

职业生涯规划范文：让我的未来更清晰

【前言】

转眼间，大一已接近尾声，周老师的《职业生涯规划》课程也即将结束。仍记得自己初进大学时的情景，那时的我觉得自己学了化学这个专业，今后唯一的出路就是考研，似乎没有别的路可选，而工作离我还很远，我根本没有必要那么早就去考虑自己究竟想从事什么样的职业。而在学习了周老师的这门课程后，我意识到，自己的想法并不正确。周老师的书中讲到“无论将来大学毕业时选择直接就业，考研，留学或是创业，每个人最终都要走向社会实现就业，为自己和家庭创造利益和财富”，所以我们不能等到最后时刻再去决策自己究竟想干什么，想要做成功一件事，准备的过程是很重要的，我们只有从一开始就为今后的目标而努力，朝着一个特定的方向充实自己，我们今后实现自己的目标的可能性才会大，成功的概率才会高！

【自我分析】

1. 从性格上分析

我出生在一个温暖的三口之家，因为家中只有我一个小孩，所以爸爸妈妈从小就对我很严格，对我报以的期望也很高。小的时候，虽然家中并不富裕，可是爸爸妈妈仍坚持让我学习钢琴，不过也正是因为弹钢琴，让我的性格有了不少改变。

练钢琴让我成为了一个有耐心，有毅力的人，面对一个比较棘手的问题，我可以很耐心的花更多的时间去解决；练钢琴也让我由一个内向，不爱说话的小孩变成一个开朗，活泼，很爱闹腾的女孩。可是我仍旧是一个不善交际的人，面对陌生人，我总会有一种手足无措的感觉，不过我相信，这个缺点我可以慢慢改掉。

2. 我的兴趣

说到兴趣，我的大脑中一片混乱，自己到底喜欢干什么呢？

平时，除学习外，我喜欢看看杂志，听听歌，看看电影电视剧，如果时间充沛的话，我也会选择去有山，有水的自然风景区转转来放松一下自己的心情。

而在学习的过程中，我则喜欢学习可以和现实生活，或生产实验联系起来的，不是太抽象的知识。比如做了一系列实验，总会有一个具有规律性的结果，然后我再用已学的知识去解释它们，这样会让我感到有一种成就感。

3.我的价值观

从小到大，我一直没有明确想过自己的价值观是什么，不过我可以确定在面对今后家庭和事业时，我追求有一份稳定，收入不错的工作，但同时，我也应该有足够的精力去打点我的家庭，去孝敬我的父母。

4. 我的能力

我是一个不善于和别人交流的人，尤其是在陌生人面前，我总是不知道如何正确的表达自己。我也是一个不善于表现自己的人，虽然我会弹钢琴，但走进大学也快一年了，我没有一次在别人面前弹过钢琴，其实这样想想也挺懊恼的了。不过，如果让我去做一件事，我会很认真的将它做好，绝对不会敷衍。

【专业就业方向及前景分析】

1.专业介绍

我的专业是化学专业，属于四大基本学科之一。

说起化学，大家肯定都不会陌生。在我们的日常生活中，化学是无处不在的，食盐中缺碘会导致大脖子病；没有偏碱性的肥皂洗衣粉，我们的脏衣服不知道该如何处理；而且没有化学，那些为我们治病的药物也无从研究。

在现代的科学领域中，化学也有着不可或缺的地位，没有化学科学家，人们如何研制出让火箭飞向太空的高能燃料；没有化学，科学家们如何研制出各种先进的武器来保卫自己的国家。所以，化学的世界是丰富的，化学也是十分重要的。

而就个别具体的专业方向而言，无机化学具有研究范围极其广阔的优势。其发展也经历了相当长的时间，基本理论日臻成熟。现阶段我国无机化学研究方向主要有：现代无机合成、配位化学、原子簇化学、超导材料、无机晶体材料、稀土化学、生物化学以及核化学和放射化学等。

有机化学具有与人体及生物生存环境密切有关的优势，近年来发展迅速并形成不可分支学科，如：有机合成、金属有机、元素有机、天然有机、物理有机、有机催化、有机分析、有机立体化学等。

物理化学是研究所有物质体系的化学行为的原理、规律和方法的学科。涵盖了从微观到宏观，结构与性质的关系规律，化学过程机理及其控制等的研究。物理化学是化学科学中近年来颇受瞩目的学科，它迅速地发展并渗透到其他的学科中去。目前主要的研究方向有：宏观和介观研究的深入；微观结构的研究由静态、稳态向动态、瞬态发展（包括反应机理研究中的过渡态问题、微化反应机理与微观反应动力学问题）等。

化学专业为学生提供化学知识方面的职业才能，同时，还开设包括数学、物理和生物在内的辅助性的课程。使学生除了掌握具体科学基础知识外，还培养学生具有判断力的思维、试验技术、解释观察以及清晰表达思维等能力。

