

# 2023年一份详细的大学规划书 大学职业规划(优质9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 一份详细的大学规划书篇一

追求卓越，渴望成功，是古今中外有识之士的不懈追求。古语有云：凡事预则立，不预则废。未雨绸缪，你今天站在哪里并不重要，但是下一步你迈向何方却很重要，成功的人生是科学规划的结果。这是我大学生职业生涯规划大赛中最深刻的感悟。

20xx年，在指导老师的悉心指导下，我有幸代表河北工程大学参加了“河北省首届大学生职业生涯规划大赛总决赛”，能在大学阶段拥有参加总决赛的机会，让我感到很幸福。整个过程正如很多同学所感慨的那样“痛并快乐着”。我和每个走到最后的选手、为大赛辛勤付出的老师们一样亲身经历了许多天“不分昼夜地奋战”。与此同时，那种与其他选手、同学之间培养起来并不断加深的友谊，对指导老师产生的尊敬与感激之情都是来之不易的人生财富。大家同甘共苦、互帮互助艰难之中建立的记忆难以抹去。随着时间的推移，在逝去的日子，每当我的目标一步一步被实现，喜悦就会让我想起这段让我受益终生的过往。

朋友曾经很不解地问我，为什么要参加大学生职业生涯规划大赛？二年前我的答案是：因为那是个锻炼的机会。而如今我会重新回答他：那只是个很巧合的起点。重要的是，我由此很早地将职业生涯规划的意识植于心中，所以我非常清楚自己想要什么样的未来，并且懂得如何为之奋斗和努力。

总决赛归来，国家奖学金、中国大学生自强之星提名奖、河北省“挑战杯”创业计划大赛一等奖、河北省优秀学生干部、河北省优秀毕业生……所有荣誉接踵而至，直至成功考取燕山大学机械电子工程专业研究生，也许有人会以为我的求学之路一帆风顺，其实我只是把别人在求学时的迷茫、郁闷、遗憾、挫折都提前尝遍了，我经历过像无头苍蝇一样失去方向，也经历过求知时屡屡碰壁，还经历过因辛苦付出与收获结果的不尽人意而心理不平衡……但庆幸一路有老师们给我意见和指导，也因此万分的感激。现在，我深深体会到目标和心态对求学乃至做人做事的重要性。得失只是刹那间的事，而生命是一种长期的积累。对于以后的学术研究，我也必经一段磨合与适应的过程，反复与质疑、迷茫与慌乱、挫折与失败又将“关照”我一段日子，但只要目标清晰、不失信心，一切困难都能解决。

在自己的职业生涯设计与规划上，我选择首先继续学习深造——考研。原因很简单，“生当做人杰”，人生在世，谁不想成就一番事业。我想，任何一个有理想有抱负，渴望用自己的努力去开创未来的新时代大学生，要的不仅仅是一份养家糊口的“工作”，而是一份能最大限度实现自身人生价值的“事业”。这样的事业需要有深厚的专业理论知识的沉淀和丰富的实践经验。另外，考虑到作为一名机械专业的学生，将成为一名与生产技术打交道的工程师，这是一个培养周期较长的职业，于是我将继续学习深造列为我大学生职业生涯规划初始阶段的首选。其实，考研与其说是缓解就业压力的一种方式，不如说是一定程度上的另一种“就业”。现在各行各业高学历是大势所趋，机械专业也是如此，我并不否认没有高学历也能获得事业的成功，但继续的学习深造将会成为我事业成功的有力的推动器，对我来说，它是我理想中职业生涯规划的一个必经阶段，一个必须跨上的台阶。

如果没有这次大学生职业生涯规划，或许我还在对自己要干什么，会干什么而发愁，而烦恼，不过现在不会了。通过这次规划，让我对自己将在哪个领域从事何种事业有了方向性

的认识。我不会再为自己适合哪种工作，该选哪种工作而迷茫。此次职业生涯规划对我的兴趣、气质、价值观、人生观进行全面的剖析，让我更加彻底地清楚自己的优缺点，它结合我的专业，为我开创了通向成功的捷径。有了它的指导，我不会再像只无头苍蝇那样东闯西撞，它的指导让我有计划、有目标，也学习到更多更广泛的专业知识，它的指导让我更主动地去学习更多的知识，它的指导让我更加积极地去探索校园外的世界。

不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。没有兢兢业业的辛苦付出，哪来甘甜欢畅的成功的喜悦？没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪来震撼人心的累累硕果？只有付出，才能有收获。泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。一屋不扫，何以扫天下。只有从一个个小目标做起，持之以恒，才能换来最后的笑容。

## 一份详细的大学规划书篇二

复旦大学学生职业生涯发展中心日前在复旦、上海交大、同济大学等7所大学发放了调查问卷，在被访的2321位大学生中，对自己的兴趣、性格和特长都非常了解的占总数的35%，对自己最不喜欢和最喜欢的职业都非常了解的占总数的20.4%，对自己职业生涯发展面临的劣势都非常了解的占16.3%，十分了解自己将来从事的具体工作内容的占总数的11.7%，十分清楚自己未来三到五年的职业发展计划的占总数的10.3%。

