# 2024年护理的职业生涯规划书的格式(实用15篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-05-24

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。护理的职业生涯规划书的格式篇一在今天这个人才竞争的时代，职业生涯规划开始成为...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**护理的职业生涯规划书的格式篇一**

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。

我是一个当代专科护理学生，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。

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、xx-xx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。

2、xx-xx年

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、xx-20xx年，在自己的工作岗位上

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，构置一套房子。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居室.

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

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！”

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．xx－xx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．xx年－xx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．xx年－20xx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。

职业生涯规划实施方案

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

（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。

**护理的职业生涯规划书的格式篇二**

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，但是我感觉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

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，我感觉快要落伍了，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，构置一套房子。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。

3.每一个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每一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。

**护理的职业生涯规划书的格式篇三**

在全球卫生事业发展迅速的形势下，中国护理专业在教育、实践、管理、科研等层面都有突飞猛进的发展，中国高素质、高技术、高能力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%，中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，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。

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)20xx年——20xx年(第一年)

1、20xx年8月—20xx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。

2、20xx年1月-20xx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措施;精通各项基础护理操作;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)20xx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。

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。

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。

(四)20xx年――20xx年(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。

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。

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。

**护理的职业生涯规划书的格式篇四**

时间：（20xx年－20xx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：完成硕士、博士的学习，进入三甲以上医院踏实完成近十年的临床护理工作，认真积累并总结工作经验，为成为一名成功的护理教育者累积经验，努力尽早成为护理教育者。

已进行情况：读完本科

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。

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。

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；具有较强的人际沟通能力；思维敏捷，表达流畅；在大学期间培养了较强的组织协调能力；有很强的学习愿望和能力。

（2）性格：内外兼有

特长：中医刮痧

爱好：听音乐，读书，写随想，参加各种有意义的活动。

2．角色建议：

父亲：“积极向上，不断学习，能力要强”；“工作要努力，有发展，自己提高真正受益者是自己。”

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！”

职业目标：业务能力高的护理人士，优秀的护理教育者。

1．20xx－20xx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

经济目标：20xx-5000元/月

2．20xx年－20xx年：

学历目标：通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

能力目标：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。

3．20xx年－20xx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；具备应付突发事件的心理素质和能力；有广泛的社交范围，在业界有一定的知名度。

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。当然只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（特别是收入目标）我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

实施存在的障碍：

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；

4、身体适应能力有差距。

5、社交圈太窄。

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。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。

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。

看了这份职业规划书,我感慨颇多.曾经为了创业也写了与此相类似的创业计划书.洋洋洒洒足有100多页,经过调研论证写计划书演讲答辩再调研再修改计划书,如此反复,经历了一年,可偏偏就没有如此认真的对待过自己的人生,进行合理的规划,总是混混噩噩地过着,这不能不说是一种讽刺.

现实中是不是还是有许多人和我一样呢,看了这些大家又做何感想呢,我想这里就不用我多说了.

**护理的职业生涯规划书的格式篇五**

本人于xx年9月考入广西医科大学，将在26月毕业。为人诚恳、性格温和、勤劳能干、心地善良、乐于助人、严格要求、积极进取、认真负责。现在就读的是七年制临床医学专业，希望将来能成为一名称职的医生。

（1）优势

待人诚恳温和，与人相处友好，人际关系不错，乐于助人，体贴他人，习惯性地为他人着想，得到同学的拥护。

喜欢学习新的知识，经常提出问题并积极思考，寻找答案，有一定的分析能力，做事坚持不懈，有始有终。

生活态度积极乐观，遇到问题，勇于面对并解决，碰到挫折，能较快调节自己的心情，注意身体的锻炼，拥有健康的体魄。

思维缜密，能较周全地考虑问题，善于发现方案的不足或缺陷，并及时作出修改，能很好的与他人合作，具有良好的团队意识。

（2）劣势

（1）机会

（2）威胁

（1）so战略

抓住在校学习的机会，努力学习专业知识，提高自己的理论和实践能力，增强竞争实力

（2）wo战略

（3）st战略

（4）wt战略

近期规划

xxxx年9月--20xx年6月（大二学习阶段）

课前预习，认真听课，课后复习，牢固掌握好生理和生化这两门课，争取期考时，这两门课成绩优秀。其他课程也要学好，其掌握程度可不要求那么高。同时复习好上学期的`解剖和组胚课，加深对其的掌握，另外过英语六级。参加两个星期的见习，掌握基本器械识别。

