



大学生职业生涯规划参赛作品

——绿毛龟过海计划





绿毛龟过海计划



一年的10月，一只小绿毛海龟弄破蛋壳，经过几天的努力爬到地面上。小绿毛海龟在夜色下爬出沙巢，在海水倒映的月光和星光的引导下，他本能地爬向了大海。面对汪洋大海，那只绿毛龟深知独身前往的危险和寂寞，有食肉动物的袭击、风雨天气的阻挡……于是他开始寻找那一只可以搭载他过海的小木架。同时他也有所担心与思考：我现在会不会太重，适合坐木架过海吗？可以找到适当的木架吗？在中途我是否要换一只木架呢？是游一段坐一段还是都坐木架，是如何安排是好呢？绿毛龟开始不知所措了……

在学校，自己经常会做这么一个游戏，让大家各选择一种动物代表自己，用来告诉大家自己的个性与风格。许多次下来，我总是会说：我希望自己是一只绿毛龟，因为喜欢他们趴在沙堆上嬉戏，埋在沙子里睡觉的快乐主义；喜欢他们在大海中冲浪，不怕困难，不畏强暴的勇敢精神；喜欢他们四脚行走，踏实不慌的笃定心态；喜欢他们幽雅外表和朴素魅力。

因此，在此份职业规划书中，本人将以绿毛龟自居，以绿毛龟找到合适的小木架过海类比为为自己做出合理的职业生涯规划为主要撰写线索，由此呈现个人对于硕士三年以及毕业后五年的职业生涯规划设计。





目 录

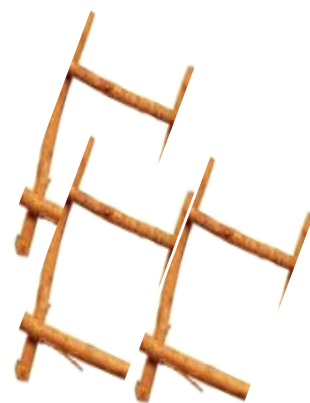
喜欢绿色、崇尚希望的一位勤奋男生

永不疲倦、实践丰富的一个活力男孩

关注公益、不弃梦想的一名进步男儿

责任、爱心、学养、魅力、心态、勤奋……这是学生再次奋进努力的目标！硕士三年，毕业后五年，我将精彩规划、继续前行……

一. 计划总体介绍…… ……………4	二. 绿毛龟自白书…… ……………5	三. 浩淼大海分析…… ……………6
	四. 寻找过海木架…… ……………8	
	五. 实施过海计划…… ……………10	
	六. 评估与调整…… ……………11	
	七. 个人简历 ……………12	





一. 计划总体介绍

1. 参赛宣言：挑战无处不在、年轻没有失败、勇于面对生活、常有感恩心怀。

2. 参赛理念：绿色启航商业智慧

(1) 绿色：我个人倡导一种“绿色”的生活和学习方式。“绿色”代表了一种恬静、充满活力与希望、积极并健康上进的态度及境界，而这些正是大学生们在大学和未来社会生活中最应该具有的宝贵品质。

(2) 启航：在商业时代中，最深邃的不是在奔波劳累中向创业拜伏；而是在谋求人生的全局中心境平和，以提升商业智慧为主，并在宽广的视野中把握一切成功机遇。

(3) 商业智慧：意指成功的商业人士所应具有的各项素质的综合，这些素质包括：知识结构、思维方式、工作经验与能力、社会资源与背景等（这里指作为 HRM 人员的素质）。

3. 参赛目的：

4. 简单自我介绍：（后附详细个人实践简历）

(1) 姓名：****

学校院系：南京农业大学公共管理学院

专业情况：本科为人力资源管理，硕士为企业管理专业（HRM 方向）

政治情况：中共党员

(2) 任职情况：曾任班长、学生会干事、科协副部、学生会副主席、企划同盟会长等

(3) 社会实践：

2004-2006 创办“大学生企业管理与策划同盟”学生社团并担任会长，为学校第一个企业管理类社团，下设 6 大部门，至今共招募近 300 名会员。

2003-2004 从事豪雅眼镜在店服务员工作一年，担任在校学生代理。

2004.7-8 中国海达集团（浙江湖州）市场营销部与人力资源部实习。

2005.3-7 创意开展“现代快报环保 3 元日报”业务，投入 6000 资金，在南农大、南理工、南师、南财、南中医共 5 所大学从事快报征订和派送工作。

2005.4-11 参加校团委主办第五届大学生创业计划大赛，“真爱团队”荣获铜奖。

2005.7.12-7.30 参加爱德基金会“体验西部、走进布托”活动（2000 名大学生报名，仅选取 10 名前往四川大凉山进行贫困调查与生活体验）。

陆续在南大、东大、南理工、南京森林公安警官学院等十所高校进行了布拖巡回汇报会，共募集 8400 公斤衣物托运捐献，后参加南京综合新闻频道《社会大广角》和十八频道《标点》节目录制。

