

大学生生活规划人际交往(精选6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。

大学生生活规划人际交往篇一

大一是大学的开始，又是高中的延续，所以这个承上启下的重要阶段对于每个大学生来说都是全新的，都是在摸索中度过过的，而没有指导和交流的摸索往往是刚刚过出大二的味道就已经步入大二了，而在这个多元化的时代里大学生生活的丰富多彩和千变万化的，为了更快适应大学环境，高效的度过大学生活，本文特把大一时期容易发生的问题做了一个总结，期望可以给正在读大一的和欲将上大一的学子些借鉴。

因为刚来到一个新环境，所以每个人都希望和自己熟悉的人多来往，所以很多大一学生往往都会本城市的高中同学进行较多的交流，一方面弥补一下高中时期紧张学习而无暇游玩的沉闷，一方面进一步维护高中同学关系为日后打下铺垫，其实这些想法都没有错，只是我不能过多的回味高中而沉寂在高中阶段，高中和大学是两个时期，是不同的，我不能因为和高中同学熟悉就忽略了大学同学关系，毕竟我又进入了个新环境，日后我要生活更多时间的环境；至于如何安排与高中同学的交往和如何建立大学关系，本文第二部分有详尽的说明，这里只是给大一新生提个醒。

大学与高中最明显也是最本质的特征就是，大学自由过多，没有以往高中老师的孜孜不倦的指导和无时无刻的监督，这也是国家教育体制的问题，高中过紧大学过松，这直接导致了大学里的自由过多，一天除了上课和院系组织活动外其余

的时间都是自己的，利用这么多时间去做什么呢，没有了老师的指引，没有了考大学的明确目标，就无所适从了，如果这个时期又赶上体验不到大学的快乐，那就会对大学产生怀疑，对以往高中的努力感到不值得；有意识对自己负责的大一学生就会在此时给自己树立一个目标，如期末考试全班第一名，如利用一年时间找到自己的兴趣，找到自己喜欢的专业，一年内要看遍图书馆里的所有书等等，只要我在大一时有了一个向上的目标那我就感到充实；所以当我无所作为时我可以憧憬一下日后毕业后的自己，那我就知道现在要做些什么准备和努力了。

走出了父母师长的限制的大一学生感到了自由，也认为自己一直在读死书，所以一直想要跃跃欲试的走到社会里做实践，但由于自身的阅历浅总是在做些“垃圾”工作，这里所指的“垃圾”工作是说和我的学历无关和我的专业无关并不锻炼能力的工作，如我去体验餐厅服务员的工作，如去发传单等，这些工作本身并不“垃圾”，也无贵贱，这是大学生要去做这些工作前要考虑一下，能不能做些和自己专业和知识相关的工作，如家教，专业方面的工作等，其实从大一这个阶段来说并不建议去做社会实践，这个工作是大二以后的事情，但如果一些大一学生一定要去做的话，建议和上届学长一起去做，毕竟他们有些了解，这样实践的活动就会相对好一些；还有一些误区要避免，大一的实践不光是为了赚钱，但不赚钱而锻炼能力的工作也一定要去做，很赚钱但不怎么赚钱的工作要少做，如广告专业的学生去广告公司做业务不赚钱但也要去做，如发传单很赚钱但只能做几次。

只是单纯的要兼职工作的有两种人，一种是需要人的家庭经济不好的同学，一种是通过赚钱证明自己的同学，其本身并不缺钱。无论是出于何种目的的学生都要提醒我，要有个度，不能因为赚钱而耽误学业，否则就是喧宾夺主得不偿失了。没钱上学的同学在赚钱上学的同时不要沦为赚钱的工具，差不多够生活费就好了，学费国家是有政策的；就是要赚钱的同学别钻到钱眼里了，混个文凭好混学点知识难；总之大学就是

