

医学类大学生职业生涯规划书

人生的长跑刚进行了小小一程，与其后悔过去的失败，不如去思量明天该如何选择。这份职业规划，让我对自己以及自己今后的职场生活不再举棋不定，而是向着梦想鉴定出发。

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？

2. 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，曾经和 gsk 公司的医学部主管聊过，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。

3. 公务员公务员是个不错的选择，比临床医生来说，风险小，收入高。我的性格不适合这方面的工作，所以没有深入了解。

4. 咨询公司：由于医药业务的发展，麦肯锡已经开始招收临床医学专业背景的毕业生。似乎比较适合医学院的牛人。个人觉得，做咨询的，逻辑很重要。医学生在逻辑思维上，应该还是有优势的。进入咨询行业，收入很高，工作很累，私人生活很少。

5、部分医药相关行业我在 ruderfinn 和 edelman 实习过，两家都是 top10 的 prco.，也在《新闻晨报》健康周刊当过实习记者，基本 healthcare communication 路线。经常要出差，一个星期飞两次做活动，开会是常有的事。做 pr 更繁琐一点，要照顾好媒体，不过两家 pr 公司的工作氛围都很好，唯一的缺点是 pr 公司阴盛阳衰，连大老板加上 it，只能玩羽毛球双打，连篮球都打不'起来。记者的生活看似轻松，但写稿子的时候也头疼，拿到同样的新闻通讯稿，采访同样的专家，要有自己的特点。一些疾病的介绍，既要浅显易懂，又不能犯错医学教育网搜|集整理。

6、非医学专业这个择业面就宽广很多。机会很多，仁者见仁，智者见智。7. 医学生的核心竞争力在哪里?很多人

认为，医学生的核心竞争力在于专业。我认为，医学生的核心竞争力在于医生这个职业本身的一些特质：逻辑性强，有同情心，有责任感，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。后记以上是自己对于医学生职业规划的一些想法，希望交广大的医学生都能找到满意的工作!

三、医学生职业生涯规划书范文

“健康所系，性命相托。当我步入神圣医学学府的时刻，谨庄严宣誓：我志愿献身医学，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。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。”

不知不觉就过了大一，作为一名医学生，我不由得考虑起自己的未来。在机遇与挑战粉墨登场的未来社会里，我究竟该扮演如何一个角色呢?随着社会的不断发展和进步，人类各种疾病突发也越来越多，现代社会的高速发展必然会伴随着地震、中毒、化学物质伤害、火灾等非常规事件，急救医学在处理常规疾病的同时，在应对上述非常规事件方面应担当起自己应负的责任。急救医学涵盖的内容越来越广，急救医学界也承载着越来越重的任务和责任。一所医院，其工作必然包括门诊、急诊、病房、后勤、科研与教学等几大部分，急诊是医院重要部分之一，是一个大分诊台，对医生的综

合素质要求更为苛刻。作为一名优秀的急救医生，需要掌握心血管、呼吸内科、外科监护室、麻醉科、神经内、外科，传染科和放射科等众多科目，还要熟练运用辅助呼吸器、常规氧气设备、口腔保护设备、气管插管设备、静脉开放设备、创伤保护设备、心电监护、除颤仪、呼吸机、血滤机、超声检查仪、心电监护仪、洗胃机等众多仪器，此外，急救对与医生的身理和心理的要求，也有过于其他医生。小时候我就想当一名医生，也许当时的目的很单纯，想象着自己能当一个救死扶伤的英雄，一个被人称为神医的白衣天使。再大些，还是想做医生，那时懂得了死亡，想象着如果我是医生，一定能挽留住我身边消失的生命。上了高中，依然想当医生，正是这强大的梦想，鞭策着我走进了神圣的医学学府。有一点受一部电视剧的影响，剧中常常出现急救的镜头，在紧张的急救中体验生命的酸甜苦辣、喜怒哀乐。

