

## 康复治疗的职业计划书

---

### 康复治疗的职业计划书 1

前言：

选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来。铁匠锤打铁砧，铁砧也锤打铁匠；海蛤的壳在棕黑深邃的海洋里变成，人的心灵也受到生命历程的染色，只是所受的影响奥妙复杂，不易为人觉察而已。所以说，选择职业，就是选择将来的自己。——罗素

#### 一、自我认知

通过对自我的评估与分析，我发现我是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。

在做事方面，我依靠理智的思考来做决定，总是采取客观、合乎逻辑的步骤，不会感情用事，甚至在遇到危机时都能够表现得平静。

对细节非常敏感，有很实际的判断力，决定时能够运用精确的证据和过去的经验来支持自己的观点，并且非常系统有条不紊。

缺点：

1、看问题有很强的批判性，通常持怀疑态度。

比较固执，一旦决定的事情，会对其他的观点置之不理，并经常沉浸于具体的细节和日常的操作中。

2、比较独立，我行我素，不能理解不合逻辑的事情，忽视他人的情感。

3、比较有主见，时常会将自己的观点和标准强加给别人，而且无视那些不自信的人的建议。在处理问题时，强求别人按照自己的想法来做。

## 二、环境分析

选择一个职业，也许就决定了自己未来的所有生活，因此需要对自己的理想职业有个清醒的认识，使自己向梦想越走越近。

### 1、总体方面：

康复治疗是康复医学的重要内容之一，是使病、伤、残者康复的重要手段，常与药物治疗、手术疗法等临床治疗综合进行。

随着生活水平的提高，“三高”越来越普遍，康复的价值就得到充分的体现。就目前，康复治疗技术专业就业率较高。对个人来说，开康复治疗个企就目前形式而言还不太可能，因为一个是昂贵的康复费用，一个是昂贵的康复器械，一个是它属于医疗机构，必须有急救等基本医疗措施，所以相对来说开起来困难。

### 2、社会方面：

据有关方面近期曾对我国的康复治疗专业人才现状做过调查,我国拥有 13 亿人口和 6 千万之多的残疾人,我国现有康复治疗师 5640 人,每 10 万人口仅分摊 0、4 名。在西方发达国家康复医师与康复治疗师的比例要求达到 1: 5 到 1: 10。康复治疗师在数量和质量上远远落后于康复医疗实际的需要,就业前景广阔。

### 3、专业方面:

康复治疗技术专业是一门促进伤患者和残疾人身心功能康复的新的治疗学科,也是一门新的技术专业。它的目的是使人们能够尽可能地恢复日常生活、学习、工作和劳动,以及社会生活的能力,融入社会,改善生活质量。在 20 世纪下半叶及 21 世纪初,康复治疗技术这门新兴的技术专业和康复治疗师这种新的职业显示了强劲的发展势头和成长的活力,反映了医疗和康复市场对这门新的专业及人力资源的迫切需要。康复治疗技术专业的开设,正是顺应社会民众健康、审美的需要,满足人们对意外伤害、疾病所致的残疾、手术后的恢复等在治疗疾病、延年益寿等多方面的需求,有着广泛、深厚的社会基础,市场广阔。

主干课程: 人体解剖学、生理学、临床医学概要、康复医学概论、康复评定学、康复心理学、运动疗法学、作业疗法学、言语治疗学、针灸推拿学等。

4、就业方向: 毕业后适合在各级综合医院康复科、康复医院、

康复中心、社区卫生服务中心(站)、疗养院等各级康复机构、保健康复机构和老年看护机构的康复医学技术岗位等工作。

### 三、职业生涯规划的目标与计划

任何一个目标的实现，都是一场艰辛但却不断坚定自我的过程，也许其中不乏挫折和困难，但我不会轻易放弃。有目标更要有计划，它使目标更快的实现，也使做每件事时的目的性更强。因此我制定了我的未来计划，我相信：完善的计划是获得成功的关键。它使每一天过得充实而有意义。

#### (1) 近期目标

在校期间，努力学好专业知识，牢固掌握专业技能，积极参加课外实践活动，多去医院中实习，在假期参加不同的兼职工作；大一下学期通过英语 a 级考试，大二通过英语四级考试和计算机二级考试为专升本做好准备。

