

# 第一部分 自我认知

## 个人基本资料

基本情况	女、本科、南京林业大学、环境艺术设计专业	
性格	乐观、向上、稳重、踏实；缺少创新思维	
爱好专长	画画，跳舞，运动	
意志力情况	坚强、有韧性，永久性局限性	
自我地盘	情绪情感状况	热情，但却缺少一定激情
	生理状态	身高 16.7 体重 53 容貌偏上
	情商	大学四年不准备恋爱
英语水平	英语笔试能力尚可，但听、说等运用水平局限性	
计算机水平	能执行正常计算机操作任务，仍需加强操作	
别人的见解与盼望	家长	是一个懂事的孩子，从小善于交际、性格乐观，有自己独特的想法；变革能力稍差；要不断加强改善
	老师	在注重理论知识学习的同时，善于参与社团锻炼；缺少社会经验；自律性不强；适合从文艺型或社会型工作
	朋友	有上进心，学习能力强，做事踏实，注重细节问题；独立性不强

## 一、性格能力分析

我的性格类型是“ISTJ”（内向 感觉 思考 判断）——从容不迫地做好自己的工作

### a.与世界互相作用的方式:

内向

听的比说的多；避免成为注意的焦点；较之广博，更喜欢精深；关注外部环境变化对自己的影响；注重隐私，只与少数人分享个人信息；注意力集中于内部世界，内心体验丰富

## **b.获取信息的另一重要方式:**

### **感觉**

崇尚现实主义；着眼于现实，安于现状；相信拟定而有形的食物；关注细节，喜欢描述；循序渐进地给出信息；喜欢运用和琢磨已有的技能；喜欢按部就班地按已有的方式做事

## **C. 决策的方式:**

### **思考**

通过客观分析做决定；崇尚逻辑、公平和公正；有吹毛求疵的倾向；也许被视为无情、麻木；认为合乎逻辑的感情才是对的；受获得成就欲望的驱使

## **d.做事方式:**

### **判断型**

重视结果；想知道自己的处境；有工作原则，先工作后玩；拟定目的并准时完成任务；按计划有条理的做事；喜欢按部就班的生活方式；乐意进行管理和控制

### **我的工作优势**

不同的人格类型，没有“好”与“坏”之分，每一个人都有其特别的优势和劣势，具有一方面的优势，则必然有另一方面的劣势，测评的目的，是让我看清楚自己的这些优势和劣势，这些优势和劣势，是跟随我性格、不也许后天改造的，或者说，是天性的组成部分。

认清自己的优劣势，可以让我更能找到发挥自己长处的工作，让我的职业生涯更加清楚和准确。总结有以下几点：

- 做事脚踏实地并且非常有条理，工作一丝不苟，对待具体问题、事实和细节非常专心细致；
- 办事精确，希望第一次就能把工作做好； 1、
- 可以连续地工作，对相同的工作任务不会感到厌倦；
- 追求高效率和多成果，可以专注于一个项目或任务上，可以不需要别人的合作独立工作，可以通过集中精力和深思熟虑稳步地达成自己的目的；
- 相信传统模式的可取之处，乐于遵循拟定的工作安排和传统的方针政策，是组织忠诚的维护者；
- 有非常强的责任意识，信守诺言，容易得到上级和同事的信任；
- 心态平和，对于应当做什么事有自己的主见，即使碰到阻力或干扰也能一如既往，能将工作自始至终贯彻到底，对实现目的很有毅力和决心

## 我的工作劣势

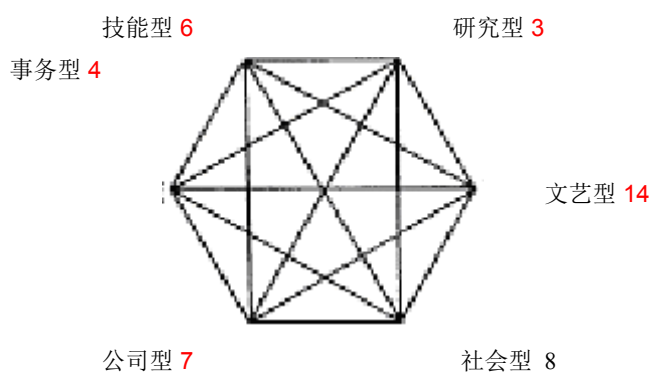
每一种性格，都有自己劣势的一面，这些劣势，往往是天生的，是不可改变的，只可以引导和规避，例如假如 1 米 5 的身高，就不要去把打篮球当作自己的奋斗目的。

结识到自己的劣势，可以让我尽量少的陷入自己的劣势中，而更多的使用自己的优势去工作和生活。总结有以下几点：

- 办事不能灵活变通，有时难以适应新情况，不乐意尝试新的、没有通过考验的观点
- 对有些新思想持怀疑态度，有时不能明白别人的需求，特别是那些与您不同的人，也许给人留下我行我素、冷漠的印象
- 也许对变动感到不安，碰到更大的困难或不拟定的任务时，通常采用回避态度