如此，我想做医生，做一名急救医生。不过，就现在的我而言，要做一名优秀的急救医生，还有相当大的差距。我需要好好规划我的在校生活，以缩小这个差距。

转眼之间大一第一个学期只剩下短短的半个月，如今知识经济迅猛增长源源不断，人才竞争日趋激烈，我不由考虑起自己的前程：在机遇与挑战面前，作为一个学习医学的大学生，我将如何面对？俗话说，欲行千里，先立其志。因此，我首先要把自己今后学习生活以及工作目标大致计划一下，

让多一份力量鞭策我、激励我在未知多变的人生旅途中稳健前行。

一、自我分析

专业概况：预防医学的课程主要有基础医学、临床医学的专业课，自己的专业课有：统计学、卫生毒理学、流行病学、职业卫生与职业医学、环境卫生学、食品营养与卫生学。

结合人才测评报告等分析方法，我对自己进行了全方位、多角度的分析。

我的人才素质测评报告中，职业兴趣前四项是社会型(8分)、企业型、现实型、研究型(7分)。

报告分析显示，社会型的人喜爱训练人、治疗、教育人的活动。他们具有教育能力和善于与人相处等人际关系方面的能力，这种类型的人适合于做教员、咨询、社会工作者等以与人接触为中心的社会服务性工作，其人格特征是社交的、爱帮助人和善解人意的。

在我自己看来：我的社交能力一般，并不能在与陌生人的交往中占据主导地位；性格上具有内外向的双重特点并倾向于外向但有时有点情绪化。关心他人不知道方式，易与他人发生摩擦，而自己却不知道，而且不善于表达自己的情感。但我对生活 and 对待他人总是充满热情，有着积极乐观的态度。总的来说，我的性格相对较符合社会型的特征。

二、职业分析

参考人才素质测评报告建议等途径方法，我对影响职业选择的相关外部环境进行了较为系统的分析。

1、家庭环境分析

经济状况：父亲是公务员，总体经济情况较好。

家人期望：我的体质不算很好，所以父母都希望我通过对中药的学习来调养自己以及家人的身体。

家庭文化及影响：我的家人对传统医学都非常信赖，小姨是学习中药学的，外祖父舅舅母亲也对养生方面很有研究，这使我对中医学和传统医学有着极高的热情。

2、学校环境分析

学校特色：我们大学的校名就是“湖南中医药大学”，而中医学又是其中开办历史最久最有经验也是在各类中医药学校中最具权威的专业。

专业学习：中医学是医药学同中国传统文化的统一，发展空间大发展潜力大，社会需求量大市场广阔。

实践经验：我校拥有亿元实验器材，8所省内知名的附属医院，创建了具备二级甲等中医医院临床基本诊疗技能训练条件的“模拟医院”，为我们的实践提供了良好的物质基础。

3、社会环境分析

就业形势：中医学本科就业方向大致分为如下几种：

从政：政府机关部门，如到各级药监局，中医药管理局

作公务员；

学术：教科研单位，如到中医药类大中专院校作教师、科研院所作实验研究人员；

基层：医院、药店、药厂，如到各级医院药房、制剂室作药剂师、各医药企业内部或其下属药店作管理人员、各药厂作技术员等；

经商：医药公司作销售代表。

就业政策：在现阶段中国的药品市场西药略占主导，但中国传统医药正呈上升趋势。国家已放宽对中医药的政策，并加大对中药科研的投资。

竞争对手：竞争对手主要为同专业以及相关专业的药学、制药工程、药物制剂学科的人才。

4、职业环境分析

行业分析

(1) 行业现状：随着经济的发展，人们对健康的重视，医药行业的发展前景可观。随着中国文化在国际上的风靡，中国传统医学在世界医学界也越来越被重视。目前，中国已经具备了比较雄厚的医药工业物质基础，医药工业总产值占GDP的比重为%。

