# 七步教你写自荐自荐信[定稿]

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-04-13

*第一篇：七步教你写自荐自荐信[定稿]自荐信分为推荐信和自荐信两种，写自荐信可按下列七个步骤进行。下面举例说明：假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份自荐信，你的个人资料如下：1.简况：姓名，李平；年龄，...*

**第一篇：七步教你写自荐自荐信[定稿]**

自荐信分为推荐信和自荐信两种，写自荐信可按下列七个步骤进行。下面举例说明：

假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份自荐信，你的个人资料如下：

1.简况：姓名，李平；年龄，30岁；身高，1.80米；健康状况，良好；业余爱好，游泳、唱歌、跳舞。

2.简历：1994年北京大学毕业后分配到南通中学工作，1996年调至苏州中学工作至今。

3.工作：工作认真负责，与人相处融洽。

4.特长：精通英语，尤其口语，已将多本中文书籍译成英语，懂一些日语、能用日语与外宾对话。

联系电话：3654731

联系地址：苏州市人民路一号

第一步：介绍消息来源

介绍消息来源实际上是自荐信的开篇交待句，它可使自荐信显得自然、顺畅；而不介绍消息来源，会使收信人感到意外、突然，文章也缺乏过渡、照应，本文消息来源可作如下介绍：

Dear manager，I learned from the newspaper that your company wanted to hire an English translator.第二步：表明求职心愿

介绍完消息来源后，应向收信人表明自己的求职心愿，即写信的目的，本文求职心愿可作如下介绍：

I am interested in this job very much.I would like to get this job.第三步：介绍个人简历

某单位需要新人，求职人也有求职心愿，但这并不意味着这项工作非你莫属。如果你没有干好这项工作的经历、实力，也是难以适应的。因此，介绍个人简历是必不可少的。本文个人简历可介绍如下：

Now I would like to introduce myself to you.My name is Li ping.I am 30 years old.I am 180 cm tall.I am healthy.I like swimming, singing and dancing in my spare time.I graduated from Beijing University in 1994.Then,I went to work in Nantong Middle School.In 1996，I began to work in Suzhou Middle School and I have worked there until now.第四步：摆出求职优势

仅有一定的工作经历而没有自身的优势和特长，也很难求得称心如意的工作。因此，求职时应表明自己除了具有一定的工作经历之外，还具有一定的优势和特长，这样才能稳操胜券。本文可通过如下方法摆出自己的优势：

I work hard and I can get along well with others.I am good at English and especially my spoken English is very good.I have translated many Chinese books into English.I can understand Japanese and I can talk to foreigners in Japanese freely.第五步：提出获职打算

丰富的工作经验，一定的优势和特长，只能代表过去和现在的情况，如果获职后自以为心愿已了，从此高枕无忧，马虎从事，那也是得不到用人单位认可的。显然表明获职后努力工作的决心是感动用人单位的领导从而顺利谋得此项工作的重要一环。本文获职打算可作如下介绍：

If you agree with me, I will work hard and try to be a good translator.第六步：请求答复联系

**第二篇：七步教你写求职信**

七步教你写求职信

求职信分为推荐信和自荐信两种，写求职信可按下列七个步骤进行。下面举例说明： 求职信分为推荐信和自荐信两种，写求职信可按下列七个步骤进行。下面举例说明：

假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份求职信，你

的个人资料如下：

1.简况：姓名，李平；年龄，30 岁；身高，1.80 米；健康状况，良好；业余爱好，游泳、唱歌、

跳舞。

2.简历：1994 年北京大学毕业后分配到南通中学工作，1996 年调至苏州中学工作至今。

3.工作：工作认真负责，与人相处融洽。

4.特长：精通英语，尤其口语，已将多本中文书籍译成英语，懂一些日语、能用日语与外宾对话。

联系电话：3654731

联系地址：苏州市人民路一号

第一步： 第一步：介绍消息来源

介绍消息来源实际上是求职信的开篇交待句，它可使求职信显得自然、顺畅；而不介绍消息来源，会使收信人感到意外、突然，文章也缺乏过渡、照应，本文消息来源可作如下介绍：

Dear manager,

I learned from the newspaper that your company wanted to hire an English translator.

第二步：表明求职心愿 第二步： 表明求职心愿

介绍完消息来源后，应向收信人表明自己的求职心愿，即写信的目的，本文求职心愿可作如下介绍：

I\'m interested in this job very much.I\'d like to get this job.

