

自我推销的关键一步

——自评自荐文书写作技巧



- 自我评估推销
- 自评自荐范文
- 自我发展谋略

人生关键时刻必读

- 校园求学
- 职位晋升
- 应聘面试
- 社交应酬
- 求爱倾诉
- 留学移民
- 毕业择业
- 职称考评



广东高等教育出版社

自我推销的关键一步
——自评自荐应用文写作技巧

袁青 金玉 编著

广东高等教育出版社

粤新登字 09 号

责任编辑 陈 辉

封面设计 黄亚雄

自我推销的关键一步

——自评自荐应用文写作技巧

袁音 金玉 编著

*

广东高等教育出版社出版

新华书店首都发行所经销

达华公司电脑激光照排

湖南广播电视报印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 8印张 16万字

1993年4月第一版 1993年4月第一次印刷

ISBN 7-5361-0821-4/H·68

定价：4.80元

前 言

在人生的许多关键时刻，人们都不可避免地会遇到自我评估与自我推销，这不仅是人生的挑战，也是成功的契机。把握好契机、适时地发展自我，固然离不开决策、机智与技巧，如何运用自评自荐应用文展现自我印象，也至关重要。

作为国内第一本专门介绍与探讨自评自荐文书写作规律及技巧的尝试之作，本书围绕“自我”这个人生主题，剖析不同场景下自评自荐文书的运用奥妙。书中除了探讨自我发展谋略的深层问题外，提供了大量的较高操作性实用文书范例，从而填补了与“自己”有关的各式文体写作技巧的空白。

本书紧扣人生历程的重大转折关头，诸如校园求学、毕业择业、职位升进、职称考评、应聘面试、社交应酬、求爱征婚、留学移民、入党提干、演说辩论等，全面系统地剖析了这些人生关口的必备常识与常用文书。兼有资料的丰富性、信息的新颖性、语言的通俗性、实例的典范性、方法的操作性与技巧的可行性等特点，可作为自己美言之书面写作及口头表达的案头工具书使用。

本书参考了国内外众多书、刊，在此谨向作者们表示衷心的感谢。

作 者

1992年6月

责任编辑：陈辉

ISBN7-3361-0821-4/11·68

定价：1.80元

目 录

前言	(1)
第一章 人生符号宜推敲	
——美名的艺术	(1)
一、美名的规则与方法	(1)
1. 人名是人生的符号	(1)
2. 15种常用的起名方法	(2)
二、男女人名常用吉祥美辞	(5)
1. 女性人名常用辞	(6)
2. 男性人名常用辞	(8)
三、显示自我特征	(10)
1. 给自己取个好名字	(10)
2. 谋求佳名的思路	(12)
3. 签名也有讲究	(14)
第二章 请给人留下最佳印象	
——自我介绍的技巧	(16)
一、自我介绍——社交中的首因效应	(16)
1. 人的价值决定于自我介绍	(16)
2. 自我介绍的基本内容	(17)
3. 自我介绍的几项规则	(19)
二、各类场景下的自我介绍技巧	(21)
1. 一般社交场合的自我介绍	(21)
2. 进入新单位团体中的自我介绍	(23)

3. 非正式社交场合的自我介绍·····	(26)
第三章 提高你在校园的知名度	
——求学与成才 ·····	(29)
一、如何填报最佳志愿·····	(29)
1. 你适合学哪一类学科·····	(29)
2. 填报理想志愿的诀窍·····	(31)
二、校园应用文写作技巧·····	(33)
1. 学生守则·····	(33)
2. 学习公约·····	(34)
3. 学生自我鉴定·····	(35)
4. 学生实习鉴定·····	(37)
5. 学习计划·····	(39)
6. 个人总结·····	(39)
7. 毕业设计任务书与说明书·····	(40)
8. 学位论文·····	(42)
三、关键时刻的上佳表现·····	(43)
1. 初次见面·····	(43)
2. 民主选举·····	(45)
3. 毕业前夕·····	(46)
4. 大会发言·····	(49)
5. 论文答辩·····	(50)
第四章 谋得理想的职业	
——求职与面试 ·····	(54)
一、如何选择适合自己的职业·····	(54)
1. 毕业生自我推销术·····	(54)
2. 求职的正确程序·····	(57)
二、掌握求职应用文写作技巧·····	(60)