发现自我发展自我的一个重要时期，大学是一个全面充实自己尽情扬长补短的最后时期，所以任何外物都不足以与其相比，毕竟赚钱是一辈子的事情，而大学就只有短短的三年，过了大学我就失去了人生最后一个自由学习自由完善的时期，这种感觉是日后无论我如何也找不到的，所以多学点习少玩，多看点书少睡觉是我对待大学的最好方式。再说如果我赚钱是为了上大学，那就不能为了单纯的赚钱而不学习；当然如果我上大学是为了赚钱，那就无可厚非了，但提醒我上什么山要唱什么歌，别为自己的选择后悔就好。

拼命挤进院校学生会，进入后却无所事事。大学里学生会算是一个权力机关，也是认识更多人的一个渠道，更是给自己增添荣誉的地方，所以每当新生开学后不久，校院学生会就会针对大一新生招新，在各种宣讲会和学长师长的指引下，很多大学生都加入了竞选学生会的活动；当然学生会能够存在就证明是有一定意义和价值的，在这里笔者不是反对大一新生加入学生会，毕竟学生会缔造了很多的校园神话；这里要强调的是无论我当初抱着什么期望加入学生会的，一旦进入了就要做出点成绩学到点东西才算是对自己的交代，否则这是找关系在学生会上署个名是没有任何意义的，和本部门的同学多交流，和辅导员及相关老师建立好的联系，拟订对本部门和学生会的看法和建议，多做具体的活动，多和学长交流请教，利用好学生会这个平台去补充我目标中的东西才是上策；所以当我加入学生会后一定要给自己个目标，如要当上部门部长，要认识十个老师，要锻炼自己的组织能力等等。

大学生生活规划人际交往篇二

小王，在大学里学的是it专业，但是平时环境对他的影响却让她产生了想做媒体记者的想法，临近要毕业了他很着急，就到可锐来做了咨询，职业顾问给了她一些建议，在毕业之前跟媒体联系，找到媒体正在关注的话题，写稿子投往各大报纸或杂志媒体，在跟主编交涉的过程中就积攒了不少在这个行业中的人力资源和经验，也就是做好了经验储备。她跟一

家大型媒体磨合了一段时间之后，发表了几篇文章，不算在媒体那里小有名气，拿着文章去找工作也有话说了。

做好专业储备

小李，在哈尔滨的一所大学学的是工业自动化专业，但是她自己并不喜欢，这也是当初报专业时犯下的错误，她在大学暑假打工的时候是做销售，并且也喜欢上这个行业，但是四年的专业她又不想就这么扔掉。于是来到可锐，可锐的职业顾问通过对她做了一系列的职业气质分析和测评，觉得小李确实是比较倾向于销售，就建议她：在毕业之前多去了解一些做销售方面的知识，多做社会实践，弥补一些专业化的销售技巧，在进入市场时再结合所学的工业专业，在这个白手起家的行业一定会专业突飞猛进。

小安三年前拿着大学本科毕业证书来到北京，本以为这张证书就是自己的身价，再加上亲戚朋友的厚望，所以自信满满。没想到在找工作面试时屡次通不过，于是她就找了好多的职场杂志专栏文章看，有那种写有关于面试技巧的文章她就背下来，但是面试程序又不会按照文章里写的一丝不差，面对不同的面试官毫无经验的她很苦恼，曾经一度想回到家乡，但是碍于面子，还没找到工作人已经憔悴了不少，而且在北京一日没工作就要消费一日，她很着急。最后在朋友的推荐下来到了可锐。

分析：

1、行为举止

你可能在学校里活泼好动，人缘极好，但是公司里要你做的是实事，稳重放在第一位，如果你在面试的时候还是那样一副无所顾忌，行为举止极不专业，甚至坐相站相都还很原始的样子，难免给人一种轻飘飘不可信任的感觉，这步没走好，依然没有下文。

2、社会实践

在没有毕业之前主动去找几个面试的机会，不要带有压力，但是却要做相关准备：对你要面试的公司做一些了解，对你要应聘的职位做一个计划，如果你胜任了你会怎样做，做出一个什么结果，这样面试官会觉得你是一个有思想有潜力的年轻人，毕竟他也有可能是从你这个阶段走过来的，在这一环节要用情感+理性博得他喜欢。让他感觉你就是他想要找的。

