

畢業生就業指南

國立高雄師範大學

National Kaohsiung Normal University

2014



實習與就業輔導處組織及成員

處長：林素貞教授 分機：1450 秘書：梁煒成先生 分機：1451

教育輔導組

組長：蔡天助助理教授 分機：1456

組員：葉道明小姐 分機：1454 行政助理：周君珍小姐 分機：1461

教育實習組

組長：陳宏銘副教授 分機：1455

助教：李澎蓉小姐 分機：1452 行政助理：陳佳琳小姐 分機：1460

校友服務組

組長：林玉娟副教授 分機：1462

行政助理：謝孟宓小姐 分機：1463 專案助理：曹一文小姐 分機：1464

就業輔導組

組長：蕭坤安副教授 分機：6450

行政助理：張倫璋小姐 分機：6452 行政助理：謝雅涵小姐 分機：6451

國立高雄師範大學各地校友會名冊

| | | |
|----------------|-----|------------------------------|
| 國立高雄師範大學全國校友總會 | 陳文瑞 | felisa_chang@ringline.com.tw |
| 臺北市國立高雄師範大學校友會 | 陳文瑞 | felisa_chang@ringline.com.tw |
| 屏東縣國立高雄師範大學校友會 | 李振芳 | p6987@ms23.hinet.net |
| 澎湖縣國立高雄師範大學校友會 | 葉子超 | e9036@ms33.hinet.net.net |
| 高雄市國立高雄師範大學校友會 | 張文強 | c0932856531@gmail.com |
| 高雄縣國立高雄師範大學校友會 | 許智傑 | Service7617668@gmail.com |
| 臺東縣國立高雄師範大學校友會 | 潘致強 | pr201@tgsh.ttctedu.tw |
| 臺中市國立高雄師範大學校友會 | 江勁航 | mico9006@yahoo.com.tw |
| 金門縣國立高雄師範大學校友會 | 吳友欽 | chin616@gmail.com |

策劃人：實習與就業輔導處處長 林素貞教授

總編輯：就業輔導組組長 蕭坤安副教授 主編：就業輔導組行政助理 謝雅涵

文字編輯：化學系103級 柯婷容 / 吳育慈 / 謝依庭

美術編輯：工業設計系103級 孫凡淳 / 許珈榕 工業設計系碩班104級 鄭善仁

編製年月：2014.05

編製單位：實習與就業輔導處 就業輔導組

電話：(07) 717-2930 #6451-6452 傳真：(07) 605-1876

網址：<http://140.127.56.51/Default.aspx>





校長

的話

Message from the President

國立高雄師範大學 校長

蔡培村

鳳凰花開，象徵離別的畢業季已到來。首先要恭喜各位畢業生，順利取得學位、完成本階段的生涯目標，邁向下一個更美麗的人生。此際，學校實習輔導處就業輔導組特別企畫編印「畢業生就業指南」，提供給各位社會新鮮人進入職場的各種資訊，以利提昇畢業生的職涯競爭力。

處在全球化、科技化的時代，資訊瞬息萬變，為了提昇競爭力，唯有時時發揮自我潛能，強化就業實力，才能迎接每一個挑戰。畢業不是學習的結束，而是另一個開始，在此誠摯地以「團隊合作」(Cooperation)、「持續增能」(Enhancement)、「創新思考」(Originality)等「職涯CEO」三原則，送給各位畢業生作為職涯自我檢驗之目標，並隨時提醒自己，持續不斷地強化。

在這競爭激烈的社會中，成功取決於是否確實掌握上述CEO三原則—以「團隊合作」(Cooperation)集思廣益、集群體之力量，激發眾人智慧，結合多元性的社會資源；以「持續增能」(Enhancement)終生學習，吸收新知，感知社會經濟脈動；以「創新思考」(Originality)精益求精，超越自我，發展全方位、國際化視野。在這職涯藍海中，期望各位畢業生，充實自我能力，懷著愛與關懷的心，創造璀璨、美好的未來，成為新世代的CEO。

本人自接任校長以來，自感責任重大，全力投入校務建設，提昇學校向心力，大學評鑑已獲得好的評價。目前學校確有許多改變，更加重視學生意德、文化教養與領導能力之培養，以及師生溝通管道之暢通，以營造一個充滿活力，並積極邁向卓越成長的優質環境。

此外，為強化畢業生的競爭力，開拓多元之職涯管道，實習輔導處辦理了實習教師就業模擬考、建立校友聯繫網絡、每月發行校友e刊、組織全國校友總會及各地區校友會等一系列建構工程。更以結盟方式聯合南區大專院校就業單位，辦理各項畢業生就業導向相關活動，並兼顧和平與燕巢雙校園的發展經營特色。期盼透過這一系列豐富的就業輔導資源，再加上同學本身優秀的專業能力，讓每一位步出高雄師大校門的畢業生都具有令人望其項背的競爭優勢！

最後，祝福畢業生能開創出自己的天地，過著多采多姿的美麗人生，當一個領導未來的CEO！

教育學院院長

無可取代的能力，才能讓你立於不敗之地！



面對職場的22K趨勢與失業潮，讓我想起狄更斯《雙城記》的一句話：「這是最好的時代，也是最壞的時代，是智慧的時代，也是愚蠢的時代，是信仰的時代，也是懷疑的時代，是光明的季節，也是黑暗的季節，是充滿希望的春天，也是令人絕望的冬天，我們擁有眼前的一切，我們的前方也一無所有，我們一路走向天堂，也一路走向地獄。」

這時候絕對是「最好的時代」，因為高師大的大學教育資源提供了學子無數的機會和預備課程可以充分涵養你的學識，增添你「無可取代的能力」，而這也是「最壞的時代」，因為畢業後即將面臨大環境就業低迷的職場壓力。

在即將畢業前夕，我也要提醒各位在求職時注意以下幾點：

一、 態度決定一切：決定成功與失敗的原因，態度比能力更加地重要。

美國成功學家格蘭特說：「如果你有自己繫鞋帶的能力，你就有上天摘星的機會！一個人對待生活、工作的態度是決定他能否做好事情的關鍵。」所有的工作都是由小地方和小事開始做起，一點一點累積而成，因此對那些只看重大事，不做小事是錯誤的觀念和態度。

二、 終身學習持續增能：很多人認為畢業後就可以把書本知識放在一邊，這是不太健康的想法，因為只有「無可取代的能力」才能讓你在職場上一路順風，所以我建議同學，學習是終身的，透過各種學習管道持續地增能，為自己的能力加分。不管語言、技藝、證照、溝通、決策你擁有愈多的能力，就能為你的職場履歷多贏一分。

最後，我也要坦白告訴同學：「所有對自己的教育的投資都是值得的！」善用時間，投資自己，才能展望未來！在此也祝福同學鵬程萬里，一切順利！

教育學院 院長

方德隆



歷經多年的學習，恭喜大家要從高等教育畢業了。

依據行政院主計處103年3月人力資源調查提要分析：103年3月本月就業人數為1,102萬7千人，較上月增加8千人或增0.08%，如與上年同月比較，就業人數亦增加10萬6千人或增0.97%。各類教育程度就業人數占總就業人數之比率，與上年同月比較，國中及以下程度者下降為19.52%；高中(職)程度者亦降為33.21%；大專及以上程度者則升為47.28%，居各類教育程度者之冠；再次恭喜大家具有最高的就業機會。

