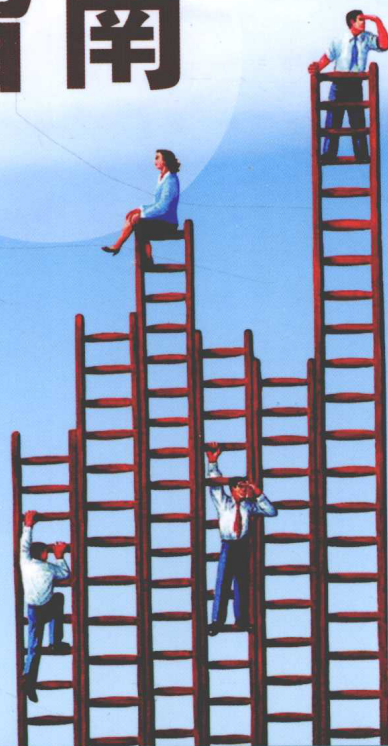
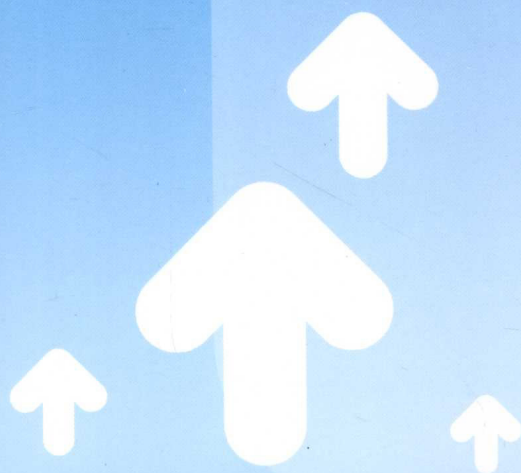


医务人员 求职应聘指南



主编 黄建萍 钱阳明

公务员

求职应聘指南

作者：张其成 编著

中国人民大学出版社

医务人员求职应聘指南

主编 黄建萍 钱阳明

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

医务人员求职应聘指南/黄建萍等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2010. 11
ISBN 978-7-117-13286-2

I. ①医… II. ①黄… III. ①医药卫生人员-职业
选择-指南 IV. ①R192-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 156320 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

医务人员求职应聘指南

主 编: 黄建萍 钱阳明
出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)
地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号
邮 编: 100021
E - mail: pmph@pmph.com
购书热线: 010-67605754 010-65264830
010-59787586 010-59787592
印 刷: 北京人卫印刷厂
经 销: 新华书店
开 本: 787×1092 1/16 印张: 22.5
字 数: 535 千字
版 次: 2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 版第 1 次印刷
标准书号: ISBN 978-7-117-13286-2/R·13287
定 价: 46.00 元
打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com
(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

医务人员求职应聘指南

编写组名单

主 编 黄建萍 钱阳明

副主编 李 娜 陈定樑 田 远 王 宏 张小凡 郭 波 王爱华

编著者 (按姓氏笔画排序)

