

# 大学生职业素养提升计划书 大学生职业素养提升计划(优质5篇)

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 大学生职业素养提升计划书篇一

不少人都曾经这样问过自己：人生之路到底该如何去走？记得一位哲人这样说过：走好每一步，这就是你的人生。是啊，人生之路说长也长，因为它是一生意义的诠释；人生之路说短也短，因为你生活过的每一天都是你的人生。每个人都在设计自己的人生，都在实现自己的梦想。

有道是：凡事预则立，不预则废千真万确。对自己要做的或是将要做的事没有任何准备就是在为失败做准备。

一直以来自己有一个习惯就是在做任何事情之前，都会考虑一下，有一个小小的计划，当然这并不是预不预的问题，只是我的一个习惯。在当前大学生所面对的就业压力十分的大，我们如何在以后严峻的就业形势面前做的更好，在以后应聘时从众多的应聘者中脱颖而出？我们以后到底做些什么？我们以后往哪些方面发展？所以我们有必要提前规划我们的未来为我们以后的发展做好规划，也就是我们的职业生涯设计！

下面是我的职业生涯设计书：

### 一、自我评估

就自身而言，我认为自己的兴趣与爱好其实是比较广泛的，具体的讲自己对电脑、军事文学以及音乐方面比较感兴趣，

同时还比较关心体育方面的新闻。而我的爱好也是基于这些兴趣之上的喜欢玩电脑、喜欢看书、喜欢听音乐、喜欢交朋友。

## 二、认识自己的职业性格

(1) 性格的态度特征：我的性格比较诚实、正直的，相对谦虚但不乏张狂，在做事情时认真勤奋责任心强，同时有一定的创新意识。在自己的生活与同学及其他人的交往中是比较大方的，同时自己做事情虽然细心但还是比较马虎的。

(2) 性格的情趣特征：我的性格在情趣上比较容易冲动，情绪欠稳易波动。

(3) 性格的意志特征：我的性格在意志方面是比较果断、顽强、有点倔强，坚持对一些事情不会轻易放手。但是不可否认的是在意志力控制方面做的不是很好，这或许是我的一个比较大的缺点，在对事物的预知上是属于乐观但同时有比较强的忧患意识。

(4) 性格的理智特征在感知注意方面，我是属于那种主动观察的类型；在想象方面，我是属于主动想象的类型，是那种发散型的类型，同时我认为自己在做事情的时候是现实主义与幻想主义的结合。

## 三、自己的职业能力

在一般能力上，我认为我的智力还是中等偏上的，在注意力上比较集中，善于观察，记忆力较强，思维比较开阔，想象力较强。在特殊能力上，也就是我的特长上，我认为自己并没有什么特长，只是自己的兴趣所到对一些东西投入了，或许会做的较好一点。

## 四、自我潜能

(1)我的个人能力：在能力上我自知自身能力还是比较欠缺的，但是通过大学近一年的学习生活与锻炼，我认为我的社会交际能力比较强，具有一定的组织领导能力、实践能力较强。

(2)我的相关经历：我相信我在大一里面，在社会实践方面还是比较强的，我利用双休日时间去做一些各种各样型的大学兼职活动，一是为父母减轻一些负担，同时锻炼自己的社会实践能力，二是利用这些机会去学习别人家的工作方法和管理经验，同时开阔自己认识社会的视野。

(3)相关知识：通过平时的课堂学习加上课余时间的自我学习，对自己所学的专业知识有一定特别的深入了解，同时对其他各门专业知识也都稍微略知一二。

(4)个人品质：在个人品质方面，我的道德还是可以的，拥有强烈的同情心，自己也没有什么不好的个人习惯，同时会比较考虑他人的感受。

(5)人生格言：知识成就命运，梦想铸造未来！

总的来说，我认为我的潜能还是比较大的，因为我相信自己可以的，我一直对自己有很强的自信心，相信自己在以后会有比较大的发展空间，当然这是建立在自身努力的基础之上的。

## 五、自己的职业性向

前面我也说过，按照美国霍兰德的职业兴趣理论，我是属于那种企业型的职业性向。因通过前面的自我认识，我认为自己组织领导能力上，交际能力上还是可以的，同时我所学的专业是经济管理(工商管理)，这与企业型的职业性向是比较接近的，主要的是自己有这方面的理想，我的理想是有一天拥有自己的公司！

金无足赤，人无完人。没有一个人是十全十美的，我们都有自己的优缺点，我当然也不例外，所以我必须对自己的优缺点有清醒的认识。

我的优点：

- (1) 我的兴趣比较广泛，对事物的接受能力强。
- (2) 社会实践能力以及组织协调能力较强。
- (3) 对人诚恳、大方、喜欢与人交流，社会交际能力强。
- (4) 特长虽然没什么特别突出的，但我认为我开朗的性格以及交际、实践能力就是我的特长。
- (5) 在学识上我喜欢看一些历史、军事、地理之类的书，对我们中国的历史文化有较强的认识，对国外的知识有较多的了解，同时还喜欢看一些散文。
- (6) 忧患意识强，做事情计划性较强。
- (7) 我自问不是什么聪明的人，但我相信我的智商是中等偏上的：在道德上虽然不是高尚的人，但起码我认为自己不会破坏社会道德，我的同情心是很大的。

我的缺点：

- (1) 我的缺点还是比较多的，自己的缺点就是有时候做事情比较粗心，有时可能会丢三落四，做事情有时候会比较冲动，考虑问题不全面。
- (2) 由于性格比较直，所以有的时候或许会得罪一些人。
- (3) 我的另一个缺点是脾气有点倔强，认定的事情就一定要做到而且要做好。

