

医学生学业生涯规划书

在当今日益竞争激烈的社会,求职与就业也成为了最热门话题之一。个人能力与综合素质培养对于求职与就业来说至关重要,在培养个人能力的过程中要树立长远目标,再把长远目标分成若干个短期目标。然后通过个人努力把近期目标逐一实现,最后达到终极目标。为此,我做了职业生涯规划书来鞭策自己,提醒自己,勉励自己,不使自己在前进中迷失方向迷失自我。

一、 自我认识

共性:刚入学时学习时候并不善于思考,性格稍稍内向,不善于他人交流语言表达能力不强,性情优柔寡断。面对那些不足,为了克服这些缺点达到锻炼自己的目的,要积极地参加学校社团活动,上课认真听讲,积极踊跃回答老师的问题,广泛培养自己的兴趣爱好,因为我深知一个良好的性格可以为成功注入活力。

二、 自我定位

自从接到医学院的录取通知书时候,就确立了自己的身份——医学大专生。作为一名医学生,应该明确学医的目的、未来的职责、生命的定位,一名医学生学习的目的不单单为了自己的毕业与求职,还有在以后的工作中运用自己的专业知识治病救人。作为一名医学生,未来的职责不仅仅作为一名纳税人,社会上的自然人,而是救死扶伤,哪里需要哪里去,为人类除之病痛。一名医学生对生命的定位是最重要的,生命无比可贵,不仅仅要爱惜自己的生命,而且要尊重他人的生命健康。一名医学生必须把生命放在首位,生命至高无上,

生命第一，生命无价。

三、 自我鞭策

- 1、 努力认真学习基础课，例如，《基础化学》《有机化学》《生理学》《系统解剖学》等等，在大一时候对《病理学》《诊断学》《药理学》进行初步研究，把这些书当做课余时间的“课外读物”。
- 2、 为毕业以及专升本做准备，甚至考研做准备。“考研”可以说是一名医学本科生的必由之路，学好英语毋庸置疑。在大一上学期时候肯学英语，争取在大一下学期或是大二上学期通过国家英语等级考试。
- 3、 时刻关注医药卫生资格证的考试动向，例如考取执业医师资格证是进入医疗领域的钥匙。目前来看执业医师考试有逐年加难的趋势，这也充分体现了我国对卫生医疗事业的高标准严格化的要求。同学们应该对医学资格相关证书历年考试试题有所研究，为以后考取医学相关资格证提前做出准备。
- 4、 珍惜在学校期间的学习生活，努力学习本专业知识，强化自主思考观念，培养自己的独立意识自主意识。提高自身的人文素养，广泛涉猎人文哲学书籍，不仅使自己专业知识扎实也使自身综合文化素养得到提升。
- 5、 自己在医院实习的期间，虚心求教认真观察带教老师的从医方法，做到真正地关心病人照顾病人，留意细节积累大量的临床经验，为以后的临床医疗事业打下坚实的基础。

四、 自身情况分析

全日制普通医学大专生，医学类专业，学制三年。我主要学习医学方面的基础理论和基本知识，受到人类疾病的诊断、治疗、预防方面的基本训练。具有对人类疾病的病因、发病机制作出分类鉴别的能力。

五、 家庭情况分析

如果父母都是农民，家庭经济条件很一般，大专毕业找工作就业是优先选择，专升本跟上，考研是其次。

六、 所学专业分析

医学影像技术：

一、 专业培养目标

培养掌握医学影像技术必需的基本理论、专业知识以及熟练的操作技能，具有良好职业道德素质，能独立学习与职业相关的新技术、新知识，能在一、二级医院医学影像部门从事技术操作和管理的技术应用性高技能专门人才。

二、 专业核心能力

具有熟练的计算机 X 线摄影、X 线数字摄影、计算机 X 线体层摄影技术及影像后处理技术的各项技术操作技能，具有对医学影像技术质量管理 and 质量控制的能力。具有超声医学、心电学、脑电学的操作技能和初步判断的能力。除应具备熟练的专业操作能力外，还应具备独立思考、解决实际问题的能力；具有良好的协作精神与交际沟通能力；具有强的计算机操作能力。

三、 专业核心课程与主要实践环节

主要核心课程：计算机应用技术、医学影像设备学、医学影像检查技术、医学影像诊断学、放射治疗学、超声技术等。

实践教学：实验、实训、顶岗实习、专业技能训练、综合技能训练。按照基础、提高、综合三个层次和基本实训、单项技能训练、综合技能训练、综合顶岗实习、社会实践等模块构建实践能力培养体系。

四、就业面向

主要从事各级医疗卫生机构放射科、核医学科、超声科、放射治疗科、心电室、脑电室等部门的影像技术工作相关岗位。

医学检验技术：

一、专业培养目标

培养掌握医学检验的基本理论和生物医学基础，熟悉相关临床知识，具有较强的医学检验专业技能，熟悉外语、计算机、实验室组织与管理等知识技能，从事医学检验技术工作的高级技术应用性专门人才。

