

2023年简历中的个人兴趣爱好及特长(精选8篇)

公益事业是促进社会公平与公正的重要途径，对于弱势群体帮助尤为关键。在写一篇完美的公益总结时，我们要注意事先明确总结的目的，如何突出影响力和成效。以下是一些公益事业的项目总结，旨在鼓励更多人投身公益事业。

简历中的个人兴趣爱好及特长篇一

我们先看看简历里的兴趣爱好采用归类形式给人产生的印象，采用归类说明这个人的办事风格就是很有计划性和步骤性，他会先从整体方面做一个规划而后制定每一步的计划，而且这种内容给人的感觉就是层次明显、意思明确，求职者的思路通过这种布局显得非常清晰，有利于招聘者了解求职者是如何思维的。一般这样的求职者性格是做事规范、有条有理，并且拥有较强的执行能力，所以在性格或者风格方面是很受人赏识的。

而在内容方面更是产生了很好的效果，将简历里的兴趣爱好一般分为两个或以上的段落，第一个段落显示出和应聘有关的爱好，而不是你最为擅长的爱好，因为和应聘有关的爱好才是企业最看重的’。第二个段落则展现你最拿手的東西，剩下的则放在第三个段落，一般第三个段落应该布置三项以内的爱好即可，而不是把所有的爱好都写进去以免成为大锅饭。

爱好越具体越好

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。这些爱好在hr眼中是：

音乐：没有特长。

阅读/读书：没有特长；读各类小说；此人很闷；不说话的人。

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。

一位中外合资企业的人力资源部副经理给记者讲了一个真实的故事，在美国耶鲁大学的入学典礼上，校长每年都要向全体师生特别介绍一位新生。去年，被校长隆重推出的，是一位自称会做苹果饼的女同学。在这么多学生中，为什么单单这位女同学如此幸运呢？原来，在耶鲁大学，每年入学新生都要填写自己的特长，而在当年的学生中，其他新生填写的都是诸如运动、音乐、绘画等，只有这位女生以擅长做苹果饼为“卖点”，结果便脱颖而出。这就是“具体详细”给这位女学生带来的成功。毫无疑问，如果这位女学生在特长一栏填写的是“擅长厨艺”而不是“会做苹果饼”的话，恐怕幸运不会降临到她的头上。

强项要写也只写两到三项

特长爱好是不是写的越多越好？有人为了突出自己优秀写了一堆的特长爱好，实际上对岗位应聘没有任何帮助反而还会让hr觉得你过于夸大，主次不分。

即使你确实“十项全能”，也没必要写那么多。两种方式为简历上列举的兴趣爱好做。

减法：

这项兴趣对应聘岗位有帮助么？比如热爱网游这项兴趣，除了在应聘游戏公司时有绝对优势，在其他大多数公司都是扣分项。

合并同类项：

把擅长的运动归类放在一起，说明你的发达的四肢，坚强的体魄就可以了，不用列好几行。

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。

切记无中生有

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，而自己却没有碰过篮球。结果在公司活动中，老板叫他找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。

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。

简历中的个人兴趣爱好及特长篇二

经得起推敲的爱好一般有这类特征：得到过一定级别的奖项；有哪个权威机构的认证；或者是具体的细节。例如：舞蹈，校迎新晚会一等奖，被推荐至省高校会演；钢琴8级；篮球，校队大前锋，这样的爱好可以写在简历中。另外不要为投面

面试官所好而写一个爱好，如果简历中写了爱好，就有可能被面试官追问细节，如果是乱写的，被问住就比较麻烦，会被认为人品有问题，不诚实。

例如，有人写爱好阅读，面试官老师问：你最近看了哪本书？为什么要看这本书？书的大致情节是什么？你最大的收获是什么？这样几个问题下来，你是否真正爱好阅读，就一目了然了。

有些爱好比较普遍适用，应聘大部分岗位都可以写，例如：文体爱好可以写，许多企业，尤其是大型企业对有文体特长的人非常有兴趣，他们内部团队建设的时候，非常需要这样的人来调节气氛；体育类的爱好，尤其是篮球、足球这类爱好，能体现团队精神，写在简历中是有益的；做义工、志愿者，这类爱好可以写，体现慈善精神。