(4) 社会实践的经验不丰富，对许多方面的知识了解不够，且没有积极去学习。

所谓江山易改，本性难移，虽然目标艰难，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，充分利用一直关心我的庞大友团的优势，真心向老师、同学、朋友请教，及时指出自己存在的各种不同并制定出相应计划以针对改正。

三年行动规划：

大学的生活真的过的很快，转眼大一就要接近尾声，针对认识到自己很多地方的不足，特别是政治素养、个人品德修养和洞察力都需要长期的提高，在以后的太二、大三、大四三年学习生活中，我的规划是：

(1) 认真扎实地学好专业知识，这点无须赘述但至关重要。

(2) 积极参加社会实践活动，要充分锻炼服务意识及各方面工作能力，提高人际交往能力，一如既往地参加有意志的志愿者活动。适当参加企业和机关的实习活动，提高实战能力。

(3) 继续不断提高英语和计算机水平，把四、六级英语和计算机等级考试证书拿到手，但决不为考试而考试。

(4) 继续听有意义的讲座，在\_\_有意义的资源讲座资源很多，我们的学校也离\_\_图书馆很近，一定要充分利用好这些知识资源，博读精读结合，扩大知识面，开阔视野，提高素养。

(5) 通过各种途径提高一下能力：团队合作能力、沟通能力、协调能力、稳重求变的创新能力、效率意识、执行力、领域力、发现问题解决问题的能力、概括能力、策划能力、组织能力、应变反思能力等。

(6)通过各种途径，进一步培养以下素养：感恩、欣赏、胆大心细、耐心、包容等。

大学毕业后的十年规划：

美好愿望：事业有成家庭幸福美满

事业方向：企业高级管理人员

### 1、社会一般环境分析

中国政治环境稳定，经济环境优越，外企增多，国企走出国门。

### 2、管理职业特殊社会环境

管理人才市场广阔，迫切需要在中国发展企业，必须适应中国国情，外企进入中国必须本土化，因此既要了解西方管理理论，更要了解中国国情。

### 3、行业和企业分析

要通过实践工作学习，总结出适应当代中国国情的企业管理理论，由于中国加入wto商务运作逐渐全球化，国内企业经营也逐步与国际惯例接轨，分析企业文化发展战略和公司的价值观正确与否，熟练处理职务工作，熟悉外资企业运作及企业文化，能与公司上层进行无阻碍地沟通。

### 职业生涯规划实施方案

差距：1、跨国企业先进的管理理念和丰富的管理经验。

2、作为高级职业经理人所必备的技能/创新能力。

3、快速适应能力欠缺。

4、身体适应能力有差距。

5、社交圈太小。

缩小差距的方法

1、教育培训法

(1)充分利用毕业前在学校学习的时间为自己补充所需要的知识和技能，包括参与社团活动，广泛阅读相关书籍，选修/旁听相关课程，报考技能资格证书。

(2)踏上工作岗位后，要充分利用公司给员工提供的培训机会，争取更多的培训机会。

2、讨论交流方法

(1)在学校期间多和老师、同学们讨论交流，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，在大而嘈杂的办公室里有意识地进行自我训练。

(2)养成良好的锻炼/饮食/生活习惯，每天保证睡眠6~8小时，每周锻炼三次以上。

(3)充分利用自身的工作条件扩大社交圈，重视同学交际圈，重视和每个同学交往，不论身份贵贱和亲疏程度。

规划不只是写出来，更要实际去做、去实现，也要在实践与

思考中去不断完善。人生的路是自己走出来的，加油吧，相信自己！

## 大学生职业素养提升计划书篇二

我虽然从小没有学医学的梦想，但是我发现自己的兴趣很符合学医的标准。我经常与我的高中同学联系，听他们说他们学的一些工类和理工类的对数学要求很高。我这人不能说对数学没兴趣但是我的数学成绩不好，这也不是我没努力。在高中时我是数学课代表，挺爱学数学的但是就是考不好。一些工类和理工类的专业学的数学很难，但是我学的临床专业对数学要求不是很高。临床专业就象是化学与生物一样，学习方法也差不多。而我就对化学尤其是生物的学习很有妙招，在高中是我的化学成绩一直很好生物经常在班里考第一。我现在都庆幸自己当时幸亏没学别的专业，我对临床医学充满了信心，对自己充满了信心。

### 2性格分析

我是一个活泼、开朗的女孩。我相信一个人的性格是可以改变的，我就是个很好的例子。在上初中的时候我的性格有点内向，但是到了高中以后我认识了几个好朋友，也在班里负责工作，我变的外向了。我做事很认真，做每件事情总是尽自己的最大努力，争取作到最好。我很重感情，如果有同学真心对我好我就会把他当作我的好友来对待，我的高中同学就是这样，我喜欢挑战自己，如果一件事我知道自己不行但是我还是要试一试，我很喜欢与人沟通交往，但是如果我发现他不好我就永远不想与他交往如果好的话我会好好的对他。

### 3能力分析

我的理论分析能力比我的动手能力要好，当然我的动手能力也是很棒的，我不怕苦，不怕累，不怕脏，吃苦耐劳。我喜欢用科学的眼光去分析问题 解决问题。能够接受别人对我的建



议和意见.

#### 4优缺点分析

优点 缺点

做事认真 谦虚谨慎 没有耐心 缺少社会实践

对自己的工作负责做事效率低

心地善良 上进心强 紧张时一点点口吃

人品端正 脚踏实地 不太关心同学

解决自我认知中的劣势和缺点，针对自己的不足和缺点，我准备从以下几方面克服我的缺点：

(1) 阅读一些励志性的书籍，增强自己学习的毅力(2) 向学习努力的同学取经，借鉴其学习方法。(3) 参加一些实践活动多的社团，既能结交志同道合的朋友，又能参加社会实践。

#### 环境及职业分析

##### 1环境分析：

我是来自农村的一个学生，自小从农村长大. 我的父母都是工人我有一个姐姐，一个弟弟，在上学，家庭不算富裕但也称不上贫穷，家人在一起时很和谐也很快乐. 父母供给我们三个上学希望我们都能够出人投地，找到一分好工作. 家里人一直很支持我学习医学，相信他们会永远支持我的工作.

