也喜欢动手做一些模型或者小物件，有一定的动手能力。也非常喜欢户外活动，并且喜欢收集各种奇异石头，发现自己有一颗永不满足的好奇心。自己家附近有一个化工公司，经常去参观，由此喜欢上了化学，喜欢实验，自己曾经动手做过铝热反应，镁燃烧反应等一系列化学实验。高读中时，参观了化学竞赛培训，就此定位了自己大学的专业是化学类或者材料类。自己的社会实践参见的不多，对于人际交往仅限于同学和亲人，自己不适合于做有关人际的工作吧。综合兴趣以及实践经历，自己比较适合于专研类工作吧。

(四)、自我评估

通过综合测试，自己是 INTP 型的人，是解决理性问题者；职业兴趣为 ISA 型倾向于科研类型；自己的职业能力倾向于数学型、空间判断性、以及动手型；职业价值观倾向于智力挑战、创新以及独立性；再结合兴趣经历可以初步得出自己适合于动手实践的科研类型。

二、职业认知

(一)、社会就业趋势

1、就业形势

从 2008 年这特殊的一年开始，我的劳动力市场管制逐渐强化，加之国际金融危机的蔓延，直接或者间接的影响了我国经济发展的格局，并构成了当前以及今后结业的基本形势。

- (1)、经济增长速度下降影响就业的增长空间。
- (2)、经融危机直接影戏行业就业，并可能引发更大的就业冲击。
- (3)、劳动力市场管制增加了劳动力成本，短期内会减少劳动力需求。
- (4)、国内重大自然灾害与社会事件对就业的影响忧喜参半。

当期我过的就业形势总的可概括为：

一个主要矛盾：劳动者充分就业的需求与劳动力总量过大、素质不相适应的矛盾

三个基本特征： 总量矛盾和结构矛盾同时并有
城镇和农村就业问题同时出现
新生劳动力就业和下岗失业人员再就业相互交织

一个焦点： 集中在下岗失业人员再就业问题上

2、大学生就业形势严峻与前景良好

- 形势
- (1)、中国高等教育规模位居世界第一
 - (2)、1999 年扩招以来，高等教育进入新阶段，毕业生人数大增，进

入就业高峰期

(3)、社会对大学生的需求量减少

前景 经济增长与产业结构调整将为大学生提供更广阔的就业空间

伴随我国经济结构的调整，社会对大学生需求将会增加

政府就业政策持续优化将会为大学生从学校到工作的转换创造良好的就业空间

3、就业政策

鼓励大学生毕业后到特定地区工作或者从事特定工作，并给予补偿。鼓励引导毕业生到城乡基层工作，鼓励毕业生到中小企业和非公有制企业工作，鼓励骨干企业和科研项目吸纳和稳定高校毕业生的就业，鼓励和支持毕业生的自主创业，强化毕业生的就业服务，提升毕业生的就业能力，建立和完善困难毕业生的援助制度。

4、就业竞争

大学生每年的应届毕业生和待业毕业生都是我们的竞争对手，而我们如果想要在如此大量的毕业生中脱颖而出，那么

- (1)、认清当前就业形势，了解当前就业政策
- (2)、更新就业观念
- (3)、提高自身素质，加强身体锻炼
- (4)、做好职业生涯规划

(二) 目标职业整体状况

作为材料这个行业的整体情况来看，在我现代化进程中建筑材料可谓是一路高歌，从改革开放至今一直没有衰退，但是由于机械化生产的技术较为成熟，需求就业人数不多。对于电子材料行业，我国刚经过了起步，目前正是高速发展的时候，但是由于与国际尖端水品有一定差距，需求的人才主要是高精尖类型的，需求量不大。对于生物或者医学材料，我国发展处于起步阶段，大量进口高新材料，正是需求人才的时候，可是国内这方面的公司和科研单位较少。高分子材料，对于传统高分子材料，技术成熟，需求人才较少，主要是新型材料的研发。

综上所述，目前我国对于材料专业的人才需求主要是高精尖的技术研发人员，对于大学生就业的困难就是在于本科生培养自身的创新性以及实践性，否则就业较为困难。对于近年来材料专业本科生就业率有所下降，主要是本科生较为难适应研发，故材料专业考研率上升，研究生就能适应这种研发的节奏。

(三) 目标职业具体内容

材料化学专业方向

本专业涉及各种新材料制备技术、功能高分子材料、电子信息材料与封装技术、材料在服役环境下的化学失效与控制、材料再生与综合利用等内容。材料化学是近年来发展势头强劲的纳米材料、电子信息材料以及生物医用材料的重要学科基础。目前专业的主要研究方向有：功能高分子材料化学、功能无机材料、材料表面化学与表面技术、材料与环境的交互作用、聚合物功能材料与复合材料、电子信息材料与封装以及材料资源化处理技术等。

