



护 师

护 士

职业 规划

执 行 手 册

主 编 于丽娜
主 审 陈建明 李晓顺

HUSHI HUSHI ZHIYE GUIHUA
ZHIXING SHOUC

云南出版集团公司
云南科技出版社

HUSHI HUSHI ZHIYE GUIHUA
ZHIXING SHOUCE

护士 护师



职业规划

执行手册

主编 于丽娜
主审 陈建明 李晓顺

云南出版集团公司
云南科技出版社
· 昆明 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

护士、护师职业规划执行手册/于丽娜主编.—昆明:
云南科技出版社, 2012.11
ISBN 978-7-5416-6714-5

I. ①护… II. ①于… III. ①护理学—手册 IV.
①R47-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第286161 号

责任编辑: 王建明 胡光贵 叶佳林
责任印制: 翟 苑
责任校对: 叶水金
装帧设计: 娄 倭

云南出版集团公司
云南科技出版社出版发行
(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码: 650034)
云南国防印刷厂印刷 全国新华书店经销
开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 7 字数: 168 千字
2012 年 12 月第 1 版 2012 年 12 月第 1 次印刷
印数: 1~2000 册 定价: 15.00 元

编委名单

主 编：于丽娜

主 审：陈建明 李晓顺

副主编：伍世珍

编 委：王 娅 王晓品 卢国彩 孙丽娟 江 珉

吕静娜 宋 玲 胡梦兰 肖咏梅 周 艳

李春丽 邢丽娟 周 晨 张咏梅 吴云娣

冯应琼 杨红兰 周美芬 庞霁娟 陈 楠

晏 红 刘娅萍 段 妍 刘 娅 徐 聪

刘春丽 栾 琰 彭小兰 王 雯 陆亚琳

师桂芬 廖盈盈

护理人员职业规划指导

为实现护士职业化、专业化要求，全面提高护士的专业素质，我们结合当前护士综合素质与能力状况，为护理人员制定护士、护师的职业发展规划。

一、目的与意义：实施护理人员职业生涯规划，是加强护理队伍建设的一项具有战略意义的举措，通过有计划的循序渐进式学习，不断调动护士的学习兴趣与工作热情，树立终生学习的观念，通过医院干预式管理推进，实现螺旋式整体提升，从而促进医院整体护理质量和服务内涵的不断提升，使护理工作能始终沿着科学化、标准化、制度化轨道有序发展。

二、对象：根据医院主要护理人员结构，职业规划对象为护士、护师。

三、方法：采取共同科目由护理部组织，专科知识科室组织的方法完成理论学习。技术操作由护理部组织观摩，抽查考试，科室按照规划内容指定专人负责落实每项护理技术操作培训、考核，登记并上报。

四、检查考核：每年需要完成的技术操作项目及专科理论知识由护士长负责制定年度各级护士的专科理论及技术操作培训计划，并指定科室主管护师或高年资护理骨干负责计划的实施与考核。年终每位护士、护师的《职业规划执行手册》，年度业务学习笔记由科室收集后上交护理部。护理部检查并考核当年学习和执行情况后，汇总并通报，并与护士、护理组评优和护士长管理能力考评挂钩，个人须完成职业规划内容 80%以上才能参与年底个人考核评优，并作为选派外出进修、培训学习的必要条件。

五、其他：根据医学科学发展进程和护理学科发展要求补充和改进规划内容。

前 言

随着我国护理学科快速发展，越来越多的护理管理及教育专家对护理人员未来职业生涯的认识、定位、规划和实施显现出高度的关注与探求，并期许护士应实现职业生涯教育及规划，以适应个人及社会发展需要，使个体在专业成长过程中达到自我实现的最高境界，从而不断推进护理事业的长足发展。针对护理职业规划需要和当前可参考资料较少的情况，编者根据当前国家卫生部门对护理服务质量、技术要求的要求，患者及家属对医疗护理服务质量的需求，护士对规范化培训与学习的愿望，不断探索实践，竭力改进，编写了护士、护师职业规划执行手册，期望以其规划科学、着眼长远、辅助成长、实用规范的编写特点和预期目标，实现对护士综合素质的整体性提高。

