

# 护理职业规划实施策略与措施(优质7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 护理职业规划实施策略与措施篇一

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。对各家医院而言，如何体现医院“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对于每个人医护工作者而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。作为当代大学生，尤其是作为当代的医学生，若是带着一脸茫然，踏入这个拥挤的社会，怎能对得起我们的医学誓言，又承担得起治病救人的重任。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

我是一个当代本科护理学生，家里最大的希望是成为有用之才，平时喜欢外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，不爱运动，有时学习是“三天打渔，两天晒网”，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。但是有时自信不足，常常害怕别人在背后做评论。

所幸的是，有一句老话“江山易改，本性难移”，虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的亲人、朋友的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划以针对改正。经常锻炼，增强

体质，为今后所从事的护理事业打好身体基础。

当今社会，医院都是以科技为先导、以人才为基础、以疗效为根本、以服务求生存医院聚集一批精萃的医学人才，医院中有护理组织发展战略、护理人力资源需求、组织护理队伍的群体结构、组织护理人员的升迁政策等等。作为新世纪的护理人员，应该要有扎实的知识基础和熟练精湛的操作技能，要有严肃认真的工作态度，积极向上的工作精神，努力做好每一项事情。然后综合自身的各种因素综合评价，确定适合自己发展的机遇与空间环境，准确把握自己的奋斗目标。

根据自己所学专业，在未来应该会向护理事业发展。围绕这方面，本人特对未来十年作初步规划如下：

1、2015-2015年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。（具体规划见后）。

主要完成内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，专业技能熟练。英语四、六级争取考好，开始接触和熟悉工作环境。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，加强沟通，虚心求教。

(3) 生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯，并参加健身运动，如跑步、打羽毛球等。

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。其实每一个人都有理想、信念、追求、抱负；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，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。

## 一、前言

生涯是终其一生，不同时期不同角色的组合。而职业生涯，就是其中的一个特定的阶段。洪迈在《容斋随笔》中提到人生五计，分别为：生存之际、立身之计、立家之计、养老之计、以及好死之计。而好的职业就是立家之计中最重要的一环。

职业生涯是指一个人从职业学习开始到职业劳动最后结束这一过程，为能最大限度地减少理想与现实之间的矛盾所带来的职业冲突。为了更好的理清这一生有什么样的的职业工作经历过程？所以我们要对自己的职业生涯进行有效的规划。对各家医院而言，如何体现医院“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对于每个人医护工作者而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。而职业规划也能够好好帮助一个学习护理专业的学生更好的探寻职业理想，协助其进行有效的自我评估。因此，做好职业生涯规划与管理将对人的思想和职业道路有着很好的指引，能有效地整合个人资源，确定职业目标，找准突破，快速成长。对自己的一生产生重要的影响。所以，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

## 二、自我剖析

### 1. mbti测试结果

mbti人格动力测试结果是infj型（内向+直觉+感觉+判断）

对infj类型的人来说，最重要的是能忠实于自己的预见。在恬静的外表下，他们对人生重要大事有着更深的信仰。积极分子们（infj人有这种倾向）不是为了个人的辉煌或政治权利而工作，而是为了自己的事业而战！

infj人是不容易受人牵制的，他们在任何时候都不易被愚弄欺骗。虽然infj人很通情达理，并富有同情心，但是他们对朋友却是很挑剔的，这种友谊是以相互间的利益为基础的。

infj人对语言的熟练表达和交际的才能有自己的诀窍，再加上infj人的那种无需过多言语表达的敏感性使得他们能与人们很好的交往。当然，在写作，咨询，公共关系甚至政治领域都有infj人的一席之地。

对infj人的描述：

富有创造性和独创性，独立自主，细心周到，热情细腻；全球化的思想家有独特的洞察力，并有高涨的热情；细致谨慎，深思熟虑；有计划有组织，有生产能力的，有决策力的；有节制，有礼貌。

## 2、自我认知

1、自己兴趣爱好大盘点：业余爱好读书、听音乐。

2、自己的优点盘点：做事仔细认真、踏实，友善待人，做事锲而不舍，勤于思考，考虑问题全面。

3、自己缺点盘点：性格偏内向，交际能力较差，思想上属保守派，缺乏自信心和冒险精神。

## 3、自我调整

所谓江山易改，本性难移。内向并非全是缺点，使我少一份

张扬，多一点内敛，但可相应加强与他人的交流沟通，积极参加各种场合各项有益的活动，使自己多一份自信、激扬，少一份沉默、怯场。充分利用一直关心支持我的庞大的亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自身存在的各种不足并制定出相应计划加以针对改正。加强锻炼，增强体质，提高体育成绩，以弥补身高不足而带来的负面影响。积极争取条件，参加校内外的各项勤工俭学活动，以解决短期内的生活费问题并增强自身的社会工作阅历，为以后创造更多的精神财富和物质财富打下坚实基础。

### 三、环境分析

#### 1、社会一般环境

中国政治稳定，经济持续发展。在全球卫生事业发展迅速的形势下，中国卫生事业也在突飞猛进的发展，所以我国高素质的医学人才也层层辈出。

#### 2、卫生职业特殊社会环境

由于中国的卫生事业的发展需要更多的高素质，高技术，高能力的医学人才，特别是临床经验丰富的老师，老师是培育“青出于蓝，而胜于蓝”的使者。中国卫生事业的发展，必须要适合中国的国情，这就为当代卫生事业的认识提出了切实的要求与任务。

