



2020年大学生职业生涯规划

孕婴童用药咨询师

规划人：唐嘉琳

性别：女

学校：江苏省联合职业技术学院无锡卫生分院

院系：药学系

班级：17药学3班

联系电话：15052288199

指导老师：宋芳

所在院系：药学系

联系电话：15061511512

目 录

第一部分 自我认知.....	3
一、个人兴趣与成长经历.....	1
二、他人评价.....	3
三、模型评估.....	4
第二部分 职业认知.....	9
一、行业环境分析.....	9
二、职业环境分析.....	10
三、社会环境分析.....	11
四、学校环境分析.....	12
五、家庭环境分析.....	12
第三部分 职业目标与路径设计.....	14
一、职业目标.....	14
二、SWOT 分析.....	14
第四部分 规划与实施计划.....	16
一、短期目标.....	16
二、中期目标.....	16
三、长期目标.....	16
第五章 评估和调整.....	17
一、评估的内容.....	17
二、评估时间.....	17
三、风险评估与备选方案.....	18
第六部分 结束语.....	19
生涯人物访谈报告.....	21

前言：让所有的痛反省出梦想

2017年进入学校，第一次接触到了《职业生涯规划》这门课程，课程上老师来了三连问“你毕业后想做什么”、“你为什么选择药学专业”、“你所想做的和你所选的是否匹配”？课堂上的我脑子一片嗡嗡作响，和绝大多数站起来回答的同学答案一样，抛开小时候的天马行空的“梦想”，对于职业期待几乎没有思考过，更别谈职业规划。幸运地是，老师带着我们回顾生命历程，通过梳理自己的人生章节从而对自己的职业生涯进行规划，打一场知己知彼有准备的职业仗。

我开始梳理自己的生命历程，选择药学这个专业，如其说是“冥冥之中自我安排”，不如说是“潜意识下的自我期待”。12岁那年来访亲戚的“四环素牙”欲盖弥彰，我第一次知道有些药伤害如此之大，我有了“不要被药伤害”初念。带着这样的初念，我选择了药学专业，我也开始关注身边人的用药安全问题。处在孕期的姐姐从国外买了一大堆保健品，殊不知几种药品成分叠加，造成了她维生素摄入过量，不利于胎儿的正常发育。自己次次回购的日本眼药水，去年在国外禁售，因其含有处方药成分，存在健康风险……一次又一次的用药“陷阱”，让我更加确定我要“避雷”，身在药专业的我更应该利用我的专业帮助身边人、社会人“避雷”。我的职业目标逐渐清晰，我要成为门诊药师，为大家提供用药咨询服务。中国的医药文化博大精深、药学系统门类复杂，我希望我能精耕细作，成为一名孕婴童用药咨询师，为孕产妇、婴幼儿这两大类特殊群体提供专业的用药咨询服务，让药品对人们的伤害降低到最小。

“让所有的痛反省出梦想”，这是一句歌词，也是我职业规划的起点。我是怎样的人、我的人生经历是什么，我又该如何实现我的职业目标，完成我的职业规划……请允许我慢慢道给你听。

第一部分 自我认知

每个人从小学开始就在一轮又一轮地回答“你是谁，你的梦想是什么？”我们常常驾轻就熟地回答“我叫xx……”，“我的梦想是……”这些回答里承载着每个人最初的“职业期待”。我们急着期待未来，却往往忽视了“我是谁？”这一本源性的问题，我们常常又被人期待，太多“你是谁？”“你应该成为什么样子”在耳边萦绕，而忘记了倾听自己内心的声音。

“我是谁？”不应该是一个被忽视的问题，只有清晰地自我认知才能帮助我们开启对未来的探索，踏实地走出属于自己、符合自己精神气质的职业之路。

一、个人兴趣与成长经历

姓名：唐嘉琳

籍贯：江苏无锡

出生年月：2001年11月7日

教育背景：江苏省联合职业技术学院

专业：药学系

奖项：2017-2018 校优秀学生干部

2019-2020 校优秀学生干部

任职经历：班级学习委员

实践经历：2019年暑期 无锡市人民医院

2020年见习周 无锡江南大学附属医院



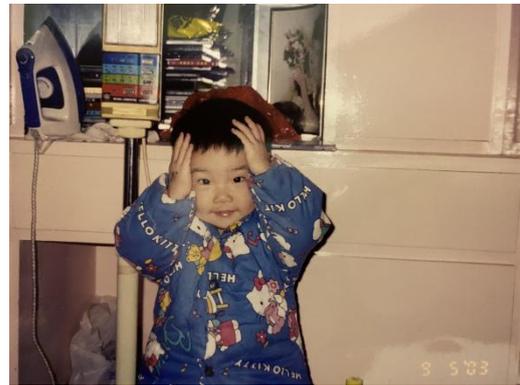
1. 个人兴趣

在平时的生活中，我是一个喜欢与人沟通，愿意分享自己的经验来帮助别人的人。在幼儿园，我是那个经常用小手拍着同学肩膀轻声说“别哭了，妈妈下班就来接你了”的“小大人”；上了学，我是小区志愿者的“小成员”，也是结对帮扶山区小朋友的“大伙伴”。当然，身边的朋友找我帮忙我更是欣然应下，不求回报，我很享受因为我的小小举动而让别人受益的幸福感。

