

职业规划

评估与调整

姓名:

专业: 电气自动化

学号: xxxxxxxx

联系方式: xxxxxx

目录

一、摘要

二、自我剖析

三、社会环境分析

知识和能力
对职业方向的探索

四、职业倾向分析

适应的岗位性质

五、职业目标选择

适合的职业

六、未来职业规划

未来五年规划、学习生活规划
近期目标
中期目标
长期目标
制定计划
调整措施
未来十年的目标

七、评估与调整

个人规划评估与调整

一、摘要

在如此激烈的就业竞争形势下，我们大学生面对着繁重的就业压力，我们需要好好规划下我们的职业规划，让我们在人生的每一个脚步下都留下学习的痕迹，在工作中学习，提高自己的能力，使自己在就业形势下立于不败之地。

二、自我剖析

我比较敏感，崇尚内心的平和与安宁，并且理想化，一旦做出选择，就会不顾一切的去做。我外表看起来沉默而冷静，但内心对他人的情感十分在意。我很善良，有同情心，善解人意。我重视与他人有深度、真实的人际关系，希望参与有助于自己及他人的进步和内在发展的工作，欣赏并愿意与那些能够理解你价值的人相处。我有独创性、积极性，好奇心强，思路开阔，有容忍力。我乐于探索事物的真理性，致力于自己的梦想和远见。我很喜欢探索事物的理性。我对人、事和思想信仰负责，一般能够忠实履行自己的义务。但是，对于意义不大的日常工作，我做起来时觉得单调乏味，缺乏持久的耐力。我有时非常执着，经常局限在自己的想法里，对外界的客观具体事物没有兴趣。有时又很偏激。。。。沉浸于梦想。有时做起一件事来当意识到自己的理想与现实之间的差距，就容易灰心丧气。表达能力欠缺，经常难以用适当的方式来表达自己，有时不愿去表达.....

我喜欢一个人静静的看着书，去思考人生、价值、情感，去回忆过去——对与错，得与失，总之生活的点点滴滴。不过我也喜爱去运动，比如打乒乓，跑步...喜欢挥汗淋漓，喜欢驰骋绿茵，喜欢抛开一切烦恼投入其中。因为筋疲力尽过后的欢欣，其实是全身的放松，与心的宁静。

我想去过平静的生活，有时也想着一举成名，获得众人的欣赏与祝福，当然生活并非一帆风顺，也无平静可言，有的只是心灵追求的安宁之地。所以我们要为之而努力，去追寻初衷，做好自己，坚持原则，帮助他人，不断完善自己。不过，我也有一定的优势和劣势，具体分析如下：

优势：具有一定的人脉，和自己勇于坚持的精神，和肯于钻研的牛劲，目前具有中等水平的学习能力，和较多的社会经验谨慎而沉稳，重视稳定性、合理性；善于聆听并喜欢将事情清晰而条理的安排好。喜欢先充分收集各种信息，然后根据信息去综合考虑实际的解决方法，而不是运用理论去解决。

劣势：自己做事情的时候没有坚强的决心，和有时候优柔寡断，没有太好的独立性，自制能力不是太强，缺乏上台演讲的能力和一定的口才。天生独立，需要把大量的精力倾注到工作中，并希望其它人也是如此。看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度。

针对我的缺点与不足，我应该采取一定的措施来弥补我的缺陷：

1. 避免墨守陈规，需要尝试新的东西；要有开放态度，敢于尝试探索新的可能性。
2. 考虑问题要更全面周到，需要考虑别人的因素，不单单只考虑自己的利益和感受。
3. 对那些与我观点不同的人保持足够的耐心和虚心
4. 适合的时候，主动承担一些工作

5. 正确看待失败，碰到困难不随意放弃
6. 增强做事的灵活性，学会变通看待和接受新事物

三、社会环境分析

我学的是电气自动化专业，电气自动化专业培养适应我国社会主义建设需要的德、智、体全面发展的，能够从事与电气工程有关的系统运行、自动控制、电力电子技术、信息处理、试验分析、研制开发、经济管理以及电子与计算机技术应用等领域工作的宽口径“复合型”高级工程技术人才。自动化专业培养的学生应具备电工技术、电子技术、控制理论、自动检测与仪表、信息处理、计算机技术与应用、系统工程、网络技术等较宽领域的工程技术基础

自动化专业的学生应获得以下知识和能力：

1. 具有扎实的自然科学基础，较好的人文社会科学基础和外语综合能力；
2. 掌握本专业领域必需的较宽的技术基础理论知识，主要包括电路理论、电子技术、控制理论、信息处理、计算机软硬件基础及应用等；
3. 较好地掌握电力电子技术与运动控制、自动化仪表与工业过程控制、信息处理等方面的知识，具有本专业领域的专业知识和技能，了解本专学科前沿和发展趋势；
4. 获得较好的系统分析、系统设计及系统开发方面的工程实践训练；
5. 在自动化专业领域内具备一定的科学研究、科技开发和组织管理能力，具有较强的工作适应能力

电气自动化专业主要课程：电路基础、数字电子技术基础、模拟电子技术基础、电机与拖动、电力电子技术、计算机技术(语言、软件基础、硬件基础、单片机等)、信号与系统、自动控制理论

就业前景：主要从事与电气工程有关的系统运行、自动控制、电力电子技术、信息处理、试验分析、研制开发、经济管理以及电子与计算机技术应用等领域的工作。

对职业方向的探索：

- 1 初步确定自己的职业方向：培训和发展专家/培训专员、电气工程师、电气设备维修工、电气设备制图人员、电气设计人员等。
- 2 了解自己所选择的职业方向所需的专业技能、应具备的经验、素质：
专业技能：①系统地掌握电气工程及其自动化专业领域必需的较宽的技术基础理论知识。
②获得较好的电气工程及其自动化专业工程实践训练，具有较熟练的计算机应用能力
应具备的经验：掌握较扎实的数学、物理、化学等自然科学的基础知识，具有较好的人文社会科学和管理科学基础和外语综合能力
素质：①具备专业知识，以及涉及各类知识
②具备良好的身理和心理素质
③学好职场礼仪，具有高尚的职业道德素质
④具备较高的人才素质和综合素质

四、职业倾向分析

适合的岗位性质：

- 工作环境稳定，不需要太多的冒险和变动，最好依照经验和规律解决事情
- 有较多的独立工作时间，可以专心的完成整个项目或任务
- 较多使用事实、细节和运用实际经验的技术性工作，能够充分发挥自己精细、准确、逻辑性强的才能
- 工作对象是具体的产品或服务，工作成果要有形并且可以衡量
- 要有明确的工作目标和清晰的组织结构层次
- 工作有足够的准备和实施时间，在交付成果之前能够进行自我成就评估
- 在社会中工作十年左右，积累足够的经验和资金，可以创办一个公司。

五、职业目标选择

适合的职业

根据我的个人兴趣和适合我的岗位性质，我初步定下适合我的职业有这些：

1. 工程电气设备安装与调试工：技术型工作，我所读的专业是电气自动化，应该朝自己专业方向发展。
2. 维修电工：在专业课里最喜欢的就是电机与拖动，还有工程电气控制。
3. PLC 与单片机，学的还算可以，能做技术性不强的工作。

目前我报考了《英语四级》，正在学习驾驶和备考普通话水平测试，本学年末拿到驾驶证。在我的职业目标之内，对自己还是比较有信心的！

六、未来职业规划

1、未来五年规划、学习生活规划

在这个高科技的社会，计算机以成为了日常生活中不可缺少的一部分，因此，在大学的规划上，我将这门学科作为学习的一部分。在学习的同时，还努力提高自己各方面的能力，

近期目标：①着重知识，打好基本功

- ②学好课内和专业知识，要出色完成部门各项工作；学好职场礼仪和面试技巧

中期目标：①着重知识与能力，完善自我

- ②博览课外和各类专业知识，；要建立完善的人际关系网；利用课余时间和假期到社会中工作，了解市场，进行具体的 实践；增强各种能力

- ③要适合职业的要求

长期目标：①着重创新思维

- ②博专多长，知识与能力武装自我，唯我所用；具备完善的人才素质和综合素质，成为复合型人才；灵活运用知识与能力分析和解决实际问题，能具备创新思维

制定计划：

大学三年基本规划：

- 大一：国家计算机一级通过，了解电气工程及其自动化基础知识。
- 大二：英语四级通过，了解自动化专业基础知识，了解电气自动化及其自动化就业状况和就业方向。
- 大三：加强电气工程及其自动化专业知识的学习，和专业实践，进入实习阶段，进一步完善自己对电气工程及其自动化专业要求。

相应的保障措施以及应对各种变化的调整措施：

- ① 自己严格遵守校纪校规。
- ② 保持积极、乐观向上、不断进取的心态，保持健康的体魄。
- ③ 认清现今市场职业中就业的环境，给自我增加压力。
- ④ 保持毅力与意志，增强自信心。经常用名言警醒自我。
- ⑤ 适当寻找在学习或工作上的竞争对手进行和平良性竞争。

2、未来十年的目标

2010-2013 年：利用 3 年左右的时间，经过不断的学习，来完成自己的学业和技术能力；

2013-2015 年：贮备资金，积累经验；

2016-2020 年：进入到精心工作的环境当中去工作，与此同时，了解市场行情，在条件允许的情况下筹划资金，进一步办理相关的手续，准备建立公司。

七、评估与调整

到目前为止，根据自己制定的职业方向探索与职业分析，回顾自己近两年来的学习与实践训练，收获与先前计划总有些许的差距和不足，故做出新的判断和今后发展的新知以及方向的细微调整。

目前，对电气自动化专业的相关知识掌握的不够多，实践训练不够充足，缺乏一定的专业训练和素质训练。职业素质有些欠缺，需要足够的努力和追求。职场礼仪素质还需学习和进步，在此基础上不断学习、积累职场经验以及相关的综合职业素质。

对此，在今后还需大量的努力去补充自己的不足，并完善各方面的经验和素质，加强本身综合素质和职业工作能力。在校期间，把各学科的知识一定要学到手里，为自己的大脑“充电”，掌握一定的时间经验，并合理利用自己的课余时间去丰富自己的头脑，获得一些在课堂上所不能收获到的知识和社会检验，为今后的发展奠定根基。

在长假期间，扎住宝贵的时间去锻炼或者学习其他方面的本领，为以后的生活事业增添必要的信心和能力，以便更快更好的立足于社会，为国家的发展做贡献。