2006.1 扬州市宝应中学、翔宇中学等 5 所初高中开展了布拖贫困调查汇报会。

2006.4 创办“南京海洁校园文化传播中心”，致力企业活动策划推广业务。

推广业务有南京捷通公司校园招聘、南京豪雅眼镜七周年店庆活动。

(4) 奖励情况：

荣获国家三好学生一等奖学金一次、二等奖学金一次。

荣获国家三好学生社会实践单项奖、校优秀学生干部、校优秀团干部各一次。

荣获 2005-2006 年度校党委颁发的“全面提高学生素质，努力增强学生社会竞争力”提增育人计划优秀个人称号。

2006.6 荣获校团委主办“建党 85 周年”党史知识竞赛团体第二名。

参与“真爱粗粮团队”荣获校团委主办第五届大学生创业计划大赛铜奖。

院英语知识竞赛一等奖，最佳表演奖等。





5. 总体规划：（2006年—2015年）

（1）学习：再学习期间，取得企业管理硕士学位，并进行英语计算机再学习，争取取得人力资源管理三级证书及英语中级口译证书。

（2）创业：硕士期间，再进行高校创业（从事校园文化传播与活动推广业务）。

（3）就业：毕业后五年，在江苏省南京市及周边城市（如苏州、无锡等）从事中大型民营企业的人力资源管理中工作，以员工培训与开发及薪酬管理为主要职位选择。职业发展路径希望为HR助理、培训专员、培训主管、人力资源经理。在这期间，争取获人力资源管理二级证书与“国家职业经理人资格”证书。计划在工作五年内，不组建新家庭。

二. 毛龟自白书（自我分析）

小龟我有幸参加了首届中国大学生职业规划设计大赛的“人才素质测评”，依据测评结果以及大学三年的学习生活经历，对我自己进行全方位的剖析与解说，希望可以由此找到适合自己过海的小木架。

1. 职业兴趣

素质测评结果		大学实践汇报	
类型名称	得分	类型解释	小龟验证
管理型	7分	乐观主动，好发表意见，有管理才能	1. 曾任班长、英语协会副会长、学生会副主席 2. 创办社团并任会长、顾问（如企划同盟盟主、职业发展协会顾问、青春健康同伴协会会长、台球协会顾问） 3. 创办“南京海洁校园文化传播中心”，致力企业活动策划推广业务。推广业务有南京捷通公司校园招聘、南京豪雅眼镜七周年店庆活动。
社会型	7分	为人热情，擅长沟通，人际关系佳	1. 参加爱德基金会“体验西部、走进布托”贫困调查活动，陆续在南大、东大等十所高校进行了成果巡回汇报会，共募集8400公斤衣物托运捐献给当居民。 2. 参加南京综合新闻频道《社会大广角》和十八频道《标点》节目录制。
艺术型	5分	思维活跃，创造力丰富，感情丰富	1. 南京同伴教育（防艾、生殖健康、同性恋）首批主持人 2. 编写二册培训课程（沟通技巧与学习方法），开展高校学生互动，进行各大高校“入塔课程（就大一新生适应环境的培训教程）”推广活动。
常规型	3分	忠实可靠，情绪稳定，遵守秩序	/
研究型	2分	思维慎密，擅长于分析，倾向于创新	/
实际型	2分	做事塌实，为人安分，不擅长于社交	/





2. 职业能力

素质测评结果		大学实践汇报
能力类型	得分	小龟验证
基本智能	8	1. 大学三年成绩始终保持 2-5。2. GPA 排名一直前 4 名。
言语能力	7	1. 主持大小会议不下 100 场。2. 企划同盟与同伴教育主持人。
数理能力	9	1. 大学数学一门一外均在 85 分能以上。2. 综合分析能力良好。
推理能力	9	1. 独立分析、逻辑思考能力良好。2. 善良整合资源作出决策。
人文素质	6	/
信息分析能力	6	/

