

# 职业生涯 规划书



姓名：王弘彦

系别：建筑工程系

专业：建筑工程技术

学校：济南工程职业技术学院

# 目 录

前言·····	2
一、自我认知·····	3
二、职业认知·····	6
三、职业规划目标与实现途径·····	11
四、行动计划与策略·····	11
五、结语·····	12

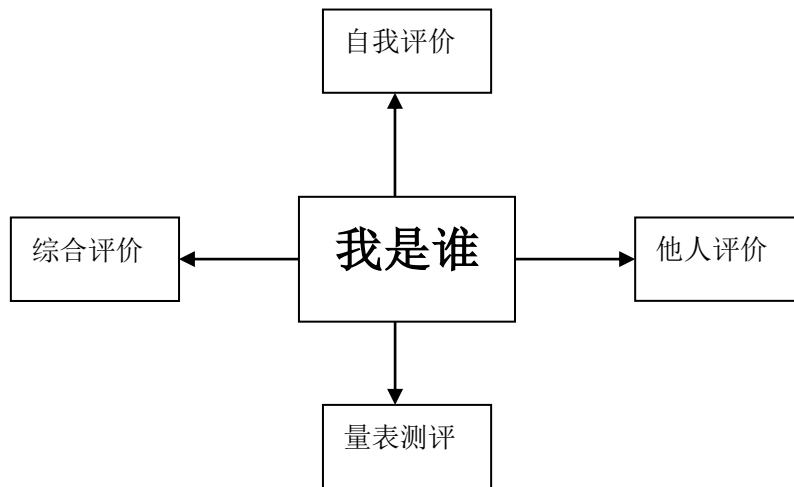
## 前言

踏着时光车轮，我已走过 20 多个春秋。大学生职业生涯规划书驻足观望，建筑行业竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。大学生职业生涯规划书身处建筑世界，作为一名建筑工程技术专业的当代大学生，我不由得考虑起自己的未来，在机遇与挑战粉墨登场的未来社会里，我究竟该扮演如何一个角色呢？水无点滴量的积累，难成大河河。人无点滴量的积累，难成大气候。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功的喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果？只有付出，才能有收获。未来，掌握在自己手中。

在今天这个人才竞技的时代，职业生涯规划开始成为就业争夺战中的另一重要利器。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力上的浪费。作为当代的大学生，若是一脸茫然的踏入这个竞争激烈的社会，怎能使自己占有一席之地？因此，我为自己拟定一份职业生涯规划。在认清自己现状的基础上，认真规划一下自己的职业生涯。



## 一、自我认知



### (一) 自我评价

我的爱好	我喜欢摄影，画画，和对一些事物进行设计；平时喜欢听音乐，玩轮滑，也比较喜欢球类运动。
我的优势	我有自己的理想和追求；对待各种事情都认真、仔细、踏实；而且我很有责任心，遇到事情善于思考，不慌乱，考虑问题全面；动手能力也可以。友善待人，做事锲而不舍。
我的劣势	性格偏内向，胆小，思想上属保守派，缺乏自信心和冒险精神缺乏社会经验，交际能力比较差，不太善于表达，为人处事方面也比较欠缺。目前的手头经济状况较为窘迫，做事不能够坚持，遇事无主见。
成功经验	比较喜欢独立自主的完成一件事，不管是在学习中还是生活中都是在亲身经历中得到知识或技巧。
解决劣势	做兼职，增加社会经验，提高自己的表的能力，交际能力，多与人交流，增加对社会的认识来完善自己。