- 有时会由于近期目的而忽略长远需要，难以看到问题的整体以及行为的长远影响，对需要很长时间才干完毕的项目和任务缺少耐心
- 为人敏感，易受无关因素的影响，较为情绪化，自我控制能力较差，有时会表现出冲动、任性，考虑问题瞻前顾后踌躇不决，决断时魄力局限性
- 不大能考虑方针或者决定对别人导致的影响，很难理解和自己不同的规定
- 对自己规定不高，不愿积极承担责任；也许低估自己和自己对组织的奉献，过于注重事情的结果；
- 也许会陷入工作的细节和平常操作中

## 二、职业爱好分析



鉴于测评结果，我的优势职业类型是**文艺型**和**社会型**。

### ◆文艺型(C型):

#### 职业特性:

在职业发展过程中，可以充足发挥自己的艺术、直觉、想象和发明能力，发挥自己勤于自我反省的专长；此外，注意进一步增强自己解决实际事务的能力。

**推荐职业:** 演员、室内装饰设计师、主持人、化妆师、摄影师、剧作家等。

#### ◆社会型(D型):

##### 职业特性:

在职业发展过程中,可以充足发挥自己人际交往方面的能力、在团队或集体活动中积极积极地扮演组织协调者;此外,旨在工作中通过故意的锻炼增强自己独立工作的能力。

**推荐职业:** 教师、学校校长、心理辅导员、公务员、征询人员、职业指导顾问、育婴师等。

## 价值观分析

我的职业价值观倾向为: **报酬\*财富**。而我在**影响\*支配**、**社交\*人脉**两种类型的价值观倾向也比较明显。

#### ◆报酬\*财富型:

公司型的高薪职业比较适合该类型的人。

#### ◆影响、支配型:

部门经理、高级主管、校长等管理工作比较适合该类型的人,职业倾向重要体现为公司型和一部分社会型职业。

#### ◆社交\*人脉型:

销售、市场、人力资源、教师、征询师等社会型、公司型的工作比较适合该类型的人。

## 三、我的职业能力分析

### 1、发明能力指数

我的发明力指数为 37%

从发明力指数分析说明：我的发明性尚可。思维发散性不强，大部分时候会受到现有模式的制约，考虑问题遵循常规，但有时也可以站在独特的角度看问题，偶尔能产生一些新的思想，发现或者发明一些新的事物。

## 2、人际交往指数

我的人际交往指数为 74%

从人际交往指数分析说明：说明你的人际交往能力较强。性格比较开朗，和陌生人打交道不会让你觉得不快乐。你与周边的人相处的很好，也有比较多的朋友和自己的圈子。你丝毫不把人际交往看作自己的承担，也较少在人际交往方面存在困扰。

## 3、抗压指数

我的抗压能力指数为 37%

从抗压指数分析说明：表白你的适应能力尚可。在各种陌生、复杂、紧急或危险的情况发生时，你虽然会感觉不适，有时还会犯愁，但通常可以克服困难来应对新的情境。你具有一定的独立性，虽然有时也会跟风，有时也可以提出自己的观点。在新的环境中，你虽然对周边的人抱有一定的警惕并保持一定的距离，但仍然可以和别人建立较为和谐的关系

## 四、适合的领域与职业

- 稳定、传统的工作，一般不必冒险，不必使用未经检查或实验性的方法，保持事务的正常运转和组织的稳定运营，讲求效率，工作有条理，如 **公务员**、**文职类**、**行政** 或 **后勤** 类等事务型工作；

- 对于数据和细节非常耐心细致，可以快速、有效、独立的工作，需要解决大量数据和信息的财务、审计、记录类职业，如 **审计专员**、**记录专员**、**成本经理** 等；
- 技术、设计、生产精确度规定很高的职业，如 **证券分析师**、**预算分析家**、**房地产估价师**、**仪器仪表工程师**、**版图设计工程师**、等；
- 通过逻辑思考，有效率地完毕工作，如 **系统测试工程师**、**网络编辑**、**系统分析师**等

## 自我识认小结：

我的人才素质测评使我对自已进行了多角度、全方位的分析，报告结果与本人实际情况基本吻合，使我进一步认清自我属于何种类型的心理人和社会人，初步拟定自己的未来职业取向。综合考虑个人实际情况和测评结果，本人内向，具有较强的判断和人际交往能力，重视社交人脉和经济回报，所适宜的未来职业类型是艺术型和社会型。同时，测评中也显示本人存在的局限性，如发明力低、独立性不强、缺少永久性等，应当在日后故意地通过训练和实践完善自我。

