

PERSONAL RESUME

**【语言能力】**获得大学生英语四级证书（545分），六级证书（520分），计算机C语言二级证书；

**【临床技能】**掌握临床基本技能，如无菌术，清创术，导尿术，常规妇科检查，换药，血压测量，心肺复苏，气管插管，心电图测量等；

**【学习方面】：**勤奋踏实，积极进取，校内外实践经历丰富，多次获得学校各类奖学金；

**【业余爱好】：**喜欢看书，是樊登读书会的“铁粉”，经常参加线下读书分享活动，喜欢跑步，打篮球；

**【团队协作】：**注重与人沟通和合作，善于组织和协调，经常在团队中扮演策划者和组织者角色；

**教育背景**

**综合能力**

**实践经历**

**自我评价**

电话：130-0000-0000

邮箱：1234@163.com

**2015.09-2019.06 XX大学 XXXX专业 本科**

**【主修课程】：**急重症护理学、内科护理学、外科护理学、妇儿科护理学、精神护理学、护理学基础、护理心理学、护理管理学、老年护理学等;

**【学习情况】：**GPA 3.0（top前20%），获得校内3次甲等奖学金证书

**【获奖情况】：**获得优秀学生干部，综合素质A级证书，临床护理学技能比赛三等奖等；

**【软件技能】**熟练使用Excel、SPSS软件进行一般统计分析，擅长使用Photoshop和AI绘制医学插画，曾获得XX杯医学插画比赛二等奖（全校仅9人获奖）；

20XX.6-20XX.06 XXX市XX医院 实习护士

1、曾在XX医院有一年实习经历，儿科、妇科、急诊科、呼吸内科、胸外科等科室轮转学习，能熟练使用各种常用医疗仪器和设备，掌握各类病人的初步护理方法和沟通技巧；

2、实习期间，因临床和护理知识掌握扎实，操作熟练，被医院评为“优秀实习生”；

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 20XX.9-20XX.06 | 学生会 | 助理班主任 |

1、协助老师管理2019级XXXX专业学生入学时，关于其学习、生活方面的问题；

2、组织其选举班委、评定助学金、督察入学军训，帮助新生快速融入校园；

3、在本人带领下，该班每年均被评为“优秀班集体”“优秀团支部”等荣誉称号。

**速写**

**求职意向：XXX科护士**

**应届生求职简历制作指南**

**一、简历制作前期准备**

□个人证件照：准备近期3-6个月内证件照，简单大气，能彰显自身气质和职业形象；

□制作简历基本信息表：方便后面网申和简历撰写时快速复制粘贴，节约时间；

□梳理各项经历：按照“STAR”法则，梳理过去读大学期间校内，校外所有经历，包括社会实践，干部任职，校园活动，实习经历等等；

□分析此次招聘会现场有哪些公司/单位提供符合自己条件的职位？

□这些公司/单位的背景，岗位需求和工作内容分别是什么？

□对方提供的岗位自己是否有意愿去应聘，是否能胜任，薪资福利待遇如何，工作地点在哪，环境如何？各方面是否符合自己的预期？

□确定好应聘的公司/单位后，查找对方展位地点，时间，交通出行方式，提前预留时间，安排好行程；

**二、简历制作**

□选择合适的简历风格和模板

□依次填入个人基本信息，根据对方公司的需求，可以适当增加一些信息增加简历分数，如政治面貌，身高，体重，户口所在地，年龄，是否为应届毕业生，有无工作经验，期待工作地点等等；

□根据所要应聘用人单位发布的岗位的需求，有选择性地填入自己的经历，如校园经历，社会实习实践经历，教育培训经历以及技能证书等等，做到有的放矢，重点突出，证明自己具备对方需求的各方面能力和素质，自己有胜任工作的潜力。每家公司量身定制，不要千篇一律。

□有重点，有针对性编写自我介绍，不要夸大其词，要能吸引HR好奇心和注意力的同时，最好连面试可能会问你哪些问题也都提前考虑“安排”好了。

**三、简历完成后的工作**

□格式转换：将word 格式简历转换为PDF，以免由于WORD版本不兼容，打印时文件打不开或者格式错乱。

□简历文件命名：简历名称要方面后面投递简历，如“张三+独立微信公众号30万粉丝+应聘新媒体运营+手机号+日期”，日期可以帮助你后面使用时方便查找，在投递邮件时，删掉即可。

□存档：可以在百度网盘/邮箱云盘/坚果云等虚拟网盘上存放所有投递的简历，一来可以方面随时查找调用，二来备份，防止电脑或U盘使用故障或丢失，带来不便；

**四、简历打印**

□再次检查：检查自己需要的电子简历是否有错别字，求职意向是否与应聘单位需求相符。

□简历打印：选择合适的打印店，铜版纸打印，每份简历打印2-3份备用；

□简历存放：检查打印好的简历是否有瑕疵，确认没有问题后放入专门的文件袋（防水，放褶皱）