大學生就業指

然而即將完成大學課程獲得學位之際，你們是否已做好進入職場的準備？大家的志向、職涯規劃是否早已確立？所學專長是否足以應付即將面臨的各種挑戰與競爭？履歷如何撰寫才會獲得青睞？考取證照有哪些管道？如何求職不碰壁？讓大家職場得勝，本處就業輔導組企劃「畢業生就業指南」，希望能協助大家，讓大家了解職場現況求職順利。我們依據系所特色，整合系所資源，強化就業輔導工作、建立資料平台，長期辦理多場職涯相關講座、就業博覽會、企業參訪等活動，並建立教職、公職、不同業界資訊，分析就業狀況，提供各系所畢業生動態流向調查結果，以及補助各系所辦理就業輔導職涯發展活動等，這些的努力都希望強化大家的就業力及競爭力。本就業指南將藉由性向測驗思考未來的走向、職業能力自我審核表為大家進入職場前做能力確認，本校相關職涯講座摘要讓大家有機會接收到講者許多專業的解析，我們也整合了進修、證照考試、就業的各種管道，提供大家多面向的參考資訊，請大家多利用實習與就業輔導處就業輔導組網頁資源<http://140.127.56.51/Page.aspx?PN=37&Kind=ic>。

從2000年起本校已逐步師資培育大學轉型成一般大學，我們鼓勵師資生或非師資生皆能多方擴展自己的特色和潛力，無論未來是擔任教育下一代的教師，或是任何一個行業的專業人員，大家均是本校最珍貴校友。

未來歡迎大家繼續參加校友服務組舉辦的校友活動，
踴躍參加各地區校友會和「國立高雄師範大學全國校友總會」，
我們也會定期寄送給你校友e月刊等。

若需要母校的協助，請隨時與本處聯絡，本處將延續以往在校期間的熱忱提供服務
實習與就業輔導處校友服務組網頁是<http://140.127.56.51/Default.aspx?Kind=ie>。

誠摯祝福大家在人生的每個階段皆能順心如意，平安快樂。

實習與就業輔導處 處長

林素貞

實習與就業輔導處

祝福大家人生順心如意，平安快樂！

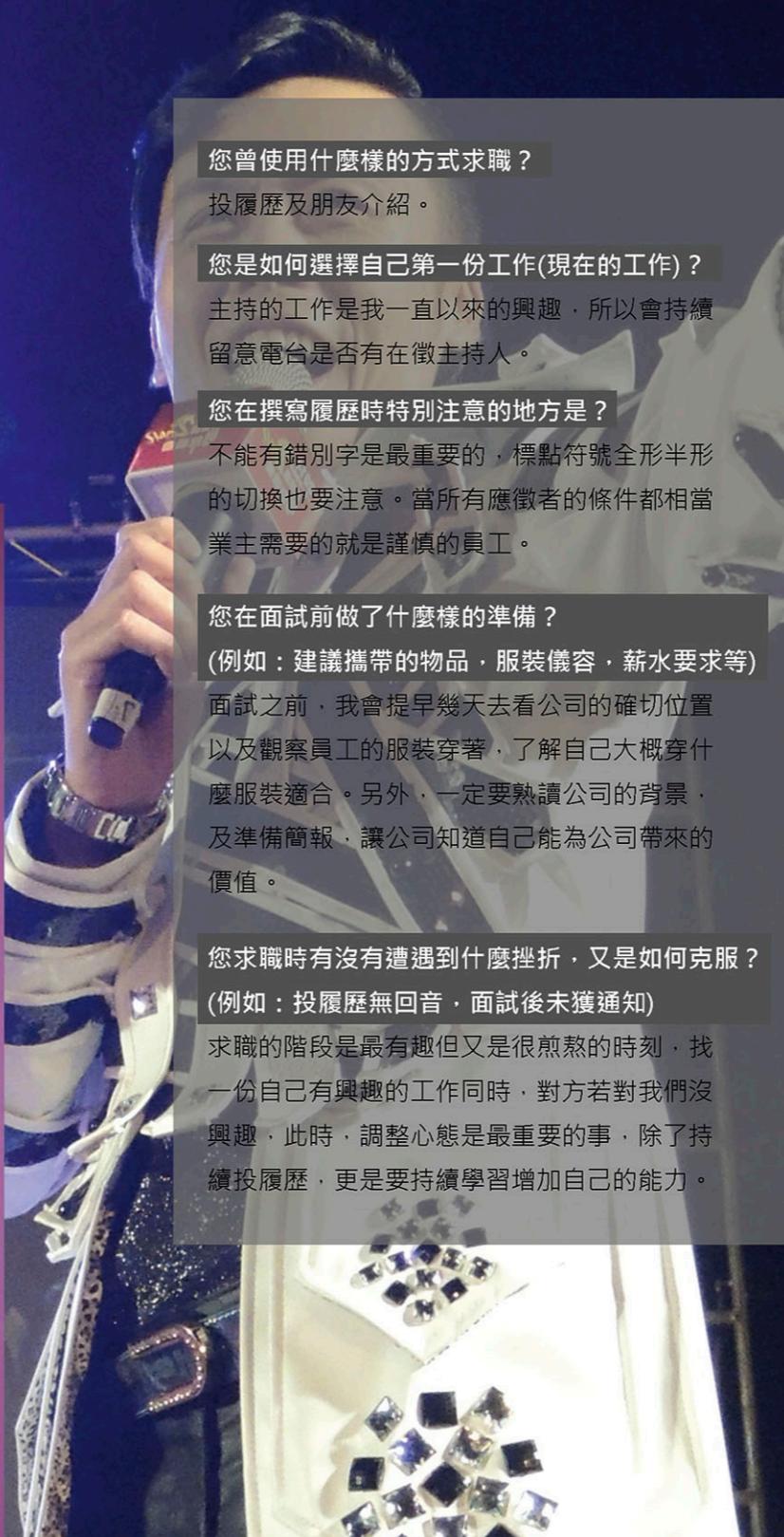


大型活動主持人 曾就讀高師大跨領域藝術研究所

林煜堯

求「人和」與把事情做好
一樣重要

記者 謝依庭



您曾使用什麼樣的方式求職？
投履歷及朋友介紹。

您是如何選擇自己第一份工作(現在的工作)？
主持的工作是我一直以來的興趣，所以會持續留意電台是否有在徵主持人。

您在撰寫履歷時特別注意的地方是？
不能有錯別字是最重要的，標點符號全形半形的切換也要注意。當所有應徵者的條件都相當業主需要的就是謹慎的員工。

您在面試前做了什麼樣的準備？
(例如：建議攜帶的物品，服裝儀容，薪水要求等)
面試之前，我會提早幾天去看公司的確切位置以及觀察員工的服裝穿著，了解自己大概穿什麼服裝適合。另外，一定要熟讀公司的背景，及準備簡報，讓公司知道自己能為公司帶來的價值。

您求職時有沒有遭遇到什麼挫折，又是如何克服？
(例如：投履歷無回音，面試後未獲通知)
求職的階段是最有趣但又是很煎熬的時刻，找一份自己有興趣的工作同時，對方若對我們沒興趣，此時，調整心態是最重要的事，除了持續投履歷，更是要持續學習增加自己的能力。

您是否喜歡現在的工作，有沒有遭遇到什麼挫折而有轉換跑道的念頭？
我喜歡主持的工作，但是也在這份工作之餘尋找其他的可能性，因為我喜歡把自己擁有的專業運用在各種工作上。

您現在的工作是否和自己的興趣相符？
是。

您認為真正的職場和自己在學生時代的想像有沒有什麼不同的地方？
學生時代沒有太多人能告訴我，進入職場的模樣，因此我也很少想過，直到真正畢業了，退伍後才開始進入職場，我認為當一名職員和在學校當學生差別並不大，做好自己的本份，努力生活，是很重要的。

您認為在學校所學對目前的職業最有幫助的地方是？
我學的是跨領域藝術，「思惟」的創造力引導我們不侷限傳統的思考，這個在多變的媒體業來說，是很大幫助。

給學弟妹求職及進入職場的建議
世界上最難處理的就是「人」，在社會上求「人和」和把事情做好一樣重要，但是求人和的前提是不能出賣自己。



聽力師 曾就讀高師大聽力學與語言治療研究所

謝孟庭

專業的學理、溝通策略
再加上耐心與愛心

記者 吳育慈



您是如何選擇自己第一份工作(現在的工作)，
是使用什麼樣的方式求職？

一開始接觸這個行業，是藉由同學引介而來的，
沒想到就在這領域持續做了21年。。

您求職時有沒有遇到什麼挫折，又是如何克服？
(例如：投履歷無回音，面試後未獲通知)