刁利华 于 洁 于春杰 门倩倩 马 欣 马应霞 王 炆 王 京

王 慧 王洪瑛 王爱华 王惠贤 毛 宇 田 光 田 远 田宇红

田沈平 田海涛 史 巍 陈定樑 郭 波 付海明 包丽芬 吕晓静

朱宗红 朱晓法 任 骏 刘 岩 孙艳杰 花 岩 李 娜 李 莉

李 毅 李玉玲 李启堂 李俊凤 李洪艳 李 照 李海燕 杨晓燕

杨国文 吴 波 吴之明 吴亚雪 吴育云 何继东 邹丽娟 汪丽芳

沈曙红 李 勇 殷 翠 宋 阳 张 骊 张小凡 张志敏 陈 实

陈淑苹 苗德军 狄 宏 罗 军 金慧玉 周 山 赵 红 赵强元

郝春艳 郝秋星 荣 加 胡伟东 胡艳丽 胡建军 骆 敏 夏 青

郭姗姗 黄 瑾 黄叶莉 黄建萍 黄海燕 符洁娜 渠 青 韩淑贞

韩连书 惠秀丽 靳翠玲 蔡伟萍 蔡畅兰 谭晓骏 潘培涛 潘淑琴

翟文君 孟月仙 么蔚敏 徐清东 徐雪峰 徐 辉 索 良 王秀庭

王 超 吴阿尼 陈韬铎 潘建军 甘小四 郑培浩 张 霞



前 言

随着新时期医院发展的需要,越来越多的医务专业技术人员,通过应聘的方式走向工作岗位。医务人员双向选择职业,已成为时代的必然。现代社会的求职竞争正日益剧烈。怎样使自己成功胜出,获得渴望的职位?本书就是专门针对聘用制医务人员求职择业所需的知识和信息编写的指导书、工具书。

医务人员是一个高素质的专业技术群体,医务工作是社会要求最高的职业之一。医务人员不仅需要精湛的业务技术和良好的思想道德品质,还需要拥有良好的礼仪修养、沟通技能等综合素质。在应聘求职的过程中,如何使招聘考官认可求职者的思想道德水平、业务素质、文化修养、综合能力?“礼”是关键。“不学礼,无以立”,医务工作者应做“言之有物,行之有礼”的知书达“礼”之人。因此,对准备进入工作岗位的医务工作者开展这方面的培训是非常必要的。本书将告诉读者求职的礼仪和具体实施方法,帮助求职者掌握求职过程中各环节的关键。

为方便大家了解、掌握相关的法律规定,书中编录了相关的法律法规文件,用以指导求职者依据法律保护自己的合法权益,同时承担起应尽的责任与义务。另外,本书录入了全国31个省、市、自治区、直辖市一千余家三级医院、近两千家二级医院、部分省市近三百家一级医院及近两百家军队医院的相关信息,介绍了医院地址、等级、联系电话、专科设置等。希望能对广大求职者提供有益的帮助。

我们谨代表本书全体编者向热情关心帮助本书出版的领导、同仁、朋友表示衷心的感谢。由于内容广泛,信息更新快、编录水平有限,书中疏漏欠妥之处在所难免,恳请各位专家朋友批评指正。

衷心祝愿各位求职择业的白衣天使健康快乐、事业辉煌!

主编 黄建萍 钱阳明

2010年4月

目 录

第一章 医务人员求职礼仪	1
一、求职准备	1
1. 求职礼仪, 关乎求职成败	1
2. 保持良好的择业心态, 从容应对挑战	2
3. 获取信息、抓住求职主动权的几种方式	2
4. 求职应聘——7 种推荐自己的方式	3
5. 怎样准备有说服力的书面自荐材料	4
6. 怎样写求职自荐书	4
7. 准备个人简历的细节要求	6
8. 求职面试是应聘就业一道必经的门槛	6
9. 良好的心理品质, 会使你求职的自我推荐具有魅力	6
10. 应聘考试笔试的注意事项	7
11. 心理测试是录用选拔人才的一种科学依据	7
二、女医务人员仪容、服饰、举止	8
1. 注意求职妆容, 打造职业形象	8
2. 仪表妆容常是直接的定势因素	8
3. 完美的职业妆容, 展示自尊、自爱的人生态度	8
4. 求职妆容的定位与忌讳	9
5. 妆前的洁肤和修饰	9
6. 粉底的选择和用法	9
7. 粉扑定妆容	9
8. 巧画秀眉	9
9. 几种脸型与眉形的搭配	10
10. 画眼线三步曲	12
11. 画眼影的小细节	13
12. 睫毛的修饰技巧	13
13. 腮红的选择和使用位置	13
14. 自然美唇的画法与和谐选色的原则	14
15. 晚妆和妆后调整	14
16. 发型简洁, 指甲修短	14
17. 服饰宜忌, 要重视传递给人好感的个人信息	15