xxxx年9月--20xx年6月（大三学习阶段）

xxxx年9月--20xx年6月（大四学习阶段）

重点抓专业课的学习，同时思考自己将来从事那个科。多花时间在实验室，掌握基本的实践操作，继续英语的学习。

xxxx年9月--20xx年6月（大五学习阶段）

重视专业课的学习，发表一篇系统的综述或meta分析论文，为实习做好充分的准备

xxxx年9月--216年6月（大六大七实习阶段）

掌握好医院里面的多种看病诊断技术，熟悉各项操作流程，打好和医生的关系

中期规划

xxxx年9月--22年6月

xxxx年在三甲医院从事临床工作，继续深造学习。

xxxx年6月--22年底

通过于志同道合的朋友，筹备创办一家诊所

xxxx年

购置一套房子。

**护理的职业生涯规划书的格式篇六**

无目标的努力，有如在黑暗中远征。作为一名当代大学生，要想在毕业以后，能够在竞争日益激烈的社会找到一份好的而且适合自己的工作，有一个确定的目标和一份详细的计划是很重要的，不要使自己迷失在安逸的大学生活中，对自己的大学生活和人生进行职业规划是很有必要的。我自己也觉得有目标、有计划是对自己的未来负责。

个性特征：乐观向上、不怕吃苦、友好善良、有责任心

人际关系：待人真诚、与同学建立了良好的人际关系

身体条件：身体健康，经常锻炼身体

优劣势分析

优势：做事认真积极有耐心，富有爱心、责任心，沉着冷静，乐观积极。作为一名护理人员，肩负着救死扶伤的光荣使命，面对病人耐心、爱心、责任心一样都不能少，而在医院随时都会出现突发状况，作为医护人员必须要沉着冷静，才能最大程度的帮助病人。

劣势：有时缺乏自信，做事不够果断，有些内向沟通交流能力不是很强。在医院，作为护理人员需要很好的与医生和患者沟通，才能够很好的开展护理工作，而想做好一名优秀的护理人员，良好的沟通能力是必不可少的，特别是现今社会护患关系紧张，是否能很好的处理好护患关系，显得尤为重要，所以在这方面需努力提高与加强。护理人员主要是与病人打交道，如果做事不够自信、不够果断，给病人带来的感觉一定不好，并且可能会给病人带来心理上的影响，所以要成为一名合格的护理人员，一定要培养自己的自信心和处事风格，体现出护理人员的精神风貌。

家庭环境分析：生长在农村，父母靠种田维持生计，经济状况不是很好，父母都希望我能好好学习，毕业后能找到一份稳定、收入不错的工作。

社会环境分析：尽管近年来护理人才培养不断扩大，但是根据社会对护理的需求，护士数量仍严重不足。据统计，我国每万人拥有护士数为7.6人，这与发达国家如美国(71.4/万人)、日本(41.7/万人)相比差距很大。另外，为完善初级卫生保健和满足人们对健康多方面高层次需求，护理人员与医生在数量上的比例应达到2∶1或4∶1，而我国目前只达到1∶1左右。因此，为实现wto“人人享有卫生保健”的全球战略目标，迫切需要大批高层次护理人员。

职业环境分析：近年来护理学本科毕业生就业形势良好，且呈现出以下特点：

(1)参加工作的护生人数远远大于考研究生者;

(2)就业主要集中在中等以上城市;

(3)就业单位主要选择医院。为了使卫生事业发展适应社会经济的发展，各级各类医疗机构对本科层次护士充实到临床第一线的要求越来越迫切;随着医学的发展，高新技术的应用，系统化整体护理工作的开展，对护理人才的知识、技能，职业素质也提出了更高的要求，为此用人单位在招聘新护士时优先录用本科学历层次的护理人员。

(一)职业目标：优秀护理工作者、优秀护理教育者

(二)目标实施

短期计划(20xx年—20xx年)

大二(20xx年)过英语四级、计算机二级，学好护理学的基础课程，有针对参加一些比较实在的社团，培养自己的能力。

大三(20xx年—20xx年)学习专业课，努力将专业课学好，有针对性地学习一些相关专业知识，同时，学习一些课外知识来辅助专业课的学习并且对就业情况进行初步的了解。

大四(20xx年—20xx年)实习期，认真学习临床知识，积累临床经验。搞好毕业的一系列事，当然要出色地完成实习工作。使自己的大学生活有一定的收获，最后为大学的学习、生活画上一个圆满的句点。