### (二) 他人评价

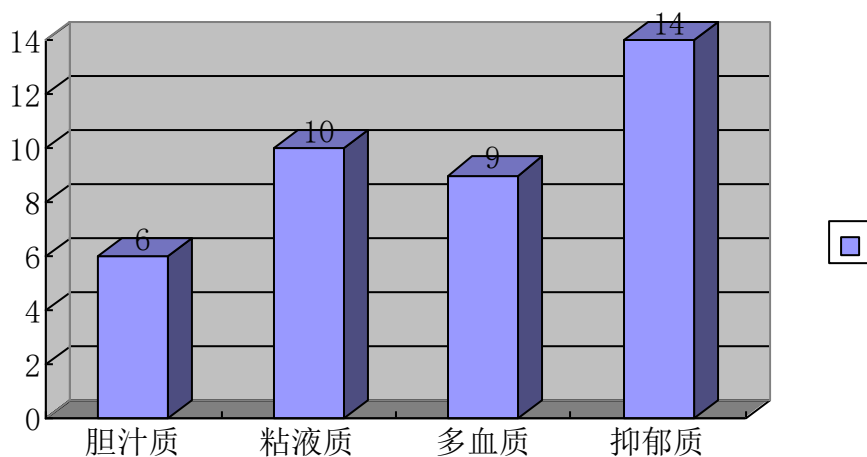
父母	做事比较认真，有毅力，有上进心。
----	------------------

老师	学习认真，并且很努力，关心同学，有较好的纪律性，有责任，能担当；但是缺乏社会经验，语言能力方面需要加强锻炼。
同学	性格比较内向，不爱表达，但是对待事情比较认真，有较强的动手能力，喜欢关心同学，做事主动积极。

### (三) 量表测评

#### 1. 气质类型测评

测评结果显示：



从得分中可以看出，我的气质类型偏向于抑郁质类型。

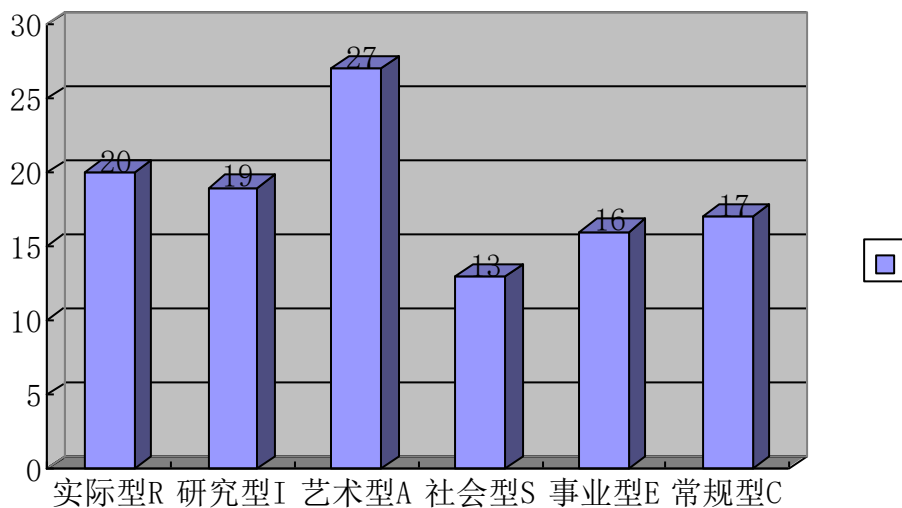
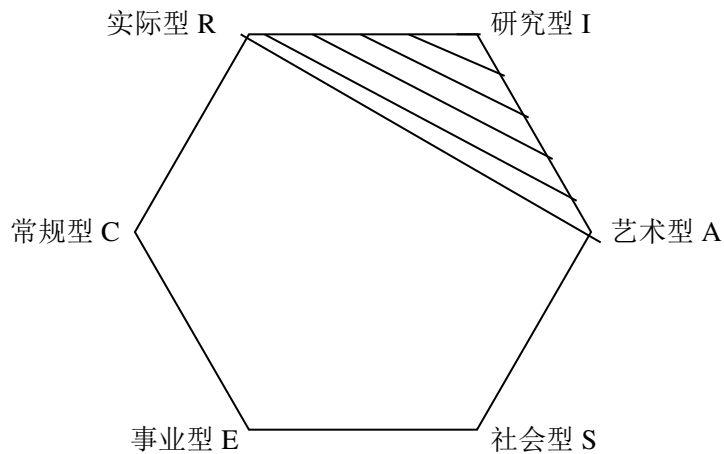
**抑郁质类型：**抑郁质的人神经类型属于弱型，他们体验情绪的方式较少，稳定的情感产生也很慢，但对情感的体验深刻、有力、持久，而且具有高度的情绪易感性。抑郁质的人为人小心谨慎，思考透彻，在困难面前容易优柔寡断。

