附件1

海南自贸港第二届大学生职业生涯规划大赛职业生涯规划书

项目名称：

作者姓名：

学校全称： （盖章）

组别：□1.本研在校生组 □2.本研应届生组

□3.大专在校生组 □4.大专应届生组

一、职业生涯规划基本信息及职业体验感悟表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓    名 |  | 出生年月 |  | 照片 |
| 性    别 |  | 民    族 |  |
| 籍 贯 |  | 生源地 |  |
| 专 业 |  | 年 级 |  |
| 兴趣、特长 |  | | | |
| 目标职业 |  | 目标城市 |  | |
| 目标职业理由（100字以内） |  | | | |
| 备选职业 | 1. 2. | | | |
| 是否有职业体验 |  | 职业体验单位 |  | |
| 职业体验时间 | 共计 天 | 体验形式 | □实习实践 □观察调研 | |
| 职业体验感悟（1000字以内） |  | | | |

二、职业生涯规划书

|  |
| --- |
| 1、自我认知（主要从优劣势、个人兴趣等方面分析自我，并运用人才测评工具评估） |
| 2、职业认知（应用文献检索等方法介绍整体就业趋势、目标行业的行业现状、工作内容、对生活的影响等情况） |
| 1. 职业决策（详细描述职业目标的选择过程、备选目标，要求职业决策符合外部环境和个人特质，正确运用评估理论和决策模型） |
| 1. 计划与路径（个人近、中、长期的发展计划，要求符合逻辑和现实，具有可操作性） |
| 5、自我监控  （要求科学设定评估方案，并制定调整方案，具有可操作性） |