一系列数据表明，在面对职业生涯规划时如果不能明确自己的目标和方向，甚至连自己的基本性格特长都不能了解，职业选择将非常盲目。专家指出，造成这样的局面，是因为大学生缺乏职业生涯规划的自主意识，没有考虑自己适合从事什么工作，于是毕业的时候就被被动地被推入就业大潮。

就业指导难以有的放矢

在2321位被访的学生中，只有176位称对“职业生涯规划”非常了解，不到总数的10%，有34%学生对“职业生涯规划”不了解甚至从没有听说过。

当被问及：“你在学校接触到的职业生涯规划教育有哪些内容？”时，一半以上的学生认为是老师提供的就业信息和就业状况，其它内容依次是，培养自身对专业的兴趣占32.7%，促进自我认知的培训占27.0%，建立用人单位资源库、为学生见习和就业提供服务的占21.6%、进行职业心理的教育和能力训练的占17.7%，对选择职业有特定辅导的占14.3%，进行过特定择业技能培训的占11.7%。

“职业规划课上，老师用很多时间讲解职业规划的概念、背景，而我所在的电子信息专业的行业前景、就业方向，她却不讲。”一所工科大学的学生告诉记者，目前大学为学生提供的有关职业生涯方面的指导并不充足，从事就业指导的老师多来自学校内部，对于企业和就业市场缺乏深入的了解，在指导上难以做到有的放矢。

## 鼓励学生锻炼各种能力

调研同时显示，大学生对“职业生涯规划”日益重视，有67.2%的学生认为很重要，只有4.2%的学生认为是不重要的，被访的学生同时希望，能够获得更有针对性的就业指导。

据悉，从今年起，沪上高校必须开设就业指导必修课或必选课，开展高校就业指导人员资格认证，建设一支高素质、专业化、职业化的就业指导老师队伍。

专家指出，除了专业学习，大学应该鼓励学生通过参加各项活动，锻炼自己的各种能力，如鼓励学生参加兼职工作、社会实践活动，并要求具有坚持性，最好能在课余时间后长时间从事与自己未来职业或本专业有关的工作，同时增强英语口语能力和计算机应用能力，并要根据个人兴趣与能力修订

个人的职业生涯规划设计。

专家认为，在面对就业压力日趋激烈的今天，高校对学生的就业指导工作不是短期行为，高校应把大学生职业生涯规划贯穿在学生就业指导全过程，并将其作为高校就业指导工作的重要手段和核心内容，让学生明白要就业前就要有职业生涯规划，力争提升学生就业指导的科学性和实效性。

## 一份详细的大学计划书篇三

近年来，随着高校扩招政策的实施，越来越多的年轻人进入大学校园。面对充满挑战和机遇的大学生涯，如何合理规划自己的未来成为每个大学生都需要思考的问题。在我的大学生涯中，我通过不断摸索和总结，逐渐形成了一些对大学生涯规划的心得体会。

首先，明确目标是规划的关键。大学时光转瞬即逝，因此明确自己的目标非常重要。在我刚进入大学的时候，我曾对未来的方向感到迷茫，不知道自己该做些什么。通过参加学校的职业规划课程和社团活动，我通过与更多的同学交流，向学长学姐请教，最终找到了自己的兴趣所在——市场营销。我意识到自己对市场营销有着浓厚的兴趣，并努力学习相关专业知识，参加相关实践活动，进一步夯实自己的专业基础。

其次，积极参与是规划的动力。大学校园提供了各种各样的机会和平台，给予我们展现自己的舞台。在大学的第二学期，我参加了学校的学生会，成为了部门的一员。通过学生会的工作，我学会了与人合作、共同解决问题、提高组织和协调能力。这些经历不仅让我收获了社交能力和组织能力的提升，还培养了我主动学习和把握机会的能力。正是这些积极参与的经历，让我更加主动地追求自己的兴趣爱好，不断扩展自己的能力边界。

再次，灵活适应是规划的必备能力。面对瞬息万变的大学生

涯，我们不能一成不变地坚持自己的计划。我记得在大三的时候，学校组织了一次暑期实习活动，我报名参加了其中一个项目。然而，由于某些原因，项目取消了。起初我觉得非常失望，但后来我意识到这是一个重新规划的机会。我决定拓宽自己的视野，报名参加了一个夏令营项目，这让我对不同领域的工作有了更清晰的认识。在大学生涯中，我们要不断地调整自己的计划，灵活适应外界的变化，不断学习和成长。

最后，坚持努力是规划的关键。规划是一项漫长而艰辛的过程，需要我们付出持续的努力和毅力。大学期间，我遇到了很多困难和挑战，有时也会因为不如意而产生迷茫和退缩的想法。然而，我深知只有坚持努力，才能实现自己的目标。因此，我在困难面前不断鼓励自己，找到解决问题的方法，并寻求他人的帮助，共同解决困难。努力付出的过程是充满挑战和成长的，每一次努力都为我的规划积累了宝贵的经验和能力。

