

成都理工大学

本科生实验报告

实验课程_____专业素养

学院名称_____管理科学学院

专业名称_____工商管理

学生姓名_____雷淇杰

学生学号_____3201407040306

指导教师_____周斌

实验地点_____60502

学生
实验
心得

职业生涯规划可以说是是一个复杂的、系统的、拥有压力和挑战、更要切何实际的对未来学习，工作和生活的一种计划。因此，我从中学到了要确立目标，借助目标不断的修正完善自己。当然通过对自身，职业的认知，社会调查，让我更加知道自己属于哪一类工作，并且采用什么样的途径完成或达到自己的职业定位。

学生（签名）：

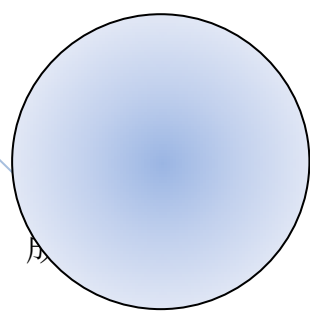
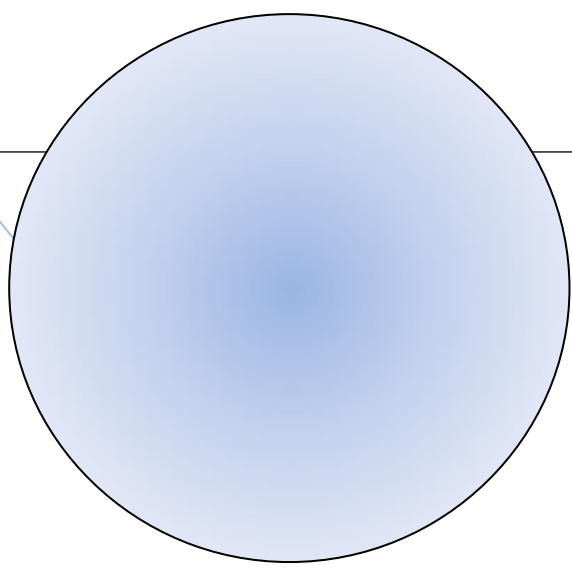
年 月 日

实验成绩_____

二〇 年 月 _____ 二〇 年 月

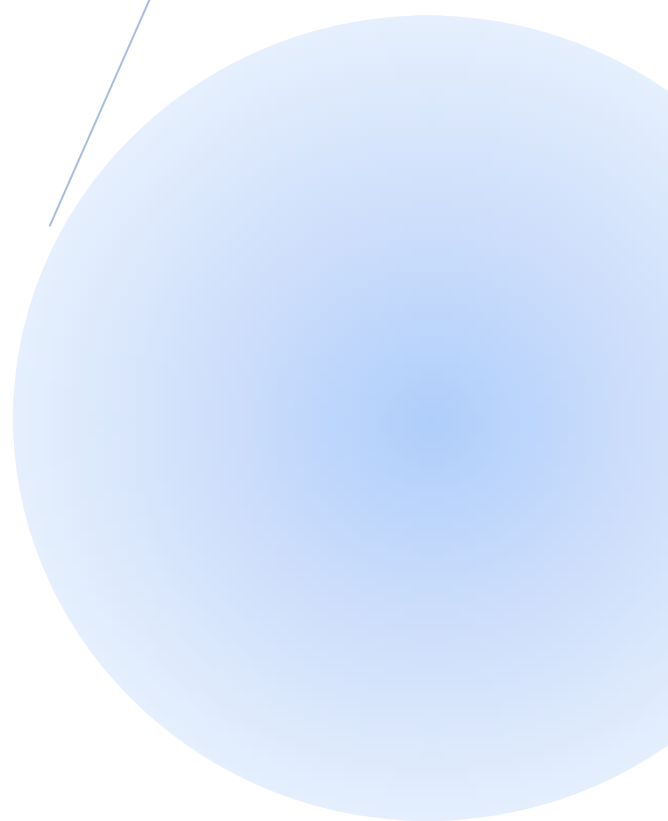
职业素养开发规划设计书

指导教师
评语



指导教师（签名）：

年 月 日



目录

前言 1

第一章 自我认知..... 2

1. 个人基本情况	2
2. 职业兴趣	2
3. 职业能力	3
4. 个人性格	5
5. 职业价值观	6
6. 家庭环境影响	6
7. 自我分析小结	7
第二章 职业认知.....	7
1. 教育环境分析	7
2. 社会环境分析	8
3. 职业环境分析	8
第三章 职业定位.....	9
1. SWOT 分析——项目经理	9
2. 职业目标——项目经理	10
1) 涉足项目管理	10
2) 成为项目经理	11
3) 成为资深项目经理	11
第四章 职业素养发展规划.....	12
第五章 项目经理素质能力提高方法.....	13
1. 专业意识	13