抑郁质的人一般表现为行为孤僻、不太合群、观察细致、非常敏感、表情腼腆、多愁善感、行动迟缓、优柔寡断，具有明显的内倾性。

抑郁质类型的人是职业多面手、专长多、能力强，精于调整、调和各类关系，有经营管理、分析设计和规划能力，会推销商品。适于经济规划、统计、设计、商业推销、节目主持、相声演员等。

#### 2. 霍兰德职业倾向测评

测评结果显示：



从得分中可以看出，我比较偏向于实际型、研究型和艺术型三个类型。对于这三种类型的专业分析：

1. 研究型 (I 型):喜欢智力活动和抽象推理,偏重分析与内省,自主独立,敏感,好奇心强烈,慎重。喜欢智力的、抽象的、分析的、独立的定向任务，要求具备智力或分析才能，并将其用于观察、估测、衡量、形成理论、最终解决问题的工作，并具备相应的能力。如：科学研究人员、教师、工程师、电脑编程人员、医生、系统分析员。
2. 艺术型(A 型):属于理想主义者,想象力丰富,独创的思维方式,直觉强烈,感情丰富。喜欢使用工具、机器，需要基本操作技能的工作。要求具备机械方面才能、

体力、或从事与物件、机器、工具、运动器材、植物、动物相关的职业有兴趣，并具备相应能力。如：技术性职业（计算机硬件人员、摄影师、制图员、机械装配工），技能性职业（木匠、厨师、技工、修理工、农民、一般劳动）。

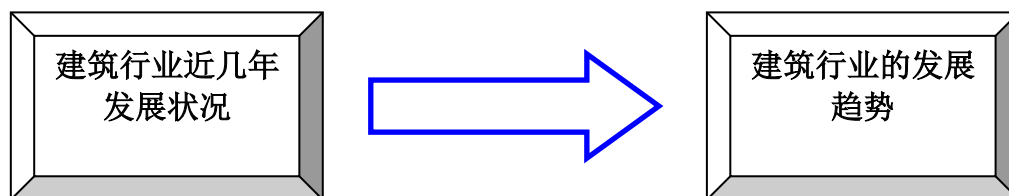
3. 现实型(R 型):偏重物质,追求实际效果,喜欢动手及操作类的工作,个性平和稳重。喜欢使用工具、机器，需要基本操作技能的工作。要求具备机械方面才能、体力、或从事与物件、机器、工具、运动器材、植物、动物相关的职业有兴趣，并具备相应能力。如：技术性职业（计算机硬件人员、摄影师、制图员、机械装配工），技能性职业（木匠、厨师、技工、修理工、农民、一般劳动）。

综合以上三种类型的分析，可以得出 RIA 型的人所适合的职业：牙科技术员、陶工、建筑设计员、模型工、细木工、制作链条人员。

#### （四）综合评价

我的职业目标是当一名建筑工程师，通过气质类型测评的结果分析和霍兰德职业倾向测评的结果分析来看，我适合做一名建筑工程师，这与我的职业目标相符合。

## 二. 职业认知



（一）我现在所学的专业是建筑工程技术专业，属于建筑行业。

### 1. 建筑行业近几年的发展情况：

发展成就	（1）工程建设成就辉煌。建筑业完成了一系列设计理念超前、结构造型复杂、科技含量高、使用要求高、施工难度大、令世界瞩目的重大工程；完成了上百亿平方米的住宅建筑，为改善城乡居民居住条件做出了突出贡献；
	（2）产业规模创历史新高。2010 年，全国具有资质等级的总承包

