

职业生涯规划书

姓名：姚天明

学校：湖北中医药高等专科学校

系别：医疗系

班级：口腔1001

我是一名口腔专业的大专生，和本科院校的学生比存在一定的差距，为了缩小距离，更好地适应当今这个充满竞争的社会，特此制定职业生涯规划。

一、自我认知

我是一个做事态度仔细认真、有高度责任心的人，待人友善、开朗大方、善于交际、充满爱心，具备良好的专业素质和思想道德素质，勤于思考、勇于实践，具有大胆的创新精神。但是有时遇事不够从容镇定，缺乏理性思维，容易冲动，易感情用事。

二、专业认知

我主修的是口腔专业，面对的将是与病魔抗争的人们，这就决定了我必须学好扎实的专业知识，为患者除之病痛，助健康之完美。正好我的责任心、仔细认真、待人友善、与人沟通能力强等品质为我在口腔医学专业里的发展打下了坚实的基础。平时我也会利用一些课余时间，看看本科教材、医学电教片等以增长自己的阅历，开拓自己的视野。

专业素质要求：

作为一名医学生，最重要的是拥有三星，即责任心、爱心和耐心。对每一位患者都要一视同仁，对自己的一言一行都要负责人，不能以任何理由敷衍患者；从医者需胸怀大爱，让患者感受到爱的温暖，这样更有利于疾病的康复；在遇到复杂的疾病的时候，耐心是非常重要的，理清头绪、沉着冷静才能迅速找出治疗方案。做好思想定位，树立正确的世界观、人生观、价值观，心中有病人，为病人做好事，做实事。时刻以病人的利益作为最高利益，始终谨记健康所系，性命相托的誓言。恪守医德，忠于职守。

自我要求

按照规划中的一步步落实，仰望星空，脚踏实地。面对今后人生旅途中的坎坷曲折，要坦然面对，吸取教训，不断总结经验。机会总是垂青有准备的人的，时刻做好准备迎接新的挑战。

三、确定目标

作为一名医学大专生，摆在我们面前的现实是残酷的，就业压力的威胁和执业医师准入的限制，都给我们带来巨大的压力。但是我们应该看到：基层和社区仍然存在缺医少药的情况，农村医务人员严重缺乏。只要端正就业心态，肯下基层，仍然会有我们的立足之地。通过在基层的锻炼，学好更扎实的专业知识，为我们今后步入更高就业水准打下坚实的基础。要成为一名“下得去，留得住，干得好”的实用型基层人才。

四、发展规划

第一阶段：

时间：2010.9—2013.6

目标：大专毕业，拿到口腔医学专科毕业证。计算机等级考试拿到二级证书，英语等级考试拿到四级证书，普通话考试拿到二级证书。

实施步骤：

- 1、2010. 9—2011.6 取得计算机一级证书，英语三级证书，普通话二级证书。
- 2、2011. 9---2012.6 通过英语四级考试，取得计算机二级证书。
- 3、2012. 9---2013.6 进入实习阶段，利用实习这段时间，做好从理论知识到实践的转变，掌握临床实习经验，培养临床思维。在做好临床实习的同时，温习各专业知识，备考毕业考试，通过专业知识的复习，通过考试顺利毕业。

第二阶段：

时间：2013.7---2015.6

目标：进入实习阶段，备考助理医师资格证，争取拿到助理医师资格证。从整体上掌握口腔医生的操作技术，熟练操作程序，找到一家短期就业的工作单位，基本上自力更生。注重人际关系的培养，积累一定的人缘，为今后创业打下良好的人际关系交流圈。

实施步骤：

- 1、2013. 6—2014. 7 与一家单位签订短期就业协议，基本上自力更生。全面进入实习阶段，虚心请教，攻克实习过程中出现

的疑难杂症。熟练临床操作程序，从整体上掌握临床操作技术。

同时利用空余时间温习专业知识，天道酬勤。

- 2、2014.9---2015.6 重点放在复习备考助理医师上，平时多训练一些关于助理医师的试题，做到熟能生巧，临场不乱。
- 3、平时注重人际关系的培养，蓄积一定的人缘。真诚待人，谦虚谨慎，多关心身边的同事和朋友，多帮助那些需要我们关心的患者，培养良好的医患关系。

第三阶段：

时间：2015.9---2020.6

目标：拿到执业医师资格证，进入一家县级医院工作。积累丰富的临床经验、动手能力和相当的人缘，培养创业精神和领导能力，规划好创业目标。合理理财，蓄积一定的资金，承担赡养父母的义务，让他们安享晚年。

实施步骤：

- 1、2015.9---2018.6 拿到执业医师资格证，进入县级医院工作。从基层做起，努力工作得到同事和领导的认可。
- 2、2018.9—2020.6 积累丰富的临床经验和动手能力，以主人翁的身份参与到临床操作中去。使自己成为该医院、本科室里技术精湛、值得患者信赖的医生，树立良好的形象。
- 3、培养创业精神和领导能力，进一步增进人际交往。结合当时实际，规划好创业目标。

4、蓄积一定的资金，为创业打下物质基础。合理理财，蓄积一定的资金。同时承担起赡养父母的义务，让他们安享晚年。

第四阶段：

时间：2020.9---2040.6

目标：创办一家私人口腔门诊，引进大量高素质专业医务人员和先进的工作技术，提升门诊综合实力，打造口腔一流的专业品牌。创新一流的管理体制，进入良性的循环模式。

- 1、2020.9---2030.6 创办一家私人门诊，提升门诊的质量和门诊的知名度。引进大量高素质专业医务人员和先进的工作技术，打造口腔门诊一流的专业品质。
- 2、2030.9---2035.6 扩大规模，加强团队管理，完善管理体制。继续引进优秀口腔专业人才和先进技术，提高门诊的整体实力，争取发展到医院规模。
- 3、2035.9---2040.6 创造出的一套完全属于自己医院的发展模式，继续深化体制改革，加强与同行的竞争与合作。坚持引进来和走出去相结合的方针，借鉴和吸收优秀的成果。加强医院的管理，提高为患者服务的质量。
- 4、培养优秀的管理者与领导者，为医院的持续发展打下良好的基础。

第五阶段：

时间：2040年以后

目标：巩固医院的持续发展，挖掘医院的发展潜力，使之成为同行中的佼佼者。同时进行慈善事业回报社会，使那些需要帮助的人的利益切实得到保障。

实施步骤：

- 1、继续深化医院的体制改革，巩固医院的持续发展。
- 2、挖掘医院的发展潜力，与时俱进，大胆创新。继续引进先进的优秀的专业知识人才和先进技术，确保医院的先进性和生机。
- 3、医院将逐步投身到社会公益事业中去，为那些饱受病魔而无钱治疗的人们开放绿色通道；为社会上寡孤者提供医务救治；为那些治疗昂贵的人们减免部分医疗费用；为那些弱势群体提高医疗保障。
- 4、继续扩大办院规模，提升办院质量。保证医院在为更多人们服务的同时，服务质量继续提升。

以上是我结合自己的专业所制定的职业生涯规划，目标虽然是遥远的，但我会坚持不懈地一步步走下去，但是如果规划不符合时代变化需求，我会及时对此规划做出调整，以最短的距离到达成功的彼岸。

。