

职业生涯规划

河北省石家庄市职业技术教育中心

作 者 次旺拉姆

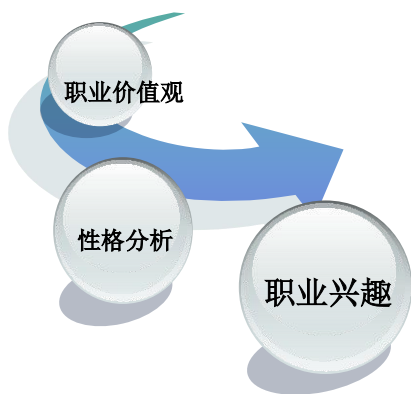
指导教师 李晓艳

每一个人都想要成功，但是成功并不是那么容易得来的。爱因斯坦曾经说过：“成功=艰苦的劳动+正确的方法+少谈空话。”在我的眼里爱因斯坦说的是对的，但并不是我想说的，我认为成功是先要具有适合自己的计划，再加上个人的努力，最后是抓住机遇，恐怕成功就离我们并不遥远了。

目录

一、自我分析	3 页
(1) 职业兴趣	3 页
(2) 性格分析	4 页
(3) 职业价值观	5 页
二、职业分析	5 页
(1) 就业认知	6 页
(2) 社会环境	6 页
(3) 职业压力	7 页
三、职业定位	7 页
(1) 短期目标	8 页
(2) 中期目标	8 页
(3) 长期目标	9 页
四、计划实施	9 页
五、评估调整	15 页
六、结束语	10 页

一、自我分析



自我认知 (self-cognition)

是对自己的洞察和理解，包括自我观察和自我评价。自我观察是指对自己的感知、思维和意向等方面的觉察；自我评价是指对自己的想法、期望、行为及人格特征的判断与评

估，这是自我调节的重要条件。

如果一个人不能正确的认识自我，看不到自我的不足，觉得处处不如别人，就会产生自卑，丧失信心，做事畏缩不前……相反，如果一个人过高地估计自己，也会骄傲自大、盲目乐观，导致工作的失误。因此，恰当地认识自我，实事求是地评价自己，是自我调节和人格完善的重要前提。

（一）职业兴趣 → 幼儿教师

※ 从小就仰慕老师这个职业，现在仍然如此。随着自己的人生观、价值观、社会观的逐渐建立，对幼师这个行业更是情有独钟。

※ 当幼儿教师是每个孩子的第一任老师，希望能够帮助每个孩子建立起良好的生活习惯和性格，让他们开开心心的成长每一天。

※ 当幼儿教师每天都和孩子们在一起，孩子天真活泼没有烦恼，想哭就哭想笑就笑。因此会觉得幼儿园是个神圣没有被污染的地方。

※ 当幼儿教师虽然偶尔会觉得烦躁，但是会因为和孩子们在一起而变得单纯。当幼儿教师虽然有时候会觉得疲惫，但是我在疲惫后看见每个孩子快乐开心的成长，也就觉得不会累了。

我们教孩子音乐的时候，教会他如何聆听；当我们教孩子画画的时候，我们教会他如何观察；当我们让孩子想象的时候，在为他创造美好的世界。

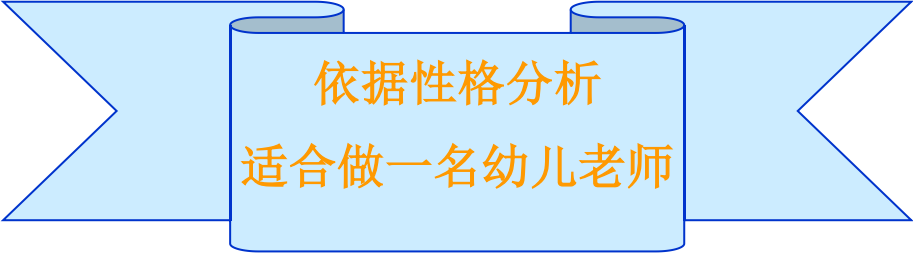
幼儿教师做的一切一切 其实很简单，只是为了孩子更幸福。

（二）性格分析

- | | |
|------------|--------------|
| ◆ 生活活泼 | ◇ 喜欢小孩子 |
| ◆ 性格开朗 | ◇ 有创意思想，有想象力 |
| ◆ 具有童心耐心 | ◇ 热情积极 |
| ◆ 待人可亲 | ◇ 态度端正 |
| ◆ 有明确的生活目标 | ◇ 人际关系比较好 |