时钟老人好象要跟我们赛跑似的，如果对自己一点规划都没有的话，我觉得快要落伍了，一切知识日新月异的变化着，没有目标并付之行动的话，人的一生就这样无聊的过完了。

规划如下：

1、第一年：实习能否给自己一个固定的工作还要靠自己努力，凭借自己年轻的优势去自己梦想中的地方闯闯，争取找到可

以在编制内的工作。

2、第二年：给自己定个新的目标，尽量在事业上勇攀高峰。在生活上要考虑个人问题，争取在3年内买套房子，把父母接来生活。

3、第三年：再攀事业的高峰，专心做自己的护士。

4、第四年：争取改善生活质量，购置一套房子。工作上争取晋升。

5、第五年：稳定工作，接父母来生活，在父母的帮助下争取把房子换成两室。

#### （五）实现职业目标的努力措施

梦想总是美好的，现实却不一定如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。

### 三、护士的职业生涯规划书范文

时间：（2015年—2018年，24岁至34岁）

美好愿望：工作进程顺利，家庭美好幸福

职业方向：临床护士

总体目标：进入三甲以上医院踏实完成近十年的临床护理工作

已进行情况：读完本科

## 二. 社会环境规划和职业分析

### 1、社会一般环境：

### 2、卫生职业特殊社会环境：

## 三. 行业环境分析

行业分析：就中国的医疗体系中，医护比例而言，中国仍需要大量的临床护理人员

## 四. 个人分析与角色建议

### 1. 个人分析：

#### (1) 自身现状：

英语水平一般，需要提高口语水平；尽快适应工作和社会，精通各项护理技术操作

#### (2) 性格：内外兼有

特长：中医刮痧

爱好：听音乐，读书，写随想

### 2. 角色建议：

父亲：“积极向上，不断学习，能力要强”；

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

老师：确定目标，勇往向前。

同学：“托希望与你，希望进军国家卫生部！”

## 五. 职业目标分解与组合

职业目标：业务能力高的护理人士，优秀的护理教育者。

### 1. 2015—2015年：

成果目标：通过临床工作，总结出适合当代中国护理教育的理论

学历目标：硕士研究生毕业，取得硕士学位；取得主管护师资格证、通过英语高级口语考试。

职务目标：护士长

能力目标：精通各项护理技能的操作，通过实习具有一定的实践经验具备精湛的业务能力

### 2. 2015年—2015年：

学历目标：通过副主任护师的晋级

职务目标：护士长，优秀教师

## 一、专业环境分析

中国护理高等教育起步晚，硕士教育起于90年代，现在已经基本成熟；但博士教育仍然很少，中国目前就台湾香港等发达地区有所发展，华西计划今年招收第一批博士，而我是第一个护理专业硕博连读生。虽然护理高等教育发展晚，但发展快，在今后高等学历会越来越来多，目前我校已有几位博士毕业工作者，我校的博士教育在整个大陆地区均处于领先者。在这样的环境中学习，对自己来说是个很大的机遇，也是个很大的挑战。

## 二、个人分析和角色建议



## 1. 个人分析

我是华西的一名硕博连读生，方向是护理管理，女、23、家中的独女，现在正处于硕士研究生一年级学习阶段。其实读本科的时候只想读完硕士改变一下上临床当护士的命运。没想到，学习还算认真的我，居然又被保送硕博连读了。父母朋友支持的还是多，家中经济也还过得去，自己也想有个高起点，便选择了继续读下去。

先说说自己的劣势吧：（1）我对本专业并不是很感兴趣，更讨厌上临床，讨厌上夜班。（2）我的科研精神并不是多浓，不太喜欢研究学术问题。（3）耐性不是很强，受不了的事情会放弃或为自己找借口。（4）缺乏一定的实践经验，与相同学历但有工作经历的人比起来，难免有一定劣势。（5）想法有时太天真，对社会缺少认识。

然后是优势：（1）性格活泼开朗，交际能力算强，表达能力好。（2）一直担任学校干部，曾组织和管理一些活动结果都还不错，特别是讲课很受老师表扬，因此想毕业后在一所不错的本科院校当大学教师。（3）识大局，即使是自己不喜欢的，只要是任务或是与自身利益有关，都能很好完成。（4）肯吃苦，曾经的学习经历和生活经历都能表明，我是一个肯为未来的幸福艰苦奋斗的人。（5）作为华西第一位护理硕博连读研究生，品牌效应和学历知识对自己的发展将有很大的帮助。

## 2. 角色建议：

父亲：“要认真学习，还要搞好人际交往能力”“缺乏耐性”

母亲：“工作要上进，也要选择好婚姻。”“不要为金钱迷失了方向。”“希望能到离父母近一些的地方工作。”

老师：“聪明、有上进心、乖巧、懂事”“是一块璞玉，好好雕琢必能成大器”

## 二、针对分析改善自我不足

1. 平时多看与专业有关的书籍和论文，不仅提高自己的科研水平，还增强自己的专业爱好，做到干一行爱一行。
2. 自己做事情之前先定一个目标和计划，争取坚持到最后，成为最终的赢家。
3. 在实习和上临床期间，应克服自己的不喜欢情绪，认真学习，虚心请教，争取在实践经验上与他人拉近距离。

## 三、未来人生职业规划

1、2015-2012年（23到27岁），学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，拓展专业知识、培养科研创新精神，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。