我喜欢钻研，未知的领域对我有着强大的吸引力，我愿意为了寻求表象后的真相而“耗费”时间。“一个蚂蚁搬家你能蹲在地上看1个小时。”这是我妈妈常常用来评价我的一句话。上学期，语文课举办了一次“走进家乡”的主题活动，在许多同学眼中这只是一门副科的“交差”作业，但我却不这么认为，我自学了剪辑、拍摄等技能，担任导演、编剧、剪辑、制作等角色，制作了一个小短片向同学介绍了我的家乡，修改了10多稿的小短片成功吸引了同学和老师的眼球，成功获得了一等奖。在学习人体解剖生理基础这门课时，我会对着人体的模型记忆人体的每一处结构，同时还会接触各种APP和网络资源辅助学习，遇到不会的问题常常会和同学、老师讨论，我曾经将人体解剖课程笔记做成图册分享给同学。

2. 成长经历

我从小出生在农村，到上小学时才生活在城市，农村的生活其实十分丰富多彩，每天的生活就是与小伙伴们一起玩游戏、捉迷藏，我还经常跟着一些大哥哥们出去探险，有一次掉进了农田旁挖的水渠，摔破了膝盖，回到家后奶奶给我用药水消毒、上药，说不消毒肉会烂掉，擦了药膏才能好得快，从此我对这些药真是又爱又恨，这也是我与药结缘的开始。



12岁那年的一个傍晚，家里来了一个40多岁的外地亲戚，在她讲话时，露出的牙齿灰不灰黄不黄的，上面坑坑洼洼地还泛出一些白色来，阿姨或许意识到自己牙齿的“与众不同”，时常用手去掩饰，可越是掩饰越是吸引我的目光。等她一走，我赶紧问妈妈，妈妈告诉我这是“四环素牙”，四环素是阿姨那个年代首选的消炎药，吃的时间一长，大家的牙齿就像被浸过黄灰色染缸一样，无论尝试什么样的美白方法，牙齿的颜色就是根本得不到改变。妈妈还告诉我，这位阿姨的情况并不是个例，当时有不少人都有“四环素牙”。“原来药能治病，也有伤害，我可千万别遇上这样的事。”那天夜晚我脑海里一直盘旋着的想法。

从小我就十分崇拜我的小阿姨，她是南京医大的一名医学生，到现在已经博士生毕业参加工作了，每次到她家聚会时她总会在餐桌上分享一些她的学习生活，比如说用小白鼠做实验、也比如说第一次见“大体老师”……。听着她说

医学院的种种，脑海里想象着每个画面，我又对医学充满了好奇。我曾经把“四环素牙”带给我的思考与她分享。她告诉我，药品的研究是一个不断发展的过程，受医疗条件的影响，四环素牙是人们在征服疾病过程中所付出的代价，这也同时在提醒我们日常用药安全和医疗保健的重要性。

2017年我走到了职业发展的首个十字路口——我该选专业了，那一刻我毫不犹豫的选择了药学专业。专业课的学习上，我感叹于西药研发的严谨，又被中医药文化的博大精深所折服，我越发地觉得我做了正确的选择——药学专业。我希望能通过我坚持不懈的努力，成为一名孕婴童用药咨询师，用自己的专业知识回馈社会，提高人们的用药安全。

二、他人评价

对于自己的评估应该是全方位的，除了自我剖析，我还从家人、老师、朋友三个维度来观察自己。

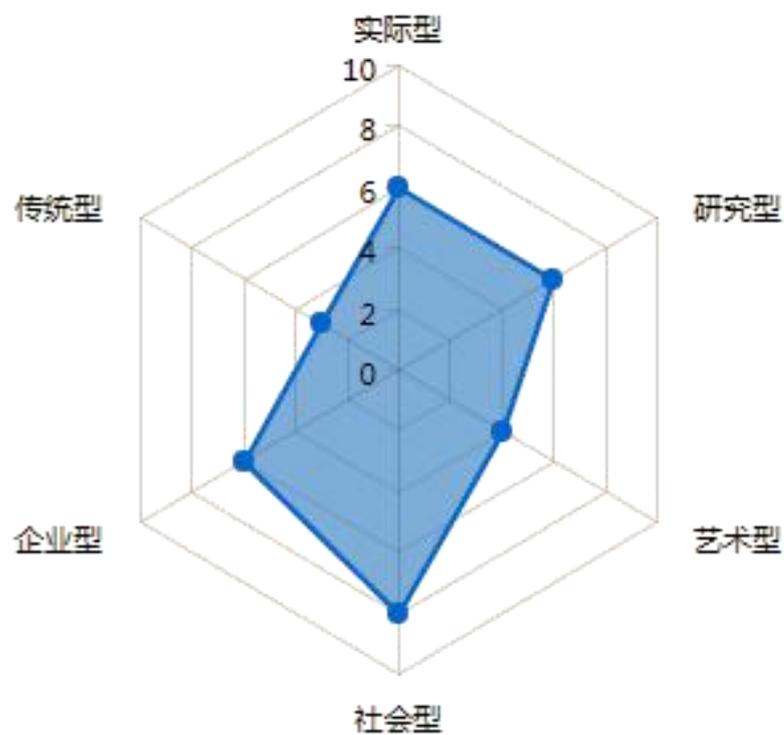
身份	评价
家人	独立自主，学习成绩稳定，做事有条理，有爱心，乐于帮助他人，同理心很强。但处理问题上有时过于情绪化，遇上困难时意志力不强。
老师	个性温暖，善于与人沟通。学习兴趣浓厚，专业基础知识扎实。工作上执行能力强，但工作不够主动，对重大问题稍显焦虑、应对能力不足。有时学习上、工作上解决问题思路有些混乱。
朋友	为人十分可靠，乐于助人，工作效率高，待人真诚。遇上困难喜欢钻牛角尖，不易变通。

三、模型评估

个人的职业兴趣、性格以及价值观取向都和职业生涯规划有着密不可分的关系，“个人兴趣与经历”更多的是我的主观判断，我希望接下来通过三项测评对自己进行一个客观评估，从而抛开主观臆断，全方面地审视自己。

