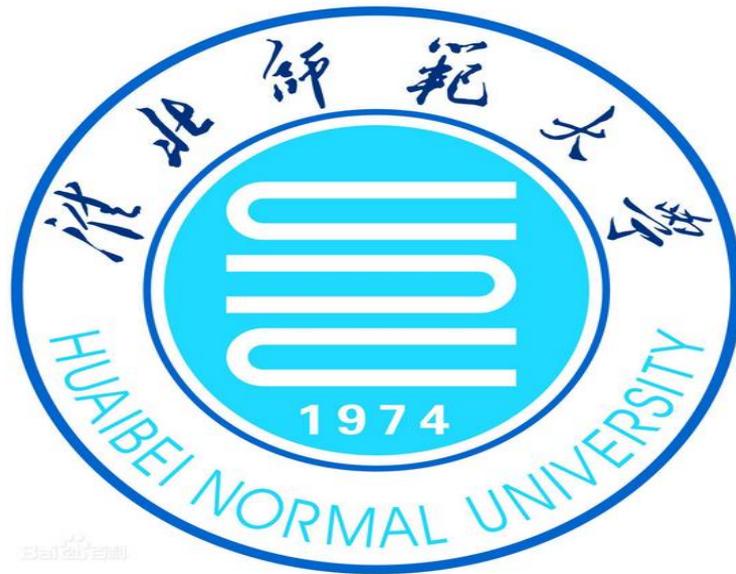


# 职业生涯规划书



学校：淮北师范大学

学院：教育学院

专业：2013级公共事业管理（师范）

姓名：汪晓玢

学号：20130401030

电话：15215617359

邮箱：895848219@qq.com

# 目录

第一章.....引言

第二章.....自我分析

- 一. 霍兰德职业分析
- 二. MBTI 职业分析
- 三. 360 度评估
- 四. 个人 SWOT 分析
- 五. 自我小结

第三章.....环境分析

- 一. 家庭环境
- 二. 学校环境
- 三. 社会环境

第四章.....职业定位

- 一. 职业目标
- 二. 职业分析

第五章.....计划实施

- 一. 短期规划（大学期间）
- 二. 中期规划（毕业后 1—5 年）
- 三. 长期规划（毕业后 5-10 年）

第六章.....评估调整

第七章.....结束语

# 第一章 引言

在当今就业环境严峻的情况下，每位进入大学的大学生都渴望成功。而成功这个词却与我们遥不可及，如果没有良好的信念，我们很可能就在大学的温床中逐渐迷失了自我，忘却了自己当时的理想。所以在自己的大学生活中对自己进行职业生涯规划势在必行。

毫无疑问，机会是留给有准备的人，我们对自己的未来进行了良好规划，才能在拥挤而复杂的社会中掌握自己的命运实现自己的理想。

根据组织行为学中目标设置理论的原理，只有具体的、能被执行者接受又有较高难度的目标才能最大程度的实现激励的效果，所以我所进行的职业生涯规划也必须要突出具体、能接受、具有较高难度的这三个特点。而这份职业生涯规划也是成为我人生理想高峰上的灯塔，给我指引着前进的方向。

