

我的职业生涯规划书

枣庄学院

2023级本三班

李双双

■第一章	序言
■第二章	自我认识
■第三章	环境认识
■第四章	制定目的
■第五章	实施筹划
■第六章	结束语

第一章 序言

- 2023年9月，我来到了枣庄学院，成为一名生命学院的新生。其实之前我没有想过食品，但目前我必须去适应。经过大一上半学期的学习和对职业的不断了解，我已经喜欢上了食品及销售。

- 我想进一步地了解并发展自己的能力、发觉并培养自己的爱好、洞察自己的性格、分析自己的职业价



第二章

自我认识

1、我之别人见

老师眼中的我：乖巧，
活跃，主动

同学眼中的我：团结爱。
集体荣誉感强。

父母眼中的我：任性，
孝顺，
会理财，听话，争气

2、我之我见

客观指标

● 我眼中的情况

● 爱好
爱好

交友，看书，音乐

● 专长

人际交往

性格

偏外向，开朗易接近

● 心理
情况

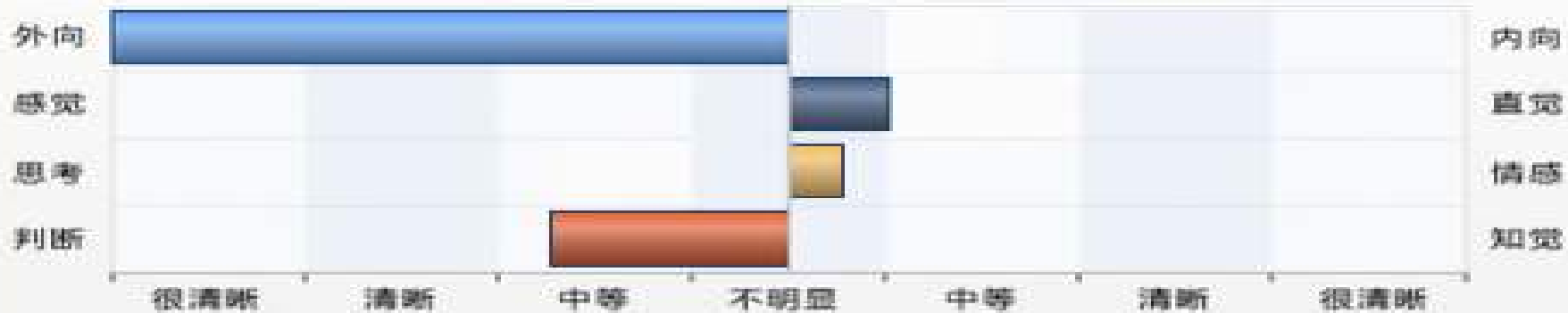
想得开，乐观，抗压

● 身体

健康可爱

(一) 性格探索报告

性格特征分布图



- 工作环境轻松，能够接触多种多样的人，并与他们建立和维护亲密、互助的关系。
- 工作中能够接触到新观念，探究新措施，尤其那些能够帮助别人进步的措施。
- 有相当的自主权，并承担一定的责任，充分发挥自己的组织、决策能力。
- 允许发明性地处理问题。做出的贡献能够得到别人的

优势:

具有优异的交流及体现能力，可能你能成为杰出的演说家
具有天赋的领导才干及凝聚力，能不断鞭策自己做出成绩，到达理想

有条理，有组织能力，有较强的建立合作关系的能力，能够增进友好，尊重不同意见

爱好广泛，头脑灵活，渴望推陈出新

善于与别人感情交融，能预见别人的需要，真诚地关心别人

能统观全局，洞察行为与意识之间的联络

对自己所信仰的事业尽职尽责

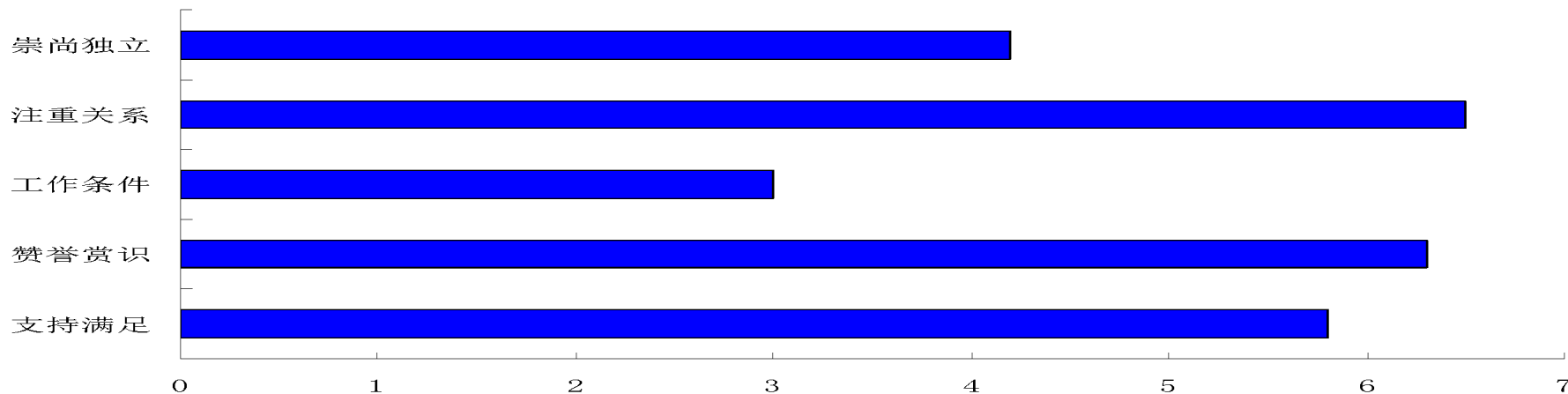
成功秘诀:

合适放慢你的做事速度

不要事事控制，学会放手某些事情

客观、理智地看待周围的一切，以免人为的将事情变复杂

(二) 职业价值观探索报告



- 1.付出的努力与才智能够及时被同事领导认可自己所;
- 2.有较充分的职位或地位提升空间与机会;
- 3.渴望经过努力取得很好的社会地位,从而博得同学、朋友的羡慕
- 4.你渴望着对工作的付出,和在工作方面取得的成绩能够博得业界的认可;
- 5.希望经过主动的工作,能够取得更多的指导权;
- 6.逐渐能有较充分的管理权力,从而能够自主把事物依自己的想法进行恰当安;

看清自己

- 小时候的梦想，历来就不曾遗忘，做个女强人，在这个理想的鼓励下，我不断的努力，当我遇到困难和挫折的时候，是它给了我力量和自信。俗话说：“爱好是最佳的老师。”但是我懂得，一种人如想做好一件事，只有爱好是不行的，尤其是对我将来的目的，不但需要爱好，还要学会宽容和真诚。一种人在社会当中总会遇上不能称心如意的事情，有些时候只有宽容才干愈合创伤的奇妙的效果，宽容不但仅是容忍缺陷和错误，更是一种无言的教导，宽容是一种人人格完善的体现，在宽容的过程中自己的心灵也会得到净化和升华。真诚的力量是无穷的，人是有感情的动物，人的内心很轻易被感动，引起人内心感动的原因诸多，往往一句热情的问候，一种灿烂的笑容，就足以唤醒一颗冷漠的心。

下面几种价值观相对而言不是我最大的工作动力起源，但是他们对我更加好的认识自己和职业有很大帮助

注重关系：期望工作的内容是能够给予别人帮助，并希望在这样的职位上同事之间关系融洽，大家都有积极的道德观念和社会服务意识。

工作条件：你非常希望获得有充分保障的工作(包括拥有良好的工作条件)，比如能够在一个比较安全和舒适的环境中工作，能够获得应有的报酬，能够在自主决断的可能性等。而且还希望工作具有多样性，能够在工作的范围内做不同的事情。

追求成就：希望获得的工作，是能够看到及时的成果展现，并体验到可能的成就体验。即工作的追求是一种自我实现，而并非外在特质利益的满足。

崇尚独立：你是一个期望在工作中能够独立工作、独立决策，而且能够表现出自己的创新，发挥自己的责任感、自主性的人。而且你能够以自我监督的形式使自己的工作按照自己的计划顺利进行。

现试验证:

探索报告成果和我本人的价值观很符合，喜欢良好的工作环境，有领导和工作伙伴们的支持，喜欢有计划有序的工作

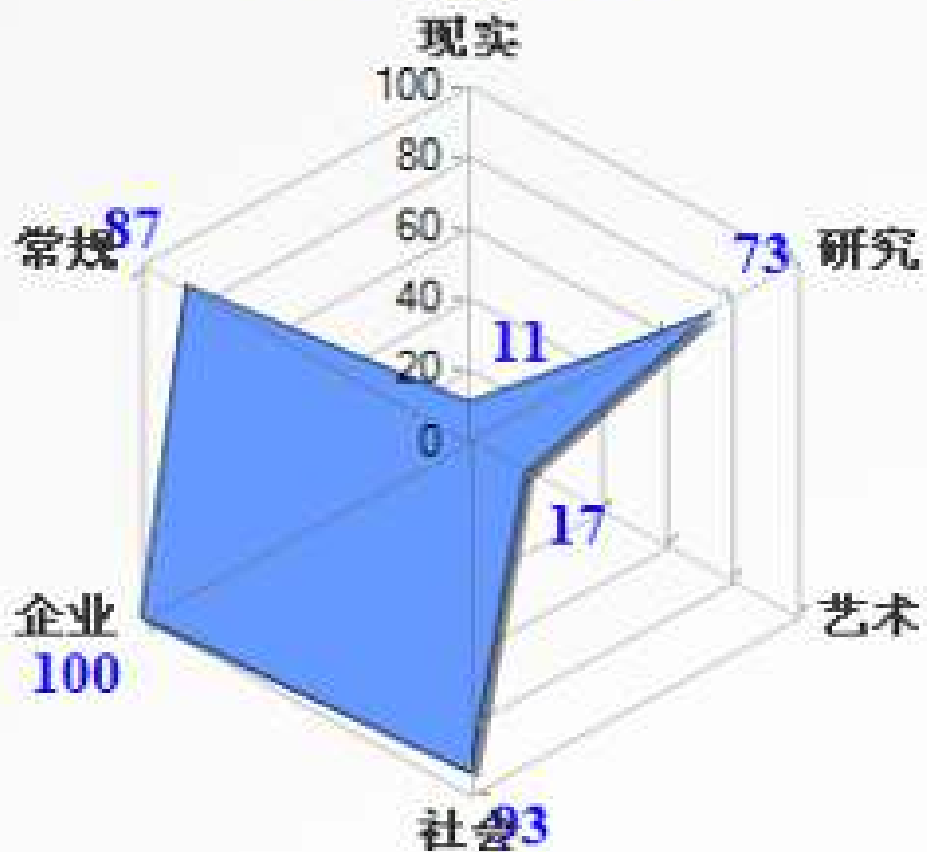
对比成果:

总体符合率：**95%**。缺陷弥补：在学校主动参加社团活动增强自我的工作能力，学会与工作伙伴们交流，搞好关系。同步，提升本身素养，开拓眼界，不该以提升自己的社会地位为目的而工作，要着眼于造福于社会



(三) 职业爱好探索报告

霍兰德六边形



职业爱好描述

我对经营活动很有爱好，也非常喜欢与人打交道，掌控欲和支配欲较强，喜欢体现自己，喜欢影响和感染别人。你做事主动而有计划，以任务为导向，关注成果，但也注重团队的契合与友好，希望自己能成为团队中的焦点人物。你对新鲜的事物很感爱好，关心的问题广泛。你有志于参加服务性的活动，担任组织、管理与决策等有关角色，取得良好的效果回报。

你在日常生活中喜欢结交朋友，待人热情，乐于助人，能迅速与别人建立亲密关系，你行为大方慷慨，态度和蔼可亲，处事周密得体，处理多种复杂人际关系游刃有余，对自己的行为有责任感，这些正你受人尊重和欢迎的原因。