##### 2学校环境分析

在没来这个学校之前我感觉这是一个不好的学校，但是来到之后着所学校给我的感觉比我想像的好多了，它虽不能和国

家重点学校相比但是还是有很多好老师的. 这里的学风很好. 我相信我们学校的学生不一定比中国医科大的学生差, 我相信煤医的学子也能够考上别人只有做梦才能去上的学校的研究生.

### 3社会环境分析

现在的中国在飞速的发展, 产业也更新的很快. 今天的热门专业明天可能就成为了冷门. 但是幸运的是医学是恒星职业是不会过时的, 当然我不会因此而放纵了自己. 从事将来的医学事业必须有过硬的知识和能力才行, 将来的社会是有知识和有能力人的天下. 因此只要你有足够的能力, 未来的世界必然是你走在时代的最前沿——但必须要注意就是你要有能力!

### 4职业环境分析

随着大学的扩招, 现在中国的大学生越来越多, 因此就业形式越来越严峻, 现在甚至出现了“大学生毕业就是失业的”说法, 其实这一点也不夸张. 据我了解现在临床医学的学生如果没有很好的关系毕业后找工作是很难的, 因为有大批的医学生. 也是因此有些学生就考研究生, 一些学生为什么考研究生?是为了自身素质的提高吗?根本不是, 他们就是为了混个文凭, 为了将来好找工作. 但是现在的研究生也不好找工作, 别说硕士就是博士也难找. 我们老师说上次我们宾州医学院这样的学校招老师九个人中有六个博士, 由此可见就业形式的严峻. 但是我相信一点“就业率再低也有找到工作的, 就业率再高也有找不到工作”. 将来只有那些实力派的才好找工作, 因此现在必须努力成为实力派努力, 尽可能多的学习知识不仅仅是医学知识, 其实各种各样的知识都是不多余的, 因为再将来不一定会用到那一方面的知识.

现在一些大学生选择自主创业, 这是我们中国教育发展的必然结果, 但是自主创业不是想干就能干成的事情, 我不认为每个人都可以成功因为几十年中我才见到一个比尔盖茨, 我

不相信别人做到的我一定能作到因为人与人是有差别的. 一些人说“人做到的我也可以作的到”那是不对的, 例如有人考入了国家重点医科大学有人考入了煤医, 这就是差距. 因此在自主创业前必须考虑好自己是不是那块料, 适合不适合自主创业, 首先看清自己.

我相信政府会帮助大学生解决这个问题, 政府会想办法来解决大学生就业难的问题. 比如现在政府大学生下乡工作, 鼓励大学生农民工化以及支边, 这些都是政府的一些措施. 但是我们不能以此而放松了, 因为政府解决的只是一部分人的问题, 因为现在的社会存在着“浅规则”!

## 目标确定阶

### 1短期的职业目标(在大学期间)

努力学习好各门功课, 在学习期间要注意学习专业课以外的知识, 多关注医学事业的发展. 大学英语四六级一次性过去, 争取入党. 处理好与同学之间的关系, 争取多次拿奖学金. 多参加活动.

### 2中长期的职业目标

在国内读硕。在读研究生时学习一些中医知识, 毕业后至少进一家一般的医院工作, 在40岁前作到主任医师, 在职期间不断学习, 抓住出国的机会去国外学习, 努力向院长迈进, 争取在退休前作20xx年左右的院长退休后去合适的单位做医学顾问。

### 3备选的职业目标

(一)找工作。这一点我会首先考虑, 因为不管怎么深造就是为了就业。刚进医院肯定是最底层, 但是我不会因此而气馁, 因为我毕业的学校不好, 我会努力工作以求晋升。大学毕业

时我24，在找工作之前要拿到医师资格证，在30岁之前要不断的学习，尽量多的考取证书为以后的晋级做铺垫，并且要争取成为主治医师；在35岁前努力晋升为主任医师，之后去条件较好的医院工作，接下来向院长努力，在退休之前作5~8年的院长。退休后找适合自己的事做或者回到故乡帮助乡亲们排忧解难。

(二) 出国深造。大学毕业去国外读研。在外国读研究生毕业后若有好的机会就在外国工作或者在外国读博，但我希望在国外读完硕博后回国工作。回国后要进一家好医院，努力争取在35岁前晋升为主任医师，在职期间抓住一切出国学习的机会，尽可能多的评职称，在45岁前成为医院里的核心人物。接下来努力向中国科学院迈进而努力，争取在有生之年成为一名院士。若不能做院士就在医院努力工作，能晋升到那里就升到那里。退休后在合适的单位做医学顾问。

## 结束语

这只是我现在对自己职业的规划，我是一切从实际出发考虑了各种因素，我相信它很符合自己，我也会按照上面写的一样努力去做，争取能够象自己现在规划的一样.当然这里面必定存在这一些不足之处，再今后我会不断的更新，但是这个大方向是不会变的.

