# 大学生人生规划

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2024-11-22

*第一篇：大学生人生规划轻化与环境工程学院环科11-1班201105011009王孟平我的人生规划年轻人充满对未来的憧憬。而未来所有生活目标的实现，又往往从择业生开始。可是，由于当前的就业压力，择业成了一件很难的事。有很多人，在学校时把自己...*

**第一篇：大学生人生规划**

轻化与环境工程学院

环科11-1班

201105011009

王孟平

我的人生规划

年轻人充满对未来的憧憬。而未来所有生活目标的实现，又往

往从择业生开始。可是，由于当前的就业压力，择业成了一件很难的事。有很多人，在学校时把自己的人生，设计得很美好，但一到现实

中，面对的是碰撞。在现实的碰撞面前，有的人心事沉重了，有的人

愁眉苦脸了，也有的人随波逐流了。其实择业是人生的第一道门坎。

只有善于对人生进行理性思索的人，理性的认识自己，理性的认识社

会，理性的对待个人的人生设计和当前择业的关系，才能获得一个健

康、快乐的人生。

在大学生人生设计中进行理性思考，当前应该注意处理好以下一

些关系。

“志不立，天下无可成之事”。综观古今中外，凡事业有成者都

是具有目光远大者。我立志于做一位有名的建筑企业家。

因此，我们写文章，不能闭着眼不看现实。不能拿现代人和“诸

葛亮来说事”。特别是随着整体就业形势的日趋严峻，“天之骄子”

们已经深深的感受到了就业的压力。于是，一些人心态开始被喧嚣的择业市场所扭曲，变得浮躁起来。在这种情况下很容易失去理性思考。

因此人生规划应该进行理性思考。

好的人生离不开好的规划，成功人生离不开成功的规划及在正确

规划指导下的持续奋斗。人生如大海航行，人生规划就是人生的基本

航线，有了航线，我们就不会偏离目标，更不会迷失方向，才能更加

顺利和快速地驶向成功的彼岸。然而，有了规划，就一定会有成功的人生吗？也不一定。

上面的漂亮话谁都会说。当前的问题是：你找不到基本航线，怎么办？

肖伯纳有一句名言：“明白事理的人使自己适应世界，不明白事

理的人，硬想使世界适应自己。”人生就是在这种不适应中，调整适

应，发展适应的长河中前进的。

在人生的每一个漂流中，可能会远离我们的人生坐标。问题在于，我们应该学会在远离目标的时侯，去创造条件，接近目标。所谓创造

条件，本身就是一种进取，一种求索，一种心向即定目标的挚着，一

种坚忍不拔的追求。

人的一生是漫长的，更是变动的。国家政策的调整，外在条件的变化，家境的变迁，突发事件的出现，都会使我们的境遇变得困难起

来。在艰难困苦面前，我们要以乐观豁达的心情直面人生；以艰韧不

拔的毅力支撑自我；以正确的价值取向占据灵魂。把艰难困苦当成是

一种磨炼，一种积垫和一种成熟。

古人云：“哀莫大于心死”，“志莫大于永刻”。在艰难险阻面

前，只要我们心中的火不灭，展开的翅不折，就一定能走出生活的沼泽，迎来人生的艳阳天。

记得有一首歌中唱道：“人生有梦才算美，几度风雨多轮回，苍桑摔出铁打汉，滚石酿出震天雷”。让我们珍视机遇，迎接挑战，自觉的在艰苦中磨练，做一个跨世纪的铁打汉，震天雷吧！

学的教育使我具备了从事人力资源管理的能力，但并不意味得到

了一份好的工作。在人才流动频繁的今天，个人求职技能显得更为重

要。求职的过程也是个人的能力只有充分展示的过程，只有能力与实

践相结合才能实现人生的自我价值。虽然已有胜任工作的能力和准确的自我定位，但求职理念不足与缺乏对企业流程运作和对应聘公司的了解程度，在一定的程度是成为阻碍了我成功求职的因素，在求职准

备阶段这是重点要加强的方面。面试是应聘者进入企业工作不可缺少的一个环节，也是求职者充分向企业展示自己对企业的价值，面试的效果在整个求职的起了关键性的作用。充分的沟通理解，展示自己的才能增强求职理念，增加对应聘单位的了解程度使得面试更有效率。

想起自己走过岁月中的点点滴滴，我不禁有些惭愧。我对自己以

往在学业、文体、社团活动中的表现不是很满意。我发现我自己惰性

较大，平日里总有些倦怠、懒散，学习、做事精力不够集中，效率不

高，态度也不够专注。倘若不改正，这很可能会导致我最终庸碌无为。

不过还好，我还有改进的机会。否则，岂不遗憾终生？

一本书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不

幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而

成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得

回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

而如今，身为大学生的我们，在一天天消磨时光的日子里，不如

抓紧时间多学一些知识来充实自己。人的大学时光一生中也许就一

次，不把握好，将来自己一定回追悔莫及。于是，再经过一番深思熟

虑之后，我决定把自己的未来设计一下。有了目标，才会有动力。

所谓江山易改，本性难移。内向并非全是缺点，使我少一份张扬，多一点内敛，但可相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各

项有益的活动，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。充分

利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋

友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改

正。

加强锻炼，增强体质，提高体育成绩，以弥补身高不足而带来的负面影响。积极争取条件，参加校内外的各项勤工俭学活动，以解决

短期内的生活费问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。

人，生来如果是为了“避苦求乐”而活着，是为了虚度光阴而活

着，是为了自己而活着，如果真是这样的话，人活着已经失去了人类

存在的意义了。不懈地追求进取，为别人而活，这才是生活的真谛。

明确自己的位置，铭记自己的入党誓词，规划好自己的人生之路，努

力实现自我的人生价值，为他人，为集体，为国家奋斗终身！我的人生格言：

你的心有多宽，你的舞台就有多大；你的梦有多远，你的成就就

有多高。

做正确的事情远比正确的做事情重要。

**第二篇：大学生人生规划--**

大学生人生规划范文

大学生人生规划范文 方案范文(以下方案仅供参考)(一)从求滨海走向世界 我的大学生活成长与人生规划 一.背景

十年寒窗苦读,一朝跃置龙汽我终于迈进了心仪已久的青岛滨海学院:就像每一位刚走进大学校门的freshman一样,当我漫步校园,l领略新校区秀丽的风光,呼吸着那种特有的空气,感受着大学的心跳时,内心充满了对未来生活的无限憧憬与遐想……

大学是我们人生发展的重要阶段,是个体社会化的中转站.在这里,我们将第一次开始尽情地追逐自己的理想和兴趣,第一次独立地参与团体和社会生活,第—次自由地处理学习和生活中的各种问题,支配所有属于自己的时间!“凡是预则立,不预则废.”大学不仅是学科,技能教育的继续,更大程度上意味着一场严肃的人生规划的开始,我们需要在更高层次和更广阔空间里寻找自己的发展方向.因此,从进入求是园的第一天起,我们就要对大学生活育一个正确的认识和科学的规划!

二.宏观发展目标

通过大学四年高效性,综合化的学习和参加各种杜会实践活动,使自身知识,素质,能力协调发展,把自己培养成为具有崇高理想信念,良好个性品质,深厚知识基础,卓越创造才能,踏实工作作风,身心健康发展的高层次,高素质人才!三.专业学习规划

我所学公共管理专业是近年来新兴的热门专业,以培养和造就具有现代公共管理理论和公共政策分析能力的导者,管理者为目的.西南交大公共管理学院是全国首家通过MPA教育认证的单位,在全国同类学院中名列前茅.随着中国经济的高速发展和杜会的全面进步,对于高素质公共管理人才的需求将日趋增大.特别是面向中国经济最发达的长江三角洲地区和国家开发中西部的契机,浙大毕业的管理人才将拥有更为广阔的发展前景!得益于西南交大实行的本科生培养新模式,我将在大学前段进行通识和大类课程的系统学习.在此期间,要务实基础,广泛涉猎,最大限度地获取和积累各种知识,提高知识运用和实践能力,并努力发现自己真正的兴趣所在.大二起,进入专业学习阶段,我将在大学一年学习的基础上,结合现实情况确认主修专业,同时考虑辅修第二外语或其他有利于个人发展的专业.，大三,大四毕业设计,我计划尽早为考研做准备,并参加托福,雅思等考试.在这一阶段,会活动,如社会调研,兼职,招聘等,为自己走向杜会创造必要的条件.四.对大学生活多样性的打算 1.社团活动

大学是一个“准社会”,杜团为我们提供了一个良好的实践平台.大学阶段参加几个学术类和实践团体,或自己创建一个组织,在活动的组织,策划,参与过程中,不断提高自己的领导能力组织协调能力和社会交际能力,培养团队合作精神.2.文化娱乐

充分利用课余的间参加一些有益身心的文娱活动,尽量培养自己的多种兴趣和爱好,增添生活情趣,使生活充实丰富,生机勃勃.此外,利用学校图书馆,互联网等资源,厂.泛阅读各类报刊书籍,特别是英文原著,学术期刊之类,聆听各种讲座,报告,掌握时代脉搏.学术前沿.博观约取,专博相济,拓宽知识面,优化知识结构,增长智慧,提高素养.3.竞赛活动

刻苦训练,开发潜能,积极参加各种竞赛如英语演讲:,“蒲公英”创业设计大赛

等.通过大赛,展现实力.挖掘潜能提高自信心,增强创造力和表达力.4.体育活动

强健的体魄是成功的基石,体自锻炼和体育活动是完美大学的必修课.大学期间,坚持每天锻炼包括跑步,骑车等基本运动和打乒乓,踢足球等课外活动,放松心情,增强体质,促进身心健康.五.对个性发展的思考 1.自我认识与价值观

