职业生涯咨询信息收纳表

您好：

很高兴您愿意通过一对一咨询的方式更好地规划自己的职业生涯。

咨询前，咨询师需要详细了解您的工作背景、教育、成长等经历，并结合必要评估进行周密的咨询方案的准备，便于咨询的高效进行。为此，需要您认真、详细、没有遗漏地填写这份信息收纳表。

在这份表格中，也许有些问题您认为没有必要，或觉得侵犯了您的隐私，但我们的咨询经验发现也许这种情况下就是您职业发展的重要切入点，同时填写表格也是您静下心进行自我探索的难得机会。

对您的任何个人信息咨询师将恪守保密原则，未经本人同意不透漏给第三方。

谢谢您的合作！

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓 名 |  | 性 别 | 请选择 | 班 级 |  |
| 年 龄 |  | 婚姻状况 | 请选择 | 民 族 |  |
| 籍 贯 |  | 常住城市 |  | 工作状态 | 请选择 |
| 联系电话 |  | 电子邮箱 |  |
| 最高学历 | 请选择 | 专 业 |  | 毕业时间 |  |
| 毕业院校 |  |
| 所在单位名称（全日制填写入学前单位） |  |
| 所在单位情况（全日制填入学前单位） | 单位名称 |  |
| 所在部门 |  | 职位 |  | 年收入 | 请选择 |
| 参加这次职业规划咨询，希望解决的问题是什么？（请选择1-2个）[ ] 职业选择与定位 [ ] 职场适应 [ ] 职业能力探索 [ ] 职业决策 [ ] 职业方向重定向 [ ] 职业倦怠[ ] 职业晋升 [ ] 跳槽 [ ] 职业人际关系处理[ ] 职场压力面对 [ ] 工作与生活平衡 [ ] 生涯愿景与生涯平衡[ ] 其他 请用文字详细描述你对这个问题的思考与疑问： |
| **以下内容有利于咨询师对你的全面了解，请认真填写：**1、学习经历的详细描述（从高中毕业后写起，行数不够可自行增加） |
| 起止时间 | 就读学校/培训机构 | 专业/课程 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| 2、工作经历的详细描述（行数不够可自行增加）： |
| 起止时间 | 所在单位 | 部门 | 岗位 | 工作内容（请详细描述） | 离职原因 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 3、你比较喜欢的专业和事情有哪些，为什么？ |
| 4、请列出成长过程中最有成就感的事情（大于三件），并描述为什么？ |
| 5、重要他人（家人、朋友等）对自己的期望和影响。 |
| 6、你方便咨询的时间，以及其他你希望告诉咨询师的（比如可能影响职业发展但在上述内容未提及的因素；近期针对相关问题的咨询经历等）。 |

注：如有近期做过相关的测评，可附上测评报告。