本专业培养适应我国现代化建设需求，获得材料化学专业基本训练的科学

研究及工程技术人才。毕业生具有扎实的数学、物理、化学等基础知识和计算机应用的基本技能，掌握材料科学和材料化学方面的基础理论、基本知识、基本技能及相关研究方法。毕业生可以在相关的科研机构、高等院校从事科研和教学工作，也可以在与材料生产、加工和使用的相关单位，如电子信息、家用电器、冶金、机械、石油化工、建筑、造船、航空航天、交通等工业部门的高新技术企业，从事材料的研制、性能质量检验、新材料和新产品的开发与应用、材料化学失效和控制技术研究、材料的再生与利用及相应的科技管理工作。

目前我国正处于建设时期，需要各种新兴材料来作为建设的保障。而且社会的进步离不开各种材料的发展与进步，一种新型材料的出现可能会引发一场新的革命，所以社会对材料专业的高精尖人才的需求还是很大的，而且目前本行业的进展不大，更需要新鲜血液来补充，为新型材料的制备和研究的突破做贡献。

（四）、单位分析（以上海 中科院硅酸盐研究所为例）

对于材料专业，毕业后的工作单位主要是大学、材料公式以及各个材料科研单位为主。下面具体介绍下中科院硅酸盐研究所

中国科学院上海硅酸盐研究所渊源于 1928 年成立的国立中央研究院工程研究所，1954 年更名为中国科学院冶金陶瓷研究所。1959 年独立建所，定名为中国科学院硅酸盐化学与工学研究所，1984 年改名为中国科学院上海硅酸盐研究所。经四十多年的发展，上海硅酸盐研究所已成为一个以基础性研究为先导，以高技术创新和应用发展研究为主体的无机非金属材料综合性研究机构。

现有职工 600 人，科研技术人员 390 人，其中院士 4 名（1 名为双院士），具有高级职称的人员 200 名。

科研机构设置为：高性能陶瓷和超微结构国家重点实验室、结构陶瓷工程研究中心、特种无机涂层研究中心、信息功能材料与器件研究中心、生物材料与组织工程研究中心、能源材料研究中心、人工晶体研究中心和古陶瓷研究中心。此外，还设有以实验室成果工程化、产业化研究及高技术产品生产为主要任务的嘉定中试基地；以及无机材料分析测试中心与信息情报中心。

学科方向是先进无机材料科学与工程，主要研究领域涵盖了人工晶体、高性能结构与功能陶瓷、特种玻璃、无机涂层、生物环境材料、能源材料、复合材料及先进无机材料性能检测与表征等，是该领域科学研究单位中门类最为齐全的研究所。

综上所述可以分析出，硅酸盐材料研究历史悠久，可能发展潜力较小，对于材料创新人才不适合。但是高性能功能材料、先进无机材料在航空航天的运用非常多，需要技术成熟的此类材料，对技术型材料人才比较适合。

（五）地域分析

各种材料广泛运用于全国各地，所以材料工作单位在全国分布广泛，例如上海材料研究所，宁波材料研究所，山东非金属材料研究所，绵阳中国物理技术研究所，等等研究分布于全国各地，开设了材料专业的高校更是在全国星罗棋布。

（六）职业融入

1、途径

在大学研究，主要通过考取大学的研究生以及应聘大学教学工作者

在研究所研究，考取研究所的研究生，应聘研究所需求的职位。

2、胜任标准

- (1)、较强的创新意识，灵活的专研思维
- (2)、有着较为丰富的基础知识及专业知识
- (3)、执着而专注的研究精神
- (4)、归纳、整合、处理、分析数据的能力
- (5)、较强的专业英语水平

3、职业对生活的影响

- (1)、进行研究开发，做实验时可能熬夜，影响睡眠
- (2)、研究开发需要长时间的呆在同一个地方，生活相对单调
- (3)、可能经常去调研或者考察，或者到国外进修，而不能回家
- (4)、可能会从事教育相关的附属职业

4、进入职业前付出的努力

- (1)、大学上课期间积累知识，大量阅读书籍及文献
- (2)、大学假期可以去化工公司或者材料单位实习，或者去实验室做实验开发
- (3)、和学校相关专业教授进行交流沟通
- (4)、与相关专业的学长学姐进行职业对话