## 第二章 自我分析

### 一. 霍兰德职业分析

根据霍兰德职业兴趣测试的测试结果表明，我的前三项分别是社会型、企业型、艺术型。

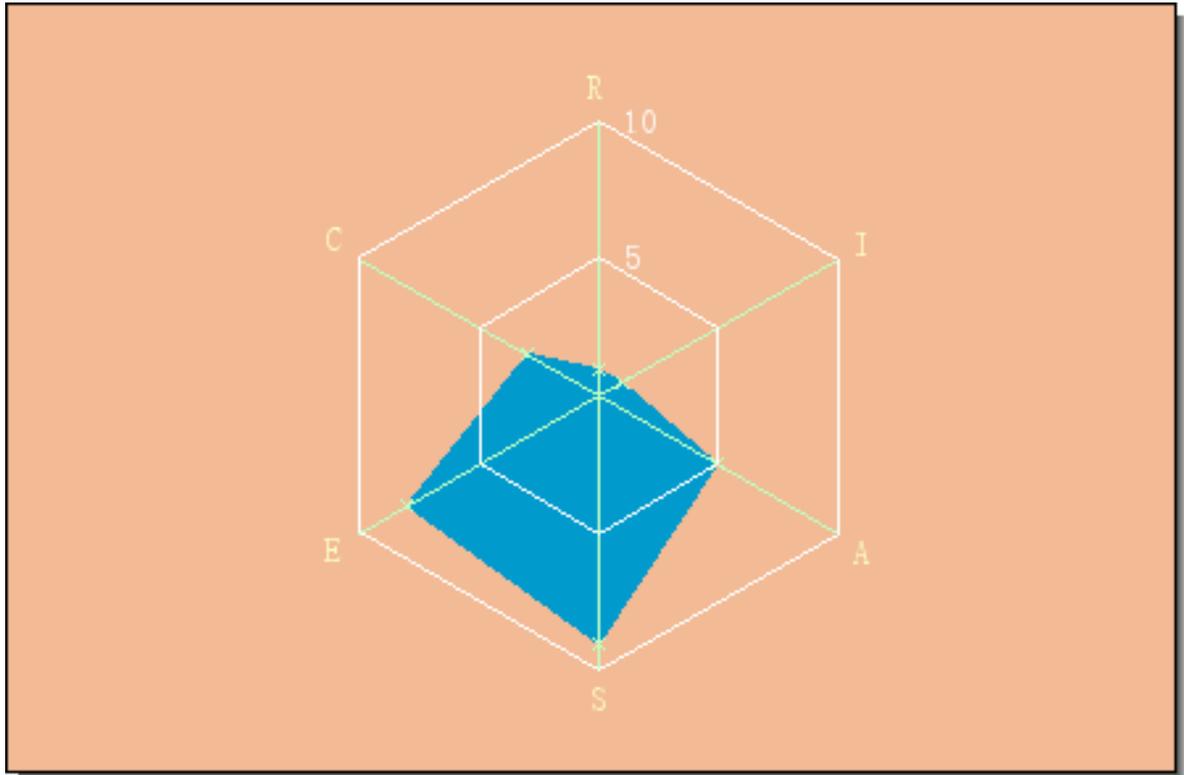
1、社会型：(S)共同特征：喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。 典型职业：

喜欢要求与人打交道的工作，能够不断结交新的朋友，从事提供信息、启迪、帮助、培训、开发或治疗等事务，并具备相应能力。

2、企业型：(E)共同特征：追求权力、权威和物质财富，具有领导才能。喜欢竞争、敢冒风险、有野心、抱负。为人务实，习惯以利益得失，权利、地位、金钱等来衡量做事的价值，做事有较强的目的性。

3、艺术型：(A)共同特点：有创造力，乐于创造新颖、与众不同的成果，渴望表现自己的个性，实现自身的价值。做事理想化，追求完美，不重实际。具有一定的艺术才能和个性。善于表达、怀旧、心态较为复杂。

通过对于霍兰德职业兴趣测试的结果表明，我善于与人打交道（社会型），具有领导才能（企业型），具有一定的创新思维（艺术型）。以上的这些特质都适合于我的职业目标：企业的人力资源总监。



## 二. MBTI 职业分析

我的性格类型倾向为“ESFJ”(外向 实感 情感 判断 倾向度：  
E100 S57 F71 J86 不假思索指数：12)

有爱心、有责任心、合作。希望周边的环境温馨而和谐，并为此果断地营造这样的环境。喜欢和他人一起精确并及时地完成任务。忠诚，即使在细微地事情上也如此。能体察到他人在日常生活中的所需并竭尽全力帮助。希望自己和自己的所为能受到他人的认可和赏识。

ESFJ 型的人通过直接的行动和合作积极地以真实、实际的方法帮助别人。他们友好、富有同情心和责任感。ESFJ 型的人把他们同别人的关系放在十分重要的位置，所以他们往往具有和睦的人际关