中期计划(20xx年—20xx年)

20xx年毕业后进入本省的三级医院，努力学习工作知识，精通各项护理技能，搞好同事之间的`关系，并积累一定得临床经验，总结临床护理经验，为今后的护理教育做准备，有稳定的经济收入。

20xx年—20xx年考取护师资格，争取把工作做得更好，在自己的岗位上有出色表现，得到上级肯定，努力的目标是担任护士长职务。多为自己充电，不断学习专业知识，了解国内外先进护理知识。

长期计划(20xx年—20xx年)熟练处理医务工作，工作业绩在同级同事中居于突出地位，通过副主任护师的晋级，取得教师资格证。

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，这就我们要求有清醒的头脑，不断的对职业生涯计划进行评估与调整，其评估的内容包括：职业的重新选择;生涯路线的选择;人生目标的修正;实施措施与计划的变更等等。评估时间：一般情况下，我定期(一年或半年)评估规划;当出现特殊情况时，我会随时评估并进行相应的调整。目标是创造出来的，因此在不同的时间不同的环境下目标都可以作出调整，使之更符合我的理想愿望，也更符合实际。

结束语

社会在不断地发展着，每天的就业形势都在变化，这就要求我们要在规划后再根据社会的不断变化来不断地调整我们的人生规划，也许在这样那样的形势所迫下我们要实现自己的职业规划会很艰辛，但只要我们不懈的追求，不要因为挫折而畏缩不前，不要因为失败而一蹶不振;有屡败屡战的精神，有越挫越勇的气魄，我坚信成功最终会是属于我们的。而现在我要做的就是，朝着这个规划的目标前进，以满腔的热情去获取最后的胜利。

**护理的职业生涯规划书的格式篇七**

1、个人优势：有上进心和责任心，认真而持久的做好每一件事；有很强的好奇心，爱研究新奇事物；自我控制本事强，能够很好的把握个人的\'娱乐时间和学习时间；对待每一件事认真而又自信，我的性格活泼开朗，爱与人交往，以诚待人。在大众面前有点约束，但能现实个人的本事，发表个人的瞅法。

2、个人劣势：有时候太过于追求完美；主持经验缺乏，专业技术方面不精练，遇到大的事情没有主见，经验不足，在大众面的有点约束。

1、优点：

（1）父母家人评价：做事努力认真，有爱心和责任心。

（2）老师领导评价：对待工作认真，做事积极。

（3）同学朋友评价：温柔，乐于助人，想象力丰富，待人友好，工作负责。

2、缺点：

（1）父母家人评价：脾气不太好、懒。

（2）老师领导评价：做事要沉稳。

（3）同学朋友评价：主持经验缺乏，在大众面前过于约束。

我的职业兴趣类型为：自主/独立型。

这类人期望随心所欲安排个人的工作方式，工作习惯和生活方式。他们追求施展个人本事的工作环境，实现自身价值，摆脱组织的限制和制约，他们宁愿放弃提升或工作发展机会，也不愿意放弃自由与独立。对于计划独立自主开创未来的我来说，会是表现自我的一种方式。

**护理的职业生涯规划书的格式篇八**

做一位成功的.护士，首先要对我们所从事的职业熟悉、热爱并充满激情，这就是事业容易成功的一个理由和原因。我们护士在职业过程中需要有专业知识，有良好的职业素质，还要有非常好的沟通能力、文笔书写能力及外语能力，这样才容易创造自己的职业业绩。人的一生当中大家都会忙碌的生活和工作，如果只是为了生活而忙碌，那我们可能生活在一个低等的生活状态。如果是为了享受生活而奔波，我们就会生活在一个中等的生活状态。如果为了发展自己体现自己的职业价值而呕心沥血的工作，那我们就会享受高级的人生生活。人生真正的快乐是发展自己的潜力，追求卓越，取得成绩。让自己的生命充实而有意义，这才是让护士的职业更有价值的的源泉。

世界排名前四位的职业为：律师、医生、教师、护士，护士在世界许多国家和许多行业中是一个非常受尊重和受欢迎的也是比较稳定的一个职业。我们在自己的护士职业发展的过程中应如何的发展自己呢?总体来说有5条：