能进入青岛滨海学院的学生,个个都是精英.因此,我们每个人都根优秀,也都很平常.进入大学后,同学之间竞争的领域也越来越广泛了,不仅是学习成绩,还有综合素质与舱力.我们需要积极调整心态,以一颗平常心面对一切,正确认识自己,努力认清现实,全面发展自我.2.学习和思维方式的转变

大学学习是一种自主的探索式学习,学习的终极目标并不明矾,所以我们一开始就要有主动学习的自觉性和自己的学习规划与目标.同时,还要尽快转变思维方式,培养批判性,创造性和系统化的思考能力,大量查阅相关文献资料,积极与老师,同学交流沟通.发散思维,灵活主动,表现多维性,研究性,高效率的学习.3.独立面对生活

大学是真正意义上的独立生活的开始,刚入大学的我们首先应学会日常生活的料理, 自己照顾好自己.在此基础上,培养良好的生活习惯,合理安排时间此外,还应调整生活方式,注意与来自各个地方,各个学院的同学交流与沟通,学会相互帮助,以适应大学新环境.4.人际交往

人际关系是个人生存与发展的必要条件,我们要有所作为,必须要有一个良好的人际环境.在大学里,我们首先要承认每个人性格习惯和价值体系的差异性,学会以广阔的胸怀包容万象.然后以恰当的方式处理各种人际间的纠纷,坦诚待人,严于律己.5.英语能力

英语是21世纪最重要的交流工具,英语水平直接影响个人的人生道路所能达到的高度.特别是英语听力和口语表达能力,对我们日常交流,学习,应聘,出国都至关重要.因此要从一进入大学开始,就勤奋记诵单词,坚持大量的口语,听力,写作训练,积极与外籍人土进行英语交流,J“泛阅读英文报刊和学术著作,访问国外名牌大

学和世界500强公司网站,以此不断提高英语水平.6.国际视野

当今中国正在以空前的速度提升自己的国际化度,而其中的核心问题正是人才的国际化,这就要求我们必须在大学里拓宽视野,以加重自己适应经济全球化的砝码,在激烈社会竞争中立于不败之地.要树立国际化视野,提高国际竞争力,我们不但要在外语,计算机,专业等方面有很高的水平,更要具备相当的领导决策能力,市场开拓意识和创新能力.为此.我们需要充分利用大学在学术科研中的国际化交流机会,多聆听国内外专家的讲学授课,主动到科研企业单位实践,调研,努力争取出国访问交流的机会!人生即竞争,人生规划就是一个人的竞争策略规划.人生要规划.更要经营!作为新一代的”交大人“,在学校迈向世界—流大学之时,我们将秉承西南交大”求实创新“的优良作风 ,抓住大四这段韶光,充分利用学校为我们构建的广阔的成长空间,按照未来的要求塑造,培养和发展自己,从求是走向明天,走向世界!(二)探寻心灵的地图 做到最好的自己

题记:”自古以来,世界上很少有这样的例子:年轻时没有大下根基的人到了后来竟能做成大事业.一般获得成功地大人物之所有能够收获一生的美满果实,大体是因为他们在年轻时就播下了成功的种子.“——奥里森·马登

不知不觉间来到求实园已经近百天丁,褪却了初次踏上这片土地的新鲜与迷茫,潜移默化中感悟着成长的力量,我也一直在探寻着属于我的生命轨迹,思考规划着我的大学我的路.大学是什么借用北大一位学长的话,大学是人生的实验室.不错,我们可以犯错误,可以失败,在这里,或许成长比成功更重要.但这并不意味着我们可以混沌,可以肆无忌惮的把university说成”由你玩四年“.相信每个求是学子都熟悉校长的两句话,是的,我们应该自己问问,应该有一番深彻的思考,对我们自己的路,对于未来的人生,我们贵无旁贷.\* 剪裁我的大学 \* 一,大学生活总体规划

为了在大学期间能够更好的完成学业,使我们的大学生活更加充实,我们现在就应当为以后的四年大学生活作好一个总体的规划,并认真系统地去实现这个规划中的每条内容.大一,生活时空发生了很大的变化:由一个见识,交往,活动范围较为狭窄的天地进入一个见识较为广博,交往活动范围较为宽阔的天地;由上课,作业,考试及活动均由老师统一安排的环境,转化为需要自己来设计和安排的自觉学习,生活的环境.我的目标:

1.适应大学生活,提高人际沟通能力.(1)积极地参加,(校和班级的各种活动(如勤工助学立良好的人际关系,丰富经历.(2)选择参加一两个杜团,学生会等组织,有意识地锻炼自己的能;(3)事和同学交流,搞好寝室氛围.2.提高学习能力,确立更好的学习习惯.(1)学会充分利用图书馆,网络等教学资源,多和老师同学交流(2)做好学习方式的转变,处理好不同课程学习的深度和广度;(3)在课堂上要认真详细地听讲,记笔记:(4)要合坦地安排作息时间,形成良好的作息制度;(5)了解自己所学的专业的一些基本情况以及今后所要从事的职业方向的信息和就业状况;(6)继续发展自己在人文社科方面的兴趣,利用业余时间多阅读.大二,大三是4年中重要的过渡期,是我们的学习和生活全面展开和深化的时期,也是我们的学习生活的分水岭的关键时期.我的目标:

1.合理的安拷时间,掌握科学的学习方法: 2.明确专业方向后积极进行职业定向;3.除了学习自己的专业知识外,选择辅修或双学位;除此之外还要多参加一些实践活动,替自己未来的工作多积累一些社会经验,提高自己应付和处理一些复杂问题的能力,例如参加一些招聘会,利用暑期去实习,做兼职等.力求品学兼优,尽量争取去其他国内外优秀高校交流学习的机会;进一步提高社交才能,争取机会发展领导才能.大四是大学四年的最后一年,是大学时期的准毕业阶段.我们经过了几年的学习应有了—定的专业基础,能力也有了一定提升,具有分析,解决问题的能力,人生观大致定型.这时应当及时调整自我,适应社会,善于抓住信息,综合分析,做出毕业后的去向选择,现在我的目标是出国继续深造,所以可能会在大四或更早着手出国的准备工作.另外,在整个大学期间,还要注意进行适当的体育锻炼和文娱活动;要保证合理的营养供应,养成良好的饮食习惯不能养成沉溺于电脑网络游戏等不良的习惯.二,我的专业规划

现在我就读于生物医学工程专业.生物医学工程是一门生物,医学和工程多学科交叉的边缘科学,属工科,它是用现代科学技术的理论和

方法,研究新材料,新技术,新仪器设备,用于防病,怕病,保护人民健康,提高医学水平的一门新兴学科,是生命科学的重要分支之一,运用自然科学和现代工程技术的原理和方法研究揭示生物体特别是人体的生理,病理过程及其它生命现象,并提出新的研究,诊断及治疗方法和设备的多学科交叉前沿学科.生物医学工程学科的研究以应用基础性研究为主,其领域十分广泛,并在不断扩展.它广泛应用于医学和生物学领域,推动了现代医学的巨大进步与发展,已经成为医学和生物学现代化的重要条件.这里我借用一下我们生物学院段长的一句谅生医的本质就是研究人的,与医学不同的是处理问题的角度不一样.生物医学工程这个专业是我自己做出的选择,当时考虑的更多是学校和专业樟名以及自己一直以来对生物和医学的兴趣,对专业本身的了解还不是特别多,目前通过专业培养计划,网络杂志,交流等途径已经逐渐有所认识, 三,结合自己的实际情况,我做出了如下规划;1.首先要端正态度,虽然专业研究和自己开始设想的综合生物学与医学而与仪器关系不太大有出入,但要用

心学好每门功课,积极了解学科动态,努力培养对本专业真正的兴趣;·

2.鉴于自己善于思考而不善于动手的特点,针对工科专业的要求,我决定多锻炼自己的动手能力;

3.分析国内外本专业发展现状和我校生物医学专业出厘率在全校专业中居前两位的事实,我认为选择毕业后出国深造再回国为我国的学科发展作贡献是我的最佳选择.当然,这意味着我必须要以优异的英语能力和专业知识,这里做出简单的规划: 大一下半期过四级,大二过六级,准备托福,GRE,平时多加注意口语的练习,尝试参加一些英语演讲

赛;专业课程努力做到每门优秀,有扎实的基础,并注意锻炼提高科研能力,争取在大二尝试和导师做项目或自己

立项调研;大二选择辅修或双学位,扩大知识面,现在目标定在工高班.也许这意味着很多的艰辛,但我知道它的背后是我要的阳光.· 4.抽出一些课余时间研习医学,生物学等相关学科的著作,注意和所学专业知识结合,体系更稳固,知识背景更宽广,以适应社会对复合型人才的需求.5.信息时代到来的今天,人工智能,传感器等高新技术迅速发展,新型医疗ID械的发展形势喜人,作为医生的生力军,我们更需要获取信

息和创新的能力,这就要求我们必须具备敏锐的目光和清醒的头脑,我要在大学期间锻炼自己的这些才能.最后谈一下我的专业长期目标:成为我国生医学科的带头人,开创我国本学科的新局面,赶超世界先进水.心在那里,力量就在哪里.面对繁重的课业负担,面对许许多多未知的挑战.鲜花铺路,我都必须去坚持,因为这是我的选择,我的路.四,我的专业外规划 1.学业: 虽然是一名工科生,但我一直对人文社科保有浓厚的兴趣,所有在大学期间,我要做到: l)广泛涉猎文学,历史,哲学等书籍;2)积极参加各类征稿活动;3)继续在散文写作方面发展,为将来成为业余作家打基础.4)面对日益发展的市场经济,针对就业的需要,抽出一些时间学习经管类课程, 2.素质,拓展(第二课堂);