1. 求职信——寻求工作的敲门砖·····	(60)
2. 履历表——资历与业绩的放大镜·····	(67)
3. 自传——投其所好的自我介绍·····	(70)
4. 推荐信——获得他人的赞许·····	(72)
5. 请调报告——解除后顾之忧·····	(77)
三、面试成功策略·····	(79)
1. 面试前的准备工作·····	(80)
2. 四大面试要诀·····	(81)
3. 面试成败预测·····	(88)
第五章 人生小唱步步高	
——考核与晋升·····	(91)
一、自我评价与组织认可·····	(91)
1. 自我鉴定写作·····	(91)
2. 组织鉴定的写法·····	(95)
3. 干部鉴定表的填写·····	(99)
二、显现你的业绩与实力·····	(100)
1. 述职报告的写作·····	(101)
2. 考核材料的写法·····	(105)
三、顺利通过职称评审关·····	(109)
1. 写好你的申报材料·····	(109)
2. 评审中的应用文·····	(113)
3. 职称评审中的禁忌·····	(115)
四、步入高位的晋升之道·····	(117)
1. 晋升中的常用文·····	(117)
2. 微妙的晋升术·····	(121)
第六章 外面的世界很精彩	
——留学与移民·····	(126)

一、留学必备应用文	(126)
1. 入学申请信	(126)
2. 个人简历	(129)
3. 留学生调查表 / 交换学者调查表	(133)
4. 专家推荐信	(135)
5. 学习成绩单	(138)
6. 经济担保书	(138)
7. 申请奖学金资助	(139)
8. 入学申请表	(140)
9. 公民出国申请表	(144)
10. 留学签证申请书	(144)
11. 申请留学生签证材料	(147)
12. 申请签证催询函	(147)
13. 出国留学协议书	(147)
二、劳务输出的成功之路	(148)
1. 申请劳务输出的程序	(148)
2. 顺利达到出国劳动就业的诀窍	(151)
三、移民海外的捷径	(153)
1. 怎样移民美国	(154)
2. 怎样移民加拿大	(156)
3. 怎样申请移民澳洲	(158)
第七章 如何用好一张嘴	
——竞选与演讲	(162)
一、演讲成功的技巧	(162)
1. 出色演讲者的五个必备条件	(162)
2. 演讲者把握情绪的六种方法	(163)
3. 演讲成功的十项投巧	(163)

二、通过演讲树立自我形象·····	(164)
1. “请投我一票!”——竞选演讲·····	(164)
2. “新官上任三把火”——就职演说·····	(168)
3. 当荣誉降临时——获奖时演讲·····	(170)
4. 请勇敢地表现自己·····	(174)
第八章 充分表达自我意愿	
——申请与申辩·····	(177)
一、申请书与志愿书·····	(177)
1. 入党申请书·····	(177)
2. 入党志愿书/入团志愿书·····	(180)
3. 入党转正申请书·····	(182)
二、检讨书与申诉书·····	(184)
1. 对错误的反省——检讨书·····	(184)
2. 对处分的不服——申诉信·····	(187)
3. 为自我申辩——法庭辩护词·····	(189)
第九章 向异性展现自我魅力	
——求爱与征婚·····	(195)
一、各类情书范例分析·····	(195)
1. 投石问路——第一封求爱信·····	(195)
2. 情田种爱——初恋情书·····	(199)
3. 爱海扬帆——热恋情书·····	(202)
4. 瓜熟蒂落——婚后情书·····	(205)
5. 美梦难圆——失恋情书·····	(208)
6. 缘断情了——绝交情书·····	(212)
二、征婚广告的格式与奥妙·····	(214)
1. 征婚——向异性推销自我的广告·····	(214)
2. 征婚广告的格式与写法·····	(216)

第十章 为自己写历史

- 日记与自传…………… (221)
- 一、人生历程备忘录——日记…………… (222)
 - 1. 日记的内容、特点及类别…………… (222)
 - 2. 各类日记的写作技巧…………… (223)
- 二、真实的“我”——实录性自传…………… (226)
 - 1. 实录性自传的内容、格式与特点…………… (227)
 - 2. 实录性自传例析…………… (228)

第一章 人生符号宜推敲 ——美名的艺术

一、美名的规则与方法

1. 人名是人生的符号

谁都有自己的名字，谁都爱惜自己的名字。金榜题名谁都向往，名落孙山谁都怨艾。名垂千古、驰名字内，人人追求；名声扫地、臭名昭著，万众唾弃！

取名、报名、签名、提名、署名、成名、闻名、著名……人名时刻伴随着人们。现实生活中，与人们联系最密切的莫过于人名。

人名是个人人生的符号。通过人名这个桥梁，人们得以顺利地步入社会、结识知己、认识人生。

按照姓名学的理论，人的姓名与人生命运息息相关。一个好的名字将使你终身受益，一个不佳的人名则会令你遗憾终身。

正因为如此，自古以来，人们就非常重视起名。中国民间流传这样一个观念：“赐子千金，不如教子一艺；教子一艺，不如赐子好名。”在一些少数民族的传统习俗中，给孩子起名，也就是为孩子“定魂”。足见天下父母多么看重为子女起名！

