**生涯发展报告（自拟标题）**

1. **职业目标（450字左右）**
2. 职业目标

1.职业目标起源

**（注释：职业目标可以从以下三个方面找：家庭影响、专业可能、社会需求、个人兴趣等等）**

2.职业目标认知

**（注释：利用PLACE方法了解职业，职业所需的技能，职业的困难和挑战，行业未来发展趋势）**

（二）职业目标认同

1.我个人内在特质与职业目标的适配分析

**（注释：可以从个人成长经历梳理、个人人格特质分析入手如：霍兰德职业兴趣测试，对于职业和行业的情感认同，职业的使命担当—从国家战略中找价值或从现实问题中找价值或从个人特长中找价值）**

2.我的职业榜样

**（注释：通过榜样人物，反映个人的价值观，从榜样人物中能够学到什么）**

二、成长行动**（600字左右）**

（一）提升职业能力的成长实践

 1.成长行动成果

**（注释：利用STAR成就故事法来描述我个人的成长故事，故事内容有当时的形势、面临的任务/目标、采取的行动/态度、取得的结果。通过该故事反映个人成长经历，我从该事件当中汲取的知识技能和经验。）**

2.成长行动反思

**（注释：反思个人目前具备哪些技能和知识，通过成就故事思考我有哪些收货与成长，结合前文，职业认知的内容，寻找到我还需要提升什么。）**

（二）目标职业的能力要求

**（注释：结合前文，职业对于个人能力的要求与个人成长行动反思相结合，探索个人与职业的适配度。）**

三、成长计划**（450字左右）**

（一）未来的成长计划

 **（注释：从现在到找到理想职业目标之前的行动规划，能够提升职业相关技能的典型事件、需要做的具体行为，预期成果如何，完成该事件的预计时间，完成该事件需要的资源）**

（二）成长计划的评估调整

 **（注释：所谓调整是指在原有职业目标不变的前提下，调整实现目标的路径，时间和方法）**