



# 推荐信写作

后保研HBY咨询师：小欧师姐  
保研至北京大学教育学专业

—— 后保研HBY，20万保研人的聚集地！ ——



# 简单的自我介绍



**姓名：小欧学姐**

**保研经历：教育学：北大、北师大**

**社会学：人大、南大、复旦、厦大**

**英语成绩：CET4:557    CET6:521**

**获得荣誉：大挑国赛二等奖、国家奖学金2次、国家级大创2项**

# 目录

CONTENTS

1. 说在前面的三个问题
2. 推荐信——问候语与目的
3. 推荐信——基本情况
4. 推荐信——学习或科研能力
5. 推荐信——培养可能
6. 网络推荐信模板特点
7. 优质推荐信特点

# 01 说在前面



**1.推荐信的功能：从教师的专业角度，让目标院校了解你的基本情况、学习能力、科研潜能等。**

**2.学会搜集信息：留心院校招生网、研究生院、各院系官网、后保研等公众号，获取推荐信的要求，部分院校会有推荐信写作内容的提示。**

①您认识考生的方式、认识的时间和了解程度，对考生思想品德、道德修养方面的介绍：

②对考生学术水平、科研能力、研究成果、知识结构、外语水平等的介绍：

③考生的特长和弱点，从本科学习阶段和考生从事科研工作的情况看，该考生是否具有创新的潜力，有无继续培养的前途，对考生申请清华大学硕士生、博士生的意见：

——清华大学社会学院官网

# 01 说在前面



## 3.谁来写？

- **标准答案：熟悉你的老师，有些学校会要求是副教授及以上职称的老师**
- **普遍情况：自己写，老师修改签字**

## 02 推荐信的具体写法



### 主要内容：基本情况+科研培养情况+最终意见

- ①您认识考生的方式、认识的时间和了解程度，对考生思想品德、道德修养方面的介绍：
- ②对考生学术水平、科研能力、研究成果、知识结构、外语水平等的介绍：
- ③最终意见

**套路：写法相同、需要根据与不同老师相处的经历做适当调整。**

## 02 推荐信——问候语和目的



**组成部分：称谓、问候语、自报家门、目的**

XXX学院老师：

您好！我是XX大学XX教授，现有我院XXX同学准备攻读贵院XXX专业研究生，特向您予以推荐！

## 03 推荐信——基本情况



### ➤与考生认识的方式、认识时间和了解程度

eg: 本人曾是XX同学《XXX》和《XXX》的任课老师/本人曾指导过该生的科研项目/该生参加过我主持的科研项目助研活动。

### ➤对考生成绩、思想品德、英语、获奖情况的介绍

eg: 现阶段她成绩优异，总成绩位列排第一，通过了大学英语考试，获得过……奖励。



## 04 推荐信——学习或科研能力



**主要内容：科研情况+科研能力**

**重点：从具体的案例入手，一个即可**

eg：……（时间），本人指导过她的……课题，该课题获得了……（荣誉），其中她主要负责……部分，展现了……能力。除了这个课题外，她对……（方向）感兴趣，做过……研究，获得……奖项。

eg：在专业知识上她的成绩排名靠前，能够掌握……（专业重点知识），还能结合实际运用理论知识。

# 05 推荐信——有无培养可能



**重点：简单概括就好**

鉴于该生的综合素质和能力，本人特向贵校推荐该同学，希望该同学有机会到贵校继续深造。

## 06 网络推荐信特点



### 内容5：跨专业如何介绍？

- 1、对所跨专业的知识累积程度及认识
- 2、选择所跨专业的一些课程

教育社会学研究话题中XXX、XXX、XXX都是我感兴趣的话题，这使我确信自己对教育学深入探索的欲望。而且我认为教育将对社会产生重大的而深远的影响，教育社会学仅仅让我触到了教育学的大门，但我想经过研究生的深入学习掌握教育领域的专业知识和研究问题，并将其与社会学相结合，研究当下中国社会的教育问题。