二、专业核心能力及核心技术

掌握微生物检验、免疫检验、寄生虫检验、生物化学检验、临床检验、血液检验的基本理论知识，具有规范的基本操作能力。掌握必须的医学基础知识、具有将各种检验项目与临床各科疾病联系的能力。

核心技术包括：临床检验基础技术、临床微生物检验技术、血液学检验技术、临床生物化学检验技术、免疫学检验技术等

三、专业核心课程与主要实践环节

专业核心课程：医学统计、寄生虫检验、临床检验基础、免疫检验、临床微生物学、血液学检验、临床生物化学、分子生物学基础技术。

实践教学：实验、实训、顶岗实习、专业技能训练、综合技能训练。
按照基础、提高、综合三个层次和基本实训、单项技能训练、综合技能训练、综合顶岗实习、社会实践等模块构建实践能力培养体系。

四、就业面向

各级各类医疗卫生机构，医药、食品企业，生物制品、医疗设备企业从事临床检验、输血检验、微生物检验、病理检验、实验室管理、质检、营销及其他工作。

口腔医学技术：

一、专业培养目标

培养拥护党的基本路线，适应口腔医学技术服务第一线需要，掌握本专业工作的基本能力和基本技能，具有良好的职业道德，既能独立从事口腔辅助治疗，又能熟练制作口腔常用修复体等技术的高级应用型的专业人才。

二、专业核心能力

具有各类义齿的制作、活动矫治器及保持器的制作的能力；具有正确使用口腔各类材料、常用设备的使用及维修的能力；良好的应变能力和人际沟通能力。

三、专业核心课程与主要实践环节

专业核心课程：口腔内科学、口腔颌面外科学、口腔材料学、口腔正畸学、可摘局部义齿工艺技术、口腔固定修复工艺技术、全口义齿工艺技术、口腔设备学、口腔预防医学。

实践教学环节：校内实验、单项专业技能训练、综合专业技能训练、毕业实习。

四、就业方向

各级医院口腔科的技工室、口腔医疗牙科诊所及义齿制作中心从事口腔各类修复体制作、义齿矫治器的制作、口腔颌面部整复和整形等。

眼视光技术：

一、专业培养目标

培养热爱眼视光技术工作，掌握本专业的职业基础知识和技能，能够在各级医院及眼镜行业熟练从事常见眼科疾病保健、医学验光及眼镜定配的高素质技能型人才。

二、专业核心能力

从事医学验光、规范配镜、眼镜定配、眼镜及眼视光产品行销的能力；斜弱视眼、双眼视与低视力眼的初步诊断与处理能力；眼视光常见器械的操作及特检技术的能力；视功能训练、眼睛保健和预防教育能力；人际沟通能力。

三、专业核心课程与主要实践环节

专业核心课程：视光学基础、验光技术、眼科学基础、眼镜技术、五官科护理学、角膜接触镜技术、眼视光特检技术、眼保健与眼病预防、斜弱视和双眼视处理技术、市场营销。

实践教学：实验、实训、顶岗实习、专业技能训练、综合技能训练。按照基础、提高、综合三个层次和基本实训、单项技能训练、综合技能训练、综合顶岗实习、社会实践等模块构建实践能力培养体系。

四、就业面向

医院眼科、视光门诊、眼镜公司、角膜接触镜公司、眼视光器械公司、低视力助视中心、屈光手术中心、青少年近视防治中心视觉训练与咨询等。

康复治疗技术：

一、专业培养目标

培养适应社会发展所需的德、智、体、美全面发展，系统掌握专业必备的现代医学基本知识，现代康复和中国传统康复医学的基本理论、基本知识、基本技术，具有独立的实践操作能力，一定的发展潜力及创新精神的“一专多能”的高素质基层康复治疗专业技术人员。

二、专业核心能力

掌握现代和传统康复技能，能在各级各类医疗机构从事对各种常见病、多发病开展康复评定和康复治疗的工作。

三、专业核心课程与主要实践环节

专业核心课程：康复医学概论、康复评定技术、运动疗法技术、物理因子治疗技术、作业治疗技术、言语治疗技术、中医养生康复技术、康复工程技术（或假肢和矫形器学）和临床常见疾病康复。

实践教学：通过军训、社会实践、专业课程实验实训、专业综合技能实训、毕业实习、顶岗实习、职业资格培训等模块构建实践能力培养体系。

四、就业面向

各级各类医院康复医学科、康复医院、康复中心、社区医疗机构康复部、疗养院、福利院、养老服务机构、残疾人用品服务站、特殊教育学校（康复服务与教育）、体育运动队等。

七、环境因素分析

由于国家政策，全国高校进行扩招，应届毕业生逐年增多致使社会工作岗位难以满足就业需求，造成了应届毕业生就业求职困难，就业与生存压力过大，毕业生供需矛盾突出是近年来社会公认的大学生就业难的一个直接原因。