总结起来，大学生涯规划是每个大学生都应该认真思考的问题。通过明确目标，积极参与，灵活适应和坚持努力，我们能够在大学生涯中更好地规划自己的未来。我相信只要用心去筹划，我们每个人都能够收获一个充实而精彩的大学经历，为自己人生的下一阶段打下坚实的基础。

## 一份详细的大学计划书篇四

段一：引言（100字）

大学规划是每个大学生都会面临的重要问题。最近，我参加了一场关于大学规划的演讲，并从中获得了很多启发。通过这次演讲，我对大学规划有了更深入的理解，也为自己的未来规划提供了一些有价值的经验和建议。

段二：规划的重要性（200字）

大学规划是指制定个人的学业和职业发展规划，对于我们的人生至关重要。首先，规划使我们能够有目标地行动，让我们知道该朝着什么方向前进。如果没有规划，我们就容易陷入迷茫和焦虑之中。其次，规划有助于我们开发和实现潜力，让我们能够更好地掌控自己的命运。通过规划，我们可以明确自己的兴趣、优势和目标，并在此基础上制定计划，提高自己的学业成绩和就业竞争力。最后，规划还可以提供思考和决策的框架，让我们在遇到困难和抉择时更有条理地进行思考和选择。

### 段三：演讲中的收获（400字）

在演讲中，我收获了很多关于大学规划的宝贵经验和建议。首先，演讲者强调了制定明确的目标的重要性。他提醒我们，要将目标确立为具体、可量化的短期和长期目标，以便我们能够更好地追踪和评估自己的进展。其次，他鼓励我们要多样化地发展自己，不仅仅局限于学术成绩。他认为，丰富的兴趣爱好、社团活动和实习经历能够让我们更加全面地发展自己，提高自己的综合素质。此外，他还提到了主动学习的重要性。他说，我们要积极参与课堂讨论，主动向老师请教问题，掌握学习的主动权。最后，演讲者强调了规划的动态性。他说，在大学过程中，我们要时刻关注自己的规划，及时调整和修正。只有不断修正和调整，我们才能更好地适应外部环境的变化，并找到最适合自己的发展的道路。

### 段四：自我反思与规划（300字）

通过听完这场演讲，我开始反思自己的大学规划。我意识到，我在规划过程中还存在一些问题和不足之处。首先，我在目标的制定上不够明确和具体，往往只守在一些模糊的想法上，缺乏可行性和可衡量性。其次，我对自己兴趣爱好的开发还不够重视，常常将大部分时间花在学术上，忽略了其他方面的发展。最后，在主动学习和规划的动态性上，我也存在着一些问题。我往往被动接受知识，在课堂上较少参与讨论。

此外，我也没有形成一个长期的规划，往往只关注眼前的事务，而缺乏对未来的有序规划。

#### 段五：规划的调整与展望（200字）

通过这次演讲，我意识到了自己的不足之处，也为自己的规划提供了一些思路和方法。首先，我决定制定更明确、可量化的目标，将它们分解成可行的步骤，并制定具体的时间表和计划。其次，我会更多地参与兴趣爱好的开发，加入一些社团和组织，积极寻找实习和实践机会。最后，我会主动参与课堂讨论，主动向老师请教问题，提高自己的学习能力和学习成效。此外，我还会及时关注外部环境的变化，将规划制定为一个动态的过程，随时根据需求和情况做出调整和修正。

#### 总结（100字）

大学规划演讲为我提供了宝贵的经验和建议，让我对大学规划有了更清晰的认识，并为自己的规划提供了一些思路和方法。通过反思自己的不足，我将努力完善我的规划，并不断调整和修正，以实现自己的目标和梦想。

## 一份详细的大学规划书篇五

近日，我作为主讲人参加了大学规划演讲比赛并取得了令人满意的成绩。在这个过程中，我汲取了许多经验和教训。下面我将就这次经历分享我的心得体会。

首先，准备是成功的关键。一场比赛的胜利不仅仅是靠个人的口才和表演能力，更重要的是充分的准备。在演讲资料的收集和整理方面，我投入了大量的时间和精力。我阅读了大量的相关书籍和资料，倾听行业专家的讲座，以全面了解大学规划的重要性和趋势。同时，我还参加了一些相关的培训和讲座，提高了我个人的知识水平和演讲技巧。

其次，灵活的思维和清晰的逻辑是演讲的基础。在大学规划演讲比赛中，从发言开始到结束的各个环节，都要求演讲者具备清晰的逻辑和灵活的思维。演讲者要善于总结和归纳信息，将复杂的问题简化成易于理解的形式，使听众能够更好地理解和接受。此外，演讲者还应当具备丰富的大学规划知识，能够准确的回答听众的问题，并解答疑惑。

再次，自信和亲和力是与听众建立连接的重要方法。在演讲比赛的舞台上，自信和亲和力是吸引听众注意力的重要因素。我在演讲的过程中，力求自然而然的表达自己的观点和想法，不过度夸张和做作。同时，我注重与听众进行互动，通过积极的眼神交流和肢体动作，与他们建立紧密的关系。通过这种方式，我能更好地将自己的观点传达给听众，使他们更容易接受并认同我所讲述的内容。

