

慈濟技術學院圖書館

201206



新鮮人求職一點靈

多一分準備，多一分機會，工作履歷怎麼寫？面試服裝怎麼穿？
應徵如何贏得好人緣？圖書館通通告訴你，讓你找工作多機會。

- ◎ 超完美履歷表
- ◎ 面試加分要領

- ◎ 穿衣成功術
- ◎ 求職網集合

超完美履歷表

你準備好了嗎？準備踏入職場顯身手了嗎？

不過，首先無可避免求職戰場上一番廝殺，強者為王，敗者為寇，啊呀！不是啦，贏的人當然是走入職場接受下一關工作、人與事的挑戰，輸的人沒關係再接再勵，塞翁失馬焉知非福。而任誰應該不會想一直站在失敗者的隊伍中，怎麼為自己爭得職場工作的一個機會，讓面試官眼睛為之一亮，給一次面試機會，履歷表的撰寫就顯得非常重要。

這裡不教怎麼寫履歷表，筆者認為履歷表撰寫純屬各自表述可自由發揮天馬行空創作，在筆者的同學中就有將履歷製成個人自傳，厚厚的一本書，內容包括大一到大四期間所有個人設計作品及與老師做研究的報告，豐碩努力

成果族繁不及備載，不管面試官喜不喜歡，認真看待一件事的舉動令人動容。另外，也有認識的朋友應徵工作履歷只有一張紙，簡單明了。不論如何，誠實勇敢自信的表現自己為上，與事實不符，誇大其詞，除了扣分並沒有益處。

那有人就會問啦，不教人寫履歷，完全沒主意該如何是好？別急！不是說了！履歷表除了有嚴格規定書寫格式的公司之外，純屬各自表述，職訓名師黃永宏老師就認為履歷表有以下五大元素：(註1)

1. 把基本資料誠實的填寫清楚，尤其是聯絡方式。
2. 學歷用倒敘法填寫好，讓人家一眼就看出你的最高學歷。
3. 工作經驗也是用倒敘法填寫好，最重要的成果呈現，例如：是不是有成功的案例完成、專精什麼部分、有文件證明最好。
4. 專長則是分門別類整理，並附上證件，不要一會兒英檢成績，一下子電腦技證明，讓人不知道你的專長到底是有哪些。
5. 最後是自傳，不用填寫鎖事，包括簡介家庭背景、個人興趣及價值觀、工作經驗和未來期許五項重點即可。

以上五大元素已大致概括履歷表的內容構成，不過，要將履歷寫的好，更臻完美則需要把握幾點基本原則：(註2)

1. 撰寫時須把握事實和要點，勿長篇大論，以強調重點為主。
2. 避免使用第一人稱「我」。
3. 只需要寫入相關資料，其餘個人資料可省略。
4. 儘量能強調一下過去成就，然不宜太過誇張。
5. 使用語氣以平和、穩重的語調來書寫，切勿用調皮饒舌、幼稚不成熟的語氣。
6. 用字生動、簡潔。
7. 自吹自擂一下，但要有技巧。
8. 不必列出薪水。
9. 別睜眼說瞎話。
10. 不必提及種族或宗教信仰。

完美的履歷表筆者認為沒有一定標準，只要有機會進入面試，求職者的履歷都是被認可，是一個好的開始，而想要更精準掌握履歷撰寫技巧，多請教前輩，多閱讀相關書籍更是致勝之道。