（1）学历、知识结构：提升自身学历层次，从硕士走向博士，熟练专业技能，提高科研水平。在读书期间，除最后一年外，争取每年在核心期刊上至少发表一篇文章，最后一年以优秀的毕业论文毕业。提高专业英语水平，试着写英文论文在国外期刊上发表。

（3）生活习惯、兴趣爱好：适当交际的环境下，尽量形成比较有规律的良好个人习惯：每天看书，规律饮食，适当参加健身运动，增进和亲人、爱人的联系，解决个人问题。

（4）经济：现在已经比较独立，但争取在接下来的四年里，不是只读书，适当做一些经济投资，解决经济压力，并为今后的边工作边经商奠定基石。

## 五、结束语

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，这就要求我要有清醒的头脑。我也只是平凡的一个，并不想成为什么风云人物，只是想要自己的成功，想生活过得富足，想老人能安享晚年，想自己和爱人能在偌大的经济社会中受人尊重，想子女不再吃我们这一代人受过的苦，想一家人能其乐融融。这么多的梦想，这么多的愿望，我知道：若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。成功，不怕忍耐和吃苦；成功，不怕打击和挫折；未来，要靠自己去打拼！

## 护理职业规划实施策略与措施篇二

我当代本科护理学生家里最大的希望有用之才平时喜欢外出散步、聊天还有上网喜欢看小说、散文爱看杂志类的书籍平时与人友好相处基础亲人、朋友、教师关爱做事、投入但毅力、恒心不爱运动有时学习“三天打渔两天晒网”有时多愁善感成大器的气质和个性。

当今社会医院以科技为先导、以人才为基础、以疗效为、以服务求生存医院聚集一批精萃的医学人才医院中有护理组织发展战略、护理人力资源需求、组织护理队伍的群体结构、组织护理人员的升迁政策等等。

所学专业在未来应该会向护理事业发展这本人特对未来十年作规划如下：

1□20xx—20xx年学业有成期：校园环境及条件优势学好专业知识培养学习、工作、生活能力个人综合素质并就业（规划见后）

2□20xx—20xx年

熟悉期□x年左右的的尝试努力找到合适自身发展的工作环境、岗位

主要内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次专业技能熟练英语四、六级考好

(2) 个人发展、人际关系：在期间主要职业生涯的基础工作

(3) 生活习惯、兴趣爱好：交际的环境下尽量有规律的个人习惯并参加健身运动

3□20xx—20xx年在的工作岗位上

计划固然好但更的在于其实践并任何只说不头来都会一场空然而现实未知多变的定出的计划随时都遭遇问题要求有清醒的头脑。

## 护理职业规划实施策略与措施篇三

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器，对各家医院而言，如何体现医院“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的手段；而对于每个人医护工作者而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

二、自我评价

我是一个当代本科护理学生，家里最大的希望是成为有用之才，平时喜欢外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，不爱运动，有时学习是“三天打渔，两天晒网”，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。

### 三、内外环境分析

### 四、未来人生职业规划目标与行动计划

根据自己所学专业，在未来应该会向护理事业发展。围绕这方面，本人特对未来十年作初步规划如下：

（具体规划见后）。

2□-

熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

主要完成内容：

（1）学历、知识结构：提升自身学历层次，专业技能熟练。英语四、六级争取考好

（2）个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，

3、-，在自己的工作岗位上

### 五、调整与评估

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任

何目标，只说不做到到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。

## 二、护理专业学生职业生涯规划

### （一）本人的基本简历

略

### （二）本人的家庭经济状况

本人的家庭为中下等经济水平。母亲在小学当教师，父亲在林业部门工作，月收入均在一千元左右。

### （三）本人的职业倾向

本人职业倾向于临床工作，希望可以做一名合格的护士。虽然大家都说临床工作是很辛苦的，但是我觉得临床工作是最直接的服务于社会的方式，用我们的知识和爱心解除别人的痛苦是我们每个护士的心愿。

护士肩负着救死扶伤的光荣使命。护士素质不仅与医疗护理质量有密切的关系，而且是护理学科发展的决定性要素。

### （四）本人的职业规划图及职业目标

## 护理职业规划实施策略与措施篇四

### 一、引言

职业生涯规划是对自己一生职业发展道路的设想和谋划，是对职业前途的瞻望，是实现职业生涯的前题。正确的生涯规划可以帮助我们目标正确的发展自己，只有不断追求和改善

自己才会成为成功者;可以帮助我们扬长补短,了解自己的短处,才能改进自己、提高学习的针对性、实效性。只有制定出符合自己发展的职业生涯规划,才能把命运把握在自己手中,才能实现自己的职业理想。