#### (2) 中期目标

在实习期间多看多学多问，掌握好专业知识，打好更加扎实的基础，将所学知识应用于临床中，学会做事，学会共事，学会生存。

#### (3) 长期目标

在专升本毕业后，在医院中找一份与专业对应的工作努力工作，在所在医院有一定的发展，积累丰富的工作经验，有很好的

人际关系和工作环境，在实践中不断成长。使自己成为优秀的康复治疗师。

大学三年基本规划：

主要任务：

大一

国家计算机一级，英语 a 级等级考试了解康复治疗基础知识并打好基础

大二英语四级

加强专业知识的学习

了解针灸推拿专业及康复近几年的就业状况和就业方向等

大三

进入实习阶段，为专升本做好准备，对已学知识进行总结的同时，多多实践，积累经验，与同事建立良好的关系。活到老学到老，时代是在变化的，我们必须使自己跟进时代的步伐，在工作中积极学习新知识，了解新科技，才会不被时代所淘汰，才会成为一个新时代的人才。

四、职业评估与调整

职业目标评估

我的职业生涯梦想是成为一名在医院工作的成功的康复治疗师，这职业生涯策划只是为自己的将来提供一个构架，指明一个

方向。定出的目标计划随时都可能受到各方面因素的影响。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。所以职业规划也需要做好与外部环境相适应的调整和修订。

其他因素评估：随着一个人的年龄增长，其兴趣、能力、经验等自变量在不断地变化，这些因素对我的职业的倾向性和判断也在不断地发生变化。

## 五、结束语

成功与不成功唯一区别在于成功的人可以无数地修改方法但绝不轻易放弃目标；与之相反不成功得人总是修改目标不修改方法。

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，只能掌握在自己手中。康复治疗的职业规划书 2

前言

我们向往着美好的明天，所以一直为着心中的那个梦而奋斗。大学生职业生涯规划，换个角度理解，就是对我们心中的那个蓝图的描绘。我们对自己进行了职业生涯规划设计，就是给自己的梦想插上翅膀。远大的理想总是建立在坚实的土地上的，青春短暂，从现在起，就力争主动，好好规划一下未来的路，去描绘这张生命的白纸。

医生是一个崇高的职业，治病救人是医生的职责。医生救人小到门诊，大到手术，关系到人们的生命，因此，他们总是那么专心致志，不敢有一丝疏忽大意，他们知道一个小错就能酿成大祸。每当知道医生又救治好一个垂危病人，我们的心里即羡慕又佩服。

#### 自我评价

1. 性格：活泼开朗，兴趣广泛，做事果断，有毅力和恒心，认真负责。
2. 兴趣：喜欢演讲，主持，运动，看书，唱歌。
3. 价值观：希望能服务于人，救死扶伤，同时向往可观的收入。
4. 能力：有较强的组织领导能力、团队协作能力，善于与人交流，创新、实践能力较强，有较强的动手和实践能力。

#### 专业就业方向及前景

1. 就业方向：我是南开大学临床医学专业八年本硕博连读，毕业后就业方向较确定。共有三个方向：**a.** 到医院做医生；**b.** 考公务员，到卫生部门就职；**c.** 留校或到其他大学担任医学专业教师。针对我个人的情况和愿望，我更倾向于 **a** 方向。

2. 医生的前景：医学检验是一门应用性强，发展迅速的应用技术学科，是医学各科中发展最快的专业之一。目前全国共有 26 个检验系，多个博士点和硕士点。现在每年约有 3000 余名大专以上的毕业生补充到检验队伍中，使得检验科的人员结构和素质逐步发生了巨大变化。目前发达国家实验室开设的检验项目达 1300 多项，而我国的三甲医院约有 300 项，县级医院则仅仅 50 余项。由此可见，我国的医学检验事业有广阔的发展前景。

近几年，医学检验专业人才比较紧缺，也许，这正是我们的机遇。但是我们也不能因此而掉以轻心，忽略自身学习的重要性。况且，医学检验学科发展更新很快，检验人员需要不断自主吸收新的知识和新的技术。

### 职业要求

医生是指受过中等医学教育以上或具有同等能力、经国家卫生部门审查合格的负医疗责任的医务工作者。医生也不再是传统医学中只治疗和改善人们身体健康的职业，心里医生也日益发挥着很重要的作用。



