# 护士职业生涯规划书15篇

每一天的时间都非常珍贵，我们的工作又将在我们的努力下收获新的成绩，让我们做好职业规划，在今后的工作中奋勇争先吧。但是你知道怎样才能写的好吗？以下是小编为大家整理的护士职业生涯规划书，希望对大家有所帮助。

## 护士职业生涯规划书1

前言：现今的社会是一个职业竞争相当激烈的时代，我们必须使具备更加强大的竞争优势。这就需要我们对未来有一个长久的规划，对现有的资源和时间有一个合理的统筹规划，以提前适应市场的竞争力度。因此，我们必须撰写一份职业生涯规划书，并在以后的学习和工作中不断的将它落到实处。当然，生活充满了变化，我们必须不断的更新和修改，以助于我们更好的完成它。

### 一、个人评估

#### 1、自我评估：

要更好地做好将来从事的职业，就要更好的了解自身的能力，制定将来要改善和保留的计划。我认为我善于与人沟通，富有同情心，而且注重自身动手能力的培养。我现在还是一名在校就读护理专业的中专生，学校注重的就是实际操作能力的培养，而我也受益良多。我认为我会学到更多的护理知识。但是，我的理论知识欠缺，还需要阅读大量的课外书籍，丰富自身理论知识，以更好的适应市场竞争。

2、评估结果：

自我评价

优点：善于与人交往，个性开朗，容易感染他人。

缺点：办事不够细心，个性直率，带点冲动。

家人评价

优点：关心他人，有善心，动手能力较强。

缺点：做的总比想的快，往往做无用功，有时脾气太暴躁。

老师评价

优点：关心集体，善于与同学交流，喜欢帮助人。

缺点：做事不够细心，发起火来脾气有点烦躁。

同学评价

优点：很好的聊天对象，很可爱善良。

缺点：不喜欢麻烦事，有时候性子太急。

小结：通过各项的分析，我了解了自己职业能力上的优点与不足；语言表达能力优秀，但细心程度不够，记忆能力不足，应多读书多记忆，增强记忆能力，并不断补充知识的不足。

**3、自身发展条件**

家庭分析：家里主要是以父母做小生意来维持生活，属于中下等经济水平、生活条件一般，但全家人过得很开心，因为是一个团结和谐的家庭。爸爸是一个大男人主义，但很通情达理的一个人；妈妈从不唠叨。

学习基础：中上水平。对于所有科目来说，除了英语科，其他科目都比较好。因此，为了克服英语的难点，可以给自己设置一个英语环境，坚持“多听”、“多读”、“多写”，那么英语在不断的确努力下，肯定会很好，并且会很出色的。

学校环境分析：学校是以悠久的历史和良好的校风、教风和学风。优美的生活学习环境，有丰富多彩的校园文化氛围，有优美的校园环境。

**二、职业分析**

**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。

**3、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者，临床护士的市场需求较大，对与具有丰富的理论知识，扎实娴熟的技术的临床护士更是急需。

护士个人职业生涯规划书4

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。虽然临床护理工作很辛苦，但我认为临床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，而我身兼08年新职工与护理学硕士研究生双重角色，更感受到身上的责任与重担。无锡市人民医院这艘医疗航母为我提供了丰厚的土壤和施展抱负的舞台，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，我愿意为此全力以赴。

我的优势及其使用：性格乐观豁达；做事目标明确；学历层次较高；有很强的责任感和领导能力；有很大的自信心和美好的职业向往；有强

烈的团队精神和协作能力；有较强的创新意识；有较强的科研能力及自学能力；做事勤奋踏实；重视人际交往。

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，近一步完善自己。

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：

（一）20xx年——20xx年（第一年）

确定目标：熟悉医院、护理部和科室的规章制度；知晓各个班次的工作流程和工作重点；掌握电子病例操作系统的使用方法。

能力目标：和科室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临床工作环境；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；利用休假时间浏览医院网页，关注医院政策和新闻动态，熟悉医院的运行机制。

（二）20xx年——20xx年（第二年至第六年）

学习目标：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；提升专业英语水平。

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；至少完成两项科研项目；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意识。

**（三）20xx年——20xx年（第七年至第十七年）**

学习目标：国内外临床护理新进展；新的教学模式；护理管理模式和理念。

职称目标：主管护师或副主任护师职务目标：护士长行动计划：查阅文献资料，收集国内外护理动态；争取出国进修的机会，“走出去，请进来”，学习和借鉴国外先进的模式和机制；尝试不同的临床带教方法，培养实习生的整体护理能力；以一名护理管理者的标准要求自己，在实践中积

