

21

世纪高职高专规划教材·公共基础课系列

职业发展与素质训练

黄坚 主编

齐力 李梓烽 副主编

教程

清华大学出版社

21

世纪高职高专规划教材·公共基础课系列

职业发展与素质训练

黄坚 主编

齐力 李梓烽 副主编

教程

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书根据教育部关于大学生职业发展与就业指导课程的教学要求,在对学生需求与企业诉求进行充分调研的基础上,总结多年实际教学经验,从职业生涯规划、职业素质训练、就业指导三个方面入手编写,全书分为描绘职业蓝图、提升职业素质、走近职业梦想三篇。

本书在编写过程中注重学生技能的培养,强调学生主体的参与。在理论够用的前提下,设计了大量案例评析、就业心理剖析,让学生通过学习增加实际解决问题的能力,提高规划和就业技能;摒弃了枯燥的说教,设计了大量的活动、游戏、训练,让学生在参与中去体验、去感悟、去提升,从而达到自我觉察、自我教育、自我发展的目的,真正提高学生的职业素质。

本书的适应读者群体为高职高专院校大学生及“大学生职业发展与就业指导”课程教师、辅导员、大学生就业指导工作人员等。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

职业发展与素质训练教程/黄坚主编. —北京:清华大学出版社, 2009.9

21 世纪高职高专规划教材. 公共基础课系列

ISBN 978-7-302-20962-1

I. 职… II. 黄… III. 职业选择—高等学校:技术学校—教材 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 158215 号

责任编辑:朱怀永

责任校对:袁 芳

责任印制:王秀菊

出版发行:清华大学出版社

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者:北京密云胶印厂

装 订 者:三河市李旗庄少明装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:185×260

印 张:14

字 数:315 千字

版 次:2009 年 9 月第 1 版

印 次:2009 年 9 月第 1 次印刷

印 数:1~4000

定 价:22.00 元

本书如存在文字不清、漏印、缺页、倒页、脱页等印装质量问题,请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话:010-62770177 转 3103 产品编号:035090-01

本书编委会

主 编：黄 坚

副主编：齐 力 李梓烽

编 委：（按章节顺序）

宋丽平 李海燕 何 晖

李辉强 萧丽容 张景秋

前言

FOREWORD

淡去高考后的喜悦,又一批“新新”大学生即将迎来崭新的大学生活。这是一个新的起点、新的平台,你可能正在为过去踌躇满志,也可能正在畅想美好的未来。当你打开这本书时,它将带你进入新一轮的思考。

有人说,大学就是象牙塔,在这里可以过着无忧无虑的生活;也有人说,人无远虑必有近忧。从象牙塔到现实社会,一个人要想真正发展自我、实现自我价值、创造社会价值,其中最有效的途径就是就业。但随着我国高等教育的日益大众化,高校毕业生人数不断增加,大学生就业形势越来越严峻。尤其是高职院校学生,如何才能发挥所长、脱颖而出、顺利就业、走向成功?这本书将伴你修好“职业·人生”这一门必修课,助你在人生的考卷上夺得高分。

本书根据教育部关于“大学生职业发展与就业指导课程教学要求”,在对学生需求与企业诉求进行充分调研的基础上,总结多年实际教学经验,按照高职院校学生的成长、成才规律,从职业生涯规划、职业素质训练、就业指导三个方面入手编写。全书分为描绘职业蓝图、提升职业素质、走近职业梦想三篇。

本书没有过多抽象理论的阐述,而是精心设计了大量的训练活动、游戏,上、下篇还专门编有“案例分析”一节,中篇将相关案例穿插在各章当中,让学生通过形式多样、生动活泼的学习增加实际解决问题的能力,充分体现了职业性、实践性、开放性、发展性的特点。学习本书不用去死记硬背那些名词、概念,只需要你用心投入,在课堂内外的游戏、实践中去体验,在大量的案例、故事中去感悟,在无数的生活实战中去提升,就会成长为职业人生的真正主人!

期待本书会成为你职业生涯发展道路上的加油站,为你的人生加油!