因為是同學介紹的，所以求職的過程很順利。
後來也因為在這一行愈做愈有興趣及成就感，
之後的幾份工作也是同一行，而換工作通常是
讓公司挖角過去的。

您現在的工作是否和自己的興趣相符？

是，幫客人作聽力檢測、諮詢與評估驗配助聽器
看到客人因配戴合適的輔具而改善其聽力及社交
生活，很有成就感。

您認為真正的職場和自己在學生時代的想像有
沒有什麼不同的地方？

因為我是先進入這一行工作，才又進高師大聽力
學與語言治療研究所進修，一邊工作一邊請假上
課，所以很了解職場的現況，不會有想像不同的
地方。

您認為在學校所學對目前的職業最有幫助的地方是？

在學校學習到的知識，對日後在職場上的應用都
很有幫助，像是在諮詢部分，因面臨的客群大部
分是老人或小孩，因此需要專業的學理基礎及溝
通策略再加上耐心與愛心，盡力提供每個個案最
佳的幫助。

您這份工作需要考證照嗎？

需要考聽力師證照。但要考這份證照，
對於本科系的人來說相對容易。若非本
科系的人，需在總統令公布聽力師法之
前具有2年的年資且於公布後5年內考取
超過此期限就無法再參加考試。

您是否喜歡現在的工作，有沒有遇到
什麼挫折，而有轉換跑道的念頭？

是，我很喜歡現在的工作。挫折難免會
有，有時會遇到客戶的改善有限，無法
達到客戶期望值而產生一些抱怨，不過
我會將其轉化為挑戰，竭盡完成個案的
需求或和個案作諮商衛教，給予正確期
望值。完成任務的成就感大於挫折感，
因此到目前仍未轉換過跑道。

給學弟妹求職及進入職場的建議

在職場，要能長久的工作，需要的是培養
對工作的熱忱，雖難免遇到挫折，但隨著
經驗的累積就越知道如何解決困境。助聽
器這個行業算是服務業，需經常接觸到個
案和其家屬，在接待及諮詢的過程，需有
同理心，及剛才提到的愛心和耐心。希望
大家都能像我一樣幸運，找到自己有興趣
且能發揮的工作！



公共電視台攝影記者
曾就讀高師大跨領域藝術研究所

孟昭權

三個人生祕訣 「自我」、「自信」、「自然」

記者 柯婷容


如何進入新聞記者這樣的工作？

這個故事可以講三天三夜了！簡單來說，我小時候有兩個願望，一個就是從軍，另一個就是攝影。所以我高中畢業後就去讀軍校，主修航空工程，在空軍服役八年後，我決定退伍，轉換跑道進入媒體工作而這是我三十歲的事。由於軍校生和師範公費生一樣期間有領國家給的零用金，軍校二年級我就自己買了一部VHS攝影機來練習拍攝。

之後則需要被指派到各個單位去服務，而被分派去的單位是無法選擇的。掛階任官之後，利用公餘的時間我就去發展我的興趣，自己去報名學表演、攝影與剪輯方面的專業，其中一個例子就是學習單眼相機拍攝的經驗，算是學「二手」的，一位軍校同學去上攝影學會的攝影課，放假的時候我們就去咖啡館，由那位同學教我他上課學到的攝影知識和技巧，還會一起去外面拍攝，而那時的相機還是使用底片，拍完要等相片洗出來，才能知道拍的結果如何、技巧運用是否恰當；那等待的過程其實是很興奮的，此外我會去找一些影像或電影相關的專業書籍來閱讀，一步步累積這方面的能力。

軍職轉入媒體行業，差別很大，當時是如何求職面試的？

剛才有談到，我三十歲時才算第一次求職面試，當時純粹抱持著一個「試試自己斤兩」的心態去面試，想要從面試主管的眼中知道自己的能力有多少。雖然沒有相關的證照或學歷，但我就告訴面試主管自己的在攝影媒體方面的學習歷程，而且在軍中歷練最大的幫助就是「膽子」夠大，所以並不害怕。當時進入公共電視面試時，三位主管就正對著我坐在眼前，我心態上像聊天一樣的方式進行，不會緊張的時候反而能夠自然真實地呈現自己的態度和想法。

曾經利用什麼方式求職？

大部分的工作都是從人力銀行銀行找的。後來在投遞履歷的時候，我曾幫自己的履歷電子化做了一張光碟。當面試主管收到光碟時，把檔案打開，連結一點，馬上就可以看到我的個人網頁，包含我個人自傳、學經歷和作品，讓面試主管可以一目了然。我給學弟妹的建議是，投履歷就是多投、不必擔心沒有回應，另外像現在網路工具很發達，可以多利用這些工具，讓自己的履歷更突出。

在工作中是否曾遭遇挫折，如何調適？

當然有遇到挫折囉！當我得到第一份電視台攝影師的工作時，因為是夢寐以求的職位，所以非常開心！可是上工第一天就出狀況了，遇到了許多問題，例如色溫設定錯誤、剪輯的速度太慢等等，畢竟還是缺乏攝影工作的實戰經驗，心情像是從山峰跌到低谷，但是還是得沉著下來去面對，自己無法解決的問題，就去找方法或是請教別人。不過受到挫折後因為對於這份工作的興趣，我也沒有喪氣，反而花更多時間來增進我的攝影技巧。而剛好我在攝影方面上，也有一點「小聰明」，學習上比別人更快吸收，讓我在很短的時間克服這個低潮期。

為什麼會再到高師大進修跨領域藝術研究所？

會選擇去高師大跨領域藝術研究所進修是對藝術家們如何去看待跨領域這件事情充滿濃厚的好奇心，軍中服役時曾經在中山科學研究院駐廠的經驗讓我知道科學家們如何去整合各項專業去開發武器系統藝術家和科學家對於跨領域的思維到底有何異同？這是我進修最大的動機。對我而言進修的目的本來就不是針對工作上的需求而是尋求觀看視野的提升，經過進修，接受藝術和社會學的薰陶，讓我培養更多解讀事情或現象的能力，甚至可以透過藝術的手法去再現一些事情。

研究所畢業以後對我目前的工作而言，並沒有加薪、也沒有升官，表面上來看好像是沒什麼用，但實質上是給自己增加籌碼的。學歷、經歷和證照都是給自己建造品牌的方式，有一天可能會運用到這項能力，只是目前不曉得，學習永遠是為未來在做準備。舉例來說，我在軍校的時候因為英語能力還算不錯，有一次美國的技術代表到學校，想要與學生談話，學校就指派了我和另外兩位同學過去。

前面有談到您在軍中曾與美國代表談話，您認為外語能力是一項大學生必備的能力嗎？是阿，外語能力非常重要！例如去年，我被派到海燕颱風重創的菲律賓塔克羅班市去採訪，一定是用英文溝通，而當地人的英文又帶有很重的口音，所以平時保持著英語能力是很重要的。另外不只是英語，方言方面像是台語、客語都算是重要的語言能力，我老婆是客家人，我也跟她學客語，像我去美濃客家聚落採訪，居民多以客語溝通，多多少少也可以聽懂客語，如果完全不懂客語，到現場真的是鴨子聽雷呢！語文的能力，可以讓你融入當地的環境，至少他們說你壞話也不會不知道吧！

在軍中所學也對您的生涯有許多幫助，您會建議大學生畢業走進軍職嗎？走入軍職是需要使命感的，而且從軍後的生活，也是非常有紀律的，相較於現在，我那個年代還是有很深的愛國心，軍職對我而言是很好的歷練。所以從軍考慮的因素不能只有薪水待遇這個層面。