三、职业决策

(一)、职业目标的确定

职业目标——将来成为新能源材料领域的科研人员

职业发展策划——进入高校进行新能源化学研究

职业发展路径——走科研路线

(二)、对本人职业定位进行 SWOT 分析

内部环境因素	优势因素 (S)	弱势因素 (W)
	<p>穷根问底的专研精神，善于从不同角度去看问题、解决问题，有着强烈的求知欲望，不做出结果誓不罢休的执着韧性，喜欢团队合作共同研发，但也能独立思考独立解决问题。</p> <p>有着雄心壮志，不畏惧失败，好奇心随时指引着我，让我的联想思维不断开发。善于分析问题和数据，能够从中看出关键点所在。</p> <p>实验能力和动手能力强，逻辑思维缜密，能够静心的去做一件事，善于接受新思想。</p>	<p>性格随意，做事情没有条理性，有时候有惰性，不愿意去多下一分功夫。对于传统的经验或者旧思想过于排斥，感性思维的去认为世间皆有可能，而轻视了无数先辈总结的经验。</p> <p>看问题可能会因为别人的看法而改变自己的看法。</p> <p>对于事件失败的可能性和因素关注不够，认为过程够了就足以，有时候不能避免那些本可以不发生的失败。</p> <p>自己喜欢团队合作，但是当自己身边没有团队时，又不喜欢去组织团队来解决问题。</p>

<p>外部环境因素</p>	<p>机会因素 (O)</p> <p>化石能源即将枯竭，能源危机，对新能源的需求日渐增大； 国家政策支持，鼓励新能源，可再生能源产业发展； 大部分新能源技术还未进入实用阶段，发展空间大；新能源技术依赖于材料的进展，而现有材料大多效率不高或不能满足苛刻的工作环境，对新材料的需求巨大； 四川大学材料科学学科实力强大，本科开设了新能源这一专业，师资力量，科研环境一流。</p>	<p>威胁因素 (T)</p> <p>我国材料专业起步较晚，基础技术不成熟，没有作为进一步研发高精尖材料的基础。 我国新能源材料领域发展水平与国际先进水平差距较大，研究水平落后。 能源产业为国有企业所全面控制，产品进入行业难度大，且审批过程繁琐；相关产品设计制造投入大，产业化生产难度高，普通民众对其认知不够，市场化有一定困难； 能源材料的研发对个人综合素质和能力的要求极高；</p>
<p>分析</p>	<p>我国为世界能源消耗大国，在能源危机迫切的情况下，我国相关政策会大力扶植新能源产业，此时就会大量需求新能源方面的人才。再借助于川大材料专业的学科优势，通过本科在材料化学专业的学习与交流，提高个人综合素质，发挥自己善于思考，动手能力强的优点，发展创造性思维，构建自己的团队，争取出国深造，抓住新能源材料空前的需求来为自己的职业生涯画上一笔浓墨。</p>	

(三) 备选职业目标

假如一直跟不上作为一名科研人员的要求，那么我将放弃科研道路，选择高中化学教师或者化验员作为职业。

- 1、这两个职业也相对符合自己的兴趣爱好
- 2、与大学学习的知识具有一定的相关性
- 3、这两个职业相对稳定，工作时间也合适

发展路径 高中化学教师——高中化学竞赛指导老师——化学学科带头人——特级教师
 化验员——化验师——创新化验师

四、职业生涯规划与路径

(一)、大学四年的详细计划

四年计划	目标	计划	备注
2012--2016	本科毕业能够保研且具有一定的实验创新能力	<p>1、对英语的学习，四年而如一日，大一大二对普通英语的学习，增加词汇量，并通过英语论文的研读来初步学习专业英语；大三大四重在专业英语的学习</p> <p>2、对于基础科目的学习。作为材料专业得有一定数学物理化学知识的铺底才能展开对专业知识的学习，所以大一大二要把基础知识学扎实。</p> <p>3、对于各种书目。大量阅读专业书籍和相关铺垫知识的书籍，丰富知识见解。适量阅读文学、经济、政治、法律、哲学、心理的书籍，充实生活，提高素质。</p> <p>4、竞赛活动。和同学建立讨论组关系，有竞赛活动视情况参加，积极联络其他学院的同学，组成一个多专业知识的团队。</p>	和自己有着共同目标的人来互相竞争、帮助来完成。

(二)、职业生涯规划总表

职业生涯规划总表

计划名称	时间跨度	总目标	分目标	计划内容	策略和措施	备注
短期计划（大学计划）	2012-2016年	大学本科毕业后可以保研	大一过四级；大二过六级；	加强英语的学习，尤其是专业英语，也要加强专业课程的学习，注重培养人文素质。博览群书，以及各种材料类论文及发展。积极参加“挑战杯”“三大计划”等竞赛	大一，大二对大学物理化学、数学的深度学习打好基础，提高综合素质。大三加紧学习专业课程和专业技能，并投身于实验课程，参与老师的科研项目，大四以科研能力培养为主	大学本科阶段，明确的规划