3、总结经验

在回答面试官的问题的同时把握他的心理，体会各种面试气氛，投其所好，甚至在面试的时候你占主动，表现出你的干练的同时又不失谦虚。面试不成功很正常，但是你要知道自己为什么被人拒绝，面试就是把自己销售出去，抓住对方的心理需求，把你符合他要求的東西给他，并且你是优秀的，他能不要你吗几次下来，把握好了自己跟面试官的关系，掌握好那个度，毕业时就业轻而易举。

4、先择业后就业

很多人对自己的职业生涯自始至终抱着顺其自然的态度，但是给自己的将来就业做一个规划不是要比别人少走很多弯路吗现在的就业形势严峻，这是大家有目共睹的，职场就象一张地图，而你找工作就好比是在马路上找目的地，如果马路上没有交警、没有红绿灯也没有任何指示标，你要到达你的目的地，是否会走很多弯路，浪费很多的时间同样道理，一毕业先走着再说，跳来跳去距离一开始的目标越来越远，但是人的青春有限，这样宝贵的时间经不得浪费，所以在你毕业前要想清楚自己想在哪方面发展，奔着这个目标努力做准备，做一个长远的职场规划，为自己的钱途打好基础。

5、加强自己的竞争力

不管你的专业是文秘还是it，在你的观念里一定要有加强自己竞争力，做文秘，或者助理，都是一些协助性的工作，你要把自己的工作内容慢慢转到专业方面，做it你要及时充电，新秀遍地是。免得被别人替换了还不抱怨世态炎凉。

包装简历和一身职业化的行头相信大家都知道其重要性，这两步虽然也要走好，当然行为等更要注意，掌握了这些，相信你比没有了解这些知识的人会走的更快更远。

大学毕业生职业生涯规划的侧重点在职业准备、职业选择、职业适应三个阶段。大学生要对职业进行物质、心理、知识、技能等各方面充分的准备，还要根据各方面的分析与自己的职业锚合理客观地对职业做出选择。对即将踏入的职业活动要有一定的合理的心理预期，包括工作的性质、劳动强度、工作时间、工作方式、同事以及上下级关系都要快速适应，迅速成为一个成功的职业者。

大学生生活规划人际交往篇三

在职业确定后,还要计划一下职业发展的大致路线:是向行政管理路线发展,还是向专业技术路线发展;是先走技术路线,再转向行政管理路线……由于发展路线不同,对职业发展的要求也不相同.因此,在职业规划中,须作出抉择,以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯路线或预定的方向前进.通常职业生涯路线的选择须考虑以下三个问题:

对以上三个问题,进行综合分析,以此确定自己的最佳职业生涯路线.

1. 自我评估.主要包括对个人的需求、能力、兴趣、性格、气质等等的分析,以确定什么样的职业比较适合自己和自己具备哪些能力.

2. 组织与社会环境分析.短期的规划比较注重组织环境的分

析,长期的规划要更多地注重社会环境的分析.

3. 生涯机会评估.生涯机会的评估包括对长期机会和短期机会的评估.通过对社会环境的分析,结合本人的具体情况,评估有哪些长期的发展机会;通过对组织环境的分析,评估组织内有哪些短期的发展机会.

4. 生涯目标确定.职业生涯规划目标的确定包括人生目标、长期目标、中期目标与短期目标的确定,它们分别与人生规划、长期规划、中期规划和短期规划相对应.首先要根据个人的专业、性格、气质和价值观以及社会的发展趋势确定自己的人生目标和长期目标,然后再把人生目标和长期目标细化,根据个人的经历和所处的组织环境制定相应的中期目标和短期目标.

5. 制定行动方案.把目标转化成具体的方案和措施.这一过程中比较重要的行动方案有职业生涯发展路线的选择、职业的选择,相应的教育和培训计划的制定.

6. 评估与反馈.职业生涯规划的评价与反馈过程是个人对自己的不断认识过程,也是对社会的不不断认识过程,是使职业生涯规划更加有效的有力手段.

职业规划对于每个人来说都是必不可少的,对于大学生尤其重要.大学时代可谓是人一生中的黄金时代,也是一个人的性格形成和能力发展一个重要的阶段,大学生做好职业规划,结合自己的职业生涯规划目标,才能使大学的学习更加有效的成就梦想和美好的明天.