累管理经验；参加省级、国家级的学术交流活动，发表较高水平的论文至少每年一篇，至少完成两项科研项目。

能力目标：个人职业能力稳步提高，责任心增强；精通本科室的业务，能独立完成临床教学任务；能够接收比较重要的工作任务，管理能力得到锤炼；能比较周全的思考和处理问题，已成为工作中的主干。

**（四）20xx年——20xx年（第十八年至第三十年）**

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：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；与兄弟医院交流管理经验，定期参加护理管理培训班；发表高质量的、引起业内重视的论文至少每年一篇；完成有影响的科研项目，获得省级、国家级甚至更高级别的奖励；参加相关书籍的编写工作。

**（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，们的工作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。谚云：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，因为我的未来不是梦。

## 护士职业生涯规划书2

### 一、确定志向护士的职业生涯规划书

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。虽然临床护理工作很辛苦，但我认为临床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，而我身兼年新职工与护理学硕士研究生双重角色，更感受到身上的责任与重担。人民医院这艘医疗航母为我提供了丰厚的土壤和施展抱负的舞台，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，我愿意为此全力以赴。

**二、自我盘点**

我的优势及其使用：性格乐观豁达；做事目标明确；学历层次较高；有很强的责任感和领导能力；有很大的自信心和美好的职业向往；有强烈的团队精神和协作能力；有较强的创新意识；有较强的科研能力及自学能力；做事勤奋踏实；重视人际交往。

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，近一步完善自己。

**三、职业规划图**

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：

（一）年——年（第一年）

1、年8月—年12月（第一个月至第四个月）

学习目标：熟悉医院、护理部和科室的；知晓各个班次的工作流程和工作重点；掌握电子病例的使用。

能力目标：和科室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临床工作环境；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；利用休假时间浏览医院网页，关注医院政策和新闻动态，熟悉医院的运行机制。2、年1月—年8月（第五个月至第一年）

学习目标：基本掌握科室常见病与多发病的诊治与护理；精通各项基础护理操作；

能力目标：能够具有一定的和护理能力，并将理论知识与临床实践相结合，使自己在工作岗位上有所作为；不断增强护理科研素养和提高科研水平；英语水平不断提升，有一定的听、说、读、写能力。

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；定期参加医院和科室组织的业务学习，多与领导、同事、病人互相交流，查漏补缺；每周定期到示教室练习基础护理操作，使各项操作得心应手；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。

（二）年——20xx年（第二年至第五年）

学习目标：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；提升水平。

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。

**四、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，们的工作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。谚云：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，因为我的未来不是梦。

## 护士职业生涯规划书3

**一、前言：**

开学了，又一批大一的新生步入了象牙塔，在高三饱受折磨后的新生们计划着大一大二先简便一下，到大三再努力也不迟，但回顾今年学生毕业时的情形，看到更多的是大学生们找工作时的慌乱、艰难。学生们已经淡化了专业对口，不再关心户口问题，甚至对工资要求也越来越现实

，但没有工作经验、知识本事储备不足、英语不够好、自我定位不够准确等还是对其就业产生影响。我们的前辈们说过，早起的鸟儿有虫吃。机会只给早早做好准备的人，正如我们的职业规划应从大一做起，大学时期是毕业起跑的助跑期。

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，给自我制定了目标，就像有了启航的方向，我们也要更好地规划我们的职业生涯，使自我能够有目标地学习，有目标地工作，有目标地生活，使自我每一天都过得那么有意义！“莫等闲，白了少年头，空悲切”，岳飞的《满江红》还时时萦绕在耳旁，激励着我不断努力，不断朝自我的目标前进。

**二、自我评价**

我是一个当代本科护理学生，家里最大的期望是成为有用之才，平时与人友好相处群众基础较好，亲人、朋友关爱，做事认真、投入，但有时多愁善感，。我的兴趣很广泛，但我懂得有取有舍，做自我最适合也最喜欢的。平时喜欢外出散步、听音乐，还有上网。喜欢看小说、散文，尤其爱看科普类的书籍。偏执着实用主义，但有一点毋庸置疑，我选择的，就不会放弃，无论艰难困苦，我会坚持到底。至始至终我都坚信，仅有偏执狂才能有过人的毅力，才能获得最大的成功！所以，越失败，越专注，越成功。