學長的工作與本身興趣有很大的關聯，但現在有許多家長會期待兒女畢業後應該直接找一份穩定的工作，興趣似乎不能當飯吃，您的看法是？

當初我決定要讀軍校、決定要退伍，這些都是我母親反對的。但我要鼓勵大家，先花點時間找到自己的興趣和「小聰明」，像我本身對於攝影很有興趣，學習上也快，遇到困難的時候也就不會輕易放棄。

當然，年輕人也要培養自己獨立思考的能力，平時多觀察、主動去掌握一些消息，了解世界與社會的大趨勢，再將自己的興趣和趨勢做連結，當你的方向感鎖定的時候，就不會感到迷惘了！

然而，自己的決定自己承擔，若父母為你做了一項決定，那這項決定的後果父母能為你承擔嗎？分享我個人高中時領悟到的「三個自」，也就是「自我」、「自信」、「自然」，首先要找到自我，知道自己的興趣和專長，之後在這個自我中發展出自信，最後由於有這項自信，遇到任何事都能夠處之泰然！

夢想
成真



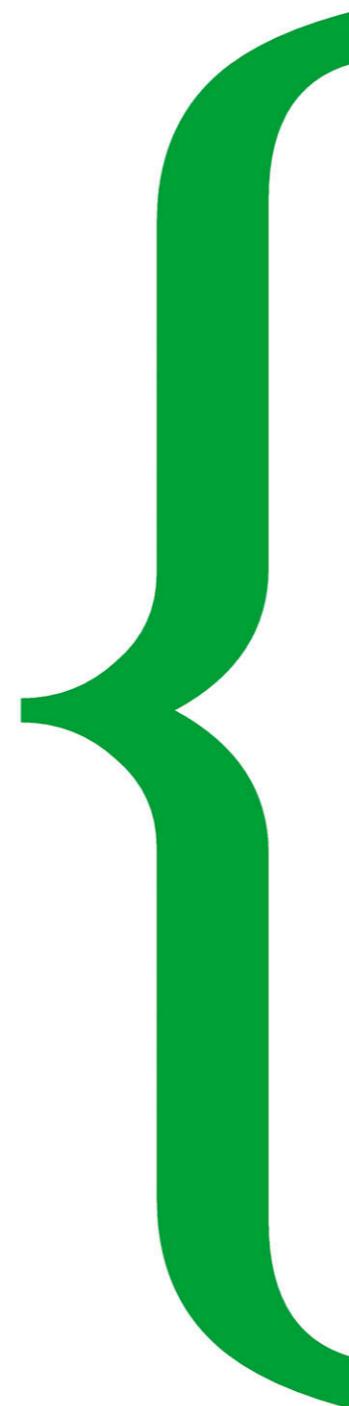
01. 做更多「了解自己」的功課。
02. 利用黃頁找出感興趣的分類，然後一一打電話或拜訪在此分類的公司。
03. 拜訪你喜歡的公司，不管是否有職缺。
04. 詢問家人、朋友、知道的人。
05. 做義工(實習)。
06. 去雇主直接要員工的地方(例如：工會)。
07. 臨時工作中心。
08. 到政府的就業中心求助。
09. 參加公職考試。
10. 詢問以前的老師或教授。
11. 到私人職業介紹所求助。
12. 回覆當地報紙的廣告。
13. 回覆專業雜誌的廣告。
14. 將履歷表寄給雇主。
15. 在網路上找求職資訊。

DISC性向測驗

DISC測驗是一種關於人類行為語言的測驗，可以藉此了解每個人屬於何種類型。

DISC分別是指：

支配型 (Dominance)
影響型 (Influence)
穩健型 (Steadiness)
分析型 (Compliance)



D型 可以用獅子作代表

獅子本來就比較稀少、代表了實踐力、果斷力、支配、管理、目標導向、熱愛壓力及挑戰，適合做企業家及管理階層。(以事為導向)

I型 可以用孔雀作代表

孔雀愛表現、專注於人際互動、善於運用群眾魅力、富創意，因此很適合從事廣告、企劃、公關等需要到處social協調的工作。(以人為導向)

S型 可用無尾熊作代表

無尾熊喜愛安定、不安於改變，但也因此有最佳的持續能力，就算是事情有重大變化也會堅守崗位到最後一刻，另外無尾熊是最有耐心且善於傾聽，做慈善事業是最好的。(以人為導向)

C型 可以用貓頭鷹作代表

貓頭鷹腦子最精明、善於思考與規劃，很適合作幕僚的工作，像是工程師等行業的人，需要貓頭鷹式的縝密邏輯能力。(以事為導向)

測驗開始

每個問題皆必須選出答案，且一定要各選出一個最符合您自己的答案

一、在同事（同學）眼中您是一位？

- 1、積極、熱情、有行動力的人。
- 2、活潑、開朗、風趣幽默的人。
- 3、忠誠、隨和、容易相處的人。
- 4、謹慎、冷靜、注意細節的人。

二、您喜歡看哪一類型的雜誌？

- 1、管理、財經、趨勢類。
- 2、旅遊、美食、時尚類。
- 3、心靈、散文、家庭類。
- 4、科技、專業、藝術類。

三、您做決策的方式？

- 1、希望能立即有效。
- 2、感覺重於一切。
- 3、有時間考慮或尋求他人意見。
- 4、要有詳細的資料評估。

四、職務上哪種工作是我最擅長的？

- 1、以目標為導向，有不服輸的精神。
- 2、良好的口才，能主動的與人建立友善關係。
- 3、能配合團隊，扮演忠誠的擁護者。
- 4、流程的掌握，注意到細節。

五、當面對壓力時，您會？

- 1、用行動力去面對它，並且克服它。
- 2、希望找人傾吐，獲得認同。
- 3、逆來順受，儘量避免衝突。
- 4、重新思考緣由，必要時做精細的解說。

六、與同事（同學）之間的相處？

- 1、以公事為主，很少談到個人生活。
- 2、重視氣氛，能夠帶動團隊情趣。
- 3、良好的傾聽者，對人態度溫和友善。
- 4、被動，不會主動與人建立關係。

七、您希望別人如何與您溝通？

- 1、直接講重點，不要拐彎抹角。
- 2、輕鬆，不要太嚴肅。
- 3、不要一次說太多，要給予明確的支持。
- 4、凡是說清楚，講明白。

八、要完成一件事情時，您最在意的部份是？

- 1、效果是否有達到。
- 2、過程是否快樂。
- 3、前後是否有改變。
- 4、流程是否正確。

九、什麼事情會讓您恐懼？

- 1、呈現弱點，被人利用。
- 2、失去認同，被人排擠。
- 3、過度變動，讓人無所適從。
- 4、制度不清，標準不一。

十、哪些是您自覺的缺點？

- 1、沒有耐心。
- 2、欠缺細心。
- 3、沒有主見。
- 4、欠缺風趣。

測驗結果說明

參考資料：

<http://elaine0506.pixnet.net/blog/post/12052358-disc-%e6%80%a7%e5%90%91%e6%b8%ac%e9%a9%97%e9%a1%8c%e7%9b%ae>



}

◎如果選 1 的答案最多，代表Dominance支配型性格較為突出

說明：

支配度高者有自己的想法，且非常想成功，同時極擅於讓別人依他們的方法做事，具有支配能量高的人會做全盤考量，並看情況是否有利，為滿足自己的需要，他們會透過直接且壓迫性的行為掌控環境，但現況不利時，他們通常能壓住反對的聲音。

工作時：

支配度高者很像生意人。他們的工作環境忙碌、正式、有效率、有組織且功能性高。果斷、反應快的人擅言詞，同時尖銳而不圓融，因為他們以事為主，並要求結果。高自我意識的長處，使這類人經常成為組織的火車頭，因為他們好勝、喜歡改變且討厭現況。身為愛探險的行動派，這類人要的是直接答案，且喜歡馬上看到結果。他們沒什麼耐心，這可以從扣桌子、搖椅子和坐立不安等行為看出。若你有機會和這類人說話，可以考慮調整一下表達方式，談談他們想聽的「產能」、「功能」、「期限」和「成本」等。