在总规划中已经提过学习之余的一些目标,这里具体说明一下近两年的打算.在开学之初的所谓”百团大战“中,我进入了院学生会文体部,科协,通过秋学期的工作经验,我已经基本熟悉了一些流程.通过参加各类讲座和报告,我聆听了许多大师的教诲,丰富了自己的视野.写过入党申请书参加了积极分子的培训.针对以上经历,我做出如下规划: 1)在学生会更主动地承担一些文稿 2)在科协的沙龙中尝试做项目经理;3)试着精心创作井编排一部新的话剧;标语写作外的其他事务: 4)更积极地参加讲座,听报告,勇于表达自己的观点和问题 5)认真对待入党流程,争取早日加入中国共产党;6)在大二竞选班干部,参与班级管理工作;7)大二申请NESP项目,提高杜会实践能力;8)大一暑假争取支教机会,大二暑假争取实习机会;9)加入爱心社,为社会上需要帮助的人送去关怀;10)尝试参加演讲赛和辩论赛.以上就是我对于素质拓展的近期计划.希望通过锻炼,坚强.大学是一个熔炉,这里有太多的内涵需要我们去咀嚼.去品味,学习知识固然十分重要,但绝不是全部,要想有一个完美的大学生活,我知道,有些事情必须去做.诚然.前方的变量无数,我无法保证什么都成功,但至少可以尽力尝试,做到最好的自己,这就是我的选择.北大校长许智宏告诫当代大学生”要爱自己的大学.“是的,大学阶段是我们人生中最美好最关键的时光,怎样走好我们的路,规划很重要,选择很重要.对于刚刚迈入大学的我们,脑中充满了无数的撞憬,也在为自己画着一幅幅精彩的蓝图.然而,没有一段路是可以不用心去走的,规划只是规划,或许只有经历过整个过程中的酸甜苦辣,拥有过奋斗,体会过成长,我才真正有资格来品味我的大学吧.现在,我要做的就是带着对求是园无限的爱去探寻我的心灵地图,面对所有的责任与挑战,去做最好的自己.我知道,我要做的或许仅仅这样简单c用心选择每一步,当我回首往事的时候,可以不因虚度年华而悔恨,因碌碌无为而羞耻;我知道,我要做的就是如此简单:我的青春,不留遗憾!\* 规划我的职业 \* 就像我所提到的,我不能预测未来会怎样,但我会沿着我的路线做我的最好,相信走出校门时,我会带着沉甸甸的资本开始我的职业生涯.首先,我想分析一下我的优势和劣势.优势:具有良好的科研能力和探索精摊有较好的表达,文字能力;有救力,有吃苦精神;基础知识扎实做事严谨,有耐心;就读于名校且专业排名国内领允专业知识领域尚有较大的发展空间学科知识广泛,视野开阔,竞争力强.劣势: 1)不善于与人交往,与入合作的能力有特提高 2)实验能力欠佳;3)计算机不是很精通;4)英语能力有待提高;5)领导组织才能有特提高;6)创造性思维不占优势;7)我国本学科较国际先进水平落后;前六点将作为我在大学中着力改进的方面,但愿择业时它们不再是我的阻碍.综合分析,根据我善于思考不善于处理人际关系的特点,我认为自己较适合做研究工作.曾经,我的职业理想是成长为一名德高望重的医生,救死扶伤,井为医学的研究发展做出贡献.后来,我来到了交大走近了生物专业，我开始重新审视自己最初的职业设想,一切都在悄然地变化.电子信息技术飞速发展的时代,医学也必须经历一番改革,在生命的最后关头,什么也没有时间重要,硬件设施的好坏往往成为决定人生死的关键,这样的例子不胜枚举.试想,我们评价医院的标准是什么,好的医生必不可少,仪器的先进程度也变得越来越重要.目前,国外某些医院已经试用全自动就医程序,优良的仪器提高了效率和诊断正确率,先进的家庭医学仪器也在方便着人们的生活.然而,在中国,有多少医院还没有足够的计算机,CT仪等设备,有多少生命因为条件有限耽误病情.如果我是一名医生,我也许可以挽救无数人的生命,当然这很好;但如果我研究的是新型医学仪器,如果我可以利用高科拄的手段把医学的发展带入一个更广阔的空间,研制出高效,准确,成本较低的设备,让所有的人从中受益,帮助垂死的生命争取时间,减少世间因客观条件而无可奈何的遗憾,或许我吵挽救的不再只是无数人的生命了吧.用一句话来概括一下我目前的职业规划吧在研究院或国内外优秀企业或高校做技术研发工作,做研究者和领头人.”天行健,君子以自强不息“,也许艰难,然而”志之所向,无坚不摧“.\* 坦然走过我的人生路 \* 说了这么多,不知道算不算找到了自己心灵的地图,也或者多少还有些不清晰吧, 方向,剩下的空白交给脚印去填充吧.曾看过一部影片《风雨哈佛路》,经历过人生的不幸,经历过奋斗的坚强,主人公从社会的最底层走近了哈佛,一路风雨相伴,收获的却是一份坦然,站在哈佛的校门前,她用灿烂而不张扬的笑告诉世界她的坚强,告诉自己成功还在前方.我不知道现在的我究竟有多少资本去谈论人生,但我懂得我的感动,我知道我要的是一份坦然.来交大之后,我听过几次学长交流会,印象很深的是这句被几位优秀学长学姐都用过的话比别人优秀.是的,比别人优秀,不断地超越别人,我们才会到达成功的彼岸.竞争其实无处不在,一次活动,一次测验,一篇论文,甚至某天上自习的时间……面对竞争,我们所需要的就是一份坦然.一颗平常心.在人生的旅途中,保持良好的心理素质也是必不可少的.我的座右铭是”Dont always envy others,做最好的自己“,我知道这样我才可以不留遗憾,才可以收获坦然:并且我知道,如果我真的做到了自己的最好,我就一定可以比别人优秀.人生如棋,只有作好规划,清醒地去过活,我们才能收获一些真谛.诗人丁尼生诅”奋斗,寻觅,发现,而不屈服.“算是对人生的注解吧.人生路上不会没有挫折,我想我应该在痛苦的时候学会坚持,因为”世上没有绝望的处境,只有对处境绝望的人.“ \* 结束语 \* ”大不自多,海纳江河,唯学无际,际于天地,熟悉的旋律响起,我知道我的未来在不远处向我招手,我相信明天会更好.最后,我想用几句会影响我的大学乃至职业生涯和整个人生旅途的话来组合来结束我的文章.什么是大学,大学就是花四年的时间学习,再花更多的时间来忘记.忘记后留下的,就是真正学到的.很多时候不是你做不到,是你不愿意相信自己可以做到.其实你早已做出了选择,但是你还不能够理解要做的就是执行选择,然后慢慢理解.人在旅途的四点忠告:保好体质,学会做人,精通学业,为国效力(来自我生命中最重要的一个人),祝福我一路走好.(三)我的大学生活 ——成长与学习规划

人生总有报多阶段,每个阶段都应该有目标和规划.我们这一代在应试教育中成长起来的孩子总是把升入一所理想的学校当作下一个目标和奋斗的动力,而一转眼,我们就要迈进大学的校门了.似乎所有的努力就在拿到录取通知书的那一刻得到了同报,但是,我却对未来充满了迷惑.升入大学,我的下一个目标又是什么呢我想,是时候为自己的大学生活做一个长远而有实践性的规划了.就以浙大者校长竺可桢先生的两个问题引导我的规划吧

一,“到交大来做什么 ”

作为一名大学生,学习是我的第一要务.大学四年是人生中学习的黄金时期,把握住这四年的宝贵时光,多学些自己感兴趣的,对未来发展有益的东西,对今后的发展有重要的积极作用.同时,也要全面提高自己的综合素质,使自己成为一个全而育精,精面又全的人.1,掌握好专业的内容

我的专业是法语,因此我的首要目标是掌握好法语.利用暑假期间,我去北外学习了一段时间的法语,为自己即将开始的学习做一个铺垫.通过一个月的学习,我觉得法语是一门优美而严谨的语言.它的优美,使我对学习充满了浓厚的兴趣它的严谨,要求我必须多下工夫.我希望到大学毕业时,可以流畅地说一口标准的法语,可以准确无误地翻译出法语原文,更可以了解法语国家的社会背景,文化,生活习俗等各方面知识.2,提高自己的英语水平

英语是世界通用的语言,掌握好立足今后发展的必备条件.虽然我的英语已有一定基础,但仍需在词汇量,口语和听力各方面进—步完善自己.希望通过不断的学习,使我的英语比现在更上一个台阶,做到英文像中文一样熟练.3,认真学习辅修课程

虽然语言学习很重要,但它毕竟只是一门与人交流的工具,没有像其他专业那样实质性的内容.因此,我想在掌握好法律专业的同时,再辅修一门播音电视新闻学专业.我对电视节目摄录,编排和节目创意,制作等方面有着浓厚的兴趣,希望将来可以把法语和广播电视的知识相-靖合,做山有创意的电视节目.4,多读书,读好书

高尔基说过:“书是人类进步的阶梯.”浙大招生办的老师辛苦地为我们新生列出书单,也说明了读书的重要性.以前,我读书的方面比较狭窄,只读与学习有关的或者是自己感兴趣的书,导致知识面也就比较狭窄.大学中,我要多读一些社会,自然及历史地理类的书籍,拓宽自己的知识面.5,增加生活阅历,积极参加各种活动

上大学以前,我们生活的大部分时间是在单调的读书,学习中度过的,生活阅历,动于能力及社会经验等方面还很欠缺.在大学,学校组织的各种活动以及学生组织的各种社团为我们提供丁一个锻炼自己的有力平台.我准备参加如影视鉴赏,户外运动一类的社团, 一方面提高自己的审美品位,另一方面锻炼锻炼自己不太发达的运动神经.有机会的话还要事参加各种比赛,名次是其次,关键是要提高自己的能力,增强自信心.如果有条件,还可以走出校园,去外面打打工,尝试着自我独立,并增加一些杜会经验,学会与不同的人交流.6,坚持参加体育运动

