

Beisen Drive Dream 北森生涯
——点亮中国人的生涯之路



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



我们的未来 导航

塑造完美的大学生活和职业生涯

[简介](#) [关于我们](#) [联系我们](#)

许多同学不清楚自己的特点、不知道自己该朝什么方向发展、不知道怎么做出重大人生选择、不知道如何开始行动.....，吉讯致力于帮助你解决这些问题，使你全面了解自己、获得详细有针对性的职业信息、学会决策自己职业目标的方法、制定出自己的生涯计划书、并开启自己的职业探索行动！



WX 5 F

[忘记密码](#)



你可以对信息进行修改 带*的为必填内容

所属学校:	西藏山南职业技术学校
*学号:	133301
*姓名:	岳琪
*性别:	<input checked="" type="radio"/> 女 <input type="radio"/> 男
*出生日期:	<input type="text" value="11/16/1993"/>
*身份证:	<input type="text" value="11111111111"/>
*专业类别:	<input type="text" value="公共管理类"/>
*教育程度:	<input type="text" value="本科"/> ▼
*院系:	<input type="text" value="计算机系"/> ▼
*专业:	<input type="text" value="信息管理与信息系统"/> ▼
*入学年份:	<input type="text" value="2017级"/> ▼
班级:	<input type="text" value="1班"/> ▼
*移动电话:	<input type="text" value="13767235121"/>
*电子邮件:	<input type="text" value="test@beisenedu.com"/>
生源所在地:	<input type="text" value="黑龙江"/> ▼
学生类型:	<input type="text" value="普通教育"/> ▼
通讯地址:	<input type="text" value="北京海淀区"/> ×

提交 >>



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心



生涯寄语

我们的未来导航！

职业生涯规划 塑造大学生的完美生活和美好未来.....
也许你一直都在为梦想奋斗，却说不出梦想的确切模样。若干年后的生活会是怎样呢？
经过“自我了解—职业探索—决策行动”三个步骤，让你更清晰的看到未来的样子。



职业生涯规划会遇到哪些问题？
如何让大学生生活更完美？
怎么做职业生涯规划？





•



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心



SITUATION ASSESSMENT

✓ 现状评估

当前位置: 首页 > 现状评估



现状评估: 对自己当前特征的清楚把握, 是定位自己的职业方向最重要的第一步!

主要内容区域，包含黄色和浅绿色背景，以及相关的评估内容。

SITUATION ASSESSMENT

√ 现状评估

当前位置：首页 > 现状评估



现状评估测试共有 17 道题目，请根据选项选择作答，完成后请点击“提交，查看报告”。

	1非常不符合	2不太符合	3有些符合	4非常符合
1. 我能说出我自己看重什么(如：名望、成就、收入或安全等)。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 我能说出几个我感兴趣的活动和事情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 我清楚自己擅长和不擅长的事情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. 我知道自己学习什么样的内容最快。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. 我能说出自己最突出的几个性格特点。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. 我知道自己最喜欢的职业的具体工作内容。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. 对于自己喜欢的职业，我收集了相关的信息和建议。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. 我考察过感兴趣的职业，熟悉其具体工作内容、报酬、工作条件等。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心

SITUATION ASSESSMENT

✓ 现状评估报告

当前位置: 首页 > 现状评估 > 现状评估报告

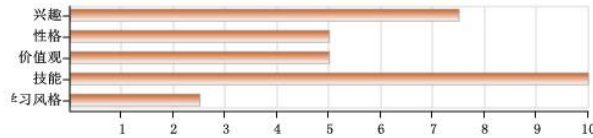


现状评估报告

我是什么样的人？我感兴趣的职业是什么？我怎样确定自己要走的道路？你是否清晰地知道这些？前面的小测试可以帮助你获得这样的一些信息。对于自己的了解是职业生涯规划中最基本的方面。对自己当前特征的清楚把握，是定位自己的职业方向最重要的第一步。为了完善你的自我了解，你需要在**性格、技能、兴趣、价值观和学习风格**五个方面深入把握自己的情况。

- 兴趣：对自己未来所示状况的清晰度；
- 性格：知道自己做事擅用的方式；
- 价值观：对自己未来所示状况的清晰度；
- 技能：准确把握自己最突出的技能是什么。
- 学习风格：知道自己怎么学习会更有效；