系，并且通过很大的努力以 获得和维持这种关系。事实上，他们常常理想化自己欣赏的人或物。ESFJ 型的人往往对自己以及自己的成绩十分欣赏，因而他们对于批评或者别人的漠视很敏感。通常他们很果断，表达自己的坚定的主张，乐于事情能很快 得到解决。 ESFJ 型的人很现实，他们讲求实际、实事求是和安排有序。他们参与并能记住重要的事情和细节，乐于别人也能对自己的事情很确信。他们在自己的个人经历或在他们所信赖之人的经验之上制定计划或得出见解 。他们知道并参与周围的物质世界，并喜欢具有主动性和创造性。ESFJ 型的人十分小心谨慎，也非常传统化，因而他们能恪守自己的责任与承诺。他们支持现存制度，往往是委员会或组织机构中积极主动和乐于合作的成员 ，他们重视并能保持很好的社交关系。他们不辞劳苦地帮助他人，尤其在遇到困难或取得成功时，他们都很积极活跃。

这样的性格对于更好的易于被同事所接纳，融入企业氛围，获得良好的人际关系，做事情有条理，安排有序，进而有利于开展自己的人力资源管理工作。

### 三. 360 度评估

	优点	缺点
家人	孝顺听话；乐于助人；谦虚有礼貌；爱好广泛，是爸爸妈妈的骄傲	在一些小事上不够大气，太过于小心谨慎
老师	组织能力强，是老师的好帮手；情商高，与老师有很好的沟通交流，关系融洽	在一些事情上恒心不够，对自己不够狠，缺乏破釜沉舟的勇气
同学	善于与同学沟通，与同学们关系融洽，同学们愿意，替同学考虑	交际圈很广，但是真正的关系特别好的朋友不是特别多
自我	喜欢与人交流、才艺较多，能迅速融入各个交际圈	有时候过于考虑自己，忽视了他人的感受

通过周围身边的人的全面地 360 度评估,我更全面地了解了我的优势劣势,有则改之,无则加勉。让自己在以后的学习工作中,注意到这些优缺点,更好地完善自己。

## 四. 自我 SWOT 分析

### 1.优势

富有爱心、责任心；积极进取；性格外向，开朗，善于与他人沟通；诚实守信，道德品质佳；语言表达能力较强；英语好，尤其是口语的表达；自信，敢于表现自己；广交朋友，具有亲和力；兴趣爱好广泛，才艺很多；爱好运动，身体健康。

### 2. 劣势

比较浮躁，惰性较大，有时眼高手低，有时优柔寡断，意志不够坚定。

### 3.机会

在大学里处处都是机会在学校中多多积累人脉，对于以后发展是重要的人脉资源；同时对于人力资源管理师来说，目前社会上的需求量还是比较大的，所以要在大学期间努力学习以适应社会对于人力资源管理方面职业对学生的要求，以在社会中能够有较好的发展前途。

### 4.威胁

如果在大学毕业选择就业，就失去了继续深造的机会，虽然目前，人力资源管理方面市场需求量很大，但不能保证毕业后还是有很大的需求，而且淮北师范大学的本科文凭相比于全国重点大学文凭说服力还是低了很多，给我们以后的就业增加了困难。

## 五. 自我小结

自 2013 年 9 月进入淮北师范大学以来，积极参加了学校、学院、班级的各项活动：

- 2013 年获“亚布力中国企业家论坛夏季高峰会议”优秀志愿者证书
- 2013 年新生军事训练中被评为“优秀学员”
- 2013 年在淮北师范大学教育学院举办的“挑战职场”模拟招聘大赛中获三等奖
- 2013 年淮北师范大学薪火义务支教社举办的“十年路·薪火梦”演讲比赛中获二等奖
- 2013 年在校《薪火报》上发表文章《传薪火情，圆图书梦》
- 2013 年 12 月通过大学生英语四级考试
- 2013 年下半年、2014 年上半年和 2014 年下半年三度被淮北师范大学薪火义务支教社评为“公益之星”
- 2014 年成为腾讯微视淮北师范大学校园大使，后提升为腾讯微视安徽省助理
- 2014 年全国大学生英语竞赛 C 类省级三等奖
- 2014 年淮北师范大学首届 A 班英语辩论赛“最佳思辨奖”，参加的团队获“优秀参赛队”称号
- 2014 年 6 月通过大学生英语六级考试
- 2013 至 2014 年度班级综合成绩排名第一，获国家励志奖学金
- 2013 至 2014 年学年度获“三好学生”荣誉称号
- 2014 年 11 月通过英语六级口语考试
- 2014 年通过计算机省一级考试，成绩优秀
- 2015 年获“优秀共青团员”荣誉称号
- 2015 年在淮北师范大学第五十六期入党积极分子培训班获“优秀学