1、职业兴趣测评——霍兰德（SIR）

为了更清楚地认识自己，我进行了霍兰德职业性格测试，得到的结果如下图：



➡ 我的霍兰德代码：SIR（社会+研究+实际）

霍兰德代码分析与我的现实验证如下图：

维度	分数	角色特征	现实验证
社会型 (S)	8	有较强的社会责任感，个性温暖、友善，乐于助人，能与周围的人融洽的相处，喜欢倾听和关心别人，能敏锐察觉别人的感受。	乐于助人，从不推脱，曾为了陪同学去医院半夜才回到家。
研究型 (I)	6	抽象思维能力强，求知欲强，肯动脑，善思考，知识渊博有学识才能，考虑问题理性。	社会责任感强，曾多次担任志愿者，为社会提供服务。
现实型 (R)	6	愿意使用工具从事操作性工作，动手能力强，不善言辞，做事保守，较为谦虚。	求职欲较强，肯动脑，学习成绩一直名列班级全5名。
兴趣与职业特征		喜欢从事与人接触的活动，职业充满了有教无类的经验指导与交流、心理的沟通、灵性的扶持等，如提供帮助、培训、开发或治疗的教师、咨询师等。也喜欢智力的、抽象的、独立的定向任务，具有一定分析才能，并将其用于观察、估测，最终解决的问题的工作，如科学研究人员、医生、药剂师。	

从以上的评测结果可以看出，我比较适合社会型、研究型和现实型的工作。通过测评结果推荐有药剂师这一职业，而孕婴童用药咨询师就属于这一大的职业门类。并且孕婴童用药咨询师既需要较强的逻辑分析能力和推理能力，又需要不断与人沟通，有较强社会责任感，这都与我的兴趣测评结果相吻合，这也让我更坚定了职业目标。

2、职业性格测试——MBTI 模型

我又进行了职业性格测试，根据测试我的职业性格为 **INFP 型**，其具体分析

维度	方式	分数	角色特征	职业性格类型	现实验证
与世界作用	内向(I)	8	较为关注自我的内部状况，如内心情感、思想，在自己偏好的世界里会感觉自在、充满活力。	你比较敏感，非常崇尚内心的平和，忠诚，并且理想化，一旦做出选择，就会约束自己完成。	☆我是个十分敏感的人，能很快地发现身边人情绪以及他人的需求。
获取信息	直觉(N)	6	注重的是基于事实的含义、关系和结论，更擅长解释事实，捕捉零星的信息，分析事情的发展趋向。	你有独创性、有个性，好奇心强，思维开阔，有容忍力。乐于探索事物的可能性，致力于自己的梦想和远见。	☆在学校举办的几次活动中，我都打破常规，从另类创新的角度来完成。
决策	情感(F)	7	常从自我的价值观念出发，变通地贯彻规章制度，比较关注决策可能给他人带来的情绪体验，人情味较浓。	你外表看起来沉默而冷静，但内心对他人的情感十分在意。你非常善良，有同情心，善解人意。	☆身边的朋友都说我是个面冷心热的人，十分愿意帮助别人。
做事	知觉(P)	9	好奇心、适宜性强，会不断关注新的信息，喜欢变化，也会考虑许多可能的变化因素，更愿意以比较灵活、随意、开放的方式生活。	你很喜欢探索自己和他人的个性。一旦全身心投入一项工作时，你往往发挥出冲刺式的干劲，全神贯注，全力以赴。	☆当我认真开始一项工作时，我会全神贯注，拿出我的十二分精神来并将它完成的十全十美。
性格与职业特征	<p>INFP 型的人理想主义，对于自己的价值观和自己觉得重要的人非常忠诚。希望外部的生活和自己内心的价值观是统一的。好奇心重，很快能看到事情的可能性，能成为实现想法的催化剂。寻求理解别人和帮助他们实现潜能。适应力强，灵活，善于接受，除非是有悖于自己的价值观的。</p> <p>适合的职业类型： 中西医临床医学顾问、动物药学、药学、社会工作、生态学、作家、咨询师/社工、教师/教授、心理学家。</p>				

与我的现实验证分析如下图：

3、职业价值观测评——SUPER 模型

我的职业价值观测评与现实验证分析如下：



类型	分数	角色特征	现实验证
利他主义	10	利他主义在你的职业价值观众的得分很高，这表明你希望自己的工作能够直接为大众的幸福和利益尽一份力。	<p>☆ 我喜欢帮助他人，我很享受被别人需要的那种幸福感，我经常参加各种志愿者活动。</p> <p>☆ 我对感兴趣的事物很有探究精神，为了一个完美方案，我愿意耗费我的所有精力。</p> <p>☆ 我不喜欢工作一成不变，我愿意对未知的领域进行探索，从而使让我的工作更进一步。</p>
美的追求	10	美感在你的职业价值观中的得分很高。这表明你需要在工作中能不断地追求美的东西，得到美感的享受。	
创造发明	8	创造发明在你的职业价值观中得分较高，这表明你希望能在工作中不断创造新的东西，或产生新的想法。	
智力激发	7.5	希望能在工作中不断进行智力的操作，动脑思考，学习和探索新事物，解决问题。	

成就满足	7.5	成就感在你的职业价值观中的得分较高。这表明你工作的目的和价值在于不断创新，不断取得成就，不断得到领导与同事的赞扬。	☆我喜欢拥有成就感，当我努力学习并获得好成绩时，我会感到非常开心。
------	-----	---	-----------------------------------