鉴于我的身体不是太好.身高也有待提高,所以我计划在大学四年里好好锻炼一下身体.除体育课要求的内容必须做到外,我希望每天都能跑步,增强身体抵抗力的同时也可以培养毅力和决心.二,“将来毕业后做什么样的人 ” 通过四年的学习与锻炼,我希望将来毕业后可以成为一个学识丰富,品德高尚,综合素质高,“具有国际视野的综合性人才”.为了达到这一目标,除了前面提到的学习方面的规划,在个人品质方面,也应有明确的方向.1,增强自信心

自信是重要的个人品质.李开夏先生曾写到;“相信自己可以在面对困难与挑战的刊候,将自己最大的潜能释放出来,相信自己可以在理想和兴趣的引导下坚定不移地走向成功.”我计划不断给自己设定有挑战性而又可完成的目标,并通过自己的努力一一实现,这样就可以有效地增强自信心.2,培养毅力和恒心

我清楚自己做事缺乏毅力和恒心,总是半途而废,浪费时间和精力,所以大学期间,我要着重培养自己的毅力和恒心.可以制定一个比较容易完成,但每天必须做的计划,比如每天跑步.相信经过一段时间的镀炼,我的毅力和恒心会有一定的发展.3,学会与人交流

人际交流是“现代人的必修课”, 良好的人际关系可以帮人走向成功.而我们以前所接受的教育主要以书面为主,口头表达能力相对较弱.大学期间,各类的讲座,辅导等为我们提供了一个提高口头表达能力的学习机会.在各种各样的讲座和辅导中,我可以观察别人是怎样与人交流的,他们是怎样让别人认识自己的想法的,以及怎样艺术地把自己的观点表达出来,也可以通过各种活动多与人交流,沟通,提高自己的交际能力.4,注重培养创新意识

西南交大的精神是“求是创新”,这说明了创新的重要性.当今的社会是一个提倡个性的社会.只有创新才能让自己与众不同,具有不可替代的独特性.无论在日常生活中.还是在学习实践中,都要换个方式看事物,深入思考,找到不同于别人的角度,井积极加以实践,坚持不断创新.5,提高领导能力

在大学生活中,我们不仅仅要学习知识,更要学习怎样成为一个未来的领导者.正如竺可桢先生所说:“大学教育的目标,决不仅仅是造就多少专家如工程师医生之类,而尤在乎养成公忠坚毅,能担当大任,主持风尚,转移国运的领导人才.”的确,未来社会需要的不单是技术人才,更是能够协调团体,领导团体,使团体效率得到最大化的领导者.我们要抓住每个可以锻炼自己的机会,积极与他人沟通,配合,发挥自己的优势,争取做团队的领导者而不仅仅是参与者, 通过这几项锻炼,我希望在毕业时,可以做到有自信,毅力和团队合作精神,使自己更富有人格魅力.当然,“实践是检验真理的唯一标准”,只有在我即将开始的大学生活中做到以上内容,这篇规划才有实际意义.希望自己可以做到以上内容,并在实践过程中不断完善,成为一名学业优秀,能力出色的合格的交大学生“国有成均,在川之滨”,我将以饱满的热情和塌实求是的精神投入到即将开始的大学生活中,让百年名校西交延续辉煌!

学生到职业人的转变

人力资源专家建议：保持积极心态，努力做事，将会更快实现从学生到职业人的转变。

好的心态帮你双赢

积极心态。应届毕业生初入职场，没有工作经验，这是劣势，但初生牛犊不怕虎，充满热情、做事积极主动，这是在职场工作多年的人无法比拟的。因此，如果你初入职场，不具备这种积极的心态，你就没有优势了。

负责意识。一个人在工作过程中，不可能不出错，尤其是应届毕业生，出错的几率可能更大。出了问题后，应该主动承担责任，从自身找原因：我还可以做哪些工作，才可以更有效地解决问题，而不应该抱怨、责难其他相关部门或岗位的不作为，只有永远先找自己的原因，主动积极地寻找解决问题的对策，才能最后解决问题，并得到上司的信任。

脚踏实地。应届毕业生心中充满了理想，对自己的期望也很高，尤其是名牌大学毕业生更是如此。踏入职场后，如果发现所从事的工作与期望的工作存在差距，千万不要灰心、埋怨，甚至消极怠工，你必须脚踏实地地做好本职工作，即使是你认为很简单、很单纯的工作，也要做到100分，这样你才有机会走得更远。如果消极怠工，上司会认为你连简单的工作都做不好，再想做更高级别的工作就很难了。

付出心态。现在有些公司的薪酬体系没有那么完善，在内部和外部的公平性方面有待提高。作为一名本科大学生，可能你的薪酬与一个保安员的薪酬没什么区别，甚至更低。对此，你不必过多关注不公平的薪酬本身，首先要做的是付出你的劳动、取得绩效。要相信，你的业绩别人是看得到的，你一定可以拿到应该属于你的那一份，也只有到你做出成绩时，你才有资格说：“我的工资应该跟别人有所区别。”

为自己工作。很多人喜欢把自己定位为一个打工者，如果把眼光

放得宽一些，你就会觉得在一个企业工作只是你漫长职业生涯中的一段。你工作的这个企业只是实现自己梦想和远大前途的一个载体，当你在工作中不断提升自己的能力和业绩时，你已经离梦想越来越近了。因此，为什么要把自己定位为打工者，而不是去努力地创造这种双赢的局面呢？想开这一点，工作起来会快乐许多，更有成就感。

行为也须职业化

在工作中，新员工尽可能要“三为一提”：积极作为、努力成为、职业修为、多提建议。

积极作为。不管从事什么样的工作，你必须积极地工作。职场中可能会存在以下三种人：第一种人，既主动积极工作，又能出成绩；第二种人，主动积极工作，但不时会出些问题；第三种人，经常要上级督促才能工作，缺乏积极主动性，由于不作为，因此工作也很少出错。如果第一种人是可遇不可求的，那么，在剩下两种人中，上司会比较喜欢第二种人，这种人的机会自然也多一些。

努力成为。你要通过努力工作，让自己成为上司和同事可以信赖的合作伙伴。对自己的本职工作和承诺其他人的工作能按时、保质保量完成，同时，多参与部门工作，让同事乐意与你合作，乐意帮助你或接受你的帮助，这样，你才会得到上级和同事的信任。

职业修为。作为刚踏入职场的应届毕业生，必须体现你的职业修为并且坚持下去。首先是准时上班，假如你所在公司，迟到5分钟也很正常，也不会登记为迟到，但你应该提前5分钟。你在家中可能是独生子女，很受父母宠爱和娇惯，可能经常发发脾气，但千万不要将

这种情绪和惯常行为带到工作中。同时，不要参与企业可能存在的团体或派系，工作出成绩、效果才是硬道理。

提建议。作为应届毕业生，刚进入一家企业时，你有新的思维、新的看问题的角度、对企业的很多问题你还没有习以为常，因此，你可能发现很多问题，你应该做些求证并提出来。当然，也应该提出你的建议，而且这种建议不应该是漫无边际、毫无操作性的纯理论性表述。积极关注企业、部门或其他岗位可能存在的问题和改善方法，而不是仅仅耕好你自己的那一亩三分田，这是你迈向更高层次必不可少的。

**第三篇：大学生人生规划**

1、自我评价

也就是要全面了解自己。一个有效的职业生涯设计必须是在充分且正确认识自身条件与相关环境的基础上进行的。要审视自己、认识自己、了解自己，做好自我评估，包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式等。即要弄清我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职业面前我会选择什么等问题。

2、确立目标

确立目标是制定职业生涯规划的关键，通常目标有短期目标、中期目标、长期目标和人生目标之分。长远目标需要个人经过长期艰苦努力、不懈奋斗才有可能实现，确立长远目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑，使之既有现实性又有前瞻性。短期目标更具体，对人的影响也更直接，也是长远目标的组成部分。

3、环境评价

职业生涯规划还要充分认识与了解相关的环境，评估环境因素对自己职业生涯发展的影响，分析环境条件的特点、发展变化情况，把握环境因素的优势与限制。了解本专业、本行业的地位、形势以及发展趋势。

4、职业定位

职业定位就是要为职业目标与自己的潜能以及主客观条件谋求最佳匹配。良好的职业定位是以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据的。职业定位过程中要考虑性格与职业的匹配、兴趣与职业的匹配、特长与职业的匹配、专业与职业的匹配等。职业定位应注意：① 依据客观现实，考虑个人与社会、单位的关系；② 比较鉴别，比较职业的条件、要求、性质与自身条件的匹配情况，选择条件更合适、更符合自己特长、更感兴趣、经过努力能很快胜任、有发展前途的职业；③ 扬长避短，看主要方面，不要追求十全十美的职业；④ 审时度势，及时调整，要根据情况的变化及时调整择业目标，不能固执己见，一成不变。