## 二、自我分析

### 1、自我介绍

### 2、性格分析

性格是一个人对事物的稳定态度与其相适应的习惯化了的行为方法。我的性格属于中间型,具有现实性,适应性,安全性,计划性,缜密性的特征。

a我喜欢计划自己的活动并指导别人活动,喜欢对将要发生的事情做出决定。

b我善于与人合作,并期望得到合作伙伴的认同。

### 3、职业兴趣

职业兴趣是一个人对工作的态度,对工作的适应能力,表现为有从事相关工作的愿望和兴趣,拥有职业兴趣才会增加个人的工作赞誉度、职业稳定性和职业成就性。

a我喜欢安稳有秩序的工作,做事方面细心有条理,还喜欢乐于助人,有责任心、耐心,重视社会义务和社会道德,并追求社会地位。

b家人主要从事医疗工作,对家中长辈的职业比较熟悉,最后在家人共同协商下选择了这个职业。

c当今社会的经济迅速发展,人们对医疗的需求原来越多,政

府实行医疗改革，各大各小的医疗机构广泛招医疗岗位的人才。

#### 4、价值观

价值决定人的就业方向和职业行为，是人在从业过程中的驱动力。

a我追求成就感，希望得到社会的认同，重视别人对我的评价。

b我重视我所从事的职业在社会发展中的作用，希望为社会和他人贡献一份力量。

c重视所从事的职业能明显、有效的增强自己的收入，重视收入不断增长。

d重视所从事的职业对家庭的影响。

e能满足基本的需求，安全感，职业变动可能性小。

#### 5、行为习惯

习惯是一种定型的行为，是长期累积，反复强化的产物，是经过反复练习养成的。

a我喜欢学习，自己可以自主阅读一些课外读物，并从中汲取知识。

b乐于手脑并用，边学习边实践。

c习惯去制定计划，并按计划完成各项工作。

#### 6、能力



能力是从业者在职业活动中表现的能动实践能力。

a可以理解客观事物并运用知识，经验等解决问题。

b我可以清楚而准确地表达自己的观念。

c能对事物做出很好的反应。

### 三、环境分析

1、学校因素：作为一个中职学校，有充足的设备，有优秀的教师资源，并与国外医院有着联系，提供出国机会。

2、家庭因素：家人的支持，并且家人大多是从事医疗工作，在这种环境的熏陶下，使我热爱这门行业。

3、环境因素：政府现在实行医疗改革，每个医院都需要护理人员。

### 四、确定发展目标

人因为有目标才会不断的追求，才会拥有美好人生。发展目标是建立在符合实际的基础之上的，只有实事求是，才能使自己的学习工作以及各种行为措施沿着路线前进。

1、近期目标：热心集体活动，提高交际能力，跟上文化课，精学重点科目，在二年级拿下英语二级的认证，毕业拿下护士上岗证，考上本科院校继续深造。

2、远期目标：进入医院工作，在工作生活中培养素质，积累经验，争取成为像李桂美一样优秀的护士。

### 五、规划

## 1、在校期间

a□在老师同学的监督下，争取考出育婴师的证明。

b□坚持学习英语，现在外国人在我国的数量越来越多，英语变得很重要，掌握英语，才会立足于社会。

## 2、踏入社会

a□在医院中实习，多向长辈请教，积累经验，多练习，多和病人沟通。

b□处理好人际关系，形成优良的发展环境。

## 六、制定实施步骤与措施

第一步：在校努力学习，成为一名优秀的中职毕业生。

第二步：毕业后进入一家大医院实习，熟悉操作技术，考本深造。

第三步：努力钻研，认真为病人服务，争取成为一名优秀的护理人员。

## 七、调整与评价

### (一)、调整

由于发展的需要，可能会导致职业生涯发展目标难以实现，必须及时调整近期目标和发展措施，甚至调整长远目标。

1、根据实习中和求职过程中的体验，依据就业市场供需实际，对职业生涯规划进行调整。

2、从事工作一定时间，根据从业过程中对自身的体验，根据环境和自身素质的变化，在职业转化过程中调整。

## (二)、评价

个人：在工作中，自己可以充分发展，并通过努力可以在工作中发展，社会进步中取得成就，工资待遇还算满意，可以处理好人际关系。

家庭：父母理解我的工作需求，并支持我给予我鼓励。

同学：同学对我的规划很认同，符合实际发展。

## 八、结束语

梦想总是美好的，现实却不一定会如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。我们利用自己的年轻给自己充电，在专业上应该是样样精的同时对于其他的我们可能用的到的专业知识也要样样通。这样才能适应社会的发展而不被淘汰。

未来的形势怎样，没有人敢确定，不过我们能做的是以主动的心态去应对，我想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。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，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。

白衣天使是天使的化身，是人生路上的守护神，她们的双手帮助那些有疾病的人们，让他们拥有健康的快乐，她们的美好形象在我心中引航，让我深深的爱上了护理这个职业。虽

然护理工作很辛苦，但我认为护理工作是最直接的服务于社会的方式，用我的知识和爱心救死扶伤、解除别人的痛苦是我最大的心愿。

目前，随着社会的进步和整体教育水平的提高，高等护理教育的发展促使护理人员在专业发展方面期望更多的选择和更高的目标，培养高素质的护理人才投身于护理实践，并在专业领域发挥带头人作用已成为新时期面临的新课题。我会珍惜青春时光，跟上时代发展的潮流，用知识和能力武装自己，为自己的未来做好准备，迎接每时每刻的挑战，在事业上勇攀高峰！

戴高乐曾经说过：“眼睛所看到的地方就是你会到达的地方，伟人之所以伟大，是因为他们决心要做出伟大的事。”人的一生中，职业生活占据了绝大多数的时间，做好职业生涯的规划与管理将对人的一生产生重要的影响，因此，要使自己的人生更精彩，首先应给自己的职业生涯做一个很好的规划。在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划已经成为获得成功的一个重要利器，它有足够的难度，但又有足够的吸引力。因此，我愿意为此全力以赴去实现自己的梦想从而对社会作出无私的`贡献。