第四，演讲的语言要简洁明了，用词要精准。一场好的演讲不仅仅是关乎内容的质量，还有关与听众之间的沟通方式。在大学规划演讲中，我始终坚持用简洁明了的语言表达，尽可能避免使用过度复杂的词汇和短语，以免令听众难以理解。同时，我还注重用词的准确性，以确保我所表达的观点和观点完整和准确。这不仅能提升演讲的效果，还能提高听众对我内容的理解和认可度。

最后，反馈是进步的动力。在大学规划演讲比赛结束后，我积极倾听来自评委和观众的反馈意见。他们的宝贵意见和建议帮助我发现了自己的不足之处，并且给予我改进和进步的机会。因此，我相信，在以后的演讲中，我会更加注重细节和语言的准确性。同时，我还将努力提高自己的演讲技巧和表达能力，以更好地与听众沟通和交流。

总之，大学规划演讲心得体会，正是通过参加比赛和经历竞争的过程中，我逐渐成长和提升。准备充分、逻辑清晰、自信亲和、语言简洁明了以及积极接受反馈，这些经验和教训将成为我未来发展中的重要依托。我相信，通过不断实践和

努力，我一定会在演讲的道路上迈出更大的步伐，取得更优异的成绩。

## 一份详细的大学计划书篇六

人都是具有多面性的，这往往体现在性格方面，比如很多人都揣测不出自己的性格属于什么类型，因为人在不同的时候所体现的性格是不同的。从小到大的我，性格上也是具有很多面的，因此外向还是内向，基本上无法定位。但有一点是可以肯定的，那就是我自身充满了责任心与正义感，还有很强的社会观念。

至于在深度的自我分析——自我探索上面，我是在职业生涯规划课上才有所接触的，通过做一些自我剖析的测试，得出的结论是，我适合在群体里当领导者，人也是有一定魄力的，我适合那些极具挑战性的，处处充满激情，迸发着智慧的火花的工作。但我自身并不喜欢一些再商业场上或是政府机关做事情，我喜欢并且崇尚自由度相当大的职业，如果有可能，我只希望做一名职业撰稿人。

无论怎样讲，我还是希望能在所学的专业领域内工作，所以在法律领域我会选择律师这一职业。我很希望自己能够成为一名公益律师。

### 决策理由

最关键最重要的理由是基于自身的正义观。还有从小到大我很喜欢一句话：“穷则独善其身，达则兼济天下。”这句话也是基于博爱所产生的一句吧，因此，我一直在不断向着这个方向努力。但是我想要做到的不只是这些，在某些方面，我或许与唐朝的诗人杜甫有相同之处，因为我们都告诫自己：达时兼济天下，穷时也要为天下着想。

我喜欢做撰稿人不仅仅是因为这项工作的时间弹性大，工作

自由度高，不受束缚。更重要的是思想上的放松，我可以以我眼看真实的世界，我可以以我笔写尽人生百态，还原百姓的生活，或许给人以启发，或许给人留下某种精神，这些都是我非常非常想做的。

但是自由撰稿人也许算不上是一个职业，充其量它可算是一项业余的工作罢了。如果不能在特定的历史或者社会时期成为文坛的巨匠，成为知名的，具有社会代表性和进步意义的作家的话，我的作品又会具有多大的意义？掀起多大的浪潮？所以还是应该有一份正规的职业的，最好是真正地能够得心应手地为着我的目标为大家做些实事。在专业领域里我是选择了公益律师的。

在从前，法律这一专业内，我是喜欢刑法的，希望自己能做一名检查机关，公安机关或者司法机关的工作人员，当时的想法特别简单，就是尽自己全力荡涤社会的阴暗面。当时对本专业领域内的一些职业还是了解甚少，后来，在周老师的课上，完成第一次作业《我心目中的理想职业》以后，在周老师的评语中我找到了自己前进的方向和应该为之奋斗的目标——公益律师。

通过上网查一些有关公益律师的资料，我了解到：公益律师首先是一位社会法律工作者，他不同于政府律师、法官、检察官等为公权力服务的法律工作者，也不同于纯粹为私人利益提供法律服务的商业律师。公益律师是处于两者之间的中间地带。引用杨汝清老师在《论语精要》中的一句话来为我们中国公益律师的形象定位：“从容优雅、张弛有度、卓尔不群”。公益律师的君子文化定位的含义，可能就是忧国忧民。公益律师，尤其是民间的公益律师，显然属于“处江湖之远”一类，可不能闲云野鹤一般地逍遥自在。律师是掌握着相当充足的信息和技术资源的群体，如果乐于为社会做点什么，是很有成效的。孔子的儒家哲学，实际是入世、经世济用的态度。

