

心随梦走

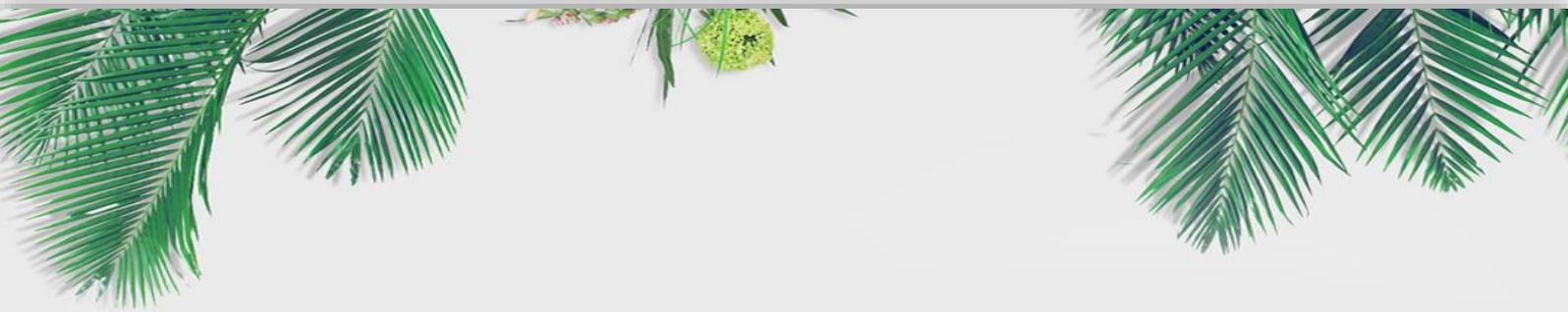
创意人生

姓名：XXX

班级：XXXXXX

指导老师：XXX

学校：无锡卫生高等职业技术学校



# 目录

前言 .....	
1	
第一章 自我分析 .....	2-4
1. 认识自我 .....	
2	
2. 职业兴趣 .....	
3	
3. 职业价值观 .....	
4	
第二章 环境分析 .....	5-9
1. 家庭环境分析 .....	5
2. 学校环境分析 .....	
5	
3. 专业环境分析 .....	
6	
4. 行业环境分析 .....	
7	
5. 职业环境分析 .....	
8	
6. 社会环境分析 .....	
9	

第三章 职业目标 .....	
10	
第四章 实施策略 .....	11-13
1. 近期策略 .....	11
2. 中期策略 .....	
12	
3. 后期策略 .....	
13	
第五章 评估调整 .....	14
结束语 .....	

15

# 前言

虽然中考考的不理想，但是我并不后悔选择上职业高中。也许有人会认为一个职业高中怎么比得上普高，认为我们不学无术。但是他们错了，就是因为我上了职高，让我认清了自己的人生道路，让我有了一个明确的目标，不再那么碌碌无为，而是有了一个奋发向上的动力。曾经的我，总是一个劲的想考上好的高中，也没有真正考虑过自己以后应该怎么办。如今的我，已经有了明确的目标，正准备向着自

己预定的方向前进。来到无锡卫生高等职业技术学校，第一眼就让我觉得这是一所技能学校——它根据社会的需要，开设了各式各样的专业课程，让在这里的每一名学生都能接受到最专业的培训。在学习的过程中，我了解了许多药方面的专业知识，这也增强了我对于自己选择的药学专业的兴趣。我认为其实上不上高中并不那么重要，重要的是你选择了怎样的人生道路，只有对自己的人生道路有了明确的方向，才能拥有成功。想要成功也不是那么容易的，我们必须努力努力再努力，只要有坚定的信念，一定会有奇迹的。



# 1 第一章 自我分析

## 认识自我

自我评价	朋友评价	家人评价
性格开朗，交际能力较好，做事仔细认真，待人友善，乐于助人，自觉性	热情，乐于助人，随和好相处，朋友多，行动能力和策划能力强，爱看书	性格开朗、热情，交际能力强，做事喜欢追求完美但是经常没毅力坚