5、实施策略

就是要制定实现职业生涯目标的行动方案，要有具体的行为措施来保证。没有行动，职业目标只能是一种梦想。要制定周详的行动方案，更要注意去落实这一行动方案。

6、评估与反馈

整个职业生涯规划要在实施中去检验，看效果如何，及时诊断生涯规划各个环节出现的问题，找出相应对策，对规划进行调整与完善。

由此可以看出，整个规划流程中正确的自我评价是最为基础、最为核心的环节，这一环做不好或出现偏差，就会导致整个职业生涯规划各个环节出现问题。

大学生如何规划人生：

大学生如何规划人生大学生如何规划人生大学生如何规划人生大学生如何规划人生1。如果把生命比作一条船,离开港湾,奔向大海,生命就开始了真正意义的融入社会的过程.所以站在生涯规划的角度讲,年轻人离开家人的照顾,到远方去求学,正是他生涯规划的起航之时.我们从这个时机切入一部分青年人的心理世界,共同探寻生涯规划的规律,也许会让更多的人在这个充满了不确定性的时代里找寻到自己的可以确定的内在依靠,让生命变得更加丰富而富有质量.2。2024年,有143万高校毕业生“空投”到社会,他们要就业,他们要吃饭,他们要积累恋爱,成家,生孩子的物质资本.他们在完成上述这些抉择的过程中充满了迷茫.因为,我曾参加过很多次大中专毕业生招聘洽谈会,成百上千的年轻人在我面前经过,他们当中有太多的人的眼神里闪动着迷茫,怀疑,不确定,和撞大运.他们当中很多人都不会包装自己,表现出他们对自我评价的模糊和准备不足.他们当中不乏成绩优异的课业单,但是除了学业,他们难以提出属于个人的择业愿望与价值标准.透过毕业生的眼神,我曾多次充满叹息与同情地追问:这

些年轻人的大学阶段是怎样规划、怎样度过的呢?有句名言说得好:没有方向的帆,永远是逆风.一个今年刚刚参加工作的大学生向我描述了他的大学生活:高中的时候拚得太狠了,考上大学就想好好放松放松.高中时还要每天跑步.上了大学,大家都睡懒觉.反正没人管你了.上午没课,起床的时间更晚.没课的时候大家就去玩球,逛街,或者呆在寝室里打扑克.谈恋爱的同学就一对对地出去玩去了,很晚才回来.我觉得,上面的大学状态还算是不错的.亲眼所见和报纸所载的还有那么多的大中专学生在对付学业,专心泡在网吧里聊天,玩游戏,赌博,还有的去社会娱乐场所吃青春饭,讲求享受.总之，没有被用心规划的青春总有些虚度的色彩。台湾在20年前就曾经作过一个关于大学生自我价值的心理调查,发现很多在校大学生都面临着“自我统合”的困惑,对于性,对于未来,对于抉择,绝大多数大学生难于给自己一个完整的协调的解释体系和价值标准.而那些大学年级偏大,参加社会或社团活动较多的大学生找到自我的比例则相对会高一些.所以,台湾的心理学家认为,大学的最重要的功能之一就是帮助大学生在迷失中找到自我.我们现在的生活水平正好和台湾10几年前时相近.我们现在的独生子女大学生也面临着同样的心理统合的困难.而众多可见可感的在校大学生的表现也在一定程度上证明着:缺少自律,是因为没有定位,行为脱序,是因为内在价值观的混乱.如何认真规划,让人生划出优美的航线呢？3。大学规划:做一支锋利的“箭”了解一下美国的人力方面的资料,你就不难理解美国为什么是一个世界强国.全国百分之六十多的人口具有大学学历,这个国家能不文明能不先进能不牛气吗? 相比之下,中国上个世纪九十年代中期的高校入学率还是同龄人的百分之四五，近几年才开始高校扩招,这样计算,全国的大学文化的人口占国家人口的总数恐怕也不到百分之十.这就是国情:地大物不博,人多质不高.基于这样的忧患考虑,才有了对提高人口生命质量的迫切期待,才有了对生涯规划的思考,对大学阶段的审视.毕竟,在中国上一个大学不容易,在大学阶段不做好规划,使自己更有建设性地发展，就太可惜了。大学时段的人力规划应该有一种“成本”的意识.生命中最年轻,最有活力的几年就放在大学校园了,几万元的父母血汗钱就给了学校了,很多高中时代的纯真情谊就因为上学而分开了,疏远了.这些都是上大学的“成本”,你付出了这样大的成本,你就要考虑自己要得到多少“回报”.回报包括:未来你走上社会以能力换得的工作自由度与满意度,在社会上赚钱的能力,情感方面(家庭,朋友,同事)的积极可持续发展的能力,实现自己愿望的基础与信心等等.有了成本-回报意识,大学生的大量可支配时间就有了利用的标准.泡网聊天,游戏,有什么帮助?

要投入多少?全由自己来决定,别人不会管你.恋爱,异性同居,亲亲密密,可不可以?没人用教训告诉你.自己决定,投不投入,是适可而止,还是情爱万岁,一切自己决断.只有自己学会理智地依据自身发展需要去安排自己的生活,使自己的大学生活有规律,有计划,能平衡,大学生才可能很好地安排自己未来的社会化生活.有了“成本”的意识还不够,要合理的规划自己的大学时代,还要有“倒推”的意识.就是上大一的时候,去看看秋季人才交流会,看看用人单位对人才的要求有多么苛刻,看看要找工作而又身揣数证的高校毕业生有多么厚,看看有多少单位不要女毕业生.这就是现实,先看到这一面,回到校园,你就不会“做梦”了,你就知道时间是多么珍贵了.最后,化作每天行动的规划内容是:努力把自己打造成一支锋利的箭.“草船借箭”为诸葛亮赢得了智者的美名,同时也换来了战胜对手的充足“军火”.回到现代社会,每个有发展的用人单位都希望自己的员工是锋利的箭,这样单位才能立于不败.作为未来职业人的现代大学生应该首先让自己“锋利”,即专业扎实,能够沟通,善于协作,严于自律,意志坚强.这些都需要时间来培育,需要抓住机会去锻炼,需要抽出精力去反省.然后,大学生应该努力找到自己的“箭头”,即发展指向,物理学讲“矢量”,有方向,有长短,可以借鉴体会.对投资感到擅长,你可以研究巴菲特.对商业感兴趣,你要用心研究经济现象.对机器感兴趣,就和机器交朋友.对人感兴趣,可以读小说,学心理学.对演讲很擅长,可以听听陈安之的成功学演讲.对组织成长感兴趣,你可以钻研管理学等等.对什么有擅长,感兴趣,有体悟,大学生就扑下身子研究一番,探寻自己的职业方向,可能不会一下就准,但只要去探索,就会有发现,就会有突破,就让你与众不同.不要忘了,社会越进步,专业化,个性化,特色化的生存空间就会越发广阔.如果你不够锋利,就去打磨吧.如果你还没有箭头,就去寻找吧.4。找到人生一盏灯

我们看很多走出大学校门的人在社会上打拚,劳作.总会在不经意间发现他们眉眼间的困顿与迷茫.雾中行走,海中漂流,这些颇具哲学意味的描述颇能概括一些新老大学毕业生的现实精神状态.按照这样一个倒推的视角,我们很善意地与即将步入大学的年轻人共同探讨大学时

段的生涯规划,其中一个值得分享的规律就是:大学的价值在于帮你找到人生一盏灯.首先,大学生要建立一种开放,包容,探寻的意识,努力去结交比你高明的朋友.在大学公共课上,我结识了两个好友.一个是学物理的,曾获全国奥林匹克物理奖牌,这个家境贫寒的朋友提醒我:在大学谈恋爱的时间过多,大学的资源就可惜了.毕业不到两年,这位朋友就靠自己的业绩被派到日本,成为被日本人看得起的中国软件工程师.当他从东京打来电话问候我的时候,一种激励温暖的热流让我感动,暗自起誓:自己一定要在中国的土地上作出让朋友称道的业绩.高水平的朋友就是你人生一盏灯,激励你永不满足.我的另一个大学朋友是学经济的,当年曾是云南省的高考文科状元.正是这位学经济的朋友推荐我这个学中文的阅读了一批经济管理方面的经典作品,并带着我走进了厉以宁先生的课堂.不久,我把自己的笔名改为厉来,因为那位让人折服的经济学家告诉我,只要你坚持治学,总会自成一家.厉先生没有研究生的学位,没有留过学,全凭自学而成为博士生导师,成为>的倡导者,成为改变中国经济走向的大学者.高水平的朋友就是你人生的一盏灯,在它的指引下,你会找到许多开启你生命的名师.而名师更是你人生的一盏灯,无论他们在世,还是不在世,他们的作品与人生轨迹都会指引你看重自己,关注民生,创造未来.大学生要寻找好的媒介,继而选择好的资讯,好的资讯会启动你生命深层的信息,进而帮助你找到职业人生的灯.当年,我经常关注>,是这份报纸让我结识了北京经济广播电台,听到了来自台湾的心理学叶教授的热线咨询,那天籁一般的智慧交流让我终于找到了职业生涯的灯.在这盏灯的指引下,我执著而从容地在社会心理学与发展心理学领域跋涉了十年,自觉心明眼亮,无怨无悔.大学时段是最安静的,你可以在通宵教室待上24小时,在与名师的默默对话中找到生命的内核.大学阶段是最自由的,你可以尽情张开你的求知的触角,吸纳属于你未来社会奋斗的朋友资源,媒介资源,情感资源,智慧资源,最后找到你的人生那盏灯大学生人生规划大学生人生规划

