# 护士生涯规划书 护士职业生涯规划(实用9篇)

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-07-07

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。护士生涯规划书篇一1、...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**护士生涯规划书篇一**

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。

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。

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：(2024―2024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：(2024―2024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：(2024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

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。

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。

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。

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。

**护士生涯规划书篇二**

成功的人生是从职业生涯规划开始的。生涯即人生、生涯即竞争，生涯规划就是一个人一生的竞争策略规划。生涯规划就是规划人生的远景，彩绘生命的蓝图，发挥自己的才能，写出人生的剧本。生涯要规划更要经营，起点是自己终点也是自己，没有人能代劳。生涯规划包括如何成长、学习、谋生及生活。是一连串思考、选择、计划、打拼、发展的终生历程。生涯规划的目的在于，掌握住现在，看得见未来，促进自己了解、自己定位、自己发展及自己实现。

本人就读于xxxxxxx护理学院，系xxxxxxxxxx班的学生，所学专业为护理，将要在大三下学期到大四下学期将近一年的时间里完成专业实习，暂时没有考研的打算。

本人性格外向，热情，善于观察事物，同时富有耐心。在学生工作部门担任职务，有一定的管理能力和人际关系处理能力。

倾向于帮助他人，能获得他人的认可，并且让人有成就感，充实的工作。

本人动手能力、思维逻辑性、交流能力较强，适合做一些动手操作机会多的工作，同时富有创造力，往往能提出具有建设性的建议。

本人的适应能力好，能很快的适应新环境，可以随遇而安，同时对于不同的意见和建议均能听取意见并能虚心接受。

本人性格外向，热情，善于观察事物，同时富有耐心。在学生工作部门担任职务，有一定的管理能力和人际关系处理能力。细心、顺从、做事有序、有毅力，适合做各种细致同时又有些管理性质的工作，同时虚心，踏实，适合本人适合做一些动手操作性质的工作，将理论溶于实践，并在实践中提升自己的工作。

最看重该职业给我带来的社会价值、荣誉感与利益。

优势：动手能力较强，胆大细心，能够完成细致的医疗工作。同时具有有较好的学习能力和领悟能力，能及时接受各类医疗信息的`更新，不易被快节奏的知识更新所淘汰。做一名护士需要与其他医疗工作者一起合作，同时还要与患者进行沟通交流，而我擅长与人交流，可以很好的处理工作中各类型的交流活动。

劣势：平时缺乏钻研精神，并且不喜欢枯燥机械性的工作。

本人适合从事护理专业，因为我的动手能力、学习领悟能力和与人交流的能力切合了护理专业的特点，同时我又兼备耐心，可以很好地与患者解释沟通。但我自己缺乏钻研的精神，在研究方面差人一筹。所以在护理工作中，我会在实践中锻炼自己，提高自己，不断锻炼自己的钻研精神提高自己的研究水平，让自己将来能够胜任管理者的岗位。

**护士生涯规划书篇三**

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

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己提高，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。有意识地进行自己训练。

（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。

**护士生涯规划书篇四**

（1）切实做好基础护理，使护理工作更加规范化。保持病床整洁、无异味、无污迹，物品摆设整齐规范，输液滴数与医嘱相符，勤巡视输液病人，善于观察病人，发现问题及时解决。对于做得好的护士，护士长要在科内会议表扬并根据激励考核方案给与奖励。

（1）试行apn排班方法，弹性排班，严格落实分管床位包干制度，工作忙时可加班，闲时可轮休。

（2）责任护士对分管床位病人从入院到出院的各种治疗给药、病情观察、基础护理以及健康教育等为患者提供连续、全程的工作，切实做好优质护理服务。

（3）全面履行护士职责。整合基础护理、病情观察、治疗、沟通和健康指导等，为患者提供全面、全程、连续的护理服务。密切观察患者病情，及时与医师沟通，与患者沟通，对患者开展健康教育和康复指导，提供心理护理。

（4）深化护士分层使用，依据病人病情、护理难度和技术要求分配责任护士，危重患者由年资高、能力强的护士负责，体现能级对应。

（1）每月召开科室工休座谈，定期听取患者对优质护理工作的意见和建议。

（2）每月进行患者满意度调查从护士的操作技术、仪容仪表、健康宣教、制定整改措施，及时反馈个人。让患者从心里满意，要求每位护士树立良好的服务态度，把病人的满意作为工作的最终目标，尽可能的为病人提供方便，杜绝生、冷、硬、推诿的想象发生，决不允许与病人发生争吵。

