



# 大学生职业生涯规划

一花一样灿烂の青春

一花一样灿烂の青春

学院

专业

班级

学号

姓名

# 个人简历

性别：

年龄：

籍贯：

学院：院

专业：

班级：

学号：

姓名：

电话：

邮箱：

照片

# 目录

|                        |           |
|------------------------|-----------|
| 卷首语.....               | 1         |
| <b>一 自我认知</b>          |           |
| 1 自我认识.....            | 3         |
| 2 职业能力测评.....          | 4         |
| 3 职业价值观测评.....         | 5         |
| 4 性格测评.....            | 5         |
| 5 自我认知小结.....          | 6         |
| <b>二 职业认知</b>          |           |
| 1 家庭环境分析.....          | 7         |
| 2 学校环境分析.....          | 7         |
| 3 社会环境分析.....          | 7         |
| 4 职业环境分析.....          | 8         |
| 5 职业认知小结.....          | 8         |
| <b>三 职业定位</b>          |           |
| 1 SWOT 分析法.....        | 9         |
| 2 职业目标的确定.....         | 9         |
| 3 小结.....              | 9         |
| <b>四 计划的制定与实施.....</b> | <b>10</b> |
| <b>五 结束语.....</b>      | <b>11</b> |

# 卷首语

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：  
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。

# 一 自我认知

自我认识:

|      | 优点  | 缺点                   |
|------|---|----------------------|
| 自我评价 | 喜欢与人交往，外向善言谈。思维比较跳跃，喜欢具有创造性和可以满足好奇心的活动，求知欲较强，喜欢动脑，思考。做事注重整体性，有条理性，计划性，目的性较强。思想观念比较外放，容易接受新知识，喜欢冒险和竞争，主张自主学习，习惯独立思考。 | 做事缺乏较强的耐性，主观性较强，偏感性。 |
| 家人评价 | 听话懂事，愿意帮爸爸妈妈承担家中大小事物，细心体贴。  | 做事比较被动，注意力不够集中。      |
| 朋友评价 | 随和，关心朋友，喜欢乐于助人，不吝啬，理解能力强，思维跳跃，外向健谈，思想观念比较外放。  | “爱管闲事”，同情心有点小“泛滥”。   |
| 同学评价 | 与人为善，有责任心，爱笑，具有文艺气息。  | 过于执着，不够自信。           |

## 职业能力测评

我做了一下霍兰德职业倾向测试，结果如下：

| 研究型 | 常规型 | 现实型 | 管理型 | 社会型 | 艺术型 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 6   | 8   | 7   | 6   | 8   | 9   |

自我感觉良好，觉得今后可以朝社会福利性和艺术方面的职业发展，例如公关人员，歌手等。

## 职业价值观评测

职业价值观是我们人生价值能否得以体现的又一重要评定

|        |   |   |
|--------|---|---|
| 经营取向   | 5 | ↓ |
| 经济取向   | 4 |   |
| 支配取向   | 2 |   |
| 自尊取向   | 7 |   |
| 志愿取向   | 5 | ↓ |
| 家庭取向   | 8 |   |
| 才能取向   | 8 |   |
| 自由取向   | 5 |   |
| 自我实现取向 | 8 |   |

## 性格测评

根据 MBTI 测试，我发现自己更加倾向于 ENFJ 型。我性格外向，比较随和，爱好广泛，善于思考，做事虽然偏向主观，但也愿意倾听他人所给的意见和建议，以便及时发现自己的不足并改正。

## 自我认知小结

与人交往能力强，为人比较友善，喜欢新的事物，在新环境中工作会使我感到愉悦，追求多样化的生活。在有压力的情况下工作完成的更加出色，注意力容易转移，容易适应新环境。希望今后在一个适合我的环境去工作。

从小老师就教我们要有责任心，故对于责任这两个字的理解深有感触，并且以身作则。对于工作，我绝对会始终遵循这个原则。

团体意识在工作中也起着举足轻重的作用，学会协助合作，与同事和谐相处，是通往成功的又一法宝。

## 二职业认知

### 家庭环境分析

我来自江西省的一个小乡村，爸爸在外省打工养家，妈妈在家做点手工补贴家用，我还有一个可爱的妹妹，一家人健健康康的，我很满足，很幸福。

父母为了我和妹妹付出的，用再多也换不回来。不仅为了我最爱的爸妈，更为了自己，在大学里依旧努力学习，尽管现在我的羽翼还不够丰满，但我会为了将来奋斗，不辜负他们的期望。我相信努力会有收获。不久后的我定会找寻到属于我的那片天

