



# 清远职业技术学院外语与经贸学院 第六届大学生职业生涯规划大赛设计书

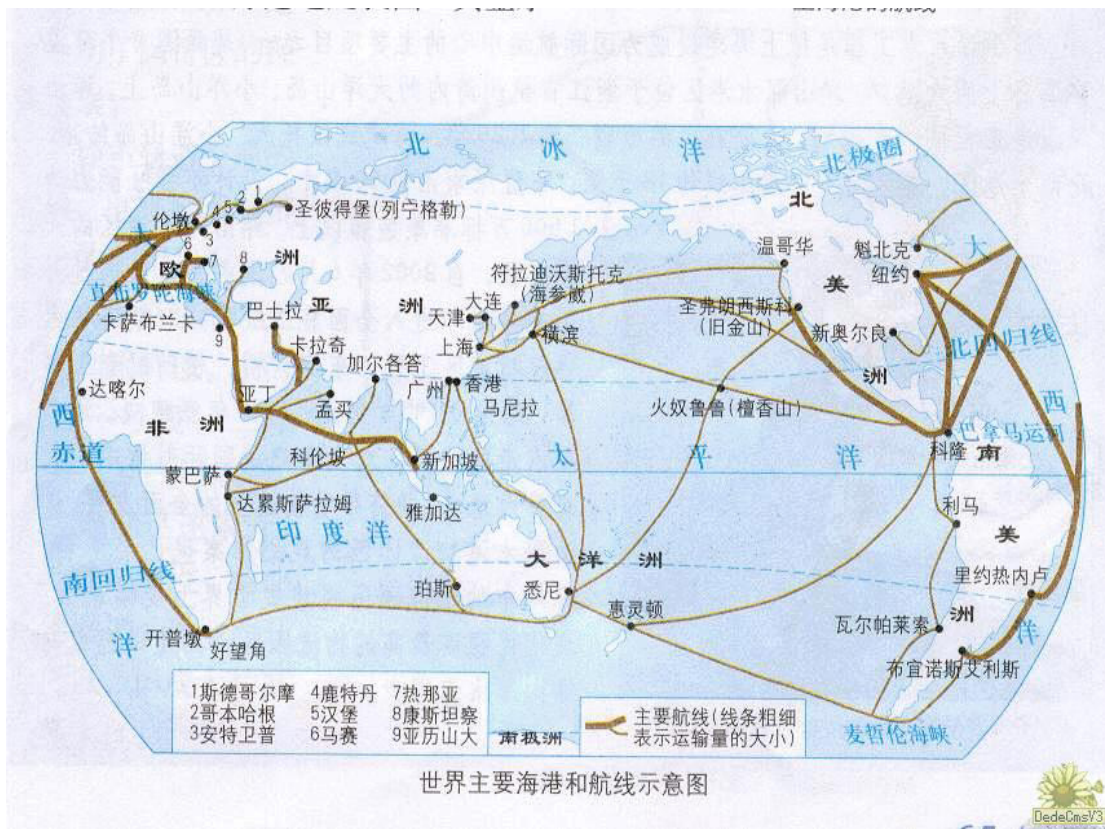


**规划年限：10 年**

**职业方向：对外经济贸易**

**总目标：创立专业外贸公司**

**起止时间：2012 年—2022 年**



姓名:

性别:

学校: 清远职业技术学院

出生: 年 月 日

院系: 外语与经贸学院

手机:

电子邮件:

指导老师:

撰写时间: 2012 年 5 月 20 日



# 职业生涯规划设计书

## 目 录

### 前言

### 1 自我认知

|                   |   |
|-------------------|---|
| 1.1 360 度评估.....  | 4 |
| 1.2 职业生涯规划测评..... | 5 |
| 1.3 自我认知小结.....   | 6 |

### 2 职业认知

|                  |    |
|------------------|----|
| 2.1 外部环境分析.....  | 6  |
| 2.2 目标职业分析.....  | 6  |
| 2.3 SWOT 分析..... | 10 |
| 2.4 职业认知小结.....  | 11 |

### 3 职业生涯规划设计

|                  |    |
|------------------|----|
| 3.1 确定目标和路径..... | 12 |
| 3.2 制定行动计划.....  | 13 |
| 3.3 动态分析调整.....  | 15 |