同学眼中的我：“自尊心强，助人为乐，开朗乐观，有时候很幼稚，做事细心，但是学习容易偷懒。”

朋友眼中的我：“外表成熟内心幼稚，喜欢小孩子，喜欢个性，对朋友真情实意，朋友有难绝对帮，学习虽然努力但是有时候意志不坚定容易偷懒，无论做什么事情目标都很清楚，脾气有时候很火爆，总是很冲动。



依据性格分析
适合做一名幼儿教师

（三）职业价值观

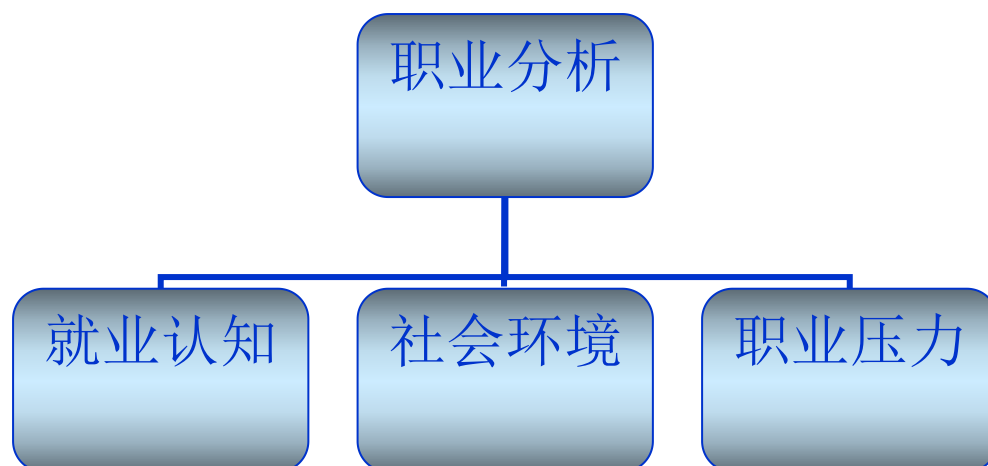
我的职业价值观就是对人要诚恳，对孩子要有责任心，尽自己最大的努力把自己所学的传授给孩子，帮助孩子建立良好的生活习惯和学习习惯。并且及时发现和吸收对自己有益的知识和能力。实现自身更大的价值。

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。

理想、信念、世界观对于职业的影响，集中体现在职业价值观上。

俗话说：“人各有志。”这个“志”表现在职业选择上就是职业价值观，它是一种具有明确的目的性、自觉性和坚定性的职业选择的态度和行为，对一个人职业目标和择业动机起着决定性的作用。

二、职业分析



（一）就业认知

教育部门对高层次的幼师人才需求日益迫切，幼师毕业生的数量和质量也在逐年增加，作为中职生，面临的竞争将会越来越激烈。

目前好的幼儿园中人才基本已成饱和状态，农村乡镇对本、专科毕业生的需求量很大，去的人却很少。期望值高但就业形势严峻。

（二）社会环境

❖ 1. 幼师专业是一个比较长久的教育专业，社会非常需要这方面的人才，幼儿园的快速发展对幼儿教师专业人才提出了更高的要求，加上更多家长越来越重视学前教育，使得幼师专业成为当今教育中发展最快的专业之一。

❖ 2. 现代家长越来越重视学前教育及胎教，目前许多正规或私人幼儿园的要求也已经随着社会发展越来越高，普普通通的大中专毕业生很有可能找不到较好的幼师工作，但近几年一些私人幼儿园却成立越来越多，不合格的幼儿教师也渐渐出现，极大影响幼儿的教育。

❖ 3. 在我们学校所倡导得“行为训练”教育模式，一是先学做人后学艺；二是培养两种能力，即适应能力与发展能力；三是实施三项教育，即职业道德教育、遵纪守法教育和心理健康教育；四是进行四种训练，即文明行为习惯养成训练、吃苦耐劳训练、合作共处训练和创造能力训练。让经过严格、长期的养成训练，使学生逐渐养成终身受益的文明行为习惯和良好学习习惯。