既然是这样，我的职业定位，职业决策就丝毫没有可质疑的了，忧国忧民，在社会中发挥应有的效应，才是成功做事的关键，才不枉在世界上走一遭。

在谈到这一问题的时候，我觉得与上一问题“决策理由”没有什么实质性的区分，但是我想就我自己选择的就业目标谈一些东西。首先，这样一个职业是需要很强的正义感于责任心的，不是说公益律师就可以随心做事，做事也一定要有始有终，要向前看。其次，要正视自己的职业，就像许多律师说的那样，不要认为公益律师是在律师职场中竞争的弱者，是败下阵来或是被淘汰了的，恰恰相反，他们才是高尚的，因为有着崇高的精神和奋斗目标。再次，金钱不是衡量一个律师是否成功的标准，至少我是这样认为的，这取决于一个人的价值观。最后，公益律师所做的工作具体内容的概念并不是模糊的，他们从事公益诉讼和非公益诉讼。虽然，公益律师需要付出大量的无报酬劳动，这相当于是捐赠劳务。法律援助就是典范的劳务捐赠。但是公益律师肯定不是捐钱捐物、铺路架桥的那种公益慈善人士。

我的家乡是辽宁省的抚顺市，素有煤都之称，清王朝发源地，雷锋的第二故乡，乒乓球世界冠军和影视红星佟大为就是我的家乡人，我的家乡不大，但并不小，可以说还小有名气。但是还是有许多许多的落后点与阴暗面，有不履行法定责任使学生受教育不顺利的，有因经济困难请不起律师导致家人惨死，犯罪人却逍遥法外的。这些情况都在提醒我要为他们做一些事情，无关于金钱，无关于声誉。

我一向觉得在这些方面美国等国超前很多，大概是人民民主权利所决定的，美国的一些公益律师团体是强力且高效的。一直以来觉得既然我国也进入了法治社会，就应该彻彻底底地发展，在法律发面赶超强国，况且公益律师的最终目的不单单是维护民权，那是民间公益律师该做的事。官方的公益律师还会维护国家的权力甚至尊严。许许多多的外国公益律师替当事人辩护并非出于正义感，有时他们会选择这样的方

法来抨击司法制度或是一些有效性的程序。所以说：公益律师不是慈善家，他们存在的意义巨大，社会价值很高。

至于我，我需要做的不仅仅是办一些公益性的案子，我要全身心地投入进去，从一而终。

作为一名律师的话，是有一定的职责的，具体可以参照《律师法》，以起到约束自己的作用。作为一名公益律师的话，首先要以律师的各项标准来约束自己，其次就是说在办案子的时候要有责任心。其实大多数自发的而不是被分派到公益案件的公益律师是都能做到的。因为他们本身就不是冲着钱或者是其他什么去的。所以说，岗位职责方面没有什么可深加议论的。

## 目标岗位的实力和素质要求

如上所说一定的价值观和责任感是引导你向这个职位走来的路标。但并不是每个人有了这样的高尚的情操就一定能把事情做好，工作上总是需要一定的技术含量，关于各个岗位也需要具备一定的实力和素质。

## 一份详细的大学计划书篇七

在新一届的成员共同努力下，按照我们职协人的规划认真的完成了每项实践活动，大家不仅体会到了集体的温暖也享受到了成长的'喜悦'。xx年上半年度协会工作将不断充实和完善，在不断践行的过程中检验和夯实协会的发展观念，积累协会自身的文化。

## 本学期活动目标

协会本届发展主题： 加强学习 务实交流 主动参与 争取收获

活动目标： 调动会员学习积极性，切实保障会员权益，真正增强协会凝聚力，广泛交流把活动做实做好。

活动内容：

三月份，学期工作总结和配合社管会开展志愿服务月相关活动，优秀会员、干事、部长评比，整理社团评优材料。

具体化：1、上旬寒假见闻分享会并做会员素质拓展培训活动的动员宣传准备工作的安排。

2、中旬优秀协会成员评选结果公示，素拓活动具体实施开展，下旬举办规划培训讲座，核实评优材料。

四月份，积极参与社团评优，为第六届职业生涯规划大赛做准备并积极与其他兄弟社团交流学习。

具体化：1、上旬参与社团评优，并与优秀社团交流学习，举办交流会等形式来开展。

2、中旬为职业生涯规划大赛的开展做准备并具体实施。

3、下旬与其他兄弟社团合作开展活动，目前意向是和演讲与口才协会举办大赛。

五月份，第六届职规赛举办，协助招就处开展相关工作，会内联谊。

具体化：1上旬大赛开展并做好相应总结工作同时为参观工厂活动做好准备工作。

2、中旬举办参观工厂活动。

3、开展会内联谊活动。

六月份，总结本学年工作并规划下一学年工作。

具体化：1、上旬做好总结工作并为规划活动周做准备。

2、中旬开展规划活动周系列活动。

3、下旬为暑期开展实践活动做准备。

七月份，积极申请、准备和开展“三下乡”社会实践活动。

注意事项：

1、 本学期开展的相关活动一定要紧紧围绕协会发展主题和宗旨进行。

2、 注意收集和分享有利于协会成员发展的材料。

3、 积极配合社管会和招就处开展相关工作并接受监督和考核。

4、 做好会员权益保障工作，切实完成协会创先争优的全部工作。

5、 努力开拓协会发展新局面，妥善做好协会人才培养和人员调配工作。

## 一份详细的大学计划书篇八

第一段：引入新生大学规划的重要性（200字）

进入大学，对于很多人来说是一个崭新而又充满期待的阶段。在这个时候，很多新生会面临一个重要的任务，那就是规划自己的大学生活。新生大学规划是一个自我探索和发展的过程，它不仅仅关乎学习和专业发展，还关系到个人价值观、

