

速 写

电话：138-0000-0000

邮箱：[Judy@163.com](mailto:John1996@163.com)

籍贯：四川成都

**教育背景**

# 

20XX.6-20XX.06 XXX市XX医院（三甲） 实习护士

* 在XX医院实习一年中，轮转儿科、妇科、急诊科、呼吸内科、胸外科等科室学习，能熟练使用各种常用医疗仪器和设备，掌握常见病名发病诊断处理的临床基本技能，掌握与各类病人沟通技巧；
* 能够规范书写病历，病程记录，手术记录。熟练掌握伤口清创缝合术，换药术，导尿术，体表异物取出术，具有对急、难、重症的初步处理能力。掌握基础医学中临床医学的基本理论、基本知识。

20XX.6-20XX.06 XXX市XX医院（三甲） 见习护士

* 掌握了各科常见疾病的诊疗常规及治疗原则，能够正规全面系统的进行体格检查。
* 及时完成医疗文件书写，了解常用药物的剂量及用法;
* 多次参加危重症患者的抢救，进行了专业的“三基”培训；
* 实习期间可独立分管病人，能够与带教老师达成共识，得到了医院领导肯定。
* XXXXX集团“XXXXX研究”临床协调员，与患者协调使用XXXXX药物，随访患者病情变化。
* 国家级课题“公共场所从业人员传染病风险应对能力现状及其影响因素研究项目组成员，参与项目撰写、申报、实施、论文发表过程。

**科研经历**

**技能证书**

* 获得心理咨询师证书
* 英语四六级证书
* 普通话二级甲等证书
* 获得“优秀毕业生”称号
* 甲等奖学金2次
* 2优秀学生干部

**自我评价**

* 在校积极参与校园活动，培养了良好的实践创新能力，沟通能力；
* 担任学生会实践部部长长达3年，获得4次优秀学生干部荣誉证书；
* 熟练使用办公软件，擅长制作表格和活动海报；
* 积极进取，具有强烈野心，希望通过自己的努力成为优秀的护士；

**实习经历**

应聘：XXX科护士

20XX.09 – 20XX.06 稻壳儿大学XXX学院 护理学专业（本科）

20XX.09 – 20XX.06 稻壳儿大学XXX学院 英语专业（辅修）

尊敬的XXX老师：

您好！

非常感谢抽出宝贵的时间阅读我的简历。

我是XX医科大学护理学专业的应届本科毕业生，想在贵院某某科室谋求一份护士工作。久闻贵院医护人员有着一流的技术，一流的服务，顽强拼搏和甘于奉献的精神，让我十分仰幕。望贵院给我一个展示才华的机会，为贵院出力争光。

通过四年的专业课学习，我已经掌握了较为扎实的专业理论和临床技能。在校期间，我多次利用寒暑假时间到三甲医院见习。见习期间，我认真勤奋，分别到儿科、妇科、急诊科、呼吸内科、胸外科等科室学习，目前能熟练使用各种常用医疗仪器和设备，掌握了急救知识和各类病人的初步诊断和治疗方法，并获得科室老师的一致好评。

实习一年的学习让我医院各个科室有了深入的了解。我对常见疾病如较为深入系统地学习，希望未来继续在这一领域不断钻研，磨炼技能。

大学四年学习期间，我刻苦学习，努力奋斗。未有挂科纪录，平均学分绩点3.5，多次获得各类奖学金。通过英语六级考试、计算机二级考试。在XX部担任部长，极大提升了组织管理能力和沟通能力。另外，因工作能力突出，我被评委优秀团员，优秀团干部，如今已是一名预备党员。

希望贵院能给予我一次面试的机会，让我能更好让您了解我。

此致

敬礼！

Judy

20XX年X月

**自 荐 信**

**应届生求职指导**

**一、前期准备工作**

□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、简历制作须知**

□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、简历投递和备份**

□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、简历打印须注意**

□再次检查：检查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，彩色铜版纸打印，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）；