

## 一、中医学学生职业规划书

职业生涯规划基本上可以分为：

### 一、学习阶段

确立目标，自我与环境评估，职业的选择。

大一上期，预热阶段。要初步了解，特别是自己希望从事的职业与自己所学专业对口的职业，提高人际沟通能力。可与师兄师姐进行交流，询问就业情况，增强交流技巧。

大一下期，确立目标阶段。可以初步考虑毕业以后的继续学习深造还是直接就业，了解相关应有的活动，并以提高自身素质为主。毕业后直接就业，我可以通过参加学生会和社团组织锻炼自己的各种能力,还可以开始尝试与自己未来职业有关或本专业相关的兼职，社会实践活动，提高自己的责任感，主动性和受挫能力。注意增强外语口语能力，计算机能力，通过英语和计算机的相关证书考试，并有选择性的辅修其他专业的知识充实自己。毕业后升本，我就得把主要精力放在学业上，同时也应注意自身综合素质的提高。

大二，自我和环境评估并形成行动计划阶段，要对自身的优势和劣势进行客观科学的分析，查漏补缺,继续全面的提升自己。在对自身和环境作出合理评估后，选择就业的同学应有意识的增加与社会接触的机会，开展多种形式的社会实践活动，为自己的就业打下坚实的基础。与此同时,留意各种行业的信息，并在确立目标方面形成初步的打算和计划。

大三，职业选择与实践阶段。准备就业的同学要再次检验自己的职业目标是否明确，前两年的准备是否充分。然后积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备是否充分。最后在同学和老师的帮助下进行预习和模拟面试，并积极了解就业指导中心提供的用人单位信息,强化求职技巧。

三年目标:

(一)思想政治及道德素质方面:

以马列主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想为指导，树立正确的人生观、价值观、道德观、奋斗观，坚持正确的人生价值取向。

## (二)学业方面：

力争各科平均成绩达 80 分以上优秀成绩，被评为优秀毕业生。

## (三)体育方面：

加强体育锻炼积极参加体育运动，培养广泛兴趣，保持身体健康，精力充沛。

## (四)社会实践与志愿服务方面：

适时参加社会调查活动、社区保健咨询、医院临时实习等工作。适时参加安全义务献血、青年志愿服务活动等公益事业。

## (五)科技学术创新创业方面：

扎实学习专业技能，同时，充分利用校内图书馆、校外购书城及网络信息，开拓视野，扩展知识范围，以此，激发、开拓思路，尝试设计开展学术创新、科技创新。

## 二、医学生职业规划之医学生的就业途径

作为医学生，对于未来有些茫然。中医学专业是专业性比较强的学科，毕业之前，我面临着这样的选择：是放弃自己的专业，还是专注于自己喜欢的事情？

### (一) 医院

医学生成为似乎是顺理成章的事情，医生最大的优势是稳定，只要你不犯原则性的错误，一般不会有下岗这一说。最大的缺点是工作强度与收入不成正比，以上海三级甲等医院为例，住院内科医师的年收入不过四万，主治医师的年收入在八万到十万左右。外科医生因为有手术提成，收入可能更高一点。简单的说，我在三十岁左右，最需要钱买房买车的时候，没有钱，而到了五十岁左右，生

活比较稳定，对金钱需求不大的时候，现金流反而多了。很多人会说，医生有灰色收入。我不否认灰色收入客观存在，但是，拿了灰色收入晚上睡得踏实吗？

## （二）医药公司

医药公司是医学生择业的一大热点，招应届生的主要是研发和销售的职位。研发这块我不是很熟悉，做销售的每个月，每个季度都有指标，压力也满大的。值得一提的是，有些外资公司招收医学专业部，觉得这个职位还是满有意思的，既没有放弃自己的医学专业，还能做一些市场方面的工作，有机会去国外出差。

## 三、人生目标：

对于医生这个职业本身的一些特质：逻辑性强，有同情心，有责热感，勇于承担风险，能够在压力下工作。这些都是很难用分数或者绩点来量化的。

我的目标是献身医学，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。我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，执著追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生。”

水无点滴量的积累，难成大河。无点滴量的积累，难成大气候。只有付出，才能有收获。希望通过以上努力，我能真正成为一名优秀的医生。