你在这五个方面，粗略的现状如下图所示：



从得分可以看出，你在**学习风格**的自我了解方面比较欠缺。你在**性格、价值观**的自我了解方面稍有欠缺。你在**兴趣**的自我了解方面对自己比较清楚。你在**技能**方面有深入的把握。

一个完整的职业生涯规划除了对自身情况的了解，还需要积极地探索职业世界的情况，以及是否能够积极主动地开展相关的行动。一般而言，自我了解越清晰、职业探索

越充分，并且能够主动以实际行动去试验、完善自己的职业计划，就能够获得最佳的职业选择，实现理想的职业目标。在下图中，你可以从总体上看出自己在自我了解、职业了解、决策行动三个方面的相对表现。



昌雄博 同学，欢迎你!

吉讯

首页 | 现状评估 | 自我了解 | 职业探索 | 决策行动 | 结果中心

职业兴趣 | 职业性格 | 职业技能 | 价值观 | 学习风格

SELF-AWARENESS

当前位置: 首页 > 自我了解 > 职业兴趣

职业兴趣

职业兴趣: 兴趣是人们获得工作满意度、职业稳定性和职业成就感的重要影响因素!

兴趣是最佳的老师! 在职业生涯规划过程中, 对兴趣的探索能够帮助我们找到适合自己的职业工作领域, 从而确定人生发展方向, 并指导你不断前进。

探索说明:

1. 无须过多考虑现实的教育或培训情况, 凭自身兴趣答题;
2. 选项没有对错之分, 根据第一反应答题;
3. 请一次性完成兴趣测评的所有题目。

探索时间: 20分钟
题目数量: 94道题

测评可以不限次使用, 两次测评之间间隔时间为三个月。

开始答题 >>

TOP

我的报告
My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观
- 学习风格
- 生涯报告书



兴趣探索共有 94 道题目，请根据选项选择作答，
完成后请按提示继续下一步。

第 1/6 页

已完成：



我（喜欢做）...

- | | | | | |
|--------------|-----------------------|---|-----------------------|---|
| 1. 操作机床 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 2. 了解陨石的化学成分 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 3. 素描 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 4. 出席各种联谊活动 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 5. 筹办公司 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 6. 管理账目 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 7. 制作模具 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 8. 了解地壳的变化规律 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 9. 爱好写文艺随笔 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 10. 参与社团组织 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 11. 推销产品 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |
| 12. 编制测算工资表 | <input type="radio"/> | 是 | <input type="radio"/> | 否 |



SELF-AWARENESS

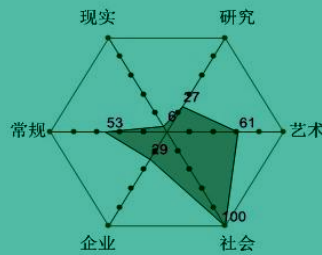
职业兴趣报告

当前位置: 首页 > 自我了解 > 职业兴趣 > 职业兴趣报告

职业兴趣报告

职业兴趣报告
阅读指南

每个人都有独特的兴趣特点, 下图显示了你在六种职业兴趣类型上的分布情况, 你可以了解你的兴趣倾向的整体情况:



结果和同学一样, 怎么办?

结果感觉不太像, 怎么办?

结果呈现极端情况, 怎么办?

六种图形代表的六种兴趣类型的含义是:

兴趣类型	特点	最热爱的事	最讨厌的事
现实型	喜欢职业、操作、修理、运动	操作机器或工具	大型社交活动
研究型	理性、精确、求知欲	复杂深奥的纯理论研究	
艺术型	助人	独自操作机器或工具	
企业型	喜欢竞争, 追求掌控感	在辩论中胜利, 或组织、指导	
常规型	有条理, 循规蹈矩, 脚踏实地	组织或整理繁杂的信息和资料	快速应对出其不意的变更

😊	助人	打成一片	独自操作机器或工具
😞	企业型	在辩论中胜利, 或组织、指导	复杂深奥的纯理论研究
😞	常规型	有条理, 循规蹈矩, 脚踏实地	组织或整理繁杂的信息和资料

😊 表示你最强的两类兴趣 😞 表示你最强的两类兴趣

根据你最强的兴趣, 可见你的特点是:

你是一个典型的Helper, 天生的助人者, 在学习、生活中以帮助和教育他人成长、获得幸福为己任。你喜欢和人打交道, 乐于各种社会性交往, 人际活动成为你日常生活的主要导向, 是注意力、能力、精力的主要投入方向。在人际交往中, 你真诚地帮助他人或者给予指导, 极力地营造出和谐、温暖的人际环境。你不喜欢孤独, 期望在团体和环境中获得强烈的归属感, 只有这样你才会感到觉得舒适和活跃。你为人和善, 平易近人, 有爱心, 关心自己和别人的感情, 喜欢倾听和了解别人, 也愿意付出时间和精力去解决别人的冲突, 喜欢教导别人, 并帮助他人成长, 所以别人都乐于向你一诉衷肠。你不爱竞争, 喜欢大家一起做事, 一起为团体尽力。

✓ 使你如鱼得水的^{环境}: 有较多人际交互、能帮助他人、指导他人、较为和谐的团队环境。

✓ 你乐衷的活动或课程: 志愿者、支教、募捐、家教、社工等助人活动; 教育类、社会工作类、心理类、医护类课程等。

✓ 你特别钟爱的专业有: 教育学、幼儿教育、师范类专业、心理学、社会学、社会工作、临床医学、护理学等。

✓ 你可能喜欢的职业有: 教师、辅导员、医生、护士、社工等。

根据你最弱的兴趣, 提醒你要避免自己不怎么感兴趣的事:

你不喜欢和机器、工具、设备打交道, 在这些方面你不感兴趣, 因此, 在职业生涯规划过程中, 你可能要回避那些特别多跟机器打交道的工程类或发展方向, 同样, 你可能不是很喜欢特别需要体力投入和实际动手的发展领域, 因此, 在生涯选择时需要慎重考虑。

昌雄博 同学，欢迎你！



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心

职业兴趣

职业性格

职业技能

价值观

学习风格



首页
现状评估
自我了解
职业探索
决策行动
结果中心

职业兴趣
职业性格
职业技能
价值观
学习风格


SELF-AWARENESS


职业技能
当前位置: 首页 > 自我了解 > 职业技能


1. 本页共35张图片，每张代表一种常见的技能，请单击选中你最擅长的5项技能，再次点击该图片可以取消选中，大于5或小于5都无法进行下一步，完成后请点击“下一页”。


第 1/3 页
已完成:

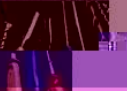
0%



安装



编程



操作与控制



服务他人



工具使用



故障排除



积极倾听



积极学习



技术设计



监察



解决复杂问题



科学思维



口头表达



判断和决策



批判性思考



人际交往



团队合作



领导能力



设备维护



时间管理



书面表达



数学推理



协调



物资管理与分配



数据分析



系统评估



协商



修理



需求分析



学习策略



任务监控


团队合作


调查


质量控制/评估


安全管理



职业兴趣

职业性格

职业技能

价值观

学习风格

生涯报告书

昌雄博 同学，欢迎你!



首页 | 现状评估 | 自我了解 | 职业探索 | 决策行动 | 结果中心

职业兴趣 | 职业性格 | 职业技能 | 价值观 | 学习风格

SELF-AWARENESS

✓ 职业技能

当前位置: 首页 > 自我了解 > 职业技能

2. 本页共30张图片，每张代表一种常见的技能，请单击选中你**最不擅长**的3项技能，再次点击可以取消该选中，大于3或小于3都无法进行下一步，完成后请点击“下一页”。

第 2/3 页

已完成: 33%



职业性格

职业技能

价值观

学习风格

生涯报告书

安装 ✓

编程 ✓

操作与控制

工具选择

故障排除

积极学习

技术设计

监察

解决复杂问题

科学思维

仪器监控

阅读理解

指导

质量控制在分析

资金管理

上一页 >>

下一页 >>



首页 | 现状评估 | **自我了解** | 职业探索 | 决策行动 | 结果中心

职业兴趣 | 职业性格 | **职业技能** | 价值观 | 学习风格

SELF-AWARENESS

职业技能

当前位置: 首页 > 自我了解 > 职业技能

3. 本页共5张图片，它们是你职业技能探索第一步中选择的最擅长的5种技能，请点击对它们进行排序，1代表最擅长技能，2代表次擅长的技能，以此类推。如果需要更改选择，请再次点击已排序的任何一个图片，重新开始排序。完成后请点击“提交，查看报告”，即可查看职业技能探索的报告和职业推荐。