### 结束语

### 附录：个人简历



## 一、前言

每一个人都拥有自己的梦想，然而并非每一个人都会梦想成真，获取成功，这就是梦想与现实的差距，其二者之间仿佛存在着一道无法逾越的鸿沟，无形之中将人们阻隔，使无数人只能对着可望而不可即的成功光环望洋兴叹。难道就没有通向成功的阶梯让我们攀登吗？有！职业生涯规划就是我们制胜的法宝！

戴尔·麦康基说过：“计划的制定比计划本身更重要。”没有计划的人生只能被别人计划掉。职业生涯规划就是对我们整个职业生涯的计划，它指引着我们奋斗的方向，鞭策着我们前进的步伐。制定出合理的职业生涯规划，正如向日葵追踪到了太阳的方向，小溪搜索到了大海的方向，我们也就寻觅到了成功的踪影。合理的规划、积极地行动、永恒的坚守之后，成功便会敲响你的大门。

作为已经迈进大学的我，很早就知道如果不为自己拟定一份职业生涯规划，把自己的未来设计好。生活和学习就会没有了方向，就像大海里的一叶小舟，迷失方向，不知所归，为了高效的利用时间，实现自己的人生价值，特作以下个人职业生涯规划。

## 二、自我认知

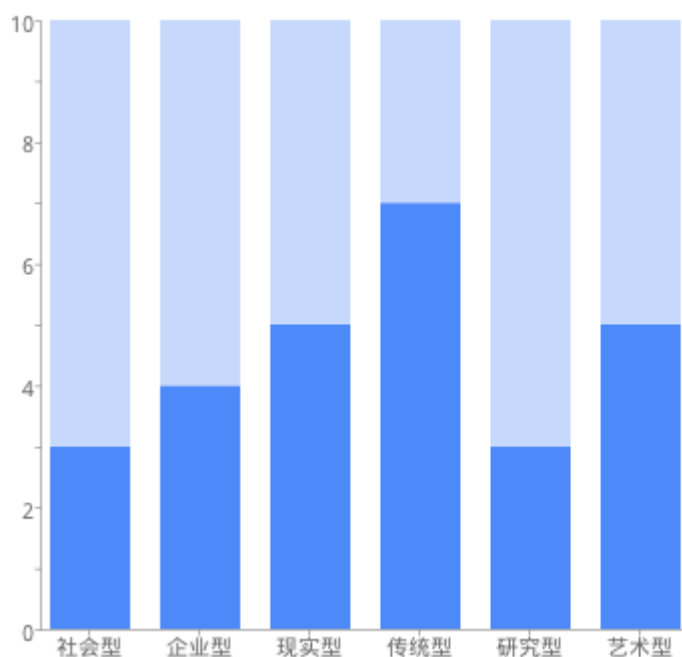
### 职业生涯规划

#### 1、360 度评估

| 评价项目     | 优点                     | 缺点            |
|----------|------------------------|---------------|
| 自我评价     | 勤劳、踏实<br>做事认真负责        | 逻辑思维能力欠缺      |
| 家人评价     | 懂事，为人诚实，心地善良；学习勤奋，不怕挫折 | 口才欠佳，不善于表现自己  |
| 老师评价     | 进取上进，独立性强              | 热情有余恒心不足      |
| 亲密朋友评价   | 忠实、善于为人着想              | 太固执，考虑问题太过理想化 |
| 同学评价     | 责任心强、做事自觉性强            | 处理问题不够果断      |
| 其他社会关系评价 | 待人真诚，随和，有一定的亲和力        | 太文弱、行动力有所不足   |



2、 美国著名职业指导专家J.霍兰德（HOLLAND），在几十年间经过一百多次大规模的实验研究，形成了人格类型与职业类型的学说和测验。该测验能帮助被试者发现和确定自己的职业兴趣和专长,从而科学地做出求职择业。霍兰德在其一系列关于人格与职业关系的假设的基础上，提出了六种基本的职业类型。



你的职业兴趣类型属于：传统型、艺术型、现实型(CAR)

### 传统型：(C)

共同特点：1、尊重权威和规章制度，喜欢按计划办事，细心、有条理，习惯接受他人的指挥和领导，自己不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，缺乏创造性，不喜欢冒险和竞争，富有自我牺牲精神。

