乔冉

求职意向：抖音内容运营 / 短视频策划运营 | 电话：13309640858|邮箱：qr112516@163.com

教育背景

2025.09 – 2026.12 **英国利兹大学** **电影研究** **硕士**

2021.09 – 2025.06 **南京师范大学中北学院** **播音与主持艺术** **学士**

实习经历

2026.09 – 2026.10 **字节跳动（平台运营助理）** **线上**

- **热点洞察与选题策划：**分层取样 200+ 垂类账号，通过巨量算数、抖音指数、新榜采集内容供给、用户画像与竞争格局数据，用 AI 辅助样本信息归并与报告初稿撰写、人工校验数据口径与来源，拆解垂类爆款增长逻辑并沉淀选题方向清单，输出生态大盘、竞品对标、问题诊断三份报告。
- **热点活动策划与达人协同：**规划周月结合的常态化内容活动体系（5 类核心玩法），输出“职场新人 21 天轻知识打卡”话题方案，完成玩法设计、达人内容供给联动、场域资源调度、ROI 测算与风险预案；整合多模块成果搭建复盘框架并输出结题汇报材料。
- **达人生态与内容供给：**对标抖音繁星、星跃等达人扶持计划，搭建 S/A/B/C 四级创作者分层分级模型，按内容力、成长性、活跃度三类指标筛选可联动达人，建立覆盖尾部赛道 80+ 潜力账号的内容供给资源池，输出月度活跃度跟踪报表。
- **内容产出与冷启动扶持：**针对 B 级潜力新人设计“成长任务体系 + 冷启动流量包 + 官方创作教程推送”扶持组合，明确阶段目标与退出标准，输出可批量复用的内容扶持 SOP，规模化拉动短视频与直播内容供给。
- **数据复盘与内容治理：**拆解平台流量分发与治理规则，针对高价值慢节奏内容曝光短板输出流量优化方案，落地同质化治理与优质内容召回机制；梳理 12 类垂类高频风险场景，搭建合规预警与舆情处置 SOP，配套 15 项前置风险清单。

2024.12 – 2025.06 **佐川眼镜（运营实习生）** **江苏**

- **KOC 达人建联与种草投放：**筛选建联美妆、穿搭赛道小红书 KOC 达人并撰写内容 brief，AI 批量生成笔记初稿与多版标题、人工校准卖点、行文逻辑与禁用话术，围绕镜框上脸效果与佩戴体验共创种草笔记；累计曝光 25 万、互动 4200+，沉淀可复用的达人白名单与合作 SOP。
- **短视频与直播内容策划：**全程跟进直播间内容节奏，实时监控评论区与私信，用 GPT 按“问题类别/用户情绪/是否成交”三字段做首轮归类、人工精校后收敛为款式、度数、价格、售后四类，实时同步主播调整讲解重点；本场直播间在线人数突破 1 万人，场均订单由 27 单提升至 35 单、客单价由 200 元提升至 250 元。
- **节点热点活动与站内外宣发：**结合开学季节点策划晒单打卡话题活动，独立完成活动规则、投稿要求、奖励梯度与风控文案，联动直播、小红书渠道同步宣发；活动参与用户 800+、话题曝光 12 万，复盘沉淀可复用执行 SOP。
- **用户洞察与分层触达：**按首次购买、复购频次、消费客单价完成新老客分层，针对差异化人群设计权益与内容触达话术，新客给低门槛体验权益、老客给专属福利，输出分层运营策略方案。

2024.09 – 2025.06 **漫猫咖啡（运营实习生）** **江苏**

- **新媒体内容运营与用户增长：**独立负责门店公众号选题、撰写、排版与社群推送，AI 辅助选题拆解与推文初稿、人工改写校审，按校园节点与用户生命周期设计内容节奏；联动线上线下策划 O2O 增长活动（晒单返赠、一元换购等拉新玩法），门店日均订单由 300 单提升至 400 单，新客占比由 20% 提升至 40%。
- **卖点表达与转化提升：**基于消费频次、客单价完成用户分层管理，结合校园刚需场景优化产品组合与内容表达；针对新客流失痛点设计低价钩子产品，月度早餐面包咖啡套餐销量突破 1500 份。

技能证书

- **AI 工具：**ChatGPT 等大语言模型深度使用，覆盖选题拆解、口播脚本与文案多版生成，坚持 AI 出初稿+人工校审；用 Gemini Image 等工具做封面与视觉素材；熟练使用 Claude Code 与 seedance2.0 自动化短视频生产流程。
- **视听制作：**Premiere、剪映、Photoshop，具备分镜设计、灯光与构图、运镜、基础收音与出镜口播能力，可独立完成策划-拍摄-剪辑-字幕-包装全流程成片。
- **数据与工具：**Excel、SQL；熟悉巨量算数、抖音指数、新榜等工具，用于热点选题挖掘、内容诊断与效果复盘。
- **语言：**雅思 6.5，英语可作为工作语言，可独立撰写英文文案与编译外文资料。