第 3/3 页

已完成:  66%

1	2	5	3	4
服务他人 ✓	积极倾听 ✓	口头表达 ✓	人际敏感 ✓	人际适应 ✓

上一页 >>

提交, 查看报告 >>

我的报告

My reports

职业兴趣

职业性格

职业技能

价值观

学习风格

生涯报告书

TOP

●

●

●

●

●

●



OCCUPATIONAL EXPLORATION

推荐职业

当前位置: [首页](#) > [职业探索](#) > [推荐职业](#)

测评推荐职业

综合推荐职业类

你还没有做过测验，如果想查看推荐职业，请先去“自我了解”模块做测验或到“职业查询”模块里了解感兴趣的职业。

我的报告

My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观
- 学习风格
- 生涯报告书

职业名称	兴趣	性格	技能	价值观
小学教师	✓	✓		
心理咨询师	✓		✓	
制片人		✓		✓
时装设计师			✓	✓
中学教师	✓			
特殊教育教师	✓			
学前班教师	✓			
幼儿园老师	✓			
中学心理教师	✓			
拓展训练师	✓			
教育设备管理员	✓			
助教	✓			
教练		✓		
健身教练		✓		
生物学研究者		✓		
儿科医生		✓		
药剂师		✓		
旅行代理人		✓		
演员		✓		
摄像师		✓		
精神病医生			✓	
市场经理			✓	
酒店经理			✓	
证券销售员			✓	
图书管理员			✓	
私人侦探			✓	
行政经理			✓	
医学研究者			✓	
临床心理学家				✓
编舞				✓
音乐指挥				✓
室内设计师				✓
教育心理学家				✓
景观设计师				✓
导演				✓
零售经理				✓

TOP



The image shows a large pink rectangular area that has been placed over the main content of a webpage. This area obscures all text and graphics that would otherwise be visible in the central and lower portions of the page. The only visible elements are the header and navigation bar at the top.



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果

推荐职业

职业咨询

收藏职业

✓ 职类介绍

当前位置： 职业探索 > 推荐职业

→ 教育培训



📺 相关视频

1、听一个老师唱出老师的心声，感动！

<http://www.tudou.com/programs/view/qJ14nTjI-M/>

教育和培训类工作的最大的共同点就是将自己的某方面知识、技能、能力等传授给他人，使接受教育者得到提升。这类工作付出的所有努力都是要使学习者听得明白、学得开心并有所收获。这类工作环境一般是室内，如教室、会议室、礼堂等，个别工作会在室外，如拓展训练师、足球教练等。此外，这类职业在工作中都需要和人打交道，需要用到自己的专业特长和工作技能。



做教育培训工作的要求有哪些？

教育培训类工作由于总是要与人打交道，传授知识经验，所以需要从业者具备很好的沟通能力、亲和力和理解力。要做好这类工作，需要有帮助他人的意识和热情，善解人意、关心他人、乐于交往都是从事这类工作必须具备的性格特征。教育培训类工作的从业者为能够用自己的专业知识帮助学习者感到骄傲，并拥有较好的培训技巧、教课技巧。想要从事教育培训类工作，一般需要具有本科及以上学历，扎实的基础知识及广博的见闻，并且还需要丰富的实践经验。所以教育培训类工作是个“越老越吃香”的工作。

关闭 >>

昌雄博 同学，欢迎你!



首页 | 现状评估 | 自我了解 | **职业探索** | 决策行动 | 结果中心

推荐职业 | 职业查询 | 收藏职业

OCCUPATIONAL EXPLORATION

The screenshot displays the Occupational Exploration tool interface. On the left, there is a sidebar with a grid of job categories. The main area shows a list of job recommendations. Four red circles highlight specific elements:

- A circle around a job title in the top right of the list.
- A circle around a small icon or button next to a job entry.
- A circle around a job entry in the middle of the list.
- A circle around a job entry in the bottom right of the list.