在全球卫生事业发展迅速的形势下，我国护理专业在教育、实践、管理、科研等层面都有突飞猛进的发展，我国高素质、高技术、高能力的护理人才也层层辈出。根据近年统计来，全国护士共150多万名，占卫生技术人员的34%，根据2015年卫生部对全国696所三级综合医院的调查显示，护士中具备大专以上学历的护士比例占57.5%，其中“男”护士更是少之又少。我国护理硕士教育起于90年代，现在已经基本成熟。在护理实践方面，护理工作的专业范围业已拓展到预防疾病、保护生命、减轻痛苦和促进健康等方面。在临床护理领域，护理的专科化程度不断提高，许多领域都培养了专科护士，同时，社区护理、老年护理、临终关怀等护理服务方兴未艾，尤其是社区护理，2015年“5.12”国际护士节主题为“提高

社区护理品质，引领初级卫生保健”，可见社区将成为最大的护理需求市场，二级医院和社区卫生中心以及家庭护理将成为护理需求的重头市场。护理工作作为卫生事业的重要组成部分，为我们提供了若干机遇，在这个大环境下，究竟发展为教育者、管理者还是临床护理专家就取决于我们的职业胜任能力。

我的劣势及其弥补：不够客观，较主观；处事比较保守；缺乏临床实践经验；技术操作不熟练。我会在成长的过程中克服自己的缺点，认真向经验丰富的前辈学习，进一步完善自己。

正确适当的目标是职业生涯规划的核心，一个人事业的成败，很大程度上取决于合适的目标，有了目标，才会有动力。有句话说得好：如果你不知道你要到哪儿去，那么通常你就哪儿也去不了，所以，当你将脚抬起走路前先明确去哪里，这至关重要。现将我职业生涯的短期目标和长期目标展示如下：

### 1、由学院分配实习单位

学习目标：熟悉医院、护理部的规章制度；知晓各个班次的工作流程和工作重点；了解各类病人的心理。

能力目标：和护理医护同仁建立和睦友善的同事关系；能独立完成各个班次的工作内容；能积极配合护士长安排的工作任务。

行动计划：这个时期是我从学校进入工作环境，并在工作环境中逐渐社会化，实现从学生到护士转变，并为新的组织所接纳的过程。我要用饱满的精神和热情的态度投入工作，积极熟悉科室业务，使自己适应繁忙而多变的护理工作环境；上班时间和科室同事配合好工作，对不明白的地方不耻下问；利用休息时间浏览医院网页，关注医院政策和新闻动态，熟悉医院的运行机制。

学习目标：实习完毕基本掌握临床护理常见病与多发病的诊

治与护理措施;精通各项基础护理操作;希望留在医院工作。

作得心应手;广泛涉猎中英文护理期刊或利用网络资源搜寻相关文献资料,在护理核心期刊发表论文一篇;了解国内外护理学专业的新进展,并结合科室实际情况,在护士长带领下进行相应的科研项目;努力学习好英语,每天利用课余时间,多读、多听、多练,让英语水平更上一层楼。

能力目标:能够具有一定的社会实践和护理能力,并将理论知识与临床实践相结合,使自己在工作岗位上有作为;不断增强护理科研素养和提高工作水平。

行动计划:从实践中来,到实践中去,结合临床病人的特点查阅相关书籍,再用书本知识指导病人康复;多与领导、同事、同学,病人互相交流,查漏补缺。

学习目标:回学校继续熟练掌握护理“三基”内容;了解护理心理学、护理教育学、护理管理学等学科的基本理论和在工作中的应用;放眼世界先进护理技术。

能力目标:知识广博,临床经验丰富,操作准确、效率高;培养“爱伤观念”,正确运用移情技巧,培养建立良好护患关系的能力;具备一定的临床带教能力和管理能力;充分发挥科研能力。

职称目标:主管护师

职务目标:临床带教老师或护士长

行动计划:加强业务知识学习,广泛涉猎相关学科书籍,参加继续教育学习和外出进修,扩展自己的知识面;不断地积累实践经验,探索科室专业技能;加强对公共关系学、组织行为学、管理学的学习,培养沟通交流能力和组织协调能力;协助带教老师完成护理实习生的带教任务,教学相长,在积累带

教经验的同时，鞭策自己对专科知识的掌握；通过专门的培训班加强对公共英语和专业英语的学习；每年至少在核心期刊发表论文一篇；将护理科研纳入护士公共必修课程，讲解护理科研的基本内容并提高护理人员的科研和工作意识。

学校学习期满，希望能到一家好的医院工作

学习目标：不断推陈出新的新理论、新技术；先进的管理模式。

能力目标：成为临床护理专家或出色的管理者；积累丰富的管理经验，具有较强的组织能力、交往能力和管理能力。

职称目标：副主任护师

职务目标：科护士长或护理部主任

行动计划：保持积极、乐观进取的心态，重新认识环境、评估自我，寻找新的挑战，保持职业新鲜感；与同行交流工作经验，定期参加护理管理培训班；发表高质量的；获得医院优秀文明护士奖励。

## 五、结束语

总之职业生涯的规划与管理是我们青年人所面临的重要问题，也是人生重要的阶段。计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。而计划不如变化快的今天，要使职业生涯规划划之有效，我们的工作方式和学习方式就要不断推陈出新，为此我们要拥有一道属于自己的职业生涯彩虹，做自己的主人，将理想变成现实，需为之付出努力。俗话说：世上无难事，只畏有心人，有心之人，即立志之坚者也，志坚则不畏事之不成。坐而写不如站而行，为了我的辉煌人生，我会笑对挑战，奋力拼搏，只要年轻就有梦，因为我的未来不是梦。