差，过于倔强固执，有自信心和冒险精神，考虑问题有时不太全面，很健忘经常丢三落四。	知识面广，上课虽然不怎么认真听但是平常会自己去钻研，但有时不知道怎么听取别人的意见。	持下去，独立自主能力强，过于倔强和固执，不怎么听取别人的意见，不喜欢整理自己的东西，丢三落四。
--	--	---

## 总结：

优点：性格开朗热情好相处，交际能力、行动能力、策划能力和独立自主能力强，知识面广，做事仔细认真，待人友善，乐于助人，有自信心和冒险精神。

缺点： 自觉性和毅力差，过于倔强固执，考虑问题有时不太全面，很健忘，经常丢三落四，上课不怎么认真听讲，不怎么听取别人的意见，不喜欢收拾好自己的东西。

2

## 职业兴趣

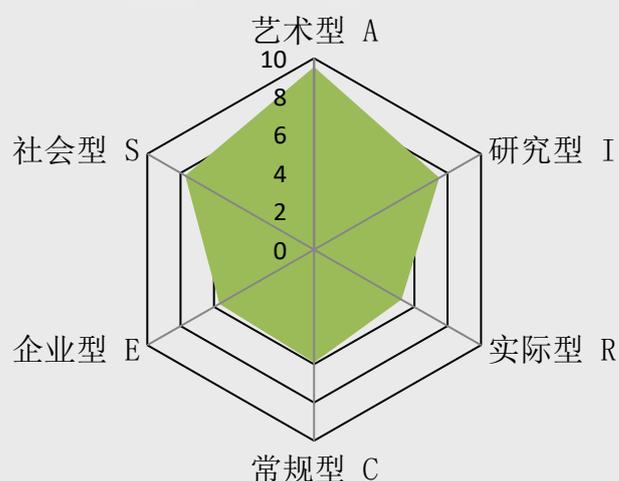
由图表可得，我感兴趣的前三个职业类型分别为艺术型、研究型和社会型。

属于艺术型的人基本倾向是具有想象、冲动、直觉，无秩序，情绪化、理想化，有创意、不重实际等特点。喜欢艺术性的职业环境，也具备语言、美术、音乐、演艺等方面的艺术能力，擅长以形态和语言来创作艺术作品，但是对事务性的工作则难以胜任。

属于研究型的人基本倾向是分析型的、智慧的、有探究心的和内省的，他们喜欢根据观察而对物理的、生物的、文化的现象进行抽象的、创造性的研究活动。

属于社会型的人基本倾向是合作、友善、助人、负责任、圆滑、善于社交言谈、善解人意等。他们喜欢社会交往，关心社会问题，具有教育能力和善于与人相处等人际关系方面的能力。

