

# 把自媒体经历带进就业市场 是“加分项”还是“减分项”

湾区 育见

羊城晚报记者 孙唯 实习生 邱思羽

如今,越来越多的大学生在求职时会简历上新增一栏“自媒体经历”,作为实习、实践经历的补充。网络上还出现了许多指导大学生在简历上陈述自媒体经历的教程:用“粉丝量”“转化率”等数据量化成果,将账号运营拆解为“选题策划、内容拆解、数据复盘”的完整流程……

据了解,一些企业对运营自媒体的求职者感兴趣。也有一些企业认为,求职者运营的自媒体会成为企业的风险点,带来舆情或泄密的可能。

求职简历上的自媒体经历,是大学生求职的“加分项”还是“减分项”?



“就在南粤”广东省2026届普通高校毕业生系列供需对接活动南方装备制造专业专场  
羊城晚报记者 孙唯 摄

## 可培养学生综合能力

新媒体时代,社交媒体已深度融入日常生活。中国网络视听节目服务协会发布的《中国网络视听发展研究报告(2025)》显示,当前我国短视频创作者账号数量已达16.2亿,日均内容产出突破1.3亿条;短视频用户规模达10.4亿人。

在此背景下,自媒体运营凭借庞大的商业潜力,加上其时间灵活、操作简单、社交资源丰富等优势,对课余时间充足、熟悉网络热点和平台运作机制的大学生群体来说,是成本最低、也最好上手的创业方法。

某高校法学专业的大三学生李琳(化名)从去年3月开始在自己的账号上进行文学、电影等题材的专题分享,累计点赞、收藏量近3万。某高校电影专业的大三学生黄雅馨则选择了大学生成长赛道,在自媒体账号中分享社团面试、出国交换等个人经历,现在已经积累了近3000名关注者。

“对大学生来说,自媒体运营是非常有价值的社会实践。”东莞理工学院机械工程学院团委书记、学工办主任黄楚刁认为,自媒体运营能培养学生以下几种能力:在技术岗位中所需的方案呈现能力,在管理岗位上所需的协调和组织能力,以及内容策划、文案撰

写、数据分析、用户互动等多项综合能力,这些能力都是企业在招募复合型人才时所看重的。

“无论是内部管理还是面向外部市场,企业都需要富于想象力和创造力、能在组织需求和受众诉求中把握平衡并准确表达的人才。特别是优质内容的创作能力,这在就业市场上永远是稀缺资源。”某人力资源服务公司HR董先生表示。

激烈的就业竞争中,黄雅馨正是凭借自媒体经历的加持,跨专业获得某品牌的媒介岗位实习offer。李琳所展示的自媒体创作内容,同样让面试官“眼前一亮”,获得了某杂志社运营岗位实习的机会。

不过,黄楚刁指出,实习是人才培养的重要环节,核心价值在于让学生积累岗位实操经验、熟悉行业规则。有的高校还会将专业训练要求融入实习过程,这些都是个人运营自媒体经历无法替代的。如果贸然用自媒体经历完全取代实习,可能会导致实际岗位经验的缺失,难以满足用人单位对岗位适配度的要求。

## 运用不当或是“减分项”

网络上也存在一些反对求职者展示其自媒体经历的声音。有人称,做自媒体的人会有很多自己的想法,在管理上可能不太顺利。

有的用人单位还会因求职者的自媒体经历,怀疑其工作稳定性,甚至担心他们在自媒体账号上公开对公司不利的信息。“企业形象永远是‘好事不出门,坏事传千里’,一旦负面舆情发生,就算是流量不高的素人账号,同样可以引爆眼球,很多企业都对此保持警惕。”董先生表示。

黄楚刁指出,有的学生对自身发展规划并不清晰,却过度投入于自媒体运营,结果分散了学习精力,而且个人从中也得不到实质性的成长。此外,如果学生的网络媒介素养不足,其运营的账号内容可能会引发舆论争议,甚至出现泄露企业信息等风险,这方面的反面案例在网上并不鲜见。“自媒体经历能否成为求职的‘加分项’,关键在于是否‘精准适配’个人的职业规划。与职业规划同频共振的运营经历肯定是‘加分项’,而盲目跟风积累的‘无效经历’反而可能成为求职中的‘减分项’。”