◎如果選 2 的答案最多，代表Influence影響型性格較為突出

說明：

溝通能力強，並對自己的社交能力很有自信。為了滿足需要，具有高影響能量者會先結合他人，說服其進行合作，以團隊方式完成預期目標。I型生性較樂觀，會將大多數狀況視為有利條件，有別於D型的敏感行為，由於他們急於認識他人並獲其欣賞，因此這類人的行為，有時是不善社交者很難理解的。他們通常有能力說服他人共同合作。他們的自我意識很強，與D型一樣口才極佳，但I型高者較圓滑，對他人的感覺較敏感。他們非常外向，且以人為主，同時珍惜關係。他們喜歡人際接觸頻繁的環境，因為他們在任何時候都可以交朋友。喜歡招待他人，懂得享受美食與餐廳氣氛。這類人追求時髦，喜愛行動自由與物質享受。他們的工作環境友善、個人化且可激發創意。（還有雜亂無章！）

工作時：

影響度高者的步調快速又即興，除非他們想獲得他人的賞識，否則一般而言他們會忽略細節，且雜亂無章。這類人會迅速把所有的東西塞進抽屜，為什麼？沒錯，為了看來更「體面」。周遭居住或工作的人，幾乎不可能從他們的桌子或檔案找到任何東西，可是，他們就是知道東西「就在這兒附近」。影響度高者天生對人性樂觀，而濫用此特質的缺點之一，就是對誰都信賴，且聽他人說話，會選擇性的聽與自己想聽的東西，或者自己樂觀希望發生的部份。他們可能要吃了幾次教訓才學乖。

◎如果選 3 的答案最多，代表Steadiness為支持型性格較為突出

說明：

穩健度處於曲線頂端的人，對大多數組織而言是「純金」，因為他們不僅是忠誠的員工，也是可信赖的團隊成員。他們是按部就班的邏輯思考者，喜歡為一個領袖或目標奮鬥。穩健型偏愛穩定且可預測的環境，而需要改變時，他們會希望事先被告知。他們熱愛長期的工作關係，以服務為導向，同時有耐心且和善，是一個能設身處地且富同情心的聆聽者，他們真正關心他人的感覺和問題，在專案中尤其能扮演幕僚的角色。穩健度高者很謙虛，且在大部份情況下，剛開始時都不直接。（然而，若他們認為自己全盤瞭解狀況，並已下定決心，頑強固執的個性就會出現！）如果你不同意他們的想法，並想加以說服，最好帶著如山鐵證。要他們改變之前，先給他們重新思考的時間和空間。

工作時：

穩健型偏好休閒協調的穿著。他們的工作環境個人化、輕鬆、友好且非正式。他們喜歡一致、緩慢且簡單的方法，同時具備長期的專注力，使他們能穩健的執行工作。若某個穩健者的第二高分是支配度，他們可能會完全以目標為導向，而且不害怕直話直說。若第二高分是服從度，他們可能會不斷的問：「你怎麼知道這是正確的方法？」他們在冒險之前，會希望能得知所有相關證據

◎如果選 4 的答案最多，代表Compliance為服從型性格較為突出

說明：

盡忠職守、謹慎、遵守他人之規定。修正度高者與支配及影響型有很大的差異。他們天生精準且井然有序。由於他們思路清晰，只要知道正確的方向為何，就會受到激勵，因此他們喜歡規矩和秩序。他們對自己和下屬的要求都非常高。這類人遵守紀律，凡事講求細節且維持高標準，不管作什麼都要求完美。

工作時：

從就業的層面而言，他們是傑出的會計師、程式設計師及腦部外科醫師。先試著從他們「挑剔」的角度看看你的產品是否有問題，而且要比競爭對手搶先一步！在飲食方面，服從型會詳讀所有的標籤，而且熟知食物中蛋白質、脂肪和碳水化合物的比例。他們喜歡精打細算，除非廚房用具省錢且堅固，否則他們是不會買的。

◎如果10題的答案中選1.2.3.4的答案最多與最低的不超過1，則屬於均衡檔案，代表D.I.S.C的特質均有，沒有特別強項與弱項。

MBTI 性向測驗

DMBTI全名 Myers Briggs Type Indicator，是人類性格的外在狀態模式，
它分別為4大類：

- 1. E 外向型 I 內向型
- 2. S 實際型 N 直覺型
- 3. T 思考型 F 感覺型
- 4. J 判斷型 P 感知型

由這四大類再演變及配搭出16種外在狀態模式，這16種模式包括了人類的所有行為，這16種類型包括：

| | |
|------|------|
| ESTJ | 大男人型 |
| ESTP | 挑戰型 |
| ESFJ | 主人型 |
| ESFP | 表演型 |
| ENTJ | 將軍型 |
| ENTP | 發明家 |
| ENFJ | 教育家 |
| ENFP | 記者型 |
| ISTJ | 公務型 |
| ISTP | 冒險家 |
| ISFJ | 照顧型 |
| ISFP | 藝術家 |
| INTJ | 專家型 |
| INTP | 學者型 |
| INFJ | 作家型 |
| INFP | 哲學家 |

測驗開始

請用筆記下每題所選答案後括號內英文字母的總數。

1.我傾向從何處得到力量：

別人。(E)

我自己的想法。(I)

2.當我參加一個社交聚會時，我傾向有更多的力氣：

在夜色很深時，一旦我開始投入，也許就是最晚離開的那一個。(E)

在夜晚開始的時候，我就疲倦了並且想回家。(I)

3.下列哪一種聽起來比較吸引人？

與我的情人到有很多人且社交活動頻繁的地方。(E)

待在家中與我的情人做一些特別的事情，例如說觀賞一部有趣的錄影帶並享用我最愛的外帶食物。(I)

4.在約會中，我通常：

整體來說蠻健談的。(E)

較安靜並保留，直到我覺得舒服。(I)

5.過去，我傾向遇見我大部分情人：

在宴會中、夜總會、工作上、休閒活動中、會議上、或當朋友介紹我給他們的朋友時。(E)

透過私人的方式，例如個人廣告、錄影約會、或是由親密的朋友和家人介紹。(I)

6.我傾向擁有：

很多認識的人和很親密的朋友。(E)

一些很親密的朋友和一些認識的人。(I)

7.過去，我愛的人和情人傾向對我說這些：

你難道不可以安靜一點嗎？(E)

可以請你從你的世界中出來一下嗎？(I)

8.我傾向透過以下方式收集資訊：

我對有可能發生之事的想像和期望。(N)

我對目前狀況實際認知。(S)

9.我傾向相信：

我的直覺。(N)

我直接的觀察和現成的經驗。(S)

10.當我置身於一段關係中時，我傾向相信：

永遠有進步的空間。(N)

若它沒有被破壞，別修補它。(S)

11.當我對一個約會覺得放心時，我傾向談論：

未來，關於改進或發明事物，和生活的種種可能性。例如說，我也許會談論一個新的科學發明，或一個更好的方法來表達我的感受。(N)

實際的，具體的，關於「此時此地」的事物。例如說，我也許會談論品酒的好方法，或我即將要參加的新奇旅程。(S)

12.我是這種人：

喜歡先看整個大局面。(N)

喜歡先掌握細節。(S)

13.我是這種型的人：

與其活在現實中，我選擇活在我的想像裡。(N)

與其活在我的想像裡，我選擇活在現實中。(S)

14.我通常：

偏向於去想像一大堆關於即將來臨之約會的事情。(N)

偏向於拘緊地想像即將來臨的約會，只期待讓它自然地發生。(S)

15.我傾向如此做決定：

首先依我的心意，然依我的邏輯。(F)

首先依我的邏輯，然後依我的心意。(T)

16.我傾向比較能夠察覺到：

當人們需要情感上的支持時。(F)

當人們不合邏輯時。(T)

17.當和某人分手時。

我通常讓自己的情緒深陷其中，很難才能抽身而出。(F)

雖然我覺得受傷，但一旦下定決心，我會直截了當地將過去戀人的影子甩開。(T)