本书设置了护士、护师职业规划内容，近期和远期职业生涯规划，护士、护师五年规划及技术操作执行项目，26个专科理论技术学习规划等内容，通过我的人生格言、专业成长期望、自我分析、目标实现、自我评价、专家指导、工作中对自己触动最大的事、个人心智成长记录等开放式的内容设置，干预式的管理推进，引导护士反思自我，认识自己，发展自己。通过各级护理管理者的循序推进，实施渐

进式培训学习，实现专业素质的不断提升。

限于水平，护士、护师职业规划内容的设置以及实施还在不断地探索和改进，此中难免还有一些疏漏和不当之处，敬请各位读者及专家的批评指正，并诚挚感谢各位的厚爱。

编 者

2012 年 8 月 28 日

内 容 提 要

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，主要指专业发展过程，是个体获得职业能力、培养职业兴趣、实现职业目标的过程。本书设置了护士、护师职业规划内容，长期和短期职业生涯规划书，每年的职业规划及技术操作执行项目，26个专科理论技术学习规划等内容。全书按照护士的工作年限、职称、专科特点设置不同的内容，以图表的形式显示，具有鲜明的规划性和实用性，适宜作为各医院护理人员职业规划的参考用书。

目 录

一、护士、护师职业规划内容设置	(1)
二、护士、护师职业生涯长期规划及技术操作执行项目	(3)
(一) 护士职业生涯长期规划	(3)
1. 第一年 护士职业生涯年度规划	(4)
2. 第一年 护士职业规划目标实现成就记录	(6)
3. 第一年 护士技术操作执行项目	(7)
4. 第二年 护士职业生涯年度规划	(8)
5. 第二年 护士职业规划目标实现成就记录	(10)
6. 第二年 护士技术操作执行项目	(11)
7. 第三年 护士职业生涯年度规划	(12)
8. 第三年 护士职业规划目标实现成就记录	(14)
9. 第三年 护士技术操作执行项目	(15)
10. 第四年 护士职业生涯年度规划	(16)
11. 第四年 护士职业规划目标实现成就记录	(18)
12. 第四年 护士技术操作执行项目	(19)
13. 第五年 护士职业生涯年度规划	(20)
14. 第五年 护士职业规划目标实现成就记录	(22)
15. 第五年 护士技术操作执行项目	(23)
(二) 护师职业生涯长期规划	(24)
1. 第一年 护师职业生涯年度规划	(25)
2. 第一年 护师职业规划目标实现成就记录	(27)
3. 第一年 护师技术操作执行项目	(28)
4. 第二年 护师职业生涯年度规划	(29)
5. 第二年 护师职业规划目标实现成就记录	(31)

6. 第二年 护师技术操作执行项目	(32)
7. 第三年 护师职业生涯年度规划	(33)
8. 第三年 护师职业规划目标实现成就记录	(35)
9. 第三年 护师技术操作执行项目	(36)
10. 第四年 护师职业生涯年度规划	(37)
11. 第四年 护师职业规划目标实现成就记录	(39)
12. 第四年 护师技术操作执行项目	(40)
13. 第五年 护师职业生涯年度规划	(41)
14. 第五年 护师职业规划目标实现成就记录	(43)
15. 第五年 护师技术操作执行项目	(44)

(三) 护士、护师专科理论考核记录	(45)
-------------------------	------

三、护士、护师专科理论与技术内容设置	(46)
---------------------------------	-------------

1.1 消化内科(护士)	(46)
1.2 消化内科(护师)	(47)
2.1 内分泌科(护士)	(48)
2.2 内分泌科(护师)	(49)
3.1 神经内科(护士)	(50)
3.2 神经内科(护师)	(51)
4.1 肾内科(护士)	(52)
4.2 肾内科(护师)	(53)
5.1 眼科(护士)	(54)
5.2 眼科(护师)	(55)
6.1 耳鼻喉科(护士)	(56)
6.2 耳鼻喉科(护师)	(57)
7.1 心胸外科(护士)	(58)
7.2 心胸外科(护师)	(59)
8.1 心内科(护士)	(60)
8.2 心内科(护师)	(61)
9.1 血液科(护士)	(62)