1、临床职称系列护士职称由低到高分别是：护士、护师、主管护师、副主任护师、主任护师和知名专科专家。

2、护理管理系列护理的管理岗位逐渐提升的过程如下：负责人(如专业组或者护理组的组长)、护士长、科护士长、高级护理干事、护理部主任、护理管理院长。

3、国际护士系列成为中国注册护士后，经过x年的努力和实践，可以申请境外注册护士资格到其他国家去做注册护士，通过境外护士的资格考试，取得相应国家的注册护士的资格。

4、专科护士方向责任护士不断积累经验使自己不断完善，可担任护理小组的组长，负责对下属护士的指导，然后再发展再提高可以成为一位专科护士，还有的人可以承担一些专项的护理专家，比如说造口护士、糖尿病护士或者是导管护士等，在这些基础上经过深造或者专业的学习也可以成为专科的护理专家。在临床工作中，要衡量自己适合成为哪个目标，提高自己的核心竞争力，做个有准备的人，做个让职业的每一天不虚度的人。

5、边缘职业医院内的边缘岗位有康复、理疗、麻醉、导管等，这些岗位除了需要护士的本职工作外，还需要学习和掌握相应的专科、专业的理论知识和技能。医院外的边缘岗位有保险公司、医药公司、医疗器械公司、妇儿保健、健康管理、营养和心理咨询等，这些都是护士可以通过专业学习从事的职业，也是非常适合成年或有一定年资的护士去尝试的。选择了护士职业，就选择了奉献;选择了护士职业，就选择了博爱;选择了护士职业，就选择了终生学习;选择了护士职业，就选择了爱心与责任。那么，护士职业需要什么样的人来从事?在南丁格尔护士学校，选择护士的条件是要具有专业知识、性格温和、对患者具有同情心。在x世纪我们同样需要有知识、技能、同情心的护士。

1、当你选择护士学校读书时当你选择护士学校读书时，就应该深刻认识护士职业，学好专业，确定专业目标，训练综合素质。在选择护士学校读书的时候，我们的职业目标是：具有较系统的、完整的基础知识，掌握比较全面的、牢固的专业理论知识;掌握一到两种国际通用的语言;培养自己的特长。在做护士学生的时候就应该强化护士角色的意识，尽快缩短护士学生到职业护士之间的距离。以护士的角度学习医学知识，以护士的标准规范规范自己的言行，以护士的眼睛观察身边的人和事，以护士的心态面对身边发生的一切。

2、当你临床生产实习时临床生产实习是做一个合格护士的良好的开端，应该认识到作为一个护士应该适应医院的工作环境，在医院要训练自己的综合素质，培养锻炼自己的情商，将理论知识实践为能力，学习前沿的理论和技术。在实习阶段还应该获得一封推荐信，这封推荐信将有利于你的择业和以后的发展。在做临床实习护士时，我们应该确立这样的职业目标：具备护士素质，掌握护理技能，适应职业需要。

3、当你选择工作应聘时当你选择工作应聘时，应该做个有准备的人。这时很多信息需要我们自己把握，我们要了解信息、把握机遇，选择自己应该或者适合去的医院。在择业时，我们要记住应该理智选择，沉着应对，一展芳华!所以，在择业应聘时，我们的职业目标应该是：找到适合自己发展的岗位。

4、当你成为见习护士时当你成为一名见习护士时，应该有良好的职业形象，最重要的是要做到职业安全，另外，要以优秀的注册成绩注册成为护士。理论和经验都很重要，所以刚工作的时候，要非常的谦虚，主动学习、主动多参与一些工作，这样使自己得到大家的认可，自己也得到了一种锻炼。所以，当你成为见习护士时，职业目标就是成功注册。

5、当你成为注册护士执业时成为注册护士后，很容易呈现出一种成长依赖期的状态，所以，这个时期应该认识到自己是一个刚参加工作x年的新员工，很多东西仍需要学习，每一项操作都要非常认真和严谨。注册护士需要有很好的观察能力和文书书写能力，还应该根据自己的情况，适当的补充学历，努力适应自己的岗位工作，不断提高自己的外语能力和技术操作能力，使自己成为一个可塑造的护士。在这个阶段我们的职业目标是：成为在任何岗位都受欢迎的护士!