3. 个人特质

小龟测评的特质类型为：影响型。个人认为，此处测评结果很是贴近自己的个性与风格。

素质测评结果		大学实践汇报
能力类型	具体解释	小龟验证
1、综合特质	能与人轻松顺畅沟通、外向且友善、有自信、重视与他人接触	在学校有一定的“知名度与美誉度”，乐群善施，“帮助他人、快乐自己”永远是自己的为人准则。一度以“知心姐姐”而闻名校外。
2、能力优势	有能力的沟通者、能凭直觉了解他人、可迅速适应新的情况	
3、人际关系	人际交往是专长、愿意接纳别人、对社交能力有信心、能在任何场合正面互动、强烈而明显的自信、关怀他人想法与感觉、受人欢迎	
4、激励因子	良好人际关系、感到受他人接纳、赞美和认同挚友的看法和反应	

4. 职业价值观

素质测评结果		大学实践汇报	
能力类型	优势	弱势	
志愿取向	富有同情心、喜欢帮助他人、不计较个人利害得失	比较情绪化、易受他人或环境影响、考虑问题不够全面	1. 参加“体验西部、走进布托”贫困调查活动。2. 南京扶幼院志愿者
经营取向	独立性强、主动行动、有强烈的成就动机	较主观、协作性可能不够、可能比较固执	1. 学生工作主要负责人。2. 常以“领导者”自居，协作不够。
自尊取向	有强烈的责任感、严格要求自己、重视群体规范	虚荣心强、自我意识过强、对他人言行比较敏感	/

三. 了解浩瀚大海（职业分析）

1. 龟窝情况（家庭环境分析）





- (1) 经济分析：家庭经济状况良好，可以帮助自己完成硕士三年学业。
- (2) 家人期望：大学教师、公司职员。
- (3) 家庭文化：父母小学文化、妹妹大学，其他家人均是小学文化水平。

2. 海滩情况（学校环境分析）

- (1) 学校特色：农业、生命科学、经济管理为强势学科专业。
- (2) 专业学习：本科学习专业为人力资源管理，硕士学习专业为企业管理（HR 方向）。
- (3) 实践经验：略（前自介已提及）。

3. 大海情况（社会环境分析）

(1) 就业环境：2006 南京地区各类用人单位对毕业生的需求为 3 万多人，其中南京市需求数为 2.36 万，本科 13147 人，硕士 1826 人，博士 218 人。对大专及以下的需求为 8406 人，占到总需求的 35.62%。

可见，南京就业需求不小，就业环境良好，但就业形势不容乐观，其主要原因：一是每年在宁高校毕业生人数较上一年约增加了 10%—20%，而毕业生的总体需求没有相应增加。二是毕业生的结构失衡问题依然没有缓解，有相当一批毕业生的所学专业与实际需求不相吻合，造成一些岗位长时间空缺，而又有许多毕业生找不到合适的岗位。

(2) 就业政策：

南京地区相关政策：拓宽高校毕业生到基层就业的渠道，逐步取消就业范围。引导高校毕业生到基层、到中小企业就业，鼓励高校毕业生到西部地区就业，对原籍在中、东部地区的毕业生到西部地区工作的，实行来去自由的政策。切实解决非公有制单位聘用高校毕业生的有关问题，鼓励和支持高校毕业生自主创业。对到非公有制单位和自主创业的毕业生，公安、工商和税务部门要简化办公程序。

(3) 竞争对手：

南京及周边地区各名校相关专业硕士博士、部分本科优秀毕业生、各行业欲跳槽精英分子、企业内部工作员工……

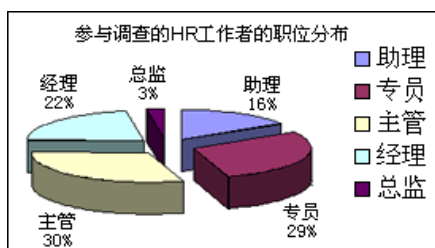
4. 木架情况（职业环境分析）

小龟我希望从事 HR 相关工作，主要为培训方向的职位工作。（以下表格资料来源：中国人力资源网 HR 研究中心 2006 年 9 月 18 日）

(1) 行业分析：管理培训行业

中国管理培训起步较晚，因而存在基础不坚实的先天不足，但也有着直接从国际最新培训理念和方法入手的后发优势。经过这些年的不懈探索和艰苦努力，国内管理培训可谓成就斐然，已成为促进管理发展的一门新兴产业。由于管理培训市场潜力巨大，也由于进入培训市场的门槛较低，所以各地各种类型的管理咨询和培训机构近几年急剧膨胀。面对相对较低的市场份额，国内培训市场必然出现竞争日趋激烈的局面。