大学生人生规划大学生人生规划(2024-12-16 23:28:54)(一)从求实园走向世界 我的大学生活成长与人生规划 一.背景 十年寒窗苦读,一朝跃置龙汽我终于迈进了心仪已久的西南交大:就像每一位刚走进大学校门的freshman一样,当我漫步校园,l领略新校区秀丽的风光,呼吸着那种特有的空气,感受着大学的心跳时,内心充满了对未来生活的无限憧憬与遐想…… 大学是我们人生发展的重要阶段,是个体社会化的中转站.在这里,我们将第一次开始尽情地追逐自己的理想和兴趣,第一次独立地参与团体和社会生活,第—次自由地处理学习和生活中的各种问题,支配所有属于自己的时间!“凡是预则立,不预则废.”大学不仅是学科,技能教育的继续,更大程度上意味着一场严肃的人生规划的开始,我们需要在更高层次和更广阔空间里寻找自己的发展方向.因此,从进入求是园的第一天起,我们就要对大学生活育一个正确的认识和科学的规划!二.宏观发展目标 通过大学四年高效性,综合化的学习和参加各种杜会实践活动,使自身知识,素质,能力协调发展,把自己培养成为具有崇高理想信念,良好个性品质,深厚知识基础,卓越创造才能,踏实工作作风,身心健康发展的高层次,高素质人才!三.专业学习规划 我所学公共管理专业是近年来新兴的热门专业,以培养和造就具有现代公共管理理论和公共政策分析能力的导者,管理者为目的.西南交大公共管理学院是全国首家通过MPA教育认证的单位,在全国同类学院中名列前茅.随着中国经济的高速发展和杜会的全面进步,对于高素质公共管理人才的需求将日趋增大.特别是面向中国经济最发达的长江三角洲地区和国家开发中西部的契机,浙大毕业的管理人才将拥有更为广阔的发展前景!得益于西南交大实行的本科生培养新模式,我将在大学前段进行通识和大类课程的系统学习.在此期间,要务实基础,广泛涉猎,最大限度地获取和积累各种知识,提高知识运用和实践能力,并努力发现自己真正的兴趣所在.大二起,进入专业学习阶段,我将在大学一年学习的基础上,结合现实情况确认主修专业,同时考虑辅修第二外语或其他有利于个人发展的专业., 大三,大四毕业设计,我计划尽早为考研做准备,并参加托福,雅思等考试.在这一阶段,会活动,如社会调研,兼职,招聘等,为自己走向杜会创造必要的条件.四.对大学生活多样性的打算 1.社团活动 大学是一个“准社会”,杜团为我们提供了一个良好的实践平台.大学阶段参加几个学术类和实践团体,或自己创建一个组织,在活动的组织,策划,参与过程中,不断提高自己的领导能力组织协调能力和社会交际能力,培养团队合作精神.2.文化娱乐 充分利用课余的间参加一些有益身心的文娱活动,尽量培养自己的多种兴趣和爱好,增添生活情趣,使生活充实丰富,生机勃勃.此外,利用学校图书馆,互联网等资源,厂.泛阅读各类报刊书籍,特别是英文原著,学术期刊之类,聆听各种讲座,报告,掌握时代脉搏.学术前沿.博观约取,专博相济,拓宽知识面,优化知识结构,增长智慧,提高素养.3.竞赛活动 刻苦训练,开发潜能,积极参加各种竞赛如英语演讲:,“蒲公英”创业设计大赛 等.通过大赛,展现实力.挖掘潜能提高自信心,增强创造力和表达力.4.体育活动 强健的体魄是成功的基石,体自锻炼和体育活动是完美大学的必修课.大学期间,坚持每天锻炼包括跑步,骑车等基本运动和打乒乓,踢足球等课外活动,放松心情,增强体质,促进身心健康.五.对个性发展的思考 1.自我认识与价值观 能进入西南交通大学的学生,个个都是精英.因此,我们每个人都根优秀,也都很平常.进入大学后,同学之间竞争的领域也越来越广泛了,不仅是学习成绩,还有综合素质与舱力.我们需要积极调整心态,以一颗平常心面对一切,正确认识自己,努力认清现实,全面发展自我.2.学习和思维方式的转变 大学学习是一种自主的探索式学习,学习的终极目标并不明矾,所以我们一开始就要有主动学习的自觉性和自己的学习规划与目标.同时,还要尽快转变思维方式,培养批判性,创造性和系统化的思考能力,大量查阅相关文献资料,积极与老师,同学交流沟通.发散思维,灵活主动,表现多维性,研究性,高效率的学习.3.独立面对生活大学是真正意义上的独立生活的开始,刚入大学的我们首先应学会日常生活的料理, 自己照顾好自己.在此基础上,培养良好的生活习惯,合理安排时间此外,还应调整生活方式,注意与来自各个地方,各个学院的同学交流与沟通,学会相互帮助,以适应大学新环境.4.人际交往 人际关系是个人生存与发展的必要条件,我们要有所作为,必须要有一个良好的人际环境.在大学里,我们首先要承认每个人性格习惯和价值体系的差异性,学会以广阔的胸怀包容万象.然后以恰当的方式处理各种人际间的纠纷,坦诚待人,严于律己.5.英语能力 英语是21世纪最重要的交流工具,英语水平直接影响个人的人生道路所能达到的高度.特别是英语听力和口语表达能力,对我们日常交流,学习,应聘,出国都至关重要.因此要从一进入大学开始,就勤奋记诵单词,坚持大量的口语,听力,写作训练,积极与外籍人土进行英语交流,J“泛阅读英文报刊和学术著作,访问国外名牌大 学和世界500强公司网站,以此不断提高英语水平.6.国际视野 当今中国正在以空前的速度提升自己的国际化度,而其中的核心问题正是人才的国际化,这就要求我们必须在大学里拓宽视野,以加重自己适应经济全球化的砝码,在激烈社会竞争中立于不败之地.要树立国际化视野,提高国际竞争力,我们不但要在外语,计算机,专业等方面有很高的水平,更要具备相当的领导决策能力,市场开拓意识和创新能力.为此.我们需要充分利用大学在学术科研中的国际化交流机会,多聆听国内外专家的讲学授课,主动到科研企业单位实践,调研,努力争取出国访问交流的机会!人生即竞争,人生规划就是一个人的竞争策略规划.人生要规划.更要经营!作为新一代的”交大人“,在学校迈向世界—流大学之时,我们将秉承西南交大”求实创新“的优良作风 ,抓住大四这段韶光,充分利用学校为我们构建的广阔的成长空间,按照未来的要求塑造,培养和发展自己,从求是走向明天,走向世界!(二)探寻心灵的地图 做到最好的自己 题记:”自古以来,世界上很少有这样的例子:年轻时没有大下根基的人到了后来竟能做成大事业.一般获得成功地大人物之所有能够收获一生的美满果实,大体是因为他们在年轻时就播下了成功的种子.“——奥里森·马登 不知不觉间来到求实园已经近百天丁,褪却了初次踏上这片土地的新鲜与迷茫,潜移默化中感悟着成长的力量,我也一直在探寻着属于我的生命轨迹,思考规划着我的大学我的路.大学是什么借用北大一位学长的话,大学是人生的实验室.不错,我们可以犯错误,可以失败,在这里,或许成长比成功更重要.但这并不意味着我们可以混沌,可以肆无忌惮的把university说成”由你玩四年“.相信每个求是学子都熟悉校长的两句话,是的,我们应该自己问问,应该有一番深彻的思考,对我们自己的路,对于未来的人生,我们贵无旁贷.\* 剪裁我的大学 \* 一,大学生活总体规划 为了在大学期间能够更好的完成学业,使我们的大学生活更加充实,我们现在就应当为以后的四年大学生活作好一个总体的规划,并认真系统地去实现这个规划中的每条内容.大一,生活时空发生了很大的变化:由一个见识,交往,活动范围较为狭窄的天地进入一个见识较为广博,交往活动范围较为宽阔的天地;由上课,作业,考试及活动均由老师统一安排的环境,转化为需要自己来设计和安排的自觉学习,生活的环境.我的目标: 1.适应大学生活,提高人际沟通能力.(1)积极地参加,(校和班级的各种活动(如勤工助学立良好的人际关系,丰富经历.(2)选择参加一两个杜团,学生会等组织,有意识地锻炼自己的能;(3)事和同学交流,搞好寝室氛围.2.提高学习能力,确立更好的学习习惯.(1)学会充分利用图书馆,网络等教学资源,多和老师同学交流(2)做好学习方式的转变,处理好不同课程学习的深度和广度;(3)在课堂上要认真详细地听讲,记笔记:(4)要合坦地安排作息时间,形成良好的作息制度;(5)了解自己所学的专业的一些基本情况以及今后所要从事的职业方向的信息和就业状况;(6)继续发展自己在人文社科方面的兴趣,利用业余时间多阅读.大二,大三是4年中重要的过渡期,是我们的学习和生活全面展开和深化的时期,也是我们的学习生活的分水岭的关键时期.我的目标: 1.合理的安拷时间,掌握科学的学习方法: 2.明确专业方向后积极进行职业定向;3.除了学习自己的专业知识外,选择辅修或双学位;除此之外还要多参加一些实践活动,替自己未来的工作多积累一些社会经验,提高自己应付和处理一些复杂问题的能力,例如参加一些招聘会,利用暑期去实习,做兼职等.力求品学兼优,尽量争取去其他国内外优秀高校交流学习的机会;进一步提高社交才能,争取机会发展领导才能.大四是大学四年的最后一年,是大学时期的准毕业阶段.我们经过了几年的学习应有了—定的专业基础,能力也有了一定提升,具有分析,解决问题的能力,人生观大致定型.这时应当及时调整自我,适应社会,善于抓住信息,综合分析,做出毕业后的去向选择,现在我的目标是出国继续深造,所以