（1）个体宣教：由责任护士做每天不少于1次，根据科室常见病的治疗和护理常规、特殊饮食向病人做详细的讲解。

（2）集体宣教：由资深护士负责，内容涉及疾病的自我预防、用药的注意事项、安全防护。

（1）责任护士履行岗位职责。按照岗位管理进行考核，作为绩效考核依据。

（2）护士根据考核标准以得分高低进行绩效。

（3）强化医疗安全核心制度及各种护理操作规范、流程、各种常规的落实。

**护士生涯规划书篇五**

有人唏嘘喟叹护士工作辛苦了一辈子，不应受到如此“不公”待遇;

亦有年轻护士为自己的未来深深担忧，产生尽早逃离的想法。

如果从护士职业生涯的角度看这个问题，想必我们会有更多的收获。

职业生涯是一个人在其一生中所承担工作的相继历程。主要指专业发展过程，是个体获得职业能力、培养职业兴趣、职业选择、就职到最后退出职业劳动的完整职业发展过程。

护士职业生涯是护理人员在从事的护理专业领域内的行为历程。

护士职业生涯规划是设计护理人员的专业发展计划，是结合自身的发展和需要，对个人的专业发展予以指导和鼓励，并采取相应的保证措施，达到既满足组织对成员不断提升护理质量的要求，又满足护理人员个人的职业发展愿望，进而实现组织发展目标与个人发展目标的相互协调和相互适应，实现组织与护理人员的共同成长、共同受益。

护士职业生涯规划是有机展开、持续修改的循环过程，包括职业信息的传递、护士自我评估以及组织对护士的评估、共同制定职业生涯发展的目标与路径、护士职业生涯规划的实施以及考核五个步骤。

医院人力资源部和护理管理部门通过对社会环境因素和医院内部因素的分析向护士提供信息供其参考，如：医院近期和远期的护理岗位、管理职位变动和需求情况，各岗位、职位所需要的能力条件;护士的工作绩效考评要求等。

良好的职业信息传递，有利于护士更好地确定自己的职业规划。

护士的评估包括两个方面，即：护士的自我评估和医院对护士的评估。

护士对自己的价值观念、职业兴趣、工作能力和个性特点进行深入全面的评价，并结合职业动机(管理能力;业务能力;安全;创造力;自主和独立)和医院提供的信息(可能发展和晋升的职位资源)，从中找出自己的优势和劣势，分析存在的机遇和挑战，据此制定出最适合的发展目标和计划。

医院也要利用科学的方法对护士的个人因素(需求、兴趣、能力、性格、情商、思维方式以及所处人生阶段)进行测评。

医院通过对护士的评估，分析护士个人因素的优势与劣势，然后根据每个护士特殊的个人因素制定适当的职业生涯规划。

对护士进行正确的评估，是医院制定护士职业生涯规划方案的前提和关键。

由于知识水平和测试工具条件所限，护士自我评估的结果与医院的评估结果可能存在不一致的现象，从而导致护士在实施职业生涯发展计划过程中出现障碍。

所以，在对影响护士职业发展的主、客观因素进行客观、公正的分析后，医院要与护士沟通，对其职业生涯发展计划提出指导意见，共同制定职业生涯目标和路径，使其更切合实际情况。

护理管理部门根据护士的职业生涯规划，制定系统的培训与开发计划并实施。

为护士创造学习和提高职业素质的环境，适时地提供可锻炼其能力的机会，协助护士解决培训和教育中的时间与经费问题，注重护士潜能的开发以保证护士职业目标的实现和医院的不断发展。

当制定的规划方案实施一段时间后，护士的个人因素、组织因素以及医院外部环境因素都有可能发生变化，所以有必要对护士职业生涯规划方案进行全过程和多角度的评价，讨论其是否仍具可行性和激励作用，如果通过分析得出否定的答案，那么就要视情况修订或重新进行一次护士职业生涯规划，如此循环。

考核时，一方面是对护士考核，另一方面是对医院考核。

对医院考核的主要内容是：在护士的职业生涯管理中是否对护士职业涯设计提供有效指导、是否提供适当的培训、是否为护士的发展提供空间。

**护士生涯规划书篇六**

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；而每个人生命有限的不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。

所向护理事业发展这本人特对未来十年作规划如下：

1、20xx年——20xx年境及条件优势习、工作、生活能力个人综合素质并就业（规划见后）

2、20xx年——20xx年

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）升自身练英语四、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年—— 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。

**护士生涯规划书篇七**

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

经济目标：20xx-5000元/月

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。

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生规划书。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。

**护士生涯规划书篇八**

性格：和蔼、友善、谦虚、负责、有上进心、务实、耐心、易相融、孝顺、注重团队合作、外向、善于和人交往、富有想像和冒险精神.