作为医生应具备一下素质：

1. 综合性的知识：掌握全面的基础和临床医学的基本知识，除此外还了解社会学、心理学政治、法律、社会经济学甚至宗教知识，以便解决各种问题及各种个体的身心疾患和群体的健康卫生问题。

2. 高尚的素质：医生肩负生命周期健康照顾的重担，对每一位病人都有高度的责任感和同情心，对每一问题需始终站在公正的立场上，常常会遇到一些棘手的问题，必须具备有冷静的头脑、良好的思想境界，调节人们的情绪，使人们相对的思想平静、生活安逸、工作舒畅、精神愉快。因此，他们除具有好的医学才能外，还必需有高尚的人品、良好的修养。

3. 丰富的生活经验：医生面临的是疾病和生活交织的问题，是医学知识与社会常识、人文科学边缘的接合，从实践中获得和总结丰富的生活经验。正是由于这些，丰富了他们的头脑，使其对问题有深刻的认识，并具有较强的解决问题的能力。

4. 卓越的管理才能：全科医生以病人为中心，维护患者的利益，对自己的工作岗位诊听，更是要进行细致的业务、人事、经济管理，因此在其工作中施展了卓越的管理才能。

作为医生应做到：

1. 时刻为病人着想，千方百计为病人解除病痛；救死扶伤，

实行社会主义的人道主义。

2. 尊重病人的人格与权利，对待病人不分民族、性别、职业、地位、财产状况，都应一视同仁；

3. 文明礼貌服务。举止端庄，语言文明，态度和蔼，同情、关心和体贴病人；

4. 廉洁奉公。自觉遵纪守法，不接受患者红包、宴请，不向患者或家属借钱、借物；

5. 不泄露病人隐私与秘密；

6. 正确处理同行同事间的关系，相互学习，团结协作；

7. 严谨求实，奋发进取，钻研医术，精益求精。不断更新知识，提高技术水平。

实施目标具体计划

1. 短期计划

20xx.9—20xx.6：在校学习专业理论知识；

通过英语四六级考试；

通过计算机二级；

完成“百项”；

选择导师，进入实验室，完成实验；

利用假期到总医院，中心医院实习，巩固理论知识，锻炼动手能力。

## 2. 中期计划

20xx.9—20xx.6：到北京 301 医院实习，学习临床技能及经验；

完成毕业论文，答辩；

获得学士、硕士、博士学位。

## 3. 长期计划

20xx.6—20xx：进入三甲医院工作；

考取医师资格执照；

年薪达十万元以上。

评估调整

职业生涯规划是一个动态的过程，必须根据事实结果的情况以及因应变化进行及时的评估与修正。在整个的生涯发展中，我们还需要不断地自我探索和对职业的探索，来修正我们现在的选择和计划。

## 结束语

计划固然好，看重要的是在于时间并取得成效。任何目标，只说不做到头来都是一场空。然而，现实是多变的，定出的目标、计划，随时都可能会遭遇问题，需要有清醒的头脑。其实，每个人心中都有一片山峰，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。一个人若要获

得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不相信眼泪；成功，不吸纳更新颓废；成功，不相信欢迎。未来，要靠自己去打拼！ 康复治疗的职业规划书 3

随着现代生活质量的提高和科技的发展，康复医学在现代医学中的地位日益提高，现代康复治疗技术也在飞速发展。人们对生活和生命质量的追求愈来愈高，对康复的期望愈来愈强。为此国家规定在各级医院必须设立康复医学科，满足人们对康复治疗的需要。根据有关部门预测我国康复治疗师的需求量至少为 30~40 万人，而目前从业人员只有 2 万左右。康复治疗专业的匮乏已经严重制约了我国康复事业的发展，而受过正规专业培训的高级康复医疗技术人员更是大受欢迎。近年来，康复医学在我国快速发展，每年经正规培训毕业的本科专业康复治疗师供不应求，因此目前康复治疗技术专业毕业生就业前景十分乐观。

### 一、自我分析

结合人才测评报告的分析方法，我对自己进行了全方位，多角度的分析。

#### 基本描述：

你是一个认真而严谨的人，勤奋而负有责任感，认准的事情很少会改变或气馁，做事深思熟虑，信守承诺并值得信赖。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/808066073047006127>