首页 | 现状评估 | 自我了解 | **职业探索** | 决策行动 | 结果中心

推荐职业 | 职业查询 | 收藏职业



OCCUPATIONAL EXPLORATION

√ 搜索结果

当前位置: 首页 > 职业探索 > 职业查询 > 搜索结果

查询到与关键字 **心理** 相符的职位如下表所示:

教育心理学家	心理咨询师 ICCF	特殊教育教师
临床心理学家	高校心理学教师	家政顾问
工业组织心理学家	婚姻咨询师 ICCF	插画家
中学心理教师	中学教师	橱窗设计师

返回 >>

我的报告 My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观
- 学习风格
- 生涯报告书



✓ 心理咨询师

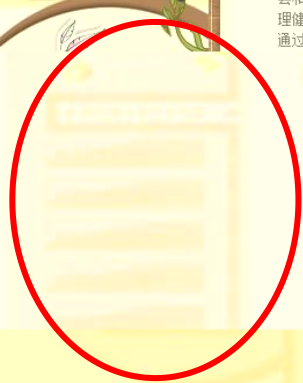
综合考虑
寻找最适合你的职位!



职业简介

心理咨询师是指运用心理学及相关学科的专业知识，遵循心理学原则，通过心理咨询的技术与方法，帮助求助者解除心理问题的专业人员。

随着我国社会变革和经济转轨的进一步发展深化，每个人面临的生存和发展竞争日益激烈，高速前进的社会和个人面对大众的心理素质已构成一种现实的挑战。目前，社会转型给人民群众带来的沉重经济和心理健康问题已经成为一种影响乃至危害人民身心健康和增加社会不安定因素的重要问题之一。而心理咨询可以通过科学的方法和手段提供有效的心理援助。





我的报告
My reports

- [职业兴趣](#)
- [职业性格](#)
- [职业技能](#)
- [价值观](#)
- [学习风格](#)
- [生涯报告书](#)

OCCUPATIONAL EXPLORATION

√ 具体职位

当前位置: [首页](#) > [职业探索](#) > [职业查询](#) > [具体职位](#)

→ **教育、培训及图书管理** 下有哪些具体职位:



幼儿园园长	高校经济学教师	高校医学教师
中小学校长	高校地理学教师	高校管理学教师
大学校长	高校政治学教师	学前班教师
中学心理教师	高校心理学教师	幼儿园老师
高校南学教师	高校社会学教师	小学教师
高校计算机教师	高校保健教师	中学教师
高校数学教师	高校护理学教师	特殊教育教师
高校建筑学教师	高校教育学教师	拓展训练教师
高校工程学教师	高校图书馆学教师	档案保管员
高校农学教师	高校法学教师	博物馆馆长
高校生物科学教师	高校表演系教师	博物馆管理员
高校林学教师	高校通信教师	图书管理员
高校地球科学教师	高校汉语言文学教师	留学顾问
高校化学教师	高校外语教师	视听资料采编员
高校环境科学教师	高校历史学教师	助教
高校物理教师	高校家政学教师	助教
高校人类学和考古学教师	高校体育学教师	
高校民族学教师		

[返回](#) >>

[TOP](#)

昌雄博 同学，欢迎你!

The screenshot displays a career exploration interface. At the top, there is a navigation bar with a search input field and a '搜索' (Search) button. Below this is a large yellow banner with the text 'PERSONAL OCCUPATIONAL EXPLORATION'. The main content area features a grid of job categories, each with a small icon and a 'NEW' tag. The categories include: 职业性格 (Occupational Personality), 职业技能 (Occupational Skills), 价值观 (Values), 学习风格 (Learning Style), 生涯报告书 (Career Report), 城市规划师 (Urban Planner), 体育经纪 (Sports Agent), and 整形医生 (Plastic Surgeon). A '返回' (Return) button is located in the bottom right corner of the main content area, and a 'TOP' button is positioned at the very bottom right of the page.



我的报告
My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观
- 学习风格
- 生涯报告书

OCCUPATIONAL EXPLORATION

✓ 搜索结果

当前位置: 首页 > 职业探索 > 职业查询 > 职业类查询

您可以通过点击下面的文本框选择专业类别，来查看某专业类别推荐的职业。对于感兴趣的职业，您可以在查看时收藏它。

教育程度:

专业类别:

查询

这部分的职业推荐是根据专业类别推荐的。
你选择的专业类别是“工商管理类”