4. 网络测评综合评价

三份网络测评分别从职业兴趣、职业性格与职业价值观三方面根据我目前的情况给予我一个客观且可供参考的评价。

由此可见，我富有责任感，善解人意，抽象思维能力强，求知欲强，喜欢独立的和富有创造性的工作，喜欢逻辑分析和推理，不断探索未知的领域，追求工作中的美感与成就感。但同时，我内心敏感、工作中追求新意，这些或许会成为我今后职业道路上的障碍，因此我也应该在以后的工作中注意如何在枯燥和新意之间寻找平衡，适时地调整职业规划。

三项测评方向不同，但测评结果相互补充，让我更为客观、更为清醒地认识了自己，有着适合的性格和兴趣作支撑，我对做好孕婴童用药咨询师有了更大的信心。

第二部分 职业认知

药是一把双刃剑，用对了可以救人，用错了会害人，更严重者可致人死亡。药品安全至关重要，它关系到每个人的生命安全。世界卫生组织（WHO）警告，不合理用药已经成为当今全球的第四号杀手，全球 1/3 的人死亡原因不是疾病本身而是不合理用药。用药咨询师的角色很重要，他担负着纠正普通百姓乃至医师的错误用药意识和习惯，尽可能地减少不合理用药给人们带来的伤害。

随着人们经济水平、知识水平地提高，门诊咨询用药的理念也已经逐步被人们所认同。人们重视自己的身体健康，也逐步学会了采取用药门诊等正规地咨询途径来获取用药知识。特别是孕产妇、婴幼儿两类特殊人群，其用药禁忌和剂量搭配都更需要专业人士的指导，其咨询量也是高居药理学门诊榜首。

孕婴童门诊药师，给孕产妇、婴幼儿这两类庞大而特殊的群体以关怀和呵护，帮助他们不盲目、不乱用、不滥用品，这是我的职业理想，也是这个职业的迷人之处。

一、行业环境分析

医药行业是按国际标准划分的 15 类国际化产业之一，是世界贸易增长最快的朝阳产业之一，我国医药工业总值占我国 GDP 的 2.9% -3.2%，医药行业的重要性可见一斑。

随着我国医疗体制改革制度的不断实施，医院药学工作迎来了发展的重要契机，对药学专业人才的需求以及药学专业人员的素质要求在不断改变，据山东省调查显示，省级医院对药学相关岗位的要求工作人员具有较高的临床医学、临床药理学专业知识，对高职高专毕业生的需求基本为零。县级医院、乡镇卫生院及社区卫生服务中心的药剂科规模较小，岗位功能划分不明显，对高职高专药学专业毕业生有一定的吸纳量。由此可见，虽然医药行业整体呈发展趋势，但高职学生要想毕业后想进入该行业较好岗位还有些难度。

二、职业环境分析

1、国家政策扶持

2020 年国家卫生健康委与多部门联合印发《关于加强医疗机构药事管理促进合理用药的意见》（以下简称《意见》）。

《意见》第十一项中提到要加强药学人才培养，鼓励有条件的高校举办临床药学本科专业教育。引导高校根据药学服务需求，合理确定药学相关专业招生规模及结构，适度扩大临床药学相关专业研究生招生规模。这一政策对我的专业提升有着很大的帮助作用。

《意见》中还鼓励医疗联合体内将二级以上医疗机构药师纳入家庭医生签约服务团队，有条件的地区可探索为行动不便的老年人、孕产妇、儿童等重点人群开展上门的居家药学服务。由此可见，用药咨询服务未来有着长足的发展。

2、用药咨询门诊作用凸显

美国、日本等发达国家的实践证明，药师通过开设药学门诊，直接面向患者开展药学服务，对提高药物治疗水平与患者依从性、降低药物不良事件与治疗费用具有显著作用。据了解，北京市属医院药学门诊开诊以来，累计服务已达 30 万人次。患者就诊前后用药成本也明显降低，合并例均减少用药品种 0.5 种，精简药物最多者由原来的 23 种药物降低为 6 种；患者半年人均花费降低 178.9 元；在药物疗效方面也同样效果显著。

3、孕婴童用药安全问题突出

值得注意的是，按照世界卫生组织的统计，儿童用药安全是个全球性问题。许多儿童使用的药物对儿童的作用尚无定论，甚至没有获得对儿童使用的许可。而来自卫生部药品不良反应检测中心数据显示，中国儿童用药不良反应率为 12.9%，新生儿高达 24.4%，成人只有 6.9%。据中国聋儿康复中心统计，中国 7 岁以下聋儿，超过 30%是因药物过量造成的毒副作用所致。孕产妇用药也值得我们关注，其中有著名的反应停事件，17 国妇女孕早期使用反应



停治疗妊娠剧吐，导致畸胎。在国内，妇女和儿童占总人口的三分之二，中国现有 8.6 亿妇女儿童，拥有世界上规模最大的妇女儿童群体。

4、社会接受度越来越高

随着人们的知识水平和经济水平地提升，对于用药安全的关注度有着显著地提高，尤其是孕婴童用药群体，他们对于用药安全的关注度明显高于其他普通群体。据某广东三甲医院的调查显示，92%的患者有用药咨询的需求。由于就诊医师工作量大，可能无法给患者足够的时间咨询，而门诊核发药师对患者知道的时间也有限，仅为简单的用药交代，远远不能满足患者的需求。可见用药咨询目前处于需大于供的供需关系中。

5、用药门诊开设量呈上升趋势

近年来，一些医院零星尝试过开设药学门诊，但从 2018 年开始，用药门诊呈现出加速发展趋势。比如 2018 年 8 月，上海 52 家医院开设药学门诊，使药学门诊具有了较大的规模。2018 年 9 月，广州市发展和改革委员会出台文件，明确药学门诊收费标准，让药学门诊收费有了法定依据。2018 年无锡妇幼也在无锡地区首开药学门诊，为孕婴童提供药物咨询服务，目前无锡地区的三甲医院均已开设药学门诊。2019 年，北京 32 家市属医院也开始开设药学门诊，这就意味着，开设药学门诊不再是自发行动，而是需要跟上脚步的统一行动。照此趋势发展，药学门诊将变得越来越普遍。