18. 衣服颜色的选择与肤色搭配	15
19. 谦虚娴淑的仪态举止是重要的魅力语言	16
20. 挺拔俊秀的站姿使你亭亭玉立且谦逊干练	16
21. 正确的坐姿体现谦虚娴静的良好教养	17
22. 柔美的步态给人以动态的美感	17
三、男医务人员仪容、服饰、举止	17
1. 西装最正规,穿着之中须讲究	17
2. 男士西装十忌	17
3. 穿什么样的衬衫最理想	18
4. 领带——最先被关注的细节	18
5. 穿皮鞋的小细节	18
6. 袜子要足够长,选色也重要	18
7. 发型简洁,剃须修面	18
8. 便装外套把握分寸,“保守中的流行,流行中的保守”	19
9. 要避免携带过大的公文包	19
10. 要注意手和指甲的整洁	19
11. 小饰物要简单适宜	19
12. 不良气味要清除	19
13. 稳健挺拔的站姿	20
14. 稳重大方的坐姿	20
15. 轻松敏捷的行姿	20
四、求职面试礼仪	21
1. 短短瞬间,把握好技巧“9要”:	21
2. 怎样使招聘老师一见面就对你产生融洽满意的印象	21
3. 遵时守信不急躁,千万别迟到	21
4. 入室敲门,“请”才入室和就座	21
5. 递交材料应正面向上,字体顺向对方	22
6. 仔细聆听,把握应答分寸	22
7. 面向考官,准确回答问题	22
8. 考试的方法多样,要冷静应对	22
9. 遇到确实不会答的问题,不妨诚实坦言	23
10. 考官需要通过面试观察得到的信息	23
11. 预设录用前提,表述无懈可击	23
12. 面试应答的声音形象和技巧	23
13. 口齿要清晰,语速紧凑而不失从容	23
14. 要敏感的注意考官对所做回答的反应	24
15. 忌滔滔不绝,忌贬低他人	24
16. 要多谈对方,少谈自己	24
17. 不要随意插话,应认真聆听	25

18. 讲错话,无需慌张	25
19. 面试时要保持的距离	25
20. 正确的目光交流,达到有效的沟通	25
21. 有多位考官的面试现场,目光交流要用环视法	25
22. 在应聘面试的目光交流中,要注意避免的8种眼神	26
23. 怎样的微笑可令对方欣然接受	26
24. 真诚得体的问候语,会拉近心的距离	27
25. 自我介绍要谦逊简明	27
26. 握手之礼要讲究	27
27. 应答言谈,要自然的展示出四个方面	28
28. 快结束时,要特别注意考官的暗示	28
29. 无论成败不失态	28
五、求职电话礼仪	29
1. 电话求职的基本原则	29
2. 注重电话形象,使对方闻其声如见其人	29
3. 打电话前,明确需讲叙的目的、内容	29
4. 打电话前心理不能太紧张	30
5. 选择合适的通话时间	30
6. 选择合适的通话方式	30
7. 亲切热诚的声音表达积极的求职态度	30
8. 语速音调要让对方听起来感觉舒适	30
9. 短短通话,体现出礼仪文化素养	31
10. 想要争取电话求职成功,还应注意把握“4点”	31
第二章 聘用制医务人员的选用、待遇和相关的法律法规	33
一、聘用制医务人员的选用、待遇	33
1. 医院聘用医务人员现状	33
2. 聘用医务工作者的选拔与试用	33
3. 聘用医务工作者的待遇	34
4. 求职面试需处理好关心的薪金问题	34
5. 聘用医务人员的优胜劣汰竞争机制	35
二、医务人员聘用制相关的法律法规	35
1. 《中华人民共和国劳动合同法》	35
2. 《中华人民共和国劳动合同法实施条例》	44
3. 国务院法制办负责人关于《中华人民共和国劳动合同法实施条例》答记者问	48
(1)为什么要制定实施条例?	48
(2)制定实施条例经过了哪些过程?	48
(3)制定实施条例遵循的基本原则是什么?	48
(4)无固定期限劳动合同是“铁饭碗”、“终身制”吗?	49