员”称号

2015年6月在《安徽商报》上发表题为《滔滔江水载不动父女情》的文章

2014-2015年度，获得校三等人民奖学金

2015年8月在大学生暑期实践活动中表现优异，被评为“先进个人”

2015年8月“互联网+”创新大赛校铜奖

2015年9月被中共淮北师范大学党委会党校聘为“第五十七期学生入党积极分子培训班三班班主任”

2015年11月在淮北师范大学“自强之星”的评选中获提名奖

2016年5月成为中共预备党员

首先，在班级的日常管理中，我作为组织委员经常获得机会与老师进行交流，这对于以后在企业中与领导上级打交道积累了经验；而在班级活动的策划与管理中，又锻炼了我的领导与组织能力，为在人力资源的领导岗位工作上进行了提前的适应；参加的一系列文娱活动，可以丰富我的才艺，让我以后迅速融入企业的文化中，与同事打成一片，获得良好的同事关系，这对于人力资源部的工作有重要的推动作用；而在大学期间参加的薪火义务支教社，是大学生下乡支教的重要形式，大学的支教经历，也让我懂得奉献的甘甜；此外，在腾讯做实习生和其他的兼职活动，更是培养了我吃苦耐劳、严谨踏实、认真负责的良好品质。

## 第三章 环境分析

### 一. 家庭环境

我的父亲曾是一名光荣的军人，我的母亲曾是一名优秀的人民教师。从小他们就对我严格要求，教导我诚实守信、待人真诚、走正道，不做危害祖国社会的事情等一系列人生道理，我一直牢记在心。而这些优良的传统美德也是一个企业领导特别是人力资源总监必须具备的，这对于一个企业文化的建设有着非常重要积极的作用，这种良好的企业文化也必将推动企业健康向上的发展。

这么多年，他们在政府的不同的领导岗位诠释着相同的一个道理，就是兢兢业业为人民服务。所以这些品质也必将伴随我的一生，潜移默化的影响我的工作，对我的职业生涯发展产生深远持久的影响，我也会将这些精神财富传递下去，融入自己的人力资源 HR 体系之中，更好的帮助企业的发展。

他们鼓励并支持我出国学习深造，这给我的出国学习提供了可能。

我选择在以后在上海就业和定居，而我的母亲就是上海人，这就为我在上海发展提供了人脉。

### 二. 学校环境

现在我所就读的学校淮北师范大学，坐落于安徽省淮北市，是安徽省一所具有较长本科办学历史的多科性省属重点大学，始建于 1974

年。截至 2016 年，学校设有 16 个学院，72 个本科专业，19 个研究所（中心），涉及法学、经济学、教育学、文学、理学、工学、管理学、农学等 8 大学科门类，有 9 个一级学科硕士学位授权点、66 个二级学科硕士学位授权点。

而我们教育学院成立于 1994 年，1995 年开始招收本科生，2003 年高等教育学获硕士学位授权学科，2004 年开始招收硕士研究生，2006 年教育经济与管理获得硕士学位授权，2009 年教育管理获教育专业硕士学位授权，2011 年教育学获批为一级学科授权点。现设有公共事业管理（师范）、学前教育学、教育技术学、应用心理学、特殊教育学等五个本科专业，全日制本科生 1200 余名、研究生 100 余名。高等教育学为安徽省重点学科，公共事业管理专业（师范）为国家级特色专业，特殊教育学专业为安徽省首个培养特殊教育师资的本科专业，得到国家发改委、残联和教育部等联合资助。

