

# 简历优化建议报告

## 检测概览

- 综合评分：82.83
- 评估等级：良
- 检测时间：2026-07-08 18:38:11

## 结论摘要

该简历整体质量良好（82.83分），核心优势在于成果量化出色、语言专业精炼及职业晋升路径清晰。候选人善于运用STAR原则，通过具体数据（如用例数、缺陷率）有力佐证技术贡献，技能呈现与业务场景结合紧密，可信度高。主要短板在于模块完整性不足，缺失独立的项目经历与证书荣誉板块；同时日期格式混用（“至今”与非标准格式）存在ATS解析风险。建议补充关键项目细节并统一时间格式，以进一步提升竞争力。

## 详细修改建议

### 1. 总体结论

这份简历整体质量良好（得分 82.83），核心优势在于技术成果量化极其出色，善用 STAR 原则且职业晋升路径（初级  $\rightarrow$  中级）非常清晰，专业术语使用精准。然而，简历存在两大硬伤：一是模块完整性不足，缺失了能够承载核心技术深度的“项目经历”与“专业技能”独立板块；二是存在 ATS 解析风险，日期格式不统一（“YYYY-MM”与中文“至今”混用）易导致简历在系统筛选中被误判或漏判。

### 2. 优先修改项

按照紧急与重要程度，请优先调整以下内容：

- 统一日期格式（消除 ATS 风险）：将所有工作经历和教育经历的时间格式统一为标准格式，例如将“2024-11 至 至今”修改为“2024-11 至 Present”或“2024-11 至 2025-05（当前月份）”，确保招聘系统能正确计算工作年限。
- 拆分并新增“项目经历”模块：将工作经历中“智能客服 SaaS 产品”和“电商后台管理系统”中技术复杂度高的部分（如：自动化框架搭建、全链路压测）抽离出来，作为独立的项目经历进行深挖。
- 新增独立的“专业技能”模块：将个人总结中杂糅的技术栈提炼出来，分类清晰地呈现在简历顶部，便于 HR 和面试官一眼抓取关键技术匹配度。
- 补齐“大模型/AI 评测”的具体方法论：虽然简历定位为“AI 应用测试”，但目前内容多偏向传统接口和性能测试，需补充针对 LLM（大模型）特有的评测（如 Prompt 测试、幻觉评估、毒性评估等）实际经验。

### 3. 每个模块的修改建议

#### 3.1 个人总结

具体建议：缩减主观描述，将其转化为“技能清单”+“核心业绩”的组合。避免大段文字堆砌，改用 3-4 个精炼的 Bullet Points。

建议改写方向：

科班背景：3年计算机科班，聚焦 AI 应用及高并发系统质量保障。

核心技术：精通 Python 自动化 (Pytest)、CI/CD (Jenkins)、性能压测 (JMeter)。

AI 评测：具备大模型应用端到端评测、Prompt 优化及幻觉检测实战经验。

为什么这样改：HR 筛选单份简历的时间通常只有 5-8 秒，结构化的 Bullet Points 比大段文字更易读，能快速建立专业画像。

#### 3.2 工作经历

具体建议：保留工作经历作为“职能与日常管理”的载体，而将具体的“技术攻坚”移至项目经历。在工作经历中，重点突出团队协作、流程优化和整体交付质量。

建议改写方向：在“深圳智联未来”经历中，突出你作为“中级测试工程师”对测试流程的规范化建设，例如“制定并落地冒烟测试标准，使版本提测质量提升 XX%”。

为什么这样改：工作经历体现的是你的“岗位职责与职业晋升”，项目经历体现的是你的“技术深度与解决问题能力”，两者分工明确能使简历更有层次感。

#### 3.3 项目经历（新增模块）

具体建议：从两段工作经历中提炼出 2 个核心项目。

项目一：智能客服 SaaS 系统大模型评测与自动化建设（智联未来）

项目二：高并发支付网关性能压测与接口自动化项目（云帆科技）

建议改写方向：采用 STAR 法则，重点写出：Project 背景（如百万级并发、AI 幻觉问题）  $\rightarrow$  Task 任务  $\rightarrow$

Action 行动（你具体用了什么工具、写了什么脚本、解决了什么 Bug）  $\rightarrow$  Result 结果（性能提升了多少、回归效率提高了多少）。