自媒体经历在简历中像一把“双刃剑”:它可以是证明求职者能力的“加分项”,但如果运用不当则会变成“减分项”。据黄楚刁观察,对自媒体经历接受度较高的企业主要有三类:重视内容创作与用户增长能力的互联网及新媒体企业;注重品牌传播和技术科普的科技或制造业企业;岗位灵活、注重员工自主性和创造力的创新型中小企业。

## 稳定的内容产出“加分”

明确投递方向后,大学生要怎样打磨好自媒体内容,并在简历上有效呈现相关经历,使自己心仪offer更近?

董先生强调,自媒体内容的质量是企业重点关注的因素,“在自媒体红利早期靠引爆眼球的标题,甚至是擦边内容打造出来的爆款内容,对绝大部分岗位来说都是不匹配的”。黄楚刁建议,大学生应围绕自己的职业规划 and 优势来确定内容方向,“如果大学生的目标岗位是品牌推广或运营,可以选择在自媒体发布行业科普或企业案例分析等内容,降低求职时的适配成本;也可以选择能够提升通用能力的内容,比如,职场技能分享、科研心得总结等。总之,要优先选择与本专业和目标就业方向紧密相关的赛道”。

“一个‘爆’过,但说不清为什么的账号,对我的说服力反而不如一个体量不大,但定位清楚、内容稳定的账号。”某游戏公司HRBP(人力资源业务合作伙伴)王先生认为,稳定的内容产出也是求职中的“加分项”,“我看求职者的自媒体经历时,会重点了解其运营账号的过程。哪怕账号不火,但求职者的逻辑清楚,而且是将其当成一个项目认真做下去的,我会选择加分。”

# 2026年国考分数线呈现两大特点 因岗择人+引导人才下沉

1月15日,中央机关及其直属机构2026年度考试录用公务员(以下简称“2026年国考”)笔试成绩和分数线公布。今年的分数线有什么特点?未来国考命题、招录标准将会如何变化?未进入首批面试名单的考生是否有“二次上岸”机会?记者采访了资深公考专家。

## 转向“政治素养+思维能力”深度考查

据悉,2026年国考延续了往年的合格分数线设定标准,中央机关和副省级岗位要求总分≥105分,行测≥60分,市地级和行政执法岗位要求总分≥95分,行测≥50分,西部地区和艰苦边远地区职位总分≥90分,行测≥45分,另外,有专业科目笔试的岗位要求专业分数≥45分。

记者发现,2026年国考笔试的最低合格分数线和往年(2023—2025年)相比没有变化。分数线的稳定,也为命题内容和招录标准的改革提供了空间。华图教育资深专家李曼卿指出,在命题方面,2025年起,国考行测科目增设了政治理论部分,所以,未来的趋势可能会转向“政治素养+思维能力”的深度考查。同时,2026年国考有近2.81万个招录计划补充到县(区)级及以下直属机构,占总招录人数的73.88%,比去年提升了4个百分点。这也意味着未来国考招录会更加鼓励、引导人才向基层一线流动。

李曼卿分析称,今年国考的分数线呈现以下两个特点:一是对分数线进行分级分类,这体现了“因岗择人”的科学原则。层级越高、责任越重的岗位,对综合能力与基础素质的底线要求也越高,确保人岗匹配。二是对分数线进行分级以及对西部和艰苦边远地区职位倾斜,反映出国家公务员招录不是只看总成绩,更看综合能力。同时还鼓励并引导人才向基层和艰苦边远地区流动,从而促进区域均衡发展。

“给行测单独划了分数线,就是为了确保考生不能只靠某一科特别强就过关,而是必须在基础知识、逻辑思维这些核心能力上都能够达到一定程度的要求,这相当于对公务员的基本功做了一个硬性要求。”李曼卿表示,