第三步： 第三步：介绍个人简历

某单位需要新人，求职人也有求职心愿，但这并不意味着这项工作非你莫属。如果你没有干好这项工作的经历、实力，也是难以适应的。因此，介绍个人简历是必不可少的。本文个

人简历可介绍如下：

Now I\'d like to introduce myself to you.My name is Li Ping.I\'m 30 years old.I\'m 180 cm tall.I\'m healthy.I like swimming, singing and dancing in my spare

time.I graduated from Beijing University in 1994.Then,I went to work in Nantong Middle School.In 1996，I began to work in Suzhou Middle School and I have

worked there until now.

第四步：摆出求职优势 第四步：

仅有一定的工作经历而没有自身的优势和特长，也很难求得称心如意的工作。因此，求职时应表明自己除了具有一定的工作经历之外，还具有一定的优势和特长，这样才

能稳操胜券。本文可通过如下方法摆出自己的优势：

I work hard and I can get along well with others.I\'m good at English and especially my spoken English is very good.I\'ve translated many Chinese books

into English.I can understand Japanese and I can talk to foreigners in Japanese freely.

第五步： 第五步：提出获职打算

丰富的工作经验，一定的优势和特长，只能代表过去和现在的情况，如果获职后自以为心愿已了，从此高枕无忧，马虎从

事，那也是得不到用人单位认可的。显然表明获

职后努力工作的决心是感动用人单位的领导从而顺利谋得此项工作的重要一环。本文获职打算可作如下介绍：

If you agree with me, I\'ll work hard and try to be a good translator.

第六步： 第六步：请求答复联系

如果单位领导同意了你的求职要求，你必然要请他和你联系，以便你及时做好准备，到用人单位应聘或报到。为准确起见，请求答复联系时你还应当提供你的通讯地址、

邮政编码、电话号码、电子信箱等。本文答复联系的内容可作如下介绍：

If you agree with me, please write a letter to me or phone me.I live at No.1 Renmin Road, Suzhou city.My telephone number is 3654371.

第七步： 第七步：表明感激之情

无论你的请求是否能够得到满意的答复，你给用人单位写信就是给对方添了麻烦，因此你应向对方表明感激之情。本文可这样来表明感激之情：

Thank you very much.

上述七步内容联成一个整体，再加上下面的信尾，就成为一封完整的求职信。

Yours Truly

LiPing

**第三篇：教你写自荐信**

教你写自荐信

全面深刻地审视自己、寻找独特的角度以及注重运用细节是必须注意的问题。下面还有一些材料的取舍问题提出来供读者参考。

首先，千万不要遗漏掉那些有用的和中肯的成就、经验等事实。

申请研读的学位越高，以往的科研、学术成果和工作经验等等就越是重要。许多申请者错误地认为自己发表的文章已经列在履历里面了，在 自荐 信中就不应该再提。其实，个人履历是一份完全不同的文件。它是对个人经历的一种简洁而全面的介绍，使得读者对申请者能够很快有一个大致的了解。自荐 信则是需要读者仔细阅读的，它要介绍

申请者的成就、抱负和个人品德。所以申请者不用担心内容上的重复。还有许多申请者硬是要把自荐信的篇幅压缩在一页纸内，因而只能很简要地提到自己的成就。其实，如果内容充实，为什么不能写到二至三页呢?比如说到发表的论文，往往只提到一个题目。其实，写一篇科研论文往往是要付出巨大心血的。这不光是写篇文章，而是反复的科学论证和无数次实验的结晶。申请者起码应该用二至三个句子，说明这篇论文所代表的实验、实验用的方法、目的和获得的成绩。还应该说明通过发表这篇论文，申请者在这一领域做出了什么贡献，获得了哪些思想方法、认识和科研手段上的提高。

还有的申请者犯的是一个相反的错误，他们把高中甚至更早的成就也不厌其烦地列在自荐信上。比如当上了三好学生、少先队长之类的。因为中国学生申请的学位最低的也是硕士研究生，大学时期的成绩或是随后工作上的成就

更为贴切，也应该足以用作素材了。当然，少儿时期的成就，若是对随后的学术道路产生了重大的影响的，也可以提。有的申请者对某一学科，比如说数学，情有独钟，很早就显露出天才，在中学时期就在数学竞赛中获奖，由此激发了对此学科的强烈兴趣，从此矢志不渝。这样提就非常妥当。