2、具有这类倾向的个体，喜欢高度有序、要求明晰的工作，对于规则模糊、自由度大的工作不太适应。不喜欢主动决策，习惯于服从，一般较为忠诚、可靠，偏保守。

3、与人工作中的交往会保持一定的距离。工作仔细、有毅力。对社会地位、社会评价比较在意，通常愿意在大型机构做一般性工作。相应的职业



领域有：银行职员、图书管理员、会计、出纳、统计人员、计算机操作人员、办公室职员等。

典型职业：喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应能力。如：秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

### 3、自我认知小结

我的控制欲较强，希望控制生活与学习环境，喜欢按照自己的想法来行事；我很自信，对待每一件事都充满信心，决定有能力将它做好，且做事有始有终，坚持到底；我比较内向，在同学和亲人面前总是有所约束，不善于在大众面前显示自己的能力，显露自己的理念；我对未来充满了美好，相信自己将来一定有所作为。

## 三、 职业认知

### 1、 外部环境分析

① **家庭环境分析** 父母是来自农村的朴实农民，家庭经济只够解决温饱。家庭社会关系普通。社会阅历浅，但他们的行为处事教会了我很我做人、做事的道理。

② **社会环境分析** 国贸专业的学生不断增加，国际贸易法不断规范中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入 WTO 后，有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

### ③ 目标地域分析

改革开放以来广东一直是全国发展最快的省份之一，是国家对外开放的排头兵。对外贸易方面，广东进出口表现十分活跃一直处于全国前列。

### 2、 目标职业分析

#### (1) 目标职业名称 货代员



**岗位说明** 国际货代员是在贸易交往中接受货主委托，组织、实施和协调公路、铁路、海路、航空等运输过程，办理有关货物报关、交接、仓储、调拨、检验、包装、转运、定车皮、租船、定舱等业务的综合性国际物流人才。

## (2) 工作内容

- 1、负责承揽进出口货运业务；开拓国外代理及国外大型工厂货运代理业务；向公司推荐优秀的国外代理,以扩大公司国际网络的服务；为国外代理指定的工厂提供其他非国外代理要求的服务；预先审核客户的委托内容，确定特殊服务要求；根据合同、L/C、发票、箱单等重要单据信息填制委托单，将委托单内容（传真件）及时准确录入 ERP 管理系统；
- 2、制作以公司为抬头的货运托书，将托书传真（或 EDI 信息）给订舱单位预订舱位；
- 3、负责审核报检委托书、报检单内容；负责在口岸办理报检手续，换取出境货物通关单；负责对重要的报检报关资料整理归档，对重要单据（如核销单）进行登记管理；
- 4、负责缮制提单，及时发送提单确认件进行提单确认，应客户要求正确签发预借、倒签、顺签提单；
- 5、负责对船公司、港区、车队、报关行等相关合作单位的费用进行核实并结算；
- 6、负责按客户要求交提单和运费发票；负责及时、合理地将核销单、报关单等重要单据退回给客户。