(5)对劳务派遣问题,实施条例作了哪些具体规定?	49
(6)如何处理经济补偿与赔偿金的关系?	49
(7)贯彻实施条例应当注意哪些问题?	50
4.《中华人民共和国执业医师法》.....	50
5.《护士条例》.....	55
6.《护士执业注册管理办法》.....	58
7.《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》.....	60
8.《关于建立城镇职工基本医疗保险制度的决定》.....	65
9.《城镇企业职工基本养老保险关系转移接续暂行办法》.....	67
10.《失业保险条例》	69
11.《劳动合同书》示例	72
12.《中国人民解放军文职人员条例》	75
第三章 我国部分医院求职相关信息	81
北京市	81
天津市.....	106
河北省.....	115
山西省.....	129
内蒙古自治区.....	136
辽宁省.....	141
吉林省.....	154
黑龙江省.....	161
上海市.....	170
江苏省.....	187
浙江省.....	198
安徽省.....	209
福建省.....	216
江西省.....	221
山东省.....	228
河南省.....	245
湖北省.....	253
湖南省.....	265
广东省.....	274
广西壮族自治区.....	290
海南省.....	296
重庆市.....	298
四川省.....	305
贵州省.....	318
云南省.....	321
西藏自治区.....	326

陕西省.....	327
甘肃省.....	334
青海省.....	338
宁夏回族自治区.....	341
新疆维吾尔自治区.....	342
参考文献与网址.....	349

医务人员求职礼仪

医务人员双向选择、求职择业,已成为时代的必然。

现代社会的求职竞争日益剧烈,如何抓住机遇,迎接挑战,成为众多求职者不得不思索的问题。我们都渴望成功,但成功这个字眼却让我们体会到太多沉重,太多煎熬!成功者为成功而欢欣鼓舞,失败者因失败而沮丧悔恨。在应聘过程中,做好求职的准备、把握好面试的礼仪和应对的分寸,能在瞬间充分展示出良好素养,则可能使自己顺利迈进成功的殿堂,迸发出更多的光和热,使自己的事业走向辉煌。

西班牙女王伊丽莎白曾说过:“礼节及礼貌是一封通向四方的推荐信”。心理学家奥里·欧文斯也谈道:“大多数人录用的是有礼节的人,而不是最能干的人”。诚然,应聘竞争当中,要立于不败之地,掌握必要的方法和技巧,遵从应聘求职的礼仪规范,是绝对不可小视的。甚至在某些情况下,还起着举足轻重的作用。试想如连基本的礼仪都不具备,在自己前途攸关的机遇面前,不会处理人际关系,又凭什么去成功?如果“望之不似人君”,那么,“见微而知著”,就有可能得不到社会的初步认可。求职者迈好这关键的一步的确十分重要。

每一个阶段,每一个岗位,每一处环境,都有与之相适应的礼仪要求。医务工作者做“言之有物,行之有礼”的知书达“礼”之人,这样才能为将来的成功奠定一个良好的基础。

一、求职准备

求职是人生道路关键的一步,每一位聘用制医务人员求职成功之前,总要有一个充分的准备过程。“机会只青睐有准备的人”。常言道“人生道路虽然漫长,但是要紧之处常常只有几步,特别是当希望与迷惘并存的年轻时候”。而求职礼仪、求职方法则是求职者关乎成败的必修之课。面对求职,你准备好了吗?

1. 求职礼仪,关乎求职成败

求职礼仪是一种公共礼仪,是应聘求职者在求职过程中与招聘单位接待者接触时,应具有礼貌行为和仪表仪态规范,用以体现对所求职业的重视,及对招聘单位和考官的尊重。求职者通过应聘资料、语言交谈、仪态举止、仪表衣妆等方面,展示自己的文化修养、道德素质、职业形象、个性特征、能力经验等多方面的内在素质。这些看似微小的细节,展现的却是一个人的“全部”,因为招聘方常是从这些细微处“见微而知君”,作为判断你的依据,决定对