(四) 职业技能探索报告

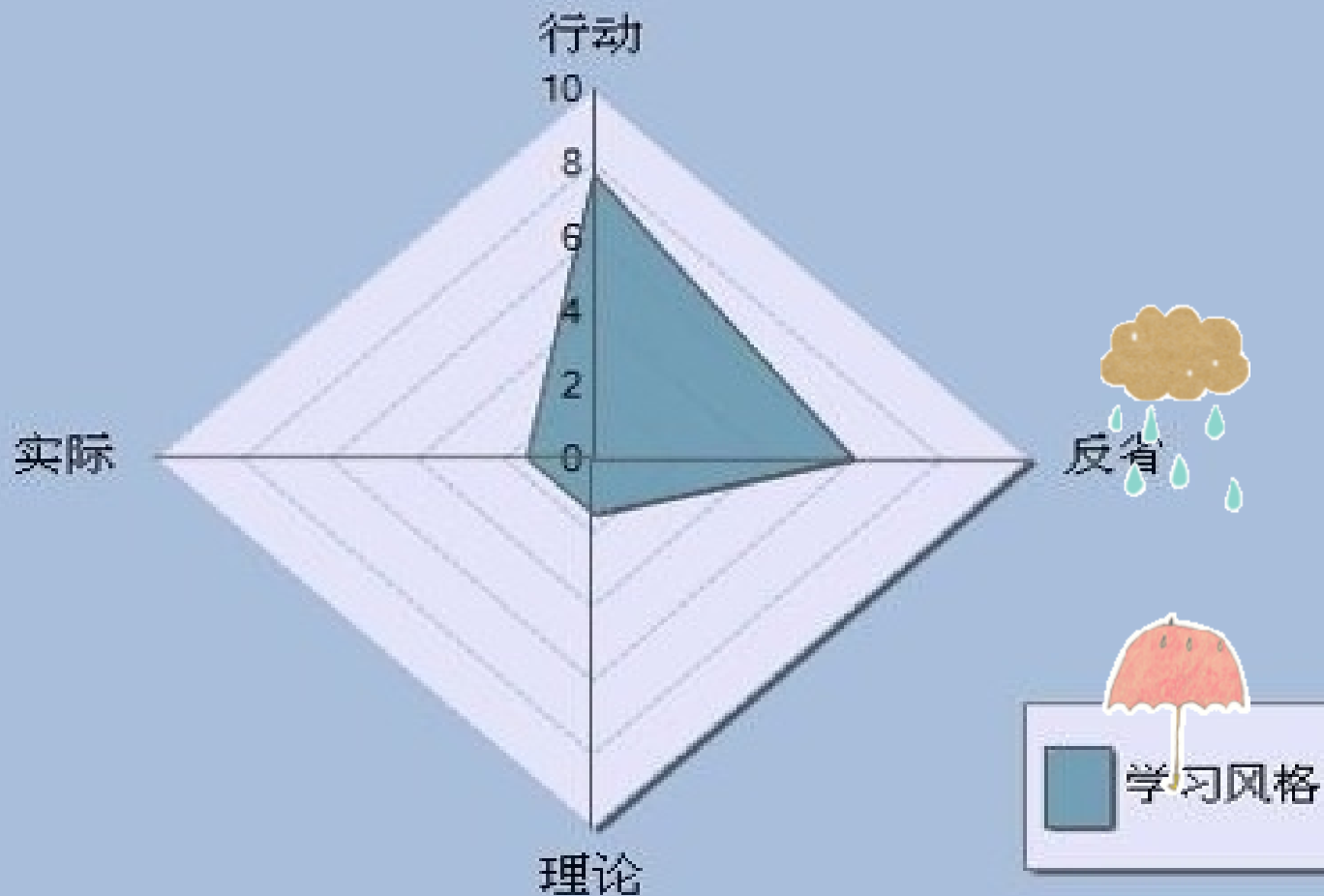


下列是我最擅长的5项技能:

- 1. 人际敏感** 人际交往中，关注别人的反应，并从中了解他们的想法
- 2. 人员管理** 鼓励、增进和指导别人的工作，以及拟定最佳工作人选
- 3. 主动倾听** 注意倾听别人说话，充分了解要点，合适提问，不随意打断
- 4. 主动学习** 学习新知识，并能不久利用新知识
- 5. 判断和决策** 权衡多种方案的得败北弊，并从中选出最优

(五) 学习风格探索报告

学习风格



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/897032151141006156>