6、职业x年之内的你这个时期我们应该有带教能力、掌握技术能力、监护危重病人能力、在短时间内动员知识储备的能力和应变应急能力。职业目标是：出色一些，博学一些，成为可塑造的护士，成为骨干护士。

7、职业x年以后的你职业x年后x%的人会停留在这个阶段，不再往前发展了。在这个时候我们应该努力的去发展自己、提高自己，成为专业骨干，要相对稳定的从事x个或x个科系专业，不要多次的转换科系。能够独立承担特护工作，准确判断解决工作中的问题。能够参与新业务、科研、教学、质控、赛事等。此阶段是丰富阅历，积累经验，增长才干的时期。职业目标是：成为可培养人才，有修养，有能力，有业绩人才。

8、成为主管护师的你成为主管护师后，应该进入了指导授能期。因为这个时期的护士往往成为稳重成熟的职业护士，可承担各种各岗位工作，抢救病人时，有段时间内调动知识储备的能力，用知识和经验解决的能力。可参与教学、学术、科研、质控、查房、讨论。所以，这个时期的职业目标是：成为经验丰富、有修养和能力、有业绩的护理人才。

9、当你已是高年资护士时一个x年资护士应该成为科室的骨干、专业学科带头人，还应该在护理会诊、护理病例讨论、护理指导和一些特殊情况的处理上都是一个护理专家，都能够在医院、科室起到护士引导的作用，而且善于培养年轻护士。主要业绩应该是主持科研工作、著书授课。这个时期的职业目标是：具有广博深厚的专业知识、精湛的技能和较高专业水平的护士。

10、当你成为护士长的时候一个护士长应该有较高的情商，同时在管理能力、决策能力、文字书写能力、语言表达能力、批判性思维能力等方面也应该比较出色，只有这样才能承担起护士长的工作。护士长在具有管理能力的同时，具备较高的专业能力也是非常重要的。对于专科的技术操作、机器设备的应用，护士长都应该熟练，而且能够指导下属护士。护士长还应该具有专业的科研能力，对经常护理的病种进行科学的研究。另外，质量控制能力也是护士长应具备的基本能力之一。护士长的职业目标是：成为道德高尚、有凝聚力、高效率、受欢迎的护士长。

11、当你成为高级管理者或护理专家时，成为高级管理者或护理专家时，应该学习运用知识及信息的能力。由于我们承担着非常重要的护理管理的职能，所以要具备较高的管理能力，同时应该增加自己的周边知识，有稳定的专业发展方向及较高的业绩，在本专科及岗位有深厚的影响力。另外，有开拓创新能力、培养人才能力、组织策划能力、著书授课能力。所以这个时期的职业目标是：成为优秀团队的创建人和领头人，具有专业的管理成就。

12、当你考虑退休的时候当你考虑退休的时候，要思考自己的职业能力积累;要思考自己的职业定位;要适时的让位自己的岗位;要为有能力到任何一所医院工作而准备;要培养年轻人，对事业负责;要以自己良好的职业素质影响更多的护理人。

1、x岁x这个时候我们都是纯真的，不怕有些规定;我们是热情的，敢于表达，敢于批评;这个时候我们要适度的自傲，但是要懂礼貌，知礼节，要学习认真，值得信赖，这样才能时时有进步。这个时候我们每个月至少要读x本书，人的一生读书中会有x个阶段，如毕业后、结婚前后和就业以后，我们要抓紧时间使自己在人生的每一个阶段都不停留。

2、x岁x这个阶段是我们展示领导才能和负责的阶段。我们要积极努力的向管理层晋升，这个时候要不断学习、不断充电，不要因为家庭而影响事业，也不要因为我们个人情绪影响到发展。这个时期的职业形象应该是：受年轻人部下信赖、做事有魅力、做事诚实、谦虚。

3、x岁x这个阶段我们要努力，我们要成熟，形象和长相就是我们的履历表，我们要爱护自己，爱护自己的职业，在这个时候年龄差可能会差到x岁左右，能力会差x倍。

**护理的职业生涯规划书的格式篇九**

1、个人优势：有上进心和责任心，认真而持久的做好每一件事；有很强的好奇心，爱研究新奇事物；自我控制本事强，能够很好的把握个人的`娱乐时间和学习时间；对待每一件事认真而又自信，我的性格活泼开朗，爱与人交往，以诚待人。在大众面前有点约束，但能现实个人的本事，发表个人的瞅法。