大学生生活规划人际交往篇四

自我认知（起点）

个人特质

根据mbti专业心理测评，我的性格类型是“istj”（内向+感觉+

思维+判断）。我性格内向，看上去有些孤独和严肃，讲求实际，强调眼见为实，并客观处理工作中的事物，注重条理、顺序、结构，合情合理的去做应该做的事情，并坚定的完成。

外冷内热

在我看来，自己并不是一个内向的人，应该是内热外冷，在熟悉的人面前，活泼开朗，大胆率直，乐于与他人分享自己的看法建议，但是，在公众场合或是人较多的场合下，往往选择沉默，逃避众人目光。

责任感强，踏实认真；乐于助人，注重条理）

喜欢给自己做各种各样的小计划，把自己的生活安排的仅仅有条，同时善于策划各种活动，组织筹备工作。

焦虑紧张，情绪波动；自卑逃避，距离感强）

工作方面：对待事情过于认真，有时显得焦虑不安。过分在乎细节，有时被细枝末节的东西所困扰，主客颠倒。在做事情时犹豫不决，考虑因素太多，特别是在时间紧迫，任务艰巨的时候，往往难以下决定，紧张不安，。

生活方面：对情绪的控制力较差，情绪不稳定。有点完美主义，对自己要求非常高，因此在开展工作是难以起步。对待他人不够积极主动，由于害怕受到伤害，习惯与别人保持一定距离，让人觉得难以亲近。对自己不够自信，逃避竞争，不敢去争取自己想要的东西，经常错失良机。

能力测评（关键词：强空间思维+强逻辑思维vs人际交往+领导协作）

较善于表达自己。无法完成手部的迅速准确活动，手指和腕部难以完成精巧自由的活动；缺乏组织协调能力，人际交往方面有些欠缺。

大学生生活规划人际交往篇五

1. 利益整合原则。利益整合是指员工利益与组织利益的整合。这种整合不是牺牲员工的利益，而是处理好员工个人发展和组织发展的关系，寻找个人发展与组织发展的结合点。每个个体都是在一定的组织环境与社会环境中学习发展的，因此，个体必须认可组织的目的和价值观，并把他的价值观、知识和努力集中于组织的需要和机会上。
2. 公平、公开原则。在职业生涯规划方面，企业在提供有关职业发展的各种信息、教育培训机会、任职机会时，都应当公开其条件标准，保持高度的透明度。这是组织成员的人格受到尊重的体现，是维护管理人员整体积极性的保证。
3. 协作进行原则。协作进行原则，即职业生涯规划的各项活动，都要由组织与员工双方共同制定、共同实施、共同参与完成。职业生涯规划本是好事，应当有利于组织与员工双方。但如果缺乏沟通，就可能造成双方的不理解、不配合以至造成风险，因此必须在职业生涯管理战略开始前和进行中，建立相互信任的上下级关系。建立互信关系的最有效方法就是始终共同参与、共同制定、共同实施职业生涯规划。
4. 动态目标原则。一般来说，组织是变动的，组织的职位是动态的，因此组织对于员工职业生涯规划也应当是动态的。在“未来职位”的供给方面，组织除了要用自身的良好成长加以保证外，还要注重员工在成长中所能开拓和创造的岗位。
5. 时间梯度原则。由于人生具有发展阶段和职业生涯周期发展的任务，职业生涯规划与管理的内容就必须分解为若干个阶段，并划分到不同的时间段内完成。每一时间阶段又

有“起点”和“终点”，即“开始执行”和“完成目标”两个时间坐标。如果没有明确的时间规定，会使职业生涯规划陷于空谈和失败。

6. 发展创新原则。发挥员工的“创造性”这一点，在确定职业生涯目标时就应得到体现。职业生涯规划和管理工作，并不是指制定一套规程序，让员工循规蹈矩、按部就班地完成，而是要让员工发挥自己的能力和潜能，达到自我实现，创造组织效益的目的。还应当看到，一个人职业生涯规划的成功，不仅仅是职务上的提升，还包括工作内容的转换或增加、责任范围的扩大、创造性的增强等内在质量的变化。