空。

### 学校环境分析

我现在就读的是南昌大学医学院(前湖校区),不仅师资力量雄厚,而且校园环境优美。老师们都尽职尽责,辛苦忙碌。医学院包括的专业很多,有临床医学,护理,药学,口腔医学.....其中的临床医学专业是南昌大学的王牌专业之一。

学校的教学质量高,管理力度强。我希望在校多学习知识,不仅是文化知识,更多的是学会在大学这个小型社会中如何更好地生存下去。毕业那天,我必定满怀感恩去感谢我的母校——南昌大学!

### 社会环境分析

我国的经济收入和文化素养正在不断地提高,人们对疾病的认识也由被动治疗转向主动预防,追求健康上来。防患疾病于未然。越来越多的突发疾病威胁这人们的健康,所以预防医学在为来的就业前景还是非常可观的。

### 职业认知小结

医学院校的专业设置,总体上来说,就是三大领域:基础医



学，预防医学，临床医学。因为自己是预防医学领域的学生，所以想随便写两句自己专业的就业前景和方向。

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。

### 三 职业定位

| 职业 SWOT 分析因素 |  |  |
|--------------|--|--|
| 内部因素         | <b>优势（S）</b><br>1、拥有广泛的人际关系网络<br>2、沟通能力、领导能力较强，在组织中的影响力较大<br>3、有很强的责任心和上进心，具有良好的职业道德 | <b>劣势（W）</b><br>1、没有毅力，性格比较急<br>2、专业成绩一般     |
| 外部因素         | <b>机会（O）</b><br>1、社会领域急需预防医学专业的人才<br>2、强大的关系网络                                       | <b>威胁（T）</b><br>1、由著名大学的毕业生带来的竞争<br>2、工作岗位有限 |

#### 职业目标的确定

预防医学在未来的学习和就业中可以分为两大类：一个是医学检验；另一个则是公共卫生。

预防医学专业就业领域很广，涉及医学和非医学领域的各相关专业。医学领域可从事临床工作、临床科研工作或从事卫生防疫、卫生事业管理等等。非医学领域可从事环境保护与监测、海关疫检等。总之，预防医学专业由于所学课程的多样性和本专业

所学的边缘性，使该专业的毕业生初步具备了向多种方向发展的能力

## 四 计划的制定与实施

### 短期目标

大一上：在学习之外，加入至少一个社团，并竞选系学生会、班委，全方位锻炼自己的。

大一下：和同学有一个熟悉、和善的人际关系，通过英语 A 级考试，拿到奖学金。

大二上：争取机会去拿多个证书，积极参加学院学校举办的活动，成为一个每个人都喜欢的人。

大二下：通过英语四级考试，巩固专科知识。

### 长期目标

1、学好专业知识。本科专业的知识是医学的基础，同样也是未来的铺垫，以后我们面对的是人这个主体，所以绝对不能有丝毫的马虎和大意，要负起应有的责任。

2、关注最新消息。随着社会的发展和进步，预防医学的知识在人们的生活中起到了越来越重要的作用，防范疾病于患病前。作为一个研究医学的学生，对最新的预防专业的知识的积累、了解和掌握是必不可少的。

3、旁听管理专业的课。关于未来就业工作时对患者的统计和管

理也是必不可少的基础。学无止境，大学本身就是一个打基础的阶段，应广泛涉猎厚积薄发。

4、广泛阅读文化类书籍。学无止境，提高自身文化修养为以后做准备。

5、广泛接触相关人才。要广泛接触，深入交谈，了解行情和最新消息，对今后从事这一领域会有很大帮助。

## 五、结束语

计划固然宏大而美好，但更重要的在于其具体实践并取得成效。现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑，巨大的勇气，克服困难，取得成功。也许最终我们的目标也不能达成，但至少我们努力过，奋斗过，拼搏过，人生便也无悔。

为了我美好的明天，**奋斗!!!**