



چگونگی تهیه یک کارنامه علمی

دکتر محسن رضا یان

دانشیار گروه پزشکی اجتماعی دانشکده پزشکی رفسنجان

اطلاعات بیشتری را از طریق منابع ذکر شده در پایان این مقاله (۱، ۲) به دست آورند.

■ مقدمه

دانشجویان رشته‌های علوم سلامت در مقاطع مختلف و پس از فراغت از تحصیل نیازمند آن هستند که شغلی مناسب با تخصص حرفه‌ای و عالیق شخصی خویش پیدا نمایند. یکی از نکات مهمی که می‌تواند چنین افراد جویای شغلی را به خواسته خود نزدیک‌تر سازد، داشتن کارنامه علمی (Curriculum Vitae) به دقت تهیه شده‌ای می‌باشد که اهمیت آن در سال‌های اخیر در کشور ما نیز مورد توجه فراوان قرار گرفته است. هدف از نگارش مقاله حاضر، ارایه چهار چوبی استاندارد جهت تهیه کارنامه علمی برای چنین افرادی است. خوانندگان علاقمند می‌توانند در صورت نیاز

■ کارنامه علمی

کارنامه علمی در واقع داستان زندگی علمی عالیق فرهنگی و اجتماعی یک فرد است که معمولاً با هدف دستیابی به یک شغل تهیه می‌گردد. نکات مهمی که در یک کارنامه علمی باید مورد لحاظ قرار گیرند، عبارتند از:

■ اطلاعات شخصی

- شغلی فعلی (در صورت شاغل بودن)
- مدارج و مدارک دانشگاهی
- مشاغل قبلی (در صورت وجود)

- اطلاعات شخصی
- شغلی فعلی (در صورت شاغل بودن)
- مدارج و مدارک دانشگاهی
- مشاغل قبلی (در انتشار)

- عالیق شخصی
- عالیق علمی
- عالیق انسانی

- انتشار مقاله، کتاب و
- ارایه مقاله در همایش‌های علمی
- عالیق علمی
- عالیق شخصی
- نام و مشخصات حداقل دو نفر به عنوان معرف اکنون بهتر است بینیم که به ترتیب در هر یک از قسمت‌های یک کارنامه علمی چه نکاتی را باید عنوان نمود.

□ اطلاعات شخصی

اطلاعات شخصی با نام و نام خانوادگی شما شروع شده و در برگیرنده اطلاعات مربوط به چگونگی برقراری تماس با شما از جمله شماره تلفن ثابت، شماره تلفن موبایل، آدرس و ایمیل شما خواهد بود. همچنین، تاریخ و مکان تولد از نکات مهمی است که در این قسمت باید به آن اشاره نمود. سایر نکات مهم و ضروری مشخص نمودن و ضعیت نظام وظیفه برای آقایان و ارایه هرگونه اطلاعات جانبی مهم نظر شماره نظام پزشکی (در صورت وجود) می‌باشد. توصیه می‌گردد که این بخش را با عکس جدیدی از خود مزین نموده تا بر تأثیر کارنامه علمی شما بیفزاید. ذکر سایر اطلاعات شخصی، نظیر وضعيت تأهل یا تعداد فرزندان امری ضروری نبوده، تنها در صورتی آن‌ها را در کارنامه علمی خود اضافه نمایید که برای دریافت شغل مورد نظرتان به این اطلاعات نیاز باشد.

□ شغل فعلی (در صورت شاغل بودن)

در صورتی که اکنون به هر نحوی شاغل هستید در این قسمت مشخصات کامل شغلی خود را همراه با تاریخ احتمالی پایان آن ذکر کنید. سعی

کنید که وظایف شغل فعلی خود را با دقت اما به اختصار توضیح داده، به ویژه تجربیاتی که می‌تواند در انتخاب شغل جدید مورد نظرتان به شما کمک نماید، را مورد توجه بیشتری قرار دهید. با این وجود یادتان باشد که ارایه اطلاعات بیش از حد، مانع از خواندن کامل کارنامه علمی شما خواهد گشت. بنابراین، در این قسمت مانند سایر قسمت‌ها مختصر اما دقیق و واضح بنویسید.