学院现有教职工 68 名。教师队伍中，教授 9 人、副教授 26 人，博士 20 人（包括在读博士 7 人）、硕士 44 人。全国优秀教师 1 人、安徽省学术与技术带头人 1 人、安徽省高校省级教学名师 2 人、安徽省教坛新秀 2 人。

近年来，主持国家级、省部级科研、教研等项目 100 余项，发表学术论文 600 余篇，出版学术专著（译著）、教材 60 余部；获全国教育科学、安徽省哲学社会科学、安徽省高校人文社会科学研究成果以及省级教学成果奖多项。

学院现有大学生心理学协会、大学生教学软件学习研究会、手工

艺制作爱好者协会等学生社团组织，其中大学生心理学协会为国家级优秀学生社团，创办有淮海教育报、心理导航报等学生学术性报刊。

### 三. 社会环境

随着经济全球化的发展，国际间的竞争实质逐渐变成人才的竞争。人力资源作为 21 世纪最宝贵的资源，受到前所未有的重视。如何对人才进行有效管理，最合理配置，最大程度开发和激励等也逐渐成为国家以及企事业单位倍加关注的问题。特别是十七大以来提出科学发展观，十八大建设人才强国以来，以“人本管理”为核心的人力资源管理成为管理工作的重中之重。

因此，如何将自己培养成社会所需要的人才以及如何应对人力资源进行有效管理是每一位人力资源管理专业同学需要思考的问题。在经受全球性金融危机冲击，世界经济发展速度放缓的大背景下，就业问题尤其是高校毕业生的就业问题已经是政府、社会、以及社会中每一个个体密切关注的问题。

总的来说，由于经济进步和企业组织发展，人力资源管理得到越来越多的重视，并将在未来得到更多的关注，而目前人力资源管理的专业人才市场缺口很大，2015 年统计数据显示，2016 年人力资源管理师缺口大、发展空间大、薪资高。人力资源管理师人才被国家列为十二种稀缺人才之一，该行业每年需求的人才缺口达 40—50 万。

。

## 第四章 职业定位

### 一. 职业目标

成为上海大型或中型企业的人力资源管理总监。

### 二. 职业分析

我的目标集团安博教育集团是中国教育服务领导品牌，是“以学习者为中心”面向个人及机构提供学习和教育服务的领航机构，致力于通过领先的技术方案、高品位的教育服务和变革性的创新资源，完善个体的终生学习和学习型组织的发展进程，助力于全社会的创新能力和国民素质的提升。安博教育集团基于每位学习者的个性特征，着眼于每个人的长远发展，通过线上、线下结合的手段，以学习引擎为驱动，提供值得一路托付和信赖的个性化服务。

安博教育集团的业务涉及基础教育服务、职业教育服务、企业培训等领域，安博高考与同步培训机构、安博国际学校、安博实训基地、安博职业教育学院、安博学习体验中心等机构已遍及全国二十多个重点城市，形成了以区域教育服务中心和实训基地为依托，以师资、课程、服务流程、IT 支持、网络学习服务的标准化为载体的服务体系，通过标准品质的服务保障全国各地用户的个性化需求。安博教育服务业务以重点解决升学和就业两大关键需求为目标，为各个阶段学习者提供高效的个性化学习服务。目前，安博教育集团已发展成为国内第一个真正意义的以升学与就业为导向的全国性教育服务品牌。

安博教育集团目前拥有五十余项自主知识产权软件产品，九项获得国家级鉴定的科技成果。安博教育集团独创的智能化自适应学习系统获得美国专利认证，其理论在国际顶尖的杂志《Nature》上发表。

习近平总书记曾指出：“我们的人民热爱生活，期盼有更好的教育、更稳定的工作、更满意的收入，期盼孩子们能成长得更好、工作得更好、生活得更好。”安博教育正用自己不断的创新与实践服务中国的教育事业，为大众的升学、就业与好生活提供助力。