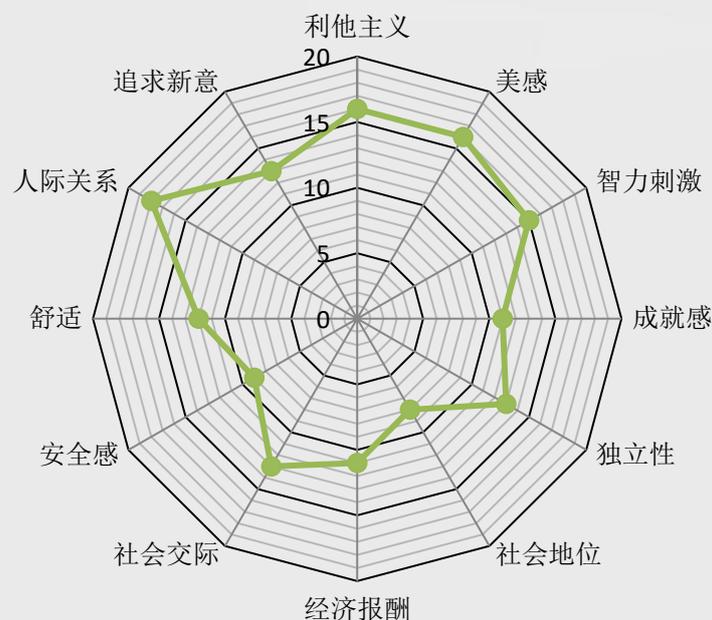
综上所述，我适合的职业有



- 1) 有关文学创作、音乐、美术、演艺等的
- 2) 智力的、抽象的、分析的、独立的、带有研究性质的
- 3) 以与人接触为中心的社会服务型的

其中第2条和第3条就与我所选的药学专业所能从事的工作相关。

## 职业价值观



### 由上表可知：

将来从事的工作中我最重视的方面是人际关系、利他主义、美感和智力刺激，我较不重视的方面是安全感、社会地位和经济报酬。

我希望以后一起工作的大多数同事和领导人品较好，相处在一起能感到愉快，希望自己能为大众的幸福和利益尽一份力，希望在工作过程中能不断地追求美的东西，得到美的享受。

但不管自己能力怎样，在工作中有一个安稳的局面并不是很重要，我认为在人们心目中有没有较高的社会地位，从而得到他人的重视与尊重也不重要，对于收入方面也没有很高的要求，只要够自

## 第二章<sup>4</sup> 环境分析

### 家庭环境分析

从小父母离异由爷爷奶奶带大的，现在爷爷奶奶年纪大了所以我选择了药学这个专业，希望能学习到关于药理方面的专业知识。



### 学校环境分析

无锡卫生高等职业技术学校坐落于山林水秀、环境优雅，素有“小上海”之称的太湖明珠——无锡，是一所历史悠久、声誉卓著的名校，现为国家级重点职业学校、国家紧



缺型人才培养基地、江苏联合职业技术学院无锡卫生分院。学校前身为创建于 1919 年的无锡普仁护校，是无锡老八校之一、无锡地区第一所医药卫生专业学校。历经 90 多年的努力，学校已逐步发展成为一所包含护理、药学、药品生产、药品质量、康复治疗技术等学科门类齐全的综合性的医药卫生学校，在苏南地区享有极高的声誉和重要的地位，目前有东、西两个校区。