最好不提的还有政治观点、宗教信仰和其它一切容易引起争议的不同寻常的话题。有个别申请者在文件中提到了“上帝”这样的字眼，犯了西方社会宗教和学术分离的大忌。

最后一点提醒读者注意的是，对自己的事业和生活道路上的挫折没有必要讳莫如深。许多杰出的人物都曾经历过困顿。人们一般会欣赏那些不被困难压倒，不因失败沮丧，在逆境中寻找光明的人。关键在于你是否用积极正面的态度对待挫折并表现出这种积极的态度。

自荐信分为推荐信和自荐信两种，写自荐信可按下列七个步骤进行。下面

举例说明：

假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份自荐信，你的个人资料如下：

1.简况：姓名，李平；年龄，30岁；身高，1.80米；健康状况，良好；业余爱好，游泳、唱歌、跳舞。

2.简历：1994年北京大学毕业后分配到南通中学工作，1996年调至苏州中学工作至今。

3.工作：工作认真负责，与人相处融洽。

4.特长：精通英语，尤其口语，已将多本中文书籍译成英语，懂一些日语、能用日语与外宾对话。

联系电话：

联系地址：苏州市人民路一号

第一步：介绍消息来源

介绍消息来源实际上是自荐信的开篇交待句，它可使自荐信显得自然、顺畅；而不介绍消息来源，会使收信人感到意外、突然，文章也缺乏过渡、照

应，本文消息来源可作如下介绍：

dear manager，i learned from the newspaper that your company wanted to hire an english translator.第二步：表明求职心愿

介绍完消息来源后，应向收信人表明自己的求职心愿，即写信的目的，本文求职心愿可作如下介绍：

i am interested in this job very much.i would like to get this job.第三步：介绍个人简历

某单位需要新人，求职人也有求职心愿，但这并不意味着这项工作非你莫属。如果你没有干好这项工作的经历、实力，也是难以适应的。因此，介绍个人简历是必不可少的。本文个人简历可介绍如下：

now i would like to introduce myself to you.my name is li ping.i am 30 years old.i am 180 cm tall.i am healthy.i like swimming, singing and dancing in my

spare time.i graduated from beijing university in 1994.then,i went to work in nantong middle school.in 1996，i began to work in suzhou middle school and i have worked there until now.第四步：摆出求职优势

仅有一定的工作经历而没有自身的优势和特长，也很难求得称心如意的工作。因此，求职时应表明自己除了具有一定的工作经历之外，还具有一定的优势和特长，这样才能稳操胜券。本文可通过如下方法摆出自己的优势：

i work hard and i can get along well with others.i am good at english and especially my spoken english is very good.i have translated many chinese books into english.i can understand japanese and i can talk to foreigners in japanese freely.第五步：提出获职打算

丰富的工作经验，一定的优势和特长，只能代表过去和现在的情况，如果获职后自以为心愿已了，从此高枕无忧，马虎从事，那也是得不到用人单位认可的。显然表明获职后努力工作的决心是感动用人单位的领导从而顺利谋得此项工作的重要一环。本文获职打算可作如下介绍：

if you agree with me, i will work hard and try to be a good translator.第六步：请求答复联系

1．通讯的概念

通讯，是运用叙述、描写等多种手法，具体、生动、形象地反映新闻事件或典型人物的一种新闻报道形式。它是记叙文的一种，是报纸、广播电台、通讯社常用的文体。

2．通讯的特点

严格的真实性。

报道的客观性。

较强的时间性。

描写的形象性。

3．通讯的写作

第一，主题要明确。有了明确的主题，取舍材料才有标准，起笔、过渡、高潮、结尾才有依据。

第二，材料要精当。按照主题思想的要求，去掂量材料、选取材料；把最能反映事物本质的、具有典型意义的和最有吸引力的材料写进去。

第三，写作方法可灵活多样。除叙述外，可以采用描写、议论等写法，只要运用得当即可。

4．校园常见的通讯

人物通讯

所谓人物通讯，就是以报道社会先进人物为主的通讯。它着重揭示先进人物的精神境界，通过写人物的先进事迹，反映出人物的先进思想，使之成为社会的共同财富。同时，也报道转变中的人物和某些有争议的人物。“金无足赤，人无完人”，在写作时切不可把先进人物写成从来没有过的大智大勇，十全十美，写人叙事力求言真意切，恰如其分。