人际关系和综合素质的提升。一份好的大学规划可以为我们的大学生活指明方向，帮助我们更好地面对挑战和机遇。

## 第二段：制定具体目标和计划（300字）

制定大学规划的第一步是明确自己的目标。无论是学业上的目标还是个人兴趣爱好方面的目标，对我们来说都是至关重要的。设立目标可以帮助我们明确的方向和动力去追求自己的梦想。而在设立目标的基础上，制定详细的计划也是不可或缺的。我们可以为自己设定一些长期目标，然后将其分解成具体的短期目标，并为每个短期目标制定相应的行动计划。这样一来，我们就不会迷失在大学的迷雾中，而是可以有序地朝着自己的目标迈进。

## 第三段：多元化学习和发展（300字）

大学是一个丰富多彩的时光，我们应该充分利用这个机会来进行多元化的学习和发展。除了专业课程之外，我们还可以选择参加各种社团活动、实习机会、社会实践等。这些经历不仅可以丰富我们的大学生活，还可以培养我们的团队合作能力、领导能力和解决问题的能力。同时，我们还可以通过参加学术讲座、课外讲座等活动来开拓眼界，提高自己的综合素质。多元化的学习和发展是我们大学生活中的一种投资，可以帮助我们更好地适应社会的需求，增强竞争力。

## 第四段：与他人建立良好的人际关系（200字）

在大学生活中，人际关系的建立是非常重要的。与他人建立良好的人际关系可以帮助我们寻找到志同道合的朋友，相互支持和帮助，共同成长。我们可以通过参加社团、组织活动、参加课外讲座等途径来拓展自己的社交圈子。与人交往不仅可以提高我们的人际交往能力，还可以让我们更好地了解不同的文化和观点，拓宽自己的视野。通过与他人的交流和合作，我们可以互相学习，共同成长。

## 第五段：总结和展望（200字）

制定一个合理的大学规划，有助于我们更好地适应大学生活和充分发挥自己的潜力。在规划过程中，我们要明确自己的目标，并制定详细的计划。同时，要注重多元化学习和发展，积极参与各种社团、实习等活动。与此同时，与他人建立良好的人际关系也是非常重要的。通过努力实施我们的计划，我们可以度过充实而有意义的大学生活，并为自己的未来打下良好的基础。

总结：新生大学规划是我们在大学生活中的一个重要任务，它可以帮助我们制定目标、规划未来，充实大学生活。通过制定具体目标和计划，多元化学习和发展，与他人建立良好的人际关系，我们可以为自己的未来奠定坚实的基础。实践大学规划并不容易，但它会给我们的大学生活带来无限的可能性和挑战。让我们怀着梦想和热情，制定并实施一份好的大学规划，让我们的大学生活更加精彩纷呈。

## 一份详细的大学规划书篇九

关于什么是正确的规划，不外乎这三个问题：

1. 职业规划有没有必要
2. 职业规划谁来做
3. 规划的到底是什么

我们不妨先看几个问题：

问题1：如果你现在工作做得很不开心，转行、跳槽一时又找不到机会，你要不要做职业规划？（我猜，大家的回答都是“要”）

问题2：如果你有理想，并且正在努力的路上，目前工作也挺顺利的，需不需要做职业规划？（我猜，大部分人回答“要”，少数人回答“不要”）

问题3：回答“要”的朋友，你们做了职业规划吗？（我猜，基本所有人的回答都是“没有”）

这说明，表面觉得重要和你实际认为它重要是两码事，没行动其实就表明了你的内心想法是不要。

不妨换个角度，再看一个问题：

（我猜，你们的回答是“要”）

当然要制定战略，比如分析宏观环境、了解竞争对手状况、制定自己的定位以及产品线渠道供应链等等策略。

所以我们不妨换个思路，其实我们每个人就是一个公司，你需要盈利、需要竞争、需要根据自己的优劣势进行定位、需要有人买你的服务、需要打造个人品牌。道理是一样的，所以我们个人也需要规划，这是达成理想的路径。

但现实往往是，我们只在出现问题的时候做规划。然而，在走投无路的时候做规划，就像企业在快倒闭的时候才来做战略是一样的，都没用。

不知道大家有没有看过《商业模式新生代》这本书，它其实就有两个版本，一个是企业的商业模式，另一个是个人的商业模式。

在个人商业模式里面，你会发现，也有目标客户、价值服务等要素，跟企业其实是相通的。（这部分会在下次分享具体说，这里先不展开）

这里很多人会有一个疑问，我的职业规划要不要请一个专业的生涯规划师来帮我做？我的建议是，最好不要。

当然不是说规划师不专业或其他什么，我的理解是，职业规划不应该是一个少数人用来谋生的职业，而应该是一项所有人都需掌握的技能。

现在社会化分工越来越细，原来很多事情都要自己亲历每个环节。而现在我们更多的是可以把很多细节交给专业的人，所以我们会叫外卖、用拼车、网购。但是鲜有听说有人把思考人生这样的事情外包给别人完成的。