- | | |
|-----------|----------|
| • 总经理 | • 营运经理 |
| • 广告及营销经理 | • 市场经理 |
| • 销售经理 | • 公关经理 |
| • 信息经理 | • 财务总监 |
| • 财务经理 | • 人事经理 |
| • 薪酬经理 | • 培训经理 |
| • 生产经理 | • 采购经理 |
| • 物流经理 | • 仓储经理 |
| • 酒店经理 | • 危机处理专家 |
| • 招聘专员 | • 薪酬专员 |
| • 培训专员 | • 后勤 |
| • 管理分析师 | • 会务 |
| • 会计 | • 审计 |
| • 预算分析师 | • 信用分析师 |
| • 财务分析师 | • 理财规划师 |
| • 金融监管 | • 税务代理人 |
| • 电子商务师 | • 网络推广经理 |
| • 网络推广经理 | • 网站运营经理 |
| • 网站运营经理 | • 网上店长 |
| • 精算师 | • 高校商学教师 |
| • 高校管理学教师 | • 公关专家 |
| • 导游 | • 零售经理 |
| • 证券销售员 | • 客服主管 |
| • 行政总管 | • 采购员 |



OCCUPATIONAL EXPLORATION

收藏职业 当前位置: 首页 > 职业探索 > 收藏职业

本部分是你在职业探索过程中收藏的职业，它们都可能成为你将来的职业选择方向，请认真思考这些职业，并仔细分析：这些职业中是否存在某些共同特点？同时，你可以找同学、老师一起讨论，他们也能给你很多启发。

添加	职业名称	兴趣	性格	技能	价值观	搜索收藏
<input type="checkbox"/>	采购经理					
<input type="checkbox"/>	临床心理学家					
<input type="checkbox"/>	心理咨询师					<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	中学教师					
<input type="checkbox"/>	拓展训练教师					

我的报告 My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心

决策过程 行动计划

DECISION-MAKING ACTION

✓ 决策过程

当前位置: 首页 > 决策行动 > 决策过程

“你做出自己的职业决策了吗?”

我们天天都在做各种各样的决策。你做出自己的职业决策了吗? 你是否觉得很难做出职业决策? 是什么困扰了你? 是一些自我限制的想法, 还是缺少一些行之有效的方式进行验证你的决定?

如果你受到一些想法的困扰, 可以点击“澄清我的迷思”, 里边提供了一个常见观念的辨析。如果你想了解一些决策的方式, 下面列出了一种常见的决策的小方法: 平衡单, 你可以利用它来促进你的决策:

职业兴趣

职业性格

职业技能

价值观

学习风格

生涯报告书

澄清我的迷思

决策工具: 平衡单

✓ 澄清我的迷思

当前位置： 首页 > 决策行动 > 决策过程 > 澄清我的迷思



你是否觉得很难做出职业决策？是什么困扰了你？看看以下一些对于决策的想法，如果符合你的状况，请在选项前打钩。

自我认识：

我以前没有好好学习，许多基础知识都不扎实，而这会成为我职业选择的阻力。并且，这些已经是历史，现在再努力也无法弥补，但决定了我未来的职业发展很糟糕。

★ 无论对谁来说，最重要的都是现在而非过去。固然，你可能曾经没有好好努力，许多基础知识都不够扎实，但是只要你现在认识到这是一个发展的屏障，你就应该去寻求弥补的方法：或者去再学习、或者去回避某些领域。总之，你需要全面衡量自己的现状，而不是把现在当成无可替代的“恶果”。你现在要做的是选择改写你历史的方法。

我以前犯过严重的错误，是挥之不去的阴影，它将阻碍我的职业发展。

如果让我分别用一句话来概括自己的兴趣、价值观和技能，我会说不上来。我感觉自己永远无法充分地理解自己，在职业规划方面也一直没有一个非常确定的方向。

我想不出有哪个职业会适合我，好像我什么都不擅长，但又好像什么都可以。

我总是希望任何事物都应按我自己的意愿发展，如果不能获得我希望的职位，我一定无法忍受这种失败。

✓ 决策平衡单

当前位置：首页 > 决策行动 > 决策过程 > 决策平衡单



平衡单是列出你的多个选项，就各影响因素对选项进行逐一分析和评分，最后计算各备选项的因素总分，分数高的就是你的优先选择，你可以以此决策。



决策平衡单

[查看示例](#)

