

XXX 大学

职业生涯规划书

XXX

物流管理系

20140707XXXX

2015/5/9 Saturday

目录

引言	3
一、个人简历	3
二、前提考虑	3
三、本科生就业形势现状分析	4
四、专业就业形势分析	4
五、国内行业发展	4
六、自身盘点	5
1、基本情况（见个人简历部分）	6
2、自我剖析	6
3、测评结果及分析	7
七、环境分析	10
1、社会环境	10
2、学校环境	10
3、成长环境	11
八、职业定位	11
九、路线确定	12
十、确定短期、长期目标	13
十一、评估调整	14
1、评估内容	15
2、评估时间	15
3、规划调整的原则	15
结束语	15

引言

未来是不可预知的，但是我相信努力可以改变未来，可以让我的人生充满价值。没有梦想对于每个人来说是非常可怕的一件事情，如同无头苍蝇似的到处碰壁。也许我现在学的知识是有限的，但是对于未来，不论是什么时候，都必须有清晰而合理的规划，正如哲人所说，有时候，方向比努力更重要。作为一名当代大学生，我不能只是简单的学习书本知识，而是在大学里不断认识自我，完善自我，剖析自己的职业兴趣，给自己一个准确的定位，制定出符合自身长远发展和利于实现人生理想的职业生涯规划。职业没有高低卑贱之分，任何一个职业都可以创造出辉煌的成绩，如何做好职业规划，关键在于能否正确的了解自己的兴趣，找准自己的定位，全面的了解职业环境及发展趋势，从而确立目标，设计好路线，并用实际行动实现目标。这便是职业生涯规划的作用和意义所在。

一、个人简历

姓名：XXX 性别：女 籍贯：XXX 年龄：19 民族：汉族

院校及专业：XXXXX 大学管理科学学院物流管理专业

入学年月：2014 年 9 月 E-mail:22XXXXXXX@qq.com

学历：本科 政治面貌：共青团员

曾获奖项：略

现担任：物流一班学习委员，物流管理系学生会干事

二、前提考虑

随着教育水平的不断提高，高等教育已逐步走向大众化，大学生已不再是社会的宠儿，而是高素质的劳动者。随着最难就业季、

更难就业季的出现，本科生面对的就业形势也越来越严峻。如何提高自己的核心竞争力，在激烈的竞争中生存下去，成为我们当下面对的首要问题。因此，全面认清自己，才能制定出合理的职业生涯规划。

三、本科生就业形势现状分析

就 2013 年全省高校毕业生离校后的统计数据来看，高职高专生就业率最高，本科生的就业率是最低的。研究生有学历护驾，而专科生对工作不挑不拣，反倒是本科生近年来面临了就业尴尬。经过了 2014 年严峻的就业形势，大家对 2015 年大学生就业形势，格外关注。去年全国大学毕业生达 727 万，被一些人称为“史上最难就业季”。然而 2015 年，大学毕业生有 749 万人，再加上去年未就业的毕业生，大学本科毕业人数创历史最高，堪称“史上更难就业季”。

四、专业就业形势分析

物流管理毕业生除部分选择继续考研深造，大多都选择在物流及其相关领域就业。与物流相关的职业有物流总监、物流主管、物流助理、物流专员、运输主管、采购及供应链管理、仓库管理等。除此之外还可从事海关、快递、管理以及物流教学等工作。我国现有的大型物流公司有：中国远洋物流公司、中铁快运股份有限公司、中邮物流有限责任公司、中远国际货运有限公司、顺丰速运、宅急送、申通快递、韵达快递等；电商公司有：京东、阿里巴巴、苏宁易购等。一些本科毕业生也选择到外资企业就业，比较有代表性的公司有：联邦快递（FEDEX）、敦豪（DHL）、天地快运（TNT）、联合包裹（UPS）、高保物流（GLEX）等。

五、国内行业发展

随着中国社会主义市场经济体系建立、世界经济一体化进程的加快和科学技术的飞速发展，物流产业作为国民经济中的一个新兴的产业部门，将成为本世纪重要产业和国民经济新的增长点。目前，

