

自我介绍技巧篇

一、第一句话，果断抛出亮点，最短时间抓住考官的耳朵。

例如：您好！我叫***，我将围绕三个关键词来介绍我自己。（注意点：这三个关键词一定要紧紧抓住目标岗位的招聘。

建议：找出公司的招聘信息，提取关键词，展现你与招聘岗位的匹配度。

例如：目标岗位是运营岗；从招聘信息中提取关键词：内容创作、渠道运营、管理社群、活动策划、分析运营数据；热爱教育、英语能力、阅读能力、文案能力、积极好学，学习能力、抗压、喜欢探索、沟通能力。拥有这些能力和品质的人就是 HR 想要招的人。

很多人在自我介绍中都会陷入这样一个误区：一味地告诉 HR 我想来你的公司，我想要进入你的公司。这样就会把自己放在了一个比较低的位置，“恳求”HR 录用自己。但其实，我们要做的是：告诉 HR，这个职位非我不可。HR 在面试的时候，只会招需要的人。你一味地告诉 HR 你想来，却不告诉他你为什么适合这个职位、选择你的理由，如何能说服 HR 呢？

二、按简历上的顺序介绍工作经历，每一份工作经历切忌只讲工作内容，必须总结出 1 - 2 个业绩，最好是有量化数据的；并且围绕第一句话的 3 个关键词做适当展开；

你或许有过各种各样的社团经历或者工作经历，这个时候，你要做的不是讲它们全都罗列一遍，而是将与关键词相符的经历说出来，告诉 HR 我就是你要的人。

举个例子 我在学校期间我策划过全校性的活动 实习做过人力资源管理的工作 做过家教，做过会计，运营过公众号，也曾经在银行做过大堂经理。

但我要告诉 HR 的只有：

在学校期间，我参加了 X 社团，负责公众号文章的撰写和排版。我的第一篇文章收获了 3000+ 的阅读量，为社团赢得了 500+ 的粉丝，也曾举办了一场全校性的校园活动。

所以，在自我介绍的时候，要筛选自己的经历，主动将自己与这些要求匹配好，让 HR 有一种“我要的你都有”的感觉，而非和盘托出，让 HR 自己匹配。

用具体事例和具体数据告诉 HR 你出色的地方。不要只是空洞地用几个形容词来描述自己，说自己学习能力强、工作能力强、沟通能力强……而是要把具体的数据说出来。选用那些与招聘岗位最契合的经历中最夸张的数据。

Example:我曾运营过一个有着 5W+ 粉丝的公众号。在半年内，我撰写了 5 篇阅读量 10W+ 的文章，为公众号带来了 1.5W+ 的粉丝。自制短视频播放量上亿……

三、简单讲述应聘贵公司的理由，表达自己对行业、岗位和公司的热爱

建议：提前去浏览公司官网相关新闻等等。询问自己为什么喜欢这个行业、这个公司、这个岗位，你可以从下面这些方向去说：

你对该领域有深入的体验或研究：比如说你就读的是教育相关的专业、学习过很多网课、有过在线教育的相关实习经历等。

你时刻关注该领域动态：比如说你经常看新闻，关注大的在线教育平台的动态等；

你的兴趣爱好相近：比如你经常看公开课、有过教育的志愿活动经历等。

四、总结：因为贵公司对此职位的要求是**、**、**，而我之前的经历能够体现出我在**、**、**方面的优势，因此，我相信自己能够胜任此岗位，给公司创造价值。感谢您给予此次面试机会，希望我能成为贵司的一员。

自我介绍案例篇

备注：可根据自己需求，准备 1 分钟、3 分钟和 5 分钟版。

您好！非常有幸参加今天的面试。我是***，我将围绕以下三个关键词介绍自己：**解决问题思路强大、自我驱动力好、良好的沟通协调能力。**

首先，介绍一下自己的历任工作。

毕业之后，我加入了***公司任软件测试工程师，工作时间五年。此段经历中，主要负责客户现场设备的调试，升级，测试工作，搭建客户与产品设计之间的桥梁，提出产品功能改进建议，整理测试及产品文档。主要负责***产品和***项目的测试工作。

后因**原因，进入***公司任软件测试/运营职位，工作时间三年。负责 web 产品、移动 APP 产品核心模块的测试和运营维护工作，主要负责***产品和***项目的测试工作。这段经历中最大的收获是在团队中承担了管理者的职能，带领团队有效评估产品的漏洞，制定测试计划，协调安排测试任务，最终保证项目的成功交付。这里就可以提到刚才提到的**三个关键词之一——良好的沟通协调能力**，由于本人项目经验较丰富，相对来说状态较稳定，能够站在高级测试工程师的角度，高效协调跨部门的项目组成员。在**项目中，当时时间节点特别紧急，我能够与小伙伴保持紧密沟通，主动带头加班加点并鼓励他们，在短短的 3 周以内，超额和出色的完成任务。

后因***原因，进入目前所在的***公司，职位为软件测试工程师，承担***综合业务管理平台产品的功能和性能测试工作；贯穿整个项目软件开发生命周期，负责产品版本发布任务整体执行，推进，统筹，配合前端，研发，测试各小组，严格按照研发进度对所负责项目进行单元、系统集成测试。本阶段可以呈现**开头所提到的另一个关键词——解决问题思路强大**：我比较擅长多维度分析软件的缺陷，设计各种测试场景，提升测试用例覆盖率。在**项目开发新功能过程中，制定了周密的测试计划，测试点细，测试维度较广，提交的 bug 单量最多，在**里霸屏，引起了开发人员的高度重视和关注；在**项目中，跟进***个升级版本发布工作，个人正确率达 95%，从质量和正确率方面得到领导的高度认可。

最后一个关键词提一下自我驱动能力，我非常关注产品和相关技术领域，通过***形式掌握数据库工具的使用，熟悉基本的数据库语句，掌握基本的 Linux 系统知识，并自学 Python 等基本编码，不断提升测试核心技能；我还我是一位互联网终身学习者，一直保持每天阅读*小时的习惯，平时也喜欢关注***、***公众号或***网站，不断提升行业视野。

下面，我将讲讲为什么对贵公司感兴趣的原因。

首先，从工作经历来说，我拥有 10 年软件测试工作经验，了解行业产品技术知识，熟悉常见的软件开发流程及模型，掌握移动端测试理论和方法，熟练编写软件测试文档、报告；我觉得这些和贵公司的岗位要求是非常接近的，我相信自己能够胜任，能够为公司创造价值。从行业来说，贵公司的**行业**产品，我认为是目前互联网发展的大趋势，我非常期待能够学习到更多更新的技术，不断提升自己的能力；

从平台上说，（如果目标公司是大平台）我认为贵司是一个稳定可持续发展的平台，相对来说能够给我足够的安全感，也能提供更多的职业发展机会；

从平台上说，（如果目标公司是小平台）我认为贵司是一个非常有潜力的平台，虽然目前属于初创型阶段，但我认为，相对比较成熟的平台存在更多发展机遇，也是非常符合我的职业生涯规划。

因此，我非常期待能够加入贵公司，为公司创造价值。感谢您给予此次面试机会，希望我能成为贵司的一员。