为什么这样改：技术面试官最看重项目细节。独立的“项目经历”能提供足够的技术上下文，证明你的技术不是纸上谈兵。

#### 3.4 专业技能（新增模块）

具体建议：在个人总结下方，单独开辟“专业技能”板块，分类罗列。

建议改写方向：

测试框架/语言：Python, Pytest, Postman, Requests, SQL

工程效能/工程化：Jenkins, Git, CI/CD 流水线搭建

性能/中间件：JMeter, Redis, MySQL, Linux

AI/大模型评测：Prompt 工程、RAG 检索增强生成测试、大模型基准测试

为什么这样改：便于 ATS 关键词匹配，同时让面试官在面试前快速勾画出技术问答的范围。

。

#### 3.5 教育背景

具体建议：保留 211 院校优势，但精简“亮点”部分的冗余描述。

建议改写方向：去掉“亮点：毕业于211工程...”等自夸式表述，直接保留学校、专业和

核心课程即可。高校的 211 属性 HR 会自行识别，写在描述里显得不够职业。

为什么这样改：保持简历客观、严谨的学术与职业态度，避免过度包装。

### 3.6 证书/荣誉（新增模块）

具体建议：若有，建议补充。例如：软考中级（评测师）、计算机二级、校级奖学金、或各类算法/数学建模竞赛奖项。

为什么这样改：对于工作 3 年以下的求职者，含金量高的证书或竞赛经历是证明学习能力和技术潜力的强力背书。

## 4. 关键词和表达优化

### 4.1 ATS 友好性优化

风险点：“2024-11 至 至今”中的“至今”极易导致国外或主流 ATS 系统（如 Moka、Beisen）解析出错，导致工作年限被计算为“0年”或解析中断。

优化方案：统一改为 2024.11 - Present 或 2024.11 - 20

25.05。

### 4.2 动词与成果表达强化

避免使用“负责”、“参与”等弱动作词，改用“主导”、“构建”、“重构”、“定位并解决”等强动作词。

补充“效能提升”的具体数据。例如：不仅要写“显著提升研发交付效能”，更要写“使回归测试周期从 2 天缩短至 2 小时，交付效能提升 80%”。

## 5. 示例改写方向

### =示例 1：接口自动化描述

原始表达：基于 Postman 搭建支付网关接口自动化测试集，完成对外支付核心链路的深度覆盖与持续回归，保障接口调用成功率稳定在 99.5% 以上。

优化后表达：主导支付网关接口自动化建设，基于 Postman 设计并实现 80+ 个核心支付场景的自动化回归用例；通过 Jenkins 配置每日定时构建，使接口调用成功率稳定在 99.95%，缩短回归测试周期 60%。

### =示例 2：性能压测描述

原始表达：针对单日百万级消息推送的高并发场景，使用 JMeter 设计并执行全链路压测方案；精准定位 2 处系统架构层面的性能瓶颈...

优化后表达：针对单日百万级高并发场景，使用 JMeter 独立设计并执行全链路压测；精准定位 JVM 内存溢出与数据库连接池配置不合理 2 处核心瓶颈，协同研发调优后，系统吞吐量（TPS）提升 45%，高负载下 CPU 使用率降低 20%。

## 6. 最终建议：修改执行清单

请按照以下顺序调整你的简历：

### 1. 第一步：格式规范化

[ ] 将所有时间段的“至”改为“-”，将“至今”统一改为“Present”或当前月

份（如：2024.11 - 2025.05）。

## 2. 第二步：结构重组

头部保留【个人信息】。

新增【专业技能】板块（紧跟个人信息之后）。

保留【工作经历】，但精简日常职责描述。

新增【项目经历】板块，将“智能客服”与“支付网关”提炼为 2 个独立项目，用 STAR 法则展开。

调整【教育背景】至简历末尾，去掉主观亮点描述。

## 3. 第三步：内容打磨与量化

将“显著提升”、“高效覆盖”等模糊词汇，替换为“缩短时间 XX%”、“覆盖率达 XX%”等具体指标。

补充 1-2 条关于“AI 大模型评测方法（如 Prompt 鲁棒性测试、幻觉率指标）”的专业描述，以契合你投递的 AI 测试岗位。