不同爱好所表现出求职者的个性特点是不同的，把与岗位匹配的爱好写上去会为简历加分，相反，与岗位不匹配的爱好，会使简历减分。

有些爱好，仅适合部分岗位，例如：唱歌、跳舞应聘销售、市场营销类岗位没问题，但曾经见过一个应聘数据分析师的男性爱好是跳舞，甚至参加演出，就影响简历的专业性，不如不写。

阅读、音乐之类的爱好，比较有气质修养，适合研发、分析、助理类岗位，但这类爱好会显示出在人际方面的兴趣可能不足，应聘销售、管理类岗位时，在一些面试官看来，可能会显得负面。

当然，有些爱好，如看电视、玩游戏、搜集变形金刚玩具之类，除非是应聘影视、游戏相关行业的，否则千万别写，写上去等于自杀。

简历一定要精简，兴趣爱好加进来可使简历内容丰富，对于经历较少的大学生来说，这项可以写，对于本来经历就很丰富的人来说，兴趣爱好可以不写，以免分散面试官注意力，影响专业性。

简历中兴趣爱好的写与不写，怎么写，绝不是随意的，一定要以：为管理加分为标准。

简历中的个人兴趣爱好及特长篇三

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，而自己却没有碰过篮球。结果在公司活动中，老板叫他找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。

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，那可是很严重的问题！

简历中的个人兴趣爱好及特长篇四

籍贯：陕西省汉中市

学历：大专

联系方式：15299094612

地址：新疆乌鲁木齐市七道湾

教学经历

毕业时间□20xx.6学制：三年外语：英语

毕业院校：所学专业：计算机：新疆医科大学护理学院护理
计算机一级

主修课程从事内、外、妇、儿、及其他临床护理相关专业、
组织胚胎学、人体系统解剖学、生理学、医学化学、病理学、
病理生理学、药理学、检体诊断学、外科学、内科学、儿科学、
妇产科学、护理心理学、护理管理学、急危重症护理学、
基础护理学、病原微生物学。

兴趣爱好

看书、唱歌、运动、画画、听音乐等

实践经历

20xx年8月在新疆阿克苏地区乌市县人民医院见习

20xx年7月至20xx年6月在新疆医科大学第二附属医院实习

专业技能

熟练的掌握了护理临床操作技能如静脉穿刺、呼吸机及心电
监护仪使用等，对内、外、妇、儿、等科室的常见病及多发病
有一定的护理能力。

掌握技能

能够熟练操作各项基本操作，如静脉输液、吸氧、导尿、灌
肠、胃肠减压等。掌握心肺复苏急救技术，会使用微量泵、
心电监护等先进医疗设备的操作。根据生命体征的变化采取
相应措施能力，熟练掌握与病人沟通的技巧。

个人特点

个人性格开朗、待人友善、态度谦和、处事谨慎、责任心强、对自己注重细节，对他人态度宽容和蔼，与人交往能做到换位思考，擅长沟通，能较好把握处理护患关系。适应性强、勤奋好学、踏实肯干、勇于迎接挑战。