	<p>和专业承包建筑业企业完成建筑业总产值 95206 亿元，全社会建筑业实现增加值 26451 亿元；全国工程勘察设计企业营业收入 9547 亿元；全国工程监理企业营业收入 1196 亿元。“十一五”期间，建筑业增加值年均增长 20.6%，全国工程勘察设计企业营业收入年均增长 26.5%，全国工程监理企业营业收入年均增长 33.7%，均超过“十一五”规划的发展目标；</p> <p>（3）在国民经济中的支柱地位不断加强。建筑业增加值占国内生产总值的比重保持 6%左右，2010 年达到 6.6%。建筑业全社会从业人员达到 4000 万人以上，成为大量吸纳农村富余劳动力就业、拉动国民经济发展的重要产业，在国民经济中的支柱地位不断加强；</p> <p>（4）集体、民营建筑经济的崛起。建筑业的集体经济，经过多年的发展壮大，无论在容纳劳动就业、在完成建筑总产值，还是在创造经济效益方面，均在行业中占据了重要地位，发挥了巨大的作用；</p> <p>（5）国际市场开拓取得新进展。建筑企业积极开拓国际市场，对外承包工程营业额年均增 30%以上；2010 年对外承包工程完成营业额 922 亿美元，新签合同额 1344 亿美元；</p> <p>（6）技术进步和创新成效明显。许多大型工程勘察设计企业和建筑施工企业加大科技投入，建立企业技术开发中心和管理体系，重视工程技术标准规范的研究，突出核心技术攻关，设计、建造能力显著提高。超高层大跨度房屋建筑、大型工业设施设计建造与安装、大跨径长 距离桥梁建造、高速铁路、大体积混凝土筑坝、钢结构施工、特高压输电等领域技术达到国际领先或先进水平；</p> <p>（7）监管机制逐步健全。政府部门出台了建筑市场监管、工程质量安全管理、标准定额管理等一系列规章制度和政策文件，监管机制逐步健全，监管力度逐步加大，工程质量安全形势 持续好转。</p>
<p>主要 问题</p>	<p>（1）行业可持续发展能力不足。建筑业发展很大程度上仍依赖于高速增长的固定资产投资规模，发展模式粗放，工业化、信息化、标准化水平偏低，管理手段落后；建造资源耗费量大，碳排放量突出；多数企业科技研发投入较低，专利和专有技术拥有数量少；高</p>



<p>素质的复合型人才缺乏，一线从业人员技术水平不高；</p>
<p>(2) 市场主体行为不规范。建设单位违反法定建设程序、规避招标、虚假招标、任意压缩工期、恶意压价、不严格执行工程建设强制性标准规范等情况较为普遍；建筑企业出卖、出借资质，围标、串标、转包、违法分包情况依然突出；建设工程各方主体责任不落实，有些施工企业质量安全生产投入不足，施工现场管理混乱，有些监理企业不认真履行法定职责，部分注册人员执业责任落实不到位，工程质量安全事故时有发生；</p>
<p>(3) 建筑业人才匮乏。目前，在我国建筑业从业人员口 3400 多万中有 2300 多万是农民工，大专以上学历的仅占 3%。加之，近年来企业效益大多不理想，人才外流严重，庸才增多；</p>
<p>(4) 技术开发资金投入少。我国企业用于技术与研究的投资仅占销售额的 0.3-0.5%，而技术开发资金投入少。发达国家一般占 5-9%左右，有的超过 10%，一般企业也达 3%；</p>
<p>(5) 制度上尚未形成良性创新机制。制度上尚未形成良性创新机制。以技术创新为例，我国建筑业的技术贡献率仅为 25-35%，而发达国家为 70-80%；国家每年专利授权 6 万余件，但形成生产能力的仅 1 万多件，大约有 80%的专利技术被闲置。这主要由于目前技术创新人才主要集中在大学和政府机构里，企业虽说是创新主体，但却缺乏一流技术创新人才。长期以来，没有有效机制解决科研和生产两层皮的问题，导致社会智力、物力等资源的大量浪费；</p>
<p>(6) 我国企业与国外企业之间存在的巨大差距。我国建筑业当前的发展现状和未来发展趋势还是在资产规模上，企业与国外企业相比竞争力都很弱，这与建筑市场国际化趋势很不适应。我国建筑企业尚未形成规模经济，走出低利润率的境况。故与国外建筑企业相比，我国公司无论在资产规模、营业收入、劳动生产率，还有是获利能力方面都存在巨大差距；</p>
<p>(7) 政府监管有待加强。建筑市场、质量安全、标准规范和工程造价等法规制度还不完善，政府监管有待加强建筑业发展相关政策</p>