(2) 发展趋势：传统医学地位的提升自然带动中药的发展，学习中药学的人才也越来越受到社会的重视，但“以药养医”这样影响医药产业发展的体制仍然不能消除。

(3) 人业匹配：中药地位的提升使各企业、药厂对掌握此技术的人才更为看重，在国有大中型企业、国内私营企业及外资企业对这类人才的薪酬待遇都十分优厚。这也带动了中药学的发展，为企业和人才及广大人民带来实惠。

职业分析

(1) 工作内容：

指导和参加药品调配、制剂工作，认真执行各项规章制度技术操作规程，严防差错事故。

负责药品检验鉴定和药检仪器的使用保养，保证药品质量符合药典规定。

参加科学研究和技术革新，配合临床研究，制作新药及中草药提纯，了解使用效果，征求意见，改进剂型，并经常向各科室介绍新药知识。

解释和配制处方，进行药物的服用指示、分配、标签、妥善的处理；为病人选择并提供基本用药的指导。按照处方为顾客配药，并且向顾客说明如何服用等相关事项。

向购买者提供药品用途、禁忌、不良反应等信息，回答病人和其他专业医务人员的咨询。

从事研究、开发，并参与医药产品的生产制作，负责新药产品的药效实验，对新药进行生产质量监控等一系列工作。

(2) 工作要求：掌握大量理论知识，掌握实践操作技能，

细心谨慎尽职尽责。

(3) 发展前景：医药业是世界贸易增长最快的朝阳产业之一。现阶段，在城市里，药店星罗棋布，据调查显示，目前我国有近 1/3 的患者自行到药店买药服用。《药品管理法》规定每家医药零售店中都配有一至二名执业药剂师，于是药剂师的缺口凸显。国家药监局提供的数据表明，我国的执业药剂师只有一万多人，远远不能满足这一新生的社会需求。有鉴于此，可以预见在未来的五至十年中，我国的药剂师人数将会大量的增加。

三、职业定位

内部环境因素

优势因素(S)

我的优势在于我的观察力很好并且好奇心旺盛。在熟悉的人面前非常活跃。我能够经常反思自己，哪些对哪些做错，以及如何完善自己的人格和关注心理健康。懂得开导自己，并以己推人，己所不欲勿施于人。

弱势因素(W)

我的缺点是兴趣虽广，但没有专长的一面；有时不大喜欢喧哗的场面，人多的场合不擅口头交际，这让我有时在人际交往中处于被动状态；不大能主动参加积极性高的活动。缺乏毅力、恒心，学习是“三天打鱼，两天晒网”。有时多愁善感，喜欢随遇而安，缺乏进取心。对自己的一些方面缺

乏信心。

外部环境因素

机会因素(O)

当今社会大家在温饱之余更关注身体健康，我所学的中药学正是广大人民一直信赖的传统医药学，这就决定了我们专业毕业后就业不会困难；这一类的人才的需求量大并且需要的范围广，无论是政府部门(药监局)、医院、药房、制药企业都需要。

威胁因素(T)

中药行业对专业知识的要求较高，而大学本科生在基础理论方面就缺乏竞争力；相关工作单位在进行招聘时，有时需要应聘者持有执业药师证，考取执业药师证又需要本科学历加三年相关工作经验，我们在大学毕业时较难达到这一要求；目前大学毕业生的就业形势相当严峻，有许多药学相关专业的毕业生仍然未能就业，因而，这一岗位的竞争也会相当的大，并且也有许多在其他的岗位积累了一些工作经验的毕业生加入到这一岗位的竞争中来，就业压力就更加巨大。