简历中特长爱好怎么写？

做一个全面综合的评估。

如果你认为你的个人活动符合下列情况时，你应该加上这一部分：

能使你成为工作职位候选人的资历。

能说明你的性格，这种性格在工作里是很重要的。

某些职位对兴趣爱好有相当紧密的联系：

比如销售类职位希望的肯定是团队类，竞争类的一些活动的参与者更让招聘方看重。而财务会计类的职位肯定更倾向于一些比较静态的如阅读类的兴趣爱好。

另外转一些简历中的兴趣爱好让人联想到的特征

1、篮球，足球，排球：团队精神。适用大多数岗位，如果你有这方面的爱好可以写进简历。

2、围棋，国际象棋：战略意识，应聘市场类或者高端职位比较适宜写这类爱好。

3、阅读，古典音乐：高雅。应聘文职类的职位适合。

4、旅游：适应不同环境的能力，快速学习的能力。特别是某些工作职位需要经常出差有这方面爱好的求职者老疑有一定优势，适用于销售业务类职位。

5、跆拳道：意志。适用于管理类，市场类职位。

6、演讲，辩论：沟通能力强，适用于市场类，销售业务类职位。

7、舞蹈：外向，易沟通。适用于公关类，市场类的职位

简历中的个人兴趣爱好及特长篇五

1篮球，足球，排球：团队精神。适用大多数岗位，如果你有这方面的爱好可以写进简历。

2、围棋，国际象棋：战略意识，应聘市场类或者高端职位比较适宜写这类爱好。

3、阅读，古典音乐：高雅。应聘文职类的职位适合。

4、旅游：适应不同环境的能力，快速学习的能力。特别是某些工作职位需要经常出差有这方面爱好的求职者老疑有一定优势，适用于销售业务类职位。

5、跆拳道：意志。适用于管理类，市场类职位。

6、演讲，辩论：沟通能力强，适用于市场类，销售业务类职位。

7、舞蹈：外向，易沟通。适用于公关类，市场类的职位。

简历中的个人兴趣爱好及特长篇六

兴趣爱好：球类运动，唱歌，看书，学习。

兴趣爱好：爱好旅游，象棋，游泳，特长是乒乓球

兴趣爱好：看书，唱歌，跑步

兴趣爱好：喜欢语言学习；爱运动，乒乓和网球；性格外向，乐于交朋友。

兴趣爱好：画画，看小说，看日本动漫

兴趣爱好：打羽毛球上网

兴趣爱好：

1、喜欢听歌，散步，打羽毛球；

2、喜欢交朋友、有空也喜欢看书；

兴趣爱好：听音乐，旅游。

兴趣爱好：摄影、听音乐爱阅读游泳钓鱼唱歌爬山羽毛球

兴趣爱好：打球、上網、聽音樂、看電影、爬山、釣魚

大专生兴趣好：篮球，足球，各种球类对各种社交活动也有很大的兴趣

简历中的个人兴趣爱好及特长篇七

在求职简历中恰到好处地填写个兴趣爱好，能为求职者的简历加分，获得更多的面试机会，有助于找工作。下面和小编一起来看个人求职简历中兴趣爱好怎么写，希望有所帮助！

1、写在简历上的爱好要经得起推敲

经得起推敲的爱好一般有这类特征：得到过一定级别的奖项；有哪个权威机构的认证；或者是具体的细节。例如：舞蹈，

校迎新晚会一等奖，被推荐至省高校会演；钢琴8级；篮球，校队大前锋，这样的爱好可以写在简历中。另外不要为投面试官所好而写一个爱好，如果简历中写了爱好，就有可能被面试官追问细节，如果是乱写的，被问住就比较麻烦，会被认为人品有问题，不诚实。

例如，有人写爱好阅读，面试官老师问：你最近看了哪本书？为什么要看这本书？书的大致情节是什么？你最大的收获是什么？这样几个问题下来，你是否真正爱好阅读，就一目了然了。

2、尽量写一些能为简历加分的爱好

有些爱好比较普遍适用，应聘大部分岗位都可以写，例如：文体爱好可以写，许多企业，尤其是大型企业对有文体特长的人非常有兴趣，他们内部团队建设的时候，非常需要这样的人来调节气氛；体育类的爱好，尤其是篮球、足球这类爱好，能体现团队精神，写在简历中是有益的；做义工、志愿者，这类爱好可以写，体现慈善精神。

3、兴趣爱好要与岗位匹配

不同爱好所表现出求职者的个性特点是不同的，把与岗位匹配的爱好写上去会为简历加分，相反，与岗位不匹配的爱好，会使简历减分。

有些爱好，仅适合部分岗位，例如：唱歌、跳舞应聘销售、市场营销类岗位没问题，但曾经见过一个应聘数据分析师的男性爱好是跳舞，甚至参加演出，就影响简历的专业性，不如不写。

阅读、音乐之类的爱好，比较有气质修养，适合研发、分析、助理类岗位，但这类爱好会显示出在人际方面的兴趣可能不足，应聘销售、管理类岗位时，在一些面试官看来，可能会

显得负面。

当然，有些爱好，如看电视、玩游戏、搜集变形金刚玩具之类，除非是应聘影视、游戏相关行业的，否则千万别写，写上去等于自毁前程。

4、有些兴趣爱好也可以不写

简历一定要精简，兴趣爱好加进来可使简历内容丰富，对于经历较少的大学生来说，这项可以写，对于本来经历就很丰富的人来说，兴趣爱好可以不写，以免分散面试官注意力，影响专业性。