在安博教育（上海）2016年5月的招聘信息里，提供了多个人力资源管理（HR）的岗位，这刚好迎合了我的职业需要。

招聘主管（地铁周... 北京师大安博教育科技有限公司	上海	6000-9000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
人力资源主管（偏... 北京师大安博教育科技有限公司	上海	7000-9000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
市场推广业务员（... 安博教育集团	上海	6000-11000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
HRBP（上海-偏招... 北京师大安博教育科技有限公司	上海	10000-13000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
人力资源主管（偏... 北京师大安博教育科技有限公司	上海	7000-9000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
HRBP（上海-偏招... 北京师大安博教育科技有限公司	上海	9000-12000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼
市场推广代表（安... 安博教育集团	上海	5000-11000	BOSS直聘	2016-05-01 ▼

## 第五章 计划实施

### 一. 短期规划（大学在校期间）

#### 大学三年级

1. 积极准备考研，按照计划复习看书和做题；
2. 考过 BEC vantage；
3. 剩下的最后一学期，期末考试不挂科并争取获得优异的成绩；
4. 六级刷分；
5. 每周抽出至少一个小时的时间和同学一起练习英语口语；
6. 每天进行至少半小时的运动，保证身体健康。

#### 大学四年级

1. 专业准备考研事项，心无杂念，尽自己最大的努力考上理想的学校理想的专业。
2. 考过 BEC higher；
3. 考过企业人力资源管理师（三级）；
4. 顺利毕业。

### 二. 中期规划（毕业后 1—5 年）

1. 从基层做起，先从 **HR 助理** 做起，在工作中 学习 H R 专业知

识若想成为高手，首先必须要全面、深入地学习、钻研 HR 的专业知识；

2. 经过两到三年的锻炼，成为企业的 **HR 专员（各模块专员）** 在工作中不断实践所学习的知识，将理论结合实际；

许多人只是平常工作中领导让做什么，就做什么，不主动去创新，去主动争取实践新知识、新理念、新工具的机会，对现有的工作也是浅尝辄止，通过熬资历熬出自己那点可怜的经验。

实际上，你以为你有几年工作经验，其实你只是一年工作经验用了几年；你以为你犯了几百个错误，其实你只是一个错误犯了几百次；舍近求远和原地踏步，是我们职业生涯里最容易习以为常的状态。

3. 经过三到五年的时间锻炼成为企业的 **HR 主管**，在自己的工作中系统思考，构建自己的 HR 体系。

结合自己的专业知识学习和工作实践，深入思考，认真梳理和总结，写下来，形成自己的 HR 知识和工作体系。开始自己的知识管理，写自己的兵法，我们都知道孙子有《孙子兵法》，诸葛亮的《兵法 24 篇》、曹操的《孟德新书》。所以，形成自己的专业知识体系，再将其融入自己的工作之中。

### 分享观点，与高手过招

通过以上努力，这个时候，我们已经有了自己的核心知识体系和观点集成，那么，就该和业内高手们多过过招，了解一下自己的份量，也互通有无，相互学习。

比如，可以通过博客、微博、论坛（如高手云集的天涯）、SNS

社区等写文章（注重原创）、跟评论的方式大胆抛出自己的观点、看法、心得、感悟等，和圈内高手交流学习、共同成长。同时，这也起到了个人品牌营销和人脉建设的作用。

### 拜高手为师，向高手学习

“名师出高徒”，但是，高人可遇不可求，所以，如果身边有高人，一定不能放过他，多观摩高手的做法，模仿之；一旦有空，就多向高手请教、学习，请高手多批评、多指正。另外，可以在职场之外认识比你专业水平更高的人，有空没空多请教，所谓“听君一席话，胜读十年书”。

### 加入顶级公司，充分历练

HR 界，张晓彤已是大家熟知的人力资源专家。其实，她跟我们每一个人一样，都是起步于微尘。

1990 年，张晓彤毕业于首都师范大学；1992 年，张晓彤凭借英语优势跳槽到英美烟草公司，从文员做到办公室经理。1994 年，她又跳槽到诺基亚从人事秘书干起，然后到招聘专员、人事主管，再到到北方区人力资源经理、诺基亚学院非技术课程经理。