有一个好的职业规划才会有一个好的未来，规划就像是一个小小的日程表，它将我们远大的理想分割成一个小小的目标，从而帮助我们达成我们的理想，作为选择护理这个专业的大一新生，拥有一个规划，可以帮助自己明白自己所想要的以及必须要有的东西，因此，我尝试制定了这样的一份职业规划，来时时刻刻提醒着自己身上的重担，同时也提醒着自己：未来掌握在自己手中！

以前在医院里看到温柔的护士姐姐们都很漂亮，很可亲，在我的心里，护理是一份平凡而神圣的工作，所以我希望自己能够成为一名合格的“白衣天使”，为大家带来健康与幸福。我是外向型的女孩，喜欢与别人交流，也能在陌生的环境下很快的适应下来。我平时喜欢外出旅游，上网，还有看书，没事的时候就喜欢捧着一本书静静的坐在角落里，因为我知道多看看书可以增长个人阅历，陶冶情操，提高自身素养。但是乐观开朗的我有时也会有下雨天，会多愁伤感，会沉不住气。做事也比较马虎，但是绝对不要怀疑我工作的态度，我工作认真而投入，且不喜打扰和半途而废。

社会：当今中国政治稳定，经济快速发展，人们的生活水平在不断提高，使他们对自身的健康越来越重视，从而带动了中国的卫生事业的快速发展。随着中国卫生事业的发展，越来越多的高素质，高技能，高能力的医学人才被需要，就中国的医疗体系中，医护而言，中国仍需大量的护理人员，护理人员的市场需求较大，对于具有丰富的理论知识，扎实娴熟的护士更是急需。

教育：随着社会上对护理人员的需求，以及市场上高级护理的身价的不断增值，许多高校纷纷开设了护理专业，同时也有大量的学生选择了护理这个职业，所以现今的护理已经进入饱和状态，当然那种高科技，高技能的护理人员还是非常有市场的，所以我们要把眼光和精力放在怎样提高自己的专业技能上，而不是只能成为一名普通的护士。



优势(s):护理面对的是一群特殊的人群，是为病人服务的工作，所以与病患者以及病患者的家属有一个和谐的关系，是非常重要的。它不仅能够帮助我们赢得病患者以及病患者家属的尊重与支持，宽容与理解，还能够帮助我们更好地完成工作。自我感觉个人的长相不凶，性格也很好相处，所以在这方面我是有优势的。

弱势(w) 护理是一个比较苦且杂碎的工作，这就需要一个人要有耐心和细心，而这两样，我都比较缺少。希望自己能够在大学里能够改正这个弊端，让自己能够在护理这条路上走的更远更好。

威胁(t) 随着社会上，市场上对护理人员的需求，越来越多的高校开设了护理专业，也有大批的同学选择里护理这一专业，致使目前的护士人员已达到了饱和状态，我们的竞争也在不断加强，所以我们要把自己的眼光和精力放到怎样提高自己的专业技能，这样才不会被这个竞争残酷的世界所淘汰。

2012-2015这一年我要充分利用在大学里时光，好好学习自己的专业基础，同时处理好与同学，与专业老师的关系，提高自己的交往能力和个人魅力。

当然计划赶不上变化，我也会不断并且及时的修改自己的规划，让自己的大学生活充实且多彩，自己的外语水平比较弱，对于个人职业规划目标中想在大二时将四六级都要过了比较难，这就需要自己现在就要准备背单词，写真题，不能光说不做。要切实的实施行动，同时在此期间要将个人的坏习惯全部改掉，争取成以一名优秀的护理人才。

常言道：理想很丰满，现实很骨感。所以有个规划，就要有行动，在实施的过程中，要保持自己的乐观向上的人生态度和对理想的不竭的热情。

成功就业=准确定位+明确的目标和方向+充分的准备+熟练地

## 护理职业规划实施策略与措施篇五

大学是一个全新的开始，也是我们人生的一个转折点。我们站在了一个新的台阶上，朝着自己的人生目标进发。步入了大学生活，我们的生活空间自由大了，很可能会因无目标而迷失方向整天无所事事。这样的生活就是在白白的浪费我们的生命，美好的青春年华。大学时代是我们演绎精彩人生最重要的前奏。在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

我选择护理专业是基于从小对医生的敬仰和崇敬之情，希望长大以后可以成为白衣天使救死扶伤，同时对这个专业也有很大的兴趣。我最大的希望是成为有用之才，可以做一名合格的护理工作人员。我喜欢外出散步、游泳、旅游、跳舞。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍。我的性格比较外向，活泼、开朗，做事比较有计划喜欢事先安排好一切，打有准备的仗。但在细节上有时处理的不够细心。我会努力改正自己的缺点，努力做到完美。

随着我国向老龄化社会转变，将来从事老人医学的人才将走俏，保健医师、家庭护士也将成为热门人才。另外，专门为个人服务的护理人员的需求量也将增大。现在各大医院对高学历护理人才的需求量相当大。高学历护士除了知识面宽广、容易同各种病人沟通外，其护理科研能力也比较强，在临床上，更善于发现问题、分析问题和解决问题。同时较好的外语能力也有利于他们及时对国际先进护理经验的学习。所以，一些大医院出于提高护理人员综合素质及学历层次的考虑，大都只要大专生和本科生，不考虑中专生或只进少量的中专