(2) 职业分析：HR 工作人员（training）

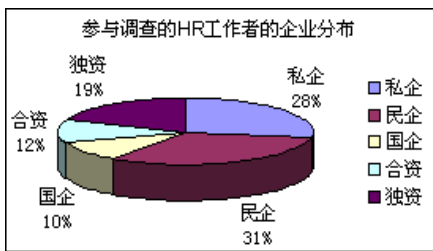


据初步统计，目前我国人力资源管理从业者已达 300 余万人，而高级人力资源管理人才尚不足 9000 人，高端人力资源管理人才非常匮乏，这与人力资源管理在我国目前的发展阶段与发展水平不无关系。



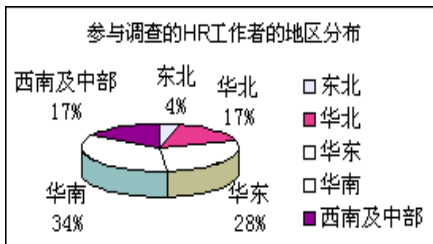


(3) 企业分析：中大型私企、民营企业



中国私企与民企对 HR 工作人员需求较大，且在大中型企业中，HR 工作正在日渐成熟与完善，为毕业生提供了更多的提升与培训空间。对于刚走出校园的自己，我认为进入民营企业，对自己的全方面学习与提高有较大帮助。

(4) 地域分析：江苏省南京市



由图可见，华东地区为 HR 工作者较多集中的区域，南京处于华东区的中心地带，靠近上海、昆山、杭州、苏州、常州、无锡等经济发展较为快速的城市。以便于自己在日后作出职业评估调整后继续在华东地区其他城市发展。

(5) HR 工作要求：

(密歇根大学发布了人力资源管理职业人员必需五种关键素质，得到了人力资源管理协会 (SHRM) 的认可)。



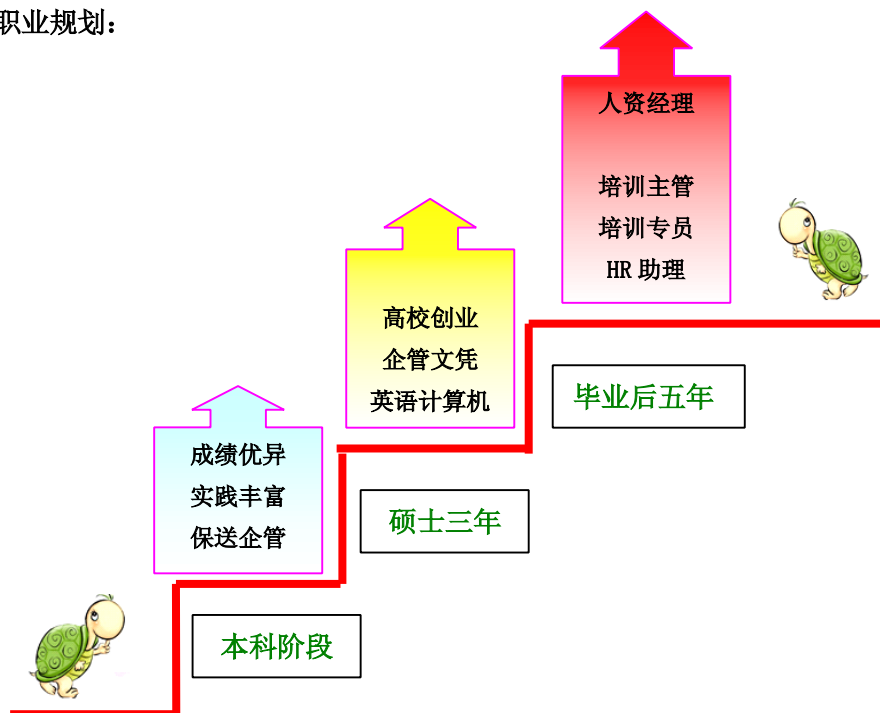


四. 寻找过海木架（职业定位）

1. 对第二、三部分主要内容进行 SWOT 分析与归纳：



2. 小龟的职业规划：





3. 职业规划结论:

通过以上的 SWOT 分析及三个时间段的大方向把握,小龟在此开始对未来可能从事的职业进行初步的确定与规划,有利于制定出具体的职业规划实施方案与计划。日后工作过程当中必然会出现计划制定与执行的偏差与不到致,随时重新评估、转换方向、调整计划,这对于自己的职业规划来讲是非常有必要。

结论项目	具体内容
硕士目标	企业管理(人力资源管理方向)、英语与计算机技术
职业目标	将来从事(管理培训行业)培训主管或者人力资源管理经理职位
职业发展策略	举例:进入江苏省南京市中大私企、民营企业
职业发展路径	前三年走专家路线(专员、培训师)、后二年转型走管理型路线(主管)
具体路径	HR 助理、培训专员或薪酬专员、培训主管或人力资源主管、人力资源总监