□ مدارج و مدارک دانشگاهی

در این قسمت ابتدا مدارک دانشگاهی خود را از ابتدای تا به انتهای ذکر کنید. معمولاً نیازی به نوشتن تحصیلات دوره متوسطه نیست. بنابراین، بهتر است با اولین مدرک دانشگاهی خود شروع کرده و توضیح دهید که در چه زمانی و در چه دانشگاهی موفق به کسب این مدرک شده‌اید. ذکر معدل دوره هم ضروری است تا نشان دهد که شما در گذراندن دوره مورد نظر تا چه اندازه موفق بوده‌اید. اگر بعد از نخستین مدرک دانشگاهی، موفق به کسب مدرک دیگری شده‌اید، باید در مرحله بعد به آن نیز اشاره کنید. فرض نمایید که اولین مدرک تحصیلی شما کارشناسی ارشد می‌باشد، بنابراین عین مشخصات ذکر شده برای مدرک اول را برای مدرک دوم نیز ذکر نمایید.

زمانی که مشخصات دقیق مدارک دانشگاهی را به رشته تحریر در آورده‌اید، وقت آن رسیده که در صورت داشتن هرگونه مدرک دیگری که مبتنی بر آموزش در دوره‌های کوتاه مدت بوده است مشخصات دقیق آن را نیز ذکر کنید. برای نمونه اگر دوره آموزش زبان انگلیسی، سایر زبان‌ها

فارسی یا انگلیسی و یا حتی کتابی شده‌اید، ذکر مشخصات کامل آن در این قسمت حائز اهمیت فراوانی می‌باشد. اگر بیشتر از یک کار چاپ شده دارید آن‌ها را با ساختار یکسان و به ترتیب زمان چاپ (از قدیم به جدید) فهرست نمایید. در ضمن اگر موفق به دریافت بودجه برای انجام یک کار پژوهشی شده‌اید می‌توانید آن را در همین قسمت به کارنامه علمی خودتان و با عنوان بودجه‌های پژوهشی دریافت شده اضافه نمایید.

□ ارایه مقاله در همایش‌های علمی

در صورتی که در زمان دانشجویی یا پس از فراغت از تحصیل موفق به ارایه مقاله در یک همایش علمی اعم از محلی، ملی یا بین‌المللی شده‌اید، حتماً مشخصات دقیق آن همایش همراه با مشخصات مقاله ارایه شده را در این بخش ذکر نمایید. چنین سوابقی نه تنها نشان می‌دهد که شما در انجام امور پژوهشی نقش مثبتی را ایفا نموده‌اید، بلکه این توانایی را نیز داشته‌اید که نتایج پژوهش خود را در اختیار دیگران قرار داده و به نوعی توانایی شما را در آموزش دیگران نیز نشان می‌دهد.

□ عالیق علمی

هر یک از ما در دوران تحصیل و پس از فراغت از تحصیل به برخی از مسایل خاص علمی مربوط به رشته خود علاقه بیشتری را نشان خواهیم داد. هر چند که ممکن است نیازمند آن باشیم که کمی عالیق خود را با شغلی که به دنبال آن هستید سازگار نماییم. با این وجود، در این قسمت شما باید به طور صادقانه توضیح دهید که به چه مسایل علمی علاقه بیشتری دارید.

کامپیوتر یا نرمافزار خاصی را طی کرده و برای آن مدرکی دریافت کرده‌اید، بهتر است مشخصات کامل آن را نیز در این قسمت ذکر کنید. همچنین در این قسمت، ذکر هر گونه جوایز آموزشی که احتمالاً موفق به کسب آن در دوره دانشجویی خود شده‌اید، می‌تواند بر تأثیر کارنامه علمی شما بیفزاید.

□ مشاغل قبلی

در صورتی که در هر مرحله‌ای از تحصیل یا بعد از فراغت از تحصیل به شغل خاصی مشغول بوده‌اید، ذکر مشخصات کامل آن‌ها در این قسمت ضروری است. به ویژه این که اگر این مشاغل، به نوعی در افزایش مهارت خاصی در شما مؤثر بوده‌اند. بهتر است شیوه نوشتن مشاغل از جدیدترین به قدیمی‌ترین باشد. همچنین، اگر چنانچه زمانی طولانی بین فراغت از تحصیل شما تا در خواست شروع به کارتان وجود دارد در این قسمت می‌توانید توضیح دهید که به چه دلیل این زمان ایجاد شده است. این دلایل می‌توانند شامل:

■ ازدواج

■ داشتن فرزند جدید

■ مسافرت

■ بیماری و یا چیزهای دیگری از این قبیل باشند.

□ انتشار مقاله و کتاب

انتشار مقاله و کتاب می‌تواند به عنوان نقطه عطفی در کارنامه علمی شما قلمداد گردد. بنابراین، اگر چنانچه در هنگام تحصیل یا پس از فراغت از تحصیل موفق به چاپ مقاله اعم از

سپس آن را به دقت مطالعه نموده تا فاقد هرگونه اغلاط تایپی و گرامری باشند. سعی کنید در تهیه کارنامه علمی خود از فونت زیبا و با اندازه مناسبی استفاده کنید. تهیه هنرمندانه یک کارنامه علمی به ارزش آن خواهد افود اما تهیه سرسری و بدون دقت می‌تواند تمام اطلاعات مندرج در یک کارنامه علمی را تحت تأثیر سوء خود قرار دهد. توصیه می‌شود که پس از طی تمامی این مراحل از دوستان، آشنایان و یا همکارانتان بخواهید که یک بار به دقت کارنامه علمی شما را مورد مطالعه قرار داده تا ضمن تشخیص ایرادهای احتمالی آن هرگونه پیشنهادی که برای بهبود آن به نظرشان می‌رسد را در اختیار شما قرار دهند.

□ علایق شخصی

در این قسمت می‌توانید علایق و فعالیتهای شخصی خود نظیر فعالیتهای فرهنگی، ورزشی سرگرمی‌ها و نکاتی از این قبیل را در صورت تمایل و بهطور صادقانه ذکر نمایید. برای مثال اگر علاقمند به خطاطی یا نقاشی هستید و در این زمینه فعالیتهای خاصی را انجام داده‌اید یا این که یک رشته ورزشی را دنبال می‌نمایید، ذکر آن‌ها در این قسمت می‌تواند مفید باشد.

□ نام و مشخصات حداقل دو نفر به عنوان معرف

اکنون که مراحل نگارش کارنامه علمی خود را به پایان بردید، ضروری است نام و مشخصات حداقل دو نفر که می‌توانند توانایی‌های شما را تأیید نمایند را نیز ارایه نمایید. این افراد می‌توانند شامل اساتید شما در دوره دانشجویی بوده و یا رئیس محلی باشند که شما در حال حاضر آن جا مشغول به کار هستید. منتهی باید توجه داشته باشید که هر فردی را برای این منظور انتخاب می‌کنید، باید از قبل موافقت وی را کسب نموده باشید. بنابراین، در صورتی که استاد یا رئیس شما قبول می‌نمایند که به عنوان معرف شما قلمداد گرددن، مشخصات دقیق از جمله آدرس برقراری تماس با آن‌ها را در پایان کارنامه علمی خود بیاورید.

منابع

1. Thistlethwaite JE. Applying for a job: the curriculum vitae and standing out of the crowd. Innovait; 3(8):450-452, 2010.
2. Potts JL. How to Write a Good Resume for a Public Health Job. http://www.ehow.com/how_6318677_write-resume-public-health-job.html. Last updated May 2010.

■ طی مراحل نهایی تهیه کارنامه علمی

پس از تکمیل بند به بند کارنامه علمی خود براساس مراحل فوق، باید تمام اطلاعات تهیه شده را به شیوه‌ای دقیق، صحیح و جذاب تایپ و