相關館藏圖書

| 書刊名(按此HyperLink可以查館藏) TITLE | 作者/出版商 AUTHOR/PUBLISHER | 出版年 PUBLISH YEAR | 書目索書 號 CALL NO | 資料 類型 TYPE |
|--------------------------------|----------------------------|------------------------|----------------------|------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|--|--------------------------|------|--------------------------|----|
| 選人才,Google都怎麼做?:一窺 | 馬克道威爾/史黛拉/McDowe11 | | 542.77 | |
| Google、Microsoft、Apple、Amazon頂尖國際公司的獵人哲學,為自己贏得好工作! | Gayle Laakmann/悅知文化,精誠資訊 | 2012 | 3563 2012 | 圖書 |
| 履歷面試:密技大公開 | 臧聲遠/就業情報資訊 | 2011 | 542.77 8347 2011 | 圖書 |
| 老闆最愛的履歷表:菜鳥求職、老鳥轉業的加分祕笈 | 王純瑞/經濟日報 | 2011 | 542.77 8475.2 2011 | 圖書 |
| 新鮮人變成功人:社會履歷表該填的那些事 | 平中和/御書房 | 2010 | 177.2 8566.21 2010 | 圖書 |
| 告別失業:關鍵30秒 | 黃永宏/紅橘子文化出版 | 2010 | 542.77 8362 2010 | 圖書 |
| 如何寫好英文履歷 | 高文/葛瑞波/路易斯/林錦慧/馮慧瑛/博識圖書 | 2009 | 805.179 836 2009 | 圖書 |
| 搶救失業!影音履歷全能求職書 | 韋大裕/上奇科技 | 2009 | 542.77 8573 2009 | 圖書 |
| 履歷面試:密技大公開 | Career雜誌編輯部/就業情報資訊 | 2007 | 542.77 8283-1 2007 | 圖書 |
| 英文面試.履歷EASY過關 | 真木介文/國際學村 | 2005 | 805.179 8377 2005 | 圖書 |
| 3天搞定英文履歷 | 謝鳳凰/采竹文化出版 | 2005 | 805.179 8256 2006 | 圖書 |

註1:黃永宏 (2012) 告別失業:關鍵30秒 紅橘子文化

註2:朱寧(1998) 社會新鮮人求職理財手冊:善用智慧,掌握人生 漢湘文化

穿衣成功術

俗話說：「人要衣裝，佛要金裝。」強調穿著的重要性，在什麼場合，穿什麼衣著，穿對服裝得體打扮，從頭到腳顯現乾淨整潔，不但讓人留下好印象也成功建立好人緣，對成功者來說，一身得體的打扮就是一封最好的介紹信(註3)。但是不重視服裝的穿著，參加任何場合隨性妝扮，只在乎自己的舒適，連工作面試也只穿T恤牛仔褲涼鞋，這樣對求職單位就顯得不太尊重。所以面試第一關穿出適當的服儀，贏得好人緣，讓人印象深刻即是成功的穿衣法則。

對甫出校門的社會新鮮人，面對生平第一次面試，服裝該怎麼穿應該傷透腦筋吧?是否花大錢投資服裝就一定沒錯? 花錢買對衣服的觀念才正確，而且重點不是必須要有很多衣服，或者擁有很昂貴的衣服，衣服的顏色、花色和款式搭配合適就對了。

館藏相關圖書

| 書刊名 (按此HyperLink可以查館藏) TITLE | 作者/出版商 AUTHOR/PUBLISHER | 出版年 PUBLISH YEAR | 書目索書號 CALL NO | 資料類 型 TYPE |
|-------------------------------------|---|------------------------|---------------------|------------------|
| 男人穿衣聖經:從面試到總經理的穿著密碼 | 格羅斯/史東/洪瑞璘/Gross Kim Johnson/Stone Jeff/臉譜出版 | 2011 | 423.21 8455 2011 | 圖書 |
| 職場輕裝學:商務休閒年代型男穿衣法則 | 麗昂/顧淑馨/Lyon, Todd/天下遠見出版 | 2006 | 423.21 856 2006 | 圖書 |
| 上班這樣穿才對 | 李昀/電腦人文化出版 | 2006 | 423 845 2006 | 圖書 |
| 穿出影響力:女性職場形象書 | 蒲瑟/鄭詩韻/Pooser Doris/商鼎文化 | 2005 | 423 846-1 2005 | 圖書 |
| 成功的職場穿著術 | CI/臺灣廣廈出版 | 1997 | 423.21 8365 1997 | 圖書 |
| 成功的穿著:企業男士穿著的典範 | 林邦雄著/劉國棟,張美齡譯/文橋 | 1993 | 423.21 8774 82 | 圖書 |
| 成功的穿著 | Molloy, John, T./陳衛平譯/桂冠 | 1991 | 423.21 883 80 | 圖書 |

| | | | | |
|-------------------------|--------------------|------|------------------|----|
| 上班族成功穿著 | 江稜編著/世茂 | 1988 | 423.21 839 77 | 圖書 |
| 成功在衣裝 | 瑪露/雪山圖書公司編輯部譯/雪山圖書 | 1986 | 423.21 834 | 圖書 |

註3: CI企畫 (1997) 成功的職場穿著術 臺灣廣廈

[▲Top](#)