18.當與一個人交往時，我傾向評量：

情感上的相容性：表達愛意和對另一半的需求很敏感。(F)

智慧上的相容性：溝通重要的想法：客觀地討論和辯論事情。(T)

19.當我不同意我情人的想法時：

我盡可能地避免傷害對方的感受；若是會對對方造成傷害的話，我就不會說。(F)

我通常毫無保留地說話，並且對我的情人直言直語，因為對的就是對的。(T)

20.認識我的人傾向形容我為：

熱情和敏感。(F)

邏輯和明確。(T)

21.我把大部分和別人的相遇視為：

友善及重要的。(F)

另有目的。(T)

22.若我有時間和金錢，我的朋友邀請我到國外度假，並且在一天前才通知，我會：

必須先檢查我的時間表。(J)

立即收拾行裝。(P)

23.在第一次約會中，我：

若我所約的人來遲了，我會很不高興。(J)

一點都不在乎，因為我自己已常常遲到。(P)

24.我偏好：

事先知道約會的行程：要去哪裡、有誰參加、我會在哪裡多久、該如何打扮。(J)

讓約會自然地發生，不做先前太多的計劃。(P)

25.我選擇的生活循環著：

日程表和組織。(J)

自然發生和彈性。(P)

26.哪一項較為常見：

我準時出席而其他人遲到。(J)

其他人都準則出席而我遲到。(P)

27.我是這樣喜歡……的人：

下定決心並且做出最後肯定的結論。(J)

開放我的選擇並且持續收集資訊。(P)

28.我是這類型的人：

喜歡在一個時間裡專心於一件事情直到完成。(J)

享受同時進行好幾件事情。(P)

針對以上問題，把你的答案加總並且把各別的數目放入以下的橫線上。然後把每一組得分較高的數目圈起來。

你的典型：



每一對中那些得分較高的字母代表你四種最強的偏好，當它們合併起來時，將決定你的典型。例如說，你也許是記者型(ENFP)，或是公務員型(ISTJ)，或是十六類型中的任何一類，完全看那四個字母的組合。

你的偏好極強或適中？

如果在你所偏好的字母上之得分是四，那表示這個偏好是中度的。得五分或六分表示漸強的偏好。而七分則代表非常強烈的偏好。

例如說，你在(E)上得了七分，代表你是一個非常外向的人。你喜歡花很多時間和其他人在一起，同時你比一般人都要享受說話的樂趣。

另一方面，若你在(E)上得了四分，則表示你對外向的偏好是適中的。這表示你大概比一般典型的內向型外向和健談，但同時卻比一個強烈的外向型(E)保守和內斂。

測驗結果分析

ESTJ 大男人型

講實際、重現實、公事公辦，由於有天生的商業或機械學頭腦，所以對抽象理論不感興趣；希望學習可以直接和立即應用。喜歡組織和參與活動，通常能做優秀的領導人。果斷、迅速行動起來執行決定；考慮日常事務的各種細節。

ESTP 挑戰型

擅長於現場解決問題。喜歡行動，對任何的進展都感到高興。往往喜好機械的東西和運動，並願意朋友在旁邊。善應變、容忍、重實效；集中精力於取得成果。不喜多加解釋。最喜歡能幹、能掌握、能分析、能合一的交際事務。

ESFJ 主人型

熱心、健談、受歡迎，有責任心的天生的合作者，積極的委員會成員。要求和諧並可能擅長於創造和諧。經常為別人做好事，能得到鼓勵和讚揚時工作最出色。主要的興趣，在於那些對人們的生活有直接和明顯的影響的事情。

ESFP 表演型

開朗、隨和、友善、喜歡一切並使事物由於他們的喜好，而讓別人感到更有興趣。喜歡行動並力促事情發生。他們了解正在發生的事情，並積極參與。認為記住事實比掌握理論更為容易。在需要豐富的知識和實際能力的情況下表現最佳。

ENTJ 將軍型

直率、果斷，各種活動的領導者。發展和完成完整的體系，去解決機構的問題。擅長於需要論據和機智的談吐的任何事情，如公開演講之類。往往很有學識並喜好增加其知識。

ENTP 發明家

敏捷、有發明天才，擅長於許多事情。有鼓勵性的伙伴、機警、直言。可能出於逗趣而爭論問題的任何一個方面。在解決新的、挑戰性的問題方面富於機智，但可能忽視日常工作。易把興趣從一點轉移到另一點。能夠輕而易舉地為他們的要求找到合乎邏輯的理由。

ENFJ 教育家

敏感、負責任。真正地關心他人的所想所願。處理事情時盡量適當考慮別人的感情。能提出建議或輕鬆而機智地領導小組討論。喜歡社交、受歡迎、有同情心。對表揚和批評敏感。喜歡給人方便，並使人們發揮其潛力。

ENFP 記者型

極為熱心、極富朝氣、機敏、富於想像力。幾乎能夠做他們感興趣的任何事情。對任何困難都能迅速給出解決辦法，並隨時準備去幫助任何一個遇到難題的人。常常依據他們自己的能力去即席成事，而不是事先準備。經常能對他們想做的任何事情，找到令人信服的理由。

ISTJ 公務型

嚴肅、少言、依靠精力集中和有始有終。注重實踐、有秩序、實事求是、有邏輯、現實、值得信賴。設法組織好每樣事情。負責任、他們自己決定該做什麼並不顧反對和干擾、堅定不移地去完成它。

ISTP 冒險家

冷靜的旁觀者 - 少言、自制、以獨有的好奇心和出人意料有創意的幽默，觀察和分析生活。往往對起因和結果感興趣，也對機械的事物怎麼及為什麼奏效，及用邏輯原理組織事實傾注興趣。擅長抓住實際問題的核心，並尋求解決辦法。

ISFJ 照顧型

少言、友善、負責任又認真。盡心地工作以盡職責。可以使任何項目和群體更加穩定。周到、刻苦、準確。他們的興趣通常不是技術性的，能對必要的細節有耐心、忠貞、體諒人、有洞察力、關心別人的想法。

ISFP 藝術家

羞怯、不事聲張的友善、敏感、和諧、謙虛看待自己的能力。回避爭論，不將自己的觀點和價值觀強加於人。一般說，無意於做領導工作，但常常是忠實的追隨者，因為他們享受眼前的樂趣，所以事情做完經常鬆懈，而不願讓過度的緊迫和費事，來破壞這種享受。

INTJ 專家型

具有創造性的思想並大力推動他們自己的主意和目標。目光遠大、對外部事件能迅速找到有意義的模式。在吸引他們的領域，他們有很好的能力去組織工作，並將其進行到底。不輕信、具批判性、獨立性、有決心，對能力和行動有高的標準。

INTP 學者型

沈默寡言。特別喜歡理論上或科學方面的追求。喜愛用邏輯和分析解決問題。主要有興趣於主意，不大喜歡聚會和閒聊。傾向於有明確範圍的愛好，謀求他們某些特別的愛好能得到運用和有用那些職業。

INFJ 作家型

依靠堅毅不拔取得成功，富創造力，希望做需要做和想要做的事情。全力投入自己的工作。沈靜地堅強、責任心強、關心他人。因其堅定的原則而受尊重。由於他們在如何最好為公共利益服務等方面，有明晰的洞察力，別人可能會尊重和追隨他們。

INFP 哲學家

沈穩的觀察者、理想主意、忠實、看重外在的生活和內在的價值的一致。有求知慾，能迅速發出各種可能性，常常起到促進實行一些主張的作用。只要某種價值觀不受到威脅，他們都善應變、靈活和接受。願意諒解別人和了解充分發揮人的潛力的方法。對財富和周圍的事物不太關心。

