

在写一份个人简历时，对你以往的经历应该有取舍地来写，以下几点或许可以帮助你。

1、工作经历中的间隙：很多人在工作经历中有间隙，如能合理解释，如就学、生育，那你只需将此写进履历即可。有时，你可以填入一些其它活动，就象填入其它工作一样。其它一些如几个月没有工作，根本无须提及。你可以省去月份，而只写“1999 - 2000”在哪里工作，这样几个月的空隙就根本看不见。

2、失去工作：有些很有成就的人偶尔会没有工作，这种情况每年在劳动人口总数中占1/5。其实这更本不是什么难看的事，很多老板自己就有这样的经历，然而传统上仍要将此隐晦过去。有种技巧是在履历上写“19**至今”来表示你最近的一份工作，这样看起来，你似乎仍在职。这么做有时是可行的，但也有可能在刚开始不久的面试中，要你解释这个问题时，这种自欺欺人可能给人以较坏的第一印象，最终可能根本不是帮你。因此，如果你目前没有工作，就写明你最近离开那份工作的月份，或可添上在过度期所做的工作，如自行经营。即使那只是临时办公，或做零工，也要比欺骗来的强。要知道很多雇主自己也有这样的亲身经历，理解你的程度远远超乎你的想象。

3、工作经历中的被开除以及其它不利情况：在履历中没有必要写为什么离开原来的工作，除非他们是有利的，对你有利的，如，离开原来的工作，接受具有更大挑战的工作。一般被开除，不是因为工作表现问题，通常是因个人矛盾的原因。那就是很平常的事，也不说明你会在新工作中有机会碰到同样的问题。如果是工作表现问题，就要说明那不会成为新工作中的问题。履历是表现你在以前工作中的成就，把这种问题留到面试，当然之前要准备好如何应答。

4、工作经历与目前工作目标无关：如果你以前的工作经历跟将来想做的工作无关时，你可以采用技能履历，好处是强调了那些从其它工作中学习使用的，而能在新工作中运用的技能。又如转变行业要让雇主接受，是需要你的理由的，这就需要你举出在你以前经历中哪些是表现在新行业中的能力，你在新行业中获取成功的计划是什么。

5、应届毕业生：如果你新近毕业，可能就要与跟你有着同等教育和更多工作经历的人竞争。如果你没有什么相关经验，很自然会想到强调你的教育背景，这要包括你学过的特别课程，和所参加的一切与新工作有关的活动。应届毕业生应将他们的学业看成工作经历，因为学业中需要自学能力，完成不同的任务，和其它类似工作中要求的活动。雇主一般都会雇佣那些有经验的。在这中情况下，就需要强调你的适应性来弥补经验的短缺，技术履历能帮助你表现最光彩的一面。如突出“刻苦学习”、“领悟新知识快”等技能，会影响雇主舍弃有经验的工人而考虑你。你可以寻找并强调一切可以称为经历的事情，这包括义务工作、家庭责任、教育、培训、军训、及任何表明你适合这份工作的可以接受的活动。

6、条件过高：在失业一段时间以后，很多人愿意接受比预期低的工作。如果你愿意接受那些，对你来说可能条件过高的工作，那就得考虑是否不要把一些学历和工作证书写进履历。并准备说明，你为什么想要这份工作，同时如何把你丰富的经验变成求职的动力，而不是阻力。

7、对工作目标的不确定：在提到的很都情况中，把工作目标写进履历不是必须的，只是强

烈希望这样做。如果你实在不能确定一个长期目标，可以先定一个短期目标写进履历。在有些情况下，你也可以写几份不同的履历，分别写不同的工作目标。这样做有时很有效，因为让你自己选择相关的信息来支持你的工作目标。

8、缺乏学历或低于要求的学历：如果你有经验和技能来做一份通常需要更高学历来做的工作，你应该特别注意教育背景和经历这一部分。那些拥有充分经验的人，可以省却教育背景一栏，那样很明显不会露出在教育背景上的缺陷。但更好的做法是，写出你还未结束的教育培训，不要提及你是否取得学历。举个例子来说，你可以提到你在某大学上过课，或接受过某某培训，但不要提及是否已经完成。这样你就不会过早被淘汰，而有机会获得额外的面试机会。

9、犯罪记录：履历中无须包含任何不利信息，所以如果你犯过法，也无须将这点写进履历。甚至有些新法律严禁雇主提“你被捕过吗？”和“你被判过重罪吗？”如果你有这样的记录，我建议你不要去找那些跟你记录有关的工作，如会计应该考虑换个职业。我的建议是避免寻找那些可以轻易犯同样的错误的工作，因为很少有人愿意雇佣他们。即使通过隐瞒事实，得到了工作，也会在将来哪天因被知情而开除。所以建议他可以去卖会计软件，或自己经营，或彻底换个跟会计无关的行业。

摘自《职业导刊》