面試加分要領



恭喜!進入面試階段,就表示各位已經履歷送審通過,有機會看見面試官的長相。當然,先別太得意而掉以輕心,往往很多人都是在這一關卡輸掉,而且不錯的工作一定會有許多應徵者,怎樣在眾人之中脫穎而出,讓面試官給高分,應對的說話技巧就很重要,在「求職與面試」一書中就提及23項面試話術秘訣(註4):

1. 對於對方提出的問題要敏感。
2. 話題豐富。
3. 說話時注視對方。
4. 說話時能利用對方的話題。
5. 說話開朗。
6. 說話時給予對方進一步探討的餘地。
7. 使用自己的語言說話。
8. 避免自我嘲諷。
9. 先與對方產生共鳴後,再說出自己的意見。
10. 不可觸怒對方。
11. 說話不可性急。
12. 不可熱衷於自己的話題。
13. 不要隨便提出問題。
14. 不可現買現賣。
15. 不可裝模作樣。
16. 不要埋怨。
17. 不必過於客氣。
18. 說話要尊敬對方。
19. 對自己所說的話負責。

- 20.不可感情用事、說話要有理智。
- 21.要注意禮貌。
- 22.絕對避免吹噓自己。
- 23.別害怕談論自己的缺點。

上述23點所提面試說話祕訣，筆者歸納其要點在於應徵者接受面試時，態度要溫和有理，說話能從容不迫，不誇大言詞不矯情，也不顯出微微諾諾只知附和無主張的樣子，如能表現自信的一面應對，對面試絕對有幫助。

另外，面試除了會問應徵者自己的事外，面試官通常也有希望知道應徵者對他們公司的瞭解為何？想知道其積極想取得該工作的熱情？因此面試之前，事先對聘用單位有所瞭解，自行提問演練，在面試之時，即可快速理解問題，從容應對。而更多的面試要領，通常也是經驗的累積，不想全都親身經歷，透過閱讀相關圖書可以減少很多遭遇錯誤的機會。

館藏相關圖書

| 書刊名 (按此HyperLink可以查館藏) TITLE | 作者/出版商 AUTHOR/PUBLISHER | 出版年 PUBLISH YEAR | 書目索書號 CALL NO | 資料 類型 TYPE |
|---|----------------------------------|------------------------|-----------------------|------------------|
| 輕鬆搞定面試成功秘笈 | 劉操/俊嘉文化出版 | 2011 | 542.77 877 2011 | 圖書 |
| 學校沒教的500大企業面試技巧 | 李根勉/文凌兒/臺灣廣廈，財 經傳訊出版 | 2011 | 542.77 8478.2 2011 | 圖書 |
| Step by step跟著人頭天王學面試：只要照著做， 外語不好也能進外商！ | 索爾特/鄧靜葳/Salter Heather/易富文化 | 2011 | 542.77 8335.2 2011 | 圖書 |
| 面試前必看的一本書 | 張岱之/知青頻道出版 | 2011 | 542.77 8776 2011 | 圖書 |
| 求職面試一定成功 | 王宗銘/憲業企管 | 2010 | 542.77 8426 2010 | 圖書 |
| 開始面試就錄取 | 楊惠卿/太雅 | 2009 | 542.77 8637 2009 | 圖書 |
| 老闆一定會雇用你的44個秘密 | 夏皮羅/楊冰/Shapiro Cynthia/臺灣廣廈出版 | 2008 | 542.77 775 2008 | 圖書 |
| 如何找份好工作：景氣差、競爭大、找事難？ | 耿文國/廣達文化出版 | 2008 | 542.77 8765 | 圖書 |

| | | | | |
|-------------------------------|--------------------|------|------------------------|----|
| | | | 2008 | |
| 贏在面試：500題致勝之道 | 劉大衛/吳薇/李慶/書泉出版 | 2008 | 542.77 8777 2008 | 圖書 |
| 履歷面試：密技大公開 | Career雜誌編輯部/就業情報資訊 | 2007 | 542.77 8283- 1 2007 | 圖書 |

註4：戚大任編譯(1997) 求職與面試：如何在眾多求職者中脫穎而出 書泉

[▲Top](#)

求職網集合

政府單位徵才網

[全國就業e網](#)



[行政院青年輔導委員會](#)



[生涯資訊網](#)



[青年創業資訊網](#)



[青年資訊站](#)



企業單位徵才網

1111人力銀行



104人力銀行



yes123人力銀行



Myjob人力網



Career就業情報網