## 04 个人陈述——科研经历



**形式：罗列几个优秀的项目及获得成绩，挑最好的一个详细介绍一些**

- 1、详细介绍也需要尽量精简，控制字数**
- 2、内容选择：大创项目、国家级、省级、校级比赛，级别大的邮箱**
- 3、面试重点，选择有把握的写**

我所参加过的项目有（国家级/省级/校级大创《题目》，奖项）

在《题目》中，我和团队成员（在哪里，对什么群体）进行调研，发现（研究结论），该成果获得了（奖项）；同时，我还参加过（XXX比赛）取得了（XXX成绩）

**ps：跨专业的的同学如果有所跨专业的研究，而且又比较好的话，尽量写这一份，如果没有的话，本专业的也是可以的**

# 05 个人陈述——研究生阶段学习计划



**主要内容：研究生阶段的研究方向、比较关注的话题、理论**

**1、不要写空泛的套话**

**2、感兴趣的研究方向话题理论写2-3个就好**

**3、跨专业的同学写跨专业之后的研究方向**

例子：在未来的三年时间里，我将在理论上多加钻研，兼顾中文与英文理论的学习与阅读，与国际前沿接轨。基于这两年社会学的学习与思考，1…2…XX理论下的XXX领域中的XXX问题/XXX领域下XXX问题/与XXX相关的研究都是我感兴趣的话题，入学后，我希望能进一步细化自己的研究方向，积极参与实践和调研，使自己成为一个知识的主动探索者。

## 07 网络推荐信



1、该生是我 XXX 课程的学生，**同时**也是我作为指导老师的国家级大学生创新训练的课题负责人，从她大一时的 XXX 课程到如今，我们认识有三年光阴了。

2、该生是中共党员，**获得过 XXXX（荣誉）**，拥护中国共产党的领导，拥护社会主义制度，政治立场坚定；该生曾担任学生干部，担任 XXX 期间组织了一系列学生读书会活动，具有较高的政治理论水平。目前担任班级团支部书记，为人诚恳，尊敬师长，勤奋好学；能够团结同学，在学生中具有较高的威信；责任心强，具有良好的思想道德素质。

3、**该生学习勤奋，外语水平较好，综合成绩名列年级第六，获得过国家奖学金，综合素质较高。作为我所指导的课题 XXX 国家级大学生创新训练负责人，十分关注法学领域的前沿理论，能够主动发现并提出有价值的理论问题，具有独立分析问题和解决问题的能力。形成的论文引证规范，写作态度认真，观点较为新颖性，结构比较合理，表现出较好的理论研究水平。**

4、她积极参加本科阶段相关学术社会实践，**获得 XXXXXXX**。她在大一时参与 XXXX 社会实践，并合作撰写完成 XXXX 论文，发表于 XXXX 上；大二时担任 XXXX，参与组织有关 XXXX 主题社会实践的学生工作部分；大三时参加 XXXX 研究，荣获 XXXX，目前成果发表于 XXXX 上，表现出较好的科研素质。

5、她积极参加各类专业比赛，**获得 XXXX**，在课外活动方面 XXXX 等荣誉，综合素质高，全面发展。但这也是她的不足所在，参加的活动过多难免在学业上有所分心，希望她能在研究生阶段沉静下来，多读好书，好好沉淀自己。

鉴于该生的综合素质和能力，本人特向贵单位推荐该同学，**希望该同学能有机会在贵单位得到进一步培养，以提高其理论水平和研究能力，培养其国际化视野，成为国家的有用人才。**

### 特点

**黄色：语言表述拖沓、口语化**

**蓝色：重复表达**

**黑色：简单罗列，没与学科关联**

**内容：广而泛，不能集中体现培养可能**



# 07 优质推荐信



本人，大学学院系教授，曾是同学《》课程的任课老师。在与该生的课内、课外互动中，对其印象极为深刻。

该同学积极参与课堂互动，语言表达能力、思辨能力和逻辑能力都非常突出；课外自主拓展阅读，认真研读了《》、《》等著作并向我请教，具有较强的自主学习、独立思考的能力。

该生在课堂上表现出了对议题的高度兴趣。不仅课上互动，课下还参与了，并以为主题参演学院舞台剧，在学生中反响热烈。可见该生组织能力较强，

此外，该生具备一定的科研能力。由本人指导的大学生创新创业项目

已结题并被推荐为校级优秀项目。

本人认为，该生本科阶段修，成绩优异，表现出了对：的浓厚兴趣；作为，获得过省级冠军，体现其出众的表达和逻辑能力。因此该生适合学习，并能够结合本科学术背景，在道路上取得不一样的成果。