## 三. 长期规划（毕业后 5—10 年及以后）

### 4.系统研究顶级公司案例成为 HR 经理

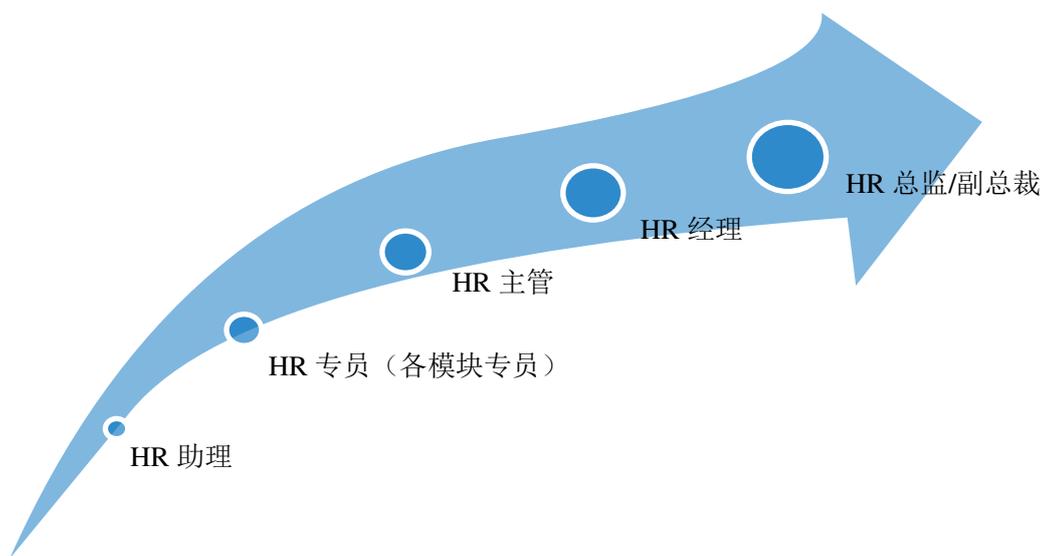
学习从模仿开始。不是每一个人都有机会加入到顶级公司工作。那么，我们可以通过研究行业顶级公司，来学习、研究 HR 的管理体

系，比如华为的人力资源体系、google 的企业文化建设等等。

比如，华为是中国的顶尖公司，但他也是在不断的学习与模仿中成长的。任正非曾几次去丰田考察学习，那篇著名的《华为的冬天》，就是在考察了丰田如何过冬之后写出来的。

5.最后，在拥有了知识与经验后，成为企业的 **HR 总监**。

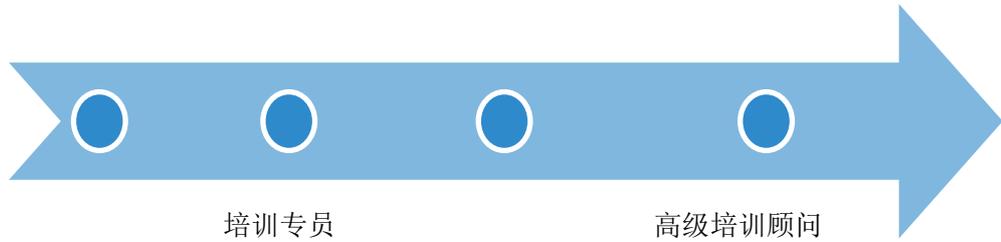
## 图示职业生涯规划



## 第六章 评估调整

培训助理

企业培训师



管理道路上遇阻，我会从管理线转变到专家线，努力研究专业知识，由培训助理、培训专员、成为一名企业培训师。

## 第七章 结束语

计划的制定完成固然好，但更为关键的是在自己接下来的生活中不断用踏踏实实的工作学习去完成去实现这样的计划。千里之行，始于足下。

**路漫漫其修远兮，吾将上下而求索！**