

动物生产类专业学生创新创业及就业能力提升系列

学生成长手册

专业：水产养殖学

班级：2020级

姓名：李心怡

类别：本科 (本科/硕士/博士)



一、个人职业生涯规划

(一) 自我分析

职业兴趣 (喜欢干什么)	社会型. 乐于助人和与人打交道, 乐于处理人际关系	
职业能力 (能够干什么)	表达能力, 组织和管理能力较强. 适合当教师.	
个人特质 (适合干什么)	爱岗敬业, 工作负责, 注意细节. 当教师.	
职业价值观 (最看重什么)	收入与财富. 自由独立.	
胜任能力 (优劣势是什么)	优势: 性格敦厚, 能力较强. 劣势: 性情懒惰, 不爱活动.	
个人经历	教育经历	自2004~2014年, 接受将教育. 2017~2021年本科.
	工作经历	家教.
	培训经历	四六级, 专业课培训
自我分析小结: 我的性格既内向又开朗, 活泼, 积极向上, 乐观主义者. 现阶段拥有英语, 计算机基础技能. 无特殊宗教信仰, 无神论, 坚信马克思主义. 同学, 老师评价较好, 但仍有不足. 会于接下来每日时间会加以改正. 目前, 教师行业就业前景较好, 随着中国与国外经济往来, 教育更加国际化, 教师知识储备和能力水平带有极大冲击. 我将投入我精力, 为教育奉献自身.		



个人成长记录 (第二学期)

发展方向	个人发展目标	个人活动记录	自我反思与评价	
拟培养的能力	运动	增强体质	效果良好	
	时间管理	制定计划	效果良好	
	友谊	多元友谊	效果良好	
	学习	持续学习	效果良好	
	交友	友遍全校	效果不佳	
	控制	控制脾气	效果良好	
	计算机	精通操作	效果不佳	
	英语	词汇量提升	效果良好	
	内心	强大内心	效果良好	
	处事方式	尽善尽美	效果良好	
拟提升的素养	文化积淀	增强底蕴	效果显著	
	集体荣誉感	团结同学	效果良好	
	人情事理	妥善处理	效果不佳	
	心理	强大内心	效果良好	
	专业认知	强化认知	效果良好	
			坚持晨跑夜跑	
			做事不拖	
			参加班会及学生会会议	
		阅读课外读物若干		
		社团活动、交集他院朋友		
		控制发脾气与内心		
		计算机等级考试		
		"词达人"练习		
		"心理主题班会及活动"		
		于浩多与人交流、从中交流学习		
		图书馆一天半小时		
		运动会		
		处理好他人的喜怒哀乐		
		挫折或投写后自我疗愈		
		专业认知		



十、毕业回访

工作单位	利洋公司	单位性质	私企
职务/职称	员工	工作年限(年)	1年
工作第一年月薪(元)	3800	目前月薪(元)	2800
更换单位	无		

个人成长手册对您的职业定位和发展有什么帮助?

个人成长手册对专业学习,大学生职业规划,其他各项技能的学习规划更加

清晰:明了,学习成果规划,提高学习效率,学习更加有针对性。

对工作性质,工作岗位更加了解。

社会形式,就业前学规划,行业现状有了进一步的了解,个人成长手册
力有3个很强的规划。