9.2 血液科（护师） (63)

10.1 中医皮肤科（护士） (64)

10.2 中医皮肤科（护师） (65)

11.1 烧伤整形口腔科（护士） (66)

11.2 烧伤整形口腔科（护师） (67)

12.1 创伤显微外科（护士） (68)

12.2 创伤显微外科（护师） (69)

13.1 脊柱创伤外科（护士） (70)

13.2 脊柱创伤外科（护师） (71)

14.1 骨病关节科（护士） (72)

14.2 骨病关节科（护师） (73)

15.1 普通外科（护士） (74)

15.2 普通外科（护师） (75)

16.1 肝胆外科（护士） (76)

16.2 肝胆外科（护师） (77)

17.1 泌尿外科（护士） (78)

17.2 泌尿外科（护师） (79)

18.1 神经外科（护士） (80)

18.2 神经外科（护师） (81)

19.1 儿科（护士） (82)

19.2 儿科（护师） (83)

20.1 妇产科（护士） (84)

20.2 妇产科（护师） (85)

21.1 手术室（护士） (86)

21.2 手术室（护师） (88)

22.1 门、急诊科（护士） (89)

22.2 门、急诊科（护师） (90)

23.1 感染科（护士） (91)

23.2 感染科（护师） (92)

24.1 肿瘤科（护士）	(93)
24.2 肿瘤科（护师）	(94)
25.1 呼吸内科（护士）	(95)
25.2 呼吸内科（护师）	(96)
26.1 消毒供应室（护士）	(97)
26.2 消毒供应室（护师）	(98)

一、护士、护师职业规划内容设置

年限	分类及内容	护 士	护 师
第一年		1. 掌握 37 项护理基础操作 2. 熟悉医院规章制度及护理质量管理体系 3. 掌握护士工作职责及工作流程 4. 熟悉专科理论及操作 5. 掌握职业礼仪规范及语言规范 6. 熟悉护理文书书写 7. 掌握时间管理和运用方法 8. 掌握职业安全防护知识及消毒隔离知识 9. 熟悉情绪冲突管理相关知识 10. 掌握病区环境管理的内容与标准 11. 建立护理评判性思维	1. 掌握 14 项护理技术及教学管理操作 2. 掌握护理基础理论 3. 掌握专科护理常规 4. 掌握病情观察要点 5. 掌握基础心电图识别 6. 熟悉药学知识 7. 掌握专科技术操作及并发症处理 8. 熟悉护理会诊的要求和标准 9. 掌握病情的各种评估方法及护理知识 10. 掌握安全风险评估方法及护理知识 11. 掌握危重病人营养评估及护理观察
		培 训	自 学
第二年		1. 掌握 33 项基础护理操作及专科技术操作 2. 熟悉沟通交流技巧 3. 熟悉专科健康宣教内容 4. 掌握医院规章制度及护理质量管理体系 5. 掌握护理身体评估学基础内容 6. 熟悉医院感染管理及消毒知识 7. 掌握护理文书书写 8. 熟悉专科理论及操作 9. 掌握患者安全目标与预防标准 10. 熟悉护理临床路径管理相关知识 11. 熟悉 PBL 教学并参与学习 12. 熟悉各种护理应急预案的处置流程 13. 掌握常见护理技术操作并发症的处理 14. 熟悉责任护士工作质量标准	1. 掌握 16 项护理技术及教学管理操作 2. 参与并组织科研管理及论文撰写 3. 熟悉基础护理常用英语 4. 掌握医院感染管理及消毒知识 5. 掌握专科技术操作 6. 掌握专科护理常规 7. 掌握冲突处理技巧 8. 参与护理管理 9. 掌握护患沟通技巧 10. 掌握护理核心管理制度 11. 掌握护理个案分析 12. 掌握 PPT 课件制作及讲课方法与技巧
		培 训	自学；辅导
第三年		1. 掌握 27 项护理技术操作 2. 掌握护患沟通交流技巧 3. 熟悉护理身体评估学评估内容 4. 熟悉心理护理知识 5. 掌握危重病人观察、护理知识 6. 熟悉护理论文写作方法要求 7. 掌握专科理论及操作 8. 掌握情绪管理、心理减压相关知识 9. 掌握护理临床路径管理知识 10. 掌握各种护理应急预案的处置流程 11. 熟悉护理循证护理知识 12. 掌握责任护士工作质量标准 13. 掌握“五常法”物品管理方法	1. 掌握 12 项护理技术操作 2. 掌握护理心理学与心理咨询相关知识 3. 掌握护理伦理学 4. 熟悉专业常用英语 5. 掌握专科技术操作 6. 掌握组织护理病例讨论的方法和程序 7. 掌握专科护理健康教育知识 8. 掌握循证护理知识 9. 掌握护理组长工作质量标准 10. 掌握情绪管理技巧
		自学；辅导	自学；辅导