**三、职业环境分析**

世界卫生组织对各成员国卫生人才资源统计结果显示，许多国家护理人才紧缺。在我国，护士的数量远远不够，医护比例严重失调。按照卫

生部要求，我国医院的医生和护士的比例是1：2，重要科室医生和护士的比例应是1：4。而目前全国１:0.61的医护比例远远达不到卫生部的要求，与1:2.7的国际水平相差很大，与发达国家1：8.5的比例相差更远。根据卫生部的统计到20xx年我国的护士数量将增加到232.3万人，平均年净增加11.5万人，这为学习护理专业的毕业生供给了广阔的就业空间。四、社会环境分析当今社会，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，医院中有护织护理人员的升迁政策等等。作为新世纪的护理人员，应当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，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，确定适合自我发展的机遇与空间环境，准确把握自我的奋斗目标。

**四、将来目标**

自我是学护理专业的，在未来应当会向护理事业发展：

1、20xx-2016年学业有成期：我会充分利用学校环境及学习条件优势，认真学好专业知识，培养学习、工作、生活本事，全面提高个人综合素质，并作为就业准备。

2、20xx-2018年熟悉适应期：利用2年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到适宜自身发展的工作环境、岗位。六、大学期间目标及规划我的大学计划是到大学毕业时经过计算机二级，英语四六级考试。当然，本事方面也要得到很大的提升。

1、大学二年级：

a、认真规划自我的学习计划，主动训练，虚心向教师同学请教。

b、认真做好自我的本职工作，和同学们友好相处。

c、在生活中认真踏实广交朋友，积累丰富的课外知识。

d、认真准备计算机以及英语四、六级考试。

2、大学三年级：

a、做一份详细的计划，每到达一个目标就满足自我一个愿望，当然也要制定惩罚措施。有压力才会有动力。

b、学习、工作要统筹兼顾，不能捡了芝麻掉了西瓜。

c、自我的目标要更明确，朝着目标奋斗，到达事半功倍。同时也要发展一下自我的兴趣作为课余生活调解。

3、大学四年级及五年级：

a、同样要制定具体详尽的计划，不断地鞭笞自我，不能放松自我。

b、采集各种资料，经过各种途径使自我的毕业论文更好。

c、争取在大学有一个完满的结局，充满信心地朝自我的梦想前进。

d、出色地完成学年论文，并初步确定自我毕业论文的方向。

e、争取在毕业后就有一份稳定的工作

**五、结束总结**

社会是不断变化的，事情也不会在一成不变的，可是我还是会一向朝着我的目标前进的，即使道路是曲折的，滋味是苦涩的，但我还是不会放弃。然而，适当的，适时的调整是免不了的，我会定时给自我做评估，按实际情景作出一些更好的调整以适应社会的新变化。

## 护士职业生涯规划书4

### 一、前言

庄子曰：“人生天地之间，若白驹之过隙，忽然而已。”
有一番成就的人，必然都是善于利用时间，把握自我的人。从收到大学录取通知书的那一刻起，我就踏上了护理职业的.道路。如今，我已经成为一名护士，如何将今后的工作做好、将我有限的职业生命尽量延长，是我现在必须认真思考的事情。

### 二、自我评价

我是一个刚刚毕业的护理本科生，可这并不意味着我有着多大的优越性或拥有过人的技术能力，其实大家同在一条起跑线上，谁能够出类拔萃还要看今后的努力。我不怕吃苦，动手能力强，喜欢临床工作。不论是工作还是学习上，我总是争强好胜，不服输、不甘落于人后，这也是我前进的动力之一。最大的缺陷是有时候做事拖沓，不够果断干脆。

### 三、内外环境分析

万事开头难，医院护理部相信我们给于我们很高的评价并为我们今后工作设定了一个比较高的起点和平台。我相信，在护士长和前辈们的带领

下，我能够很快地进入护理角色，更好的发挥特长，更出色地完善职业生涯。

**四、五年职业规划目标与行动计划**

1、XX年2月~XX年2月

适应期：不论是在本科室上班还是在轮转中都要踏实工作，认真学习专业知识和技能，虚心请教，适应工作环境，熟练掌握各班次工作流程、岗位职责及核心制度等。

2、20xx年3月~ XX年2月

熟练独立期：完成护士规范化培训，能够独立、熟练、正确完成自己班次的工作，可以单独上班及承担相关责任。科室、医院组织的三基理论、操作考试及专科护理考试都必须过关；在护士长帮助和指导下，没半年完成一次教学小讲座，一年度完成一篇论文，一篇英文综述。