八、就业形势分析

医学毕业生就业总体状况

1.就业人数上升，就业率日趋下降

由于高等医学院校连年扩大招生规模，医学毕业生的总量明显增加，人才供需之间的天平越来越失衡。各层次医学毕业生由供不应求变为“研究生供不应求，本科生供求基本平衡，专科生供过于求”。重点院校比普通院校就业率要高；同一所学校内各专业就业率也有差异，预防、影像学、麻醉学和检验需求旺盛但毕业生少，临床等专业毕业生多但需求不旺，前者就业率略高于后者。但总的看来，医学生一次就业情况正呈逐年下降趋势，中心城市更是难以插足。

2.新增岗位不足，且层次逐渐拉高

经过多年的不断培养和补充，城市的医疗人才状况得到了根本的改善，有的还出现了饱和或超编，很多医疗机构正进行人事制度改革和调整，用人指标有限，难以大量接受毕业生。而医学生都渴望进入中心城市的大医院工作，但是目前大部分二甲以上医院现有医疗人员量饱和，要想进入比较困难。大医院对应聘者的学历要求比较高，除了个别岗位和特别优秀的人才，大医院的临床科室人员基本上都要求具有硕士或博士以上学历。硕士研究生享受的是“计划内指标”，而本科生实行的是“聘用制”。

3.逃避就业现实，转而走考研之路

面对如此严峻的就业形势，一些本科毕业生也做好了两手准备，一边找工作，一边准备考研，这或许就是在逃避就业现实。然而不得不说的是，在这种就业形势严峻的情况下，考研也就成为一个不错的选择，既能在校园里继续享受单纯的生活，学习掌握更多的知识，同时也能够暂时有效地规避现实的就业压力。

九、 两手准备

我学的是临床医学专业，虽然就业虽然定位单一，但是我也要做出第二手准备。研究临床医学的第二个就业方向就是法医。职业法医主要招收对象为法医学、临床医学、病理学专业的学生。法医专业是一门冷专业，我做过简单调查，我们班级甚至在基础医学院都没有几

个人想学法医或者当法医。目前我国法医与医生的比例为 1: 10000，目前来看法医就业前景还算是可以，并且我也非常喜欢法医这个职业，执刀卫道，维护正义。《法医学》也就成为了我的必修读物与第二专业。这就是我的一门专业，两手准备。

实质性规划

| | |
|------|------------------------------|
| | 大学三年规划 |
| 大一年级 | 学习基础课程，预习大二书籍，通过国家英语等级考试 |
| 大二年级 | 学习专业课程，做好实习准备，关注专业发展动向 |
| 大三年级 | 认真总结实习经验，为通过医学卫生资格考试或者专升本做准备 |
| | 密切关注就业动向，先就业，后择业。 |

毕业后五年规划

| | |
|-----|-------------------|
| 第一年 | 通过相关专业技术资格证考试 |
| 第二年 | 工作中或考取本科或者继续深造 |
| 第三年 | 工作中或者大学本科中积累知识与经验 |
| 第四年 | 工作中本科生毕业或者考取研究生 |
| 第五年 | 进行技术职称评定 |

工作后十年规划

| | |
|-----|------------|
| 第一项 | 房子与个人问题的解决 |
|-----|------------|

| | |
|-----|------------------------|
| 第二项 | 维护人际关系，结交志同道合的朋友 |
| 第三项 | 进行学术与技术的研究与创新 |
| 第四项 | 进行技术职称的评定 |
| 第五项 | 在事业上生活上立稳脚跟，为以后的发展打下基础 |

工作后二十年规划

| | |
|-----|------------------------------------|
| 第一项 | 照顾关怀自己的父母，照顾好家庭 |
| 第二项 | 进一步提升自己的技术职称到达主任医师或者主任法医师 |
| 第三项 | 学术上有进一步的提升，发表学术论文，宣传养生之道，提高自己的自身修养 |
| 第四项 | 填补生活工作之所需，为家人和周围的人提供方便 |
| 第五项 | 生命不息学习不止，学术上到达教授级别，技术上到达主任医师级别 |

十、 终身发展

医学专科三年或本科五年是终身发展的基础，医学专科毕业后更应该专注自己的专业，提升自我的专业素养。在医学领域中提高自己的技术职称，从专业技士开始做起，一点一滴的积累做到专业技师再到其他更高的职位。树立崇高医德观念，愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，尊师守纪，刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，全面发展。救死扶伤乃是一名医生的职责所在，维护白衣天使这一神圣的形象。终身发展观念要求我不断提升自身修养与综合能力，终身发展不仅可以是自己得到益处，而且可以为社会与医学事业做出更大的贡献。

十一、 综合论述

无论在什么时间，在什么地点，都要保持一个端正的态度，保持一个积极向上的心态。在以后的求职与就业过程中要有决心与信心，时刻保持着清醒的头脑，合理规划自己人生，按实际情况制定目标。把理想与实际有机的结合起来，树立终身学习的观念为终生发展做准备。职业生涯规划是一个动态的过程，有时候常常要根据事实来进行修改，但是自身的职责与义务是不变的。决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉。救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生！