	不配套；监管手段有待改进，监管力度有待进一步加强；诚实守信的行业自律机制尚未形成。
--	---

## 2. 建筑行业未来发展趋势

(1) 全球化和地域化	全球化趋势一方面使我们了解和学到发达国家先进的新技术、新材料、新工艺,从而提高我们建筑设计、施工和管理水平;另一方面也对我们民族传统文化和本土建筑有极大冲击,使一些地方的建筑失掉民族和地域特色。但全球化的浪潮是不可能使它们完全消失的。特别是中国本土建筑有许多具有很高科技和艺术价值的东西。
(2) 大型化和多元化	随着人地矛盾加剧、土地资源稀缺;社会生产、生活对大型建筑的需求;加之建筑科技的进步,人们建造出体量巨大、结构复杂、功能多样、设备齐全的建筑来。这是建筑发展的一个重要趋势。同时,建筑形式、风格、艺术倾向也日益多元化。这对改变我国城市不良形象有重大作用。
(3) 工业化和自动化	我国当前建筑业的总的技术状况,是处在工业化过程中。与此同时,前工业社会的手工作业、粗放经营与信息社会的少数高新技术应用同时并存。
(4) 高强度和优质化	新材料的品种以每年 5%的速度增加。上世纪末我国建材发展很快,但与世界先进水平相比仍很落后。由于实现下一步战略目标的需要,我国建设仍将大规模地进行,建筑材料也将会因此继续得到发展。
(5) 生态化和节能化	“可持续发展”、“生态城市”、“生态建筑”或“绿色建筑”的呼声一浪高过一浪。它们是中国建筑未来发展的主要趋势。这关系到建筑业转变增长方式、转变发展模式,涉及到建筑业可持续发展,由建筑业来影响到整个国家,就是说绿色建筑甚至关系到整个国民经济的可持续发展,所以是每一个企业、行业不可回避的大问题。
(6) 智能化	由于计算机技术、通信技术、微电子技术、多媒体技术、交互式网络技术、自动化技术、新材料技术等向建筑领域迅速渗透和扩散。智能化大厦群、智能街区、智能化城市的规划和建设也陆续出现。

	我们认为智能建筑迅速崛起，标志建筑跨入一个新时代，建筑智能化在时间上是一个逐步发展完善的过程；在空间上应分为不同层次，不应只是一个模式；智能建筑也必然是一个高质量的可持续发展的生态建筑或绿色建筑。建筑智能化是一个不可逆转的趋势。
--	--

通过上述对当前和以后建筑行业的分析中可以得出：建筑业产业关联度高、就业容量大，是国民经济的重要生产部门。建筑业是国民经济的支柱产业，在全面建设小康社会中肩负着重要的历史使命。建筑行业以后还会有持续发展的势头，就目前来看，建筑行业最缺的就是建筑方面的人才，所以建筑行业是一个前景非常好的行业。随着社会的不断进步，科技的不断创新，建筑对于人们来说也将有更高的要求。所以，建筑行业也会不断发展自己，壮大自己，利用当前的政策形势，经济实力和技術强度来完成更高的技术方面的适合当前发展的建筑物。