你的取舍,而机会可能不能失而复得。

求职礼仪是发生在求职过程中的。求职者首先要有一种“求”的思想准备。无论自己条件多么好,无论人才竞争中供求的状况对自己怎么有利,都不能摆出一副舍我其谁的架势。当然,求职者说是“求”,但并不意味着自己人格的低下,要不卑不亢,有礼有节地提出和维护自己正当的权益、要求和尊严。无论招聘方或求职者都是平等的、互相审视、互为选择的。当然,对于是否录用应聘求职者,招聘方拥有决定权。

2. 保持良好的择业心态,从容应对挑战

面对求职,每个人的心理都是复杂多变的。一方面为自己即将走向期望中的工作岗位,将自己的知识和本领奉献给社会,实现自己的人生价值而感到由衷的激动和高兴;另一方面也常常表现出紧张、犹豫的矛盾心理。所以,调整好择业心态,做好充分的心理准备,有利于自己积极参与竞争,从容、勇敢地迎接挑战。

择业也要知己知彼。知己就是实事求是地评价自己,对自己有个正确的认识。知彼就是要了解择业的社会环境和工作单位,正确认识面临的就业形势。这样才能保持良好的择业心态。

良好的择业心态包括以下几个方面的内容:

选择适当的就业目标:一个人的择业目标应和本人具备的实力相当或接近。如选择国内、省内、市、区县一、二、三级医院,各地公立、民营、专科、特色医院,各门诊部、卫生所、社区卫生站等医务工作岗位的应聘。

避免理想主义:要及时调整就业期望值,不刻意追求最满意的结果,可以有准备的将期望录用方分为最满意、满意、较满意三个层次。

避免从众心理:一切从自身的特点、能力和社会需要出发,不随波逐流,不与别人攀比。

克服自卑、胆怯的心理:锻炼自己的胆识,鼓励自己拼搏努力,克服自卑和胆怯,树立自信心,增强自己敢于竞争的勇气。

不怕挫折:遇到挫折,不消极退缩,采取积极努力、百折不挠的态度,勇于向挫折挑战。

3. 获取信息、抓住求职主动权的几种方式

成功始于抓住信息。收集就业需求信息,是求职择业的基础与前提,谁能及时获得信息,谁就获得了求职的主动权。充分地搜集有关的就业信息,并将这些信息加以分类、归纳整理,从而去粗取精,这是求职的第一步,也将是求职成功的第一步。其方式和渠道主要有几种形式:

供需见面会、招聘会以及供需信息交流活动:国家主管部门和学校组织的供需见面会、招聘会以及供需信息交流活动等。医务人员参加这些求职活动,可以了解较多需求信息。

学校“走出去”“请进来”:学校有目标地去一些单位“推荐”毕业生;“请进来”是邀请用人单位来校了解考察自己的学校;广泛积极地联系需要毕业生的单位,然后,将这些需求信息告诉给学生。

新闻媒介信息:根据对口专业报纸、杂志上的招聘广告,发出应聘求职资料,也是不错的求职方式。

互联网就业需要信息:登录相关就业网站,可查找到许多就业信息。

常用网站有:

中华英才网:(www.chinaHR.com)

中国人才热线:(www.jobsdb.com.cn)

前程无忧网:(www.51job.com)

智联招聘:(www.zhaopin.com)

卓比人才网:(<http://jobif.com>)

528 招聘网:(www.528.com.cn)

八方人才网:(www.job8.com)

中国人力资源网:(www.hr.com.cn)

中国人才热线:(www.cjol.com)

卓博人才网:(www.jobcn.com)

人才职业网:(www.rencaijob.com)

4. 求职应聘——7 种推荐自己的方式

医务人员求职就业,实行在国家就业政策指导下,通过供需见面、双向选择,在一定范围内自主择业,达到求职就业的目标。在当今飞速发展的时代,想找到一份适合自己的工作,必须了解市场的就业信息,而掌握合适的求职方式方法更是非常重要的。可通过参加供需见面双向选择会、洽谈会、招聘会、人才交流洽谈会、人才资源招聘会,访问用人单位、恳请老师推荐、拜托亲友帮忙等形式推荐自己。

