**如何写出一页纸简历？（写不满和删不掉）**

我们都知道写简历有一个原则叫“一页纸”，那为什么不是半页纸或者两页纸简历呢？如果简历只有半页纸，要么是没有经历可写要么是经历没有可描述的内容，这么少的信息量对HR来说根本判断不出来你是否合适某项工作。所以对于信息量少的“半页纸简历”，通常HR不是邀请你来详聊而是直接淘汰掉。

那么是不是简历提供的信息量越大越好呢？HR扫视每份简历的时间只有大概30秒，如果你的第一页简历都无法吸引HR的兴趣，她怎么还会再去看你的第二页简历呢？如果你的第一页简历已经成功引起HR兴趣，那她更没有必要花时间看你的第二页简历了，直接面谈不是更好。

所以，对于刚毕业的大学生来说，一页纸简历刚刚好。但是有很多同学会有这种情况，经历太少，根本写不满一页纸；或者经历太多，一页纸根本写不下，不知道如何取舍。接下来分享一下，对于一页纸简历的“写不满”和“删不掉”情况该怎么办呢？

**写不满**

一页纸写不满要么是没有经历可写，要么是经历很少很水不知道如何描述，所以对于写不满的情况关键是“挖掘”和“扩充”。

**一、挖掘过去经历**

大学生活中其实有各种各样的可挖掘活动，除了学生工作类（学生会、社团、班干部、组长、寝室长等）还有竞技比赛类（创新创业比赛、演讲比赛、建模大赛），课程设计类（课程作业、专业实习、课题研究）和社会实践类（暑期社会实践、交流交换经验、支教、兼职、小型创业）等等各种各样的经历。

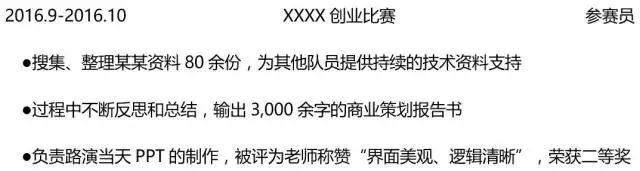
所以并不是只有实习、学生工作这种“高大上”的活动才能写到简历里，任何一个除了吃饭睡觉的活动都是可以经过包装后放入简历中的。

所以，首先要回顾你大学里除了吃饭睡觉的各种经历，不要放掉任何一个活动，哪怕你觉得再水再low也要挖掘并整理出来。

**二、扩充当前经历**

经过回忆后，很多人觉得自己的经历都水到不行，比如参加了个很水的比赛，两天就结束了。或者一个课程作业也就一周时间，这些短时间的活动没办法写到简历中去，其实那只是因为你不会扩充，所以挖掘过后第二步就是“扩充”，举两个栗子给你们尝尝。

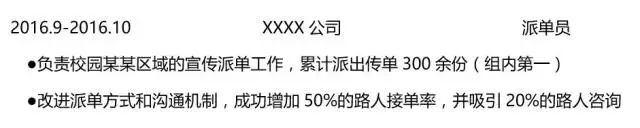
背景：两个人组队参加一个很水的创业比赛，九月底开始一共三天时间，看个各种资料然后写了份商业策划书然后就去答辩。



分析：时间上可以写9—10月份，切记不要写9.30—10.2这种日期，即使比赛是三天，但一个比赛从宣传到结束至少也需要一个月时间，这段时间都是可以算作你的经历时间。其次虽然是很水的经历，但是在描述中，搜集、支持、总结、输出等字眼可以突出你一定的能力，尤其是制作的PPT被老师称赞的描述，远比你在“个人技能”模块写“熟练使用PPT等办公软件”要有说服力的多。

再举一个栗子：

背景：在校园里为某个活动派发了两天的宣传单



分析：就算是发传单这种在简历中几乎是“见光死”的经历，也可以描述的非常用心非常高大上。但像这种发传单、家教、送外卖这种经历，尽量还是不要出现在简历中，如果实在没有内容可写，也需要对这份简单的工作进行深入的思考后再描述在简历中。