梦想与现实之间总是存在着差距，但是这种差距是可以通过自己的努力来消除，这个过程也就是梦想实现的过程.我深深的知道要实现以上规划不是一件容易的事，其过程之艰难是可想而知的.成功，不相信眼泪，未来，要靠自己去打拼!大雨过后才会有美丽的彩虹，成功就在彼岸，离我们并不远，明天就可以到达，现在我们只需划好属于自己的船，欣赏着沿岸风景就可以了。

# 大学生职业素养提升计划书篇三

护士职业素养(professional quality)是劳动者对社会职业了解与适应能力的一种综合体现，其主要表现在职业兴趣、职业能力、职业个性及职业情况等方面。影响和制约护士职业素质的因素很多，主要包括：受教育程度、实践经验、社会环境、工作经历以及自身的一些基本情况(如身体状况等)。本文是本站小编为大家整理的护士职业素养提升计划书范文，仅供参考。

优质护理服务有赖于良好的专业素质。今后一段时期，优质护理要在广度、深度两方面推进，并能体现护理专业的内涵和价值，年轻护士迫切需提高素质能力，临床培训与带教的任务十分繁重。为促进年轻护士学习掌握护理基础理论、基本知识、基本技能，并有效运用于各项临床护理工作，制定本工作方案□

## 一、工作目标

确立“学以致用”、“知行合一”的原则，改革护士临床带教轮转、“三基”训练考核的方式方法，注重思维能力、实践能力、人文素养的养成，引导年轻护士运用专业知识指导临床工作，加强病情观察、操作技能和专科对症处理的能力，变被动工作为主动工作，真正会解决病人的问题，胜任临床护理工作，推进优质护理服务深入持久开展。

## 二、范围对象

范围：全省二级以上医院全面实施。

对象：各级医疗机构新录用护士。

## 三、主要内容

## (一) 规范化培训

新护士规范化培训周期为3年，分成三个阶段：新手适应期(0~6个月)、技能成熟期(7~18个月)和临床轮转期(19~36个月)。建议可作如下安排：

### 1、新手适应期(0~6月)

第1个月：岗前训练。

双向选择后固定科室。

第2个月：与临床指导教师共同照顾6~8人。

第3个月：与临床指导教师共同照顾8~12人或在临床指导教师指导下独立照顾4~6人。

第4~6个月：在临床指导教师指导下独立照顾6~8人。熟悉病房各种制度规章、岗位职责、工作流程，掌握基础护理主要操作技能，掌握护理程序的思维方法，熟悉常见疾病护理、检查、药物及院感防控基础知识。

科内考核。考核形式：临床表现评价、操作考核。

医院也可组织“单独值班资格考核”，考核合格者方可进入下一阶段规范化培训并单独值班，不合格者，延长培训时间，直至考核合格。

### 2、技能成熟期(7~18个月)

固定科室。

在护士长、责任组长或临床指导教师指导下，依病人病情独立照顾8~12人，以危重病人为主。定期安排新护士参加科主任医疗查房(组内病人为主)、业务学习、读书报告会、危重

病人循证护理查房等，有条件的医院可每年组织户外拓展训练。

基本掌握专科护理基本操作技能，熟悉《实用临床护理“三基”（应知应会分册）》，熟练运用护理程序评估病情、分析护理问题，采取适宜的护理措施。

医院可选择专业技术操作较多或危重病人较多的科室作为临床实训基地，考核并指定临床带教，训练专科护理基本操作（通用项目基地考，特殊项目科内考），训练常见病、多发病危重病人的病情评估，并组织实施考核，强化新护士的思维能力、重症照护能力和沟通能力。

实训基地考核。考核形式：床边查房、操作考核。

### 3、临床轮转期（19~36个月）

临床轮转。必转科室为icu[]急诊，其他科室根据实际情况安排。轮转时间各医院结合实际自定。

在护士长、责任组长指导下，依病人病情独立照顾8~12人，以危重病人为主。所在科室指定1名资深护士或专科护士为导师，轮转护士每日记录工作笔记，定期与导师沟通，导师对学生工作和学习给予全面指导。

定期安排轮转护士参加科主任医疗查房（组内病人为主）、业务学习或参加专科学组活动、读书报告会、危重病人循证护理查房等，有条件的医院可组织院外学习。

掌握各专科护理操作技能，掌握各种仪器设备的使用，掌握《实用临床护理“三基”（应知应会分册）》，掌握轮转各专科常见病、多发病护理常规，并熟练运用护理程序评估病情、分析护理问题，采取适宜的护理措施。

院级考核为主，辅以出科考核。考核形式：理论考试、实境案例分析及操作考核。

## (二) 省级抽考

20xx年起，省卫生厅每年组织三级医院年轻护士临床实际工作能力抽考，设“优秀”、“合格”及“不合格”三个等次，以替代原三级医院护士“三基”抽考活动。具体有关事项如下：

### 1、抽考时间

与每年全省三级医院医务人员“三基”考试活动或护理工作专项检查一并安排，时间另行通知。

### 2、抽考对象

各三级医院(含中医院)和省级机关医院在职在岗取得执业资格的护士(包括合同护士)。

从全国护士执业资格数据库随机抽取工作满3□20xx年的护士，综合医院6名，专科医院3名。名单抽取提前一周进行，因故不能参加者可视情调整。

### 3、抽考形式

实境案例分析及操作考核。

省卫生厅委托省护理学会在各专业委员会、专业学组委员基础上充实部分临床骨干，组建“江苏省年轻护士业务能力抽考专家库”，分成若干专科小组，确定每个专科常见病及多发病的病种类型、操作考核种类，确定等次评定标准等事项。根据各地抽取的护士数量及所涉专科种类，组派抽考专家组，分赴护士所在病区或已轮转病区进行实境案例分析及操作考



核。

#### 4、考试范围

以《实用临床护理“三基”（应知应会分册）》（东南大学出版社□20xx年版）、《实用临床护理“三基”（操作篇）》（东南大学出版社□20xx年版）为主要参考，结合临床护理常规及“优质护理服务”相关文件及内涵，由省卫生厅统一组织命题。