理解国考的招录导向后,大家后续报考要根据自身实力定位报考层级,同时可以关注职位表中备注里对服务年限、工作地点和倾斜政策的要求,理性报考。

## 符合条件的“落选”考生可调剂

2026年国考面试名单查询时间是1月15日,和笔试成绩、合格分数线同步公布。考生在专题网站下载即可。李曼卿特别提醒考生:名单里只显示岗位最低进面试分数,不公示个人排名,考生只能知道自己过没过线,能不能进面试,没法查到自己排名第几;面试名单分两批,现在出的是首批,调剂结束后还会出一批调剂进面试名单。

李曼卿表示,未进入首批面试名单的考生,只要符合相应条件,可参与公开调剂,这是重要的“二次上岸”机会。在调剂方面要注意调剂的条件、选报与提交申请的时间、资格审核通过时间,千万别错过。另外,每人仅能申请1个调剂岗位,进入调剂面试名单后会丧失原职位递补资格,没有反悔余地,请大家务必慎重。

首轮录用公示结束后,部分单位的空缺岗位或新增招录计划会启动补录程序。每年都会有不少岗位放出,2025年补录是在5月份初,大家可以在此时间节点关注专题网站。和调剂相比,职位来源多了新增编制;流程和调剂差不多,都是查职位、报志愿、等审核。“但要注意,补充录用的报考条件里多了一条:必须是未被原报考职位确定为拟录用人员的,已经拟录用的不能参加。另外,补充录用不用再笔试,直接按考生之前的笔试成绩排序进入面试,面试过了就走体检考察流程。”李曼卿解释道。

羊城晚报记者 陈亮

# 深圳成广东首个实现义务教育 优质均衡全域达标的城市

# 孩子不仅“有学上”还能“上好学”

羊城晚报记者 沈婷婷

李女士的手机里还存着4年前的“焦虑”——2022年,家住深圳光明区马田街道的她,担心随迁子女无法在深圳公办学校就读。而如今,她的困惑变成了“选哪所学校更适合孩子的科创兴趣”。在教育部近日公布的2025年第一批义务教育优质均衡发展县(市、区)名单中,深圳市罗湖区、宝安区、龙岗区、龙华区、光明区、坪山区、大鹏新区7个区在列。至此,这座实际管理人口超2000万的超大城市,10个区(含新区)全部通过国家级评估,成为广东首个实现义务教育优质均衡全域达标的城市。



深圳学生在十五运会深圳赛区表演节目  
羊城晚报记者 王磊 摄

## 攻坚:在“人多地少”的困局里开辟路径

“城市更新项目不将学校配套列为优先规划设计的,一律停工;不满足周边学校配套要求的,一律不予审批。”2019年,福田区在全国率先推出“两个一律”政策。作为深圳最早启动优质均衡创建的区,福田用7年时间走完“市级复核—省级评估—国家级评估”全程,成为全国人口高密度大中型城市中心城区的“样板”。

这份“样板”的含金量藏在一组组数据里:累计实施校园优质均衡改造提

升项目126个,破解“生均教学及辅助用房”“体育运动场馆”等“三个面积”不足难题;创新“双十工程”,用轻钢结构装配式将学校建设周期从3—5年缩短至半年,短期内新增近9万平方米办学空间。

福田的攻坚只是深圳的一个缩影。在人口导入型城区宝安,396.6平方公里土地上承载着454.53万常住人口,义务教育阶段学生超38万人,是全国区县级最大教育体量区。为破解“大体量、快发展”的挑战,宝安3年投入教育经费452.53亿元,“十四五”期间新增公办学位19.71万座,超过一半布局在教育资源相对薄弱的西北部街道。

## 突破:32项指标背后的“优质均衡”密码

教育部《县域义务教育优质均衡发展督导评估办法》设定的32项指标,是衡量教育质量的“硬标尺”:资源配置7项,政府保障15项,教育质量9项,外加社会认可度85%以上的“软指标”。深圳能“全域达标”,关键在于突破了“均衡即平均”的误区,实现“优质”与“均衡”的双向奔赴。