结论：

职业目标：将来从事药剂师职业

职业发展策略：进入医院药房

职业发展路径：技术与管理相结合的路线

具体路径：药剂员——药剂师——药剂科室副主任——

药剂科室主任——业务副院长——院长

四、就业概况

预防医学的就业前景，相比来说，可能要比基础医学和临床医学的就业面广一些。而且就业后接触的行业领域要较基础医学和临床医学丰富一些。现在国家比较缺乏这方面的人才，就业主要是去疾病防控中心和卫生监督所，主要是事业单位。随着高校年年扩招，大学生人数剧增，高校毕业生就业工作遇到巨大挑战。大学生的就业观念也逐步发生着深刻的变化，各种在以往的观念中被认为是“非正式”的就业岗位也已经进入大学生求职的视野。尽管有政府高度重视，采取了一系列措施，但是大学毕业生就业困难依然是客观存在的事实。社会各方的努力在一定程度上缓解了矛盾，却难以在短时期内予以根本解决

五、社会环境分析结果

伴随世界经济较快增长和经济全球化的深入发展，当前国际贸易增长明显加速，已经进入新一轮增长期。20XX年，全球货物贸易名义增长21%，达到25年来的最高水平。在世界经济强劲增长和国际市场对能源、原材料商品需求旺盛的带动及美元贬值因素的影响下，全球货物和服务贸易总量20XX年近11万亿美元，增速达到20%，保持高速增长态势。中国是近年国际贸易增长中最显眼的“亮点”，表现为中国不仅在全球贸易总量中的份额和排名不断攀升，而且对全球

贸易增量的贡献也更为显著。自 20XX 年加入世贸组织以来，中国在全球贸易中的排名以年升一位的速度上升。20XX 年，中国对外贸易额达到 11548 亿美元，超过日本成为仅次于美国、德国的第三大贸易国，分别占全球货物贸易总量的%和增量的 20%。由此看来，国际贸易在中国还蛮有发展空间的。

职业环境：预防医学是以多门学科组成的一个学科群。预防医学的定义一般认为是：它以人类群体为研究对象，应用生物医学、环境医学和社会医学的理论，宏观与微观相结合的方法，研究疾病发生与分布规律以及影响健康的各种因素，制订预防对策和措施，达到预防疾病、促进健康和提高生命质量为目的的一门学科。

六、计划实施

1、短期计划(大学计划)

时间跨度：20XX——20XX

总目标：大学毕业时要拿到英语六级证、计算机国家二级证及相关的各项专业资格证书。学习成绩名列前茅，各科成绩优秀并累积相关工作经验。

分目标及计划内容：

大一期间，认真学习高等数学、无机化学、有机化学、物理学等基础的专业知识。通过计算机国家二级考试，期末考试综合成绩均在良好以上。担任班团干部以培养自己的组织管理能力。

大二期间，上学期通过英语四级考试，下学期通过英语六级考试。通过普通话考试并争取拿到一乙。争取在本学年内成为预备党员。掌握学习到的基础知识，为大三的专业知识学习打下良好基础。并利用课余时间阅读中医药方面的书籍，拓展自己的专业知识面。期末考试成绩保持良好。

大三期间，学习专业知识，并取得技术资格证。

大四期间，在实习岗位中不断总结经验完善专业知识职业技能，并继续理论知识的学习，了解掌握古代药典中实用的理论知识，为正式工作坚实基础。争取在毕业前加入中国共产党。

2、中期计划(毕业后的五年计划)

时间跨度：20XX——2022

总目标：实现质的飞跃，从初出茅庐的新手长成专业能力过硬的专业人才及管理人才。

分目标：

毕业后第一年至第二年：在医院药房从事基础工作。

毕业后第三年：从事技术要求较高的技术工作，对中药进行研发并能在学术期刊上发表论文。

毕业后第四年：通过执业药师考试成为一名执业药师。从事高级技术工作，并在药房中担任一定职务。

毕业后第五年：从事专业技术指导与检查工作，在权威性学术期刊上发表论文。

3、长期计划

时间跨度：毕业后十年或十年以上(2022——)