三、社会环境分析

随着社会的需要和高等教育的发展，药学人才的培养模式有了深度的发展。据了解，国内设有药学院系的高等院校已有 60 多所，药学及相关专业约有 200 多个，设有药学专业的中等学校约有 121 所，每年招生超过 111 万名，成人教育每年招生约为 112 万人。生源的增加也意味着药学专业毕业生面临着严峻的就业挑战，而且近年来政府机构改革力度不断加大，人员编制压缩，这使得毕业生职业进入医院的工作机会有所减少。但本科的扩招，也为我的进一步升学提供了良好的机会。

值得一提的是，2020年新冠肺炎疫情对经济、就业的影响已经凸显。部分企业特别是加工出口型企业面临经营苦难，部分行业出现就业需求缩减，在这一系列外在因素的影响下，造成了大学生尤其是高职生就业压力大，就业形势严峻。

四、学校环境分析

1. 学校层面

我的学校是一所历史悠久、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，学校前身为创建于1919年的无锡普仁护校，历经100年的努力，学校已逐步发展成为一所包含护理学、药学、生物制药学、药物分析技术、医疗康复学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。



2. 系部层面

学校开设药理学系已有数十年历史，从2004年起，学校陆续开设高职药学、生物制药、药物分析技术专业。2007年底正式组建药理学系。目前，药理学系拥有18间专业课程实验室，固体和水针制剂实训车间各1间，生物发酵实训室间，5间药物分析实训室，1个模拟药店，药用植物园及国家职业技能鉴定所。药理学派出师生连续参加全国医药职业院校技能大赛、江苏联合职业技术学院技能大赛、无锡市技能竞赛及江苏联合职业技术学院医药专业学生职业生涯规划设计大赛，多次获一、二、三等奖、优秀奖和优秀指导教师奖、最佳组织奖。历届毕业生就业率均高于90%。

五、家庭环境分析

我的职业方面选择很大程度上受到了家庭环境的影响，我的小姨和小姨夫都是医学博士，小的时候听他们说求学经历中的故事，既感慨成为一名医学生的

辛苦，又感动于二人对于医院理想的执着追求，是这样的医学氛围让我对医药类的专业萌发了兴趣。现在他们还常常跟我分享在医院发生的故事，特别是疫情期间，他们不忘当初入职时“救死扶伤”初心，毅然地走在了抗疫的一线，这种精神更是指引着我，让我更坚定了用自己的专业知识帮助别人的想法。

目前我的家里经济状况良好，父母十分支持我五年制大专后继续深造的想法，愿意为提供良好的生活环境和学习环境。

六、总结

综上所述，医药行业的发展前景较好，门诊药师也是该行业中的一个朝阳职业，而孕婴童用药咨询方向更是因受众人群多、社会关注度高等因素展现出广阔的就业空间，但是受限于全球经济下滑以及药学专业扩招的局面，作为高职毕业的我在就业上还是面临不小的挑战，但是优秀院系、老师、家长的言传身教和我自身的不断努力，我相信我可以战胜职场道路上的重重困难，最终实现自己的梦想。

第三部分 职业目标与路径设计

一、职业目标

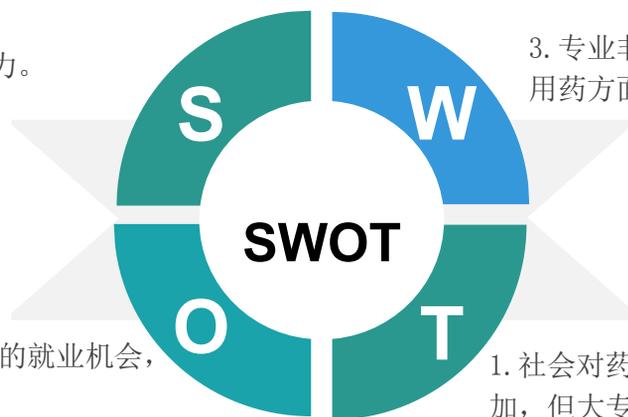
通过自我剖析和职业认知的深度分析，我对我的职业目标愈发清晰，我要成为**孕婴童用药咨询师**。孕婴童用药咨询师归属于门诊药师这一大的职业门类，但是专业分工又进一步细化，**专门为孕产妇、婴幼儿进行用药指导**。

二、SWOT 分析

职业路径的设置离不开对自我优劣势分析，以下是我的 SWOT 分析：

- 1. 药学专业，专业对口，成绩优秀。
- 2. 丰富的班干部经历。
- 3. 沟通能力强，具有亲和力。

- 1. 大专学校毕业，学历不高。
- 2. 没有丰富的实习、工作经验
- 3. 专业非专门研究孕产妇、婴幼儿用药方面。



- 1. 毕业后，学校提供广泛的就业机会，毕业生与企业接触面广。
- 2. 随着社会发展，二胎政策开放，对于孕产妇、婴幼儿用药咨询需求加大。
- 3. 科技发展，人们就医越来越方便。

- 1. 社会对药学人才的需求正在增加，但大专文凭选择面受限。
- 2. 如何在广大药学生中脱颖而出，让企业选择你。
- 3. 与名校毕业生、大学生竞争时，处于劣势。