可能会在大四或更早着手出国的准备工作.另外,在整个大学期间,还要注意进行适当的体育锻炼和文娱活动;要保证合理的营养供应,养成良好的饮食习惯不能养成沉溺于电脑网络游戏等不良的习惯.”天行健,君子以自强不息“,也许艰难,然而”志之所向,无坚不摧“.\* 坦然走过我的人生路 \* 说了这么多,不知道算不算找到了自己心灵的地图,也或者多少还有些不清晰吧, 方向,剩下的空白交给脚印去填充吧.曾看过一部影片《风雨哈佛路》,经历过人生的不幸,经历过奋斗的坚强,主人公从社会的最底层走近了哈佛,一路风雨相伴,收获的却是一份坦然,站在哈佛的校门前,她用灿烂而不张扬的笑告诉世界她的坚强,告诉自己成功还在前方.我不知道现在的我究竟有多少资本去谈论人生,但我懂得我的感动,我知道我要的是一份坦然.来交大之后,我听过几次学长交流会,印象很深的是这句被几位优秀学长学姐都用过的话比别人优秀.是的,比别人优秀,不断地超越别人,我们才会到达成功的彼岸.竞争其实无处不在,一次活动,一次测验,一篇论文,甚至某天上自习的时间……面对竞争,我们所需要的就是一份坦然.一颗平常心.在人生的旅途中,保持良好的心理素质也是必不可少的.我的座右铭是”Dont always envy others,做最好的自己“,我知道这样我才可以不留遗憾,才可以收获坦然:并且我知道,如果我真的做到了自己的最好,我就一定可以比别人优秀.人生如棋,只有作好规划,清醒地去过活,我们才能收获一些真谛.诗人丁尼生诅”奋斗,寻觅,发现,而不屈服.“算是对人生的注解吧.人生路上不会没有挫折,我想我应该在痛苦的时候学会坚持,因为”世上没有绝望的处境,只有对处境绝望的人.“ \* \* \* \* 结束语结束语结束语结束语\*\*\*\* ”大不自多,海纳江河,唯学无际,际于天地,熟悉的旋律响起,我知道我的未来在不远处向我招手,我相信明天会更好.最后,我想用几句会影响我的大学乃至职业生涯和整个人生旅途的话来组合来结束我的文章.什么是大学,大学就是花四年的时间学习,再花更多的时间来忘记.忘记后留下的,就是真正学到的.很多时候不是你做不到,是你不愿意相信自己可以做到.其实你早已做出了选择,但是你还不能够理解要做的就是执行选择,然后慢慢理解.人在旅途的四点忠告:保好体质,学会做人,精通学业,为国效力(来自我生命中最重要的一个人),祝福我一路走好。

**第四篇：大学生人生规划**

大学生人生规划

Believe myself

“自古以来,世界上很少有这样的例子:年轻时没有打下根基的人到了后来竟能做成大事业.一般获得成功地大人物之所有能够收获一生的美满果实,大体是因为他们在年轻时就播下了成功的种子.”

——奥里森·马登

世界顶尖潜能大师安东尼·罗宾曾说过：“有什么样的目标就有什么样的人生。”每一个成功者，都应该有自已的人生目标，并应该根据主客观环境的变化设计出具体的人生规划。大学生作为最富有激情和潜在成功素质的知识群体，更应该有合理明确的人生规划。

凡事预则立，不预则废

大学是我们人生发展的重要阶段,是个体社会化的中转站.在这里,我们将第一次开始尽情地追逐自己的理想和兴趣,第一次独立地参与团体和社会生活,第—次自由地处理学习和生活中的各种问题,支配所有属于自己的时间!

凡是预则立，不预则废

大学不仅是学科,技能教育的继续,更大程度上意味着一场严肃的人生规划的开始,我们需要在更高层次和更广阔空间里寻找自己的发展方向.因此,从进入求是园的第一天起,我们就要对大学生活育一个正确的认识和科学的规划!

所谓人生规划就是指每个希望成功的人，对自己人生的终极目标和阶段目标都有清晰明确的认识和计划，并围绕目标制订出一系列具体的可供操作的实施方案。制订人生规划是励志类书籍中津津乐道的话题，它对一个人的成功具有重要的指导意义。首先，进行人生规划，有助于确立自己的人生目标。西方有句谚语：“如果你不知道你要到哪儿去，那通常你哪儿也去不了。”因此，大学生们为自己确定人生规划，其中最重要就是选择人生的方向，确立人生的目标。一旦目标确立，并付诸实践，生命的能量就开始聚集，人生的轨道就开始转变，成功的可能性就会增大。

其次，有合理的人生规划，有助于大学生的全面发展，在将来的社会竞争中获得较大的优势。１８世纪发明家兼政治家富兰克林在自传中曾说：“我总认为一个能力很一般的人，如果有个好计划，就会有大作为。”要实现自己的目标，就需要一个人有综合的素质和较强的能力。

最后，有良好人生规划的大学生，会更容易感觉到自信与快乐。台湾学者傅佩荣在《哲学与人生》中曾提到过：“人生快乐的秘密在于„一‟，只要能够设定一个目标，专心奋斗，就会快乐。”

探寻心灵的地图 做到最好的自己

不知不觉间来到四川理工学院已经半年了，,褪却了初次踏上这片土地的新鲜与迷茫,潜移默化中感悟着成长的力量,我也一直在探寻着属于我的生命轨迹,思考规划着我的大学我的路.——成长与学习规划

一,大学生活总体规划

为了在大学期间能够更好的完成学业,使我们的大学生活更加充实,我们现在就应当为以后的三年大学生活作好一个总体的规划,并认真系统地去实现这个规划中的每条内容.大一,生活时空发生了很大的变化:由一个见识,交往,活动范围较为狭窄的天地进入一个见识较为广博,交往活动范围较为宽阔的天地;由上课,作业,考试及活动均由老师统一安排的环境,转化为需要自己来设计和安排的自觉学习,生活的环境.我的目标:

1.适应大学生活,提高人际沟通能力.(1)选择参加一两个杜团,学生会等组织,有意识地锻炼自己的能力;

(2)多和同学交流,搞好寝室氛围.2.提高学习能力,确立更好的学习习惯.(1)学会充分利用图书馆,网络等教学资源,多和老师同学交流

(2)做好学习方式的转变,处理好不同课程学习的深度和广度;

(3)在课堂上要认真详细地听讲,记笔记:

(4)要合坦地安排作息时间,形成良好的作息制度;

(5)了解自己所学的专业的一些基本情况以及今后所要从事的职业方向的信息和就业状况;

(6)继续发展自己在人文社科方面的兴趣,利用业余时间多阅读.除此之外还要多参加一些实践活动,替自己未来的工作多积累一些社会经验,提高自己应付和处理一些复杂问题的能力,例如参加一些招聘会,利用暑期去实习,做兼职等.力求品学兼优。

大二是三年中重要的过渡期,是我们的学习和生活全面展开和深化的时期,也是我们的学习生活的分水岭的关键时期.首先要端正态度,虽然专业和自己开始设想的有出入,但也要用心学好每门功课,积极了解学科动态,努力培养对本专业真正的兴趣;·

大三是大学三年的最后一年,是大学时期的准毕业阶段.我们经过了几年的学习应有了—定的专业基础,能力也有了一定提升,具有分析,解决问题的能力,人生观大致定型.这时应当及时调整自我,适应社会,善于抓住信息,综合分析,做出毕业后的去向选择,另外,在整个大学期间,还要注意进行适当的体育锻炼和文娱活动;要保证合理的营养供应,养成良好的饮食习惯

二．我的专业外规划

虽然是一名工科生,但我一直对人文社科保有浓厚的兴趣,所有在大学期间,我要做到广泛涉猎文学,历史,哲学等书籍;

大学是一个熔炉,这里有太多的内涵需要我们去咀嚼.去品味,学习知识固然十分重要,但绝不是全部,要想有一个完美的大学生活,我知道,有些事情必须去做.诚然.前方的变量无数,我无法保证什么都成功,但至少可以尽力尝试,做到最好的自己,这就是我的选择.北大校长许智宏告诫当代大学生“要爱自己的大学.”是的,大学阶段是我们人生中最美好最关键的时光,怎样走好我们的路,规划很重要,选择很重要.对于刚刚迈入大学的我们,脑中充满了无数的撞憬,也在为自己画着一幅幅精彩的蓝图.然而,没有一段路是可以不用心去走的,规划只是规划,或许只有经历过整个过程中的酸甜苦辣,拥有过奋斗,体会过成长,我才真正有资格来品味我的大学吧.现在,我要做的就是带着对求是园无限的爱去探寻我的心灵地图,面对所有的责任与挑战,去做最好的自己.我知道,我要做的或许仅仅这样简单用心的选择每一步,当我回首往事的时候,可以不因虚度年华而悔恨,不因碌碌无为而羞耻;我知道,我要做的就是如此简单:我的青春,不留遗憾!

(三)我的大学生活

人生总有报多阶段,每个阶段都应该有目标和规划.我们这一代在应试教育中成长起来的孩子总是把升入一所理想的学校当作下一个目标和奋斗的动力,而一转眼,我们就要迈进大学的校门了.似乎所有的努力就在拿到录取通知书的那一刻得到了同报,但是,我却对未来充满了迷惑.升入大学,我的下一个目标又是什么呢 我想,是时候为自己的大学生活做一个长远而有实践性的规划了.就以浙大者校长竺可桢先生的两个问题引导我的规划吧

一,“到四川理工来做什么 ”

作为一名大学生,学习是我的第一要务.大学三年是人生中学习的黄金时期,把握住这三年的宝贵时光,多学些自己感兴趣的,对未来发展有益的东西,对今后的发展有重要的积极作用.同时,也要全面提高自己的综合素质,使自己成为一个全而面精,精面又全的人.1,掌握好专业的内容

我的专业是精细化学品生产技术，,因此我的首要目标是学好它。

2,提高自己的英语水平

英语是世界通用的语言,掌握好立足今后发展的必备条件.虽然我的英语已有一定基础,但仍需在词汇量,口语和听力各方面进—步完善自己.希望通过不断的学习,使我的英语比现在更上一个台阶,做到英文像中文一样熟练.3,多读书,读好书

高尔基说过:“书是人类进步的阶梯.”浙大招生办的老师辛苦地为我们新生列出书单,也说明了读书的重要性.以前,我读书的方面比较狭窄,只读与学习有关的或者是自己感兴趣的书,导致知识面也就比较狭窄.大学中,我要多读一些社会,自然及历史地理类的书籍,拓宽自己的知识面.4,增加生活阅历,积极参加各种活动

