

## 简历比较

毕业后做不做本专业，并不重要，因为你的研究素质已经建立了，做什么事情都没有问题了。学生找工作，挫折很大，并不是没有单位要，而是自视很高，却拿不出漂亮的履历，说不出我做过什么，也没有证据我做得有多好，无法让只有一面印象的用人单位认为你是难得的人才。

以下是两个简历，我们看一看他们的区别吧。

## 1. 不太好的例子

## 不太理想

电 话：	(+86) 111		
电子邮箱：	<a href="mailto:l@situ.edu.cn">l@situ.edu.cn</a>		
联系地址：	上海市闵行区东川路 800 号上海交通大学		

基本信息			
学 校：	上海交通大学	专 业：	电子与通信工程
学 历：	在读硕士研究	兴趣爱好：	乒乓球、跑步、读书
生 出生年月：	1993.09	书 毕业时间：	2017.03

综合素质	
个 人 技 能	1 了解 Java、C 语言基本语法知识
	2 了解 IC 设计流程，了解 Verilog 硬件描述语言
	3 会 HTML/CSS 制作简单网页，了解 JavaScript 基本语法
	4 了解 Eclipse、Dreamweaver 等开发工具，以及 Photoshop 的基本操
	5 作 熟练掌握 Word、Excel、PowerPoint 等 office 办公软件 具备良
	6 好的的英语听、说、读、写能力
证 书	1 计算机二级证书 (C)
	2 大学英语四级、大学英语六级

教育阶段经历	
2014.09 至今：	上海交通大学学业优秀二等奖，上海交通大学薄膜与微细技术教育部重点实验室：先后进行了气体传感器的设计研究、基于碳包覆硅的锂电池的研究、以及低热导率材料的研究
2010.09-2014.06：	安徽大学校学习优秀奖（3 个）

实习和实践经历	
2014/2015 学年	SCI 期刊《Nano-Micro Letters》编辑，巴黎高科学院教务助理
2013/2014 学年	安徽大学图书馆图书管理员
2012/2013 学年	合肥雪祺电气有限公司实习（2 个月），安徽大学万朗爱心社部长
2011/2012 学年	安徽大学物理学院实验室实验助理
2010/2011 学年	暑期社会实践优秀个人，合肥万朗磁塑集团实习（4 个月）

自我评价	
<p>学习能力：如果把诸多其他方面的能力，诸如社交能力、组织能力……和学习能力放在一 起，我肯定会选择学习能力。因为有了学习能力，就相当于有了社交能力、组织能力；如 果现在不会，那就学着去做。 自信：自信是一切优秀品质的源泉：乐观、诚信、责任、积极、热情……唯有自信才能驾驭这一切。</p>	

## 比较完美的简历



### 比较好

英语：上海交通大学水平考

电话：111

计算机：

邮箱

l@sjtu.edu.cn

研究方向：纳米催化、酵素桶

### 教育背景

- |                   |        |         |      |
|-------------------|--------|---------|------|
| ✦ 2016.09 - 至今    | 上海交通大学 | 微纳技术研究院 | 大学本科 |
| ✦ 2013.09-2016.06 | 宁波效实中学 | 理科创新班   | 高中   |

### 科研经历

- ✦ 采用特殊元素和分子结构的能快速催化酵素的酵素桶 2017.03-2017.06

酵素桶可以在几天时间内发酵制成酵素的容器。其与普通容器不同的是其中加入了特殊元素和特殊的分子结构。我探究了酵素桶的催化机理，这就需要了解酵素桶的表面催化结构（纳米催化结构），具体又可分为其中的可能元素成分，可能的特殊分子，分子或原子可能的排列结构。其次是输入的物质，我们通过向酵素桶中加入水这种较为简单的物质来对酵素桶进行研究。例如探究水的部分性质随催化时间变化发生的变化可以探究酵素桶的催化效果。探究酵素桶不同空间位置的水的性质来探究酵素桶的催化机理。我们猜想这个包含了表面催化的原理，包含了某些元素在里边反应的原理，具体机理现在不是很清楚的，仍需要研究。在这一点上可以用水来做初步的研究。利用纳米催化剂的表征技术，可以运用氢键探测法、X-射线衍射法、原子水平理论计算，也可以利用水结晶的结晶状态的观察来研究酵素产生速率、反应扩散速率、反应效果。

### 科研成果

- ✦ YL.Zhang, et al. Preparation and some properties of a novel maltotetraose-forming enzyme of *Pseudomonas saccharophila*. [J]. Journal of Applied Glycoscience, 1991, 38(1):27-36.
- ✦ 专利：一种酵素桶; CN204779560U[P]. 2015.
- ✦ YL.Zhang. 利用酵素與奈米微粒之生物分子交互作用調控催化活性[J]. 交通大學奈米科技研究所學位論文, 2011.
- ✦ YL.Zhang, 火龙果酵素生物活性的初步研究[J]. 食品科技, 2009, 34(3):192-196.

### 实习经历

- ✦ 2016.07-至今 交大维纳科技研究院，研究酵素桶的分子结构，纳米催化的催化机理。

### 专业技能

- ✦ Auto CAD、Origin 等工程软件。
- ✦ 擅长专利及中英文科技文章的撰写，熟练使用 office 软件。
- ✦ 熟练掌握 C++ 等编程语言。
- ✦ 过 EPT，擅长英语阅读、写作，口语流利。

### 荣获奖励

- ✦ 2016 致远荣誉奖学金
- ✦ 2013-2015 多次获得校级三好学生

### 学生工作及社会实践

- ✦ 2016.11：上海马拉松志愿者
- ✦ 2017.04：上海交通大学校庆志愿者
- ✦ 2017.03：电子信息与电气工程学院学生会干事

### 兴趣爱好与自我评价

- ✦ 爱好广泛，热爱旅行，热爱体育运动（羽毛球、排球等）
- ✦ 热爱公益活动，经常参加志愿者活动，性格乐观，抗压能力强，工作认真负责，具有良好的团队合作精神。

## 重要内容的摆放位置问题

因为这是一个研究生的简历，所以应该把科研的结果、经历所得放在前面。

## 具体

比较这两个简历，重点在于“具体”这两个字，不太理想的简历，只有骨架没有血肉，看不出这个学生做了什么。至少应该包含研究生科研的经历，要足够具体，让考官能够了解和考证考生做事情的方式和做事情的能力。为了考官针对所做过的东西进行技术上的提问，简历里要有可执行性和可操作性的话题。具体、具体、具体的论文、科研的经历很重要，在简历里面要有突出的位置，而不仅仅是一些虚头巴脑的，我会这个、我会那个，我学过这个，也我学过那个，研究生不是本科生，他必须有研究目标和研究内容。

## 精确

经常听到同学会讲这样的话，你询问他，“昨天做的结果怎么样？”他们会经常这样回答，“结果不错，或是实验结果不满意”这样的话，然后就没有了。在写科技论文的时候也是如此，讲了一段很有概括性的结论，但是却没有任何依据。讲套话、粗略语大线条、缺乏具体信息和内容，是做研究生初期经常反应出来的毛病，如果这种弱点一直延续到研究生的毕业，找工作就会出现很大的问题，在面试当中会很容易被刷掉。

有些人总是习惯于用‘总是’‘经常’‘好多’，而不是‘有一次’‘怎样.....’，这些人大都擅长泛泛而谈，却不能激活具体经验，感慨发多了会把自己变成“智者”，整个人都“鸡汤化”，特别擅长评论。通过简历和面试很容易可以看到这两种情形的区别，而一个合格的研究生更能辨析多个维度的区别，既会有宏观的战略，也会有具体的战术。

下面是另外一个例子：

1. 我要利用好碎片时间，每天提前半小时到办公室，这样就有非常稳定的且不受打扰的时间，我可以听一些线上课程或写日记，积少成多，一年下来我就能做很多事。
2. 比较好的例子，目标：记一个月的晨间日记；行动：1 每天 10:30 睡觉，6:30 起床，这样可以提早半小时到办公室；2. 用印象笔记来记日记，主要记这几项：自己前一天感恩的是、有成就的是，人际关系和近期的重要事项；3 为了让自己能坚持，在办公桌上贴一个打卡表。

关于“精确”这两个字的体会，可以参阅后面讲到的“格物致知”这一章节中相关的内容。

## 真实

真实的对自己，真实的对别人。这里举一个面试的例子。有一次夏令营，我们带一些学生进行实习当然也有考察，将来到组里面当研究生的能力，他的简历写得很漂亮，面试过程也是侃侃而谈、对答如流。在暑期实习的时候，我们的要把一个硅片切成几片，然后搭成一个模型，我问他以

前有没有切过硅片，他说他经常做，然后我就放心的把切片刀交给他去切，可是他一刀下去就露了馅儿。我们知道切割片的时候，一定要沿着边上的那个线去切，因为平行和垂直那个边的线才是硅片单晶的解理面，结果很随意的斜着划了一刀，然后硅片就碎掉了。显然他说的“以前经常做”这句话不真实。这个里边的重点在于，一句谎话可以顶九句实话，也就是说你讲了 10 件事情，9 件事情如果都是真的，但是有 1 个是假的，被识别出来之后，人们会质疑那 9 句实话是不是真的？尤其是对于不熟悉你的面试官，这就是负面新闻对于人的心理效应，所以对于一个大企业而言，可靠性与稳定性真实性至关重要。

- [范例](#) ♥ [反例](#) ♥ [面试](#)

# 简历写法

## 1. 基本原则

1. 经历、学术成就放在前部
2. 学术研究经历要具体、有落脚点、有可问点
3. 贴地气，有自己的体会

## 2. 理科范例（研究生）



# 涵洁

上海市闵行区东川路 800 号, 200240;  
Tel: 152021161xx; Email: hanjiexx@163.com

## 求职意向: 材料与工艺类

### 教育背景

- |                   |        |         |      |
|-------------------|--------|---------|------|
| 2012. 09-至今       | 上海交通大学 | 电子科学与技术 | 工学硕士 |
| 2008. 10-2012. 07 | 河北工业大学 | 材料物理    | 理学学士 |

### 科研经历及项目经验

- **MEMS 技术在先进航空发动机上的应用 (与商发合作在研项目)** **2013. 03-至今**
  - 研制涡轮叶片表面的高温传感器(热电阻型最高900℃、热电偶型最高1200℃);
  - 自主研制高温保护层, 采用表面Al膜氧化工艺, 稳定性更好;
  - 探索叶片表面过渡层(NiCoCrAlY)的最佳溅射工艺;
  - 发表SCI、EI论文两篇, 第一作者, [link](#);
- **基于碳纳米管增强的聚合物复合材料转接板 (发明专利 201310192830. 4)** **2013. 09-2013. 12**
  - 结构设计:** 侧壁绝缘膜包围金属铜柱阵列, 规则排布在转接板基体内(由碳纳米管网络结构和聚合物组成), 由于碳纳米管具有良好的导热性能和机械性能, 可实现产业化;

### 实习经历

- **中航通用电气民用航电系统有限责任公司** **2014. 7-至今**  
Rack 机柜内部组件的图纸编辑, 及 SIVB 互联线设计;  
SIVB Lab: Rack 机械部件组装及各 Rack 互联, 根据逻辑关系调整 Rack 位置使布线最优化.
- **晶澳太阳能有限公司** **2011. 11**  
参访了晶澳总部硅片的制作流程, 包括拉晶、切片、抛光、封装等具体过程; 分析加工过程中晶片缺陷的产生原因及避免方法;

### 专业技能

- 扎实的材料科学基础, 并与电子器件的制作工艺相结合;
- 熟练操作MEMS工艺流程: 甩胶、光刻显影、溅射、刻蚀等;
- 熟练掌握Auto CAD, Comsol, UG工程软件和Origin、SPSS数据分析软件;
- 熟练操作Microsoft Word/Power Point/Excel等办公软件; 计算机等级考试二级C语言;
- 英语: 通过CET-6, 能熟练阅读英文文献, 以及翻译相关技术文档;

### 获奖情况

- |                                  |                   |
|----------------------------------|-------------------|
| • 非硅微纳集成制造研究所: 开拓创新奖             | 2014. 06          |
| • 研究生二等学业奖学金 (2次)                | 2012. 09-2014. 06 |
| • 天津市数学竞赛二等奖、全国大学生数学竞赛河北赛区三等奖;   | 2009              |
| • 晶澳二等奖学金 (2次), 河北工业大学二等奖学金 (2次) | 2008. 09-2012. 06 |

### 校园活动

- **海峡杯创业大赛领队** **2012. 11**  
带领南京大学队和浙江大学队参访杨浦科技创业中心、紫竹科技园、昆山台资企业, 激发团队合作精神, 协调两队竞争关系.
- **暑期社会实践—云计算产业调研** **2013. 06-2013. 08**  
前期负责云游戏产业的调研与整理工作, 中期走访 IBM, 后期报告撰写政府决策部分.

### 自我评价

认真负责, 善于交流, 积极上进, 抗压能力强。

[简历范例-理工.doc](#)

### 3. 文科范例（本科生）





上海交通大学  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY

## 振 华

Tel: 186218087xx; Email: lldtxx@163.com

**求职意向:** 基层岗位、可接触到一线群众、与法律相关或与行政事务相关岗位皆可

### 教育背景

- 2017 – 2021 上海交通大学凯原法学院 法学学士
- 2014 – 2017 陕西省商南县高级中学 高中

### 研究经历

- 合同僵局的司法实践及其解决路径探究（毕设研究项目）
  - 通过对两百份判决书进行梳理总结，分别从案件情形出发对合同僵局情形进行类型化，从法院裁判理由出发对审判思路进行反思，发现我国司法实践中存在裁判标准混乱、欠缺论证等问题；
  - 探讨民法典第 580 条第 2 款在合同僵局中的法律适用，通过文义解释、体系解释、历史解释等法律解释方法将该条款适用于不同类型的合同僵局案件中；
  - 在立法论的角度提出完善该条款的适用建议，通过动态体系论的适用来完善合同僵局的具体鉴别情形；
- 大三时帮助老师调研“研究生写作方法谈”课题并撰写论文一篇，发表于《新教育时代杂志》，
  - 权振华,谢子仪,段力,“论研究生论文撰写——内容、方法及读者”[J],新教育时代(教师版),2020(26):216,235.

### 实习经历

- 陕西省商南县人民法院 2020.6 — 2020.9
  - 根据民事案件的案件卷宗撰写民事判决书，熟读卷宗中的起诉状、受案通知书、答辩状、证据材料、庭审笔录、调查笔录等材料，采用 Microsoft Word 办公软件来进行该案件的判决书撰写工作；
  - 进行法院调解笔录、庭审笔录的记录，多采用 Word 软件来记录，部分采用手写记录，需提前熟读案件卷宗、准备相应笔录模板，记录时需视情况对当事人的讲话进行概括，重点部分与调解员、审判员及当事人进行沟通核对，笔录完成后与当事人和调解员、审判员求证确认无误后签字按捺；
  - 参与案件调解工作，提前与被告沟通劝导其积极应诉，与当事人协商好调解时间，熟读案件卷宗，寻找可能的调解切入点，在调解过程中尽可能确定双方的争议焦点，就争议点进行调解协商；

### 专业技能

- 熟练操作 Microsoft Word 办公软件进行法律文书、学术论文及其他文章的撰写及排版工作；
- 熟练操作 Microsoft PowerPoint 制作汇报类、讲演类、答辩用幻灯片并进行讲演工作；
- 熟练掌握民事判决书、民事调解书、公证书等法律文书的撰写工作；
- 英语：通过 CET-4；

### 获奖情况

- 2018 年 10 月，上海交通大学助飞计划优秀队员
- 2019 年 4 月，普通话水平测试二级甲等

### 校园活动

- 2017.12-2019.9，上海交通大学体验式教育学生组委会（UTJS）
  - 参与并组织研究生阳光导学活动，通过师生合作完成导学项目等方式增进师生互动、配合默契程度；
  - 参与并组织上海交通大学运动会趣味比赛项目，如毛毛虫竞速跑、趣味拔河等项目增进运动会的趣味性；
- 2018.7-2018.8，暑期社会实践—上海交通大学助飞计划
  - 实地走访陕南区域，了解交大新学子的生活家庭状况，提前建立起新学子同学校之间的沟通桥梁；
  - 代表学校了解新生经济状况，提供资助政策方面的讲解和帮助；

### 自我评价

做事负责、责任意识强，增加自己的正能量并激励他人，并着意同理心的培育，天道酬勤、找方法而不找借口。喜欢简单的生活方式，利用暗时间精读好书，尤其喜爱传记、历史、哲学、传统文化，关注他人如何从失败中学习和体验的经历。喜欢用体育增强韧力与坚持力，爱好羽毛球、乒乓球等运动培育迅捷力。

[简历-文科.docx](#)

## 博士后

A good resume example and cover letter to the prof for Post-Doc application.pdf [→](#)

# A good resume example for Post-Doc



SHANGHAI JIAO TONG  
UNIVERSITY

## Tiantian Duan

**Mobile:** (+86) 13111124361

**Email:** duantiantian@sjtu.edu.cn

**Skype:** sweetviver

**Address:** Shanghai Jiao Tong University No. 800 Dongchuan Road (200240)

---

### Education

2015-present PhD candidate (Advisor: Prof. Che), Chemistry, Shanghai Jiao Tong University  
2012-2015 Master (Advisor: Prof. Yan), Inorganic Chemistry, Tongji University  
2008-2012 Bachelor, Chemistry, Tongji University

### Research Experience

*Discovery of chiral dislocation structure and spontaneous chiral self-assembly of helical CdSe/CdS nanorods*

The antipodal helical CdSe/CdS nanorods were generated by chiral dislocation, and their highly ordered chiral assembly showed concentrically banded distribution with stochastic chirality between batches.

*Synthesis and assembly of chiral CdSe/CdS nanorods with cholic acid for circularly polarized luminescence*

The right-handed helical CdSe/CdS nanorods were formed with cholic acid, and their chiral nematic-like film exhibited circularly polarized luminescence property.

*Assembly of chiral CdSe/CdS nanorods via spin coating for circularly polarized electroluminescence*

The right-handed helical assembly of chiral CdSe/CdS nanorods were formed *via* spin coating, which could be served as emitting layer in QLED for circularly polarized electroluminescence.

*Microporous (zeolite or MOF)-based rare earth hybrid materials for luminescence and sensing*

Zeolite Y, MOF-76(Y) and Zn(2,5-pyridinedicarboxylate)-based rare earth hybrid materials were synthesized *via* hydrothermal method for luminescence and sensing application.

### Skills

Operating SEM, TEM, STEM, EDS, XRD, UV-Vis, FTIR, PL, CD, CPL; Analyzing data *via* Smile View, Digital Micrograph, Jade; Modelling *via* CrystalMaker, Material Studio, Vesta; Plotting and drafting *via* Origin, C4D, PS.

### Publications

1. T. Duan, J. Ai, X. Cui, X. Feng, Y. Duan\*, L. Han\*, J. Jiang\* and S. Che\*, Spontaneous chiral self-assembly of CdSe@CdS nanorods, *Chem*, 2021. <https://doi.org/10.1016/j.chempr.2021.06.009>
2. T. Duan, J. Ai, Y. Duan\*, L. Han\*, and S. Che\*, Self-assembly of chiral nematic-like films with chiral nanorods directed by chiral molecules, *Chemistry of Materials*, 2021, in press.
3. T. Duan, B. Yan\*. Lanthanide ions ( $\text{Eu}^{3+}$ ,  $\text{Tb}^{3+}$ ,  $\text{Sm}^{3+}$ ,  $\text{Dy}^{3+}$ ) activated ZnO embedded zinc 2, 5-pyridinedicarboxylic metal-organic frameworks for luminescence application, *Journal of Materials Chemistry C*, 2015, 3(12): 2823-2830.
4. T. Duan, B. Yan\*, H. Weng. Europium activated yttrium hybrid microporous system for luminescent sensing toxic anion of Cr (VI) species, *Microporous and Mesoporous Materials*, 2015, 217: 196-202.
5. T. Duan, B. Yan\*. Hybrids based on lanthanide ions activated yttrium metal-organic frameworks: functional assembly, polymer film preparation and luminescence tuning, *Journal of Materials Chemistry C*, 2014, 2(26): 5098-5104.
6. T. Duan, B. Yan\*. Novel luminescent hybrids prepared by incorporating a rare earth ternary complex into CdS QD loaded zeolite Y crystals through coordination reaction, *CrystEngComm*, 2014, 16(16): 3395-3402.
7. T. Duan, B. Yan\*. Photophysical Properties of Metal Ion Functionalized NaY Zeolite, *Photochemistry and photobiology*, 2014, 90(3): 503-510.

### Other Experience

2017.09-2019.09 RA for operating TEM for School of Chemistry in SJTU  
2016.12-2017.09 Conference Secretary of International Conference on Nanospace Materials 2017 (chaired by Prof. Shunai Che)  
2016.03-2016.07 TA of my advisor on Frontiers of Chemistry for Zhiyuan College in SJTU

### Honor

2015 Excellent Graduates in Shanghai, China; 2014 Chinese National Scholarship for Graduates Students; 2013 Dow Chemical Scholarship.

Dear Prof. YOU,

I'm writing to inquire the possibility of becoming a postdoctorate in your laboratory. I'm about to obtain my PhD in Chemistry (Advisor: Prof. SHE) in September from School of Chemical Engineering, Shanghai Jiao Tong University, China. After a detailed survey of your fundamental research on *nanocrystal growth and assembly*, I believe that there would be a good fit between my research experiences / interests and your current academic projects.

The highlight of my PhD work is *discovery of chiral dislocation structure and spontaneous chiral self-assembly of helical CdSe/CdS nanorods*. Although the spontaneous formation of chiral inorganics with chiral space groups has been extensively investigated, enantiomeric excess has rarely been considered. My research reveals that in chiral molecule free environment the helical CdSe/CdS nanorods with opposite handedness were generated due to chiral dislocation structure, and their highly ordered chiral assembly showed concentrically banded distribution with stochastic chiral optical activity between batches. The stability of chiral dislocation structures was supported by a theoretical analysis of their binding energies, and the mechanism for spontaneously chiral assembly was speculated to be originated from the enantiomeric excess of seed-assembly. This finding was published on *Chem* this year (<https://doi.org/10.1016/j.chempr.2021.06.009>).

During the course of my PhD work, I become very interested in *synthesis, assembly and application of semiconductor nanocrystals* – your work used to provide me a lot of inspirations, such as your remarkable work on *dislocation mechanism of nanocrystal growth, superlattices assembly and in-depth study of band structure of nanocrystals*. Thus, I am quite passionate to go on this work in your group, should you provide me a chance to do so.

The enclosed resume describes more details of my qualifications. I am looking forward to hearing positive news from you.

Sincerely yours,

ME

PhD Candidate in Chemistry

School of Chemical Engineering, Shanghai Jiao Tong University, Shanghai, China

Tel: (+86) 123-4567-8900

Email: me@sjtu.edu.cn

## 4. ♥ 职场九宫格 ♥

职场九宫格 ( 9-box )