年限	分类及内容	护 士	护 师
第四年		1. 掌握 83 项护理技术操作 2. 熟悉护理伦理学 3. 掌握心理护理知识，熟悉心理咨询知识 4. 掌握护理论文撰写 5. 掌握护理身体评估内容及方法 6. 掌握专科理论及操作 7. 掌握 PPT 课件制作 8. 熟悉循证护理知识 9. 掌握 PBL 教学参与小组活动 10. 掌握各种护理应急预案的处置流程 11. 掌握护理临床路径护理实施方案 12. 熟悉急危重症护理相关知识	1. 掌握 15 项护理技术及教学管理操作 2. 熟悉临床药学 3. 掌握专科技术及操作 4. 掌握护理管理的相关知识 5. 熟悉护理科研开题论证方法 6. 熟悉护理新技术、新理念相关知识 7. 熟练掌握讲课技巧和方法 8. 熟悉病理学
		培训；辅导	自 学
第五年		1. 掌握护理伦理学 2. 参与护理科研 3. 熟悉药学知识 4. 熟悉病区管理 5. 掌握专科理论及操作 6. 掌握危重症护理相关知识 7. 掌握护理心理学相关知识 8. 掌握突发事件的处置程序 9. 掌握组织教学查房方法 10. 掌握急危重症护理相关技术及知识 11. 熟悉护理个案分析 12. 掌握出院回访内容及方法	1. 掌握 17 项护理技术及教学管理操作 2. 掌握用药观察 3. 掌握专科技术及操作 4. 掌握护理科研相关知识 5. 掌握护理新技术、新理念相关知识 6. 掌握临床护理观察相关知识 7. 熟悉急救医学
		自学；辅导	自学；辅导

二、护士、护师职业生涯长期规划及技术操作执行项目

(一) 护士职业生涯长期规划

起始时间：

我的人生格言		
护士专业成长期望	护理管理人员： ☐ 主任 ☐ 副主任 ☐ 科护士长 ☐ 病区护士长 ☐ 总责护士 ☐ 护理组长 其他：	
	护理教育人员： ☐ 护理培训师 ☐ 护理讲师 ☐ 教学秘书 ☐ 带教老师 其他：	
	护理专家： ☐ 静疗专家 ☐ 疼痛护理专家 ☐ 康复专家 ☐ 营养专家 ☐ 心理咨询师 ☐ 伤口管理专家 ☐ 造口管理专家 ☐ 糖尿病管理专家 其他：	
	专业护士： ☐ ICU 护士 ☐ PICC 护士 ☐ 介入护士 ☐ 麻醉护士 ☐ 营养护士 ☐ 血透护士 ☐ 助产士 其他：	
SWOT 自我分析	S（优势）	W（劣势）
	O（机会）	T（威胁）
专家指导语		

1. 第一年 护士职业生涯年度规划

年度：

一年当中要实现的职业目标				
年度完成理论学习计划	1 月		7 月	
	2 月		8 月	
	3 月		9 月	
	4 月		10 月	
	5 月		11 月	
	6 月		12 月	
SWOT 自我分析	S（优势）		W（劣势）	
	O（机会）		T（威胁）	
目标实现自我评价				

工作中对自己触动最大的事	
专家指导语	