● **经人才服务中心介绍:**由国家人事部主管的人才服务机构统称为人才服务中心。其服务内容是为专业技术人员、管理人员、应届本科、专科毕业生、研究生的就业和流动提供所需的帮助。对职业介绍机构的了解是很重要的,经审批的正规职业中介机构,需持有劳动部门核发的“职业介绍许可证”、“职业介绍从业人员资格证”,工商局发的“营业执照”,物价局发的“收费许可证”,税务局发的“税务登记证”。一定要“五证”齐全,如果没有“五证”或“五证”不全,即属非法。复印件无效。其次,这些职业中介机构提供的招工信息,都有用工单位正式的委托书,盖有单位公章,并标明了准确的时间期限。介绍不成功不得收费。至于报名费、传真费、带路费、档案保管费、代办证件费、保证金等收费,只有报名费(约 30 元)是劳动部门认可的。

● **参加招聘洽谈会:**到人才市场毕业生双向选择供需见面专场,可获取就业信息。但要注意的,目前各类“招聘洽谈会”比较多,若去“洽谈会”找工作,要去由政府人事部门所属人才交流机构开办的“人才市场”或“招聘洽谈会”求职应聘,这类部门不以赚钱为目的。一些非法招聘者,往往利用洽谈会的机会,在洽谈会场从事非法“招聘”活动,一定要小心避免上当受骗。另外,如招聘单位在洽谈会上,以各种名义收取报名费、抵押金、保证金等,均属于非法。

● **学校毕业分配就业指导办公室:**大学生们在这里可以得到许多用人单位的需求信息、就业政策及择业技巧的指导。

● **亲自上门,毛遂自荐:**每到院校学生毕业的时节,各大医院都会有很多毕业生亲自上门,毛遂自荐。广泛了解需求信息并自荐,通过报刊、杂志、网络传媒获取社会需求信息;毕

业生通过临床教学实习、社会实践活动了解社会需求,一旦获取信息,应及时向对方发出自荐应聘的求职信息。

- **拨打求职电话:**自己查阅电话簿、用电话询问方式,了解各医院、门诊部、社区卫生室等单位,有无招聘需求。

- **求助社会关系:**每个人由同学、同事、亲戚、朋友、亲戚的亲戚、朋友的朋友组成的社会关系网,是可利用的财富,他们会提供给你很多求职的渠道。

- **集体应聘:**面对求职就业的激烈竞争,每一个求职者都应有充分的思想准备。了解市场,了解自己,了解用人单位及招聘者是非常重要的。刚从院校毕业的学生,可以根据学校联系的用人单位,集体应聘。一般招聘单位,常会对集体应聘做出优先关注和选择。

5. 怎样准备有说服力的书面自荐材料

无论以何种形式推荐就业,都需要一个书面介绍自己的材料,以达到“有效推销”的目的。而大部分用人单位选择求职人员来面试的信息依据,是先通过阅读有关应聘者情况的书面材料获得的。因此,有说服力并能吸引用人单位注意力的书面材料,是赢得求职竞争成功的第一步。书面材料包括毕业生推荐表、自荐书(求职信)、个人简历、成绩单(盖有公章)及各种获奖证书,已发表的文章、论文,取得的成果等。自荐书是针对特定的用人单位写的,要集中突出个人的特征与求职意向,书写要清晰简明,态度要诚恳,用语要得当,并能打动招聘人的心。写好自荐求职书是敲开职业大门的敲门砖。推荐信则是学校或某个专家、教授、权威人士或招聘方的友人,为求职者写的一封介绍信,希望招聘者接受或任用被介绍人。推荐信也是一种有力的推荐材料。

6. 怎样写求职自荐书

格式正确,布局合理:自荐求职书要选用质地好的公文纸,也可选用带背景图案的信纸,给人以清新、雅致的感觉,但忌用过于花哨的图案,以免喧宾夺主。可用钢笔、签字笔按正确的格式书写,一般包括称谓、序言、正文、结尾、署名几部分。通常用以下格式:

范例:

尊敬的××单位领导:

感谢您在百忙之中浏览我的自荐信,为我开启一扇希望之门。(序言)

...(正文)

真诚感谢您对我的关注,希望能给我一个实现梦想、展示才华的机会,祝贵院事业蒸蒸日上,祝您身体健康,工作顺利!盼望能接到您的答复。(结尾)

此致

敬礼

自荐人:×××敬上

××××年×月×日

不要随意涂改,或满篇都是污点墨迹,尽量不要用涂改液,写错了最好重写,否则,给人以作风不够严谨、求职漫不经心的印象。手写文字并不要求多么漂亮,但看起来一定要工整、干净。因为临床许多医疗文书是需要手写的。当然,用打印出来也是非常好的选择,那

样可以更规范和整齐,注意在选择字体字号时应注意整体感,一般用公文字体,即标题选用黑体二号字,正文选用仿宋三号字。也可根据应聘的专业,采用个性化的设计,如果在此方面不是很有经验,可以请别人提提意见或给予指导。总之,自荐书格式、布局是否正确合理,文字是否工整规范、通顺准确,招聘方都会很在意。

长短适当,表述准确:自荐求职书的篇幅不宜过长,尽量掌握在 500 字以内,要用精练的语言表达丰富的内容,讲清楚自己的优势特点以及对所要应聘职位的认识即可。繁杂、冗长的求职信只能让人反感。但也不能太短,否则,说不清问题,没有特点,表达不出诚意,自然也就缺乏影响力。长短一般为 1~2 页信纸为宜。

读懂需求,侧重表明:要留意招聘信息公告上的每一句话。了解招聘方对人才的要求,并在求职信上做好相应的侧重表明,如某职位需具备几年工作经历,并具备熟练完成某些手术或技术操作的能力等。

表达愿望,说明能力:根据你所谋求的职业来说明自己的能力和才智、优势和特点。医生、护士是一个需要爱心、责任心和细心的职业。恰如其分地展现自己,用自己的经历、个性“闪光点”来吸引对方,从而获得面试的机会。如果你的英语水平确实不错,还可以附一份英文自荐书,这也是一个不错的选择。但切忌为了表现自己,请别人代劳,这样你可能会因为自荐书相当优秀,获得了面试的机会,但在面试时表现出的能力,却与自荐书相差甚远,给人以不诚实的印象,反而失去机会。

不卑不亢,用词得当:在求职信中,如用词不当或不自觉地流露出一种志在必得的情绪,往往会使招聘者产生误解,把应聘者看成是一个好大喜功、自吹自擂、骄傲自满的人,于是拒之门外。过分自信不好,不够自信亦不好,有些求职者说话小心翼翼,吞吞吐吐,结果看上去成了一个畏手畏脚、毫无主见的人,好端端的一封自荐求职书也变成了一封彻头彻尾的乞职信,让人感觉没有主见和开拓精神。

请比较以下三段自荐书内容:

- 本人经过四年的本科学习,已掌握丰富的护理理论知识,自认为已是一名优秀的护理人才,贵院对我的录用,将是正确的选择。

- 本人刚刚走出校门,了解的知识甚少,自知各方面能力都很有限。

- 在校期间,我不但学到了专业知识,更提高了综合素质,曾在班级、学院担任过……职务,这培养了我的处事沟通协调能力,使我懂得了如何与人相处,也使我处事更务实、更有责任感。我将不断充实自己,努力使自己成为当今社会所需的复合型人才。…

试比较以上三段内容,很明显,对于一名刚毕业的护理人员来说,第三段是比较得体的。

少用简称,不用复印件:在自荐求职书上介绍自己,最好不用学校、学科、专业,甚至地址等简称。因为这种简称一来会使人产生误解,二则过多的简称,还会使人感觉求职者未脱学生气。还要注意的,不要使用手写材料的复印件。有些求职者为了扩大就业机会,这本来是可以理解的。但是又惧怕麻烦,于是手写一封自荐求职书,然后复印出几十份,甚至上百份,这样做确实节省不少时间,但这种做法很容易使收信人觉得求职者对他不够尊重,结果也就可想而知了。用计算机打印出来的自荐信复印件,是可以的。