2.专业的就业方向

化学专业所涉及的面很广。有分析化学，无机化学，有机化学，物理化学，材料化学，电化学，结构化学等。一般研究的领域不同，所从事的工作也会有所不同。

对于我们的就业方向，我们有比较多的选择。我们可以去化工厂，食品厂，石油炼化公司，制药厂当技术调研员；也可以到中学乃至大学当化学老师；或者是到研究所从事化学研究，科技开发；还可以到环保局等事业单位当环境评价工程师。

3.专业的就业前景分析（引用上次论文的调研结果）

① 应用化学

根据调查，现在毕业生在毕业三年后从事的工作 80%以上和原专业无直接联系，本专业毕业生可以在相关高校、科研院所、轻工、医药卫生、商检、化工、农业、冶金等部门从事教学科研与生产及管理工作。(本科四年) 小蚂蚁

化学学习考研复试调剂，提供免费真题笔记课件教材等，为化学工作者提供学习和科研、工作等的网络交流平台每年一次性就业率都较高，就业行业包括教育、材料、军工、汽车、军队、电子、信息、环保、市政、建筑、建材、消防、化工、机械等行业。部门包括：各级质量监督与检测部门、科研院所、设计院所、教学单位、生产企业、省级以上的消防总队等。

② 分析化学

分析化学是一门使用性很强的学科，可以说无处不用，比如食品、林业、医药、环境、冶金等都有很大的应用。从就业上讲岗位也很多也易成功，但此等工作多为简单，枯燥，且低薪。这门课有巨大的应用前景目前几乎包括了各种领域。而且这门课在国外相对冷门，由于需要大量的耐心与知识这门课也不是所有的人都学的好的，需要毅力和兴趣，否则不会有所建树。分析化学工作者同时也是十分紧缺的人才，有很宽广的就业范围的考研方向。

③有机化学

有机化学是化学的新兴学科，也是化学最有活力的方向。它的应用极广：高分子、材料、医药、石化等。从就业上讲岗位也比较多但要求很高，要具备一定的能力和素质，同时工作很辛苦，同时也是高薪行业。有机化学涉及比较多,主要是有机合成,应用在材料,医药等方面,这个研究可是很搞钱的. 制药，化妆品，保健品，生化的本质都是有机化学，人活着必然要追求长寿，健康和青春---保健品，药品和化妆品永远是不会衰落的行业，而他们的基础就是有机化学。

④物理化学

物理化学是研究化学的基本规律的学科。到目前还不尽完善，但进行此项工作之人要有足够的天赋和优越的数学、物理根基。物理化学主要是研究些化学反应的动力学,热力学,熵变焓变的.可能在化工厂里有一定的用处。

【职业分析】

1.职业目标

作为一个希望今后生活能够稳定而又舒适的女孩,我最想从事的职业是大学教师,一边教书,一边从事研究工作。

其次,我会选择当一名环境评价师,在环保局等事业单位工作。

再其次，我会选择当一名研究人员，从事专门的化学研究。

1.SWOT 分析

① 大学教师

i 优势(S)

我的性格虽然比较外向，但仍旧是一个喜欢安定稳定的女孩，所以成为大学教师是我心中最理想的职业，因为它是我想要做的，所以我有足够的热情去做好它。

而且我是一个比较有耐心的人，我会认真的备课并且耐心的给学生进行讲解。

ii 弱势(W)

作为一名教师，最基本的能力就是与学生沟通的能力，而我恰恰就欠缺和人交流的能力，也没有较强的表现欲，不善于表现自己。

iii 机会(O)

如果能进入一所比较好的大学当教师，不仅待遇会比较好，而且良好的学术氛围也能让自己得到不断的提升，让自己有双重收获。而且如果我考上了自己所心仪的大学的研究生的话，自己多多努力后，留校的可能性也会变大。

iv 威胁(T)

作为一名不是名牌大学毕业的学生来说，会有很多竞争者来自北大，清华，北京理工，吉林大学，武汉大学等化学专业很强的学生和我竞争。如果我不够优秀，那么胜出的可能性不大。

大学的扩招让学习化学的人数又会有所增加，所以竞争的人数也会增加。

① 成为环境影响评价师

i 优势 (S)

首先，我的专业是化学专业，是环境评价的基础，所以大学四年中学习的积淀是会对今后的工作有很大的帮助。其次，我的年龄并不大，适合考研，甚至读博。最后，我有足够的耐心和毅力走到我能成为环境影响评价师的那一天。

ii 劣势(W)

我的英语并不强，而成为一名环评师，需要的不仅仅是扎实的专业功底，应该还有很强的英语口语能力，而这正是我所欠缺的。而且在事业单位工作，外出应酬的情况会很多，但说实话，我从小就不喜欢那些应酬的场合。

iii 机会(O)