7. 全程推动原则。在实施职业生涯规划各个环节上，对员工进行全过程的观察、设计、实施和调整，以保证职业生涯规划与管理活动的持续性，使其效果得到保证。

8. 全面评价原则。为了对员工的职业生涯发展状况和组织的职业生涯规划与管理状况有正确的了解，要由组织、员工个人、上级管理者、家庭成员以及社会有关方面对职业生涯进行全面的评价。在评价中，要特别注意下级对上级的评价。

1. 自我评估。主要包括对个人的需求、能力、兴趣、性格、气质等等的分析，以确定什么样的职业比较适合自己和自己具备哪些能力。

2. 组织与社会环境分析。短期的规划比较注重组织环境的分析，长期的规划要更多地注重社会环境的分析。

3. 生涯机会评估。生涯机会的评估包括对长期机会和短期机会的评估。通过对社会环境的分析，结合本人的具体情况，评估有哪些长期的发展机会；通过对组织环境的分析，评估组织内有哪些短期的发展机会。

4. 生涯目标确定。职业生涯目标的确定包括人生目标、长期目标、中期目标与短期目标的确定，它们分别与人生规划、长期规划、中期规划和短期规划相对应。首先要根据个人的专业、性格、气质和价值观以及社会的发展趋势确定自己的人生目标和长期目标，然后再把人生目标和长期目标细化，根据个人的经历和所处的组织环境制定相应的中期目标和短期目标。

5. 制定行动方案。把目标转化成具体的方案和措施。这一过程中比较重要的行动方案有职业生涯发展路线的选择、职业的选择，相应的教育和培训计划的制定。

6. 评估与反馈。职业生涯规划的评价与反馈过程是个人对自己的不断认识过程，也是对社会的不断认识过程，是使职业生涯规划更加有效的有力手段。

1. 正确的职业理想，明确的职业目标。职业理想在人们职业生涯规划过程中起着调节和指南作用。一个人选择什么样的职业，以及为什么选择某种职业，通常都是以其职业理想为出发点的。任何人的职业理想必然要受到社会环境、社会现实的制约。社会发展的需要是职业理想的客观依据，凡是符合社会需要和人民利益的职业理想都是高尚的、正确的，并具有现实的可行性。大学生的职业理想更应把个人志向与国家利益和社会需要有机地结合起来。

2. 正确进行自我分析和职业分析。首先，要通过科学认知的方法 and 手段，对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。其次，现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特点。要对该职业所在的行业现状和发展前景有比较深入的了解，比如人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等；还要了解职业所需要的特殊能力。

3. 构建合理的知识结构。知识的积累是成才的基础和必要条件，但单纯的知识数量并不足以表明一个人真正的知识水平，人不仅要具有相当数量的知识，还必须形成合理的知识结构，没有合理的知识结构，就不能发挥其创造的功能。合理的知识结构一般指宝塔型和网络型两种。

4. 培养职业需要的实践能力。综合能力和知识面是用人单位选择人才的依据。一般来说，进入岗位的新人，应重点培养满足社会需要的决策能力、创造能力、社交能力、实际操作能力、组织管理能力和自我发展的终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

5. 参加有益的职业训练。职业训练包括职业技能的培训，对自我职业的适应性考核、职业意向的科学测定等。可以通过“三下乡”活动、大学生“青年志愿者”活动、毕业实习、校园创业及从事社会兼职、模拟性职业实践、职业意向测评等进行职业训练。

大学生生活规划人际交往篇六

职业规划是一个概念与名词，可它的实现却是一个五年、十年或者更长久的阶段性的部署。我认为职业规划是对未来的一种美好的设计，这对于我们职院学生以及其它教育内部学生，都具有重要的借鉴价值和指导意义。为此，有必要对未来的职业设计给予高度重视并作进一步研究。

一、大学生生活的重新定位

长期以来，鄙薄职院教育的观念一直未得到根本性的改观，这固然与中国历史发展中“重知轻技”的文化渊源有关，但如今随着职院的全面发展，过硬的专业知识技能的改善，都为重新认识职业技术学院的地位提供了可能。