事件通讯

所谓事件通讯，就是报道典型的、有普遍教育作用的新闻事件。写事当然

离不开事件有关的人，但它不像人物通讯那样着力刻划人，而是以事件为中心，在事件的总画面中，为了写好事来写人。它既可以反映现实生活中发生的重大的、振奋人心的典型事件和突出事件；也可以从某一新闻事件截取一个或若干个片断，进行细致详尽的描述，揭示事件的深刻含义；还可以是若干事件的综述。

例文：

9月25日晚，我院计算机科学系“《系统理论》硕士点考研动员大会”在讲学厅208室召开。出席本次大会的系领导有系主任陈潮填教授和系副主任谢赞福教授。本次大会面向的对象主要是03级毕业生。

大会上，陈潮填教授就以下七个方面的内容发表了重要讲话：

1、为什么考研；

2、有没有资格考研；

3、考什么；

4、怎么考；

5、考上研究生后学习什么内容；

6、考上研究生后可以做什么工作；

7、本学科点《系统理论》硕士考点的基本

情况。其中，他也指出了本院考生在报考研究生方面的优惠政策，同时分析了目前我院学生与外校学生的差距与优势所在。陈潮填教授精彩详尽的报告在很大程度上鼓励了在场毕业生，激起他们报考研究生的热情。

在讲座完毕后，陈潮填教授和谢赞福教授还就在场毕业生提出的问题一一作了详尽的回答。

暨本次动员大会，我院考研将于10月10日开始网上报名。相信经过本次动员大会，我院我系将回有更多的同学参加报考“《系统理论》硕士点”。

附：普通通讯稿三步走：

1.时间、地点、事件、参与人物；

2.具体刻画事情的经过，突出重点，必要时要分点；

3.结束语，可写活动的发展趋势，或揭示活动的意义。

七步教你写求职信 求职信分为推荐信和自荐信两种，写求

职信可按下列七个步骤进行。下面举例说明： 求职信分为推荐信和自荐信两种，写求职信可按下列七个步骤进行。下面举例说明： 假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份求职信，你 的个人资料如下： 1.简况：姓名，李平；年龄，30 岁；身高，1.80 米；健康状况，良好；业余爱好，游泳、唱歌、跳舞。2.简历：1994 年北京大学毕业后分配到南通中学工作，1996 年调至苏州中学工作至今。3.工作：工作认真负责，与人相处融洽。

4.特长：精通英语，尤其口语，已将多本中文书籍译成英语，懂一些日语、能用日语与外宾对话。联系电话：3654731 联系地址：苏州市人民路一号 第一步： 第一步：介绍消息来源 介绍消息来源实际上是求职信的开篇交待句，它可使求职信显得自然、顺畅；而不介绍消息来源，会使收信人感到意外、突然，文章也缺乏过渡、照应，本文消息来源可作如下介绍： dear manager, i learned from the newspaper that your company wanted to hire an english translator.第二步：表明求职心愿 第二步： 表明求职心愿 介绍完消息来源后，应向收信人表明自己的求职心愿，即写信的目的，本文求职心愿可作如下介绍： i’m interested in this job very much.i’d like to get this job.第三步： 第三步：介绍个人简历 某单位需要新人，求职人也有求职心愿，但这并不意味着这项工作非你莫属。如果你没有干好这项工作的经历、实力，也是难以适应的。因此，介绍个人简历是必不可少的。本文个 人简历可介绍如下： now i’d like to introduce myself to you.my name is li ping.i’m 30 years old.i’m 180 cm tall.i’m healthy.i like swimming, singing and dancing in my spare time.i graduated from beijing university in 1994.then,i went to work in nantong middle school.in 1996，i began to work in suzhou middle school and i have worked there until now.第四步：摆出求职优势 第四步： 仅有一定的工作经历而没有自身的优势和特长，也很难求得称心如意的工作。因此，求职时应表明自己除了具有一定的工作经历之外，还具有一定的优势和特长，这样才 能稳操胜券。本文可通过如下方法摆出自己的优势：

i work hard and i can get along well with others.i’m good at english and especially my spoken english is very good.i’ve translated many chinese books into english.i can understand japanese and i can talk to foreigners in japanese freely.第五步： 第五步：提出获职打算 丰富的工作经验，一定的优势和特长，只能代表过去和现在的情况，如果获职后自以为心愿已了，从此高枕无忧，马虎从