2、个人劣势：有时候太过于追求完美；主持经验缺乏，专业技术方面不精练，遇到大的事情没有主见，经验不足，在大众面的有点约束。

1、优点：

（1）父母家人评价：做事努力认真，有爱心和责任心。

（2）老师领导评价：对待工作认真，做事积极。

（3）同学朋友评价：温柔，乐于助人，想象力丰富，待人友好，工作负责。

2、缺点：

（1）父母家人评价：脾气不太好、懒。

（2）老师领导评价：做事要沉稳。

（3）同学朋友评价：主持经验缺乏，在大众面前过于约束。

我的职业兴趣类型为：自主/独立型。

这类人期望随心所欲安排个人的工作方式，工作习惯和生活方式。他们追求施展个人本事的工作环境，实现自身价值，摆脱组织的限制和制约，他们宁愿放弃提升或工作发展机会，也不愿意放弃自由与独立。对于计划独立自主开创未来的我来说，会是表现自我的一种方式。

**护理的职业生涯规划书的格式篇十**

在我中考结束，伴着9月份的开学，步入绍兴护士学校的那一刻起，我就深刻地认识到：自己今后将会成为一名“白衣天使”。如此圣洁的名字，让我从内心深处为自己喝彩。

当我在校内看见学姐们身着护士服，头戴燕尾帽，不停地在实训楼内细心操作的身影时，我由衷的希望自己也能穿上这身神圣的衣服。同时，我也很庆幸自己选择了这样一份专业。它让我感觉我的周围闪耀着阳光，连黑夜也变得不那么可怕了。

当我在校内看见南丁格尔的雕像时，我就梦想着自己能成为像她那样的人。“提灯女神”，“克里米亚天使”，多么美丽的称呼啊！我希望护理事业能因为我的加入而变的辉煌，变的灿烂，变得到处充满阳光。让自己的护理生涯变得更加多姿多彩。

所以我为自己的人生规划了这样几件想要完成的大事：

第一：我会在校学习期间努力学习，使自己的护理知识更加扎实，使自己的操作更加熟练。在走出学校之后，我要找一个适合自己的科室，在前辈护士的指导下努力充实自己，不断提高自己的专业知识。

第二：不断提升自己的职称，从护士慢慢地向护师迈进，在工作中不断努力，向中国护士是，副主任护师，主任护师努力。

第三：我在医院内工作的期间，能够使我的病患减轻痛苦，经过我的护理，能够恢复健康，回到各自家中和工作岗位。每一位病患都能够认可我的工作能力。

最后，努力在自己的职业生涯结束时，捧回属于自己的南丁格尔奖。

我知道这些事很难成真，要完成我的梦想，其道路是很漫长的，且布满了荆棘。很多人可能会说我这是在天方夜谭，但我会坚持我自己的道路，勇往直前，尽管路途有风雨，但我相信，我定能看见雨后别样辉辉的彩虹。

我祝愿自己能成功，能在工作的医院里与大家和谐相处，处理好护患关系，医护关系，护护关系，让大家认可我，接受我。

我希望我的工作伙伴会因为和我一起工作而开心度过每一个忙碌的工作日。

我希望我接待的每一位病人在他们康复之后，会想起曾经有过一位护士在他们经受病痛折磨时曾给过他们温暖和关爱。

**护理的职业生涯规划书的格式篇十一**

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。

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。

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。

1、近期目标：(20xx--20xx年)

确定目标：在校期间多和老师、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;以达到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，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、中期目标：(20xx——20xx年)

确定目标：攻读并取得大专文凭;通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：通过英语考试，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。

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：业务能力高的护理人士，优秀的护理教育者。

1.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

2.学历目标：通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

能力目标：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。

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;具备应付突发事件的心理素质和能力;有广泛的社交范围，在业界有一定的知名度。

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。当然只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现(特别是收入目标)我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。

**护理的职业生涯规划书的格式篇十二**

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，但是我感觉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

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，我感觉快要落伍了，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，构置一套房子。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。

3.每一个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每一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。

**护理的职业生涯规划书的格式篇十三**

职业兴趣

从小就希望当一名白衣天使，救助他人。平时喜欢外出散步、听音乐，喜欢看杂志类的书籍。

职业能力

做事目标明确；有很强的责任感；有很大的自信心和美好的职业向往；有强烈的团队精神；有较强的自学能力；做事勤奋踏实；重视人际交往。

个人特质

通过霍兰德职业倾向调查测试表，我属于社会型，具有向各种人说明解释的能力，善于体会人心和帮助他人等。

职业价值观

白衣天使是天使的化身，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。胜任能力我平时乐于助人，做事目标明确；有很强的责任感；做事勤奋踏实；重视人际交往；但是也有不足，比如：不够开朗，缺乏社会经验等。