## (3) 任职资格



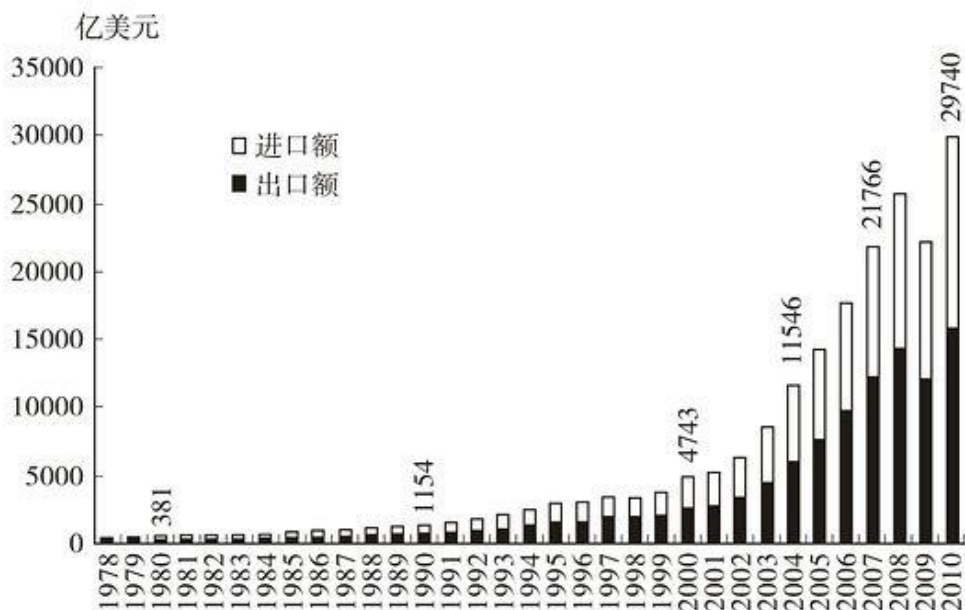
- 1、能熟悉本企业的服务性质、服务航线、船期、挂靠港口与转运时间等信息；
- 2、能熟知如何选择适当的承运人、运输方式；能熟知运输工具的类型、特点、载荷能力、适用性等；
- 3、能及时解答客户咨询；及时、准确、有效地处理、满足客户的需求；
- 4、能提供符合客户需求的资源整合方案；
- 5、能熟悉各种业务单证，并能正确填写、处理、递交；办理进、出口货物的交接；
- 6、能熟练掌握理赔程序，现场记录和证据保存。
- 7、具有良好的人际沟通能力和协调能力；具有良好的团队合作精神；较强的办公软件使用能力，能处理日常文档编辑和管理工能力。

#### (4) 工作条件

- (1) 熟悉核销单、报关单等内容；掌握办理报检和报关的工作流程；
- (2) 熟悉出口业务操作流程
- (3) 书面英语过硬，口语良好，与客户能够进行业务沟通, 熟悉常见的国际交往礼仪
- (4) 熟悉日常的交际英文，接待客人显示出良好的修养和职业素质
- (5) 熟悉常用的办公文件，能够使用传真机、复印机等办公设备
- (6) 能够草拟标准的传真及信函，能够独立完成信用证的审核，根据信用证制定正确的出口单证；
- (7) 具有较强的现场事务处理能力；

#### (5) 就业和发展前景

图1 1978—2010年中国货物进出口情况



数据来源:中国海关统计





行业背景：从国际市场来看，随着 WTO 的加入，中国货代市场 2004 年对外资全面开放的确切时间表已经公布了。全球最大的货代企业中，比如德国的德顺、辛克，瑞士的泛亚班纳，日本的三井、日通、日新，目前都已经进入中国，他们将把更多资金、更先进的经营管理经验带到中国，积极参与中国国际航运中心的建设，促进了进出口贸易持续攀升，货代前景日益广阔。保守估计，即使仍按照目前的发展速度，5 年内，国内拥有外贸进出口权的企业数量将达到 36 万家，是现在外贸企业数量的 3 倍，仅按每家新增企业需要 6 位外贸专才计算，就需要 180 万人。目前缺乏专业的物流、货代、报关（检）、单证等国际物流人才成为制约我国国际物流业发展的一个瓶颈。



目前我国国际经贸人才在数量上严重不足，业务上、素质上符合国际贸易人才条件的人数不多，在二十一世纪随着信息社会的发展地球村的出现信息高速公路的建成与国外的贸易往来将进一步增大，因此大批量的培养国际经贸人才已成为我国人才培养工作所面临的一项重要任务。

由于经济改革初期社会上需要的经贸人才急速增长，使得该类人才非常吃香，于是许多高校基本都开设了经贸专业，在几年的时间内造成了功过于求，再加上金融危机、全球经济的增长放慢等原因，经贸专业火爆的景象已经时过境

迁，但是随着中国加入 WTO，一些中美、日本等地区有较多的知名零售业巨头进入我国，给国际经贸专业人才提供了机会。在银行、保险、财务、管理等许多服务领域，均需大量熟练掌握国际贸易惯例，能利用网络营销进行全球沟通的人才。据有关专家保守估计，即使仍按照目前的发展速度，五年内国内拥有外贸进出口



权的企业数量将达到 36 万家，是现在外贸企业数量的两倍，仅按每家新增企业需要十位外贸专才计算就需要 180 万人，而根据国家教育部高校就业指导中心统计，我国每年高校经济类毕业生在 13 万人左右，即使 13 万人全部从事国际贸易工作五年内也只能培养出 65 万名该行业人才，尚有一百万人才的大缺口。

虽然我国的外贸行业又遇到一个发展良机，但是这并不意味着所有的国际经贸人才都能受到企业的吹捧，这是因为我国对外经济贸易行业已不再是改革开放初期的低水平运行状态，如今对人才的要求有了全面提升，不仅要掌握最新的专业知识，而且要有一定年限的实物操作经验，同时必须持有国家颁发的资格证书、就业资格证书是最重要的岗位敲门砖，懂得国内外贸易法规和操作惯例，从业经验丰富是获得高薪的关键。

货代物流专业人才，被列为国家 12 类紧缺人才之一，我国目前的货代物流专业人才的需求量为 600 万余人，目前持有证书懂业务的货代员月薪一般在 2000 元以上，货代操作主管月薪一般在 5000 元左右，经理级别月薪普遍在 8000 元左右，随着货代业务增长和持证上岗要求，今后薪酬将继续看涨！

### 3、S W O T 分析

|   |  |
|---|--|
| <p><b>优势 (Strengths)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、主修专业是物流管理</li> <li>2、思维缜密，容易掌握细节问题；</li> <li>3、独立，自主；</li> <li>4、有乐观的态度；</li> <li>5、对人对事有耐心。</li> </ol>     | <p><b>劣势 (Weaknesses)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、不善于表现自己</li> <li>2、工作经验欠缺</li> <li>3、缺少冒险精神</li> <li>4、有时候比较固执；</li> <li>5、崇尚自由，不喜欢受到约束；</li> </ol> |
| <p><b>机遇 (Opportunities)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、广东处于改革开放的前沿，在珠三角地区学习、就业占有地利优势</li> <li>2、经济全球化的发展，我国对外贸易依存度增大</li> <li>3、外贸行业的发展空间很大，与国际接轨较强</li> </ol> | <p><b>威胁 (Threats)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、同行竞争激烈</li> <li>2、大学生就业压力较大；</li> </ol>  |