生，高学历护理人才可以说是供不应求，成了各单位抢着要的“香饽饽”。

根据自己所学专业，围绕这方面，本人特对未来十年作初步规划如下：

1□20xx-20xx年：梦想总是美好的，现实却不一定如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化--从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。学习上，课堂上认真听讲课后主动复习，搞懂每一个知识点。课余时间花在图书馆上，翻阅课外有关专业知识书籍以扩充自己的知识储备。在校期间通过英语四六级。积极参加班级、学校的各项活动，通过各种活动锻炼自己的组织能力、领导才能，培养自己的团队精神和集体荣誉感。

2□20xx-20xx年：熟悉适应期：利用1年左右的时间，经过不断的尝试努力，适应工作环境、岗位。

主要完成内容：

(1) 学历、知识结构：提升自身学历层次，专业技能熟练。

(2) 个人发展、人际关系：在这一期间，认真踏实工作，戒骄戒躁。工作的同时和同事友好相处，和睦相处。

3□20xx年，熟悉了环境以后勤恳工作。争取早日在岗位上有所建树。

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任

何目标，只说不做到到头来都会是一场空。

然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。

个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。成为一名经验丰富，病人满意的护理工作人员。

- 1、缺乏丰富临床经验；
- 2、缺少技能、创新能力；
- 3、快速适应能力欠缺；

#### 1. 教育培训方法

(1) 充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。

(2) 充分利用临床实习阶段的时间多做，多看，多问，多听，多学。

(3) 积极参加各种有意义的社会实践活动。

#### 2. 讨论交流方法

(1) 在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。

(2) 在工作中积极与直接上司沟通、加深了解；

利用校友众多的优势。

而对于每个人医护工作者而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我

试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

## 护理职业规划实施策略与措施篇六

### 一、前言

在人才竞争的时代职业生涯规划开始在人争夺战中的另一利器对各家医院而言如何体现医院“以人为本”的人才理念关注员工的人才理念关注员工的持续成长职业生涯规划的手段；而每个人医护工作者而言职业生命有限的不断的规划势必会生命和的浪费我试着为拟定一份职业生涯规划将的未来好好的设计一下才有动力。

### 二、自我评价

### 三、 内外环境分析

### 四、未来人生职业规划与行动计划

所学专业在未来应该会向护理事业发展这本人特对未来十年作规划如下：

熟悉期：3年左右的的尝试努力找到合适自身发展的工作环境、岗位

主要内容：

(1)学历、知识结构：提升自身学历层次专业技能熟练英语四、六级考好

### 五、本人对于职业规划的看发

1. 职业规划为大框的职业信息方向；沿自己目标向前，向前看，

一直向前进行。

2. 规划是对未来的计划，但计划总有变化，要因时而异，随周围一切的变化而变化；但总不变的是积极向前。

3. 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。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，不相信颓废；成功不相信幻影，未来，要靠自己去打拼。

## 前言

在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为在人争夺战中的另一重要利器。对各家医院而言，如何体现医院“以人为本”的人才理念，关注员工的人才理念，关注员工的持续成长，职业生涯规划是一种有效的’手段；而对于每个人医护工作者而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成生命和时间的浪费。因此，我试着为自己拟定一份职业生涯规划，将自己的未来好好的设计一下，有了目标才有动力。

## 自我评价

我是一个当代本科护理学生，家里最大的希望是成为有用之才，平时喜欢外出散步、聊天，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看杂志类的书籍，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友、教师关爱，做事认真、投入，但缺乏毅力、恒心，不爱运动，有时学习是“三天打渔，两天晒网”，有时多愁善感，没有成大器的气质和个性。

## 内外环境分析

## 四、未来人生职业规划目标与行动计划

根据自己所学专业，在未来应该会向护理事业发展。围绕这方面，本人特对未来十年作初步规划如下：

1、2015-2015年学业有成期：充分利用校园环境及条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活能力，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。（具体规划见后）。

，熟悉适应期：利用3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

主要完成内容：

（1）学历、知识结构：提升自身学历层次，专业技能熟练。英语四、六级争取考好

（2）个人发展、人际关系：在这一期间，主要做好职业生涯的基础工作，

## 五、调整与评估

计划固然好，但更重要的，在于其具体实践并取得成效。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。

## 二、护理专业学生职业生涯规划

### （一）本人的基本简历

略

### （二）本人的家庭经济状况

本人的家庭为中下等经济水平。母亲在小学当教师，父亲在林业部门工作，月收入均在一千元左右。

### （三） 本人的职业倾向

本人职业倾向于临床工作，希望可以做一名合格的护士。虽然大家都说临床工作是很辛苦的，但是我觉得临床工作是最直接的服务于社会的方式，用我们的知识和爱心解除别人的痛苦是我们每个护士的心愿。