中期计划（本科毕业后十年计划）	2016年-2026年	取得硕士、博士学位后在国内科研机构或高校任职	通过在本科后期的知识积累以及实验技能的积累，读研读博阶段参与并负责导师的课题；发表数篇文章，明确自己的研究方向，并有所建树	硕士期间跟随导师进行初步的科学研究，在研究的过程中获得专业知识与技能，提升自己的市场竞争力。博士期间以自主创新开发为主，把研发产品进行市场话，进一步培养人际交往能力，发展人脉。博士毕业后寻找任职单位。	硕士研究生阶段在导师的指导下进行课题研究，开拓与创新，并尝试改进已投放市场的产品。博士期间明确研究方向，向深度发展，树立自己在该领域的地位，研发属于自己团队的产品。毕业后进入工作岗位，尽快适应职场，发挥自己的专业能力	从学生到工作的转型阶段
长期计划（本科毕业后十年以上计划）	2026年-2056年	在能源材料方面做出一定成果。最高目标是自己的团队有改变世界能源结构的研究成果，为中国新能源材料领域做出突出贡献，成为院士或者拿到诺贝尔化学奖	在这一阶段的前期，自己团队做出成绩，创出名声。在研发的同时从事教育工作，为本行业培养下一代。进行更多有突破性的研发。	利用中期规划建立的研究团队，努力攻克新能源领域世界性难题；并将自己的研发课题与学生分享，激发学生兴趣。取得一定的成就，调整工作生活关系，更多的出去旅行，丰富见识，重视对子女的教育以及父母的赡养；发展工作外的兴趣，准备退休生活。	利用团队优势，集大家之长，乘年轻的意气，做出一番成就。让自己的团队不断补充新鲜血液，增加活力。与其他优秀团队进行交流，改进自己团队。本着活到老学到老的精神，尝试新鲜事物。注重工作与家庭的协调。	方向性规划，从工作到退休的转型阶段

具体路径：本科生——硕士研究生——博士研究生——讲师——副教授（副研究员）——教授（研究员）——中科院院士（诺贝尔奖）

五、自我监控

（一）、评估标准及时间

- 1、按照完成近期规划的百分比，相应调整中长期计划的内容，是方案切实可行。
- 2、若近期规划超额完成，则中长期规划可以多计划部分；
若近期计划大部分完成，中长期计划不变更
若近期计划极少部分完成，考虑备选职业
- 3、每过一个季度后仔细对比规划，检查进度，督促自己完成

(二)、评估内容及调整

职业目标评估：是否需要重新选择职业？

大学本科期间若没有足够的知识积累，实验积累，跟不上作为一名科研人员的要求，那么我将放弃科研道路，选择高中化学教师或者化验员的职业。

职业路径评估：是否需要调整发展方向？

若果近期计划完成，那么在职业生活中当出现，新能源材料领域竞争压力过大，或进展过于缓慢的时候，我就可能会调整发展方向，进行其他材料领域的研究。

实施策略评估：是否需要改变行动策略？

如果现实中出现不太大的挫折，如暂时找不到合适的工作，我会局部调整行动策略，不改变总目标。

其他因素评估：身体、家庭、经济状况及机遇、意外情况的及时评估。

目前的身体状况良好，尽可满足从事材料学研究的需求；家庭成员都能支持我的决定；家庭经济状况可以满足我在国内的受教育需求，但是出国留学深造需要奖学金的支持。不考虑突发事故及意外，在可预见的将来，不会有太大的挫折使我改变规划。

(三)、方案调整

感情挫折	家庭变故	近期计划不能完成	主选职业遇冷
调整状态继续执行原定的计划，可能时间上会延后	视家庭情况，选择先工作的年限，然后再继续深造	启动备选职业方案，在备选职业中打拼	改变研究方向，但是还是研究材料。

写在结束时

大学四年即将过去四分之一，在没有这份规划之前，忙忙碌碌，但是无为；没有这份规划之前，勤勤恳恳，但是无获；没有这份规划之前，兢兢业业，但是无得。

这份职业生涯规划在给这门课画上圆满句号的同时，如黎明的曙光，指引着迷茫的我。虽然计划可能赶不上变化，但是它终究会引导我。

大学剩下的三年里，继续充实自己，提高自我，超越自我，这样才不会让这份规划成为一纸空文；大学剩下的三年里，积极很志同道合的同学们交流，组成我们的团队，迎接挑战。

人生多歧路，这一份规划可以让自己少走一些弯路，但是他也挡不住那些骤然的变化，一路笑着面对人生职业路，收获亲情、友情、爱情，坦然面对风雨，笑着面对难关，走过去，留下脚印，收获美丽的风景。