#### 4、职业认知小结

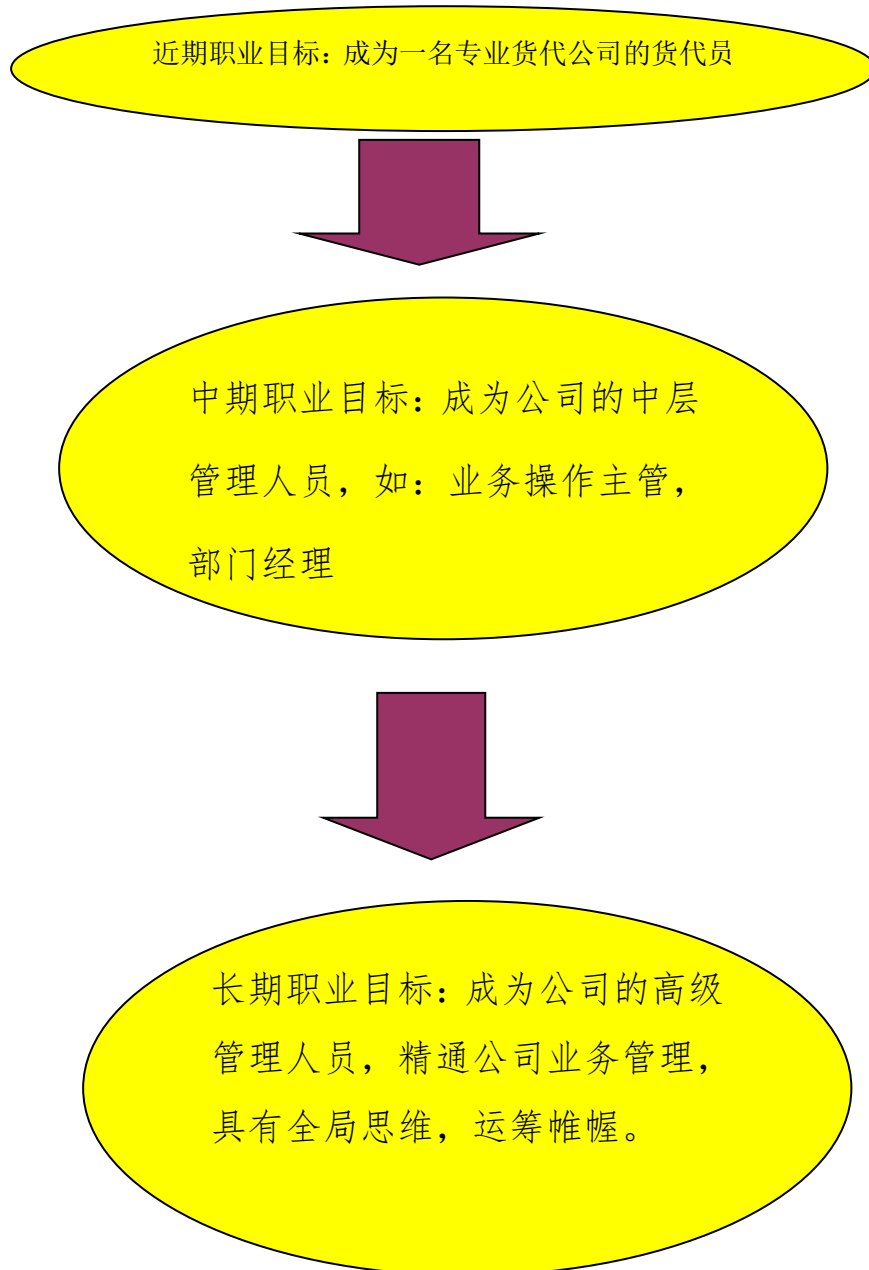
随着经济全球化趋势的加剧，随着中国与其他国家经贸往来的日益频繁，那些熟悉国际惯例，精通外语与国际贸易规则，掌握贸易谈判知识和技巧的专业外贸人才就越来越受到重视了。入世后，随着我国外贸体制改革的进一步深入，越来越多的企业被批准直接从事对外贸易，这就要求企业的经贸人员不仅具有日常生活所需的听、说、写、译的外语能力，还应懂得国际外贸知识、国际贸易谈判规章和国际经济法律、营销技术、基本的产品专业知识等。随着与国外贸易往来的进一步增大，大批量地培养高素质的国际经贸人才已成为我国高等教育人才培养工作所面临的一项重要任务。总之，入世，对中国高等学校的国际经济与贸易专业，既提出挑战又给予很大的发展机遇，该专业学生的就业前景广阔，但要求会更高。

一名成功的货代，为人要诚信，服务要耐心，做事要认真，其实不止是货代，做人也是这样。



## 二、 职业生涯规划设计

### 1、 确定职业目标和路径





## 2、 制定行动计划

### (1) 短期计划（大学计划）

2012-毕业:

- (1)加强外语学习，2012年6月一定要尽力将英语AB级通过
- (2)注重英语口语的练习，尤其是生活情景英语和商务英语
- (3)多看财经方面的新闻，了解当今社会的发展动态，善于思考
- (4)加强普通话的学习，培养当众讲话的能力
- (5)协调好自学与课程的冲突，对国际贸易专业知识进行温习
- (6)精于一项体育项目，如网球，培养自己的兴趣爱好
- (7)学习应聘方面的技巧，为工作做好铺垫

### (2) 中期计划（毕业后五年计划）

毕业-2015:

- (1)在此期间工作变动可能会比较频繁，要根据自身情况，把握时机，适当地变换自己的工作环境，找到一份适合自己的工作，同时变动后尽快适应工作
- (2)善于工作中的总结，及时发现问题，自己尝试解决棘手的问题
- (3)学习察言观色，讲究说话技巧和方法，处理好人际关系
- (4)适应职场的潜在规则，做到游刃有余
- (5)通过对高级管理人员的模仿，提高自身的领导能力

2015-2018:

- (1)做到管理层次的人员，学会管理的艺术
- (2)培养和积累自身的专业技能，是自己做到别人不可替代的位置
- (3)积累经验和金钱，对WTO国际准则，经济学等方面进行深入研究