## （二）行业要求

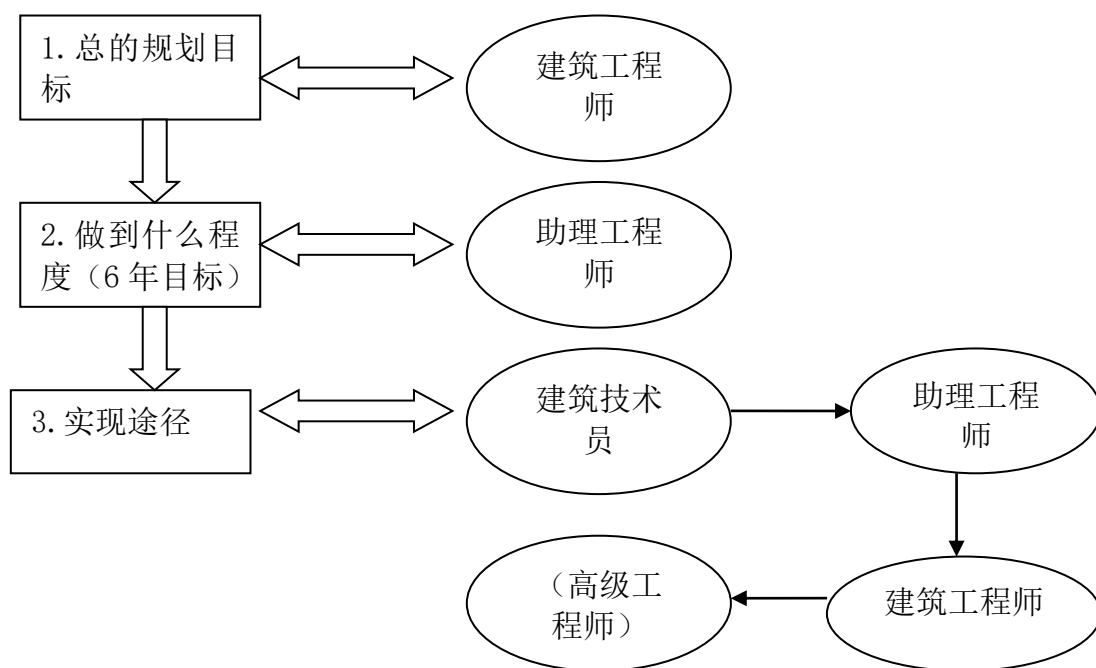
### 1.建筑行业对从业人员的技術要求：

- （1）注册执业人员（造价工程师、监理工程师、建造师）：参加全国统一执业考试并注册；
- （2）专业技术人员：取得法定培训机构培训合格证明；
- （3）操作工人：要通过职业技能鉴定。

### 2.建筑行业对从业人员的素质要求：

- （1）身体条件要好。此工作大都是强体力劳动，从业者必须是年轻力壮、没有疾病的人。凡患有高血压、心脏病、贫血、癫痫等症的人不宜从事建筑工作；
- （2）安全第一的意识。这是由建筑业的特点所决定的，因为在施工过程中，经常会有高空作业；工地上到处都是钢筋水泥、砖头瓦块，稍有不慎就可能发生意外，任何粗心大意都可能威胁到生命安全。因此，在建筑工地工作，必须严格遵守工地施工的安全要求，遵守安全操作规范。作为建筑工人，不光要胆大，还要心细，牢牢树立安全第一的意识；
- （3）知识与能力。劳动者应具备初中的物理、化学、代数、几何知识，掌握建筑工艺中的一种或几种技能，熟悉有关建筑质量标准、质量管理等知识，了解建筑的一般过程，懂得灭火、安全用电和急救常识等。

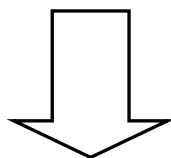
### 三、职业规划目标和实现途径



### 四、行动计划与策略

在校 期间	大一	上学期	1. 融入大学生活； 2. 学习基础课程； 3. 认识、了解自己的各个方面（包括性格、兴趣爱好、为人处事等等）。
		下学期	1. 学习专业基础课程； 2. 了解基本的有关专业的知识； 3. 计算机一级考试； 4. 英语 A 级考试； 5. 英语四级考试。
	大二	上学期	1. 学习专业课程； 2. 考施工员、质检员、安全员等相关证件； 3. 英语四级考试（英语四级没过的前提下）。
		下学期	1. 职业定位，有目的的、更深层次的学习；

	大三		2. 制定职业体验计划。通过短期的职业体验，对这个行业和相关的职位进一步分析和了解； 3. 熟悉建筑行业所要求的职业技能和职业素质。
		上学期	1. 去工地顶岗实习，最大尺度的了解建筑行业； 2. 实施职业体验计划，认识和了解用人单位对职业人的职业核心竞争力；
		下学期	1. 整理毕业论文，拿到毕业证； 2. 做好择业面试准备。



毕业后 三年	第一年	1. 参加工作，增长工作经验； 2. 评技术员职称。
	第二年	通过一年的工作，考取二级建造师
	第三年	通过自己的努力，争取评上助理工程师

## 五、结语

以上就是我对自己的职业规划，我会按照自己制定的计划不断的努力，我相信不就得将来一定会有好的成绩。

每个人都有自己的理想，理想的实现还是要靠自己努力去完成，不管你的理想有多美好，如果没有辛勤的汗水是不可能实现的。美丽的花朵背后是枝叶的风霜雨露，参天大树的下面是纵横百错的根系，成功人士的背后是辛勤的汗水和多少个不眠夜。

一分耕耘，一份收获。我，期待收获的季节。