參考資料：

<http://wiki.mbalib.com/zh-tw/MBTI%E4%BA%BA%E6%A0%BC%E7%90%86%E8%AE%BA>



職業能力自我審核表

報章雜誌、求才網站上總有各種千奇百怪的產業類別、五花八門的職務分類，在這些選項中是否有些是您有興趣且願意嘗試的職業呢？到底要怎麼選才能最貼近自己的希望？怎麼樣才符合公司的要求？透過以下這份檢測表，可以幫助您和有興趣的職業進行簡單的配對，檢查職務是否與自己的想法相吻合，自己還有哪些需要加強的地方，藉此逐步找到最適合自己的定位。

● 公司設定了哪些徵才條件：

| | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 性別 | <input type="checkbox"/> 年齡 | <input type="checkbox"/> 身高 | <input type="checkbox"/> 個人特質 | <input type="checkbox"/> 外表儀態 |
| <input type="checkbox"/> 學歷要求 | <input type="checkbox"/> 科系要求 | <input type="checkbox"/> 身份要求 | <input type="checkbox"/> 社團經驗 | <input type="checkbox"/> 工作經驗 |
| <input type="checkbox"/> 電腦專長 | <input type="checkbox"/> 語言能力 | <input type="checkbox"/> 特殊技能 | <input type="checkbox"/> 專業證照 | <input type="checkbox"/> 所需駕照 |
| <input type="checkbox"/> 工作性質 | <input type="checkbox"/> 工作地點 | <input type="checkbox"/> 工作時間 | <input type="checkbox"/> 工作內容 | <input type="checkbox"/> 工作環境 |
| <input type="checkbox"/> 工作理念 | <input type="checkbox"/> 工作保障 | <input type="checkbox"/> 可上班日 | <input type="checkbox"/> 升遷制度 | <input type="checkbox"/> 休假制度 |
| <input type="checkbox"/> 薪資福利 | <input type="checkbox"/> 教育訓練 | <input type="checkbox"/> 培訓時間 | <input type="checkbox"/> 管理責任 | <input type="checkbox"/> 出差外派 |

● 哪些是你目前已符合或願意接受的條件：

| | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 性別 | <input type="checkbox"/> 年齡 | <input type="checkbox"/> 身高 | <input type="checkbox"/> 個人特質 | <input type="checkbox"/> 外表儀態 |
| <input type="checkbox"/> 學歷要求 | <input type="checkbox"/> 科系要求 | <input type="checkbox"/> 身份要求 | <input type="checkbox"/> 社團經驗 | <input type="checkbox"/> 工作經驗 |
| <input type="checkbox"/> 電腦專長 | <input type="checkbox"/> 語言能力 | <input type="checkbox"/> 特殊技能 | <input type="checkbox"/> 專業證照 | <input type="checkbox"/> 所需駕照 |
| <input type="checkbox"/> 工作性質 | <input type="checkbox"/> 工作地點 | <input type="checkbox"/> 工作時間 | <input type="checkbox"/> 工作內容 | <input type="checkbox"/> 工作環境 |
| <input type="checkbox"/> 工作理念 | <input type="checkbox"/> 工作保障 | <input type="checkbox"/> 可上班日 | <input type="checkbox"/> 升遷制度 | <input type="checkbox"/> 休假制度 |
| <input type="checkbox"/> 薪資福利 | <input type="checkbox"/> 教育訓練 | <input type="checkbox"/> 培訓時間 | <input type="checkbox"/> 管理責任 | <input type="checkbox"/> 出差外派 |

● 你覺得自己仍需要加強哪些條件：

| | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 學歷要求 | <input type="checkbox"/> 科系要求 | <input type="checkbox"/> 身份要求 | <input type="checkbox"/> 社團經驗 | <input type="checkbox"/> 工作經驗 |
| <input type="checkbox"/> 電腦專長 | <input type="checkbox"/> 語言能力 | <input type="checkbox"/> 特殊技能 | <input type="checkbox"/> 專業證照 | <input type="checkbox"/> 所需駕照 |
| <input type="checkbox"/> 工作性質 | <input type="checkbox"/> 工作地點 | <input type="checkbox"/> 工作時間 | <input type="checkbox"/> 工作內容 | <input type="checkbox"/> 工作環境 |
| <input type="checkbox"/> 工作理念 | <input type="checkbox"/> 工作保障 | <input type="checkbox"/> 可上班日 | <input type="checkbox"/> 升遷制度 | <input type="checkbox"/> 休假制度 |
| <input type="checkbox"/> 薪資福利 | <input type="checkbox"/> 教育訓練 | <input type="checkbox"/> 培訓時間 | <input type="checkbox"/> 管理責任 | <input type="checkbox"/> 出差外派 |

進修考照

增加你實力的13個機會

找我就對了

104證照中心

詳細提供各類證照考試相關資訊。

電話：(02)2912-6104

傳真：(02)7702-8104

電子信箱：Learn@104Learn.com.tw

網址：<http://www.104certify.com.tw/>

創業台灣計畫 創業圓夢網

提供青年創業、婦女創業等創業相關諮詢服務及圓夢計畫。

創業諮詢服務中心 諮詢專線：0800-589-168

網路申請([careernet.org.tw](mailto:citizen@careernet.org.tw)) 或傳真申請(02-23375152)

經濟部中小企業處馬上解決問題中心：0800-056-476

網址：<http://sme.moeasmea.gov.tw/SME/>

行政院勞工委員會職業訓練局 青年職業訓練中心

網址：<http://www.yvtc.gov.tw/index.php>

中華人事主管協會

提供人力資源管理課程、主管領導管理課程、

業務行銷客服課程專業秘書行政課程、總務採購財會稽核課程等等.....。

地址：(105)台北市南京東路五段225號15樓

電話：(02)2748-5188

傳真：(02)2748-6388

Email : cpea@cpea.org.tw

網址：<http://www.hr.org.tw/class.asp?ctype=1>

勞動部勞動力發展署技能檢定中心全球資訊網

提供各項技能檢定相關訊息及線上報名。

地址：40873 台中市南屯區黎明路二段501號6-7樓

電話語音查詢線：04-22598800

服務專線：04-22595700

傳真：04-22528858

網址：<http://www.labor.gov.tw/>

劍橋大學語言測評考試院授權台灣認證中心(BULATS)

提供劍橋博思國際職場英檢最新消息及線上報名。

地址：10045 台北市中正區衡陽路51號8樓之5

電話：(02)2313-1881

傳真：(02)2313-1877

網址：<http://www.bulats.com.tw/>

微軟Office專業認證

(Microsoft Office Specialist)

提供MOS認證、MTA認證、ACA認證、

IC3認證、HP ATA認證諮詢服務。

地址:10047 台北市南陽街13號9樓(捷運台北車站6號出口

電話:(02)2370-9977

傳真:(02)2370-9976

客服專線:0800-694-168

網址：<http://www.mos.org.tw/>

技術士技能檢定即測即評及發證等丙級/單一級學科測試服務網

提供技術士技能檢定即測即評簡章及發證等相關訊息。

網址：<https://www.etest.org.tw/evta/>

教育部高級中等以下學校及幼兒園教師資格檢定考試

提供教育部高級中等以下學校及幼兒園教師資格檢定

考試考試內容、歷屆試題及參考答案等相關訊息。

郵寄地址：106-99臺北郵政44-58信箱

聯絡電話：02-2732-1104轉

85053, 85054, 85078, 85081, 85083, 85133

傳真：02-2733-6209

網址：<https://tqa.ntue.edu.tw/>

財團法人證券暨期貨市場發展基金會

辦理金融相關專業培訓課程。

刊載金融相關研究資訊。

證基會地址：(10066)台北市中正區南海路3號9樓

課程專線：(02)2393-1888轉 168

購書專線：(02)2397-1222轉 334

教育推廣專線：(02)2397-1222轉 338

測驗專線：(02)2397-1222轉 388

測驗語音傳真專線：(02)2396-9939

網址：<http://www.sfi.org.tw/index.aspx>

財團法人語言訓練測驗中心(LTTC)

提供語言檢定考試相關課程、資訊

語檢線上報名。

地址：10663 台北市辛亥路2段170號

(臺灣大學校總區內)