这些问题的答案，只有并且也应该是自己最清楚。只不过，你可能需要去了解并学习职业规划的方法论和思考问题的方式，再实践到自己的规划上。这就是为什么说，职业规划也是项职场人必须掌握的技能，而不是一个少数人需要掌握并用来谋生的职业。

但为何很多人没有掌握这样的技能，并且那么迷茫？大约有80%的年轻人，你问他要什么，他都会说不知道。圈外的后台经常会有年轻人咨询诸如此类的问题：我性格内向，但能吃苦，擅长数据分析，但与人打交道能力一般，请问我适合做什么工作？我很迷茫。

这样的问题，其实反映出的是它背后的现象：学校教育跟社会的严重脱节，导致即使是工作了好几年的人，可能依然没有调整过来。

以前我们总认为，学校跟社会的差异在于人际关系，表现在社会如何复杂，学校如何单纯。但其实这完全不是最根本的差异，因为对于人际的差异，大部分人一两年之内就能适应。作为一个社会人，我们大都能够很快学会周围人的相处方式。

那么最根本的差异到底是什么呢？最难跨域的其实是思维方

式，也就是独立思考的能力。

学校有课程表和考试范围，有明确单一的目标，而社会上这些都没有。你可能都不知道自己该做什么，也就是失去了方向。我们从学校出来，接触社会，面临的第一个问题，通常来源于面试官“你未来的职业规划是怎样的？”多数人听到这个问题的第一反应都是懵x□

学校教育培养出的可能更多是服从者，学生时代的每个阶段都有人给你指明方向，你要做的只是朝着那个点全力以赴而已。但进入社会后，往往很多人就迷乱了，就像轮船在海上失去了航灯。因为一下子适应不了没人指路的节奏，缺乏独立思考的能力，跌跌撞撞没有方向，内心更多的是彷徨和恐惧。

我刚毕业的时候，互联网还没有现在这样信息爆炸，所以反而少了很多烦恼。现在的一些年轻人，他们的情况是：一进入社会，就每天处在各种良莠不齐的信息轰炸中，缺乏自主思考，且无端的烦恼困扰太多。

在交流的时候，我时常会跟他们讲，问题是有重要性和关键度属性的。

有一些问题，比如人生目标这样的事情，虽然很重要很关键，但对于一个步入社会不久的人来说，是想不出答案的，而且很可能就算貌似想出来了，以后还是会大概率动态调整，所以这个问题的解决度是很低的。

对应上图里，我称之为无底洞的问题，这类问题就不需浪费大量精力专门思考，在自己有足够阅历并掌握正确的方法之后，再去看待它才有意义。

既然要做规划，而且需要掌握规划的正确方法、自己做规划，那么，我们应该规划什么呢？

依然先看两个例子：

规划1□a是刚毕业的女大学生，打算进入快消行业做市场，计划做市场助理3年，事业有一定基础之后结婚，初级产品经理2年，然后生孩子，之后成为一名真正的产品经理，10年成为一家中型企业的市场部负责人。

规划2□b现在是一名销售，打算2年内进入咨询行业，做到一定级别之后跳槽去投行，投行到一定级别之后去创业，因为创业是她的理想。

这两个职业规划显然都有问题：

规划1的问题在于：她做的是职位规划而非职业规划。固然，我们应该给自己一些目标，比如现在是经理岗，要挑战一下自我，争取三年后升总监。但这只是目标而非规划。职业规划更多是战略层面的事情，是说你要如何达到未来那个职业目标，指的是实现路径。

规划2的问题在于：她想当然了。如果b的理想是创业，那完全可以继续做几年销售然后直接创业，因为咨询和投行不是创业的必要条件。事实上，并无大量数据表明创业成功的人之前做了这些工作，且销售到咨询到投行，都是很大的跨度，把时间花在适应大的跨度上，即便最后创业成功，这中间迂回的时间也不太值得。

所以，职业规划不应该是几岁做到什么职位，而更应该聚焦在实现目标的方法。且这种方法必须是现实可行的，而非想当然拍脑袋的结果。

那么，职业规划到底要规划什么和考虑什么呢？这里我总结为三点：

第一，做价值规划；

第二，扬长避短；

第三，关注外部变化。

## 1. 价值规划

我们姑且先抛开外部机遇，只看一个人的内在价值，其实用这个模型就可以表示出来，我在之前的文章也多次提到过。

你去看企业招聘，也是用这个思路来判断你的价值，从而决定给你的offer上面填什么数字：比如，他们会要求一定的学历和专业，这其实代表了你的知识水平；他们要求会使用一些工具，比如ppt[e.c.l]或者特定行业比如程序员肯定需要会用某些编程语言，这些其实代表了你的技能；他们还会要求具备一些软能力，比如解决问题能力、沟通能力等等，所以会在面试中不断让你举例，比如“你曾经克服过怎样的挑战”。另外，你的价值观、性格特质也会在面试甚至测评中有直观体现。