#### 5、考试时间及方法

每人15~20分钟。重症病人为主，包括评估病情、分析护理问题、采取适宜的护理措施(含操作考核)。具体方法参见卫生部《三级综合医院评审标准实施指南□(20xx版)中的“个案追踪法”，重点为疾病护理。

#### 6、考试结果

考试结果在考试结束后4周内公布，并将单位成绩在全省进行通报。个人成绩反馈至所在医院护理部。

二级医院年轻护士临床实际工作能力的抽考，各市卫生局可参照上述办法自行制定并执行。

### 一、方法与步骤 1.1制订计划

提供学习资料、护理技术操作练习平台及资格考试信息，制定相关政策并合理安排工作时间，鼓励护理人员抓紧业务学习，尽快让各年资护理人员提升专业素质并通过资格考试。合理安排每班工作量，使主管护师与护师在完成自己的工作和学习任务的同时，能对低年资护士进行“一帮一”、“一对一”的帮扶工作，或指定每班把关的具体带教教师，确保每班各项工作、护理质量都能达标。为尽快进入护理管理pdca循环，采用如下步骤。

(1)分析每班护理记录质量、护理人员的知识结构和专业素质，找出存在问题，如护理记录是否标准，专业技术操作是否熟练，分析服务态度及护理工作中的不足，针对存在的问题及时给予个别指导和帮助。如，出现护理记录填写不齐，医学术语欠准确，字迹欠清晰，语句不简明扼要，护理操作不规范等问题时，由上级带教教师及时督促本人修改，以便其尽快提升自身素质及护理服务质量。

(2)明确导致护理服务满意度低，容易产生问题的原因，是专业知识欠缺还是操作技能欠熟练，是服务态度不端正还是服务方法不当等。带教教师针对问题要及时指导并改善。

(3)找出影响护理服务质量的客观因素。若护理人员的身体健康状况或精神欠佳，则应让其及时接受治疗及休息调整。若缺乏专业知识或实践经验，则为其提供相关学习资料并及时讲解，还需提供进行护理操作的用品及场所，并安排带教教师指导，确保护理人员有良好的工作状态。

(4)针对护理服务效果欠佳的原因具体计划措施、实施方案，预计效果、时间进度，确定负责人、执行者和完成方法等；检查每班护理记录，发现问题及时反馈并纠正；找出每班工作中的薄弱环节，及时加强；定期举办科内及院内讲座；配备相关学习资料、护理技术操作练习用品及场所，以增强护理人员理论知识学习和护理技术操作熟练度；及时总结工作中的疏漏欠缺，杜绝类似问题再次发生。

1.2实施阶段 严格按照计划执行。督查护理质量须从每班做起，督查者应人尽其责，分级管理常抓不懈。适时考核，考核时须严格参照护理质量考核评分标准和护理技术操作规范评分标准，由专人进行要点讲解、难点指导及操作点评，并将考核结果记录在案，以便下一循环参考。建立奖罚制度并实施，力求人人过关、人人达标，在提高护理质量的同时提升护理人员的素质。

1.3检查阶段 把执行结果与预定目标进行对比，检查预定目标执行情况，以认真、负责、科学的态度找出问题所在，总结成功的经验和失败的教训，以指导下一步工作。做到每班、每天、每周、每月、每季度、每年有检查，有记录，有信息反馈，有总结，有改善。

1.4处理阶段 (1)以不定期抽查或无记名问卷调查结果所得护理服务合格率及满意率为依据实施奖罚。肯定成功的经验，将之形成标准，坚决按此标准评判工作效果并实施奖励，以利成功经验发扬光大。

总结失败的教训，记录在案并严惩，在科内警示栏及时提示，防止发生类似情况。

(2)把不成功和遗留的问题放在下一循环中解决，如此循环，尽快使每人每班的护理质量达标并不断提升患者满意度，使护理质量及护理人员素质稳步提升。

二、结果与讨论 科室护理工作检查实行三班制，即早班—下午班—晚班，班班跟进。医院护理工作管理实行分级制，即带教教师—护士长—总护士长—护理督查组—护理部，级级督查，层层把关。护理管理pdca循环在我院实施后，显著提高了我院护理人员素质及护理工作质量。在“二级”评审中，并顺利通过“二级”评审，升级为“二级医院”，这是省卫生厅评审团对我院各方面工作的肯定，也是我院护理管理坚持pdca循环有效提高护理质量和护理人员素质的有力见证。如今，我院由1个普内科发展为内一科、内二科、外科、妇产科、疼痛科、肛肠科、骨科、康复科，另外科室也正在筹备之中，护理人员亦由原来的10人增至32人。当然，这与我其他领域的同步发展是相辅相成的，为我赢得了良好的社会效益及经济效益。在我院规模不断扩大，护理人员及护理工作量不断增加的同时，护理管理只有严格坚持pdca循环，才能使护理质量提升，护理服务合格率及满意率提高，患者受益度增加，进而使医院有条不紊地开展医疗护理工作并逐

渐扩大规模。

一、 培训对象：工作3-5年内护理人员。

二、 培训目标：注重年轻护士思维能力、实践能力、人文素养的培养，掌握专科知识，并通过护理程序熟练应用，加强病情观察、操作技能和专科对症处理的能力，推进优质护理服务深入持久开展。

三、 培训内容：

(一)工作3年内护理人员

新护士规范化培训周期为3年，分成三个阶段：新手适应期(0~6个月)、技能成熟期(7~18个月)和临床轮转期(19~36个月)。

1、新手适应期(0~6月)