3、XX年至XX年 进取创新期：

（1）XX年3月~ XX年2月

在保证临床工作出色完成、无缺陷、无差错，各项考试合格的前提下，经护士长的指导，完成论文和英文综述，参与并组织科室的教学讲座、教学查房。加强各科理论知识的学习，关注考研信息，尽量考取在职研究生，继续提升自我。

（2）XX年3月~ XX年2月

在保证临床工作及各种考查任务过关、学习任务完成的前提下，查阅大量资料、学会科研设计方法，协助护士长进行本科室护理科研，累积经验。修满ⅰ类、ⅱ类学分，为升职称做好准备。

（3）XX年3月~ XX年2月

在保证临床工作及各种考查任务过关、学习任务完成的前提下，尝试进行护理科研，通过职称英语和计算机考试，备齐资料，准备晋升主管护师。

同时应加强学习管理知识，掌握自我管理与其他管理学知识，能有自己的心得体会，并学会应用。

**五、调整与评估**

有计划的人生会更加条理，紧凑而充实，这样一个职业规划也让我重新审视自己，重新起步，开始为自己、为人生做一番奋斗。也许以后的道路不平坦，也许有很多新的困难，但我坚信，我可以！我能够做得更好！

## 护士职业生涯规划书5

**1、专业环境分析**

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、高本事的护理人才也层层辈出。截至20xx年底，全国护士共154.3万名，占卫生技术人员的34%，根据20xx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%，我国护理硕士教育起于90年代，此刻已经基本成熟。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，20xx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，为我们供给了若干机遇，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本事。

**2、职业规划**

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，很大程度上取决于适宜的目标，有了目标，才会有动力。有句话说得好：如果你不明白你要到哪儿去，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：

（一）第一年

1、第一个月至第四个月

学习目标：熟悉医院、护理部和科室的规章制度；知晓各个班次的工作流程和工作重点；掌握电子病例操作系统的使用方法。

本事目标：和科室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资料；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，进取熟悉科室业务，使自我适应繁忙而多变的临床工作环境；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；利用休假时间浏览医院网页，关注医院政策和新闻动态，熟悉医院的运行机制。

2、第五个月至第一年

学习目标：基本掌握科室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；本事目标：能够具有必须的社会实践和护理本事，并将理论知识与临床实践相结合，使自我在工作岗位上有所作为；不断增强护理科研素养和提高科研水平；英语水平不断提升，有必须的听、说、读、写本事。

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；定期参加医院和科室组织的业务学习，多与领导、同事、病人互相交流，查漏补缺；每周定期到示教室练习基础护理操作，使各项操作得心应手；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，并结合科室实际情景，在护士长带领下进行相应的科研项目；努力学习好英语，每一天利用课余时间，多读、多听、多练，让英语水平更上一层楼。

（二）第二年至第五年

学习目标：熟练掌握护理“三基”资料；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；提升专业英语水平。

本事目标：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本事；具备必须的临床带教本事和管理本事；充分发挥科研本事。

职称目标：主管护师职务目标：临床带教教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，扩展自我的知识面；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，培养沟通交流本事和组织协调本事；协助带教教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，鞭策自我对专科知识的掌握；经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；至少完成两项科研项目；将护理科研纳入护士公共必修课程，讲解护理科研的基本资料并提高护理人员的科研意识。

（三）第六年至第十年

学习目标：国内外临床护理新进展；新的教学模式；护理管理模式和理念。

本事目标：个人职业本事稳步提高，职责心增强；精通本科室的业务，能独立完成临床教学任务；能够接收比较重要的工作任务，管理本事得到锤炼；能比较周全的思考和处理问题，已成为工作中的主干。

职称目标：主管护师或副主任护师职务目标：护士长行动计划：查阅文献资料，收集国内外护理动态；争取出国进修的机会，“走出去，请进来”，学习和借鉴国外先进的模式和机制；尝试不一样的临床带教方法，培养实习生的整体护理本事；以一名护理管理者的标准要求自我，在实践中积累管理经验；参加省级、国家级的学术交流活动，发表较高水平的论文至少每年一篇，至少完成两项科研项目。