护士肩负着救死扶伤的光荣使命。护士素质不仅与医疗护理质量有密切的关系，而且是护理学科发展的决定性要素。

### （四） 本人的职业规化图及职业目标

时钟老人好象要跟咱们赛跑似的，如果对自己一点规划都没有的话，我觉得快要落伍了

一切知识日新月异的变化着，没有目标并付之行动的话，人的一生就这样无聊的过完了。

规划如下：

- 1、第一年：实习能否给自己一个固定的工作还要靠自己努力，凭借自己年轻的优势去自己梦想中的地方闯闯，争取找到可以在编制内的工作。
- 2、第二年：给自己定个新的目标，尽量在事业上勇攀高峰。在生活上要考虑个人问题，争取在3年内买套房子，把父母接来生活。
- 3、第三年：再攀事业的高峰，专心做自己的护士。
- 4、第四年：争取改善生活质量，购置一套房子。工作上争取晋升。
- 5、第五年：稳定工作，接父母来生活，在父母的帮助下争取把房子换成两室。



## （五）实现职业目标的努力措施

梦想总是美好的，现实却不一定如意，所以我们只有梦是不够的。在现在我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自己的综合能力，因为近年来用人单位的择才标准经历了很大变化——从最初专看学习成绩，到慢慢注意学生的爱好特长，现在则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践能力。

## 三、护士的职业生涯规划书范文

时间：（2015年—2018年，24岁至34岁）

美好愿望：工作进程顺利，家庭美好幸福

职业方向：临床护士

总体目标：进入三甲以上医院踏实完成近十年的临床护理工作

已进行情况：读完本科

## 二. 社

会环境规划和职业分析

1、社会一般环境：

2、卫生职业特殊社会环境：

## 三. 行业环境分析

行业分析：就中国的医疗体系中，医护比例而言，中国仍需要大量的临床护理工作

## 四. 个人分析与角色建议

### 1. 个人分析:

#### (1) 自身现状:

英语水平一般，需要提高口语水平；尽快适应工作和社会，精通各项护理技术操作

#### (2) 性格：内外兼有

特长：中医刮痧

爱好：听音乐，读书，写随想

### 2. 角色建议:

父亲：“积极向上，不断学习，能力要强”；

母亲：工作要上进，婚姻不要误。

老师：确定目标，勇往向前。

同学：“托希望与你，希望进军国家卫生部！”

## 五. 职业目标分解与组合

职业目标：业务能力高的护理人士，优秀的护理教育者。

### 1. 2015—2015年:

成果目标：通过临床工作，总结出适合当代中国护理教育的理论

学历目标：硕士研究生毕业，取得硕士学位；取得主管护师

资格证、通过英语高级口语考试。

职务目标：护士长

能力目标：精通各项护理技能的操作，通过实习具有一定的实践经验具备精湛的业务能力

2. 2015年—2015年：

学历目标：通过副主任护师的晋级

职务目标：护士长，优秀教师

3. 2015年—2018年：

学历目标：攻读并取得博士学位

职务目标：大学高级讲师

能力目标：科研能力突出，在国外权威刊物发表论文；形成自己的护理管理理念，有很高的演讲水平，具备组织、领导一个团队的能力；带领更多的护理教育者，提高中国护理教育工作。

六. 成功标准

七. 职业生涯规划实施方案

八、解决方法

1. 教育培训方法

(1) 充分利用硕士研究生毕业前在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。

(2) 充分利用临床实习阶段的时间多做，多看，多问，多听，多学。

(3) 积极参加各种有意义的社会实践活动。

## 2. 讨论交流方法

(1) 在校期间多和老师、同学讨论交流，毕业后选择和其中某些人经常进行交流。

(2) 在工作中积极与直接上司沟通、加深了解；利用校友众多的优势。

## 3. 实践锻炼方法

(1) 锻炼自己的注意力，在嘈杂的环境里也能思考问题，正常工作。(2) 养成良好的学习习惯，多总结，善于动脑筋，思考出更简洁的操作技术。

(3) 充分利用自身的工作条件扩大社交圈

## 职业规划的看法

1. 职业规划为大框的职业信息方向。

2. 规划是对未来的计划，但计划总有变化，要因时而异，随周围一切的变化而变化；但总不变的是积极向前。

3. 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。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。

## 护理职业规划实施策略与措施篇七

尊敬的领导：

您好！

首先感谢您在百忙中给了这份关注，同时你也希望您为打开了一扇成功之门。出于对护理事业的热情，对贵院向往的目标，以及希望为人民服务的愿望，想要成为贵院的一员，用心服务社会。

是xxx卫生学校xxx职业中专学校护理专业的一名应届毕业生。在校三年期间，认真学习基础文化课程，努力培养专业知识技能，注重个人综合素质的提高。在老师严格教诲和个人努力下，学会了基础解剖学、内科护理学、护理学基础、外科护理学、妇产科护理学、儿科护理学等专业理论课程，具备了扎实的'专业理论知识。在校的最后一年，完成了专业实训，能够系统的完成各项基础操作。

三年的努力学习使掌握了扎实的专业理论知识和娴熟的操作技能，并参加了考证鉴定，获得了中专毕业证，急救证，护士职业资证书等。学习之余，严格律己，不怕辛苦。知道自己不会是最优秀的，但会是最努力的；也常常去寻找机会，锻炼自己，让自己慢慢地与社会接轨，更好的融入社会。

现在渴望能够进入贵院，服务大众。相信贵院是所追求的目标，白衣天使是无悔的选择。希望能成为该院的一员，尽心尽责，尽所能，做一个优秀的护理工作者，为病人分担一些痛苦，帮助病人早日康复；奉献一份爱心让病人感觉人间处处有温暖，用微笑服务社会。

此致

敬礼！

XXX

20xx年x月x日