自知很重要，自知而后行动也必不可少，我又根据分析梳理**应对策略**：

外部环境分析 (O. T.) 内部环境分析 (S. W.)		机会 (Opportunity)	威胁 (Threat)
		1. 毕业后, 学校提供广泛的就业机会, 毕业生与企业接触面广。 2. 随着社会发展, 二胎政策开放, 对于孕产妇、婴幼儿用药咨询需求加大。 3. 科技发展, 人们就医越来越方便。	1. 社会对药学人才的需求正在增加, 但大专文凭选择面受限。 2. 如何在广大药学生中脱颖而出, 让企业选择你。 3. 与名校毕业生、大学生竞争时, 处于劣势。
优势(S): 1. 药学专业, 专业对口, 成绩优秀。 2. 丰富的班干部工作经历沟通能力强, 具有亲和力。	优势机会策略(S. O.) 1. 继续将成绩提高, 争取常年保持在班级前五。 2. 发挥担任班干部的管理特长。 3. 多参加各项比赛等提升自己的专业技能以及沟通能力。	优势威胁策略(S. T.) 1. 强调专业对口的优势。 2. 强调自己丰富的班干部管理经验。 3. 强调自己较强的沟通能力和亲和力。	
劣势(W): 1. 大专学校毕业, 学历不高。 2. 没有丰富的实习、工作经验。 3. 专业非专门研究孕产妇、婴幼儿用药方面。	劣势机会策略(W. O.) 1. 提升学历争取进入大学学习。 2. 多参加实习, 累积工作经验。 3. 看些孕产妇、婴幼儿用药方面的书籍, 了解关于这两类人群的用药注意事项。	劣势威胁策略(W. T.) 1. 提升学历。 2. 积极寻找重视员工潜力的企业。 3. 争取进入较好的大学学习, 学有余力可以考研。	
整体结论: 职业发展道路定在 医院用药门诊			

第四部分 规划与实施计划

一、短期计划（高职阶段）

我的短期计划主要分成两个方面，具体如下：

1. 继续努力学习，在专业知识学习上不放松。目前我在校期间学习成绩处于班级上游，仍需要继续努力，争取两年后升入全日制本科继续深造。接下来一年夯实自己的理论基础，提升学历，参加技术培训，多进行实践锻炼。实习期间在公司内处理好上下级、同事之间的关系，多积累人脉，为日后的工作、学习、晋升打下基础。日常积累方面，可多参加一些孕产妇、婴幼儿用药方面的培训，多参加志愿、实习实践，熟悉职场环境，探索更多发展方向。

2. 努力提升人际交往能力。自入校担任班级学习委员，完成任务出色。与同学、老师相处融洽，接下来我将继续拓展人际关系交往，积极参加学校、学生会、社团组织的活动。多参与药学专业的实践实习，真实去感受药剂师这一职业，从职业匹配的角度不断修正自己的探索方向。

二、中期计划（高职毕业后 5—10 年）

获取本科学位，进入医院工作，工作三年后成功考取执业药师资格证，在孕产妇、婴幼儿的用药咨询上获得初期的临床经验。在职称上能有所收获，获取药师中级职称。

三、长期目标（高职毕业后 10—20 年）

进一步在药剂师的领域做深做强，专业从事孕妇、儿童的用药咨询师，并争取在行业内形成一定知名度，并开拓网络问询市场。争取获得进一步提升自我的机会，通过在职研究生、行业访学等多种途径加深专业深度。有一定专业知识积累和经济积累后，开展线上线下公益用药问询活动，回馈社会。

第五章 评估和调整

一、评估的内容

外部环境时时刻刻在改变，人生境遇有时也不会随着“我想”来发展，我会随时省察自己以不断修正职业生涯规划，我主要从以下几个方面来评估我的规划：

职业兴趣	自我职业兴趣有无变化，是否与目前工作适应
职业目标	当前职业是否符合之前职业目标规划
职业能力	当前能力是否胜任工作，有哪些方面要提升
职业环境	工作条件、工资待遇是否符合期待
职业路径	当前进行到职业规划中的哪一步，进程是否和计划一致
职业风险	当前工作中是否有特别困难之处

二、评估时间

一般情况下，我定期（半年或一年）评估规划，当出现特殊情况时，我会随时评估并进行调整。对评估结论不合理的地方进行修改、增加、或删除。力争达到客观真实。

三、风险评估

1、风险一：深入本科计划无法顺利实现。

目前高职学生进入全日制本科就只有毕业那年的专转本考试，虽然以我目前的成绩升本的机会还是较大，但整体而言本校专转本成功率为30%左右，竞争还是比较大。而第五年刚好又处于实习阶段，在复习和实习上有时间冲突。

应对策略：首先，合理安排时间，做好工作、学业的规划工作。其次，调整心态，以积极的心态面对困难。再次，了解其他深造机会，争取多途径进入本科阶段学习。

2、风险二：对职业产生倦怠感

在职业价值观的评测中显示，我比较追求新意。虽然药学服务每天都接触的是不一样的人，有一定的新鲜感，但是药学研究是相对枯燥的，要做的工作也相对固定，容易产生职业倦怠感。

应对策略：首先，调整心态，做好苦钻研的心理准备；其次，关注学科前沿，不断获得新的体验。

四、备选方案

备选方案：药房药剂师

考虑到自身的性格特点和兴趣爱好，如果孕婴童门诊药师这一职业目标最终证实无法达成，那么我将选择成为一名药房药剂师来继续我的职业生涯，这一职业与首选方案中的“孕婴童门诊药师”的目标较为一致，所以职业能力大体相同。药房药剂师可以应对我学历提升失败的风险，又能继续完成我保障更多人用药安全的初心，但药房药剂师的工资水平要低于医院药剂师，这需要我提前做好心理调适，不断提升自己，争取不断提升自己的薪酬待遇，而且所要面对的人群更多，这也要求我进一步夯实专业知识，培养服务意识和服务水平。