鉴于该生的综合素质和能力，本人特向贵校推荐该同学，希望该同学能有机会到贵校深造。

## 特点


## 语言干练简单

## 能准确把握学科特点

**有什么疑问大家可以提问啦！！！！**

**这是我在嗨保研上的名片（倪学姐），大家如果有什么其他疑问和需要，可以通过这个找到我~**



 微信扫一扫，使用小程序





让更多人拥有更好、更公平的受教育和发展机会！

—— 后保研HBY，20万保研人的聚集地！ ——





# 知己知彼 “套磁” 导师

后保研HBY咨询师：小含学姐

保研至清华大学地球系统科学专业

—— 后保研HBY，20万保研人的聚集地！ ——



# 自我介绍



- **本科背景：**
  - 北京某双非地理信息科学专业本科（第一）/加拿大滑铁卢大学环境双学位（院长荣誉奖）
- **院校offer：**
  - 清华大学地球系统科学系夏令营；北京大学城市规划学院夏令营+九推
- **科研：**
  - 作EI会议论文一篇、四作中国科技核心论文一篇；三次中科院科研、两次校内科研
- **荣誉：**
  - 一等奖学金等学业奖学金多次、北美大学生数学竞赛二等奖、全国大学生英语竞赛三等奖、校英语演讲比赛一等奖等/CET-6:610, TOFEL:105
- **实习：**
  - 中科院实习、交通科学院实习，滴滴产品岗和科研岗offer

# 目录

CONTENTS

- 一、是否需要联系导师？
- 二、什么时候联系导师？
- 三、怎么寻找导师和怎么联系导师？  
定位导师+“套磁”导师
- 四、后续工作做什么？

# 一、是否需要联系导师？



## 联系导师非常重要

- 客观因素：
  - 从简历筛选到夏令营九推成绩，很多高校的老师，特别是有一定学术定位的老师具有话语权
  - 本科背景/简历有短板的同学一定要联系老师，否则很难进夏令营和推免环节
- 主观因素
  - 在沟通中双向了解老师

## 二、什么时候联系导师？



- **情况1：越早越好**
  - 之前就和老师实习或者做项目
  - 研究生复试结束
  - 适用于
    - 部分院校
    - 简历有短板需要老师帮助进入面试的同学
- **情况2：拿到入营offer后**
  - 老师更容易回复你
  - 适用于：部分院校或部分专业

# 三、怎么定位导师？-渠道



- **官网渠道：**
  - 学校官网
  - 学术网站（ google scholar， 百度学术）
  - 中国导师评价网
  - 搜索引擎
- **民间渠道：**
  - 本校老师
  - 本校学长学姐
  - 未来导师的学生
- **推荐渠道：**
  - 在官网对导师有基本了解之后，且发送了邮件；加上本校导师或者之前认识的导师再次推荐

# 三、怎么定位导师？-标准



- 以自己的需求为主：
  - 工作导向：
    - 工程类项目多的老师、有一定社会地位
    - 目标院校专排或者综排高
  - 科研导向：
    - 导师研究方向
    - 导师学术能力
  - 自己性格：
    - 选择push或者散养的导师
- 一般标准
  - 老师人品、愿意花时间改论文或者指导
  - 老师的平台好，凡事有商量的余地
  - 团队氛围



### 三、怎么“套磁”？-知己知彼



- 了解老师的喜好：
  - 特定专业技术
  - 英语能力
  - 性格等
- 了解老师的科研：
  - 他做了什么
  - 自己的方向怎么和他match

### 三、怎么“套磁”？-邮件内容



- 标题：
  - 姓名+亮点+保研目的
- 正文：
  - 简介：STAR原则、告诉老师“你是最合适的”
  - 规范：称呼、结尾、格式、重点
- 附件：
  - 简历/个人陈述
  - 作品

### 三、怎么“套磁”？-面谈内容



- 需要带：
  - 简历、作品
- 需要准备什么问题：
  - 自己个人介绍/作品、项目介绍
  - 面试常考题
  - 某些专业课程
- 需要问老师什么问题：
  - 双向选择
  - 讨巧的问题：体现自己对专业了解、自己的见解

## 四、后续工作做什么？



- 老师不回复怎么办？
  - 老师很忙忘记回复，但是留有印象
  - 一周后在发一封，没有回复可以联系下一个导师
- 什么时候需要后续跟进联系导师？
  - 有进展：入营/推免、考核结束
  - 自己取得一定成就之后
  - 节日问候
- 如何试探老师的风口？
  - 可以再次表达自己想读他的研究生
  - 问他自己是否有缺陷，接下去可以做什么
- 如何挽救不好的情况（被老师鸽了）？
  - 积极联系别的老师
  - 动用自己在面试、夏令营认识的同学

## 五、答疑环节



Q & A

大家有什么疑问可以提出来啦！！

大家如果有什么其他疑问，也可以在研鹿APP上线后联系到我~ 我还擅长中英文简历修改、中英文面试辅导等。





让更多人拥有更好、更公平的受教育和发展机会！

—— 后保研**HBY**，20万保研人的聚集地！ ——