从中央到地方以及许多市场意识敏锐的企业，已把物流作为提高市场竞争力和提升企业核心竞争力的重要手段，把现代物流理念、先进的物流技术和现代物流模式引入国家、地方经济建设和企业经营和管理之中。但是我国的物流教育仍十分滞后，造成了现代物流综合性人才、企业尤其是流通企业改造传统物流与加强物流管理、城市规划物流系统运筹、第三方物流企业的运作技术操作等现代物流人才严重匮乏，阻碍了经济的发展和经济效益的提高。

随着世界经济的高速发展和全球化趋势的日益突出，现代物流理论和技术已在发达国家得到了空前的应用和发展，并产生了巨大的经济效益和社会效益。面对我国加入 WTO 后所面临的机遇与挑战，引进和发展现代物流理论和技术，培养现代物流经营管理的高级人才，已成为当务之急。物流是一个新生职业，目前就业行情看好，各大城市人才稀缺。现在这个专业，市场缺口很大，过去商品从生产到销售经过好几个批发商，运输；管理；仓储；从一级批发商到二级、三级批发商层层剥皮，现在，信息一点，就能通过物流公司配货，大大减少中间环节，降低企业成本，所以物流专业很有发展前途。由于有政策的扶持，物流企业与企业物流开始步入快车道。到现在为止，中国已经形成公有制物流企业、民营物流企业与外资（含中外合资）物流企业三足鼎立的局面，这种趋势从 03 年开始，并在明显加速。在 5 至 10 年内，将形成 10 个左右全国公认的中国物流领军企业，并走向国际。80%企业物流已开始部分外包，外包的比例与外包的领域将逐步扩大，涌现出包括海尔物流、宝供物流、招商局物流在内的优秀物流企业。

六、自身盘点

想要做出一个有效可行的职业规划，就必须充分的认识自己，扬长避短，而认识自我，不能仅仅靠自己的主观意识，客观的评估自我，是做好职业规划的基础。

经过做相关的人才测评和职业兴趣测试，以及通过同学、老师、家长等多途径了解，我对自己做出了全面的、综合性的分析。

1、基本情况（见个人简历部分）

2、自我剖析

学历：本人目前为普通高校本科生，就读于成都理工大学管理科学学院。专业为物流管理。

内在特点及人生态度：性格温顺平和，乐观，活泼，积极向上，幽默，喜欢和善良开朗的人交朋友，坚信梦想总会实现，相信“你若向阳，无畏悲伤”。在生活中比较豁达自信，做事细心谨慎，处事坦然。不愿意做一个只专注学习的人，更愿意去探索新的事物。
座右铭：心若不动，风又奈何，你若不伤。岁月无恙。

