

## نحوه نگارش رزومه

شیوه های متفاوتی برای نگارش رزومه متداول و مرسوم است و هر کس به مقتضای سلیقه و هدفی که از نگارش رزومه دارد ، شیوه خاصی را بر می گزیند . اما به طور کلی اصول و سرفصل بندی عمومی رزومه ها به شرح زیر است:

### 1- جزئیات شخصی (Personal Details)

اغلب رزومه ها با این بخش آغاز می شوند . آن چه می بایست در این بخش ذکر شود شامل نام ، آدرس ، شماره تلفن ، آدرس پست الکترونیک و تاریخ تولد است.

### 2- پروفایل شخصی (Personal Profile)

وارد کردن پروفایل در رزومه امری سلیقه ای است و ضروری محسوب نمی شود . آن چه در پروفایل به نگارش در می آید ، تصویری کلی و گویا از شما است که به طور جزئی تر در سایر بخش های رزومه ذکر می شود.

### 3- تحصیلات و توانایی های علمی (Education and Qualifications)

این بخش شامل تمام سوابق تحصیلی و علمی شما ، از دیپلم دبیرستان و نام دبیرستان گرفته تا آخرین مدرک تحصیلی ، رشته ها و گرایش ها و زمان بندی هر دوره ی تحصیلی خواهد بود. به یاد داشته باشید که حتماً ذکر کنید در حال حاضر مشغول گذراندن چه دوره ای هستید . سایر دوره های علمی - کاربردی که در کنار تحصیل آکادمیک گذرانده اید را هم حتماً بنویسید.

### 4- سوابق شغلی (Skills and Work Experiences)

در این بخش باید کل سوابق شغلی شما ، اعم از تمام وقت یا پاره وقت ، با ذکر نام و تلفن یا آدرس محل کار ، به اضافه تاریخ و دوره اشتغال فهرست شود.

### 5- انتشارات و مقالات (Publications)

فهرست کتب و مقالاتی که منتشر کرده و یا در کنفرانس ها ارائه نموده اید به اضافه زمان انتشار را در این بخش بیاورید. اگر خلاصه مقالات را به رزومه ضمیمه نمایید بهتر است.

### 6- سایر اطلاعات (Additional Information)

نگارش این قسمت ضروري نیست ، اما چنان چه لازم دانستید توضیحي جاني روي سوابق تحصيلي و شغلي خود بنویسید ، مي توانید این بخش را اضافه نمایید.

## 7 - علائق (Interests)

فهرستي از علائق خود در زمینه هاي فوق برنامه مثل ورزش يا هنر را در این بخش بنویسید و احياناً اگر سوابق حرفه اي در این زمینه ها دارید حتما ذکر کنید.

## 8 - معرف ها (References)

نام ، رتبه ، درجه تحصيلي ، آدرس يا تلفن و کلاً اطلاعات مربوط به معرفين خود ( که معمولاً اساتيد شما هستند ) را در این بخش بیاورید . این معرف ها مي بايست همان معرفيني باشند که توصیه نامه هاي شما را تکميل نموده اند.

## \* ساير توصیه ها

- پيش از نگارش رزومه ، خوب در مورد سوابق تحصيلي و شغلي خود فکر کنید تا چيزي را از قلم نیندازید . سعی کنید تا حد امکان ، مدارکي دال بر سوابقتان آماده و ترجمه کنید تا ضميمه رزومه نمایید.

- از دروغگويي يا بزرگنمايي جداً پرهيز کنید ، ممکن است براي تان دردسر ساز شود!

تنظيم نمایید. بهترين حجم رزومه در همین حد است. A4 - بهتر است رزومه را در 2 روي يك کاغذ

- حتماً چند نسخه اضافه از رزومه براي خودتان نگه دارید تا در صورت لزوم از آن ها استفاده کنید.

- در مورد نگارش انگليسي ، حتماً درباره متن رزومه با يك مترجم و يا کسي که انگليسي ادبي را به خوبي مي داند مشورت کنید.

- رزومه را حتما تايپ کنید و از ارائه رزومه دست نویس جداً خود داري کنید.

## ***Chronological C.V.***

### **Personal Details:**

Full Name: Kate Smith

Address: 123 Any town Rd.

Riverton

Manchester

### **Personal Profile:**

- An enthusiastic college student with excellent knowledge of Business Administration. I am able to meet deadlines and can work within a team or on my own initiative.

- I am keen to find a good University so as I can continue my education.

### **Education and Qualifications:**

2000 - Present: Oldham Sixth Form College

GNVQ Intermediate Business and Finance

(Including units on office procedure, accounting and business management)

1995 - 2000: Manchester High School

GCSEs:

English Language : Grade C

Mathematics : Grade D

French : Grade C

Art : Grade B

History : Grade C

### **Work Experience:**

July 1999 - September 1999 : J&B Solicitor

Office Junior

Main tasks:

- Successfully dealt with telephone enquiries.
- Organized and maintained an effective filing System.
- Typed Letters, memos and reports.

November 1997 : Marketing 4U Company (work experience)

Main tasks:

- Used various office equipment including faxes, photocopiers and laminators.
- word processed letters and address labels.

### **Other Information:**

- I recently participated in a reader scheme where I helped children with learning difficulties.
- I am currently taking driving lessons.

### **References:**

Mrs. J. Brown

Course Tutor (Automobile Engineering)

Trafford College

Green Lane

Trafford

Tel: 0161 001 2222

## نحوه نگارش پروپوزال

پروپوزال یا طرح تحقیق ، پیش نویس پژوهشی است که شما می بایست برای اخذ مدرک تحصیلی خود انجام دهید. در پروپوزال ، شما به معرفی موضوعی که برای پایان نامه خود انتخاب کرده اید ، توضیح اهمیت آن موضوع ، ذکر پژوهش هایی که در گذشته در این باره صورت گرفته ، و نتایجی که فکر می کنید از تحقیق خواهید گرفت می پردازید. هم چنین روش یا روش هایی که در پژوهش از آن ها بهره خواهید گرفت را ذکر می کنید.

شکل پروپوزال بنا بر هدفی که از آن دارید و یا به مقتضای رشته تحصیلی شما می تواند قدری متغیر باشد. اما شکل بنیادی آن ، همواره باید شامل عنوان بنیادی ها و بخش های زیر باشد :

### 1- موضوع تحقیق ( Project Title )

ذیل این عنوان می بایست عنوان دقیق تحقیق خود را ذکر کنید. برای مثال :

**Project Title: Women Role in Southeast Thailand**

### 2- توضیح موضوع و اهمیت آن ( Importance and Statement of Topic )

در این بخش می بایست جوانب موضوع ، چگونگی ارتباط آن با رشته تحصیلی مورد نظر ، و اهمیت موضوع به لحاظ علمی و کاربردی را توضیح دهید.

### 3- ادبیات تحقیق و پژوهش های مرتبط ( Review of Literature and Relevant Topics )

زیر این عنوان ، باید توضیح مختصری درباره پژوهش هایی که پیش از شما روی این موضوع و موضوعات نزدیک به آن انجام شده بدهید. در این بخش در واقع باید به ذکر پژوهش هایی بپردازید که شما قصد دارید یافته های آن ها را تکمیل کنید ، اشتباهات آن ها را رفع نمایید و یا نتایج آن ها را رد کنید.

### 4- اهداف و فرضیه ها ( Aims and Hypothesizes )

در این بخش باید به ذکر نتایجی بپردازید که فکر می کنید از تحقیق خواهید گرفت. توضیح دهید که از انجام تحقیق چه هدفی دارید؟ به کدام سمت حرکت می کنید؟ و فکر می کنید به کجا خواهید رسید؟

#### **5- روش ها و ابزار های تحقیق ( Methodology )**

در این قسمت توضیح دهید که در انجام پروژه از چه روش های علمی سود خواهید برد و چه ابزارهایی را برای رسیدن به اهداف تحقیق به خدمت خواهید گرفت.

#### **6- منابع ( References )**

فهرستی از منابعی که فکر می کنید از آن ها استفاده خواهید کرد و به کار شما مرتبط هستند را الفبایی و منظم کنید و در این بخش بیاورید.

## \* نکات مهم

1- پروپوزال را با موضوع شروع نکنید، بلکه عنوانی مانند مثال زیر را در بالای صفحه و یا روی جلد بیاورید و بعد متن پروپوزال را بنویسید :

### **A Dissertation Proposal Presented to**

#### **Faculty Engineering**

#### **University Multimedia**

**By: Ali Ahmadi**

2- این نکات را در مورد انتخاب و نگارش تیتراژ پروژه رعایت کنید :

الف ) سعی کنید موضوع روشن و ساده باشد. از خوشگل کردن عنوان تحقیق خودداری کنید !

ب ) عنوان پروژه را به صورت خلاصه ای فشرده از آن چه در ذهن دارید در نظر بگیرید. سعی کنید با همان یک جمله عنوان پروژه بتوانید چارچوب کلی تحقیق و هدف هایتان را به خواننده منتقل کنید. عنوان کار شما باید کاملاً مشخص کند که شما می خواهید چه چیز را و در چه شرایطی مطالعه کنید.

پ ) در جمله بندی عنوان پروژه دقت کنید تا چیدمان آن طوری باشد که آن چه اصل موضوع تحقیق شماست از فرع آن قابل تشخیص باشد. به این دو مثال دقت کنید:

#### **1- Red-haired Musicians and Their Preferences for Music Style**

#### **2- Music Style Preferences of Red-haired Musicians**

در این جا هر دو جمله ظاهراً یک مفهوم را منتقل می کنند: "سلیقه موزیسین های مو قرمز در انتخاب سبک موسیقی". اما عملاً تفاوتی بین این دو وجود دارد و آن هم این است که در جمله اول ، تعبیر خواننده این است که توجه بیشتر ما به موزیسین های مو قرمز است و ما اول موزیسین های مو قرمز را بررسی می کنیم و بعد به سلیقه موسیقیایی آن ها می پردازیم. اما در جمله دوم بر عکس ، اولویت به سبک های موسیقی و سلیقه موسیقیایی داده شده و موزیسین های مو قرمز در درجه دوم قرار دارند.

ت ( سعی کنید کلمات اضافی را از عنوان پروژه حذف کنید . دو مثال زیر در واقع یکی هستند ، اما شماره 2 مقبولیت بیشتری دارد :

## **1- The Systematic Development which has occurred during last 50 years and has changed the face of Southeast Asia**

### **2- Changes and Development in Southeast Asia**

(Objectives)3- در مورد (1)هدف هایی که از تحقیق دارید و (2) ابژه ای که برای مطالعه انتخاب کرده اید حتماً دقت کنید که در رابطه کامل با هم باشند و در نگارش پروپوزال سعی کنید که این رابطه را به خوبی نمایش دهید. منظور این است که مثلاً اگر هدفی که می خواهید به آن برسید ، نامناسب بودن عروسک های باریبی برای تربیت دختران هست ، انتخاب ابژه ای مانند جامعه دختران 15 ساله ساکن منطقه 20 تهران ، نامناسب و نامربوط به نظر می رسد. توجه داشته باشید که بهترین ابژه را برای رسیدن به هدفتان انتخاب کنید.

4- در زمینه چگونگی انتخاب روش تحقیق نیز ، وضع به همین ترتیب است. سعی کنید مناسب ترین ، عملی ترین ، علمی ترین و هم خوان ترین روش را برای پژوهش مورد نظرتان انتخاب کنید.

5- پروپوزال را تمیز و با بخش بندی مناسب تحویل دهید. سعی کنید مرز بین عنوان ها مشخص باشد و تایپ کنید. A4مطالب را بر روی 1 روی کاغذ

6- بهتر است حجم پروپوزال بین 300 تا حد اکثر 400 کلمه باشد.

7- از نوشتن موارد اضافه در پروپوزال ، مثل عریضه نویسی برای استاد راهنما و غیره ، جداً خود داری کنید. از توضیح اضافه هم پرهیز کنید.

8- در مورد نگارش انگلیسی ، حتماً درباره متن پروپوزال با یک مترجم و یا کسی که انگلیسی ادبی را به خوبی می داند مشورت کنید. متن پروپوزال می بایست به لحاظ علمی و ادبی هیچ غلطی نداشته باشد.

9- پروپوزال را جدی بگیرید! سنجش علمی شما در واقع فقط از طریق پروپوزال میسر است . پس تمام تلاش و دانش خود را برای تنظیم آن به کار بگیرید.