事，那也是得不到用人单位认可的。显然表明获 职后努力工作的决心是感动用人单位的领导从而顺利谋得此项工作的重要一环。本文获职打算可作如下介绍：

if you agree with me, i’ll work hard and try to be a good translator.第六步： 第六步：请求答复联系 如果单位领导同意了你的求职要求，你必然要请他和你联系，以便你及时做好准备，到用人单位应聘或报到。为准确起见，请求答复联系时你还应当提供你的通讯地址、邮政编码、电话号码、电子信箱等。本文答复联系的内容可作如下介绍： if you agree with me, please write a letter to me or phone me.i live at no.1 renmin road, suzhou city.my telephone number is 3654371.第七步： 第七步：表明感激之情

无论你的请求是否能够得到满意的答复，你给用人单位写信就是给对方添了麻烦，因此你应向对方表明感激之情。本文可这样来表明感激之情： thank you very much.上述七步内容联成一个整体，再加上下面的信尾，就成为一封完整的求职信。yours truly liping

不会写毕业留言没关系，看看下面的教程指导：

两年，多少个日日夜夜，我们携手走过风风雨雨。回望渐行渐远的年华，那些快乐的笑靥，朦胧的泪眼全都愈发真实亲切。他们全在脑海中旋转，跳跃，将久远的记忆翻出最真切的滋味。

当所有同学身着整齐的校服，面对镜头展开最美的微笑时，伴随咔嚓一声，镜头定格。那么，快门被按下的一刻，意味着分离吗？

是，抑或不是。如果你们相信，梦想会让我们再次相聚，聚在属于我们自己的天空下。

时光匆匆去矣，犹是铭记。

花间目下祝福，寄以吾之心意；愿君安好。

难忘已是难忘。念细微之处，悠悠涕零。

思往日欢娱，怅然太息。

回眸探首，顾盼离合。前方路遥，未抵终点，何不狂放一番，挥汗尽己心血？

只望，诸君与吾再聚首，欢畅此生真情，不留憾！

**第四篇：英文自荐信七步写作法**

自荐信分为推荐信和自荐信两种，它是书面表达的重要体裁之一写求职信可按下列七个步骤进行。下面举例说明：

假设你叫李平，你从报上得知某公司欲招聘一名英语翻译，请你给该公司经理写一份自荐信，你的个人资料如下：

1.简况：姓名，李平；年龄，30岁；身高，1.80米；健康状况，良好；业余爱好，游泳、唱歌、跳舞。

2.简历：2024年北京大学毕业后分配到南通中学工作，20066年调至苏州中学工作至今。3.工作：工作认真负责，与人相处融洽。

3.特长：精通英语，尤其口语，已将多本中文书籍译成英语，懂一些日语、能用日语与外宾对话。

联系电话：3654731联系地址：苏州市人民路一号

第一步：介绍消息来源介绍消息来源实际上是自荐信的开篇交待句，它可使求职信显得自然、顺畅；而不介绍消息来源，会使收信人感到意外、突然，文章也缺乏过渡、照应，本文消息来源可作如下介绍：

Dear manager，I learned from the newspaper that your company wanted to hire an English translator.第二步：表明求职心愿介绍完消息来源后，应向收信人表明自己的求职心愿，即写信的目的，本文求职心愿可作如下介绍：

I‘m interested in this job very much.I’d like to get this job.第三步：介绍个人简历某单位需要新人，求职人也有求职心愿，但这并不意味着这项工作非你莫属。如果你没有干好这项工作的经历、实力，也是难以适应的。因此，介绍个人简历是必不可少的。本文个人简历可介绍如下：

Now I‘d like to introduce myself to you.My name is Li ping.I’m 30 years old.I‘m 180 cm tall.I’m healthy.I like swimming，singing and dancing in my spare time.I graduated from Beijing University in 2024.Then，I went to work in Nantong Middle School.In 2024，I began to work in Suzhou Middle School and I have worked there until now.第四步：摆出求职优势仅有一定的工作经历而没有自身的优势和特长，也很难求得称心如意的工作。因此，求职时应表明自己除了具有一定的工作经历之外，还具有一定的优势和特长，这样才能稳操胜券。本文可通过如下方法摆出自己的优势：

I work hard and I can get along well with others.I‘m good at English and especially my spoken English is very good.I’ve translated many Chinese books into English.I can understand Japanese and I can talk to foreigners in Japanese freely.第五步：提出获职打算丰富的工作经验，一定的优势和特长，只能代表过去和现在的情况，如果获职后自以为心愿已了，从此高枕无忧，马虎从事，那也是得不到用人单位认可的。显然表明获职后努力工作的决心是感动用人单位的领导从而顺利谋得此项工作的重要一环。本文获职打算可作如下介绍：If you agree with me，I‘ll work hard and try to be a good translator.第六步：请求答复联系如果单位领导同意了你的求职要求，你必然要请他和你联系，以便你及时做好准备，到用人单位应聘或报到。为准确起见，请求答复联系时你还应当提供你的通讯地址、邮政编码、电话号码、电子信箱等。本文答复联系的内容可作如下介绍：