五. 实施过海计划

计划名称	短期计划 (大四 1 年)	短后期计划 (硕士 3 年)	中期计划 (毕业 1-3 年)	中后期计划 (毕业 4-5 年)	长期计划 (毕业后十年)
时间跨度	2006 年-2007 年	2007 年-2010 年	2010 年-2013 年	2013 年-2015 年	2015 年-2025 年
总目标	优秀毕业生	优秀硕士	自力更生	稳固攀升	更上一层楼
分目标	取得保研资格	1. 企管文凭 2. 高校创业 3. 英语计算机	1. HR 助理 2. 培训专员	1. 培训主管 2. 人资经理	1. 人力总监
计划内容	上学期:取驾驶证、得一等奖学金、继续社团工作; 下学期:通过英语六级、完成毕业论文、听研究生课。	第一年:完成 32 学分、参与研究生会工作、继续校园创业、考 HR 三级; 第二年:论文开题、撰写论文、发表论文、考中级口译; 第三年:寻求公司实习机会、找工作、结束学习。	第一年:找到一家匹配企业、从事 HR 培训; 第二年:适应职场并获得一定业绩、得到上司常识; 第三年:获取培训、岗位提升、从事培训专员工作。	第四年:对事务性工作日趋熟练、开始尝试参与公司战略性全局性工作; 第五年:争取得到实质晋升即获得主管以上工作岗位。	对前五年职业状况进行综合评估与分析并做职业生涯规划调整与重设;开始夫妻生活与家庭生活,并开始承担大部分家庭责任与重担。
策略与措施	略	1. 考 HR 三级及英语口译;2. 继续海洁校园文化创意项目 3. 参加公司实习工作。即通过理论学习与实践总结提高自身职业素质与职业技能特别是 HR 培训方面的素质与技能。	1. 白天工作晚上学习; 2. 参加各类商业培训 3. 自身 5Q 提升(智商、情商、健商、未商、逆商)	1. 考 HR 二级证书; 2. 取得“国家职业经理人资格证书”; 3. 不断挖掘培训工潜力与管理潜质;充分扩展个人企业人际关系网络。	略
备注	事务性规划	学习规划	职业生涯规划重点		方向性规划





六. 计划评估调整

小龟找到了合适于自己的木架固然是高兴之事，可是难免在汪洋大海中会碰到汹涌大浪、吃人鲨鱼、食肉海鸟等，过海计划永远不可能一帆风顺，就如我们的职业生涯规划一样，它总是一个不断转化与变更的动态过程，所以，随时依据具体情况采取适宜的措施进行及时职业评估与修正很是重要。

1. 评估的内容：（硕士三年调整不大，毕业后五年存在较大的评估与调整的可能）

（1）职业目标评估：

如果从事中大型民营企业的 HR 培训工作存在客观原因方面的阻碍（包括企业环境、市场环境、城市环境等方面的困难），小龟我将对职业目标进行调整。



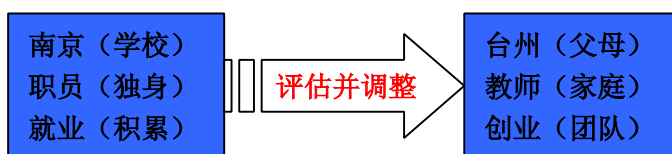
（2）职业路径评估：



（3）实施策略评估：



（4）其它因素评估：



2. 评估的时间：

小龟认为毕业后五年内，一年评估一次是有必要的。在此期间，充分认识自我并随时调整进度和计划，为日后更好地生活与就业打下基础。

3. 规划调整的原则：

（1）尊重个性与风格；（2）实施多元选择；（3）综合分析与评估；（4）以长远职业发展为出发点；（5）考虑家庭与家人的变化；（6）找到个人兴趣与工作的结合点

七. 结束语

感谢主办方为广大学生构建了一个良好的平台，让我们了解自己、认识自己、互相交流、共同进步。更重要的是使我们从真正意义上树立了人生目标、制定了切实可行的生涯规划。自信而不缺乏理性、勤肯而不缺乏创新，我一直在努力，我一直在成长，相信通过此次比赛，我将真正如绿毛龟，坦荡走向浩瀚大海，勇敢面对一切风险。喜欢这么一句话：人生如下棋，没有实质的输赢，而只有心境的高低。自信、敢为、创新、活力的我，继续前行……