个人经历

1、教育经历：完成九年制义务教育，以优异成绩成功录取南京中医药大学护理学院接受四年制教育。

2、工作经历：高考后有过一个月的饭店服务员打工经历。

3、培训经历：参加学校组织的各项学科培训。

自我分析小结：通过各项分析，我更加的了解自己，希望为以后更好的计划人生目标有所帮助。

家庭环境分析

我从小生长在农村，父母是普通职工，爷爷奶奶在家务农。表姐是一位护士，对我影响较大。爸爸妈妈一直希望我像表姐一样能为人民服务。

学校环境分析

南京中医药大学护理学院拥有雄厚的师资力量，护理专业是本校的特色专业，有较好的发展前景。

社会环境分析

随着改革开放的发展，就业竞争压力不断增强，社会型人才的需要大大增加，这有利于护理事业的不断发展。

职业环境分析

1.行业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、高能力的护理人才也层层辈出。

2.职业分析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`专业化程度不断提高。

3.企业分析大量医院在兴建。

4.地域分析江苏地区经济不断发展，人口老龄化的逐渐加剧，护理事业发展前景较大。

职业分析小结：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，我要提高自身的职业素养，为就业打好良好基础。

内部环境因素

优势因素（s）：乐于助人，做事目标明确；有很强的责任感；做事勤奋踏实；

弱势因素（w）：不够开朗，缺乏社会经验。

外部环境因素

机会因素（o）：

护理行业有较大的发展前景。

威胁因素（t）：

越来越多的人选择护理事业，人才竞争较强。

结论：在大学四年里，要认真学习，打好专业基础，锻炼和不同类型的人的交际能力，加强自身的综合素养。

职业目标：将来从事护理职业。

职业发展策略：进入江苏，最好是苏州地区的医院从事临床护理。

职业发展路径：走临床路线

具体路径：通过本科教育考取护士资格证书-从事临床工作。

短期计划（本科生或研究生阶段）

时间跨度：四年

本期目标：本科毕业时获得毕业证书，考取护士资格证书

细分目标：大一学好人体解剖和中医学基础；大二，大三考取英语四、六级证书，学习掌握好专业护理知识；大四进入医院实习，最好是苏州地区的医院。计划内容：必修科目要抓劳。学好，掌握扎针等专业技能。有空多看书，加强自身道德修养。

策略和措施：大一要适应护理专业的特殊性，大二大三学习专业知识，技能为主。学会自我调节，自我监督。

备注：充满自信，乐观的面对每一天。

中期计划（毕业后五年）

本期目标：毕业五年后要熟悉临床护士的职责

细分目标：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。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。

计划内容：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。

策略和措施：抽空阅读医学类书籍，多和同事们沟通，交流，互相借鉴经验教训。备注：加强与病人的沟通是很重要的。

长期计划（毕业后十年或以上计划）

本期目标：护士长

取得主管护师资格证、通过英语高级口语考试。

计划内容：处理好工作与家庭的关系，关心子女身心的健康发展。积极参加医院的慈善活动，为社会的和谐发展贡献自己的一份力量。

策略和措施：始终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.

备注：正确处理好工作与家庭的关系，合理分配时间，做事分轻重。

1.评估的内容

职业目标评估：既然选择了护理，我就会坚持下去。

职业路径评估：如果就业困难，我就会继续深造，加强自身的职业素养。实施策略评估：随机应变，适时调整。

2.评估的时间：一般情况下，我定期半年评估规划。

3、规划调整的原则：坚持梦想，并结合自身实际情况，不断创新，发展。

一个人成功必定在很久以前就做好了长久的打算，拥有了一份属于自己的人的规划书。只有全面的认识自己，深刻的了解这个社会的发展，并为自己人做好规划，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。

“给我一片蓝天，我将插上天使的翅膀。”我将朝着这个目标，奋然前行！

**护理的职业生涯规划书的格式篇十四**

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。

我是一个当代专科护理学生，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。

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、xx-xx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。

2、xx-xx年

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、xx-xx年，在自己的工作岗位上

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，构置一套房子。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居室.

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

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！”

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、xx－xx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、xx年－xx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、xx年－20xx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。

职业生涯规划实施方案

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

（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。

**护理的职业生涯规划书的格式篇十五**

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，成了众单位抢着要的“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。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）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，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x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；

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn