

# 医学影像技术职业生涯规划书

姓名：                    性别：                    学号：  
学校：  
院系： 医学影像系

# 医学影像技术职业生涯规划书

## 目 录

### 1 自我认知

- 1.1 360 度评估.....3
- 1.2 橱窗分析法.....4
- 1.3 自我认知小结.....4

### 2 职业认知

- 2.1 外部环境分析.....4
- 2.2 目标职业分析.....5
- 2.3 职业胜任力测评.....6
- 2.4 SWOT 分析.....6
- 2.5 职业认知小结.....7

### 3 职业生涯规划设计

- 3.1 确定目标和路径 • 计划.....7
- 3.2 动态反馈调整.....8
- 3.3 职业规划结束语.....9

## 一、 自我认知

### 1、 360 度评估

	优点	缺点
自我评价	①意志坚强 ②独立性强 ④乐观上进 ⑤安静稳重、善于忍耐，能够较好地控制自己的情绪，严格遵守既定的生活秩序和工作制度，固定性有余而灵活性不足；	①缺乏实践 ②闲散怠惰 ③固执而又犹疑不定
家人评价	刻苦勤奋，积极创新， 有毅力，大度，能容忍， 孝顺父母，待 人体贴，为家人着想；	不够成熟稳重，会在一些事 情的处理上显得冲动不明 智；
亲密朋友评价	做事细心、高效：注意点滴细节、思考全 面、精益求精， 工作态度好，能力强；	有完美主义倾向，做事难免 太过注重细枝末节、吹毛求 疵。
同学评价	良好的人际沟通：能够处理好人际关系， 善于人际交往；做事有主见，有思想，为 人诚恳，乐于助人；	虽说人的性格一旦 形成就很难改变，但我认为 铭记自己在性格上的缺点， 在遇到时提醒自己尽力克 服，也会取得很好的效果。
其他社会关 系评价	一旦下定决心做一件事，就会在它上面投 入百分之百的精力，即便遇到挫折，也会 忍耐、调整、克服，斗志昂扬地坚持下去， 直到完成。	有些固执，有时不能很 好听取他人的建议。

## 2、橱窗分析法：

橱窗 1：“公开我”：我的一般学习能力较高，算术能力较高（我的数学学得比较好），空间判断能力一般（我有点喜爱立面几何，并学得不是很好，空间想象能力很一般，解题时常需要借助建立坐标系）形态知觉能力一般。

橱窗 2：“隐藏我”：愿意使用工具从事操作性工作；因为比较喜欢运动，动手能力强，做事手脚灵活，动作协调；

橱窗 3：“潜在我”：抽象思维能力强，求知欲强，肯动脑，善思考，不愿动手；喜欢独立的和富有创造性的工作；知识渊博，有学识才能。

4 自我认知小结：由优劣势能力比较知我并不太适合创业，所以我决定舍弃我的创业梦想。根据职业能力与个人特质知我最适合且最能胜任会计、办公室人员这些工作，也比较适合医学类工作，正如我现在所学的专业是影像专业，我希望经过我的一番努力学习，可以成为能这份工作的医生。

## 二、 职业认知

### 1、 外部环境分析

**学校环境分析：**学校特色：上海健康职业技术学院第一所以健康命名的学校，有良好的教学质量，但学校是大专和中专生一起读书和生活的，所以地方的太小了。

**社会环境分析：**1) 就业形势：

- ①国际性金融危机，对我国企业的影响日益显现，企业招聘岗位明显不足
- ②毕业生数量增长，大学生就业压力进一步加剧
- ③考研率与绝对就业的矛盾
- ④积极的就业大环境

### 2) 就业政策:

- ①国家关于高校毕业生的就业方针“市场导向，政府调控学生与用人单位双向选择”的就业机制，确定了学生和用人单位在市场上的主体地位
- ②鼓励和引导高校毕业生到城乡基层就业
- ③鼓励高校毕业生应征入伍，报效祖国
- ④积极聘用高校毕业生参与国家和地方重大科研项目
- ⑤鼓励毕业生到中小企业就业

### 3) 竞争对手:

- ①有工作经验的老技师
- ③和我一样是一般大学毕业的学生
- ④具有高等学历的毕业生
- ⑤家庭背景比我好的学生

## 2、目标职业分析

1) 目标职业名称: 医学影像技师

2) 岗位说明: 从事与影像专业有关的医生

3) 工作内容: 在医院从事X线摄影、CT检查操作、超声检查及心电图操作

4) 任职资格: 技师

5) 工作条件: 职业资格证书，熟悉各种成像设备和放疗设备的操作

6) 就业和发展前景: 总的来说在医学界，医学影像学是比较好的

专业,只要大学期间您的知识过硬,那么找一个好工作应该难度不大,但是有时候跟学校的名气也有很大关系,比如二医大学院的医学影像学专业就非常牛。就拿在大医院来说,可以说休息时间是非常充分的,而且待遇又好.只是可能存在被辐射的风险,不过随着科学技术的发展,这种风险性将会越来越低,再说现代社会,哪里没有辐射呢?

### 3、职业胜任力测评

我的优势能力:	我的弱势能力:
观察能力	总结能力
学习能力	经营能力
交友能力	策划能力
行动能力	

### 4、SWOT分析

**我的优势(strength)及其使用:**1. 专业知识掌握较扎实;2. 有毅力、恒心和良好的工作习惯;

3. 能够严格遵守既定的生活秩序和工作制度4. 影像医生少而患者较多.

**我的弱势(weakness)及其弥补:**1. 除了专业实践外,其他社会历练不够;2. 计算机应用能力一般;3. 英语口语能力不过硬,如果在大医院,和国外病人的沟通也是很必要的。

**我的机会(opportunity)及其利用:**1. 本市医学教育、医学科研实力强,政府对医疗事业支持力度大 ;2. 专科医师阶段可能以同等学力申硕.

**我面临的威胁(threat)及其排除:**医疗机构对新职工学历要求高,考本、就业竞争压力大  
2: 如果不能立即进入专科医师培训基地,面临要工作还是要考本的矛盾; 3. 就业形势严峻;5. 我是专科生与社会上的本科生`研究生竞争不过头; 6. 虽然报告上显示说中国影像

医生市场缺口很大，但实际上竞争还是很激烈。

- 5、**职业认知小结**:我们生活在一个充满机遇的社会中，但我们必须清楚和明确的是，在这个社会中同样有着另外一个名词，那就是“挑战”。我们不得不面对和接受各种各样的挑战，从而让自己变得更加优秀。规划自己的职业生涯应该从现在开始就应该深深地根治在我们的脑海中。我始终相信，只有在学习中明确了自己的目标，才能更加迅捷有效地完成自己的人生理想和目标。

### 三、 职业生涯规划设计

#### 1、 确定职业目标和路径

**近期职业目标·计划**: ①大一下学期6月份时要通过计算机二级考试，6月份时通过英语B级考试。大一下学期班里有一个班干部重新选举会议，我争取一定要获得班里的一个职位。大一整个学期一定要多认识人，多与同学建立朋友关系，建立自己的人脉，整个学期都要努力学习，争取获得国家奖学金或国家励志奖学金②大二一开学拼尽全力竞选学生会干部或团委干部，将自己所学科目内容做一次总结，看自己哪一个学科的内容学得较精深，看自己对哪些内容感兴趣，并在此时确定自己考研的所报的专业；在这一年，我要学好专业，并下一定的功夫在英语上，争取通过大二下学期六月份的四级英语考试，为自己考研作好准备

**中期职业·计划目标**: 大三进入医院见习，在这期间我一定要紧跟着我的见习老师，多看老师是怎样拍片的，多问老师一些问题，并与老师建立良好的关系，也要多在老师面前显现自己的优点，让老师对我有所赏识（这一点非常重要！到时我一定要做到！）

**长期职业目标·计划**: 在毕业后三年里，在医院里要兢兢业业，认真对待每一位病人，仔细分析他们的病症，考虑治疗的最佳方法，而且我还要私下里做一个病情积累笔记本，记下每一位病人的病症，救治方法及使用方法后的结果。在这一段时间里我要每天早到晚退给医院领导留下好的印象，并在医院里积累一定的人脉。虽然会很累，但我一定不能喊累，不能抱怨。因为这是为我的升职打好基础，为我的美好未来打基础，这是值得的。

**职业发展路径：**走专业技术型发展道路：医学影像人员—医学影像技师—医学影像医生。

## 2、动态反馈调整

评估、调整我的职业目标、职业路径与行动计划：

1. ①**职业目标**评估：假如我目标的实现一直都一帆风顺，那么我将不改变我的职业目标，因为这说明这目标是可行的，并且非常适合我。

②**职业路径**评估：当我在实施职业具体路径时，如果有些目标并没能实现，那么我将调整为另一条适合我发展的路径

③**其它因素**的评估：即当我的身体，家庭，经济状况以及意外情况对我的职业生涯有影响时，我应这些因素的变化而调整我的规划书

④**实施策略**的评估：当我用规划上的策略实现目标，可目标并没有实现，这时我就需调整我的政策

2. **规划调整的原则：**以我的发展为原则，每当规划书不适合我时，我应及时调整方向，而不是一成不变

### 3. 职业规划结束语

#### 结束语

为了写这份规划书，虽然我花了很多的时间，但我觉得很值得，毕竟我知道了我希望我的将来处于一个什么位置，知道了我的将来职业发展的步骤，知道了我将来应该做什么事。这将是得到的一笔无比珍贵的财富。