影响因素	重视程度	中学心理教师	心理咨询师	心理测评研究员
兴趣	5: 非常看重	+3: 非常满足	+3: 非常满足	+2: 比较满足
能力	5: 非常看重	+3: 非常满足	+2: 比较满足	+3: 非常满足
薪资	5: 非常看重	0: 不得不失	0: 不得不失	+2: 比较满足
家人支持	3: 一般看重	+2: 比较满足	0: 不得不失	+2: 比较满足
发展前景	4: 比较看重	+1: 有点满足	+2: 比较满足	+2: 比较满足

计算总分

+40

- +33

- +49

清空重填

提交并显示结果



常用的职业决策考虑因素(供参考)

★ 个人物质方面的得失:

- | | | |
|------------|----------|----------|
| 1. 收入 | 4. 工作的困难 | 7. 升迁的机会 |
| 2. 工作环境的安全 | 5. 休闲时间 | 8. 生活变化 |

★ 他人物质方面的得失:

1. 家庭经济
2. 家庭地位

★ 个人精神方面的得失:



★ 他人精神方面的得失:

平衡单示例

小王, 28岁, 未婚, 本科学历, 从事销售工作, 月收入5000元, 父母均为普通职员, 无兄弟姐妹。

		重要性	现状	理想	差距
自己物质方面的得失	1. 经济状况	4	+2	+5	-5
	2. 健康状况	3	+1	-1	+2
	3. 工作时间	1	0	-4	0
	4. 休闲生活	2	+3	-3	+2
	5. 未来展望	5	-2	+4	+4
自己精神方面的得失	1. 发挥兴趣和能力的	5	+1	+5	+5
	2. 有成就感	4	-1	+5	+5
	3. 改变生活方式	1	0	+3	+2
他人物质方面的得失	1. 家庭收入	2	+2	+3	-2
	2. 为家人分提家里的事	1	+2	-2	0
	3. 与家人相处时间	2	+3	-2	+1
	4. 与朋友相处时间	2	+1	-2	+2
他人精神方面的得失	1. 家人自豪	2	0	+3	+3
	2. 家人认同	2	+1	+3	+2
	3. 家人的担心	1	-2	-4	-1
合计			+22	+77	+68



我的报告
My reports

- 职业兴趣
- 职业性格
- 职业技能
- 价值观
- 学习风格
- 生涯报告书

DECISION-MAKING ACTION

✓ 行动计划

当前位置: 首页 > 决策行动 > 行动计划



“没有目标 就没有方向!”

“没有目标，就没有方向”说的就是人生发展目标设定的重要性，但是，如果一个目标没有付诸行动，那么它就完全没有目标的意义了。

因此，在这个部分，你要循序渐进地去思考自己的职业目标，并且围绕目标列举出自己的切实的行动计划。在这个过程中，你要一步步记录下你的想法，这对你去实施计划及实现自己的职业目标有巨大的促进作用。

制定新行动新计划

查看我的行动计划



DECISION-MAKING ACTION

✓ 行动计划

当前位置: 首页 > 决策行动 > 行动计划



制定新行动计划共有 4 页内容，请根据选项选择作答，在输入框内输入相关信息，完成后请点击“下一页”。

第 1/4 页

已完成:

0%

哈佛大学曾对一群条件相近的青年人追踪研究，其中13%的人有清晰的目标，60%的人只有一些模糊的目标，27%的人完全没有目标。25年后，那13%的人几乎都成为社会精英与成功人士，完全没有目标的27%的人则生活不如意、工作不稳定。

为什么一个人没有了清晰的目标就难有成就，那是因为

我的报告

My reports

职业兴趣

职业性格

职业技能



首页

现状评估

自我了解

职业探索

决策行动

结果中心

测评报告 生涯计划书

REPORTS

✓ 测评报告

当前位置：首页 > 结果中心 > 测评报告



性格报告

查看关于你性格报告的综合对比情况

[查看](#)



学习风格报告

查看关于你学习风格报告的综合对比情况

[查看](#)

兴趣报告

价值观报告

我的报告

My reports

职业兴趣





生涯计划书

一、个人档案

姓名: 高佳博 性别: 男 年龄: 21
学 校: 北京服装学院 院 系: 艺术设计 专 业: 视觉传达

二、自我认识和探索

“你是谁？”是每个人都会一直在思考的问题，也是帮助你寻找未来发展道路的一个关键问题。以下是在你的各种特点。

1、综合类的素质