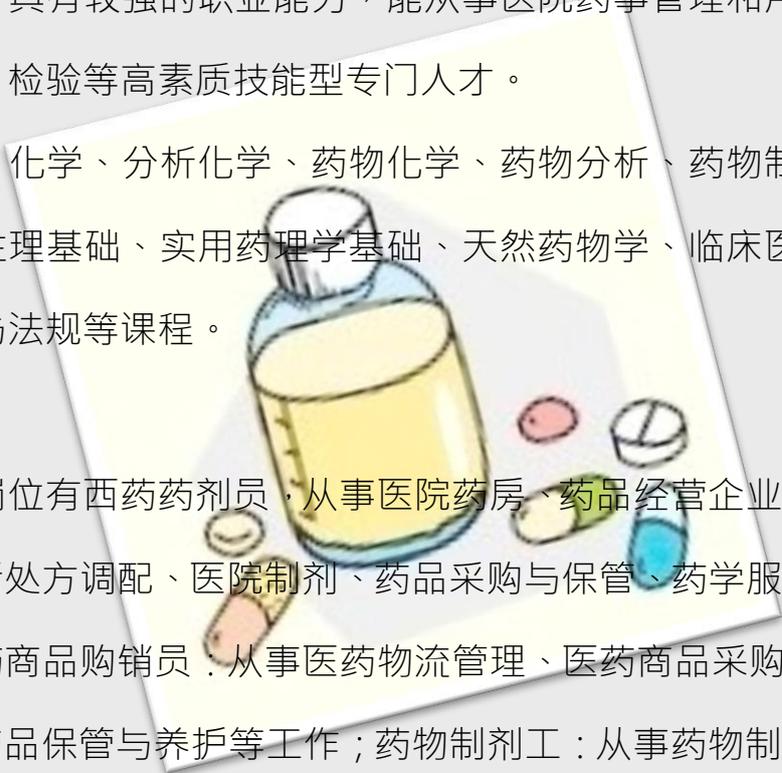
## 专业环境分析

培养目标：本专业培养能适应科技进步和社会发展的需要，与我国医药现代化建设要求相适应，熟练掌握必需的科学文化基础知识和药学专业知识，具有较强的职业能力，能从事医院药事管理和用药指导、药品生产、检验等高素质技能型专门人才。

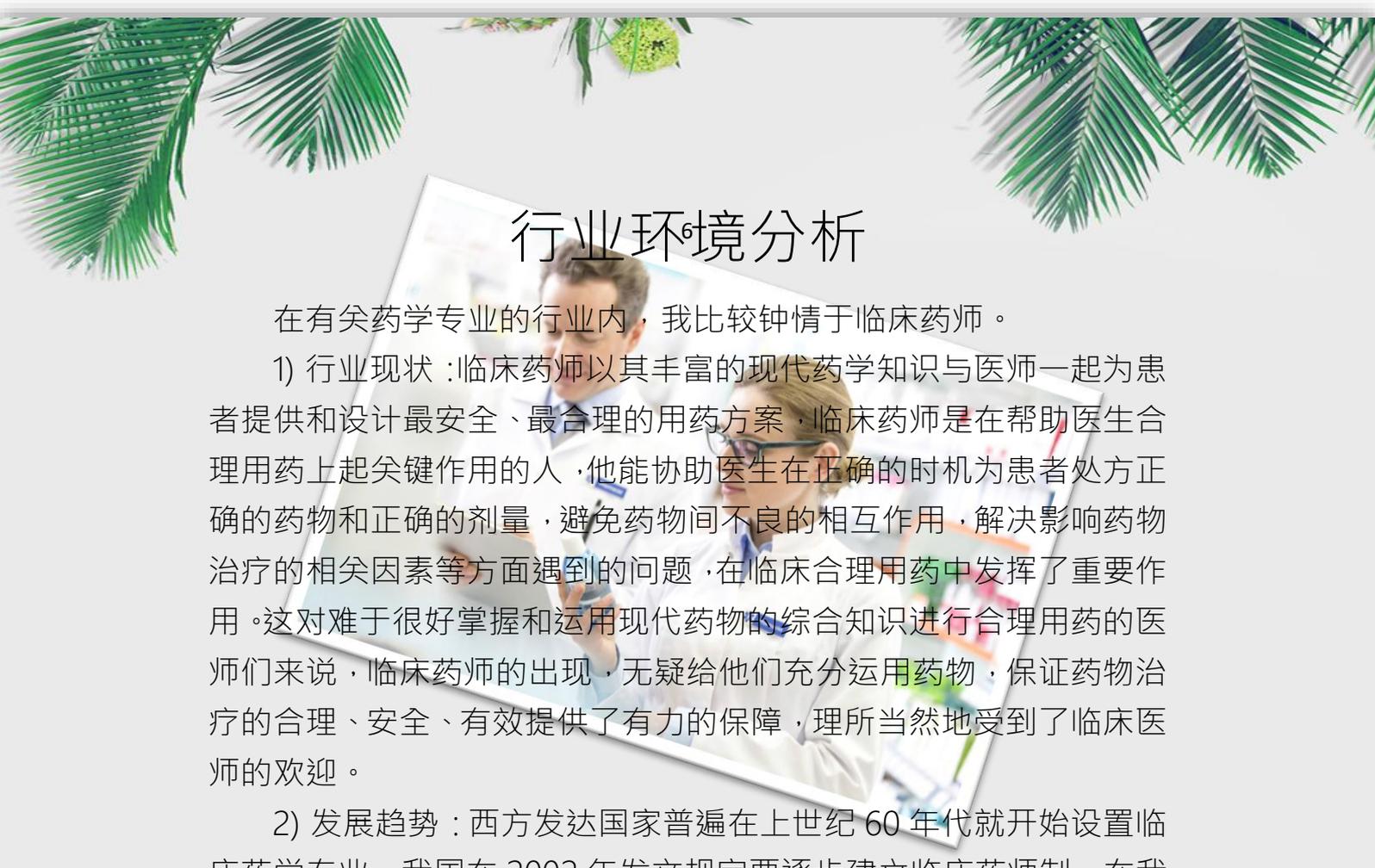
主干课程：化学、分析化学、药物化学、药物分析、药物制剂技术、人体解剖生理基础、实用药理学基础、天然药物学、临床医学概论、药事管理与法规等课程。