### (3) 长期计划（毕业后十年或以上计划）

在积累了丰富的外贸工作经验，有了宽广的人缘，基本的资金，专业的知识后，择机创立属于自己的货代公司。

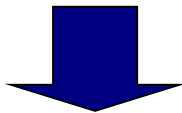
#### 创立之初

公司创立之初，可与 2-3 人合伙，一起投资经营。主要客户在广东地区，航线涉及东亚地区。



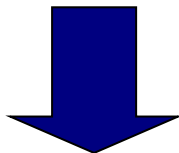
#### 1-2 年

1-2 年，公司要在广东地区站稳脚跟。提高在广东地区的知名度，提高业务承揽量。



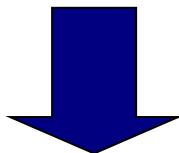
#### 3-5 年

3-5 年，进行公司专业人才力量建设，进一步提高业务能力。致力于将公司建设成为专业、实力雄厚的外贸公司。



#### 5-8 年

5-8 年，争取在全国各大沿海港口设立分支机构，将航线范围扩至全球，经营地域面向全球，业务范围涉及外贸进出口全流程，主要包括货运代理，报关，报检，跟单等多个专业领域。



#### 8-10 年

8-10 年，争取在中国股市上市，壮大公司资本实力，成为一个国际知名的专业外贸公司。



### 3、动态反馈调整

#### 评估、调整我的职业目标、职业路径与行动计划：

##### 实施策略评估

在大学阶段，如果实施策略不能达到相应的目标，那么我将不断努力提升自己，提升自己的能力，宁可把计划的时间延长也尽量不改变自己的目标。我始终坚信李宁的话“一切皆有可能”。除非一而再，再而三的失败使我认为达不到目标是我个人的智商还有能力问题。

通过职业测评报告，我对自己有了更多自信，我相信我的个人能力绝对不弱，所以我会坚持不懈直到达到目标。

如果在每一期的计划中未能达到预期，那就尽力而为，相信自己能做到最好。我的长期目标有可能就无法实现，其具体的阶段目标也会随之而变。到时候我会临时调整我的计划，再具体规划自己的时间。职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实际的情况和变化做出相应的评估和修正。

- 1、 评估的内容：假如一直没有达到我的规划目标，那么将按实际情况做出改变。或当找不到工作时，可以降低要求，或尝试其他工作。

- 2、 规划调整的原则：要按照自己的实际情况，针对出现问题的方面进行调整，避免主观或没有目的的随意调整原本的计划，必要时，可以咨询身边的朋友或老师。

## 六、结束语

也许在我完成梦想的旅途上充满艰辛，也许我会在我的拼搏中无数次跌倒，也许我会为此伤痕累累、心力交瘁。但是，在这漫漫征途上，我能做的只有坚持。别人可以做的，我也可以大声的对自己说：“你可以！”我相信，只有努力给自己的梦想插上坚毅的翅膀，就可以在这一片广阔的天空中飞翔的更加自由！

马云说：“今天很残酷，明天更残酷，后天很美好，但是绝大部分人都死在明天晚上。所以你必须每天努力，才能看到后天的太阳。”通过职业生涯规划我找到了自己的职业目标，寻觅到了自己奋斗的方向，并且根据其任职资格对比自身条件找到了具体的对策。然而万丈高楼平地起，再好的计划若没有行动，都将成为一纸空谈。努力就应该从现在开始！我相信经过我不懈的坚持努力，我的成功女神必将降临！



## 个人简历

## 个人简介

|      |   |      |    |      |          |
|------|---|------|----|------|----------|
| 姓名   |   | 籍贯   |    | 毕业学校 | 清远职业技术学院 |
| 性别   |   | 民族   | 汉  | 专业   | 物流管理     |
| 出生年月 |   | 政治面貌 | 团员 | 学历   | 大专       |
| 身高   |   | 婚姻状况 | 未婚 | 学制   | 三年       |
| 自我评价 | 热情随和，活泼开朗，沟通能力和适应力强，勤奋好学，诚恳踏实，积极向上。<br>精力充沛，敢冒风险，抽象思维能力强，乐于创造，与众不同。<br>酷爱阅读，喜欢音乐。 |      |    |      |          |
| 教育情况 |   |      |    |      |          |
| 工作经历 |   |      |    |      |          |
| 获奖证书 |   |      |    |      |          |
| 联系方式 | 家庭住址：<br>邮编：<br>联系电话：<br>E-mail：  |      |    |      |          |