1、认清就业形式

当前社会竞争的范围空前扩张，其广度、深度和激烈程度前所未有。面向基层就业，主要是对竞争者的学历，对资源的获取、利用、以及增值的考核。现如今大学生学历的来源选拔采用单一的纸笔测验，这种测试只关注那些以纸笔测验能测得的部分能力。学历是就业的必备条件-固然重要，但学历并不等于能力。职院学校重点培养的是学生的专业知识技能，我们可以在纸笔无法测出的其它能力方面寻求发展，如动手操作能力、学习生活规则能力、人际交往能力等。我们必须认清就业形势，提高自身各方面的素质，以适应社会的需求。

2、拓展职业空间

大学教育是多元教育中的一种，我们必须要有自己的特点和定位，不能盲目与人相争源，应各取所需；不能盲目从于普通教育的做法，应扬长避短。要发挥自身优势，可致力于开发那些在普通教育中被漠视处置或尚未发现的智力，了解和把握自身的智力发展以及逻辑思维能力；开发出适合大学生的教学策略，使每个有才能的人都能够各得其所，在各自的领域里能够取得进步。

拓展职业空间对大学生的就业是很有必要的。关键是我们重新定位，积极的寻求符合自己的发展机会，成为社会生活倡导的全面人才。

二、人才资源的建设

人既是竞争的主体，又是利用物质、资源、信息、市场等其他资源并使其增值的关键性资源。人生的目的决定了人生的价值，成才的道路只是人生价值的一部分。职业规划的每一步都为将来的竞争打下基础。

1、人才资源的重要性

大学生活对人力资源的建设其重要意义在于审视人才资源的多元化，以积极主动的姿态如何具有比竞争对手更强的发现，获取和利用人才资源能力。人才对提高生产力和发展社会经济具有决定性的作用。通过对人才资源成因的研究，使我们能比对手得到数量更多，质量更好的信息。这些都为将来人才的培养作了一定的准备，以便提高我们的竞争能力，加快社会的发展。

2、未来社会需要怎样的人才

据社会统计：一般具有本科学历的人，其学校教育获得的知识只有10%可以应用在工作中，其余的都来自社会实践或其它教育学习。由此可见，单凭一张学历证书是不足以称谓人才的。那么我们的社会到底需要怎样的人才呢？首先，过硬的专业知识技能不可缺少，它是抵抗外来困难的最主要力量；其次，要加强职业培训对自身的增值，逐渐提高期望值；此外，良好的心理道德和身体素质也是必不可少的。

三、大学生的未来发展

对未来的设计就是对未来的憧憬或者还未实现的美好事物的设想。理想的实现分为近期和远期理想，要想寻求发展的机会，把理想变成现实，唯有脚踏实地的走下去。

1、构想美丽蓝图

美丽的蓝图是实现理想的一个指导思想。对于我们大学生而言，首当考虑的是有一个正确的发展方向，还需要切合发展的全面的细微工作部署。这取决于一个人的人生观和价值观。符合科学的观念才能够适用于社会主义的发展，满足于人们日益增长的物质文化生活需求。

英语是目前最流行的语言，很多进出口商品的文字解说也渐渐被英文更换；计算机的广泛应用在各行各业中也是显而易

见的、、、、、、做好全面的准备才能更好的适应社会。

2、职业理想设计

职业理想规划的实现不单是一张空头支票，更重要的是我们的实际行动。就我个人来说，我的职业理想是在企事业单位中有一份中英文互译工作，职业规划目标如下：

大一时期：了解大学生活，学好专业知识，提高自身素质。

大二时期：英语四级证书，计算机二级证书，普通话证书。

大三时期：注重实践操作能力，生活独立。

大学学业结束以后，希望所学的专业知识能够很好的服务于我的实际工作；在未来的工作中，把理论知识和实际生活想结合起来。

大学生活又是一个新的开始，在现实的基础上，我们要学会迎接挑战，以求真务实的作风做好每一件事，以严谨认真的态度对待人生，以百倍的努力和坚定的决心为理想而奋斗。