第六部分 结束语

小时候被问了无数次“梦想”，每次站在台上夸夸奇谈，每次又都觉得自己懵懵懂懂，我的梦想到底是什么。我想这一次我的回答有了底气——我想成为一名孕婴童用药咨询师。第一次这么深刻地剖析自己，第一次这么全面地分析环境，我发现我的职业目标、职业路径都和我的“小时候”分不开，是一次次身边人用错药的苦痛，让我有了“让用药更安全”的初心，我愿意成为推动社会进步、帮助别人幸福的那小小一份子。

怀着这一份执念，我结合我的性格、兴趣开始规划我的职业生涯，凡事预则立，不预则废，职业也是如此。我是我自己人生的主人，计划做得具体，执行才有的放矢，执行做得扎实，那胜算必然属于自己。我相信，我的每一份准备和每一份坚持，都会幻化为人生的积淀，我的“梦”不会虚空，我的“想”也不会空洞，我心中的那份执念与初心会走向成功。





职场生涯人物访谈

生涯人物访谈报告

一、访谈目的

通过与目标职业生涯人物的直接对话，增加对目标职业工作环境和工作内容了解，获得更多的关于目标职业的信息，帮助自己更好地调整职业规划，及早做出准备。

- 1、了解门诊药师的工作环境和工作内容
- 2、了解门诊药师的最新前沿发展态势
- 3、了解门诊药师所需的资格门槛
- 4、了解孕婴童用药咨询师人职业发展所需的软件实力
- 5、从业人角度看孕婴童用药咨询师的发展态势

二、访谈背景

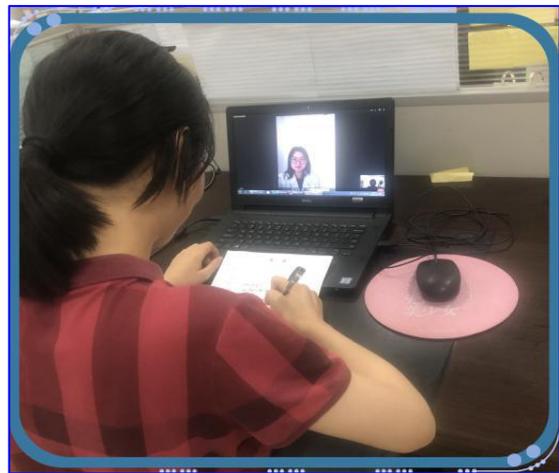
访谈时间：2020年6月25日

访谈地点：学校

访谈形式：网络视频连线

受访人：孙传菊

孙传菊，无锡市江南大学附属医院药学门诊，主管药师，从事药师行业30余年，有着丰富的药师经验。



三、访谈过程：

1、作为门诊药师的您，在工作方面，一天的工作内容主要是什么？

我们医院在2017年开设了药学门诊，其药学服务也是在临床药学工作的基础上发展起来的，是药师应用药学专业知识向公众提供个体化的药学咨询服务。

公众对用药有疑虑的，如服用多种药物，想了解各种药物使用目的、相互作用、用法用量、使用疗程；想了解如何减少不良反应的发生，或服药后出现身体不适；服药过程中检查指标异常如何理解；如何居家用药管理，想了解生活方式对药物治疗的影响等，都可来药学门诊进行咨询。

目前我们周一至周五的全天开诊，每天由一名临床药师坐诊，而其他药师则需要完成住院部专科查房、整理用药新用药信息，开展用药常识讲座等其他工作。

就诊流程一般是患者可在诊疗过程中由医师开具药物咨询单，取药后去往药师门诊咨询，或根据自身用药情况直接挂号就诊于药师门诊，由药师评估后开具用药建议单，再前往医师处就诊开药。药师在接诊过程中如果对患者的诊断存在疑问，也可转诊至医师门诊明确诊断后再给出用药建议，通过此种方式建立门诊的医药合作模式，能够充分发挥医师与药师各自特长，避免误诊或误用药物，为提高综合诊疗水平发挥了积极作用。

2、请问您选择成为门诊药师的原因？

我也是你们学校的老校友，在学校阶段我也和你一样，想成为一名能帮助到别人、减轻患者痛苦的临床医师。说实话，药师门诊是近几年刚起兴的一个职业，在我刚工作那会儿，我们药师主要的职责就是药房发药，前20年，药学发展大环境基本上都是以做调剂药师为主，调配、发药、审核处方。后来我成为了一名临床药师，也可以说前10年是苦练药师基本功，所以到医院顺应发展，开展药师门诊时，有丰富经验的我自然成为了门诊药师。目前，我们医院的门诊药师都是由丰富经验的临床药师担任。

3、您选择这个职业后，对这个职业的满意度怎么样？

没有药师门诊出现之前，我在药房待了很长一段时间，因为不满足于日复一日的工作状态，也曾试图想过跳槽，但还是坚持下来了。

现在成为一名门诊药师，我还挺有成就感，我很享受为患者提供帮助后的成就感，一名癌痛家属曾经给我写过一封感谢信，感谢我是她母亲最大限度减轻了癌痛带来的痛苦。我每次收到患者的感谢就觉得我的工作有了价值。当然，有时候也有很深的疲惫感，因为药品在不断地更新，这需要我不断地去学习，

不断地去完善自己的知识体系，而工作内容不可能仅仅是学习，还需要兼顾行政、接诊和科研等各方面，所以常常觉得自己很累，有一些职业倦怠感。

4、作为从业有30余年经验的药师，请问孕婴童用药咨询前景您觉得如何？

根据精准医疗和健康服务概念，目前患者所需不仅仅是药品的质量和药物选择的适宜性，更需要药师能对正确的用药方法和用药后可能出现的各种情况给予指导，有针对性地进行用药教育、充分解释。特别是老年人、孕妇、儿童、残疾人等特殊人群和“三高”、肺结核、严重精神障碍等慢性疾病患者的用药管理，更需要提供面对面服务，但是医生比较忙，而且研究领域也比较专，这就需要药师能够提供详细的问诊服务。而且现在人们对于用药安全也越来越重视，我还是看好药师门诊的前景。