2. 通用技能	13
结束语	13

前言

在今天这个人才竞争激烈社会中,对的适合自己职业生涯规划尤为重要。合理职业生涯规划可以使你更加理解自己,也是用人公司理解你一种有效手段。对于每一种人而言,职业生命是有限,如果不进行有效规划,势必会导致生命和时间挥霍。作为一名当代大学生,如果不懂得自己想要做什么、没有合理规划和明确目的是不能在这个拥挤社会中占有一席之地。职业生涯规划是每个大学生必要涉及重要问题。这一方面是国内现今就业形势和就业制度所提出规定,另一方面也是大学生依照市场经济社会对劳动者素质规定,有目、有筹划地塑造自己客观规定。成功人生,从职业生涯规划开始。因此,我为自己拟定了一份职业生涯规划,合理规划自己将来。在大学期间向着自己规划将来迈进。有了明确目的我相信我会更加努力。

第一章 自我认知

1. 个人基本状况

生活中我，是一种性格乐观、做事有规划人，不喜欢懒散、没目的的状态，也不想被约束，对有兴趣事很入迷。我喜欢交朋友并乐于倾听她们事情，我对人热情、友善、有爱心更有耐心，很难回绝有求于自己人，更不会直接向别人表达自己不满情绪。我对各种组织活动有着浓厚兴趣，从小参加各种校园活动和社会活动。我兴趣广泛，外向，和谐，喜欢置身于人群当中，善于勉励、领导他人完成任务。

2. 职业兴趣

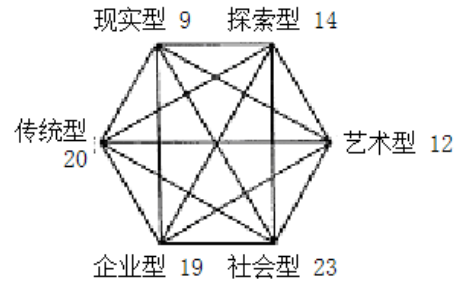
在我人才素质测评报告中，职业兴趣前三项是社会型（S 型）-23 分，老式型（C 型）-20 分，公司型（E 型）-19 分。

依照霍兰德职业兴趣理论，职业兴趣也称职业倾向由六某些构成，现实型（R 型），摸索型（I 型），艺术型（A 型），社会型（S 型），公司型（E 型），老式型（C 型）。通过职业倾向测验得出如下图表：

一、得分统计表

	现实型(R 型)	探索型(I 型)	艺术型(A 型)	社会型(S 型)	企业型(E 型)	传统型(C 型)
兴趣倾向	2	4	5	8	7	7
个人经历	1	4	3	8	8	7
人格倾向	6	6	4	7	4	6
总分	9	14	12	23	19	20

二、结果统计图



依照霍兰德职业兴趣理论分析得出我职业兴趣类型综合总结如下：我具备较强责任感，社会适应能力强，善于表达和周边人相处，喜欢处在集体中心地位，对别人事情很感兴趣，乐于协助别人解决难题。不喜欢需要激烈身体运动工作，不喜欢与机器打交道。因而，我职业倾向重要涉及：内务管理，生产合伙，公共健康服务官员，剧场经理，筹办文娱节目人，信贷参照管理，酒店经理和饭店老板等职业。

3. 职业能力

在我人才素质测评报告中，职业能力测试重要涉及观测力、记忆力、思维力、领导能力、克制能力。

测评成果如下：

观测力，较好。

对于我自己而言，能较好地捕获许多细节问题，如可以修正自己不合时宜言行，也能从她人言谈和体态语言中判断对方感受和需求。对于工作方面，比较仔细认真，可以较为迅速发现问题所在之处，并可以采用相应对办法，进行解决解决或者防止、补救，从而避免不必要损失。普通状况下，团队工作中也可以与她人良好协作，但是我自己有时会带有较强主观色彩，因而我要注意不要让自己主观情绪影响了与她人关系，从而导致不必要误解。

记忆力，普通。

经常需要借助一定线索才干回忆起此前记过东西。结合自身而言，我重要对图形，数字，某些规律性视觉效果比较敏感，能迅速记忆，并且不易遗忘。固然，我大脑里建立知识框架所具有信息量太少，我需不断扩充自己知识内容，尽量将无用信息“遗忘”。