If you agree with me，please write a letter to me or phone me.I live at No.1 Renmin Road，Suzhou city.My telephone number is 3654371.第七步：表明感激之情无论你的请求是否能够得到满意的答复，你给用人单位写信就是给对方添了麻烦，因此你应向对方表明感激之情。本文可这样来表明感激之情：

Thank you very much.上述七步内容联成一个整体，再加上下面的信尾，就成为一封完整的自荐信。Yours Truly Liping

实战训练：

假如你是王林，李明是你的好友，他对Brown先生的公司(firm)感兴趣，打算到该公司谋职(apply for a position)。请根据下面李明的简历表，用英语写一封推荐信。

姓名李明性别男国籍中国出生地山东济南婚否已婚出生日期1968.5.1通讯地址济南市人民路148号电话6600537教育程度大学职业律师外语水平擅长英语、懂些日语其他有三年工作经验，办事认真，待人诚恳，与人相处和睦

Dear Mr.Brown，My friend-Li Ming wants to apply for a position with your firm.Now，I‘d like to introduce my friend to you.Li ping graduated from a college three years ago and since then he has worked as a lawyer.He is good at English and knows some Japanese.He works hard and is careful in everything he does.He is honest，kind and easy to get on with.He was born on May 1，1968 in Jinan，Shandong province，China.He is married and lives at No.148 Renmin Road，Jinan city.He shows great interest in your firm.If he is accepted，he will do his best.I’m sure he will be fit for the position.If you agree with him，please write a letter to him，his telephone number is 6600537.Yours truly

**第五篇： 教你写留学自荐信**

全面深刻地审视自己、寻找独特的角度以及注重运用细节是必须注意的问题。下面还有一些材料的取舍问题提出来供读者参考。

首先，千万不要遗漏掉那些有用的和中肯的成就、经验等事实。

申请研读的学位越高，以往的科研、学术成果和工作经验等等就越是重要。许多申请者错误地认为自己发表的文章已经列在履历里面了，在 自荐 信中就不应该再提。其实，个人履历是一份完全不同的文件。它是对个人经历的一种简洁而全面的介绍，使得读者对申请者能够很快有一个大致的了解。自荐 信则是需要(或是希望)读者仔细阅读的，它要介绍申请者的成就、抱负和个人品德。所以申请者不用担心内容上的重复。还有许多申请者硬是要把自荐信的篇幅压缩在一页纸内，因而只能很简要地提到自己的成就。其实，如果内容充实，为什么不能写到二至三页呢?比如说到发表的论文，往往只提到一个题目。其实，写一篇科研论文往往是要付出巨大心血的。这不光是写篇文章，而是反复的科学论证和无数次实验的结晶。申请者起码应该用二至三个句子，说明这篇论文所代表的实验、实验用的方法、目的和获得的成绩。还应该说明通过发表这篇(或这几篇)论文，申请者在这一领域做出了什么贡献，获得了哪些思想方法、认识和科研手段上的提高。

还有的申请者犯的是一个相反的错误，他们把高中甚至更早的成就也不厌其烦地列在自荐信上。比如当上了三好学生、少先队长之类的。因为中国学生申请的学位最低的也是硕士研究生，大学时期的成绩或是随后工作上的成就更为贴切，也应该足以用作素材了。当然，少儿时期的成就，若是对随后的学术道路产生了重大的影响的，也可以提。有的申请者对某一学科，比如说数学，情有独钟，很早就显露出天才，在中学时期就在数学竞赛中获奖，由此激发了对此学科的强烈兴趣，从此矢志不渝。这样提就非常妥当。

最好不提的还有政治观点、宗教信仰和其它一切容易引起争议的不同寻常的话题。有个别申请者在文件中提到了“上帝”这样的字眼，犯了西方社会宗教和学术分离的大忌。

最后一点提醒读者注意的是，对自己的事业和生活道路上的挫折没有必要讳莫如深。许多杰出的人物都曾经历过困顿。人们一般会欣赏那些不被困难压倒，不因失败沮丧，在逆境中寻找光明的人。关键在于你是否用积极正面的态度对待挫折并表现出这种积极的态度。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！