兴趣爱好：读书、打乒乓球、听音乐、旅行、品尝美食。

喜欢的作者：张爱玲

人际技能：为人和善，易与他人相处，有良好的沟通能力，懂得聆听，能站在别人的角度考虑事情。

价值追求：渴望在一个充满挑战的环境中工作，希望所在的团队是积极上进，团结协作的。

气质类型：幽默、坦然、积极、温和、乐观。

学习风格：主动学习，求知欲强，以行动为导向，注重实践，善于总结反省，对目标坚定不移。

个人优势分析：做事细心，普通话标准，有良好的沟通能力，亲和力强，适应能力和学习能力好，有耐心，为人幽默。

父母评价及寄语：勤奋，善良，孝顺、有理想。即使现在就业很难，但是你也脚踏实地，靠自己的努力做到最好，加油。

高中好友评价：善良、踏实。有时候不够坚强。

大学同学评价：认真踏实。但有时候太拘泥于细节。

大学学生会同学评价：积极向上，工作认真。

缺点：组织能力和领导能力较弱，过于感性，对事物缺乏理性认识。

工作态度：

- ①自觉、认真、有亲和力和执行力。
- ②服从、协作、严谨。
- ③喜欢团队协作完成任务。

3、测评结果及分析

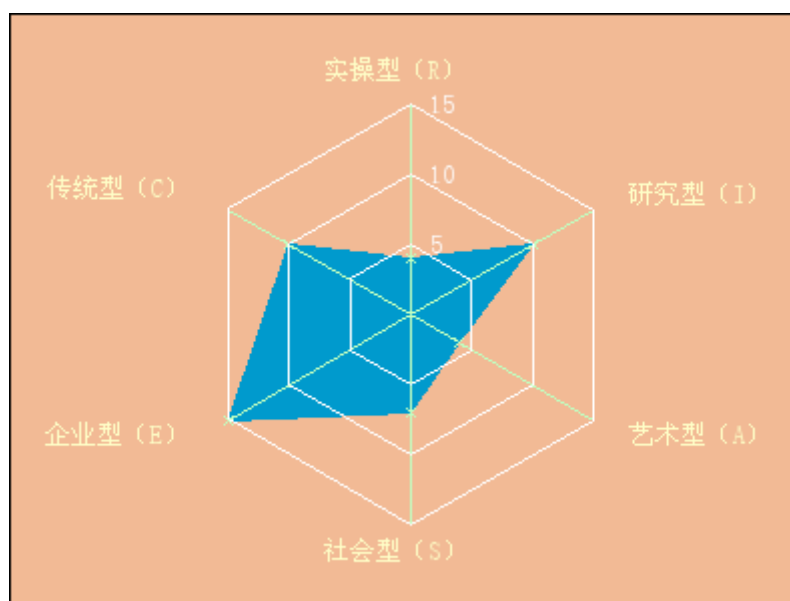
(1) 霍兰德职业兴趣测试（SDS）结果及分析

职业兴趣是兴趣在职业方面的表现，是指人们对某种职业活动具有的比较稳定而持久的心理倾向，使人对某种职业给予优先注意，并向往之。

职业兴趣是个人进行职业规划时需要注意的 15 大要素之一，兴趣对一个人的个性形成和发展，对一个人的生活和活动有巨大的作用。

兴趣是一种无形的动力，每个人都会对他感兴趣的事物给予优先注意和进行积极的探索，并表现出心驰神往。职业兴趣是一个人对工作的态度，对工作的适应能力，表现为有从事相关工作的愿望和兴趣，拥有职业兴趣将增加个人的工作满意度、职业稳定性和职业成就感。知遇网根据颇具权威的霍兰德职业兴趣分类方法，将职业兴趣分为六种类型：传统型 C、艺术型 A、实操型 R、研究型 I、社会型 S、企业型 E。

测试结果：企业型（E）
<p>职业倾向：</p> <p>喜欢包含销售、营销或领导的活动。他们喜欢竞争，渴望开启新的事情。他们不喜欢那些需要追求细节，持续记录，细致的科学性观测，或分析东西的工作，遇到例行公事或条条框框的工作，他们也会不耐烦。这类型的人往往会在大大小小的组织和公司里，从事和销售、管理、政治或其他管理、领导相关的职位。</p>
<p>性格与职业特征：</p> <p>1、精力充沛、富于冒险、自信、领导力强</p> <p>2、喜欢通过金钱、权力或影响力来获得回报，领导他人，做出决策</p>



测试结果分析：企业型的人是不是思考者，是实干家。他们喜欢与人和理念打交道，而不是实际执行。有很好的言语能力，和 S 型喜欢支持和帮助他人相比，更倾向于用自己的语言技巧说服和影响他人，看重自己政治和经济方面的积累，关注利润、社会的名声和地位。喜欢开启项目，执行下去，喜欢冒险。适合成为管理者。