本事：做事的主动性较强，愿意承担职责，难以拒绝别人，满足他人的需求。对事情要求不高，倾向于容忍自我的不高追求或失败，喜欢较为简便的生活。不愿影响、控制或引导他人，期望每个人按自我的方式做事，不期望与他人进行争权夺势。

内在需求：在校期间成绩良好：增强自我的交际本事：拿到适合自我发展的证书等。

价值观：接触了政治以后，我就比较相信唯物主义，推崇团体主义价值观，虽然在这个观念里说“性善论”是错误的，我还是觉得不管什么人，他的内心深处都有一颗善良的心。

身心状况：我比较重视自我的身体素质，体育本事较强。和别的同学相比，身体素质还算较好，我会继续努力坚持身体锻炼。

情绪的平稳度：一般情绪不大，但当压力超过我的负荷时，易于受情境的影响，导致情绪话的一面。

问题的解决本事：做事稍显粗心，有时出现差错。在意结果，做没有把握的事情会犹豫不决。遇见比较大的问题时，不明白如何去解决，从而不敢做出抉择。

综合以上所有，我比较热衷于社会关系和帮忙他人解决问题，适合在彼此支持的气氛下工作，换言之我认为我自我适合从事护理。

搞好护理工作是提高医疗水平的根本保证。护理工作是医疗工作的重要组成部分，互利质量的好坏直接关系到病人的安危，俗话说：“三分治疗，七分护理。”这就说明护理质量的高低直接影响患者的康复。护士要把“质量第一”放在核心位置，预防为主，掌握主动，变事后管理为事先控制，做到三预（预测、预查、预防），四抓（抓个别）抓重点工作、、抓特定时间、抓有关科室）。

人类进入21世纪，世界更加关注人的身心健康，人性化护理显得有为重要，其本质是“以病人为中心”，它转变了以往护士被动机械地执行医嘱的工作程序。从““要我做”，到“我要做”，从居高临下到与病人的平等相待，耐心指导，倾听病人的心声。所以这就对护士提出了更高的要求。简单的说，护理工作比较烦琐、繁忙、紧急、人际关系比较复杂，护士需要有良好的心理和身体素质，护士的工作不再仅仅是给病人打针、发药，更要学会和病人沟通。护理的对象是人，所以护士的重要职责是：促进健康，预防疾病，恢复健康，减轻痛苦。

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，逐渐从以前的中专水平—大专水平—本科水平-硕士水平--博士水平，更甚者能够出国深造与国际进行交流。

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、护士的工作环境：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，护士的地位大大得到了提高，工资待遇也和医生一样。

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。

应对这一情景，我想毕业之后也就是回到自我的家乡工作，一方面是因为大部分人都期望呆在城市，城市就业压力很大，另一方面是因为回到家乡工作，既能够方便自我，又能够为自我家乡的卫生公共事业贡献一点绵力。

但计划赶不上变化，作为一名护理专业的学生，我们不能太过乐观，因为近几年，国家不断加大对护理事业的投入，再加上人们对服务性行业的观念开始转变—觉得类似于护士、教师等行业比较容易找到工作，越来越多的投身于这个职业。目前专科护士市场已经开始饱和所以我不敢确定我们毕业了可不能够找到一份满意的工作。

所以我们此刻就要树立起危机意识，作好自我的生涯规划

1、进取准备等级英语考试，争取经过。

2、这个学期多参加一些技能竞赛，丰富自我的知识。

3、每次计算机理论课认真听讲，上级课抓紧练习，为秋季的计算机登记考试做好准备。

4、平时多练练钢笔字。

1、培养自我的兴趣爱好，多参加一些活动，提高自我的交际本事。

2、多去考一些和自我专业有关的证书。

3、在实习的同时，进取准备护师的资格证书的考试。

4、工作后3`4年，完成自我的终身大事。

5、工作后3`5间，争取主管护师资格证。

6、工作后第六年，生个孩子。

7．工作后十年内，竞选护士长的岗位。

梦想总是完美的，现实却不必须会如意，所以我们仅有梦是不够的。在此刻我能做的就是好好学习，掌握扎实专业知识。还要锻炼自我的综合本事，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，此刻则是最关注学生的综合素质，尤其是创新精神和实践本事。我们利用自我的年轻给自我充电，在专业上应当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，可是我们能做的是以进取的心态去应对，我想每个人心中都有一座山峰，雕刻着梦想、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，要靠自我去打拼。

**护士生涯规划书篇九**

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

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。

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。

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

自己分析小结：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。学会自己调节，自己监督。

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！

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