本书由江门职业技术学院黄坚制定、编写大纲并负责主编,齐力、李梓烽为副主编。全书共分为十个章节,编写分工如下:第一章由宋丽平编写;第二章由宋丽平、李梓烽编写;第三章由李梓烽、李海燕编写;第四章、第五章由何晖编写;第六章由李辉强编写;第七章、第九章、第十章由萧丽容编写;第八章由张景秋编写。

在本书的编写过程中,得到了江门职业技术学院领导和同事的大力支持和帮助;清华大学出版社的相关同志也为本书的出版付出了辛勤的劳动。在此,一并表示衷心的感谢。

本书在编写过程中,尽管参阅了大量的文献资料、借鉴了许多著作的精华,但限于编者理论修养和实践经验的局限,难免会有欠缺,请各位专家、读者不吝赐教,提出宝贵意见,以期在进一步修订中给予改正。

编 者
二〇〇九年六月

目录

上篇 描绘职业蓝图

第一章 规划——职业之梦	3
第一节 职业规划与个人发展	3
第二节 大学生职业规划的原则与步骤	6
第三节 个人职业规划的影响因素	16
第二章 职业规划训练	22
第一节 认识自我训练	22
第二节 外部环境分析训练	32
第三节 目标设定训练	38
第四节 行动计划制定训练	44
第五节 评估与反馈训练	49
第三章 职业规划案例分析	58
第一节 职业规划常见问题	58
第二节 案例分析	62

中篇 提升职业素质

第四章 素质——成业之基	71
第一节 素质与职业素质	71
第二节 职业关键素质	78
第三节 培养高职学生职业关键素质的意义	82
第五章 职业意识改变职业生活	86
第一节 诚信意识提升	86
第二节 责任意识提升	88
第三节 服从意识提升	92

第六章 职业能力影响事业成败	100
第一节 沟通能力提升	100
第二节 合作能力提升	105
第三节 自我学习能力提升	107
第四节 信息处理能力提升	111

下篇 走近职业梦想

第七章 就业——立业之本	121
第一节 就业指导概述	121
第二节 就业指导的主要内容和方式	123
第三节 个人塑造规格	126
第四节 就业指导的作用和方法	127
第八章 近职不怯职,做有准备的人	137
第一节 职业选择训练	137
第二节 就业准备要点	141
第三节 择业技巧训练	155
第四节 创业能力训练	170
第五节 大学生就业制度与政策	175
第九章 大学生就业案例分析	184
第一节 常见就业不良行为案例分析	184
第二节 就业成功案例分析	188
第十章 迈好职业第一步,心态调整是关键	194
第一节 角色转换的心理调整	194
第二节 职业倦怠与职业危机的心理调整	195
附录 A 生涯人物访谈问卷	203
附录 B 职业规划书格式(仅供参考)	204
附录 C 个人履历表范例	207
附录 D 自荐信范本	210
附录 E 气质测评	212
参考文献	215

上篇

描绘职业蓝图

大学是人生的重要阶段，也是很容易自我迷失的阶段。对于大多数新生而言，在经历了刚进大学的喜悦和兴奋之后，大学初期的迷茫在所难免。

古人曰，凡事预则立，不预则废。预，指预测、准备、规划。哈佛大学的爱德华·班菲德博士在对美国社会进步动力的研究发现，那些成功的人往往都是有长期时间观念的人。他们在做每天、每周、每月活动规划时，都会用长期的观点去考量。他们会规划五年、十年，甚至二十年的未来计划。他们分配资源或做决策都是基于他们预期自己在几年后的地位而定。这种规划可以强化个体发展的信心，克服目标实现过程中的各种障碍，改变职业乃至生活态度，使自己拥有一个积极的人生。

大学，正是开始职业规划的关键时期。及早规划，给你的大学生活乃至整个职业生涯的各个阶段添上一个梦想，为你的人生注入源源动力。

本部分涉及职业生涯规划各个层面，包括职业生涯规划基本知识、职业生涯规划设计训练及职业生涯规划设计案例分析。

第一章 规划——职业之梦

第二章 职业规划训练

第三章 职业规划案例分析

第一章

规划——职业之梦

著名管理学家彼得·杜拉克认为：“越来越多的职场人士，需要学习‘经营、管理自己’，他们要懂得将自己放在最能有所贡献的地方，并努力发挥自己的特长。”无疑，提高生涯规划本领能让你具有更独特的眼光、远见和洞察力，能够发现问题、正视问题，并采取积极和有效的方法去解决问题，从而，不断改进和改善自己的处境。提高规划本领能让你掌握自己的优势并超越你的竞争者。

第一节 职业规划与个人发展

对于大学新生而言，在大学中有许多需要学习和发展的内容，其中最为重要的一项是开始个人的职业规划。斯坦福大学的首任校长乔丹曾在开学典礼上这样对学生说：“生活归根到底是指向实用的，你们到此应该也是为了给自己谋求一个有用的职业，这必须包含着创新、进取的愿望，良好的设计和最终使之实现的努力。”

一、什么是职业规划

（一）概念

职业规划是指客观认知自己的能力、兴趣、个性和价值观，在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，深入了解各种职业的需求趋势以及关键成功因素，确定自己的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，高效行动，灵活调整，有效提升职业发展所需的执行、决策和应变技能，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的事业成功。

（二）职业规划的个性

1. 个性化

职业规划不是别人强加在自己身上的实施方案，而是个人根据自身特点，结合当前社会和企业的发展利益，依据现实条件所制订的个人化的发展方案。通俗地说，每个人的职业规划都具有个人的独特性，只适合自己，不适合别人。不同的性格、不同的职业价值观、不同的思维方式和行为方式、不同的环境都将决定每个人有着不同的职业生涯。

案例一

某高职院校商务英语专业学生小张和小陈。小张个性活泼,能说会道,对自己充满自信,对生活充满热情,且具有良好的家庭环境;小陈比较内向,不太爱说话,家庭环境一般,但做事很细心,思维灵活。在小张的职业生涯规划中,她选择了外贸经理一职作为自己的事业奋斗目标,为此制定了相应的行动计划与一系列基本措施,并打算毕业后继续深造;而小陈则选择了商务翻译官作为自己的事业奋斗目标,她选择的不是继续读书深造,而是毕业后找一份工作——商务秘书,在工作中学习。

评析

从这个案例我们可以看出,由于两人的性格、价值观及家庭环境的不同,使得两人虽然具有相同的教育背景,但是两人所作的职业规划却是截然不同的。他们都根据自身的特点,选择了适合自己的职业生涯。

2. 开放性

职业规划具有开放性。个人是职业规划的主角,但并不意味着个人闭门造车、独自完成职业规划,也不意味着职业规划必须一次性完成、终生不变。

职业规划的开放性要求个人尽可能多地了解社会、了解市场,多与家人、朋友、老师等交换意见,广泛听取他们的建议,并充分利用身边所能用的资源。

职业规划是使人全面发展的一种有效工具,而不是固定的行为模式,更不是个人发展的枷锁。俗话说:计划赶不上变化。规划一旦制定出来,需要根据客观环境和自身条件的变化等及时做出调整。

案例二

我们仍然引用上述案例一。小张在毕业后,打算通过专升本的考试,继续深造,但事与愿违,考试成绩不理想,被刷下来了。按照她的原规划,下一步将很难进行。但小张没有气馁,她及时对职业规划进行了调整,选择了在一家外贸企业做外贸秘书,打算边工作边复习功课,准备下一年的考试。

二、职业规划与个人发展

哈佛商学院曾经做过一项抽样调查,问学生:“十年后你希望成为什么样的人?”100%的人选择在商场上拥有财富、成就和影响力。但是,他们中只有10%的人写下目标并做了规划。10年后,调查小组追踪发现,那10%为自己定下目标、做好规划的人,他们所拥有的财富是全部受访者的96%。

国外的孩子从幼儿园就开始接受职业规划理念的教育,而国内的职场人士只有在“撞到南墙”的时候,才对自己的职业发展产生疑问。许多人忽略了对自己至关重要的职业规划。

(一) 职业规划有助于发掘自我潜能,增强自身实力

一份行之有效的职业规划将会:

(1) 引导你正确认识自身的个性特质、现有与潜在的资源优势,帮助你重新对自己的

价值进行定位并使其持续增值;

- (2) 引导你对自己的综合优势与劣势进行对比分析;
- (3) 使你树立明确的职业发展目标与职业理想;
- (4) 引导你评估个人目标与现实之间的差距;
- (5) 引导你前瞻与实际相结合的职业定位,搜索或发现新的或有潜力的职业机会;
- (6) 使你学会如何运用科学的方法采取可行的步骤与措施,不断增强你的职业竞争力,实现自己的职业目标与理想。

(二) 职业规划有助于提升应对就业竞争的能力

当今社会处在变革的时代,到处充满着激烈的竞争。物竞天择,适者生存。职业活动的竞争非常突出,尤其是我国加入 WTO 后。要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地,必须设计好自己的职业生涯。这样才能做到心中有数,不打无准备之仗。而不少应届大学毕业生不是首先坐下来做好自己的职业生涯规划,而是拿着简历与求职书到处乱跑,总想会撞到好运气、找到好工作。结果是浪费了大量的时间、精力与资金,到头来感叹招聘单位是“有眼无珠”,不能“慧眼识英雄”,叹息自己英雄无用武之地。这部分大学毕业生没有充分认识到职业规划的意义与重要性,认为找到理想的工作靠的是学识、业绩、耐心、关系、口才等条件,认为职业规划纯属纸上谈兵,简直是耽误时间,有这些时间还不如多跑两家招聘单位。这是一种错误的理念,实际上未雨绸缪,先做好职业规划,有了清晰的认识与明确的目标之后再吧求职活动付诸实施,这样的效果要好得多,也更经济、更科学。

案例三 在沈阳市的一次大型招聘会上,毕业于某名牌高校的小何向浙江一家汽车公司申请一个机械工程师的岗位。他学的是机械专业,在大学期间各门功课都优秀,毕业后的五六年时间里,从事过医药、空调、摩托车等产品的销售、品质主管等六七个工作,但是没有机械方面的工作经历。招聘者看了他的情况后认为,如果他毕业后稳定从事过机械方面工作,则正是公司需要的人选,月薪 3000 元也不在话下,但是因为缺乏这方面的工作经验,公司却无法录用他。一句话说得这名高材生后悔不已。

评析 这是一个盲目择业与就业的典型案列。与此类似,现实生活中,很多大学生由于没有长远打算,年轻时只是随波逐流地换工作,什么工作薪水高就做什么工作,到了 30 多岁还没有职业定位,继续下去出路不大,重新定位又要大费周折,最终不得不在尴尬中虚度光阴。因此,大学毕业生应当尽量将现实环境和长远规划相结合,对自己的职业生涯作一个清晰的定位,这是走上社会前不可缺少的一步。

案例四 某高职院校外语系英语教育专业学生小肖,一进大学,就开始筹划自己未来的职业,根据自己性格外向、喜欢与人沟通,好奇心强,思维灵活的特点,结合自身的优势和不足,她认为自己不适合也不喜欢从事教师类型的工作,

而偏向于在企业工作。在大一时,她就和师姐去参加了人才招聘会。在招聘会上,她体会到了求职、就业的艰辛,并发现外语和计算机能力是当时就业中所要求的重要因素,同时也是实现自己梦想的重要因素。为此,回到学校后,她更加努力地学习,有针对性地加强了自己外语口语和计算机操作能力的训练,同时利用自考的方式辅修了国际贸易专业。

通过努力,她获得了计算机二级水平证书,通过了大学英语六级考试。在校三年,她也获得了用人单位所要求的所有证书。最后,她顺利通过初试、面试,按照自己的意愿顺利地进入了一家外资企业。

评析 凡事未雨绸缪是我们每个人事业成功的最佳选择。小肖通过初步的职业生涯规划,找到了自己的目标,及早地确定了自己努力的方向,以此帮助她不断增强自己的实力,提升自己的就业竞争力。

案例五 某企业有一位打工妹,她的工作是打扫卫生。虽然她的工作与那些搞设计、搞管理的人相比,有一定的差别,但这位打工妹有自己的职业规划。开始做清洁工,把厂区打扫得干干净净,还经常给企业提建议。后来,领导安排她学业务,她学得又快又好。以后被提升为组长,她又领导得很出色。后来让她学财务,她把账目算得清清楚楚,一丝不苟。最后,她当了这个厂的经理,并以她的管理才能入了股,成了企业的股东之一。此时,不少人对这个打工妹的发展感到惊讶,那些高等院校毕业的大学生还没有当上经理,她怎么会当上经理呢?论相貌,长相平平,身高不过一米五五,又黑又矮;论学历,只不过是中专毕业。为什么发展会如此快呢?有人就探究打工妹成功的秘密,结果发现,她成功的秘密武器就是职业规划。打工妹在做清洁工时就树立了当经理的目标。因此,她每天所从事的工作,所考虑的问题,甚至她的言谈举止,都是为实现自己的目标而努力,都在为她的目标积累着素材、创造着条件。

评析 古语曰,凡事预则立,不预则废。该打工妹通过规划自己的职业生涯,在这场激烈的竞争中脱颖而出并节节高升。磨刀不误砍柴工,我们大学毕业生在毕业前应磨好职业规划这把“刀”,这样才能“砍”得更多,更快。

第二节 大学生职业规划的原则与步骤

人口与劳动经济研究人员指出:总体上来看,我国已走出劳动力无限供给时代,最严峻的失业时期已经过去了。然而,很多高校毕业生面临着一毕业就失业的尴尬境地。其根本原因在于,目前劳动力市场不是对大学生没有需求,而是这个需求得不到适合的渠道去满足。因此,解决大学生就业难题,关键是要“匹配”。这种匹配就需要根据不同时期的特点,在了解自己、了解社会的基础上,根据自身的专业特点、工作能力、兴趣爱好,遵循职业规划的基本原则,分阶段、分步骤地制定职业规划。

一、大学生职业规划的原则

大学生职业规划是指大学生在大学生活阶段通过对自身和外部环境的了解,为自己确立职业方向、职业目标,选择职业道路,确定教育计划(特别是大学阶段的学习计划)、发展计划,为实现职业生涯目标而确定行动时间和行动方案。

职业规划的过程是个体探索自我、科学决策、统筹规划的过程,为了保证职业规划的实用性和科学性,应该遵循以下四个原则。

(1) 量体裁衣原则

量体裁衣原则是做好职业规划应当始终遵循的原则,也是最重要的原则。职业规划具有个性化特征,没有统一的定式,需要结合个体的具体特点进行。

职业规划前,不仅要对本体的内在素质,如知识结构、能力倾向、性格特征、职业喜好等进行全面的测评,而且要对个体外部的职业环境和职业发展的资源等进行系统地评估,既考虑个体的职业发展动机,又考察其成功的可能性,从而为个体设定相应的职业发展目标和具体的发展规划。

案例六

某高职院校工科类学生小陈,性格内向,做事谨慎细致,动手能力较强,不太爱与人打交道。在他的职业生涯规划中,他为自己选择了一个技术型岗位。同一专业的小李,在该系担任学生会干部,他具有善于从宏观角度考虑问题,善于分析、解决问题,善于影响、监督、率领组织成员,善于使用权力的特点,在他的职业生涯规划中,他为自己选择了管理型的职位,作为自己事业的奋斗目标。

评析

小陈和小李的选择都是正确的,他们根据自身特点、自身各方面的能力,制定出了具有个人特性的职业生涯规划。试想,如果他们两个人的职业规划反过来,大家认为会是怎样的结果呢?

(2) 可操作性原则

通俗地理解,可操作性原则就是指每个人设定的目标和计划都是具体明确的,都是可以完成、实现的,而不是美好幻想或不着边的梦想。

职业生涯的可操作性,主要包括目标的现实性、计划的可行性和效果的可检查性三个方面。所谓目标的现实性,是指个体目标的设定应该建立在个体现实条件的基础上,是对个体现实资源的真实评估和科学预期,是可以达到的目标,而不能是追新逐异或好高骛远的空想。所谓计划的可行性,就是指为个体制定的计划是非常具体的,是依据他们现有能力可以完成的行动计划。所谓效果的可检查性,就是说目标的现实和计划的执行情况都是以客观事物为标准,是可以度量和检查的。

(3) 阶段性原则

对职业生涯发展来说,人生的不同阶段承担着各自的发展任务,需要解决相应的发展问题。我国古代大思想家、教育家孔子曾有过这样的观点:“吾十有五而志于学,三十而立,四十而不惑,五十而知天命,六十而耳顺,七十从心所欲不逾矩。”因此,职业生涯规划

也应该结合个体的年龄特征,确定具体的发展方向,制定阶段性的发展目标。在现实与最终目标之间设定一个个的阶段性的目标,就像从山脚到山顶的一级级台阶,每迈一步都能够感到自己在朝终极目标前进,奋斗的过程就变得不那么缥缈,而是更具体、更真实。

当然,在个体自身条件或外界环境发生改变时,所设计的理想目标和阶段性目标都需要相应的完善与修正。因此,这就要求所规划的目标存在可调整的空间,可以根据实际情况进行改变。即使是最终目标,也需要结合不同阶段性目标的完成情况适时修正。

(4) 发展性原则

发展性原则是指为个体设计职业规划时,不仅仅局限于个体当前的发展,而且要考虑个体未来的职业发展空间,职业规划要有超前性和预测性。因此,职业规划应该基于影响职业发展的核心因素和本质因素,而不是表面现象进行。比如,个体对企业文化的认知、合作与责任意识水平可以长期影响个体的职业发展,而个人的外部形象和面试技巧仅仅能够说明个体短期的职业状况。因此,职业规划要考量更核心和更本质的因素,从个体长期发展的角度设计职业规划。

总之,职业规划时,我们需要从个体的实际情况出发,根据其不同的年龄特征,制定具体可行的发展规划,同时兼顾近期目标和未来发展的关系。

讨论:根据上述四个原则,请大家分析案例七,是否体现我们的要求。

案例七 某高职院校软件技术专业学生职业生涯规划书

一、自我评估

(一) 成长经历

在我很小的时候,母亲就告诉我,长大后一定要嫁个有技术的,那样才会有“好日子”过。当时我就在想,为什么要嫁给有技术的人?自己何不就成为这样的人?但当时还小,对技术型人才这个概念还很模糊。后来上了初中、高中,学校开设了微机课,我学习了简单的Flash制作、Word、Excel等一些基础性知识。虽然这些知识我都学得不错,但我对它们本身并不感兴趣,反而非常好奇“什么是技术型人才?怎样才能使自己成为技术型人才?”

后来姐姐嫁给了一个高级软件工程师,他在××计算机技术有限公司工作,生活水平非常高。他告诉我,那些神奇的功能都是程序员通过复杂的编程来实现的。我不仅羡慕姐夫的生活质量,更对他的职业有了更深一层的理解。从那时起我的理想职业便是程序设计师。因此,我凭着对计算机知识的热爱报考了××信息学院,学习软件技术专业。

(二) 驱动行动实现目标的态度评估

我想从事的职业是程序设计师。

我已具备的职业必须的态度:诚实正直、尽职尽责、适应能力强、有较强的创造力和组织能力……

还需要逐步加强的职业必须的态度有开放灵活地看问题、理智客观地看待周围的人和事……

因此,在以后的时间里,我会“取己之长,补己之短。”向着成功方向不懈

努力。

(三) 自己的性格和兴趣

1. 人格测试

通过测评,我的人格类型为 INFJ 型,分值分别为:内向 16 分,直觉 7 分,情感 2 分,判断 6 分;影响愿望 63 分,成功愿望 94 分,挫折承受 94 分,人际交往 68 分,属于主宰型、开拓型的人。

2. 兴趣领域识别

我组织能力较强,懂得怎样处理人际关系。根据测评和自我分析,我最感兴趣的专业为软件开发、多媒体、美术设计。我最感兴趣的职业有三个:程序设计师、室内设计师和项目经理。测评结果说明我适合做程序设计师这一职业。

(四) 技能评估

我选择的职业是程序设计师。下面是程序设计师招聘的基本要求:

(1) 计算机专业本科以上学历,或受过软件工程师和软件工程正规训练。

(2) 熟悉软件开发过程,两年以上 C/C++ 软件设计和编程经验;精通 C/C++ 语言与面向对象程序开发,掌握数据库编程技术。

(3) 可以熟练地进行英语或日语的沟通。

(4) 具有良好的团队精神和沟通能力。

(5) 积极进取,诚实正直、勤奋、踏实,责任心强。

我将结合这些要求谈谈自己:

(1) 我现就读于××信息学院,接受了正规的软件工程培训。

(2) 目前,我是大一新生,对 C 语言编程、数据库等方面的认识刚刚起步,掌握得不够全面,但成绩非常突出;从长远发展来看我还需要提高学历和知识储备。

(3) 在语言方面仍需要不断加强。计划在大二英语过四级,提升英语口语能力。

(4) 我一直崇尚的就是团队精神,在与人沟通方面我还需要加强。

(5) 积极进取,诚实正直、勤奋、踏实,责任心强一直是我的特点。

二、职场分析

(一) 可行性分析

1. 个人就业资源

我从小的梦想就是计算机技术人员,因此我的兴趣爱好与我选择的程序设计师这一职业相匹配。我职业测评的结果也说明了这一点。我的特长与职业也是很匹配的。随着专业知识的不断积累、语言的不断加强会为自己的就业打下良好的基础。

同样,我的人生观与价值观与职业也非常匹配。我一直在有意培养我的组织能力,我赞同团队精神,我始终坚信与其他同仁一道并肩作战必将使成绩更加显著。我所追求的不仅仅是金钱上的利益,更多的是为了满足自我个性的需求。