前半个月：岗前训练(护理部)。双向选择后固定科室。

第1-2个月：与临床指导教师共同照顾6~8人。

第3个月：与临床指导教师共同照顾8~12人或在临床指导教师指导下独立照顾4~6人。

第4~6个月：在临床指导教师指导下独立照顾6~8人。 具体培训内容：熟悉病房各种制度规章、岗位职责、工作流程，掌握基础护理主要操作技能，掌握护理程序的思维方法，熟悉常见疾病护理、检查、药物及院感防控基础知识。

具体培训进度：

第1-2周：各班的工作程序与标准。

第3-4周：我科常见病的病情观察、护理要点、治疗原则、常用药物的作用及不良反应、注意事项等。(疝气、阑尾炎、甲

状腺、胆囊、乳腺疾病等)

第5-6周：讲解专科常见危重症护理(重症胰腺炎、胃肠癌、复合伤等)

第7-24周：我科常见的护理操作及各种抢救仪器的使用(心电监护、吸氧、吸痰、灌肠、导尿、胃肠减压等)，每月参加医院操作示教，科内每月培训并考核一次。

## 2、技能成熟期(7~18个月)

在责任组长或临床指导教师指导下，依病人病情独立照顾8~12人。定期安排参加科主任医疗查房、业务学习、读书报告会、危重病人循证护理查房等。

基本掌握专科护理基本操作技能，熟悉《实用临床护理“三基”(应知应会分册)》，熟练运用护理程序评估病情、分析护理问题，采取适宜的护理措施。训练常见病、多发病危重病病人的病情评估，并组织实施考核，强化新护士的思维能力、重症照护能力和沟通能力。

## 3、临床轮转期(19~36个月)

在护士长、责任组长指导下，依病人病情独立照顾8~12人，以危重病人为主。科室指定1名资深护士为导师，导师对学生工作和学习给予全面指导。

定期安排轮转护士参加科主任医疗查房、业务学习或参加专科学组活动、读书报告会、危重病人循证护理查房等。

掌握专科护理操作技能，各种仪器设备的使用，《实用临床护理“三基”(应知应会分册)》，专科常见病、多发病护理常规，并熟练运用护理程序评估病情、分析护理问题，采取适宜的护理措施。

## (二) 工作3-5年护理人员培训内容

专科知识：1、掌握普外科各种疾病观察与护理要点及并发症的预防与护理方法。

2、掌握普外科各种疾病健康教育内容。

3、掌握个案查房及病例讨论实施程序。

4、熟悉专科新知识、新理论及相关论文书写方法。

专科技能：1、熟练应用护理程序对病人进行护理。

2、组织并参与危重病人的抢救、难度较大的护理操作及各种抢救仪器设备的使用。

3、参与科室危重疑难病例讨论，承担专科讲课及教学查房。

4、针对性制定带教计划进行目标带教，参与病房管理，完成专项分管质控。

## 四、考核安排：

### 1、工作3年内护士：

(0-6月)每月进行临床表现评价，理论、操作考核。护士长进行“单独值班资格考核”，考核合格者方可进入下一阶段规范化培训并单独值班，不合格者，延长培训时间，直至考核合格。

(7-36月)每月理论、操作考核，每月制定护理计划。及时记录于轮转手册。

### 2、工作3-5年护士

专科知识：每季度一次。

专科技能：每月一次。

(注：各项核心制度、应急预案及各项急救技能全科护理人员必须熟练掌握。)

## 大学生职业素养提升计划书篇四

树立职业理想是大学生职业素质教育的切入点职业理想是人生对未来职业的向往和追求，帮助大学生树立坚定正确的职业理想是高校对大学生职业教育的切入点和核心内容。下面是小编给大家搜集整理的大学生应该如何提升职业素养文章内容。希望可以帮助到大家！

树立职业理想是大学生职业素质教育的切入点职业理想是人生对未来职业的向往和追求，帮助大学生树立坚定正确的职业理想是高校对大学生职业教育的切入点和核心内容。大学生的职业理想是他们人生职业实现的精神支柱，它对促进大学生在学业上奋发进取，顽强拼搏，弃而不舍地按照自己的职业需要充实完善自我，实现未来人生的职业目标有积极的促进作用。

正确的职业理想还有助于大学生在求职过程中正确处理国家、社会和个人之间的关系和合理地确立求职的期望值，自觉将国家需要与个人利益相结合。大部分大学生孩提时代就有最初的职业理想，有的相当科学家，有的想当医生，有的想当演员。这种萌动的职业理想随着人的成长而变得成熟，特别是受过高等教育的大学生，树立正确的职业理想，将是他们人生启航的坐标点和职业归宿。

目前，部分大学生受市场经济的负面作用的影响和西方腐朽

思想的侵蚀，受“金钱第一”，为我奋斗等腐朽思想的毒害，标榜“潇洒人生，梦幻人生”，使职业理想变得模糊和扭曲。要使大学生的职业理想向正确的方向发展，必须用现代的科学理论来指导就业、择业和创业，使他们的人生观、价值观、世界观与职业观辩证统一起来，让正确的职业理想成为大学生成人、成才、成业人生风范的不竭动力。

了解职业个性是大学生职业素质教育的关键点帮助大学生了解自己的职业个性是职业素质教育的关键点。社会人力资源的研究成果表明，职业个性对个人事业的成功与否有密切的联系。被誉为职业指导之父的美国职业指导专家弗兰克帕森斯就明确指出：人的个性影响职业行为习惯，每个人都有自己独特的能力模式和人格特征，每个人格模式的个人都有其相适应的职业，人们要想在职业生活中充分地施展自己的个性特点，实现自己的个性要求，获得尽可能大的自由感、满足感和适应感，那么在择业前，就应该了解自己所属的个性类型及其职业适应性。