只讲职位,不讲价钱:自荐求职书中最好不问及工资、待遇、福利等私人利益问题,这些问题留到面试时再磋商。文中只需表达出你对工作的渴求与热情即可。

7. 准备个人简历的细节要求

注意细节,扬长避短:医疗工作是一种特殊的服务行业,对个人形象、身高都会有一定的要求,虽然没有做明确规定,但招聘人之间都是心照不宣的。需选一张端庄大方、亲切可人的彩色或黑白证件照,小心的贴在简历的右上角。切忌贴出位或不剪白边,那样会给人一种漫不经心、夸张、不踏实的感觉。照一张具有较高水准的证件照能使求职者扬长避短、突出优点,再多洗几张备用是非常必要的。对一个刚毕业的医学院校学生或正在求职择业的医务人员来说,在这一段时间里,需要证件照的地方可能会很多。拍照时应着衬衫或穿套装,切忌穿无领衫,因为那样会显得太随便。最后一定别忘记给镜头一个微笑。

方便别人,成全自己:填写电话号码,不要填写招聘者在办公时间内很难找到的电话,如宿舍、旅馆的号码,如果只有这类电话可填,那么不妨顺便告诉对方给你打电话的时间。最好留下自己最便捷的联系方式,而且近期不要频繁更换。

8. 求职面试是应聘就业一道必经的门槛

求职面试,已经成为许多人选择工作过程中的一个必经门槛,更是当今学生从院校走向临床岗位的重要环节。因此,求职面试如果发挥出色,还可以弥补之前笔试或其他条件如学历、专业的不足。当然求职面试也是难度最大的一关,尤其是对于初入社会的医学生来说,因缺乏工作经验,面试时因为过度紧张而表现出四肢颤抖、说话结巴等。目前,有许多用人单位在招聘自己需求的人才时,都会设置一定的“门槛”,他们不仅要求人才具备较高的学历、专业知识及技能,还要求人才具备较好的礼仪修养和心理素质。例如:一位年轻护士在参加某医院的招聘时,主考老师让她将椅子挪近一点坐时,她并没有在意,于是她坐着向前挪动椅子,并发出很刺耳的响声,简单的一个动作使她失去了这份工作。事后这位护士深有感触的说:“我当时把求职可能考虑的细节都注意到了,当时衣着整洁干净,得体大方,自荐材料精美,回答问题也可以说干净利落,但万万没想到主考老师要我挪椅子也竟然是在考我。”像这位护士应聘时出现的问题并非个别现象。

9. 良好的心理品质,会使你求职的自我推荐具有魅力

不少毕业生非常担心,只有一张刚取得的学历文凭和执业执照,而无实践工作的经验,很难找到理想的工作。其实许多大医院都有一套完整的新人培养计划,他们也非常愿意接受刚走上社会的毕业生。对应届生而言,此时大家都在同一起跑线上,相差无几,不要害怕自己不如别人。自信,是求职面试前必备的心理素质,是面试成功的关键。

求职的过程实际上是在进行自我推荐,要让别人接受自己。除了必要的推荐技巧外,求职者还需要具备良好的心理品质,诸如诚实守信、自信心、灵活性、适应力等。这些对于求职的成功至关重要,会使你的自我推荐具有优势。

诚实守信:只有真诚,才能唤起对方的热诚,从而赢得肯定。诚实守信,既是人类所追求的美好品质,也是用人单位用来衡量求职者的重要标准。求职者具有诚实守信的优良品质,在求职时方能真实地介绍自己的经历和所长,实事求是、恰如其分地表达自己的优势和弱点。这种人格魅力必定会吸引招聘者,使之对你产生深深的好感;反之,弄虚作假、夸张吹嘘,只会损害自己的形象,引起对方的反感,这是求职者特别需要注意的问题。