在资源配置的“均衡账”上,深圳算得精细。盐田区近3年交流教师359人,轮岗比例提升至20%,用“师资流动”打破校际壁垒;福田区通过“师资配置三色标

示法”,将骨干教师分布、教师学历结构等数据可视化,确保每所学校都有骨干教师“压舱”;光明区构建“引、育、用”全链条人才体系,“十四五”期间引进优秀应届毕业生超4580名,新增正高级教师10名。

政府保障的“责任账”上,深圳做得扎实。全市教育一般公共预算5年累计达4956亿元,连续3年突破千亿元,居九大类民生之首;2020年以来新增基础教育学位96.5万个,超过“十二五”“十三五”总和,完成“百万学位攻坚计划”。更难能可贵的是,深圳将47.6%的义务教育学位提供给非深户籍子女,这一比例在全国超大城市中最高。

教育质量的“内涵账”上,深圳走得深远。罗湖区创新“1+N+1”督导模式,

获评全省唯一“新时代基础教育评价改革试点区”;南山区首创“百校焕新”模式,未来学校、翠竹外国语实验学校获国际建筑设计大奖;龙华区在国家义务教育质量监测中,学生国情常识、法律素养等指标均达9分高分。这些突破印证着深圳的追求:不仅要让每个孩子“有学上”,更要“上好学”。

社会认可度的“民心账”上,深圳赢得真诚。在宝安,家长对“双减”的满意度超95%;在盐田,课后服务参与率达92.55%,居全市最高;在福田,“大学区”招生覆盖超30%的校区,有效缓解“择校热”。

## 升级:超越“均衡”追求“优质”

“每天一节体育课”“每周半天计划”“每人美育一件事”是深圳义务教育超越“均衡”、追求“优质”的生动实践。龙华区率先落实“每天一节体育课”,学生体质合格率、优良率连续4年全市“双第一”;2025年,华南师范大学附属光明星河小学学生在全国跳绳联赛中夺冠,展现出阳光体育的育人成效。

“每周半天计划”则让教育走出课堂。光明区组织学生“走进科学城”研学,与深圳科学馆合作实施“星光计划”,2025年累计参与学生超240万人次;福田区莲花山研学实践教育基地里,孩子们观察蚂蚁的身影,成为“行走的课堂”最美的风景;宝安区“戏曲娃”累计荣获298项国家级“小梅花”金奖;盐田区“微美365”育人工程让美育浸润每个校园。

更令人瞩目的是深圳在拔尖创新人才培养上的探索。2025年9月,河套数学与交叉学科研究院(深圳)入驻启学,计划与深圳中学等合作,探索“大师培养未来大师”的新模式。此前,深圳已构建起“一流中学+一流大学+一流

企业”的联合培养机制;深圳中学首创“项目制博士工作室”,零一学院推动拔尖人才贯通培养,全市建成58个国家、省、市级科普教育基地。

## 示范:超大城市教育的“深圳启示”

对于人口密度高、流入量大的超大城市而言,深圳的探索提供了可借鉴的经验:如何在“人多地少”的约束下保障教育用地?如何让随迁子女享受公平优质的教育?如何平衡“均衡”与“优质”,避免“均衡即平庸”的陷阱?

深圳的答案是:以制度创新破解发展难题。集团化办学是其中的关键一招——全市公办中小学教育集团达92个,覆盖学校486所,15个集团获评广东省优质教育集团。福田的“名校+”战略、宝安的“13个教育集团覆盖全街道”、光明的“公办中小学集团化覆盖100%”,这些实践让优质教育资源像毛细血管一样渗透到每个角落,实现“办好每一所家门口的学校”的目标。

数字化转型则为均衡发展插上翅膀。福田区与35家高科技企业合作共建17个STEM教育基地,在40所学校布局创新实验室;宝安区建成全国首个骨干120G的OTN+5G区域教育专网,构建“一中心两平台”;罗湖区推进智慧教育云平台建设,提供150个智能化应用。当人工智能课程走进每所中小学,当“全息未来教育云”项目改变教学模式,深圳正用技术赋能教育,缩小区域、校际差距。

从“有学上”到“上好学”,从“基本均衡”到“优质均衡”,深圳用全域达标的实践证明:超大城市的教育难题,要以人民为中心,以创新为动力,以寻破解之道。