就业方向：

主要就业岗位有西药药剂员：从事医院药房、药品经营企业药学服务工作，包括处方调配、医院制剂、药品采购与保管、药学服务等工作岗位；医药商品购销员：从事医药物流管理、医药商品采购销售、用药咨询、药品保管与养护等工作；药物制剂工：从事药物制剂的生产及管理工作；车间生产设备的使用、保养、维护及管理工作；其它就



业岗位有药品半成品及成品的质量分析、检验；药品研发单位协助新药申报工作以及新药开发等工作。



## 行业环境分析

在有关药学专业的行业内，我比较钟情于临床药师。

1) 行业现状：临床药师以其丰富的现代药学知识与医师一起为患者提供和设计最安全、最合理的用药方案，临床药师是在帮助医生合理用药上起关键作用的人，他能协助医生在正确的时机为患者处方正确的药物和正确的剂量，避免药物间不良的相互作用，解决影响药物治疗的相关因素等方面遇到的问题，在临床合理用药中发挥了重要作用。这对难于很好掌握和运用现代药物的综合知识进行合理用药的医师们来说，临床药师的出现，无疑给他们充分运用药物，保证药物治疗的合理、安全、有效提供了有力的保障，理所当然地受到了临床医师的欢迎。

2) 发展趋势：西方发达国家普遍在上世纪 60 年代就开始设置临床药学专业，我国在 2002 年发文规定要逐步建立临床药师制。在我国，20 世纪 60 年代，计划经济体制下的我国药品市场体系尚不健全，医疗用品种单一，制剂生产设备落后，药学专业技术人员匮乏，医院药学的任务主要是保障药品供应和满足临床用药需求。因此，尽管早在 40 多年前国内就有学者提议开展临床药学工作，但当时主、客观条件并不具备或允许开展临床药学工作，一直到 20 世纪 80 年代初，随着国内医药市场的开放和繁荣，药品管理的逐步规范，药物动力学、生物药剂学等新兴学科的设置，医院合理用药才最终获得医药

界的重视，临床药学工作才真正起步和发展。在 20 多年的时间里，国内临床药学发展还是取得了一定的成绩。

3) 人职匹配：1987 年，国家卫生部批准了 12 家重点医院作为全国临床药学试点单位；1991 年，国家卫生部在医院分级管理文件中首次规定了三级医院必须开展临床药学工作，并作为医院考核指标之一；2006 年《卫生部临床药师在职培训与考核标准(试行)》出台，在全国指定了 19 家医院作为临床药师培训基地并提出了培训模式，这项工作启动至今已取得一定经验。2007 年卫生部的 190 号文件中又明确指出，将 42 家医院作为试点，开展药师制的试点工作，临床药师数量原则上三级医院不少于 5 名，二级医院不少于 3 名。

## 职业环境分析

工作内容：



1) 深入临床科室了解药物应用动态，对药物临床应用提出改进意见。2) 参与查房会诊，参加危重患者的救治和病案讨论，对药物治疗提出建议。3) 进行治疗药物监测，设计个体化给药方案。4) 指导护士做好药品清领，保管和正确使用工作。5) 协助临床医师做好新药上市后临床观察、收集、整理、分析，反馈药物安全信息。6) 提供有关药物咨询服务，宣传合理用药知识。7) 结合临床用药，开展药物评价和药物利用研究。