（四）第十一年至第二十年

学习目标：不断推陈出新的新理论、新技术；先进的管理模式。

本事目标：成为临床护理专家或出色的管理者；积累丰富的管理经验，具有较强的组织本事、交往本事和管理本事。

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：坚持进取、乐观进取的心态，重新认识环境、评估自我，寻找新的挑战，坚持职业新鲜感；与兄弟医院交流管理经验，定期参加护理管理培训班；发表高质量的、引起业内重视的论文至少每年一篇；完成有影响的科研项目，获得省级、国家级甚至更高级别的奖励；参加相关书籍的编写工作。

## 护士的职业生涯规划书2

### 一、个人评估

1、自我评估：要更好地做好将来从事的职业，就要更好的了解自身的本事，制定将来要改善和保留的计划。我认为我善于与人沟通，富有同情心，并且注重自身动手本事的培养。我此刻还是一名在校就读护理专业的中专生，学校注重的就是实际操作本事的培养，而我也受益良多。我认为我会学到更多的护理知识。可是，我的理论知识欠缺，还需要阅读很多的课外书籍，丰富自身理论知识，以更好的适应市场竞争。

2、评估结果：

自我评价优点：善于与人交往，个性开朗，容易感染他人。

缺点：办事不够细心，个性直率，带点冲动。

家人评价优点：关心他人，有善心，动手本事较强。

缺点：做的总比想的快，往往做无用功，有时脾气太暴躁。

教师评价优点：关心团体，善于与同学交流，喜欢帮忙人。

缺点：做事不够细心，发起火来脾气有点烦躁。

同学评价优点：很好的聊天对象，很可爱善良。

缺点：不喜欢麻烦事，有时候性子太急。

小结：经过各项的分析，我了解了自我职业本事上的优点与不足；语言表达本事优秀，但细心程度不够，记忆本事不足，应多读书多记忆，增强记忆本事，并不断补充知识的不足。

3、自身发展条件

家庭分析：家里主要是以父母做小生意来维持生活，属于中下等经济水平、生活条件一般，但全家人过得很开心，因为是一个团结和谐的家庭。爸爸是一个大男人主义，但很通情达理的一个人；妈妈从不唠叨。

学习基础：中上水平。对于所有科目来说，除了英语科，其他科目都比较好。所以，为了克服英语的难点，能够给自我设置一个英语环境，坚持“多听”、“多读”、“多写”，那么英语在不断的确努力下，肯定会很好，并且会很出色的。

学校环境分析：学校是以悠久的历史和良好的校风、教风和学风。优美的生活学习环境，有丰富多彩的学校文化氛围，有优美的学校环境。

**二、职业分析**

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，高本事的医学人才，异常是临床经验丰富的教师，教师是培育`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。

3、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，中国仍需要很多的临床护理工作者，临床护士的市场需求较大，对与具有丰富的理论知识，扎实娴熟的技术的临床护士更是急需。

**三、确定目标和制定发展措施**

1、近期目标：(20xx~20xx年)

确定目标：在校期间多和教师、同学讨论交流学业，学好扎实的基础理论知识和熟悉的操作技能；实习期间精通各项护理技能的操作，并做到出色的临床实习期工作；以到达顺利地考过执业资格护士证。

制定发展措施：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，进取熟悉科室业务，使自我适应繁忙而多变的临床工作环境；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；利用休假时间浏览医院网页，关注医院政策和新闻动态，熟悉医院的运行机制。

2、中期目标：(20xx~20xx年)

确定目标：攻读并取得大专文凭；经过考核后有一份稳定的工作；考取编制护士证；取得护师资格证。

制定发展措施：

3、中长目标：(20xx~20xx年)

确定目标：经过英语考试，拿到英语三级证书。

制定发展措施：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；定期参加医院和科室组织的业务学习，多与领导、同事、病人互相交流，查漏补缺；每周定期到示教室练习基础护理操作，使各项操作得心应手；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，并结合科室实际情景，在护士长带领下进行相应的科研项目；努力学习好英语，每一天利用课余时间，多读、多听、多练，让英语水平更上一层楼。

4、长期目标：(20xx年之后)