## 第二部分 职业认知

家庭环境分析	家庭经济比较宽裕，父亲是政府官员，母亲以照料家庭为重，且有退休养老金，为我提供了优越的生活条件和环境。父母从小严格教育我，使我养成刻苦、乐观的性格，并时常对我进行抱负、信念教育，让我明确目的、实现自我
学校环境分析	学校 南京林业大学是一所中央与地方共建并以地方管理为主的多科性大学。学院现设有 21 个学院（部）。学校注重依托雄厚的地区经济优势和优越的人文、自然条件，积极探索为经济建设和社会发展服务的有效途径，努力把学校建设成为生态环境建设和生物资源哺育、保护与开发运用为特色，各科学科协调发展，具有一定国际影响的高水平研究教学型大学。毕业生遍布全国各地，深受用人单位欢迎
	学院 南京林业大学的艺术设计专业是我国林业类院校中最早设立的艺术设计专业。1995 年，我校环境艺术设计专业成立，开创了我国林业类高校艺术设计教育的先河。2023 年，艺术设计专业被江苏省教育厅定为高等学校特色专业。长期以来，我校艺术设计专业的综合实力在江苏省艺术类专业中名列前茅
	寝室 寝室友人，人生目的明确（三人考研，一人考公务员，两人进设计院，两人致力外企工作）。方式合理（注重学习的同时善于通过逛街看电影、做运动等方式放松自我），是一个和谐、向上的小集体
	社团 学生会以“服务同学、完善自我”为宗旨，提供了一个培养奉献精神的有效途径，同时强调个人沟通能力、组织和协调能力的锻炼
社会环境分析	就业形势 经济危机下大学生“就业寒潮”没有升温迹象，形势严峻 对于人才需求学历层次，越来越高
	就业政策 国家对大学生就业高度重视，相关扶持政策多、力度较大：发明就业机会增长岗位供应；鼓励和引导毕业生到城乡基层就业；让大学生到基层或者农村工作；疏通就业渠道合理配置资源；鼓励“大学生村官”扎根新农村；规范省级以下机关事业单位的用人制度，杜绝通过关系进人的现象；鼓励和支持大学生到非公司工作等
	人才需求 经济发展区域不平衡，东部沿海人才需求旺盛，西部地区发展速度加快，相应的人才需求总量也在增长
职业环境分析	行业分析 随着生活水平的提高，人们对美感的追求也越来越强烈。环境艺术设计专业作为发明美感的一门学科，也越来越受到学子的青睐。



环境艺术设计的就业面很广，因素在于我国快速发展的经济，市政建设项目和房地产项目如雨后春笋，无论是室内设计还是景观设计均需要大量的环境艺术设计人才，环境艺术的专业涵盖从过去的室内设计发展到今天室外设计、广场设计、园林设计、街道设计、景观设计、城市道路桥梁设计等全方位、多范围的设计领域。现代人们生活水平和公共场合消费档次的提高，设计也由过去偏重于硬件设施环境的设计转变为今天重视人的生理、行为、心理环境发明等更广泛和更深意义的理解，除了美观外还要有艺术性、欣赏性、发明联想性等，是近年来的一个新兴的行业。本专业就业市场一直很广阔，只要涉及到环境艺术类都可胜任，如建筑装饰设计，室内外效果图设计，园林景观设计，环境工程改造等并且待遇非常高

专业需求 自改革开放以来，经历了奔腾发展过程。特别是室内设计和景观设计的社会需求逐年提高，由此带来专业设计人才缺口突现，社会需求量每年突破近百万，原有的中国八大美院所培养的环境艺术设计人才已无法适应设计市场的需求，学校开设这门专业是通过市场验证过的，因环境艺术类涉及的行业成本高，所以员工待遇也相称高，行业前景可观

专业就业方向 毕业后可在建筑设计研究院、室内装饰设计或工程公司、景观设计工程公司等各类相关行业公司从事环境艺术设计和建筑设计工作，可在大专院校等教育单位从事该专业的教学工作，也可在房地产开发公司或政府部门从事城市规划和建筑设计管理以及相关领域的研发应用工作。

地区分析 江苏大多数城市经济发展水平高、人文素质好、发展空间大，南京地处长江下游丘陵地区，是经济发达的江苏省省会城市，是全省政治、经济、科教、文化和交通通信中心。南京是国家级历史文化名城，先后有十个朝代和政权在此建都。虎踞龙盘，人文荟萃。是一个令人悠然神往的历史古都。基础厚、机遇大，是成就本人目的的良好选择。再者，虽然江苏徐州是我的家乡，但我的许多亲朋好友都已在南京工作生活，更有助于为我提供帮助，获得机会，所以江苏特别是南京是我发展的首选。

### 第三部分 职业生涯规划设计

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/095204031321011223>