

# 职业生涯规划及 X 县食品行业发展概况

食品与生物工程学院

食品一班

XXX

XXXXX

## 职业生涯规划及 X 县食品行业发展概况

俗话说：“民以食为天”。每当看到人们在可口的食物面前犹豫徘徊时，我深深地体会到了食品营养与安全的重要性，我想通过学习和研究各类食品的营养价值，为人们制定合理的膳食指南和营养搭配，让人们吃得安全，吃得放心，使更少的人因食品而烦恼，快乐饮食，快乐生活。因此我的职业目标是成为一名公共营养师，为人们提供食品营养方面的咨询性服务，使人们的饮食更加科学，更加合理。

### 一、自我认知

人最难的就是认识自己，人总是能把别人看的很透彻，却很难看清自己。

#### 优点

1. 生活态度乐观积极，对未来充满信心
2. 注重人际关系建设
3. 有较强的创新能力，喜欢挑战新事物
4. 为人和善，亲切，乐于助人

#### 缺点

1. 容易忽略别人的感受，心思不够缜密
2. 做事半途而废，缺乏耐心，容易办事情想得简单
3. 有时太在乎别人的看法，不经思考就人云亦云

通过以上评估，我对自己有了更加深刻的认识 and 了解。发现了在不同人眼中自己的优缺点，看到了自己的潜能。

从个性分析中可看出，我的个性特征是影响稳健服从型，我喜欢与人建立关系，做事满足自己的兴趣与嗜好，容易接纳他人，配合团队，能经由说服技巧或理性讨论达到目的。我的能力优势就是人际沟通与管理能力，有自信扮演积极角色，有办法展现外向个性，理性并能根据现实准确的做出判断，为人友善。同时我平常的快乐与满足感和正面温暖的人际关系将激励我更加的努力。

自我认知总结：

通过以上几方面的分析，我看到了自身的优缺点，对自己有了更为深刻的认识和理解。我的优势将利于我的工作，因此我会全力以赴的追求自己的梦想。

## 二、职业认知

选择一个职业，也许就决定了自己未来的所有生活，因此需要对自己的理想职业有个清醒的认识，使自己向梦想越走越近。

### 1. 外部环境分析

#### 家庭环境分析

我出生在一个普通的农民家庭，我的父母只是靠他们诚实的劳动获得一些收入来养活我们，供我们上学。从小父母就教导我要自立自强，要勇敢的面对生活中出现的挫折和不幸，想要的一切都要靠自己的努力去争取。

#### 学校环境分析

我的学校齐鲁工业大学，是山东省特色院校，轻工是我们的特色。食品科学与工程专业也算其中的优势专业，学校也很重视，这就为我们获得相关方面最好的学习和实践提供了最好的基础。

我的任课老师都有丰富的教学经验和实践经验，教给我们的不只是所学专业，相关内容都会给予讲解，涉及食品工业的方方面面，为我打下了很好的专业基础，因此我深信我可以做好我的目标行业。

#### 社会环境分析

从今天我国现状来看，我国公共营养师、食品安全卫生管理员严重缺乏，全国现有公共营养师不到 10000 人，每 13 万人才拥有一名公共营养师，而在日本每 300 人就拥有一名营养师。由此可见，我国从社会到个人对营养学还没有足够的重视。随着公共消费意识的成熟，公共营养师、食品安全卫生管理员的需求会迅速增加。

#### 目标地域分析

我的目标地域为南方或沿海地区，这些地方普遍经济发达，与外界接触多，接受新信息能力强，人们追求高质量的生活，因此对于吃特别讲究，更乐于了解不同食物对人体的不同作用，以及各类食物对人体的营养价值。他们会更多地注重食品的营养搭配和合理安全性，因此有较大的发展空间。

## 目标行业发展状况分析

公共营养师发展前景广阔，目前国内这方面的人才稀缺，并且主要存在以下几个问题：

1. 公共营养师作为新兴职业，专业人才少；
2. 公众大多对食品营养重视不够，选择合适的发展地域难；
3. 没有系统介绍公共营养的书籍，大多过于专业化和具体化。

我相信，每一个问题的背后都蕴藏着机遇。正因为专业人才少，当努力学好这方面知识时，就有很大的发展潜力，关键是要培养对食品的营养分析以及检测食品质量与安全的能力。

## 2. 目标职业分析

(1) 目标职位名称：公共营养师

(2) 岗位说明

公共营养师是国家劳动部颁布的第4批新职业之一，是指从事营养咨询，营养测评，营养宣教，营养管理以及营养教学与科研工作的特殊职业者。主要分为以下几类：

1. 在诊所从事营养工作
2. 在餐饮服务业负责管理工作
3. 公共营养咨询师
4. 在公共领域从事保健工作的公共营养师
5. 在社区健身中心提供服务的公共营养师
6. 在教育领域工作的公共营养师

(3) 工作内容

医院，学校，幼儿园，宾馆，饭店，食品企业，健身俱乐部，美容院，社区，营养咨询中心，体检中心，养老院等都对公共营养师有很大的需求。具体工作内

容由工作地点而定，无论在哪个地方工作都要求有丰富的工作经验和完善牢固的知识体系，在大学期间应努力学习专业知识，多参加社会实践，了解不同的工作环境要求，开阔眼界，增加阅历。

