

# 个人简历中爱好与特长怎么写（工作简历爱好、特长怎么写）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/d92d8b88607c7477722d597507a3efbb.html>

## 范文网，为你加油喝彩！

### 个人简历中爱好与特长怎么写

个人简历是一份非常重要的自我推销文件，目的在于争取面试机会，要达到这个目的，就得说服收件者，让对方知道你具有什么条件。下面和小编一起来看个人简历中爱好与特长怎么写，希望有所帮助！

“爱好与特长”在简历中的说服力不是很强，如果再不具体只能是浪费笔墨，甚至适得其反，所以在描述你的爱好与特长时一定要注意以下问题。

(1) 写强项。弱项不要写，面试人员说不定对哪个项目感兴趣，有时会跟你聊两句，尤其是接连几个、十几个面试之后，有些招聘人员爱聊一些轻松的话题，一旦聊到的是你的弱项，绝大部分人会很尴尬，显出窘态，丧失自信，这对你很不利。更重要的是，招聘人员会觉得你在撒谎。

(2) 强项要写也只写两到三项。

因为极少有人能够达到“十项全能”水平。如果你觉得自己有很多强项，那么招聘经理会认为你的标准可能稍低了点儿。当然，确实有人有七八项强项，但一般人不相信个人强项特别多，所以你也没必要写那么多，以免给人轻浮的感觉。

(3) 不具体的爱好不写。

这些都是非常宽泛的词语，比如你是钢琴九级，而你在简历中只说自己爱好音乐，很可能会被误解为你就是爱唱唱卡拉OK。不具体的爱好，通常会被大家理解为你根本就没有真正的爱好，更糟糕的是，人们会认为你的写作水平很差。而阅读这样的爱好最好不写，哪个学生不是寒窗苦读才熬到今天？除非你对于某段历史、某种文学真的很有研究，否则建议不写为妙，要知道中资企业的人事经理大多都是文科出身，业务上不能把你考倒，文学方面鹿死谁手就不得而知了。

(4) 最好能写上一两项体育爱好，否则招聘经理会认为你的体质很差不适合运动，或者你缺乏毅力不愿运动，因为有些工作需要经常出差或者加班，如此高强度的工作可能你心有余而力不足，那么可能就不会聘用你。不妨写上羽毛球等日常生活中经常玩的运动项目，既没有高抬自己大多数时间都在捡球的水平，又没有让招聘经理失望。

## 个人特长写什么

临近毕业，总有很多的表格要填写。其中，简历中的特长与爱好，总有很多人不知道怎么填写，因为很多人没有发现自己的什么可以作为特长，爱好呢？怕写了给自己简历的印象降分。总的来说，就是抓准要点，适当夸张，不能与现实相差太大。

首先要明确专业不是特长，作为一个化学专业的学生来说，把做实验能力强作为自己的特长并不能让自己鹤立鸡群。如果你的专业素养很强的话，这个应该是在简历的其他板块加以强化。与此相对的是，特长的东西不一定就要达到专业水准。比如一个文科学生的计算机知识很丰富，也很喜欢钻研计算机问题，平常的软硬故障，网络问题都可以自己解决，但是没有经过系统的专业化的教育培训，与专业毕业生的水平有一定的差距，但是与本专业相结合的话就是优势了。爱好更自由了，只要你喜欢就可以了，不管是达到了一定的水平，比如你喜欢唱歌，但是你的歌声能让人“过耳不忘”，但是这个没有关系。

现在很多的招聘单位会对简历中的“特长爱好”只会顺眼看一下，因此有些同学就觉得它不重要可以随便填写。其实这样想是有一定道理的，很多招聘只是走形式，但是如果遇到强大的竞争对手的时候，招聘单位也许就要看看你的其他方面的条件了。还有些公司对“特长爱好”会认真对待。因此这一项还是要做好的。

有的人特长很多，写上去什么好呢？这个就要考虑你应聘的单位的职业，有利于你的专业优势的就要写，不利的则要省略。比如你在办公室做职员，但是你写了“对网游赚钱很有心得”，就会让人想你会不会专心的工作，但也没有绝对的悲观，从侧面来看，你很有学习和经商的天赋。如果你的老板跟你有一样的爱好，也许会因此而录用你。不过，兵行险招，这一招还是慎用的好。

**要点一，要适当的夸大，美化。**如果你平时比较懒散，可以写上抗干扰力较强，爱好轻音乐（尤其是催眠曲，不过对用人单位来说是艺术修养的问题）。如果你活动不积极，可以写上独立思考能力较强，爱好阅读（最好别人别打扰你拿着书睡觉，喜欢学习的人多少给人人才的假象）。如果你骗大一学生比较成功的话，可以写上沟通能力较强，爱好交际（擅长欺上瞒下其实是个强势）。如果你骗大一学生比较失败的话，可以写上待人真诚，爱好助人为乐（有爱心其实还是不错的，说不定用人单位正缺少一打杂的）。

**要点二，切忌无中生有。**很经典的一个例子，一个人在简历中写了自己的特长是篮球，而自己却没有什么碰过篮球。结果在公司活动中，老板叫他叫5个人去打篮球。结果可想而知，真实的水平暴露了，也让人对你的诚实产生了怀疑。不过，事无绝对，有人曾经在电子简历中写了自己并不具有的英语四级，结果因此而得到面试，而在工作中，公司也对这个人的业绩给予肯定，认为他是个不可多得的人才。

总体说来，特长和爱好只是一个附加的要求，企业不能太苛刻个人的兴趣爱好。本文只是个人的一些想法，希望给大家一个参考。希望大家批评指正

## 个人特长及自我评价：

- 1、电脑应用熟练，熟练操作Word，Excel，Outlook，BRP等各种办公软件；
- 2、勤奋上进好学，工作细心，条理清晰，踏实肯干，有很强的责任心；

3、性格开朗乐观，善于人际交流和沟通，具备团队合作精神；

4、喜好书法并有一定的书写能力。

阅读，游泳，篮球，演讲，辩论。

性格开朗、待人热情、工作细心、办事高效、能吃苦耐劳、有较强的组织能力。

办事认真、责任心强、勤奋好学、善于总结、虚心好学。

待人热情、办事稳重认真、有事业心。能够熟练操作常用办公软件word、excel、ppt等，对网络管理有一定了解。有较好的文字写作功底，口头表达能力较强。

开朗、谦虚、自律、自信、勤奋好学、脚踏实地、认真负责、坚毅不拔、适应力强、吃苦耐劳、思维敏捷、勇于创新，敢于迎接新挑战。

自我评价：

我愿通过自己富有激情、积极主动的努力实现自身价值并在工作中做出最大的贡献：作为初学者，我具备出色的学习能力并且乐于学习、敢于创新，不断追求卓越；

作为参与者，我具备诚实可信的品格、富有团队合作精神，有很强的忍耐力、意志力和吃苦耐劳的品质，对工作认真负责，积极进取，个性乐观执着，敢于面对困难与挑战。诚实守信，责任心强，注重团队精神。相信我所具有的知识和处事能力完全可以胜任任何困难的工作，环境的艰苦并不能阻碍完成我要完成的工作。

但将投入工作我定把我所有的青春和热情倾力投入到我的工作中，取得应有的成绩，为公司的发展壮大贡献自己的力量，希望您的选择和我的努力会为我们带来双赢的结果！

更多 范文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发