

GPA LAB · 快速开始

简历模板与网申避坑指南 | 快速开始

从判断到执行：可核验、可编辑、可复用的行动资料

版本 2026.09

政策与项目要求以申请当期官方文件为准

资料包使用地图

这是预览样章的公开使用地图，不包含完整工具公式或完整模板。先用快速开始完成主路径、三个岗位和 GPA 决策；再用行动工具记录证据与版本；主指南只查当前问题；模板库用于生成目标类别的一页简历；来源与更新记录用于核验所有高易变事实。

判断顺序固定为：资格事实→个人证据→表达结构→提交记录。资格事实不满足时不要靠软分抵消；个人证据不足时先补交付；表达结构不清时重排而不改事实；提交后保存快照。每周复查来源与看板，不把旧批次规则当常识。

公开自检：你能否说出目标岗位解决的问题？是否有三项可验证证据？成绩口径是否由学校支持？每个岗位是否有官方链接与适用周期？是否知道对方看到哪一版简历？如果任一答案是否定，先完成对应动作再扩大投递。

【策略建议】资料包不是按页数线性阅读。最快路径通常是“诊断—做表—查章—改一版—投一批—复盘”，每轮把证据母库变得更准确。

GPA 展示公开示例

示例候选人的学校成绩单提供“均分 82.6/100”，不提供官方四分制 GPA；某目标网申允许填写官方均分，简历成绩字段可选。合规动作是：网申填 82.6/100，保存成绩单证据；简历若项目证据更强可以不展示；英文简历如展示则写 *Average: 82.6/100*。不把它转换成四分制，也不挑选高分课程称为总体均分。

若另一岗位明确要求官方 GPA，而学校确实不提供，应查看门户是否有非数字选项或联系官方支持。只有企业明确允许自行计算时，才用清楚标签、算法、课程范围和量表填写规划值。任何自算值都不能改名为学校官方 GPA。

公开决策四问：字段要求什么？学校证明什么？企业是否允许自算？简历是否必须展示？四问的答案共同决定行动，而不是“哪个数字最高”。排名和核心课程可以作为独立证据，但不能替代总体成绩口径。

【政策事实】麦肯锡申请 FAQ 为不提供数字成绩的学校设置了非数字结果处理方式。（来源：JOBS-C-0021）这只是一个官方示例，其他门户要分别核验。

六类简历结构差异

技术开发把技术能力、项目与工程验证放前；产品运营把用户问题、机制和指标口径放前；金融咨询把分析、假设、材料和结论用途放前；国央企把教育资格、正式材料和一致性放前；科研研发把研究问题、方法、贡献和成果状态放前；英文求职按目标地区与职位使用清晰英文行动句并保留原量表。

这六类不是视觉皮肤。相同经历需要改变“选择与排序”，但事实、日期、数字和责任不变。例如一次数据项目，在技术版强调数据管道与测试，在运营版强调指标定义与决策用途，在咨询版强调资料来源与分析假设；前提是本人确实完成这些动作。

共同底线是一页、单栏、标准标题、纯文本联系方式、可复制正文、真实证据和版本一致。技能进度条、无法解析的图标与未经证明的自我形容词不会增加可信度。完整六类模板只在单一 [03_模板库.docx](#) 中交付，不产生单独简历文件。

STAR/CAR 改写公开示例

原句：“负责活动运营，用户活跃提升明显。”问题有三处：没有目标用户，没有本人动作，“明显”无法验证。

公开改写结构为：“面向【可证明人群】识别【具体问题】；通过【本人动作与方法】交付【可验证产物】，在【周期与口径】观察【可证明结果】。”

如果结果数字有原始表、基线、周期和个人贡献，就填写真实值；如果没有，就使用交付物、验证方式或观察结论，不为了量化制造数字。团队项目还要写清共同完成和本人负责的模块。

简历短句背后应保留完整 STAR：场景、任务、行动、结果、本人角色和证据位置。面试追问时从同一事实展开，不能临时加入新的规模或职责。公开示例只提供结构，【填写可证明指标】必须由使用者自己的证据替换或删除。

行动工具预览

行动工具包含八张业务表：求职定位诊断、岗位匹配评分、GPA 展示决策、STAR 素材库、投递进度看板、笔面试复盘、Offer 比较器、信息来源登记。共享构建器另加使用说明与隐藏版本元数据。

预览原则：硬门槛与软匹配分开；权重总和错误会提示；GPA 缺少证明时不输出误导性的零；结果含数字但证据为空时提醒；投递状态使用固定枚举；Offer 先统一现金口径再评分；来源表记录适用周期和复核日。完整公式和全部测试样例不在预览中公开。

建议从三张表开始：定位诊断确定方向，GPA 决策确定合规口径，投递看板建立版本和下一步。其余表按需要逐步启用。任何评分都只是规划估算，不能覆盖资格事实或预测结果。

版本、来源与免责声明

本资料包版本为 2026.09，事实核验基准日为 2026-08-30。招聘页面持续变化，来源记录列出机构、标题、网址、发布日期、访问日期、适用周期、范围、易变程度和状态。高易变事实应在提交当天复核；页面失效时寻找同机构新页面并记录变更。

内容优先使用政府、公共就业服务、教育核验机构和企业官方招聘页面。第三方内容只能用于发现线索，不能支持门槛数字。官方未公开时明确写“官方未公开数字要求”，不根据传闻推断。历史公告只适用于标注周期。

本资料包提供规划、写作与管理支持，不提供录用预测、法律意见或企业内部信息。所有示例和案例均为匿名合成内容，不能冒充个人经历。用户必须对网申、简历、证明和面试内容的真实性负责，并遵守保密、隐私和招聘平台规则。

版本更新时，以来源表的最新核验记录为事实底稿，再同步指南、模板和工具。若正文与企业最新官方页面不同，以更具体、更新的官方页面为准，并在行动工具中记录冲突与处理。