工作要求：

1) 参与临床药物治疗方案设计与实施，协助临床医师选药和合理用药，使病人不受或减少与用药有关的损害，提高临床药物治疗水平，提升患者生活质量。2) 开展药学信息与咨询服务，进行用药教育，宣传，指导病人安全用药。3) 进行临床药学研究，为提升药物治疗

水平提供科学的监测或实验数据。4) 承担医院临床药学教育和对药师，医师，社区医师进行培训，开展患者用药教育。

人职匹配：

1991年，国家卫生部在医院分级管理文件中首次规定了三级医院必须开展临床药学工作，并作为医院考核指标之一，2007年卫生部的190号文件中又明确指出，将42家医院作为试点，开展药师制试点工作，临床药师数量原则上三级医院不少于5名，二级医院不少于3名。

8

## 社会环境分析

地域和政策分析：

昆山市是江苏省直管县级市，地处江苏省东南部，位于上海与苏州之间，北至东北与常熟、太仓相连，东与上海市嘉定、青浦交界，西与苏州市相城区、吴中区、苏州工业园区接壤，南部水乡古镇周庄镇与吴江区毗邻，通达浙江，下辖10个镇、3个国家级园区。总面积927.68平方千米，其中水域面积占23.1%。昆山是江苏省3个试点省直管县(市)之一，连续多年被评为全国百强县、中国中小城市综合实力百强市之首。

昆山自秦代置娄县至2016年已有2200多年。昆山是“百戏之祖”昆曲的发源地。昆山文化属吴越文化，昆山人属江浙民系使用吴语。2010年9月，昆山与维也纳、新加坡等5城市获该年度联合国人居奖。2016年1月，昆山被住房和城乡建设部评为首批“国家生态园林城市”。

在政策方面，2002年1月，国家卫生部和国家中医药管理局颁布了《医疗机构药事管理暂行规定》，2005年11月发文《关于开展

临床药师培训试点工作的通知》，公布了《临床药师培训试点工作方案》及 4 个附件，由此得知，国家对药学的大力支持和发展的重视。  
气候医疗分析：

昆山属北亚热带南部季风气候区，气候温和湿润，四季分明，光照充足，雨量充沛。2016 年，昆山市市三院病房大楼、市康复医院二期工程竣工。新改扩建社区卫生服务中心、站 10 家。撤销区镇预防保健所，设立社区卫生服务中心。截至年末，昆山市医疗卫生机构 511 所，拥有卫生技术人员 11070 人，其中执业（助理）医师 4812 人，千人拥有医生数为 2.9 人。拥有病床位 7148 张，千人拥有床位数为 4.31 张。人口平均期望寿命 83.55 岁。孕产妇死亡率为 4.76/10 万，婴儿死亡率 2.67%。