总目标：担任并能胜任药房主任，用专业技术及领导、创新才能带领单位与我个人共同进步。完成心中的梦想。让自己对社会不仅做出物质贡献还有精神贡献。

七、评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据实施结果的情况以及因应变化进行及时的评估修正

1、评估的内容：职业目标评估：如在大学毕业前有更感兴趣的职业，我将根据实际情况调整职业目标。职业路径评估：重视个人机遇，如遇重大变故会重新修正、调整方向。

2、评估的时间：一般情况下，我定期一年做一次评估规划。当出现特殊情况时，我会随时对评估进行相应的调整。

3、规划调整的原则：尽力争取不改变职业，根据市场及个人爱好，适当改变专业内部工作性质，适时适度根据市场调整工作方向。坚持不懈，永不言弃。

结束语

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，我们应该有充分心理准备。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。

人生的长跑刚进行了小小一程，与其后悔过去的失败，不如去思量明天该如何选择。这份职业规划，让我对自己以及自己今后的职场生活不再举棋不定，而是向着梦想鉴定出发。

一. 学习方面

专业课：抓紧把握时间学习与中医学有关的中国古代文化知识和理论以及多方面多渠道的社会知识。学医离不开背诵识记，以及自己的领悟和实践能力，通过五年的学习系统地掌握中医医治知识，让自己更深入地去学习中医学，应用中医。同时，我也应该要学好西医学科，做到中西医结合，符合现代科学的发展。

非专业课：学好电脑文档等办公操作，提高自己的英语和数学能力，让自己好在社会竞争中保有一点优势。还有就是与中医学有关的养生和体质方面的知识，这样可以用于平时服务自己和他人。

二. 生活方面

同学篇。用五年的时间与班里的同学相互了解，学会在170多人的班级中学习生活，以便在未来所需面向的广大社会利用到自己在大学中所学会的人际交往能力。

师兄师姐篇。多向师兄师姐们请教关于专业课的知识，

让他们或成功或失败的经验来为我们稍微指引下前方的学习生活之路，听取他们的一些教诲，同时我们也要积极地提升自己的能力，不让师兄师姐们对我们有种居高临下的感觉，而争取在我们共同的学习探讨中，让他们感受到我们具有做好某些事情的能力，在平等的竞争中学会合作，共同进步。

三. 社会实践方面

校内。多在校园纪律维护和管理中发出自己的一份力量。在学习生活中多为其他的同学提供适时的帮助。

校外。提高自己的专业服务医疗水平，有机会就多去参加社会主义义诊活动，服务他人的同时提高自己临床的能力。同时多关注自己身处的城市，多去校外扩展活动，提高自己对这个社会的幸福领略感。作为医学生，我们同时也要关注社会基层的医疗概况，在自己放假期间要多向家乡那边等边远乡镇的居民宣传医疗卫生知识，多去调研自己身边的医疗情况，为自己以后所要接触的医院诊断提供一些帮助。对于渐远渐进的未来，我要在有限的大学五年的时间里努力学好专业课，提升自己的社会责任感，做一个合格并优秀的医疗工作者。

总结：开学前半段：调整适应大学生活，明确自己在这一年中所要走的道路，怎么学好和处理大学的各种事情。不断总结探索，到接近大二时，开始注重自己的专业方向选取，

深入地去学好最起码的几门课程。

我的五年的大学奋斗生活也许是这样的：大一的懒散与好奇，被暂时较为松的课程养成不思进取的坏习惯，后期就要懂得安定心神慢慢追赶自己落下的课程，并通过自己的后继努力收获到比别人更多的学习上的快乐。大二时也许会懵懂与暂时的方向感迷失，在日渐惯性的生活中仍有自己的一份来至学习和感情上得快乐，之后就有柳暗花明的一种感觉：我终于真正感受到自己对中医的执着追求感，因为在这时我已经慢慢确定了自己的专业方向了。之后的大学3年就是怎样去学好自己专业的阶段，在此期间，我会更加地专注努力，并且在学习和生活上更看得开来，达到一种入则唯我个人，出则整个社会的境界。到那时我就会成为一个真正的有用之才，毕业时也会无悔这5年的中医院校的大学生活。