这些被考量要素中，冰山下面的性格、动机、价值观等一旦成型基本就很难再被撼动，所以倘若你企图花大量精力在这些上面，结果可能是没有太多意义。

你能努力的点更多是在知识、技能和能力。所以，你做的每一段工作，都要力求在这些要素上有所提升，你才会不断增值。

回到刚才规划2的例子，如果将来想要创业，那么创业需要什么知识、技能和能力，在这之前的哪些工作可以提升这些要素，这才是职业规划真正需要做的事情。

## 2. 扬长避短

职业规划的三要素中，扬长避短具体而言就是你的优劣势，

而这里其实会考虑两个方面，一是兴趣，二是擅长，这是我们在职业规划的过程中，需要考虑的两个内部因素。

兴趣这个事情，其实被误会得很深。如果没有足够强的自我察觉，往往无法判断真正的兴趣所在。因为喜欢做一件事情，跟喜欢一个人是一个道理，影响很多因素很多，往往难以轻易讲明。

但可以肯定的有两点：第一，享受不是兴趣，愿意付出才是；第二，任何事情，接触皮毛的时候不要谈兴趣。

如果有人问你，你喜欢旅游吗？相信大部分人的答案都是喜欢。但那是兴趣吗？多半不是。

兴趣很容易跟享受混淆。享受是被动的，无需付出；而兴趣则可能需要为了某件事情付出努力。

举个例子，很多人觉得我文章的配图特别好看，这都是我的一位好友diane所画。

她很喜欢画画，为了这个爱好她毅然从原来的产品经理岗辞职，专注于图画创作，常常会花很长时间去优化那些普通人不大会感知到的细枝末节，她倾注了所有精力，并从中收获了精神的愉悦和外界的肯定，这就是真正的兴趣。

为什么又说接触皮毛就不要谈兴趣呢？

比如做咨询，刚做分析师的时候，每天工作就是整理分析数据、跟高级顾问陪访并做笔记，等等。而等做到顾问，就需要解决具体问题了。所以如果只接触皮毛，你会产生错觉，觉得咨询就是记笔记，这工作我没兴趣。

所以任何事情，你至少做到60分，再谈是否喜欢。

这提问其实有两个误区：第一，混淆了可提升和不可提升的能力；第二，以为适合的职业就是那么确定的一两个。

首先，混淆可提升和不可提升的能力是说，比如刚才的冰山模型，能力其实部分在冰山上面，部分在冰山下面，也就是意味着，有些容易提升，有些是不容易提升的。而思维能力，恰恰很大一部分是可以提升的。

所以不应该说思维能力不行，并以此作为标尺去找职业，这样反而让自己受限了。而应该是先提升思维能力，自然会拓宽自己的职业道路。

其次，适合的职业其实不止一个。很多人都觉得，一定有哪个职业是我特别适合的，我只要找到它，就能得心应手、走向成功了，它就是为我量身定做的。

其实事实根本不是这样。我们给很多企业员工做过测评和研究，结果是能做好一样工作的人，常常也能做好很多工作，而不能做好一些工作的人，往往什么都做不好。这是因为很多工作虽然内容不同，但需要的能力其实是差不多的。

所以，选择职业跟找爱人是一样的，适合你的往往不止一个。所以，你应该聚焦的不是选择本身，而是选择之后，你如何去做好。

### 3. 关注外部变化

企业做战略规划的时候都会考虑外部环境、竞争对手、消费者等因素。但我们做个人规划的时候，却往往会忽略外部因素，只考虑自身，进而制定了一个完全不可行的规划。

从这张图来看，其实除了自身的内在价值之外，最后的总价值还会取决于外部因素，比如选择。

那么，外部因素要了解哪些方面才能帮助我们选择呢？这里我总结为四点：

第一，目标职业的工作内容、薪酬回报等；

第二，目标职业未来的发展前景、供需关系；

第三，实现的路径，比如招聘要求、招聘渠道；

第四，企业组织形式的变化。

这里我举个例子，重点说说供需关系和企业的组织形式变化：

比如在hr领域，其实存在不同的细分，我举两个领域，一是组织设计，二是薪酬体系设计，其中组织设计更偏战略层面，就是根据公司战略设计适合的组织架构，而薪酬体系更多是看如何给予员工适合的回报，背后有很多内外部数据分析，甚至员工行为的分析。

移动互联时代的兴起，让信息更加透明、数据分析更依赖高效的计算机，人的优势就会削弱，而且薪酬属于传统领域，所以薪酬领域对相关人才的需求会出现下降、供给却在增加。

但这个时代让人与人之间的联结更容易、公司与人之间的关系从雇佣关系走向合作关系，这些趋势则会让企业重新思考它的组织架构，而组织设计本身是很难标准化的。所以，对组织设计人才需求的增长带来的机会则越来越多，而供给却没那么充足。

倘若你在几年前意识到这个趋势，现在就可以享受一些市场溢价了。

所以，善于发现外部形势的变化，才能为自己挖掘到更多机会。

至此再回到文首的三个问题，结论总结一下就是：

1. 要做职业规划，就跟企业一样
2. 要自己做规划，不要求助于别人；但是不要空想，要掌握方法，正确地做
3. 职业规划三要素：价值规划、扬长避短、关注外部
  - 3.1 价值规划：知识、技能、能力的提升；
  - 3.3 关注外部：供需关系、企业变化等。