长期目标：考到护师资格证，成为护士长

确定目标：职业目标分解与组合

职业目标：业务本事高的护理人士，优秀的护理教育者。

1.成果目标；经过临床工作，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、经过英语高级口语考试。

职务目标：护士长

本事目标：精通各项护理技能的操作，经过实习具有必须的实践经验；具备精湛的业务本事；有必须的科研本事，发表2篇以上论文。

经济目标：20xx-5000元月

2.学历目标：经过副主任护师的晋级，取得教师资格证。

职务目标：护士长，优秀教师

本事目标：熟练处理医务工作，工作业绩在同级同事中居于突出地位；成为受欢迎的教师。

经济目标：4000-7000元月

3.学历目标：攻读并取得博士学位

职务目标：大学高级讲师

制定发展措施：科研本事突出，在国外权威刊物发表论文；构成自我的护理管理理念，有很高的演讲水平，具备组织、领导一个团队的本事；带领更多的护理教育者，提高中国护理教育工作；具备应付突发事件的心理素质和本事；有广泛的社交范围，在业界有必须的知名度。

经济目标：6000-10000元月

## 四、成功标准：

我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。顺利进入医院，掌握总结经验后尽快转入教育工作。当然只要自我尽心尽力，本事也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现(异常是收入目标)我也不会觉得失败，给自我太多的压力本身就是一件失败的事情。

**五、结束语：**

一个人成功必定在很久以前就做好了长久的打算，拥有了一份属于自我的人生规划书。仅有全面的认识自我，深刻的了解这个社会的发展，并为自我人做好规划，成功才会向你走来，我不甘被社会淘汰，那我只能朝着设计好的将来一步一个脚印的走下去，去适应甚至挑胜它。

## 护士职业生涯规划书6

光阴似箭，日月如梭，稍不留神，时间就会从指甲缝中溜走，如果现在对自己对未来没有一点规划，让日新月异的知识就这样变化着，而自己不付出任何行动，觉得这样的自己是落伍的，一生也就这样无聊的过完了。要赢就应在起跑线。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，又怎能承担得起治病救人的重任。因此，我决定试着为自己拟一份职业生涯规划计划书，将自己的未来好好的设计

一下，让自己先体验一下什么叫压力，有了压力，才有了动力，有了动力就有了目标，有了目标就有了未来

**一、自我评价**

我是一名就读于鄂州职业大学的专科护理学生，是家里最大的希望，兴趣爱好广泛，有着良好的人际关系，朋友也挺多的，做事认真、投入，一旦是自己认准的事会尽最大努力去完成，但有时感觉毅力不是很大，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。

**二、就业前景分析**

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。再加上当今社会护理人才的紧缺，一个医生至少需要两个护士，但现实是，现在一个医生只有0。61个护

士，所以，我相信，只要自己努力学好专业知识，有爱心，有恒心，有耐心，有同情心，有责任心，毕业之后再内因和外因条件都具备的情况下，一定会找到一份满意的工作

**三、自己的优劣**

优；本着对英语的热爱，让自己成为了医学院涉外班的一名学生，由于有一个良好的学习氛围，因此成就了自己英语成绩稍微有点好，如果可以至少要拿到英语四级证，再加上正在学习雅思和每个星期都有几节外教课，扩大了自己学习英语的圈子，以后再外企医院上班会有一点点优势劣；自己目前为止还只是大专文凭，随着科技的发展，在文凭上也许会输，但一旦工作稳定后，会通过自己的努力拿到更高的文凭，感觉自己还不是很有耐心，因工作的需要一定会改。

**四、职业目标分解与组合**

20xx-2013职业目标：通过实习，将理论知识运用到实践中去，学习最基本，但又不得不掌握的知识

20xx-2014成果目标；由基层进入待临床，通过临床工作，提高自己的实践能力

学历目标：拿更高的文凭

20xx-2015职务目标：比护士长低，比护理员高的职位

能力目标：加大自己与病人及其家属，交流的能力，提高自己的应变能力，与医生，护士建立良好的人际关系

## 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。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。

## 六、解决方法

1．教育培训方法

（1）充分利用专科毕业前在校学习的时间，为自己补充所需的知识和技能。包括参与社会团体活动、广泛阅读相关书籍、选修、旁听相关课程、报考技能资格证书等。

（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，参加校友联谊活动，经常和他们接触、交流。

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。有意识地进行自我训练。

（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、重视同学交际圈、重视和每个人的交往，不论身份贵贱和亲疏程度。

**七、本人对职业规划的看法**

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。

**八、结束语**

一份好的职业规划书，是对自己不足之处的认识，更是对自己未来的规划，计划在手，未来不走。

**护士职业生涯规划书7**

一、前言

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/205024000033012044