目前从我和其他医院同行沟通了解到的，孕婴童用药问询的比例还是比较高的，尤其是女性在孕期对用药问题很敏感，她们对科学认识药物的渴望程度远远超过平常人，而且无锡妇幼也是无锡地区首开用药门诊的医院，可见其潜在咨询量还是挺大的。

但综合性医院一般都是综合性的用药门诊服务，孕婴童用药咨询更多地是在妇幼医院这样子的专科医院，如果你想做孕婴童用药咨询服务，我建议你毕业后往专科医院求职，当然也可在综合性医院积淀一定时间后，在网上从事这样的专科咨询。目前我了解到的互联网上就有“问药师”、“怡禾”这些专业的问药平台，而里面的咨询量也大多数孕婴童方向的。

5、您觉得作为用药门诊的药剂师需要哪些软硬件条件和能力？

首先最基本的就是专业知识，门诊药师应有较强的处方分析能力，药物咨询能力，用药指导能力，还要熟悉医保政策、药政法规、药品价格等。同时，药物咨询服务是和病人直接打交道，药师的言谈举止、文明修养、服务艺术等综合素质也很重要，要以热情饱满的精神状态为患者服务，尊重病人的人格，维护病人的权益，给患者以认同感，以诚恳的语气、友善的目光和病人交流，只有较为系统的专业知识加上好的服务理念，药师才能获得病人的认同，只有

获得病人的认同，才能加强病人用药的依从性，这样药物咨询才能取得满意的效果。

5、作为学生的我，现阶段要准备些什么呢？有哪些特别的建议？

目前门诊医师的要求还是很高，开诊药师都是取得国家卫计委临床药师培训证书且全职在临床开展工作的临床药师。

作为现阶段，我还是建议专业要学扎实，这是很难得的专职学习阶段，所以不要浪费校园时光，最大限度地汲取知识，把自己的专业知识基础打好。第二就是提升学历，虽然工作后比较看重的是工作能力，但是不得不承认很多时候学历是“敲门砖”，药师这一职业对专业性的要求较高，所以进一步提升自己的学历，很有必要。

还有就是实践很重要。到了工作岗位你就知道了，真实的病例可能并不像书上所写的那样，同一种病在不同人身上所表现出现的症状又千差万别，如果仅仅是照本宣科，按照书上写的典型案例进行分析，那会出大问题的。所以我建议一有时间就来医院实践，实践才会出真知，才会让我们对症下药。

门诊药师是一个和人打交道职业，这还需要在学生阶段开始培养自己的沟通能力和服务意识，做一个不怕吃亏愿意服务于大家的人。

四、职业生涯访谈感受

俗话说：以铜为镜，可以正衣冠；以古为镜，可以知兴替；以人为镜，可以明得失，别人走过的路，前人总结的经验，都是非常宝贵的财富。这次的访谈，对我来说真是受益匪浅。

我也上过学校的就业指导课程，也关注过高职学生的就业现状和发展趋势，也十分清楚了解如今就业形势的严峻，但总觉得“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。通过这次访谈我了解到：

首先要提升自己的学历。工作能力很重要，但学历也是一块“敲门砖”，不得不说，这是我访谈下来的最深感受，门诊药师对于学历的门槛、对专业的要求，高职是远远不够。所以我现阶段应该充分利用在校时间不断夯实自己的专业基础知识和专业技能，最大限度地保证自己能深入到本科学习。此外广泛

涉猎各方面报刊书籍，关注行业动态，确定自己的研究方向，提高自己的综合业务素质和专业竞争实力等，不断拓展自己的优势和成功渠道。

其二，活到老学到老，要有思想准备一辈子和学术打交道。门诊药师是需要深厚的专业底子，门诊药师需要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，保证药物治疗的合理和安全。受访人告诉我，每一个来咨询的人都是带着一份信任而来，我们不能辜负信任，药品技术每天都在发展，药品品种也在不断更新，作为门诊药师需要不断更新自己的知识体系，保证药物治疗的合理、安全。

其三，要提高自己的为人处事的能力，并多花一些心思经营自己的人际关系。孕婴童门诊药师说到底是一个服务行业。与形形色色的人的人打交道，就要学会说话的艺术，只有让患者接受了你，她才会接受你的用药方案。此外，现在我还是学生，交际圈也仅限于同学、朋友，非常狭窄。通过这个寻找访谈人物我就发现，人脉资源少成了我访谈的主要障碍，所以从现在起要更加重视经营并维护好自己的人脉资源。

其四，要摆正心态，对工作要严谨，认真，负责，乐观面对未来所从事的行业发展。采访人也提到了，门诊药师是未来的发展方向，孕婴童门诊药师有着很好的发展趋势。可这终究是未来，目前该职业还属于新兴阶段，新生事物的发展不可能是一帆风顺的，没有太多的前车之鉴，职业道路上的困难也会相对教对，这需要我摆正自己的心态，不要好高骛远，认真地对待工作，同时乐观面对未来所从事的行业发展。

最后，积极投身实践中去，去经历，去感受，去领会。在没有采访之前，会把职业想得天花乱坠，感觉自己马上就要登上“人生巅峰”，可真正深入交流了才明白，职业的规划要“脚踏实地”，要真正地区职业体验后才有真实有用的规划。我也计划这个暑假，继续去职业体验，在实践中去感受去领会，不断修正我的规划路径。