因为考这个评价师所要的资格很高，所耗的时间也很长，能真正坚持下来的人并不多，所以竞争力不会太强。而成为评价师的人更不会多，所以拿到这个证书后，我的工作会更顺利。

iv 威胁(T)

参加这个考试的难度很大，需要太多的条件和太长的时间，而且它必须要求有工作经历，只怕到时候书是读够了，工作却不好找。

② 从事科研工作

i 优势(S)

我在前面都说过，自己是一个有耐心的人，也比较喜欢理论性的知识和推理，对作实验也有兴趣，所以从事研究工作，也能符合我的性格和兴趣。

ii 劣势(W)

从事科研工作对知识的渊博度有很高的要求，所以我很可能一生都要不停的学习，这样不免有些枯燥。

iii 机会(O)

我在北京上学，北京又是各种科研机构的聚集地，所以如果我选择北京的研究所，成功的机会会比外地学生大一些。

iv 威胁(T)

因为从事这项工作需要很高的学历，对个人的严谨性，逻辑性，理论推理性的要求都很高，所以说对个人素质要求很高。所以想要达到这个目标，我需要付出更多，

【第一职业目标选项的工作内容和胜任条件】

大学教师职称分为几种：助教，讲师，副教授，教授。其中，助教，指的是在大专院校及中小学内，协助教师教学工作的一种职务。通常助教来自于同领域的毕业生（不一定同校），有些则是由硕士班或博士班研究生兼任、另外也有外聘的。在一些学校，要能升任为讲师及教授、副教授前必需要担任过助教。

在中国的大学中，助教是大学教师最低的一级职称，通常而言，获得硕士学位者如果在大学中获得教席，其首先获得的职称就是助教。一般而言，助教要做的工作有指导课业、批改学生作业、在系所办公室值班、监考等。在学生数较多的班级，则会于实验课或实习课时协助教师。

教授，是大学聘任的正高级职称，既上课、又搞科研、带研究生，也是学术带头人。教授的工作是在大学里针对他们所擅长的领域开课、或授与学生专业训练，如科学和文学等领域。另外教授也必须深耕自己专精的学科，以发表论文的方式来获得商业上的合作机会（包括了政府在科学上的顾问、或是商业发明等），同时训练自己的学生将来有足够的能力与他们交棒。在授课、训练、提交论文与寻求商业合作这四个方向里，要取得平衡则端看学校、地点（国家）和时间额外因素。例如在欧美的顶尖大学中，学校相当重视在独一领域中专精的教授，而且常常将他们做为该校的宣传重点。

【与职业选择目标的差距】

我理想中的职业，所需要的学术知识性都很强，而且专业知识，和英语能力等，都很重要。例如，如果我想成为一名大学教师，我必须发表一些文章在一定级别的刊物上，还有一些必须是用英文写的，这对外语的要求是很高的。而我的英语水平并不高，这使我离理想有很大差距。

在能力上，我不仅需要学术能力，还需要与人交流的能力，表现自己的能力。而这正是我所欠缺的。

所以自己离理想还有很大的差距，不过我相信，只要自己在这四年中，在今后读研读博的岁月里不断努力，总有一天梦想会照进现实的！

【未来三学年的行动计划】

俗话说的好，我们不能打无准备之战。我知道，机会是留给有准备的人的。

·我的计划

① 在大二上学期，我需要参加计算机二级考试，所以在大一的暑假里，我每天都要学两个小时的计算机，将自己的在大一中学到的计算机知识加以巩固和强化。

② 在大二下学期，我要参加英语四级考试，因为考试分数的高低对今后就业有一定的影响，而学习英语又需要一定的过程，需要积累，所以我应该从现在做起，每天背五个单词，每周听两篇听力，以提升自己的英语能力。

③ 大一暑假或大二寒假，参加一次社会实践活动，锻炼自己的能力并让自己和社会有更多的接触，

④ 在前两年里找出自己最喜欢，最擅长的两门专业课，在大三一开始，就复习考研所考的政治，数学，以及专业课。

⑤ 在大三开始，准备英语六级的考试。

- ⑥ 在大三的暑假，回家乡实习，在当地的工厂，环保局里感受一下实际工作的感觉。
- ⑦ 大四上学期，全面准备考研。
- ⑧ 大四下学期，写好毕业论文等，做好毕业准备。
- ⑨ 大学四年中，选择一些和环境有关的选修课来上，为今后成为环评师打下基础。
- ⑩ 在当今社会，对经济有写了解总是好的，所以有空，我应该涉猎一些经济类的书籍。并且多涉猎一些有关环境方面的书籍。

【结语】

理想虽然离我很远，但是，因为我有目标，我有计划，我心中怀揣着梦想，所以我相信，总有一天，我的未来会一片光明，我会成为自己想要成为的那个人！

现在让我对自己说一声， 加油！

2011 级石化-李奔