

遵义医学院医学与科技学院

医学影像学专业

# 大学生职业生涯规划书

姓名： 董梦影

班级： \_\_\_\_\_

学号： \_\_\_\_\_

2013 年 3 月

# 大学生职业规划书

## 引言：

"你今天站在哪里并不重要，但是你下一步迈向哪里却很重要"。是的，下一步往哪走才是最重要的。人生只有单程票，我们无法选择回头，无法驻足，只有不停地向前。所以，你的前方在哪里，这才是至关重要的。过去已成历史，未来属于自己的。

作为医学生的我，又如何走好自己的一步呢？只有认真规划，仔细执行，下一步才有精彩可言。

一位智者这样说过：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。如下是我的十年人生规划书。

## 一. 确定目标

职业方向：医疗行业

总体目标：当一名医术精明，经验丰富，高职业道德素质，人人佩服，人人信赖的医生。

美好愿望：我希望自己可以充实地过每一天，希望我身边的人都能健健康康，幸福快乐！希望通过自己的不断求知和进取能帮人从病痛之中摆脱出来。

已进行情况：职业道德在进行中，医学知识在刻苦的学习中，学会在同龄人中确立威信度，让被人认可自己，信任自己。

## 二. 社会环境规划和职业分析

1.家庭环境分析：从家庭来讲，我从事医生这一职业是很好的。首先，我家人的身体不是很好，我希望自己可以更多地帮助到家人。

2.学校环境分析：就目前我所就读的学校--遵义学院来讲，读医不是个很好的选择，因为本学校是以临床医学等专业较好的，在一个专业人数差距过大学校里读医不是很好的选择。但是，我想，只要我读研时在更好的学校读，这样就可以弥补回来了。现在在学校并不重要，重要的是我要学到过硬的知识才是真理。

3.社会环境分析：现在各行各业受到金融危机的影响，导致今年的大学生就业 率才达 8%，然而，医生这一行业是不受金融危机影响的。但是，虽然不受金融危机影响，随着高等医学教育事业的迅猛发展，医学院校办学条件得到较大改善，招生规模不断扩大，医学专业毕业生的数量和质量大大提高，在就业形势严峻的情况下，每年医院的病人的数量是差不多的，医生这一职位也接近达饱和状态，所以没有过强过硬的本领，是很难在这个强手如林的社会里立足的。

4.法律环境分析：现在医患关系处于紧张状态中，一些血的教训历历在目，所以医生这一职业，可以说是一只脚在医院，另一只却在监狱。患者都会认为，医生医好人是应该的，然而医不好就你不对。所以，为面对这么严峻的形式，学好知识，完善自我是至关重要的。

### 三、自我分析

1. 优势：诚实待人、集体观念强、认真负责、善于坚持、领悟力强，做事果断冷静等
2. 劣势：做事有点缺少恒心与毅力，只抱三分热情，没有动力。不过这只是暂时的，我会找好自己的方向，努力前进的。再仔细端详自己的性格，待人待事热心热情，适合当医生的。
3. 职业兴趣：我喜欢那些穿着白大褂、以睿智丰富的知识为病人解除病痛的医生。自己也喜欢当医生。
5. 职业价值观：我认为医生首先要有崇高的敬业精神，要有精湛的医学技术和追求卓越、利他主义、责任感、同情心。

### 四、职业目标分解与组合

**目标：医生或科研人员**

**2012-2013：**已经过去一学期，接下来的一学期学好专业课，夯实基础

**2013-2014：**认真学习专业课，过英语四级，培养自己的团队合作做精神及处理事情的能力，实验操作的动手能力

**2015-2015：**这是大三的时间了，专业课增多，重要性增大，确定考研目标，同时要抓紧学习提前做好考研的准备，认真学好各项实验技能

**2015-2016：**大四了，要熟练掌握各项医学智能，医学知识牢固，掌握求职技巧，见习的时候多注意一下各项病例，多了解一下医

院的各个部门

**2016-2017:** 大五，实习了，努力把所学的知识应用于实际，同时抓紧复习应届毕业考及考研！

## 五. 成功标准

每一学年均能完成既定的目标，并完成得出色才算成功。

## 六. 差距

- 1) 现在自己的专业知识仍不牢固，距离自己的目标甚远；
- 2) 英语水平仍很底
- 3) 计算机水平也很低
- 4) 动手能力还不是很好
- 5) 做事会三分热情，恒心与毅力欠佳
- 6) 做事还不够主动
- 7) 读研信息还没掌握，还未开始准备考研工作
- 8) 医生品德素养、相关法律法规等知识仍了解甚少

## 七. 缩小差距的方法

1. 积极参加各项培训，提高自己的医学技能
2. 开始着手学习各科基本理论知识
3. 主动去了解相关知识与信息
4. 抓住社会实践的机会
5. 按既定的目标，努力奋斗

## 八、结束语

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到头来都只会是一场空。然而，现实是未知多变的。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。这一点，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。因此，在遇到突发因素、不良影响时，要注意保持清醒冷静的头脑，不仅要及时面对、分析所遇问题，更应快速果断的拿出应对方案，对所发生的事情，能挽救的尽量挽救，不能挽救的要积极采取措施，争取做出最好矫正。相信如此以来，即使将来的作为和目标相比有所偏差，也不至于相距太远。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负。每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功，不相信幻影。成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。未来，掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠打拼！爱拼才会赢！