因此，职业素质培养的目的就是要解决大学生的兴趣、能力与工作机会相匹配的问题，帮助大学生寻找与其特性相一致的的职业。例如，他喜欢什么样的同事，喜欢怎样的活动，对什么问题感兴趣，这些问题都会与他们未来的工作状态有必然的联系。如果学生了解这一点，在确定自己的工作时，会多一层理性的思考，择业的针对性就会增强一些。如个性偏内向的学生要知道自己的个性如何更好地发挥优势；个性外向类型的学生在做研究工作时的最大挑战是什么；作为管理干部要善于交往沟通，多角度思维，关心下属；而商场营业员则必须具有主动、耐心、热情等性格。可以说，从事每一种职业都有一定的职业性格，好的职业性格有助于个体在相应职业中更良好地完成工作。目前，学校用于测量职业性格的量表“职业偏好问卷”及“职业自我探索量表”是著名的美国职业指导专家霍兰德编制的，还有美国职业心理学家库特尔编制的“职业偏爱选择记录”等等，这些量表对学生理解什么是职业个性都具有一定的帮助和指导作用。



提升职业品质是大学生职业素质教育的着力点大学生职业品质是指大学生在职业行为、工作作风方面表现出来的思想、认识、态度和品质等。提升学生职业品质的过程，也是帮助他们逐步实现社会化的过程，这是提高大学生职业素质的关键所在。来自哈佛大学的研究表明，成功因素中的85%取决于积极的职业态度，15%才是本人的职业技能。

从这个角度看问题，我们已认识到社会人力资源的开发已为就业者的职业品质注入了新的内涵。用人单位对应聘者的职业品质需求从某种角度讲，对学生发展有着很好的导向作用，诸如积极的人生态度、开拓创新精神、沉着应变能力、团队合作精神、敬业精神等，许多职业已向就业者提出了更高要求。就业指导要结合校内外的大量实例来启发学生对职业品质重要性的认识。根据调查，学生对提高人际交往、组织能力、平衡心态、处理冲突等多方面的能力培养有比较强烈的愿望，这是学校开展就业指导和职业素质培养的重要基础。

04培养职业技能是大学生职业素质教育的落脚点帮助学生培养自己的职业技能是职业素质培养的落脚点。相应的技能是大学生进入职业领域的资本，不同的职业会对人们有不同的技能要求。做研究工作要求具有调查、分析、归纳、演绎的技能；做教育工作要求有澄清、说服、评估、鼓励的技能。大学生的对技能的理解存在一些模糊的认识，认为经过了专业学习，就有了相应的技能。我们要让学生了解知识教育是学习技能的基础。要把知识转化为技能，一定要经过反复实践或者体验。我们要辅导学生学会整理自己的技能清单，了解这些技能与自己的职业目标之间的差距，以及职业技能培养的途径和认识的方法，这都是职业素质教育的需要解决的问题。

大学生应该通过制定自己的职业计划来了解自己，也包括了解他人和了解社会。在制定计划中大学生需要经历几个实践环节；一是通过各种途径收集一些相关的信息来补充、完善自己制定的职业培养计划；二是在做计划时要评估目标实现的可

能性，兼顾自己的能力，环境条件的限制，周围人对自己的期望；三是要预测在现实目标的过程中，可能出现的阻碍和如何逾越障碍。学校教育者要鼓励学生采访有关职业成功人士，获取他们的成功经验。特别是应鼓励学生利用业余时间参加一些临时性的工作，以获取更多的经验和社会信息。通过实践，让学生对自我有更全面的了解，如个人价值观、兴趣、需要、人格、能力倾向等，进一步补充他们的学习内容和调整自己的职业价值取向。

加强理论方面的学习。

大学生首先要重视理论方面的学习，因为，只有用理论的武器武装头脑，才能够形成科学的方法，指导实践，让我们的事业更加顺利，工作更加得心应手，也更加接地气。

积极参加社会实践活动。

对于大学生来说，如果想要更多的了解社会，必须要积极参与社会实践，通过到具体的工作岗位上，我们应该多做一些具体的事情，不要总是感觉高高在上，从基层做起，了解群众呼声。

向身边先进典型学习。

无论在学校还是在单位，都有一些先进人物，这些典型人物是我们学习的榜样，而这些先进典型的事迹，必定有其闪光点，所以，要认真学习他们的长处，让自己品行更加完善。

做到理论联系实际。

我们在具体工作中，一定要做好既要学习理论，又要有实际操作能力，而理论联系实际的能力，是非常重要的，要做到工作扎实务实，勤奋创新，将理论和实践完美结合。

## 大学生职业素养提升计划书篇五

树立职业理想是大学生职业素质教育的切入点职业理想是人生对未来职业的向往和追求，帮助大学生树立坚定正确的职业理想是高校对大学生职业教育的切入点和核心内容。下面是小编给大家搜集整理的大学生应该如何提升职业素养文章内容。希望可以帮助到大家！

树立职业理想是大学生职业素质教育的切入点职业理想是人生对未来职业的向往和追求，帮助大学生树立坚定正确的职业理想是高校对大学生职业教育的切入点和核心内容。大学生的职业理想是他们人生职业实现的精神支柱，它对促进大学生在学业上奋发进取，顽强拼搏，弃而不舍地按照自己的职业需要充实完善自我，实现未来人生的职业目标有积极的促进作用。

正确的职业理想还有助于大学生在求职过程中正确处理国家、社会和个人之间的关系和合理地确立求职的期望值，自觉将国家需要与个人利益相结合。大部分大学生孩提时代就有最初的职业理想，有的相当科学家，有的想当医生，有的想当演员。这种萌动的职业理想随着人的成长而变得成熟，特别是受过高等教育的大学生，树立正确的职业理想，将是他们人生启航的坐标点和职业归宿。