人名是一种个人图腾。它跟着每个人的出生而降临人间，它控制着每个人一生的命运，具有一种神秘的力量。

人名与人格紧密相连。人名是人个体象征的确定专名，具有约定俗成的专一性、占有性与永久性。

人人都看重自己的名字。人们常常在正式场合郑重其事地介绍、阐释本人的名字及含义，以期通过名字的确认来证实自己的价值。

人名在社会交往中关系至为紧要。一个字义、形、音均好的名字，将给人一种美感与快感，从而有利于其本人与别人的交往，进而推动其事业的成功与生活的幸福；相反，一个字义、形、音均不佳的名字，将会给人一种不快的感觉，无疑会妨碍其本人与他人的交往，进而影响到其事业不顺，甚至会影响其意志与自信心。

正是从这个意义上说，美名是一门艺术，也是人生的一大工具。无论是起名、改名，还是取笔名，只要是一个佳美的人生符号，都将令人受益不浅！

2. 十五种常用的起名方法

他山之石，可以攻玉。我们可以分析中国传统及民间的起名方法，以达到取个佳名的目的。粗略统计，有如下几种方法。

其一，拆姓为名。这是一种很古老的起名方法，优点是简单方便，给人以新鲜有趣的感觉。例如：林森、雷雨田、张长弓、许午言、舒舍予等。在社交场合，在与陌生人打交道时，或是对方发现，或是自己介绍，拆姓为名这个话题都能活跃气氛，缩短距离，创造一种融洽的环境。

其二，字形上以姓生名。利用姓氏的某一部分再造一个字而为名，用这种方式起名，灵活多变，给人以有学问、有讲究的印象。例如，吴天、胡月、聂耳、李季、万方、杨扬、

王琪、周洁等。

其三，合父母二姓为名。一种是直接将父母二姓合起来，如文章、罗林、鲁杨等。变体有在父母二姓间加一字者，如袁晓任、唐柳杨。还可采用在父母二姓中承一姓，再取一字与另一谐音而组成名，如，陈舟（周）、刘流（刘）、张扬（杨）、高潮（曹）等。

其四，字义上以姓生名。这是一种直接的派生方式，姓氏除了表示家族血缘关系外，它本身作为汉字有字面的含义，将名与姓从字义上联系起来，使之构成一个词组、成语、典故等等，从而起出佳名来。如马上飞、马识途、白如冰、江中流、方向、许可、章程、白云、田野、沙千里等。

其五，成语典故法。利用姓名在字义上的内在联系，将某些成语或典故简缩而成名姓。这样的姓名显得高雅、独特、含义深远。如：石成金、周而复、成方圆、司空惯、华而实、白无瑕等。

其六，谐音上由姓生名。利用汉字的一字多音、一音多字特点而成名。以这种方法起的名具有含义委婉、耐人寻味、新奇有趣的特点。如：李好（你好）、彭友（朋友）、梁心（良心）、于得水（鱼得水）、贺德（获得）、辛文（新闻）、甘进（干净）等。

其七，寄托父母长辈意愿起名。在传统社会里，由于儒家思想的影响，“修身齐家治国平天下”成为人们所追求的理想目标，因而命名的内容多包含理想与希望，承先、启后、继业、兴宗、亲爱、延族的观念成为主流。所谓望子成龙，光宗耀祖、大有所为，就是这种思想。如：绍祖、敬先、延嗣、绳武、克武、光宗、念祖等。以父母长辈的意愿起名是极为常见的，据统计，几乎80%的名人的名字，都体现了他们父

辈的期望的寄托。

其八，以孩子出生地起名。表示出生地的范围有大小之分，以出生的家庭、村庄、或出生的县、市、省份，都可以借名称起名。如：关牧村、田海男、张蓉芳、贾鲁生、刘京生、袁穗等。

其九，以父母原籍地或祖籍地起名。这种名字基本上是一种格式，即承父姓或母姓，取父母原籍地的简称而为名。如：王鲁湘、王沪宁、关京粤、李蜀秦等。

其十，以孩子出生时间起名。这是我国民间较喜欢的传统习俗，因出生时间状况不同，而有不同的表示方法。以婴孩出生瞬间的时辰起名，如邓旭初、杨正午。以出生日起名的，如舒庆春、蔡国庆、王端阳、覃旭春等。以出生月或季节起名的，如谢腊梅、吴冬芳、刘秋季等。以出生年生肖起名的，如刘小虎、张丙、王阿牛等。以出生年代起名的，如“文革”期间，多起名为向东、永红、朝阳、向红等。