9

## 第三章 职业目标

临床药师

**2027-**

**长期目标**

**2022-2026**

## 中期目标

工作满三年去参加执业药师资格考试，拿到执业药师资格证，在空闲时间多去养老院、社区、学校给大家宣传药理知识。

通过专升本考试进入中国药科大学药学专业继续学习，毕业后争取进入昆山市第一人民医院工作，积累丰富的工作经验。

2017-2021

## 近期目标

在校内表现突出，完成药学专业各项技能证书的考核，争取参加职业技能大赛。在实习期间表现突出。通过专转本考试。

实施时间	实施措施
------	------



2017-2018 年	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 学好理论知识和每一门专业课，积极参加各项组织活动并取得一系列奖项。</li><li>2. 在班级里，要乐于与同学们沟通，主动帮助有困难的同学，做事要认真负责，从而提高自己沟通和解决问题的能力。</li><li>3. 努力考取和未来专升本有关的证书。</li><li>4. 利用课余时间，培养一些艺术特长。</li><li>5. 利用假期开展的社会实践活动，多与未来将要从事的行业进行接触，为就职做好充分的准备。</li></ol>
2019-2020 年	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 参加全国职业技能大赛，通过不断地练习，相信自己可以在比赛中取得不错的成绩。</li><li>2. 提高自己的思想认知，争取早日入党。</li></ol>
2021-2022 年	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 在实习期间认真学习操作，积极主动完成老师布置的任务。</li><li>2. 空余时间复习专转本考试内容</li></ol>