上大学以前,我们生活的大部分时间是在单调的读书,学习中度过的,生活阅历,动手能力及社会经验等方面还很欠缺.在大学,学校组织的各种活动以及学生组织的各种社团为我们提供丁一个锻炼自己的有力平台。有机会的话可以参加各种比赛,名次是其次,关

键是要提高自己的能力,增强自信心.如果有条件,还可以走出校园,去外面打打工,尝试着自我独立,并增加一些杜会经验,学会与不同的人交流.5,坚持参加体育运动

鉴于我的身体不是太好.身高也有待提高,所以我计划在大学四年里好好锻炼一下身体.除体育课要求的内容必须做到外,我希望每天都能跑步,增强身体抵抗力的同时也可以培养毅力和决心.四 将来毕业后做什么样的人 “

通过三年的学习与锻炼,我希望将来毕业后可以成为一个学识丰富,品德高尚,综合素质高,”具有国际视野的综合性人才“.为了达到这一目标,除了前面提到的学习方面的规划,在个人品质方面,也应有明确的方向.1,增强自信心

自信是重要的个人品质.李开夏先生曾写到;”相信自己可以在面对困难与挑战的时候,将自己最大的潜能释放出来,相信自己可以在理想和兴趣的引导下坚定不移地走向成功.“我计划不断给自己设定有挑战性而又可完成的目标,并通过自己的努力一一实现,这样就可以有效地增强自信心.2,培养毅力和恒心

我清楚自己做事缺乏毅力和恒心,总是半途而废,浪费时间和精力,所以大学期间,我要着重培养自己的毅力和恒心.可以制定一个比较容易完成,但每天必须做的计划,比如每天跑步.相信经过一段时间的镀炼,我的毅力和恒心会有一定的发展.3,学会与人交流

人际交流是”现代人的必修课“, 良好的人际关系可以帮人走向成功.而我们以前所接受的教育主要以书面为主,口头表达能力相对较弱.大学期间,各类的讲座,辅导等为我们提供了一个提高口头表达能力的学习机会.在各种各样的讲座和辅导中,我可以观察别人是怎样与人交流的,他们是怎样让别人认识自己的想法的,以及怎样艺术地把自己的观点表达出来,也可以通过各种活动多与人交流,沟通,提高自己的交际能力.4,注重培养创新意识

当今的社会是一个提倡个性的社会.只有创新才能让自己与众不同,具有不可替代的独特性.无论在日常生活中.还是在学习实践中,都要换个方式看事物,深入思考,找到不同于别人的角度,井积极加以实践,坚持不断创新.\* 结束语 \*

”大不自多,海纳江河,唯学无际,际于天地,熟悉的旋律响起,我知道我的未来在不远处向我招手,我相信明天会更好.最后,我想用几句会影响我的整个人生旅途的话组合来结束我的文章.什么是大学,大学就是花四年的时间学习,再花更多的时间来忘记.忘记后留下的,就是真正学到的.很多时候不是你做不到,是你不愿意相信自己可以做到.其实你早已做出了选择,但是你还不能够理解要做的就是执行选择,然后慢慢理解.人在旅途的四点忠告:保好体质,学会做人,精通学业,为国效力(来自我生命中最重要的一个人),祝福我一路走好.“天行健,君子以自强不息”,也许艰难,然而“志之所向,无坚不摧”.坦然走过我的人生路

说了这么多,不知道算不算找到了自己心灵的地图,也或者多少还有些不清晰吧, 方向,剩下的空白交给脚印去填充吧.

**第五篇：大学生人生规划(免费下载)**

按国人的算法我今年已经二十一岁了。

人比人，气死人。想起N年前，时年二十几岁的周郎就已经威震江东，我现在身下的坐椅还经常会微微颤动，不知道是不是周郎的余威所致。记得去年快要迈入二十的时候，觉得二十岁比较有意义，该写部小说庆祝一下，哪想蹉跎至今，除了“时年二十”的名字想出来了以后，竟没有多大进展，这让我对自己很失望。

再加上近来突然有了些自立的意识，让我颇有些吃惊。孔老夫子说“三十而立”，我时年未到，莫非已望可立？觉得二十几岁有意义，意识到自立，也是自然而然。当然有自立的意识是好的，但问题不是想立就能立起来。从二十几岁到三十岁，如果没算错，是六七年时间，应该足够了。

正如研究表明，人群中那没有长久目标的97％在为另外3％打工，规划有长期与短期之分，成大事者需要有一生不变的长期规划，生活在社会中上层的人一般有不断改变的短期规划，没有计划的人多半生活在社会的底层。没有人愿意长久地居于人下，所以做好自己的规划有着不言而喻的重要性。好的人生离不开好的规划，成功人生离不开成功的规划及在正确规划指导下的持续奋斗。人生如大海航行，人生规划就是人生的基本航线，有了航线，我们就不会偏离目标，更不会迷失方向，才能更加顺利和快速地驶向成功的彼岸。

大学也许才是人生真正的开始，经历大学生活以后你会发现生活突然发现人生发生了180゜大转弯，肖伯纳有一句名言：“明白事理的人使自己适应世界，不明白事理的人，硬想使世界适应自己。”人生就是在这种不适应中，调整适应，发展适应的长河中前进的。大学时代也是一个人职业生涯中极为重要的一个时期。根据美国学者施恩的职业生涯发展理论，大学时代是一个人职业生涯的探索阶段，这个阶段的主要任务是：

1.发展和发现自己的需要和兴趣，发展和发现自己的能力和才干，为进行实际的职业选择打好基础。

2.学习职业方面的知识，寻找现实的角色模式，获取丰富信息，发展和发现自己的价值观、动机和抱负，做出合理的受教育决策，将幼年的职业幻想变为可操作的现实。3.接受教育和培训，开发工作世界中所需要的基本习惯和技能。

换句话说，这辈子将会成为什么样的人，很大程度上就是由这五年中的努力所决定的。在毕业的时候，无论是直接工作，读研，还是出国，选择的空间和成败与否，都与在平时的大学生活息息相关。

对于目前而言我当务之急的就是考研，现今的社会就业压力大，我们要能在错综复杂的环境中有立足之地的话，学识才华是硬道理，尤其是我们医学生。所以短期而言我的目标就是将各门功课学好，有过硬的技术和学识，争取拿到奖学金，同时对英语和政治的学习不放松，时刻为研究生考试做好准备。随后争取在大五的研究生考试中过关，实习过关，并累计一定的经验。我的目标就是学会成熟，擅长交际、掌握心理学课程、广泛交往、发达的人脉。

在读研期间我觉得要充分全面的掌握专业知识，为工作打好基础，做好思想准备，迎接正式工作的挑战与意外。利用课余时间掌握其它知识。充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等。

此后二到三年自己要对社会生活有足够的心理准备，面对社会的不公正极其黑暗面，坚信达则兼济天下，穷则独善其身。让病人对自己有信赖感，给人安全感。根据实际情况决定是否读博......如果工作的话我觉得要做好以下几点：

1．积极争取机会。积极争取学习和进步的机会。比如，做技术，就需要多锻炼，多学习，来提高自己的水平。一门技术，只要有机会去学习，都能学的会；要是没有机会，天才也没有办法学到这个技术。柳传志就说，杨元庆“哭着喊着要进步”，实际上，就是争取自己的机会；当然，这种强烈的进步欲望，也是领导看重的地方。每一步都走在前面，积累10年，你就有了比其他人更多的机会了。

2．积累个人的信誉。从职业生涯的第一天，就要按照诚信的原则办事。要做到，当人们提起我的名字的时候，说，这哥们还不错，做事还行。

3．注意财富的不断积累。人生要想得到自由，财富是很关键的。否则，永远仰人鼻息，永远看人脸色。人都是势利眼。今后的家庭、职业生涯，金钱的积累很重要，没有钱，永远不能开张自己的事业，得到更多的机会；财富要做到逐年积累，我才能家庭生活幸福。没有钱是不可能有幸福的家庭的。

4．注意人脉的积累。最终，事业要靠在社会上的人脉的资源。要注意认识在我这个行业的人，结交他们，最终他们会成为你事业上的助力。多听听成功的前辈和成功的朋友的意见。注意少听家里长辈的意见，尤其是都已经退休的长辈，他们对社会的认识还停留在很久以前，而这个社会已经发生很大的变化呢。最重要的是，长辈有时候会强求你做一些事情，但是，最终的结果他们是不负责的。只有自己才能对自己负责。5．注重实践锻炼

（1）锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

（2）养成良好的锻炼、饮食、生活习惯。每天保证睡眠6－8小时，每周锻炼三次以上。

（3）充分利用自身的工作条件扩大社交圈、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，不论身份贵贱和亲疏程度。在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。在工作中积极与直接上司沟通、加深了解；利用校友众多的优势，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

人的一生是漫长的，更是变动的。国家政策的调整，外在条件的变化，家境的变迁，突发事件的出现，都会使我们的境遇变得困难起来。在艰难困苦面前，我要以乐观豁达的心情直面人生；以坚忍不拔的毅力支撑自我；以正确的价值取向占据灵魂。把艰难困苦当成是一种磨练，一种积淀和一种成熟。

古人云：“哀莫大于心死”，“志莫大于永刻”。在艰难险阻面前，只要我们心中的火不灭，展开的翅不折，就一定能走出生活的沼泽，迎来人生的艳阳天。

记得有一首歌中唱道：“人生有梦才算美，几度风雨多轮回，苍桑摔出铁打汉，滚石酿出震天雷”。就让我珍视机遇，迎接挑战，自觉的在艰苦中磨练，做一个跨世纪的铁打汉吧。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！