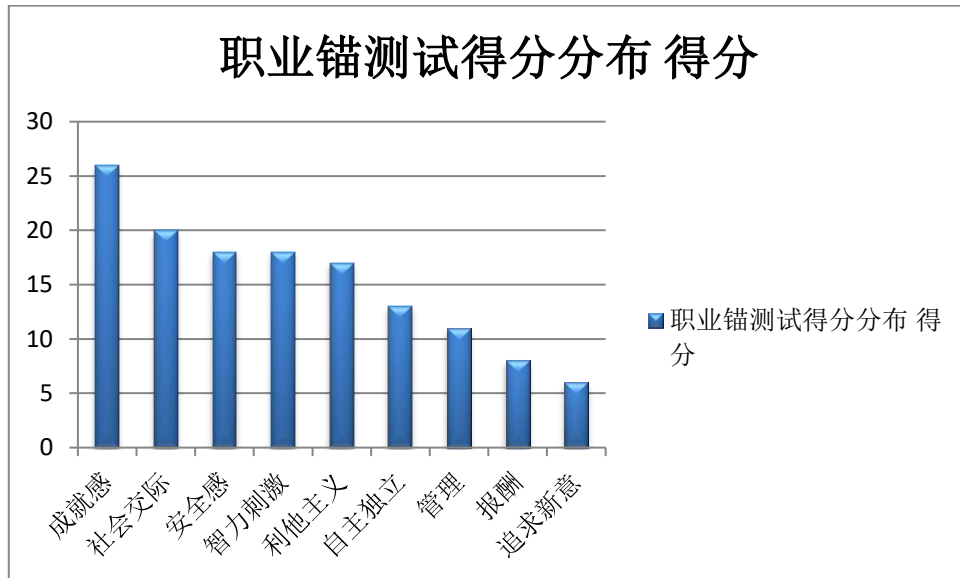
个人小结：不论是在商业性的企业还是社会型的组织，都可以领导一个团队。

(2) 职业价值观测试及结果分析

职业价值观指人生目标和人生态度在职业选择方面的具体表现，也就是一个人对职业的认识和态度以及他对职业目标的追求和向往。同时也是人认识世界和改造世界以实现人生价值的途径之一。格物，致知，立业，上爱国，下益民，中孝父母。

测评结果分析：

根据下图所示测评结果，我的主导职业锚类型（进行职业选择时最不愿放弃的）是：成就感。



工作类型	您希望在工作中取的一定的成就感，所以你会在工作上投入较多时间和精力，并从中得到人际交往方面的满足
薪资福利	您不过分追求薪资，不希望通过加班等方式获得其他额外收入，只希望能做好本职工作，并将它做到完美，得到他人认可，在你看来，大家对你能力的肯定比薪资更重要。
工作晋升	您对晋升的态度受多方面因素的影响，但若是精力允许，你会毫不犹豫的接受，因为你觉得这样可以使你获得更多的成就感，也可以带领他人取得成功。
最佳认可方式	上级领导以及单位同事对你的肯定，还有公司奖励是对你最好的认可。

个人小结：工作态度在一定程度上反映了个人的生活态度和人生态度，因此在职业中应当保持阳光向上的态度。

七、环境分析

1、社会环境

随着中国社会主义市场经济体系建立、世界经济一体化进程的加快和科学技术的飞速发展，物流产业作为国民经济中的一个新兴的产业部门，将成为本世纪重要产业和国民经济新的增长点。从中央到地方以及许多市场意识敏锐的企业，已把物流作为提高市场竞争力和提升企业核心竞争力的重要手段，把现代物流理念、先进的物流技术和现代物流模式引入国家、地方经济建设和企业经营和管理之中。但是我国的物流教育仍十分滞后，造成了现代物流综合性人才、企业尤其是流通企业改造传统物流与加强物流管理、城市规划物流系统运筹、第三方物流企业的运作技术操作等现代物流人才严重匮乏，阻碍了经济的发展和经济效益的提高。

物流业打败房地产业跻身国家 10 大产业振兴规划。可见发展物流业已上升到政策面层次。这既是物流业在社会发展中重要程度的体现，同时也反映出我国物流业与发达国家存在的差距，需要宏观方面的政策支持。现实中，大多数人认为物流=运输或者=储存，这是错误的观念，当然把物流=快递，那是错上加错了。但由此也反映出物流业的落后于不规范的发展，仅仅停留在行业发展的初级的阶段。因此选择这行需要做好吃苦受累的准备，当然任何行业都是一样的。但是也要看到积极的一面，比如正是因为落后发展、不规范发展，才有上升和前进的空间。