（三）职业压力

※ 新的课程改革带来新的要求，在课程开发的三个基本来源——社会的需要、儿童的需要、学科的要求上各有偏重，而科技的高度发展，社会竞争的加剧，容易使人陷入紧张、焦虑、压抑、苦闷之中。尤其是幼儿教师的职业，在时间上具有延续性，在空间上具有广延性，在性质上具有琐细性，操心、嘈杂的日常管理和教育，使教师在与幼儿的交往中要耗费大量的心力。而在市场经济下，社会对教师的要求也就更高。这就要求幼儿教师具有较高的文化水平和专业素质。于是，教师必须不断的充电，不断的给自己加压，以应对瞬息万变的社会。

※ 来自幼儿家长方面的压力。家长对自己子女也寄予了很高的期望，伴随着家长文化水平的提高，特别是早期教育、早期智力开发等一些新观念对他们的影响，他们不再把幼儿园当作是临时照管孩子的地方，而是希望自己的孩子从一入园就能受到良好的教育，因此，他们对幼儿园的教学质量、环境等都会有更好的要求，相应的也就会对幼儿教师的能力提高的要求，这种要求对幼儿教师来讲也是一种压力。

不是没有目标就不可以活，只是没有目标会活得很累！因为目标是动力，没有动力的人不会轻松！

树立目标还是不够的！要树立高尚远大的目标！要在实现目标的过程中汲取人生的营养，因为我们一直在人生中成长，从未停止过！从来也没有……

三、职业定位



(一)短期目标 (中职毕业前)

千里之行，始于足下。我觉得现在首要的是认真学好各门学科，在 2015 年—2018 年毕业前，要进入全班前十名，把美术、语言表演作为重点特长培养，其他科目要保证在中上等。同时，积极参加学校组织的各项活动，丰富自己的学习和生活。

在学校剩下一年中，了解中职上大学的途径及方法，给自己制定出更明确的目标！

利用寒暑假去社会打工，增加个人社会经验，体验工作的容易。

在毕业前，利用课余时间看各种书来提升个人素质及知识面，并看完每本书都做笔记，写读后感。

(二) 中期目标 (大学毕业前)

2018 年至 2021 年，考取大学并顺利就业。

2018 年至 2021 年，把大学读完，并在上大学过程中，利用课余时间去幼儿园代课或打工自力更生。在余下的大学生活里，积极参加各项社会实践活动，为毕业后走入社会打下扎实的基础。

在 25 岁之前，完成自己的学业生涯，正式进入工作生活。

(二) 长期目标 (大学毕业后至 40 岁)

在 2021 年至 2026 年 五年的时间，成为一家幼儿园的合格教师。

2026 年至 2036 年 10 年的时间，成为一家幼儿园园长或优秀教师。

通过实践学习，不断完善自我，在社会的大舞台充分展示自我。在今后工作中，重视与他人的交往，有良好的人际关系，拥有广泛的社交范围，能迅速适应周围环境，保持积极的人生态度。

四、计划实施

1. 认真实践。
2. 上学期间要不断学习更多的知识，提高自己专业能力和其他各方面的能力。
3. 扩大交际圈，培养扎实的朋友情。
4. 通过各种途径关注幼师专业的发展状况及动态方向。
5. 开拓创新，多观察细节，善于捕捉特殊点。
6. 多交流，积累经验、拓宽眼界。
7. 学会分析、处理问题，学会观察生活

五、评估调整

调整原则：

最终目标要固定不变，可以通过多种途径最终实现最终目标。

制定了计划并不代表就一成不变，如今社会发展之快，要与实俱进。根据实际情况随时调整。一般情况下，每半年根据自身发展和周边环境进行总结补充，有意外因素及时灵活修正。

结束语

- ♥ 我有一双轻轻轻轻轻的翅膀
- ♥ 我相信我总有一天会飞向远方
- ♥ 我会飞的越来越高越来越远
- ♥ 飞向我向往的梦想
- ♥ 离开深渊的苦海水
- ♥ 那双轻轻轻轻轻的小翅膀
- ♥ 迟早一天会轻盈煽动带我飞向远方
- ♥ 有梦的地方才是天堂