**三、调整排版与模块**

如果你经历也挖掘了，内容也扩充了，但还是就差一点点才能到一页纸怎么办？如果这样的话，只能祭出必杀法器了——调整排版和模块。

首先是调整排版，你可以增大字号或者更换字体（建议使用微软雅黑，微软雅黑的行间距比宋体要大），或者调整页边距（word2010版以上在布局视图下的页边距，选择“宽”或自定义）。

其次是增加模块，你可增加“获奖证书”、“个人技能”、“自我评价”、“兴趣爱好”等等，也可以自己增加想要展示给HR的其他方面。（但一定不要写“个人技能”时，就只会一句“熟练使用Word、Excel等办公软件”；“兴趣爱好”都是读书、跑步；“自我评价”都是乐观开朗、积极向上这种）

**注意：即使写不满也不能写上去的三大内容**

1、捏造的内容（哪怕你真的干一天也好）

2、高中及以前的经历（除非高中厉害到让人惊叹，不过那样大学简历也不会写不满一页）

3、占了1/3篇幅以上的自我评价等虚内容（那些恬不知耻夸自己的内容就不要让HR浪费时间看了）

**删不掉**

我相信更多的人是会有“写不满”的苦恼，但也有很多人有“删不掉”的苦恼。（∑q|ﾟДﾟ|p？经历太多删不掉也算苦恼？）有很多人大学里经历比较丰富什么比赛、活动、兼职都参与过，可谓是丰富多彩，写简历时一股脑的都写上去，就怕HR不知道你曾经做过这个这个还有这个。哪怕一段经历只写一句描述，一页纸简历都放不下，对于这部分同学来试试简历压缩的“断舍离”吧。

**一、断：断掉弱相关模块**

简历的模块通常有个人信息、教育背景、实习经历、校园经历、荣誉证书、个人技能、兴趣爱好、自我评价等等，但这些模块除了个人信息、教育背景、实习经历和校园经历，其他模块都不是必须模块。荣誉可以在教育背景中体现，技能也可以通过经历描述体现。

很多人在写“个人技能”模块时，就只会一句“熟练使用Word、Excel等办公软件”；“兴趣爱好”都是读书、跑步；“自我评价”都是乐观开朗、积极向上。这些信息让本来不凡的你一下落入凡间，所以当简历内容足够丰富时，就不要再让这些“滥竽充数”的模块占据你简历的位置了，直接删删删。

**二、舍：舍弃冗余信息和经历**

什么是冗余信息？就是对你求职没有任何帮助的信息，比如个人信息里的籍贯、地址、民族、生日等。比如跨专业求职，你的本专业主修课程就是冗余信息，再比如你的“优秀军训学员奖”等等。对于一个信息，要思考当HR得到这个信息后，对我的求职是否有帮助？只要是没有帮助的信息，都可以视为冗余信息。

当你的大学经历特别多时，也并非所有的经历都要体现在简历中，HR不会因为你的经历多而觉得你厉害，过多的经历反而会让HR抓不住重点直接PASS掉。

关于删经历，把握三个原则：

1、保留与求职意向相关的经历或含金量很高的经历（有些经历虽然与求职意向无关，但是能非常体现出你的能力，比如西藏骑行）。

2、相似经历只保留最高级别（比如你在学生会从干事做到了主席，又在某社团担任秘书长，又是班级干部，那么只需要写一个含金量最高的经历即可）

3、删除低水平勤奋的经历（比如家教、发传单、卖电话卡、送外卖、销售员等等非正式实习的兼职性经历，即使你做过很多这方面的工作，当简历内容足够时，这些经历就没必要再写入简历了，另外不要把这种经历当做实习经历来写）

**三、离：调整排版**

同样当你该减的减、该删的删后，发现总有那么一两行超出一页纸，那么依然可以通过调整字号、字体、行间距以及页边距来压缩。