2、学校环境

学校特色：学校属四川省重点院校，中国知名大学，以理工科为主物流管理专业尚为发展阶段。

专业学习：本专业老师都有很高的教学素质，学识丰富，认真负责，专业学生素质高，热爱学习，学习气氛良好。

自我学习：初入大学。学到了很多课本以外的知识，在社团组织中也学到了沟通、组织、协调、策划的知识，积累了很多社交经验。

3、成长环境

家庭期望高，家庭教育淳朴，懂得与他人分享，能考虑他人感受。小学、初中、高中品学兼优。

八、职业定位

在一系列测评和分析之后，应该对自己进行职业定位从而确立目标、制定近期和长期的职业规划。

1、SWOT 分析

运用 SWOT 分析法，可以将自身的竞争优势（strength）、竞争劣势（weakness）、机会（opportunity）和威胁（threat）一一罗列出来，从而将自身优势和外部环境有机地结合起来，对研究对象所处的情景进行全面、系统、准确的研究，从而根据研究结果不断的完善自我，制定相应的发展路径、计划以及对策等。我的 SWOT 分析见下表：

	优势因素 (S)	弱势因素 (W)
内部环境因素	1、为人和善，善于交流 2、交际能力强 3、专业知识技能丰富 4、兴趣爱好广泛，喜欢运动，身体健康 5、喜欢接受新事物 6、做事细心，谨慎负责 7、脚踏实地，不骄傲自满	1、社会履历浅薄，对社会现实认识不够 2、面对问题过于感性 3、由于年轻，有时做事会情绪化
	机会因素 (O)	威胁因素 (T)

<p>外部 环境 因素</p>	<p>1、物流产业作为国民经济中的一个新兴的产业部门，将成为本世纪重要产业和国民经济新的增长点 2、从中央到地方以及许多市场意识敏锐的企业，已把物流作为提高市场竞争力和提升企业核心竞争力的重要手段 3、中国现代物流发展尚处于起步阶段，对人才的需求量大。</p>	<p>1、企业较注重工作经验 2、个人对专业知识熟悉程度不及同专业研究生 3、大学毕业生人数不断增长，竞争激烈</p>
-------------------------	--	---

2、职业发展结论

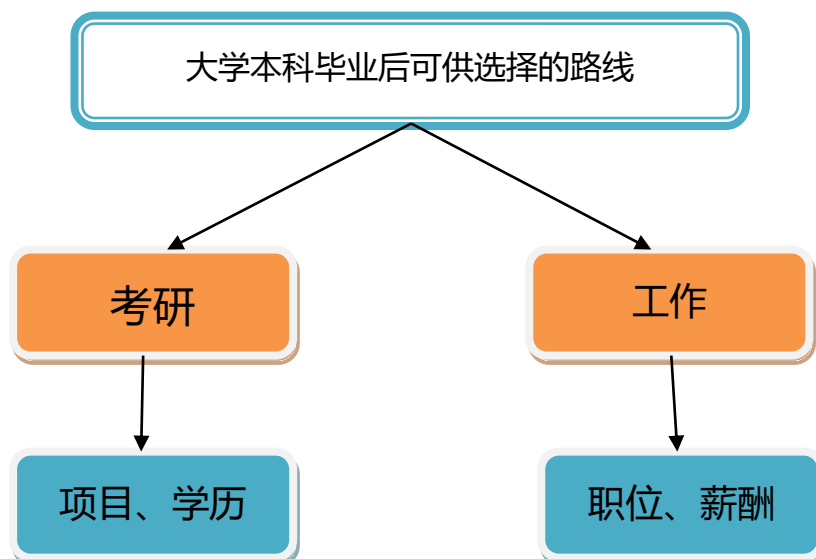
经过对相关测评结果的分析以及结合自身实际情况，可得如下结论；

职业目标:企业管理人员(如物流经理、运输主管)

职业发展路径:先做最基本的工作，同时向管理者岗位不断努力。

九、路线确定

对现实条件和自身情况做了系统分析后我为自己制订了两条可供选择的发展路径，即考研、工作。如下图：



考研:可以接受更加深入的教育,对自己所学专业进行更深入的研究和学习,但耗时较长。

工作:能够马上融入社会,进入企业,积累一定的工作经验,获得薪酬。

我的选择:工作。由于物流行业在中国起步较晚,因此对学历要求不高,而是更注重工作经验,我可以先积累一定的经验以后在选择适当时机进行学业深造。

十、确定短期、长期目标

目标的坚定是性格中最必要的力量源泉之一,也是成功的利器之一。没有它,天才也会在矛盾无定的迷径中,徒劳无功。——查士德斐尔爵士

长期目标:企业管理人员(如物流经理、运输主管)