目前，部分大学生受市场经济的负面作用的影响和西方腐朽思想的侵蚀，受“金钱第一”，为我奋斗等腐朽思想的毒害，标榜“潇洒人生，梦幻人生”，使职业理想变得模糊和扭曲。要使大学生的职业理想向正确的方向发展，必须用现代的科学理论来指导就业、择业和创业，使他们的人生观、价值观、世界观与职业观辩证统一起来，让正确的职业理想成为大学生成人、成才、成业人生风范的不竭动力。

了解职业个性是大学生职业素质教育的关键点帮助大学生了解自己的职业个性是职业素质教育的关键点。社会人力资源的研究成果表明，职业个性对个人事业的成功与否有密切的联系。被誉为职业指导之父的美国职业指导专家弗兰克帕森斯就明确指出：人的个性影响职业行为习惯，每个人都有自己独特的能力模式和人格特征，每个人格模式的个人都有其相适应的职业，人们要想在职业生活中充分地施展自己的个性特点，实现自己的个性要求，获得尽可能大的自由感、满足感和适应感，那么在择业前，就应该了解自己所属的个性类型及其职业适应性。

因此，职业素质培养的目的就是要解决大学生的兴趣、能力与工作机会相匹配的问题，帮助大学生寻找与其特性相一致的的职业。例如，他喜欢什么样的同事，喜欢怎样的活动，对什么问题感兴趣，这些问题都会与他们未来的工作状态有必然的联系。如果学生了解这一点，在确定自己的工作时，会多一层理性的思考，择业的针对性就会增强一些。如个性偏内向的学生要知道自己的个性如何更好地发挥优势；个性外向类型的学生在做研究工作时的最大挑战是什么；作为管理干部要善于交往沟通，多角度思维，关心下属；而商场营业员则必须具有主动、耐心、热情等性格。可以说，从事每一种职业都有一定的职业性格，好的职业性格有助于个体在相应职业中更良好地完成工作。目前，学校用于测量职业性格的量表“职业偏好问卷”及“职业自我探索量表”是著名的美国职业指导专家霍兰德编制的，还有美国职业心理学家库特尔编制的“职业偏爱选择记录”等等，这些量表对学生理解什么是职业个性都具有一定的帮助和指导作用。

提升职业品质是大学生职业素质教育的着力点大学生职业品质是指大学生在职业行为、工作作风方面表现出来的思想、认识、态度和品质等。提升学生职业品质的过程，也是帮助他们逐步实现社会化的过程，这是提高大学生职业素质的关键所在。来自哈佛大学的研究表明，成功因素中的85%取决于

积极的职业态度，15%才是本人的职业技能。

从这个角度看问题，我们已认识到社会人力资源的开发已为就业者的职业品质注入了新的内涵。用人单位对应聘者的职业品质需求从某种角度讲，对学生发展有着很好的导向作用，诸如积极的人生态度、开拓创新精神、沉着应变能力、团队合作精神、敬业精神等，许多职业已向就业者提出了更高要求。就业指导要结合校内外的实例来启发学生对职业品质重要性的认识。根据调查，学生对提高人际交往、组织能力、平衡心态、处理冲突等多方面的能力培养有比较强烈的愿望，这是学校开展就业指导和职业素质培养的重要基础。

04培养职业技能是大学生职业素质教育的落脚点帮助学生培养自己的职业技能是职业素质培养的落脚点。相应的技能是大学生进入职业领域的资本，不同的职业会对人们有不同的技能要求。做研究工作要求具有调查、分析、归纳、演绎的技能；做教育工作要求有澄清、说服、评估、鼓励的技能。大学生对技能的理解存在一些模糊的认识，认为经过了专业学习，就有了相应的技能。我们要让学生了解知识是学习技能的基础。要把知识转化为技能，一定要经过反复实践或者体验。我们要辅导学生学会整理自己的技能清单，了解这些技能与自己的职业目标之间的差距，以及职业技能培养的途径和认识的方法，这都是职业素质教育的需要解决的问题。

大学生应该通过制定自己的职业计划来了解自己，也包括了解他人和了解社会。在制定计划中大学生需要经历几个实践环节；一是通过各种途径收集一些相关的信息来补充、完善自己制定的职业培养计划；二是在做计划时要评估目标实现的可能性，兼顾自己的能力，环境条件的限制，周围人对自己的期望；三是要预测在现实目标的过程中，可能出现的阻碍和如何逾越障碍。学校教育者要鼓励学生采访有关职业成功人士，获取他们的成功经验。特别是应鼓励学生利用业余时间参加一些临时性的工作，以获取更多的经验和社会信息。通过实

践，让学生对自我有更全面的了解，如个人价值观、兴趣、需要、人格、能力倾向等，进一步补充他们的学习内容和调整自己的职业价值取向。

加强理论方面的学习。

大学生首先要重视理论方面的学习，因为，只有用理论的武器武装头脑，才能够形成科学的方法，指导实践，让我们的事业更加顺利，工作更加得心应手，也更加接地气。

积极参加社会实践活动。

对于大学生来说，如果想要更多的了解社会，必须要积极参与社会实践，通过到具体的工作岗位上，我们应该多做一些具体的事情，不要总是感觉高高在上，从基层做起，了解群众呼声。

向身边先进典型学习。

无论在学校还是在单位，都有一些先进人物，这些典型人物是我们学习的榜样，而这些先进典型的事迹，必定有其闪光点，所以，要认真学习他们的长处，让自己品行更加完善。

做到理论联系实际。

我们在具体工作中，一定要做好既要学习理论，又要有实际操作能力，而理论联系实际的能力，是非常重要的，要做到工作扎实务实，勤奋创新，将理论和实践完美结合。