简历中的兴趣爱好写与不写，怎么写，绝不是随意的，一定要以为简历加分为标准。

选用常见且稳定的电子邮箱

不要用学校内部邮箱或是其他小服务商提供的邮箱系统，以免简历夭折在发送的路上。发完简历后，过几分钟再查看一遍邮箱，看是否有退信，若有，查明原因后再重新发送。

忌只用附件形式发送简历

只发附件，很可能让hr对你的简历视而不见，因为在邮箱爆满时，打开附件不仅是对耐心的极大考验，还要承担电脑感染病毒的风险。建议先将简历贴入正文，再添加附件作为补充（以便hr保存和归档）。

心仪岗位可以隔周重复投递

很多hr表示，虽未谋面，但是从投简历的方式中也能“识人”：在几分钟之内，连续发出两份以上相同的简历：谨慎有余，自信不够，若无特别，不作考虑；在最近一段时间内连续发

出一份相同的简历：看重这份工作及应聘单位，若条件符合，可重点考虑。

错开“高峰”，把握投递时间

1、避开招聘信息发布的前两天（投递简历的最高峰），以免你的简历因hr邮箱爆满而遗失。

2、不要在晚上7—10点投递，这时你的简历很容易淹没在成堆垃圾邮件中。

3、不要在下午5点，也就是下班前夕投递，这时阅读率非常低，因为hr也要准备下班回家吃饭啦。

一、确定求职方向。这是最艰难的一步，也是最至关重要的一步。不要寄希望于hr会从你流水账般的罗列中为你分配最适合的工作，你必须明确地告诉hr[]你想找什么工作和你最适合干什么工作。

二、确定从事此项工作所必需的知识与技能。这也是关键的一步，如果不能明确这一点，你的简历就会因缺乏重点而平淡无味，失去吸引力。

三、列出所有与己相关的特长与技能。简历和工作申请表的差别就在于：工作申请表的重点是“工作”，而简历的重点是“你”。诚实、精练、有选择地列出自己的技能。

四、想一想有哪些成绩能体现自己的能力。闭上眼睛，好好想想，每个人都会有几桩得意之举，只要对求职有帮助，小事也能体现成绩。

五、描述这些成绩。用简练、明确的语言描述这些成绩（不要流于对事件或工作本身的描述），重点是描述你自己干了些什么，起到了什么作用，取得了哪些成果等。

六、逆着时间顺序。列出所有相关工作经历包括有偿的和无偿的，全职的和兼职的，不要漏了在职时间、职务以及公司名称。

七、列出所有相关的学历和培训情况包括时间及所获学位或证书。除非雇主有特殊要求，一般无需列出中学学历。如果你现在正在就读或培训中，可适当列出部分相关课程。

简历中的个人兴趣爱好及特长篇八

基本信息

王xx(女，23岁，大专学历，1年以下工作经验)

婚姻状况：未婚

民族：汉

参加工作时间：-07

现居住地：石家庄市

户口所在地：石家庄市

求职意向

期望工作性质：全职

期望工作地点：石家庄市, 秦皇岛市, 保定市

期望从事行业：医疗/保健/美容/卫生服务

期望从事职业：护士/护理人员

到岗时间：1周以内

期望月薪：1000元—1元（税前）

教育经历

专业：护理学学历：大专

工作经验

公司名称：石家庄市第八医院

工作描述：在护士长和护师的指导下工作，主要负责病人的基础护理和付治疗，协助医生护士抢救，完成病人的输液和指导病人正确服药及心理健康宣教，根据医嘱完成病人的输血工作，病人进行化疗时要负责心电监护仪的操作。

自我评价

“有较强的适应力,分析和解决问题的能力.性格开朗,积极向上...”

这是我眼中的.“自己”,当然也不乏很多缺点,如果有幸被贵公司录

用,我必将勤恳努力,随时吸取新的知识,做到我所能做到的最好.尽快

融入“大家庭”成为其中一员..不怕挫折,坚定信念.