其十一，以孩子出生时的状况起名。这种起名方法带有纪念意义，如以新生婴儿的长相性情特征起名，如孔丘、小黑子等。以婴儿出生时经历起名，如：雪人、卷毛、难生、路生、骑生等。还有以婴儿出生时的重量起名的，如：六六、九斤等。

其十二，以仰慕名人先贤而起名。这种起名方法是与崇拜名人、望子成龙、寄厚望于后代的心理分不开的。有直接袭用前贤名字以志仰慕的，如严武仰慕苏武，司马相如仰慕蔺相如等；有在同姓的先贤姓名中加仰慕字的，如：张希良、孔宗尼、周今旦、李慕白、萧仰何等；也有表达对某一伟人、名人的敬仰而起名的，如：李景山（景仰孙中山）、马仰班、吴晓邦、柳亚卢等。

其十三，以排行顺序起名的。排行起名源远流长，直至现代广大农村仍流行甚广。有用二名而共用一字的，如：陈元方、陈季方、泽兰、泽信、泽武、立生、立志、立云、立军、立春等。有用单名以偏旁表示排行的，如：钟屹、钟嵘等。以字辈表示排行的，辈份字的选定，有的由长辈从诗词、典籍中选择一句诗、或选一句吉祥话、格言，将第一个字作为第一代人的辈份字，第二字作为第二代人的辈份字，依此类推。

其十四，以梦兆起名。孩子生之前如得吉梦，便可预知为人中俊杰，诞生之前，如获梦兆，乃大吉之象，常取以为名。如：岳母梦大鹏止于其屋而生岳飞，故名岳飞，字鹏举。此外，如陆游、梦周、梦兰、梦花、梦龙、梦雷……等等，均属此类起名法。

其十五，随意巧合起名。此乃随意巧合，灵机一动，顺手拈来，竟得佳名，如：华罗庚、林则徐、陶小悦等。这种起名法新鲜有趣、新奇独特，极难同名同姓。

此外，还有根据阴阳五行起名的，命相中缺少五行的某一类，便通过命名补充进去。有配合十二属相起名的，依据十二生肖及成人属相的内在联系，在名字形义上避凶趋吉。有根据《易经》象数理论，通过姓名笔画的天、地、人、外、总五格数理关系，结合五行相生相克原理，来判别姓名的好坏吉凶。

总之，起名方法多种多样，依人因时，择善而从。

二、男、女人名常用吉祥美辞

无论古今中外，人名系统可分为男、女名两大类型。男、

女人名用辞，也因性别、社会、心理、文化不同而大相径庭。

在中国社会里，男、女人名用字有明显的倾向性。男性人名用字，大多集中在奋发、刚强、勇武、豪迈、贤明、富贵、才学等范围的字眼；女性人名用字，则大多采用娇柔、美貌、贤惠、珍贵、秀美等一类字眼。男名倾向阳刚美，女名侧重阴柔美。

1. 女性人名常用辞

根据人名学家萧遥天先生的研究，中国女性人名用字可归纳为正格十法，即多用女性字、花鸟字、闺物字、珍宝字、彩艳字、柔景字、柔情字、女德字。

选用明显表示出女性的名字，这种形式给人一种明白、大方、直感，见名即知是女性。如：女、娘、姑、姨、姐、妹、奴、姬、妃、嫔、娜、妮、娃、姐、娟、婵、婉、好、娉、婷、姿、妙、嫩、媚、娇、婉、妩、姻、姿、嫣、娜、娥、妮、婀、嫦、娆、嫔等。用这些字构成的女名有：秋娘、梅姑、杨八妹、红儿、玉奴、娥妃、王嫔、虞姬、静婵、慧娟、玉姣、月好、芳娉、淑婷、芳姿、琼娥、妙常、玉嫩、顾媚、凤娇、静婉、碧嫔、绛妩、丽娜、嫣然、夏娃、栗姐、美妮等。

选用花草小鸟字来表示女性，这给人一种自然美感，象征阴柔之美。常用的字有：花、草、兰、蕙、荃、芷、英、华、芝、菊、莲、荷、菡、梅、桃、柳、杏、榴、莉、薇、茜、莎、芍、蕊、芙、苓、芬、芹、芪、芭、苹、茱、菁、菘、菲、蔷、蔓、蕊、莽、蕾、蓝、枫、栅、椒等表花草的。构成的佳名有：浣花、春草、湘兰、沅蕙、荃君、芷君、舜华、琼芝、瘦菊、莲佩、碧荷、漱菡、香梅、春桃、柳黛、杏君、石榴、馨莉、