### 三、职业生涯规划的目标与路径

任何一个目标的实现，都是一场艰辛但却不断坚定自我的过程，也许其中不乏挫折和困难，但我不会轻易放弃。

#### 确定目标和路径

##### (1) 近期目标

在校期间，努力学好专业知识，牢固掌握专业技能，积极参加课外实践活动，多在公司和工厂中实习，在周末和假期参加不同的兼职工作；

##### (2) 中期目标

深入研究本专业，努力工作，在所在公司有一定的发展，开始进入中层领导者行列，创作和发表学术性的文章，考取高级公共营养师证，积累工作经验，有一些志同道合的朋友，开始组建自己的合作团队。

##### (3) 长期目标

积累丰富的工作经验，人际关系更加和谐，在实践中不断成长，能准确地面对市场做出判断，更加稳重，最终成为营养方面的专家。有很好的人际关系和工作环境，工作快乐，有一个幸福的家，双方父母安度晚年。

##### (4) 职业发展路径

积累实际工作经验，大约 5~10 年后考取高级公共营养师，成为营养方面的专业学者。当我积累一定的经验和人脉关系后，拥有自己的合作团队，继续努力学习和研究，增强自己的管理能力和对问题的分析判断能力，最终成为营养方面的专家。

### 四、职业规划与实施计划

#### 短期计划

毕业前：到食品厂或公司实习，约 10 个月左右，回校后准备毕业论文及毕业答辩，考取食品检测中级技工，参加招聘会，找到适合自己发展的工作。

#### 中期计划

在这个阶段，我已不再是一名学生，将进入社会并努力使自己融入其中，为了使自己将来更好的发展，会尽力找一份适合自己的工作。

找老师沟通或参加招聘会后找到一份与食品营养有关的工作。

#### 毕业～毕业后 5 年：

在工作中积极认真，积累丰富的工作经验，掌握专业知识和技能，考取二级公共营养师。

#### 毕业后 5～10 年：

考取高级公共营养师，开始从事食品营养方面的工作和研究。积累丰富的工作经验以及建立完善的人际关系。在这几年中，进入企业中级领导层，并有一定的资金和一些志同道合的朋友，开始转入医院、学校、社区等，为人们设计日常的饮食以及营养的搭配方案等。

#### 长期计划

#### 毕业后 15 年：

工作：参加培训和知识讲座增强多方面的能力，进入企业高级领导层，在社会或行业中享有较高的知名度和美誉度，工作顺利；

生活：有自己的家庭，婚姻幸福，双方父母安度晚年，生活态度乐观积极。

人际：有一些很要好的朋友，会定期聚会，同时在工作中结识更多的人，不断扩大人际范围，了解不同环境情况。

### 五、职业规划结束语

以上就是我的对于自己未来职业发展趋向的初步思考，我相信它是适合自己的。然而，理想与现实总是存在差距，但是大致的方面应该不会改变。没有规划的求职注定是盲目的。同时，它也是此类人们求职失败乃至整个职业生涯平庸无为的主要原因所在。但是，即便有一份完备的职业规划，却没有践行之，那么这

样的规划无异于一张废纸。有人说，在职业生涯的道路上，最幸运的人莫过于认识到职业规划的重要性而未雨绸缪的人；最成功的人则是那些通过自己的努力，一路披荆斩棘将既定目标一一实现的人。但“成功不相信眼泪”，“只有经历风雨才能见到彩虹”，不管我的职业生涯之既定规划实现的过程是何等的艰辛，我都会毅然前行，因为我已经是最幸运的人的了，最成功的人离我还会远吗？我坚信，通过自己的拼搏，我会有个成功的职业人生。

## **XX 县食品行业发展概况：**

近日，山东省农业厅公示了第六批农业产业化省级重点龙头企业名单，X 县华兴畜牧有限公司、山东荣昌育种有限公司两家企业成功入选。至此，X 县县级以上农业重点龙头企业达到 68 家，其中省级重点龙头企业达到 12 家，省级重点龙头企业数量位居全市第一。

近年来，X 县深入贯彻落实国务院《关于支持农业产业化龙头企业发展的意见》、山东省《进一步扶持龙头企业发展深化农业产业化经营的意见》，将扶持培育重点农业龙头企业作为传统农业转型升级、加快发展高效生态农业的重要抓手，出台加快高效生态农业建设工作实施方案，提出了到 2020 年，全县县级以上农业重点龙头企业达到 100 家的目标。

在 X 县众多食品公司中，万德酒业无疑是其中的翘楚。近日，在由省食品工业办公室、省食品工业协会联合召开的食品行业综合实力评审会上，万德酒业以综合实力十七的名次荣登 2007 年度山东省食品行业（白酒）三十强荣誉榜。

目前，公司拥有气相色谱仪等各种现代化机械设备 30 多台套，国际先进水平的流水生产线四条，总资产达 4000 多万元。2006 年公司销售收入达 6000 万元，在国内同行业中率先通过了 ISO9001 质量和 ISO14001 环境体系认证，被授予“山东省高新技术企业”、“山东省农业产业化龙头企业”。公司产品“大山特”酒、“枣木杠”酒、“枣星”蜜枣、金丝小枣等四大主要产品全部获“山东名牌”称号。