思维力，先进。

我可以自如对图形加工、解决，对各种图案理解相称深刻。可以对图形符号进行完善表象加工、旋转，可以通过她人或文字描述，在头脑中形成实物外形或者事件情境勾勒和描绘。但我也许不是很擅长理解理论问题和复杂机械原理。

领导能力，理性参加式。

我做事踏实、善于盘算、讲究事实、有原则、周全、做事谋求办法、具分析能力且稳健。在管理风格上经常规定相力求独善其身、面对一切事情都以理性客观原则来衡量，也盼望我下属都能理性，都能遵守规则。我领导模式属放任式，使下属做自动自发地努力，能倾听成员意见看法。固然，我会通过个人实力与愿景而让成员对我意见产生认同感，通过全面分析事物利害关系说服、影响她人，规定、督促成员按照自己设定方向竭尽完毕工作。

克制能力，中档。

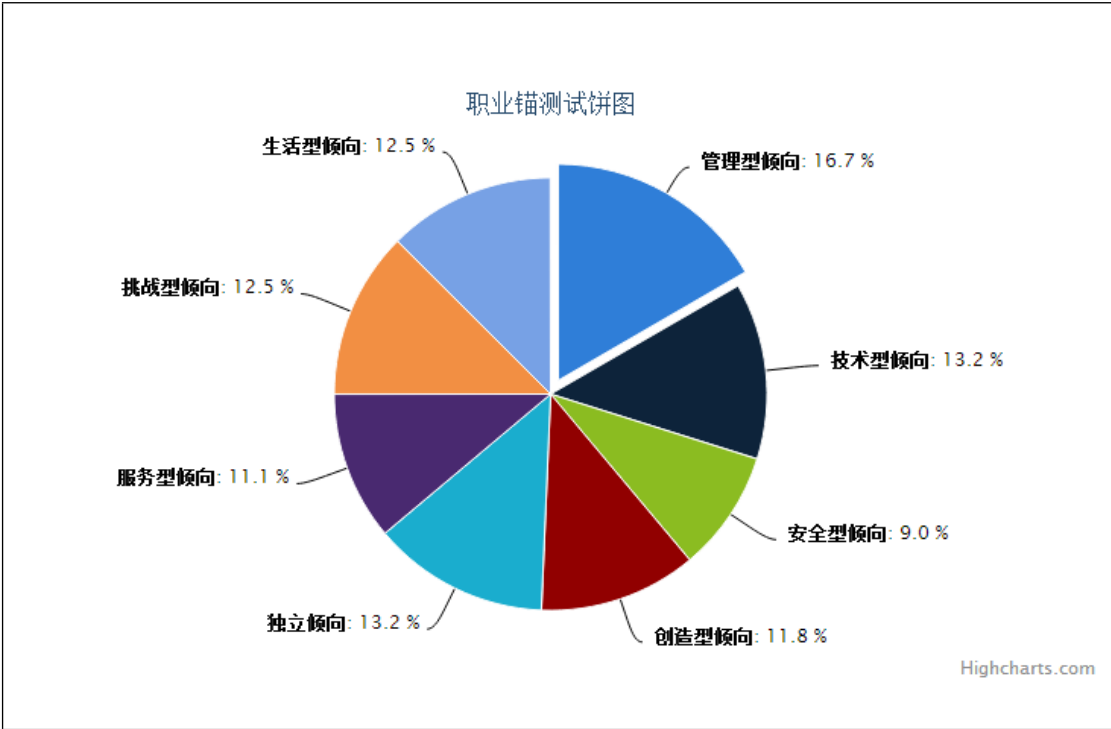
我比较懂得如何得体安排自己生活，可以制定近期目的和远景规划，有较好积极性和积极性，能在预定期限之内完毕任务。在工作中，具备明确自己职责和任务，有条不紊完毕任务特质，能较好解决各种矛盾冲突，懂得尊重她人，对人。

4. 个人性格

在我人才素质测评报告中，我性格类型属于感情型。我感情比较丰富，有同情心，敢做敢为，乐于助人，但是情绪有时重复无常、缺少耐心和恒心。在生活中，有较强自信，喜欢处在集体中心地位，对别人事比较感兴趣。在工作中，对工作有一定热忱，敢于并热衷于新鲜事物尝试，但这种热情不能长期维持下去，其注意力很容易被其他事物吸引过去，一定程度上缺少恒心和耐心。

5. 职业价值观

在我职业锚分析报告中，我职业价值观属于管理权力。我但愿能赋予个人权力或者责任来策划并分派工作给她人。通过高层管理活动，我也但愿能提高个人身份或名望，以及获得优厚报酬。职业锚测试成果如下：



6. 家庭环境影响

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/138004013064006060>