# 别踏入简历制作的雷区（大全5篇）

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-06-08

*第一篇：别踏入简历制作的雷区简历是职业设计的驱动力，它向未来的雇主表明你拥有能够满足特定工作要求的技能、态度、资质和资信。成功的简历就是一件营销武器，它向未来的雇主证明你能够解决他的问题或者满足他的特定需要，因此确保你能够得到会使你面试成...*

**第一篇：别踏入简历制作的雷区**

简历是职业设计的驱动力，它向未来的雇主表明你拥有能够满足特定工作要求的技能、态度、资质和资信。成功的简历就是一件营销武器，它向未来的雇主证明你能够解决他的问题或者满足他的特定需要，因此确保你能够得到会使你面试成功的机会。简历有着这样举足轻重的作用，因此相当多的人会在简历上大下工夫，殊不知，有些求职者眼中的“锦上添花”其实是“画蛇添足”……

雷区1：简历可为你找到工作

例证：张胜是一个精力充沛、野心勃勃的人，他对职业领域(建筑维护)里的一项工作很感兴趣，但同时意识到该位置需要一个比他的学历更高、经验更丰富的人，因此他决定在自己简历上做些“小动作”，以显得“完全”符合该项工作的要求。初读上去这份简历还不错，他甚至还得到了一次电话面试的机会。事情开始逐渐露馅以后，获得工作的希望也成为泡影。更糟的是，同行中的其他人听说了这件事情后，他的名声一下子受到打击。他曾经成功地炮制了一份简历以打开面试之门，但随后被发现的真相又将这扇门无情地关上了。

由此可见，如果想通过夸大其词来陈述自己的资格，以使简历更有分量的话，将会在今后的面试过程中处于极其尴尬的境地。

讨论：如果简历能为你找到工作的话，按照这个逻辑，樱桃核就可以给你带来樱桃。事实上，把一颗樱桃核种在肥沃的土壤中，你可能会得到一棵树，然后或许才能够收获樱桃，但也可能一无所获。同样，简历可以帮你获得面试机会，然后才谈得上能否得到一份工作。要成功地找到工作，你需要有寻找工作线索的策略：一份引人注目的简历和一封激动人心的求职信。另外还需要有推销的技能、良好的个人素质、面试时出色的表现和合适的推荐人，等等。所有这些因素综合起来才能决定谁赢得工作，而其中面试占了极大的比重。

面试给那些考查你的人提供了他们所需的99%的信息，就在面试时他们决定是否录用你。因此你或许会想：“那还要花心思准备简历干吗？”

然而简历是一封“介绍信”、是一块敲门砖，它令你成功地通过未来雇主的首轮筛选。因此，从对方的角度来考虑一下你将要写的简历是会有裨益的。

不同的招聘者会从不同的角度来看简历。有些人会拿你的简历和其他他们收到的简历作比较；有些人则把它看作是关键的决定因素，来从中判断你的资格是否符合工作的要求。他们对那些“差不多”符合标准的人没有兴趣。你会碰到一些人，他们毫不犹豫地从个人偏见出发来判断一份简历，那些标准只有他们自己才懂。较大的公司通常都设有人力资源部，将要送给招聘经理进一步审查的简历先进行一番过滤和筛选。

综合上面的情况，你要做的就是准备一份突出你的经验和潜能的简历，不要包括那些可能会令招聘者迷惑不解的无关细节。

简历可以令你获得或失去面试机会。要提高你入选的几率，考虑一下这些指导准则：

你的简历是否简洁(两页纸或更少)并重点突出？雇主并不需要你的生活经历，只需要你提供一个概述。

你的简历是否表明你有可以多方面运用的才能，能在任何行业中使用。

简历看上去是否只有寥寥几行，又或是密密麻麻拥挤不堪？你当然不想拿出一份看上去令人不舒服的简历。

有没有把你想告诉雇主的信息在简历中清楚地表达出来？

有没有避免那些可能令读者糊涂的专业术语？要牢记，多数情况下会有两人看你的简历，一位人力资源职业人士和一位决定是否录取你的人。

写完简历后，要记住它上面写了些什么。这一点似乎不用提起，但的确有许多人忘了这重要的一步。一旦有人问起你的经历时，你要能毫不迟疑地用和简历上相同的信息来回答，而不要有明显的出入。

除了上述内容，还须牢记准备好这两个问题：

能否给出证据来证明你简历上所陈述的技能和工作经验？

你能把自己宣称做过的事情证明给我们看吗？

用诚实的、精心准备的简历来为你开启成功之门吧。当你最终获得面试机会后，则尽量推销自己，让面试者充分相信你既有公司所需要的才干，又有他们所寻求的品行与工作态度。

真相：简历只是为你敲开面试之门，面试通过才能得到工作。

雷区2：平易朴实的简历得不到好工作

为了突出简历的作用，不少求职者绞尽脑汁地炮制自己的简历，使之别出心裁，甚至加上一些花样。难道平易朴实的简历真的就再也没有市场了吗？

讨论：雇主们在快速浏览简历的过程中关心的只是所列的事实，而不会对你那些有趣的修辞、夸张的文字图样或洒上香水的纸张感兴趣。因此只要简单、清晰地设计好你的简历，突出强调你所能为他们做的事情就行，写简历的目的就是为了准确而令人信服地描述你的技能。

如果感觉简历很没有说服力，你也许会想要加上一些听起来动人的词语，但实际上这些也没能表达出什么重要的信息。尽管想要罗列出过去的成就，但突然之间脑海里一片茫然，想不起来了。也许是因为你干这一工作太久而很难回忆起来，这时你就需要做一些调查来帮助自己组织好简历的内容。

准备简历时所需的资料和材料包括：过去所用的简历，你工作的一些记录(报告、设计、简讯等)，一些旧书、报纸或杂志上有关你的成就的剪报、业绩评估，等等。这些东西有助于激活你的记忆。

要遵守下列这几个简单的指导原则：

将相同的成就列在一起，让它们符合你正在寻找的工作。首先列出最重要的成就。

如果你对几种工作都有兴趣，就为每一种都单独准备一份简历。按不同雇主的要求加以改造，并使用行业中的“时髦术语”来引起注意。

将所有技能总结起来，按时间顺序展示你的成就。

如果你的工作经历不多，就把兼职或暑期打工、实习工作和义务工等写进简历。不要让你的简历看上去内容很少，也不要因为刚进入求职市场不久而捏造一些内容。

一份“酷”职业的获得依靠下列这些条件：

写一份使你获得初次面试的简历。

让决策者相信你就是那个干这份工作的不二人选。

和其他同事处在一起显得很协调。

知道自己在求职市场上的价值。

了解有效进行薪水谈判的基本原则。

不要在简历里为了填补空白而写上一些空洞的内容和崇高的长期目标。若想要引起雇主的注意，就要在简历上留出充足的空白，以简洁的格式来获得视觉上的吸引力。

真相：免去各种新奇而拙劣的尝试。写一篇有着广告促销技巧的文字来吸引招聘者的注意，那样你就能够获得面试机会，从而得到很不错的工作。

**第二篇：别踏入简历制作的雷区**

雷区3：看上去不俗的求职信与简历令你醒目

例证：刘悦对她的求职经历做了如下的总结：“既然我没有太多工作经验，就想通过用淡紫色纸写简历来吸引注意力，那纸厚得像彩色美术纸一样。两页简历邮寄时居然花了两张邮票！我着实为此而自豪了一阵，直到一个招聘代理人告诉我这正是我未获得面试机会的原因为止。但我认为他在说疯话，继续往外寄出厚厚的淡紫色简历。最后我才意识到他说的是对的，不幸的是，我已经被那些认为我是一个激进分子的公司所忽略了。”

刘悦最终还是得到了她想要的工作，十年后在一家大学职业服务部当了一名职业顾问。她总是要把这一“淡紫色简历”的故事与她的学生分享。

讨论：那些使用粉红、蓝或绿色纸张(或其他任何非中性色彩)来写求职信和简历的人往往没有得到面试机会。为什么？因为与其他使用保守一点的白色或黄白色纸的竞争者相比，他们看上去显得很怪。通常较厚的纸张或过大的纸张也不太合适。

注意：只有在很少的情况下，一封看上去聪明不凡的求职信才会吸引招聘代理人的注意，然而，最好还是使用那种“已被尝试过并证明为有效的”方式为好，否则你就是在冒极大的危险。除非他们特意想寻找一位“不守常规者”，否则招聘人和雇主是不会看重那些稀奇古怪或浮华不实的求职信和简历的。

真相：你想要他们记住你的是你的工作资格，而不是你那与众不同的简历。坚持标准的职业风貌吧。

雷区4：简历应当包括你的求职目标

例证：王忻在大学里学过电视广播学，她的目标是成为一名体育讲解员。“从小我就是一名体育运动迷，当时我叔叔在国家广播电台体育部工作，我非常喜欢在他工作时待在他身边。但是当我毕业时，求职市场形势很紧张，我不得不调整自己的目标。最后我在简历上写下了与雇主所能提供的那些工作有关的几个不同的求职目标，经过了许多次面试之后，我选中了一家啤酒厂的公共关系部，他们把赞助体育运动作为公共关系计划的一部分。我感到很满意，但这一切都是因为我把工作目标作了一番创造性的改动后，才引起了雇主的注意。”

讨论：如果你要寻找一份特定的工作，并且只要那种工作，就需要写上你特定的求职目标。

例如，你正在找一份会计主管的工作并且只愿意接受这一职位，就应当在简历上标明：

工作目标：会计主管

但如果你对同一领域里的其他职位也感兴趣，你的求职目标就应写为：

工作目标：会计主管/会计主管助理/财务副总经理

这其中区别的依据在于你求职的公司类型不同。在一家中等程度的公司里，会计主管的职位就很理想；但在一家较大的公司里，你做一名会计主管助理就会很称心；到了一家小公司里，财务副总经理的位置才是理想的。

当要写进好几个求职目标时，注意每一个都必须处于同一职务水平上的相关领域。

一个宽泛的求职目标，看上去更像是一个事业目标，比如“想要在一个不断进步的组织里寻找一份富于挑战的工作，允许创造力和自主性的自由发挥”，这样的话只是在简历上浪费宝贵的空间而已，提供不了什么有用的信息。要么写进一个更详细的求职目标，要么干脆别写。你可以把简历上求职目标里的一些内容写进你的求职信中去。

注意：不要只是简单地改变你的职业或求职目标的名称和措辞，简历本身也应做相应的改变。为了使简历更有效，你应当在上面着重列出你特定的职业目标所要求的那些资格和能力。

真相：事实上有两重考虑。

1?当一份本应是“普通性质”的简历的求职目标涉及过于狭窄的特定领域时，你会失去很多其他的机会。

2?如果求职目标太宽泛，则不如不写。

雷区5：在简历中包括进你所从事的每一份工作很重要

例证：赵雅开始写了一份7页的简历，包括了过去26年来的工作信息，还列上自己的兴趣和爱好以作参考。她一点也没有意识到自己的简历让雇主看了感到有点烦。直到遇上一个职业咨询员把她的简历批评了一通，告诉她将它缩为两页纸才罢。从此以后，她在未来雇主的眼里才有了吸引力，很快找到了一份喜爱的工作。

讨论：简历的目的是为了激发起人们阅读和了解的兴趣，从而邀请你去面谈。不要把和你现在的工作关系不大的前期工作都一古脑儿地向对方倾诉，只要把最近十年来的工作经历写进去就行了。

那么，有哪些东西是应该包括进去的呢？注意以下四点：

第一，如果你过去的经历和你正在申请的工作有关，不妨把它写进去。例如，一位寻找零售职位的求职者，想提及他在暑假为挣学费，曾在一家百货公司做过店员。这是一个很好的主意，如果雇主想找一位销售经理或商店助理，很可能会中意在零售业哪怕是有过短期的工作经验的人。

第二，在另一种情况下，一个申请初级管理位置的求职者，若有过管理人的经验，哪怕是在15年前，他也会比其他没有管理经验的人多一点优势。只要你用心提及，雇主总会看到你的管理经验的价值。

第三，如果这是你中学或大学毕业后的第一份工作，尚没有全职工作的经验，那就要写一写你的兼职和临时性的工作。你也可以列出一些志愿者的工作，尤其是当它与你的职业领域相关时。

第四，对那些有过几次工作经验，或是和同一雇主共事多年的年长的求职者来说，再在简历上追溯25年前的工作经历显然没有必要了，只要加上这么一条陈述，比方说：“做上述工作以前还做过会计主管、预算分析员以及成本会计职员”，这就足够告诉对方你曾担任过其他职务并有成熟的责任感。如果招聘者想要更多的信息，会当面来问你。

在简历上要专注于你不得不写的那些信息。用适当的事例来告诉雇主你曾经为这份工作做过哪些准备性的事情。雇主会明白每一个人都是从某一处来起步的。

最后还应当听听一位人力资源管理经理的话：“我喜欢看那些短而精的简历，让我对求职者过去所做的工作充满了好奇感。而一份超过两页的简历常常有些不必要的失误。其实只要求职者抓住事实进行简洁的陈述，他们就能获得面试机会。”

真相：简历上的信息太多，读它的人想要约你面谈的兴趣就会大大降低。

雷区6：在简历上附上照片很有创意

例证：李丹曾经深信一张迷人的照片会增加她获得面试的机会。然而这样做了以后她却没有得到任何回音，几个月后她才明白为什么。她认识一个正好在她申请的公司的人力资源部工作的人，那人告诉她公司的人看到她的照片时是如何反应的。很不幸，那张性感的照片很快就让他们排除了给她面试的机会。

当乔刚递上一张照片后也遇到了同样的结果，但起因却不一样。因为他在照片上显得躯体过于庞大，并且照片上带着下午时分的阴影，给人一种暮气沉沉的感觉，使他显得感情脆弱而又不注意自己的外表。未来的雇主因而觉得他不适合那份工作，对他没有兴趣。

事实上，这两个求职者本来都具备符合工作的资格条件，但却因为一张照片而不慎丢了机会。因此，让面试者在见到你之前先去猜想你的相貌吧。保留一份对你的期待，他们会更有兴趣来面试你。不要理会那种庸俗的说法：“一张照片胜过千言万语。”因为这张照片不是用来放在家中的相框里，或摆在什么显眼的位置供人欣赏的。

讨论：谁知道你的照片会引起雇主什么不愉快的回忆或联想呢？不如保持神秘感。直到他愿意和你面谈时，才让雇主基于你的技能、工作经验和教育背景来作出最初的判断，而不是基于你的相貌。因此在简历中只应该包括那些与工作有关的事实，来给对方留下最初的印象。

也许你认为一张照得不错的照片会给面试者留下好感，从而帮助你获得面试机会。但不妨考虑一下这些相反的可能性：你的照片也许令面试者想起了她读六年级时坐在她身后的一个讨厌鬼，每次考试时总要踢她的椅子腿来干扰她专心考试，让她又气又恨。

或许你自认为很迷人的嘴角翘起来的微笑，让招聘代理人记起了在一次低年级的学生舞会上，那个在最后一分钟拒绝了他的邀舞、把他晾在当场的女生。想想这些你永远也意料不到的可能性吧，你就会明白多一事不如少一事的道理了。你的照片也许显得太胖、太瘦、太严肃或是太激动、颜色太深或太浅，甚至看上去太性感。

真相：如果你随简历附上照片，雇主剔除你的可能性反而会增大。

**第三篇：别碰办公室５大雷区**

尽管你在工作上得心应手，但有时还是难免遇到一些莫名其妙的阻力。你应仔细检讨一下自己是否在以下一些问题上做得不好，贻误了自己的发展。１．听人是非　当某同事向你转述某人对你的不满之后，你当然很气愤，就会做出言语上的反击。然而，这种做法恰恰中了散播是非者的计，因为他可以拿着你在气愤时说出的话，向某人再度转述。２．估计公司的前景　不要自作聪明估计公司前景，然后再用专家的口吻去判断事情，这样做是作为下属的大忌。３．乱讲加薪幅度　在商业机构中没有绝对公平，每个人加薪幅度的多少，只能证明老板对自己的印象和喜爱程度，而不一定标志工作能力的好坏。４．穿着太名贵　切勿穿得比自己的老板更好。当老板与这样的下属一起与陌生人打交道时，假如陌生人不清楚，把下属当成了老板、老板当成了随员，此种情况下更会使老板心怀不满，一定在心里把该下属打入了“死囚”的行列。５．说话太多　一些人在开会时滔滔不绝地发表意见，实际上是在自招祸患。所谓“言多必失”。

**第四篇：巧写简历远离“雷区”[范文模版]**

简历作为求职者的重要敲门砖，直接决定求职者的面试机会。简历怎么写才能受HR青睐，且不踏入“雷区”呢？佛山职场专家表示，求职简历重在简洁明了，在符合岗位需求的前提下，有针对性地突出个人的独特优势。

雷人简历啼笑皆非

不久前，成都大三女生在简历上写道：“他们都说，我很漂亮，你想看看吗？”雷倒不少面试官。随后，有人在微博上称，有毕业生的求职简历写有“获奖经历：在校期间多次获得康师傅‘再来一瓶’奖励”。不少网友直叹“如此人才实在不易”。

最近，另有两份雷人简历也引发不少网友热议，一名女生在简历中用“没什么学历，没什么特长，就是人长得漂亮”来评价自己，另一应聘者则表示“我不做你们公司总经理绝对是一种浪费”，还在简历中要求HR“于24小时内给予答复”。

佛山一些企业HR表示，他们也经常收到一些雷人简历，其中有厚如书籍的，有附带艺术照的，有同校学生统一模板的。

鸡毛蒜皮有啥填啥

即将于明年6月毕业的市场营销本科生小甘，11月底开始找销售类工作。“说实在的，老师也没教我们怎样写简历，销售类工作重点在沟通能力。”在小甘看来，简历应以体现个人的实践、社会经历为重，应聘销售应该在简历中多些能体现沟通、交际能力的内容。而电子通信专业的小冯也认为实践经验很重要，他把自己参加大学生创业大赛的实践活动重点写进了简历中。

近日，新快报记者从招聘会上了解到，多数求职者的简历都是密密麻麻地填写着在校表现情况，包括在校担任职位，参加或组织的活动，获得的奖项、称号，在校成绩、作品等。“实践经验肯定是要写的，不过不知道HR会看重哪些，于是我把参加过的活动都写上去，聊胜于无嘛。”不少受访者写简历时都抱着“宁可多填无用，也不能少填”的想法，认为满满的简历表让他们在求职中更有安全感。

HR说真相

突出特长无需面面俱到

“需要你在简历中有建设性的结论和成功经验，量化出你的才能。”在顺德某企业担任高级经理人的南哥认为，企业需要求职者拥有实践高于理论要求的执行力和领悟力。

针对成都女大学生的雷人简历，南哥称客观评价该求职者的做法，认为其在某方面比较自信。“但不要自恋，自恋在团队协作上不太好。”南哥认为，求职者的简历中应突出自我特长一面，不要面面俱到，团队协作是现代管理者所看重的，求职者的自我个性也不可写得太多。而在简历中如果能有一个三年的职业规划就会更受用人单位欢迎。

而近来正对外招聘销售人员的希立科技有限公司，其负责招聘的姜小姐透露，招聘时主要看求职者的求职意向和个人工作经历，销售方面则更看重对方的心理素质和表达能力。换句话说，企业HR更希望求职者在简历中体现明确的职位意向和符合职位需求的能力。

**第五篇：如何制作简历**

对于即将毕业的大学生来说，一份完整的简历至少应当包括以下内容。个人基本情况、教育背景、奖学金和获奖情况、社会工作、重要技能和资历证书、特长、联系方式等。求职信是你和雇主双方沟通的第一道桥梁，如果第一个印象都不太好的话，那么你名落孙山的机会也特别高。所以，一封求职信的好与坏绝对影响您能否得到面试的机会。

即将面临就业，对每个毕业生而言，最当务之急的事情恐怕就是制做一份个人简历了。那么，怎样制做个人简历呢？简历的内容、式样设计方案，仁者见仁，智者见智，然而最关键的是你要记住：

任何一个你心目中的好单位，他们收到的求职简历都会堆积如山。和你的预想正好相反，没有哪个人事主管会逐一仔细阅读（read）简历，而是用以一种scan的方式匆匆而过，每一份简历所花费的时间一般都不超过二分钟。无法吸引他们注意的简历很可能被忽略而过，永久地沉睡在纸堆里。因此，“突出个性、与众不同”便是你设计个人简历成功的法宝。

一般来讲，个人简历的内容都应该包括：“本人基本情况”、“个人履历”“能力和专长”、“求职意向”、“联系方式”等基本要素。

“本人基本情况”

包括：姓名、年龄（出生年月）、性别、籍贯、民族、学历、学位、政治面貌、学校、专业、身高、毕业时间等等。一般来说，本人基本情况的介绍越详细越好，但也没有必要画蛇添足，一个内容要素用一两个关键词简明扼要地概括说明一下就够了。

“个人履历”

主要是个人从高中阶段至就业前所获最高学历阶段之间的经历，应该前后年月相接。“本人的学习经历”

主要列出大学阶段的主修、辅修与选修课科目及成绩，尤其是要体现 与你所谋求的职位有关的教育科目、专业知识。不必面面俱到（如果用人单位对你的大学大学成绩感兴趣，可以提供给他全面的成绩单，而用不着在求职简历中过多描述这些东西），要突出重点，有针对性。使你的学历、知识结构让用人单位感到与其招聘条件相吻合。

“本人的实践、工作经历”

主要突出大学阶段所担任的社会工作、职务，在各种实习机会当中担当的工作。对于参加过工作的研究生，突出自己在原先岗位上的业绩也是非常重要的。

“本人的能力、性格评价”

这种介绍要恰如其分，尽可能使你的专长、兴趣、性格与你所所谋求的职业特点、要求相吻合。事实上，“本人的学习经历”、“本人的实践、工作经历”同样在映证个人的能力、性格，因此，前后一定要相互照应。

“求职意向”

简短清晰，主要表明本人对哪些岗位、行业感兴趣及相关要求。

“联系方式与备注”

同封面所要突出的内容一样，一定要清楚地表明怎样才能找到你，区号、电话号码、手机号、E-mail地址。我们有的毕业生喜欢频繁地变换手机、E-mail，当我们或用人单位需要和你取得联系的最关键时候，往往无法迅速找到你，我们感到遗憾的同时，恐怕最遗憾的应该是你。

注意

在择业过程中，对自己的简历应进行适时修改，每次修改都是在基于上次面试、笔试、填表的经历之上。每次修改都对自己大学的学习收获、自己的性格特长等有了更深的了解。总的来说，整个择业的过程就是一个自我发现、自我探索的过程。

“功夫不负有心人”，肯仔细研究制做个人简历的人，肯花功夫找工作的人，一定能够找到满意的工作，这是一个对等式。

简历的内容是有讲究的，并不是把所有的人生经历往纸上一搬就是简历了。有些事情可能非常自豪，但是写在简历上就不合适了。例如，曾经在学校获得了电子游戏竞技的第一名，这可能让你在很长的一段时间里都津津乐道，但是除非对方是电子游戏行业的公司，否则用人单位绝对不会对这种信息感兴趣。另外在确定简历的内容时还有一个时间上的范围。现在已经是大学快毕业了，在找工作的时候，总不能写上一笔“本人曾经在小学六年级获得校作文比赛第二名”吧？显然不合适。

一般来说，简历的内容的选择至少应当符合两个标准：一是与所求职位相关。这里所谓的“相关”并不十分严格，只要对未来的工作有可能有用就可以写。例如，如果应聘一个计算机方面的工作，那么英语方面的特长理所当然是应该写上的——因为两者是有关联的。二是以大学以后的个人经历为主。大学以前的经历，由于已经相隔太久，其用来证明你能力的效力已经微乎其微，起不到什么作用。除非是所取得的成绩不俗或者与所求职位密切相关，例如所读高中是全国数一数二的知名学校，在高中时得过国际大奖或全国性大奖等等，否则就不要再往上堆砌了。

对于即将毕业的大学生来说，一份完整的简历至少应当包括以下内容。

个人基本情况

基本情况主要包括姓名（曾用名）、性别、民族、年龄（出生年月）、身高、体重、户口/籍贯、政治面貌等等。个人基本情况不一定非要写全，应该根据具体情况进行选择。求职意向

求职意向主要是表明本人对哪些岗位、哪些行业感兴趣及相关要求。求职意向是个人的一个自我认可和自我定位，也是用人单位考虑录用与否的依据之一。一般而言，求职意向应当是用人单位的用人需求和自己的求职目标的结合，如果背离了用人单位的招聘需要而单纯凭自己的兴趣爱好表达自己的求职意向，求职是难以成功的。

教育背景

应届大学生在求职时一般都没有太多的其他经历，因此个人简历应当在教育背景上做足文章。教育背景包括几个方面内容：

学历。研究生的写研究生，本科的写本科，专科的写专科，简单明了，不要画蛇添足。学校。不要写缩写，要写学校的全称。例如“中国人民大学”不要简单写作“人大”，“北京航天航空大学”不要只写“北航”。

毕业时间。年、月、日要写全，特别要注意年份不要只写后两位数字，如“2024年”不能写作“04年”。

课程及成绩。在简历中，这一项可以选择写或者不写。如果在递上简历的时候同时附有成绩单，那么这一项建议不写。在写课程时，应当只写那些与应聘职业相关的课程。不要为了拼凑篇幅，把所有的课程都一股脑儿地都写上，一些并不重要的科目没必要统统罗列出来。

工作经验或实习经验

对于尚未跨出校门的毕业生来说，工作经验实在是过于欠缺。而许多用人单位往往非常看重工作经验，这使许多具有前瞻性眼光的学生在校期间就充分利用自己的课余或假期时间，主动参加许多社会实践，以获得宝贵的工作经验。如果读书期间有工作经历的话一定要写上，哪怕这种工作只是短期的、零碎的、不正规的。如果工作经验或实习经验比较丰富那自然最好，但实在没参加过什么工作，就算帮同学做过兼职、或者在亲戚朋友的单位里端过茶、倒过水也不妨写上，毕竟也算是接触过社会、做过一些工作了，只是在措辞上需要略加“润色”。需要注意的是，对写在简历上的“工作经验”一定要熟悉，不要在用人单位问起来工作细节的时候支支吾吾、张口结舌，弄巧成拙。

在说明工作经验或实习经历的时候，除了写上工作或实习过的单位名称、地址以及工作

或实习的时间外，要尽可能用几句简单的描述性句子说明工作或实习的一些细节，如职责是什么，这份工作取得了什么成绩，等等。

奖学金和获奖情况

在当前的中国，衡量一个学生的优秀与否，最主要的标准依然是成绩与获奖情况。在大学里，有许多奖学金是由一些大型机构和企业赞助的，当然也是由它们冠名的，写上这些奖学金的名称，再把简历投向这些公司的时候往往有奇效。即使奖学金名称与应聘单位没什么关联，奖学金本身就是对求职者的一种肯定，一种证明。

如果没有发表过什么论文，也没有获得过奖学金，那么请认真回忆一下自己在大学里曾经做过什么。是否参加过什么比赛，哪怕是唱歌、跳舞、健美操？有时候成绩是可以用别的东西来弥补的，只要用人单位需要。但是你知道用人单位需要什么？既然不能明确，反正你有这些“副业”奖项，反正简历的这一栏空着也是空着，只要用人单位有可能有用，那么就写上去吧。

社会工作

社会工作主要是指担任的学生干部职务和社会实践中的一些公益性活动。社会工作可以弥补工作经历少的缺陷。如果担任过学生干部职务，那么一个职务应当作为一项，写作一行。每个职务都要写明职责范围（如“法律系学生会主席”）和任期（如“2024年3月至2024年3月”）。如果所任职务并不太多，建议写上任职期间组织过的一些重要活动、取得的一些重大成绩等。

如果在校期间没担任过什么学生干部，只是一般“平民老百姓”，也不要紧，写上参加过的社会活动好了。譬如法律专业的，如果参与过电视台法律栏目的录播，那么，写上；又譬如计算机专业的，参与组织过什么“电脑攒机大赛”，也写上；即使不是和自己的专业相关，只要对求职有帮助，例如在校期间参加的一些协会、社团等经历也都应该写上。重要技能和资历证书

这里的“技能”主要是指外语技能和计算机技能。现在外语方面公认权威的认证就是大学英语的四、六级（CET-4和CET-6）考试证书。以前拥有大学英语的四级证书是比较吃香的，但随着大学生就业市场竞争的激烈程度加剧，用人单位对毕业生外语水平的要求也是水涨船高，现在的英语四级只能算是一个“门槛”，只有通过了国家英语四级考试才有商量的余地。许多大公司和知名企业甚至以英语六级甚至更高要求作为应聘的基本条件，可见外语水平在求职过程中的重要性。因此，如果通过了四、六级考试，请务必在简历上向用人单位做出说明，如果还有其他的外语水平资质证书，如北京市的英语口语考试证书、剑桥英语证书等当然更好，如果参加过托福、GRE等考试也不妨把成绩一并写上——总之，要尽一切努力向用人单位表示：你的外语是过关的，是可信赖的。

与外语技能一样，计算机水平也要靠所取得的“证书”来说明。现在计算机考试也有等级，各省有各省的等级考试（如“北京市二级”），国家有国家的等级考试（如“国家二级”），还有各种各样的认证（如微软的“软件工程师”、“网络工程师”）。如果通过了这些考试或者取得了计算机技能证书，那么恭喜你，简历上又增加了成功的砝码。

如果还有其他方面的技能或者取得了别的资历证书，如拥有驾照，也可作为单独的一项进行说明。

特长

首先要说明的是“特长”与“爱好”是有区别的。“特长”是你擅长的，能做好的，而“爱好”仅仅表示你喜欢做，但不一定能做得好。如果没有“特长”只有“爱好”，那么这一项就不必写了；如果确有过人之处，在某一方面特别擅长，那么可以单独做出说明。特长有时会有意想不到的效果，说不定用人单位就需要这种特长的人才呢。

联系方式

简历中的联系方式是必需的。留下的联系方式必须是全面、完整、准确和最新的，而且要放在简历中的显眼位置。联系方式中的手机号码和E-MAIL地址是最重要的，应尽量突出。联系方式不一定要放在简历的中心内容里，你可以随意安排：可以把它安排在页眉、页脚，可以安排在简历内容的最后，如果简历有封面的话还可以安排在封面。

在所有的求职材料中，求职信显然是极为重要的内容之一，它是毕业生向用人单位自我推荐的书面材料，是所有求职材料中至为关键的支柱性文件。求职信能否吸引招聘者的眼球，直接关系到毕业生是否能获得面试的机会，关系到择业的成功与否。一封求职信，无论内容多么完备，如果吸引不了对方的注意，则一切枉然。因此，自荐信被人们普遍称为毕业生求职的“敲门砖”。

如何使求职信更具针对性和吸引力呢？我的体会是，不妨给求职信加点“味精”——最大限度地展现求职者的“卖点”。

按照求职信的基本要求和格式，量身定做适度的自我推销信是求职基本要求。求职信一般包括标题、称呼、正文和落款几个部分。正文是自荐信的核心，形式多种多样，一般要求说明本人基本情况、信息来源和应聘岗位、自我条件展示、工作展望等内容。“味精”就应该撒在正文的“自我条件展示”中。

条件展示是自荐信的关键内容，主要应写清自己有本专业知识和工作经验，有本专业技能和成就，有与本工作相符的特长、兴趣、性格和有关能力。应该在这方面多下些功夫，甚至稍微有些创意。

第一，有的放矢。不要把求职信写成一种能到处撒网的求职信，然后大量复制，到处投递。这种不管三七二十一的狂轰滥炸，很少能击中目标。有效的求职信都具有很强的针对性，或针对公司的某一具体职位而写。特别提醒：在求职材料的封面、求职信的右上角清楚写明求职单位和求职岗位，用这种形式来强化求职的针对性。

第二，设置两个左右的兴趣点。写出你自己最关键的经历、最好的成绩、最重要的特长以及自己的愿望、心情和信心等。表明你所特有的教育、技能和个性特征将会为招聘单位做出的特殊贡献。

第三，特长词句加黑加粗。在求职信的格式上，对需要特别强调的词语用另外一种字体打出，例如，主要特长词句用加黑、加粗的字体显示，便于浏览。对特别的段落，采取两端各缩进两字的方法处理，更能吸引招聘者的目光。

第四，加个小故事或者事例。在每个人的成长过程中总有一些特别的经历，会对自己的人生道路和对人生的看法发生重要的影响，会改变一个人对于人类、机会、金钱和世界的看法。尤其是重大的挫折、人生的转变、或者一个悲剧，这样的事例往往最能打动招聘者的心弦，因为通过这些小故事能反映出自信、有责任感、不轻言放弃等人皆推崇的品质，而这些良好的品质正是招聘单位所需要的。

第五，逆向思维，胜人一筹。求职应聘不附和、不随俗、不从众，是有主见的表现。有一位同学这样写：“其实我并不觉得贵公司条件有多好，只是感觉比较适合我的专业。而且觉得最后能不能入选，关键在于实力而不在于运气。”这种写法往往能使招聘者眼前一亮，起到好的效果。

第六，适当地自负一些。“我虽刚刚毕业，但我年轻，有朝气，有能力完成任何工作。尽管我还缺乏一定的经验，但我会用时间和汗水去弥补。请领导放心，我定会保质保量地完成各项工作任务。”口气坚决，信心十足，给人以精力旺盛，“初生牛犊不怕虎”的感觉。在给求职信加放“味精”的过程中，一定要记住，“味精”只能适当地加一点，如果把一碗味精都倒进锅里，后果就可想而知了。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找