## 第四章 实施策略

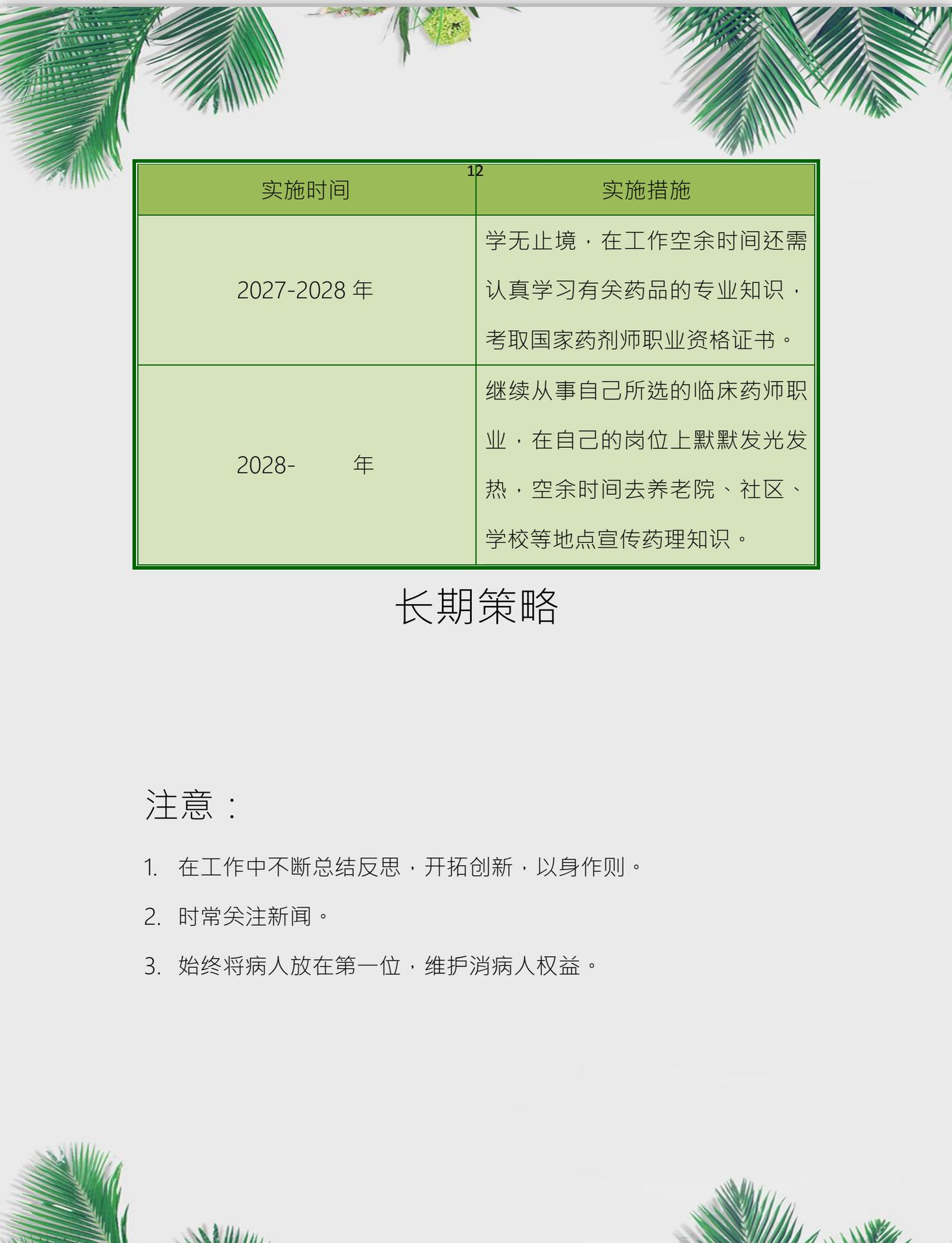
### 短期策略

# 中期策略

实施时间	实施措施
2022-2024 年	通过专升本考上中国药科大学，在校学习期间： 1. 认真学习英语，通过大学英语四级考试。 2. 其他科目争优秀，以优异的成绩毕业。
2024-2026 年	在工作期间： 1. 尽快适应新工作和环境，不荒废所学的专业技能，每天练习并学以致用。 2. 处理好和身边同事的人际关系，多和经验丰富的同事沟通，请他们提出意见和建议，使自己掌握更多的相关知识。

## 注意：

1. 步入社会，着装与在学校存在很大的不同。上班期间穿好工作服，画好得体的妆容。脸上始终保持微笑，文明礼貌是最基本的行为要求。
2. 学会换位思考，了解病人心理。和病人进行有效的沟通，使病人反映的问题能得到及时的解决，确保病人对服务的满意度。



实施时间	12 实施措施
2027-2028 年	学无止境，在工作空余时间还需认真学习有关药品的专业知识，考取国家药剂师职业资格证书。
2028- 年	继续从事自己所选的临床药师职业，在自己的岗位上默默发光发热，空余时间去养老院、社区、学校等地点宣传药理知识。

## 长期策略

### 注意：

1. 在工作中不断总结反思，开拓创新，以身作则。
2. 时常关注新闻。
3. 始终将病人放在第一位，维护病人权益。

4. 在这个日新月异、瞬息万变的年代，没有什么是一成不变的，当你满足于现状，停下前进的脚步，就会被社会淘汰。所以，我们要不断学习，活到老学到老。

	近期目标	中期目标	长期目标
--	------	------	------



## 第五章 <sup>13</sup> 评估调整

评估内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 升学相关证书无法如期获得。</li> <li>2. 专转本考试没有通过。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 工作后结婚生子耽误目标实施进程。</li> <li>2. 没有考到大学英语四级证书。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 没有考取全国药剂师职业资格证书</li> </ol>
调整措施	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 不放弃，努力钻研，争取在毕业后最短时间内取得</li> <li>2. 直接就业</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以家人为主，争取获得家人支持。</li> <li>2. 继续钻研继续努力，争取早日取得。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 寻找自己在专业知识上的不足，继续参加考试。</li> </ol>
调整原则	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 适应社会发展变化，把目标和社会需求紧密结合。</li> <li>2. 已实现职业生涯里香为主，从而实现自我价值。</li> <li>3. 除了自我评估之外，通过集体和同学、老师、亲友、同事的帮助，指出阶段内存在的问题，提出改进的意见和建议，弥补自我评估中的不足。</li> </ol>		



# 结束语

计划定好固然好，但更重要的，在于其具体实施并取得成效。这一点时刻都不能被忘记。任何目标，只说不做到到头来都只会是一场空。然而，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，每个人都应该有充分心理准备。当然，包括我自己。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。其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负。每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。但是，无论眼底闪过多少刀光剑影，只要没有付诸行动，那么，一切都只是镜中花，水中月，可望而不可及。一个人，若要获得成功，必须得拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功，不相信幻影。成功，只垂青有充分磨砺充分付出的人。未来，掌握在自己手中。未来，只能掌握在自己手中。人生好比是海上的波浪，有时起，有时落，三分天注定，七分靠打拼！爱拼才会赢！

(封底)