

KWU 3UP DREAM

• 진로지도 워크시트 •

KWANGJU WOMEN'S UNIVERSITY FOR WORKSHEET



광주여자대학교 대학일자리플러스센터 · 취창업지원센터

본관 도서관 1층 TEL : 062-950-3770~1 / 3780

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ①

◎ 진로_워크북(10페이지)◎

1 단계 : 나를 이해하기

- 사람들과 관계 속에서 표현되는 자신의 생각, 가치, 감정, 행동, 한계를 이해한다.
- 있는 그대로의 자신에 대해 알아간다.
- 더 나은 나를 찾기 위해 필요한 것을 선택하고, 능력을 기른다.

나에게 물어보기

Q : 내가 가장 재미있어하고, 좋아하는 일과 그 이유는?
A :

Q : 살면서 가장 자랑스러웠던 순간은?
A :

Q : 스스로 잘하거나(장점) 고치는 것이 좋겠다고 생각하는 점(단점)은?
A :

Q : 내가 죽기 전에 꼭 해보고 싶은 것과 그 이유는?
A :

2 단계 : 목표 수립하기

- 미래에 나는 어떻게 살 것인가 고민해보고 비전을 수립할 수 있다.
- 목표가 있을 때 어려움이 있어도 포기하지 않을 수 있다.
- 현재 · 단기 · 중기 · 장기 목표를 나눠서 계획해본다.

나에게 물어보기

Q : 오늘의 나는? 미래의 나는?
A :

Q : 나의 미래를 위해 지금부터 실천해야 하는것은?
A :

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ②

◎ 역량_워크북(14페이지)◎

역량스토리 작성방법

- 1 자신의 경험을 떠올려 각각의 요소에 맞는 내용을 정리한다.
- 2 나에게 주어진 일이 무엇이었는지 명확히 한다.
- 3 그 일의 성과는 어땠는지 스스로 평가한다.
- 4 성과를 위해 기여한 내 행동과 역할을 무엇인지 적는다.

◎ 대학생활 동안 내가 가진 역량과 구체적인 경험을 작성하여 '나의 핵심 강점' 을 찾아보자!

보유역량	역량발휘경험

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ③

◎ 직무_워크북(15페이지) ◎

직업 : 사회적 지위를 맡아 개인이 수행하는 사회적 역할을 의미하는 '직'과 생계의 유지를 의미하는 '업'으로 이루어진 말

직무 : 직업으로 맡아서 하는 일

직업이란?

- 1 경제적 의미 | 노동의 대가, 즉 임금을 받는 소득의 측면
- 2 사회적 의미 | 현대 사회의 조직적이고 유기적인 분업 관계 속에서 자신의 역할을 수행하는 것
- 3 심리적 의미 | 자신의 잠재 능력과 타고난 소질·적성 등을 통해 발전시킴으로써 자아실현을 이룬다

나의
관심직업

"사람은 직업을 통해 생계를 유지하고, 사회구성원으로서 참여할 뿐만 아니라 자신의 가치를 실현하고, 인생의 보람을 느낄 수 있다."

직무란?

- 1 기업이 경영을 운영하기 위해 필요한 업무 단위
- 2 직무별로 어떤 일을 하는 지 정확하게 알고 취업 준비에 임하는 것이 중요하다. 취업전략과 향후 경력 개발의 중요한 첫걸음이 될 수 있기 때문이다.

나의
관심직무

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ④

◎ 직무_워크북(18페이지) ◎

학과명	
진출 가능 분야	
관심 직무	
유사 직무	
하는 일	
관련 자격증 및 교육 과정	
실무자 인터뷰	

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑤

◎ 경력_워크북(19~21페이지) ◎

학과명	1학기	여름방학	3학기	겨울방학
1학년				
2학년				
3학년				
4학년				

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑥

◎ 이력서_워크북(22페이지) ◎

RESUME | 이력서

아래에 기재한 사항은 사실과 틀림이 없습니다

사 진 (3cm x 4cm)	이 름 :	성 별 :
	생년월일:	e 메일:
	전화번호:	핸드폰:
	주 소:	

졸업년월	학교명	지역 / 전공분야

기간	근무처	직위	업무내용

취득년월일	자격 / 면허증	시행처

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑦

◎ 이력서_워크북(23페이지) ◎

이력서

■ 인적사항

사진 첨부	성명	(한글)	지원 분야
		(한자)	희망 근무지
		(영문)	희망 연봉
주소			
연락처	H/P :	E-Mail :	

■ 학력사항

	재학 기간	학교명	전공	학점

■ 경력사항

조직/단체명	근무 기간	업무 내용

■ 어학 및 컴퓨터능력

외국어명	점수	발행일	컴퓨터 능력	OA S/W(수준)		프로그래밍 S/W(수준)	
					(상 중 하)		(상 중 하)
					(상 중 하)		(상 중 하)
					(상 중 하)		(상 중 하)

■ 자격면허 및 수료사항

자격면허	자격면허명	등급	취득년월	발행처

위와 같이 귀사에 입사를 희망하며, 위 기재 내용이 사실과 다른 경우에는 입사 취소, 해고 등 귀사의 어떤 조치에도 이의를 제기하지 않겠습니다.

년 월 일 지원자

KWU 대학일자리플러스센터

KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑧

◎ 자기소개서_워크북(24페이지) ◎

항목	내용	
Situation	상황	
Task	역할	
Action	행동	
Result	결과	
Learning	배운 점	
Contribution	포부	

KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑨

◎ 자기소개서_워크북(26페이지) ◎

SWOT기법으로 나와 기업 분석하기

SWOT : 총 4개의 측면에 따라 개인과 기업을 바라보는 방법

내부 환경파악	S : Strength(잘하는 것) 우리/나는 어떤 강점이 있을까?
	W : Weakness(약한 것) 약한 것을 파악하여 취약점들을 개선한다.
외부 환경분석	O : Opportunities(기회) 경쟁자가 누구인지? 트렌드는 어떤지?
	T : Threats(위협) 신규 경쟁자의 진입, 정치·경제 영향 등 외부 요인들



KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑩

◎ 자기소개서_워크북(27페이지) ◎

자기소개서

지원동기	
성장과정	
성격의 장·단점	

KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑪

◎ 자기소개서_워크북(27페이지) ◎

자기소개서

극복 노력 및 성공경험	
입사 후 포부	

KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑫

◎ 면접_워크북(30페이지) ◎

면접 답변 준비하기

지원동기는 무엇인가요?	
본인 성격의 장점과 단점을 말해보세요	
직무 수행을 위해 가장 중요하게 생각하는 3가지는 무엇입니까?	

KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑬

◎ 면접_워크북(30페이지) ◎

면접 답변 준비하기

KWU 대학일자리플러스센터 KWU 3UP DREAM WORK SHEET- ⑭

◎ 면접_워크북(31페이지) ◎

면접 답변 준비하기

1분 자기소개

구분	내용
Head (주제문)	
Body (본문)	
Closing 마무리	



광주여자대학교
KWANGJU WOMEN'S UNIVERSITY

KWU 3UP DREAM

진로지도 워크시트

KWANGJU WOMEN'S UNIVERSITY FOR WORKSHEET