目标要求:眼光长远、富于领导、勤于创新

执行方案:

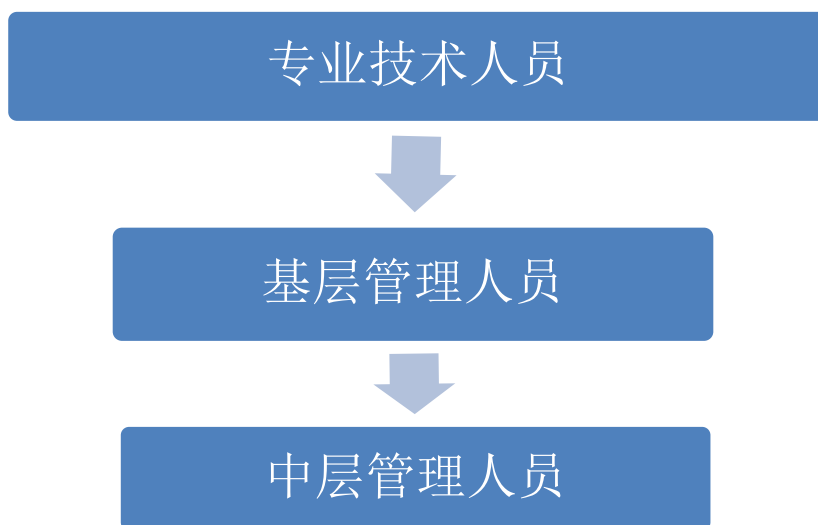
1、争取毕业后找到一份理想的工作(与专业对口,发展空间大),进入企业后两年内,脚踏实地的工作,与同事建立良好的工作,不偷懒,不推脱责任,做好本职工作。

2、工作后3-5年内,虚心向他人学习,完善专业技能,锻炼自己的领导、组织和沟通能力。

3、工作5-6年,专业技术扎实,领导能力强,争取获得职位上的晋升,成为企业中的基层管理人员。

4、工作6-8年,成为企业中在本行业上有丰富经验的人,在部门及企业担任核心人员的角色,成为企业中层管理人员。发展路线

见下图：



短期目标（大学期间）及实现方式：

1、大一期间：尽快适应大学生活，进入学生会，尽可能参加各种活动，锻炼自己的胆识和见识，初步认识自己的专业，和同学及老师建立良好的人际关系，学好基础科目。通过会计从业资格考试和大学英语四级考试。

2、大二期间：努力学习专业知识，通过计算机二级考试、大学英语六级考试。

3、大三时期：学好专业核心课，深入了解行业内部形势努力完善自我，提高自己的核心竞争力，学习一些关于人力资源管理和经济学方面的知识，拓宽自己的知识面。

4、做好个人简历和大学毕业论文，学习求职技巧，参加实习活动和招聘活动。

十一、评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，生活中总是存在着许多不确定的因素，因此，我必须根据规划的实施效果以及现实因情况的转变而做出相应的评估及调整。

1、评估内容

职业目标评估：（是否重新选择职业？）理想和现实总会有一定差距，可能我在不断学习的过程中会渐渐发现对自己所选择的目标职业没有成熟的认知感，那么我将考虑选择新的符合个人兴趣和发展的职业。

职业路径评估：（是否调整发展方向？）当我发现实施计划时力不从心或者自己个人实在难以完成，可以考虑其他路径。

实施策略评估：如果发展没有想象中顺利，可以视情况做出调整。

其他因素评估：如身体、家庭、经济状况、意外情况等。

2、评估时间

一般情况下，定期（半年或一年）做出评估

特殊情况下，随时评估并调整

3、规划调整的原则

规划应与实际相结合

结束语

没有比脚更长的路，没有比人更高的山。只怕没有追寻的双足去抵达。马云说：“梦想还是要有的，万一实现了呢。”是的，每个人都要有梦想，我们不怕目标远大，只怕没有追寻的勇气和执着。未来的社会是不断变化，不断创新的社会，我不愿意只做那沧海一粟。

职业规划为我的梦想指明了方向，我要向着这个目标坚定不移的努力下去。计划固然重要，但行动更重要！从现在开始，我要扬帆起航，乘风破浪，向我的目标一步步迈进！