郵政信箱：台北郵政第 23-41 號信箱

電話：(02)2362-6385 傳真：(02)2367-1944

網址：<https://www.lttc.ntu.edu.tw/>

全民英檢網

提供全民英檢相關訊息、線上報名

免費英語能力自我診斷。

地址：10663 台北市辛亥路2段170

號語言訓練測驗中心

全民英檢專線：(02)2369-7127

全民英檢傳真：(02)2364-6367

全民英檢電子信箱：gept@lttc.ntu.edu.tw

網址：<https://www.gept.org.tw/>

台灣金融研訓院

提供國營事業考試報名資訊

及辦理各項金融相關證照考試。

證照測驗服務專線：(02)3365-3737

院本部地址：台北市中正區羅斯福路三段62號

網址：<http://www.tabf.org.tw/Exam/>

成功掌握十項小Tips 讓你的履歷表漂亮加分

10 Tips make your resume perfect

履

歷表在求職過程中，是求才公司認識應徵者的第一步。求才公司透過履歷表上的訊息，決定是否給予應徵者進一步面試的機會，因此撰寫時須仔細用心，發揮最大的心力爭取讓求才公司進一步認識的機會。

你該掌握的十項小Tips

- | | |
|---|--|
| 1. 尽量以电脑打字讓履歷表看起來整齊乾淨，不要有錯別字。 | 6. 建議為應徵不同的公司、工作準備不同的履歷自傳。 |
| 2. 誠懇坦白的描述自己的情況，不要杜撰、偽造資料。 | 7. 薪資待遇的欄位可事先利用網路、身邊親朋好友收集情報，在合理的範圍內填寫一個折衷的數字。 |
| 3. 履歷表應簡單明瞭的凸顯個人特點，不要像流水帳一般冗長複雜。 | 8. 履歷表寄出之前最好先影印存底，在面試之前將自己送出的資料拿出來看一看，做好準備。 |
| 4. 有些公司要求附英文自傳、畢業證書、證照影本、活動證明、作品等，應依序整理好一併附上。 | 9. 可將社團活動經歷寫進履歷自傳中，簡單說明自己從這些經歷裡學習到的事物。 |
| 5. 照片宜貼上一張精神飽滿、看起來專業積極，清晰的近照，不宜使用生活照或沙龍照。 (非應屆畢業生不建議使用學士照) | 10. 前往面試時可攜帶一份履歷以備不時之需，也留給對方一個做事細心，讓對方感覺自己是有備而來的好印象。 |

以下是一般履歷表最基本的架構

| | | | | | | |
|--------|----|---|---|------|----|--|
| 中文姓名 | | | | 性別 | | |
| 英文姓名 | | | | 年齡 | | |
| 出生日期 | 年 | 月 | 日 | | | |
| 身分證字號 | | | | | | |
| 聯絡電話 | | | | 聯絡方式 | | |
| E-mail | | | | | | |
| 通訊地址 | | | | | | |
| 學歷 | | | | | | |
| 工作經歷 | | | | | | |
| 語文能力 | 外語 | | | | 方言 | |
| 技能專長 | | | | | | |
| 證照資格 | | | | | | |
| 具備駕駛執照 | | | | | | |
| 希望上班時段 | | | | | | |
| 希望工作地點 | | | | | | |
| 希望薪資待遇 | | | | | | |
| 最快可上班日 | | | | | | |
| 自傳 | | | | | | |

求職最速！

你不可不知的11個網路求職管道

全國就業e網
www.ejob.gov.tw

518人力銀行
<http://www.518.com.tw/>

104人力銀行
<http://www.104.com.tw/>

1111人力銀行
<http://www.1111.com.tw/>

南臺灣勞工就業職訓網
<http://labor.kcg.gov.tw/Jobs/>

教育部人才招募專區
<http://priori.moe.gov.tw/recruit/>

yes123人力銀行
<http://yes123.com.tw/admin/index.asp>

台灣各地就業服務據點一覽表
<http://www.ejob.gov.tw/link/organ/lawful.aspx>

屏東縣政府(縣府徵才)
http://www.pthg.gov.tw/tw/Career_List.aspx?n=10861

台灣就業通
<http://www.taiwanjobs.gov.tw/Internet/index/index.aspx>

行政院人事行政總處
<http://web3.dgpa.gov.tw/want03front/AP/WANTF00001.aspx>

認識職場 掌握自己

「畢業後，就業與升學，你選哪一個？」



1111人力銀行
行銷企劃
林彥霖 副理

「生涯規劃」的目的基本上就是生存

「生涯規劃」的目的基本上就是生存，它包含了興趣熱情、生活需求、成就評價、人生目標四個部分。關於人生目標，林副理建議大四學生現在就可以開始規劃未來三年到五年內的目標，並分為近期、中期、長期目標，但目標不要設得太遠、太難達成，引用一句巴頓將軍的名言：「今天不做、明天會來不及做的事，要先去做；今天不做、明天就會後悔的事，要立刻去做；今天不做、明天就會不想做的事情，要趕快去做」



01

01 林副理熱心的為同學解惑

「業務」其實是最好累積經驗與人脈的工作

在參加講座之前，林副理建議同學事先於1111人力銀行網站做「九大職能星測驗」，先瞭解自己的特質與職能力（職場上的能力）。這項測驗將大家分為研究型、業務型、服務型、商業型、藝術型、社會型、應用型、領導型、傳統型。林副理在介紹各種型態的職能星之後，就以各職能星所需要具備的能力、會遇到的問題去分析在每種角色上處理事情應有的觀念。他特別提到大部分的學生不喜歡當業務型的人員，但其實「業務」是最好累積經驗與人脈的工作，非常有機會在過程中遇到生命中的貴人，進而有不同的際遇。

工作成果的展現是最重要的！

以往的工作內容並非重點，要把工作內容數據化，例如：在過去的工作中將小組的工作效能由38%提升到56%。另外，受到顧客的表揚的經驗等皆可以放入履歷表中。目前人力銀行大部分都會提供網路版的履歷表，林副理建議同學想到什麼可以放入履歷表的內容就盡快填寫，以免之後回想花費許多時間。履歷表的照片最好是使用近3個月內的照片，除非是應屆畢業生，否則不可一直使用學士照，只要背景單純、頭像乾淨清爽都可以使用，並不一定要到相館照相。

「為什麼要用我？」

許多人認為自傳不重要，但林副理提醒大家這是不可缺少的部分！一般而言，自傳的字數約600字到1000字為佳，內文最好是自己書寫，且不能出現錯字、火星文等。自傳可以分成四個段落書寫。第一段簡述自己的家庭背景，第二段描述求學過程，包括在課業上努力的經過、參加社團的契機等。第三段書寫工作經驗，求學時期打工、擔任社團幹部的經驗皆可以寫進工作成果中。末段則是用以顯露自己對此份工作的強烈想望並強調自己的「適任性」，讓面試官知道「為什麼要用我？」



02-03 同學們專注的聆聽林副理精彩的演講



03

盤點我們的人生資產

① 興趣熱情資產：挖掘自己的興趣，關鍵不在於薪水或職稱，而是工作能做的快樂。

② 能力資產：這是決定一個人能否在職場上受到重用的因素，它不只與在學校所學的專業知識有關，還包含了自己進修習得的能力、具有公信力的專業證照、從打工或社團各活動中累積的經驗等。

③ 人脈資產：擁有良好的人脈必會在職場上無往不。我們當然可以利用Facebook、LINE這些網路工具來增進彼此的熟悉度，然而林副理鼓勵學生們製做自己的名片，名片是最直接、簡單介紹自己的工具，並非進入職場後才能擁有。拿到他人的名片時，應詳細的記錄下認識對方的原因、時間、地點，並放進名片本整理好，也許未來某一天對方就是自己的貴人。任何時刻都應累積人脈，給人留下好印象，這項資產從學生時期就要開始累積！



履歷表的填寫重點

① 個人的基本資料不能有誤，要包含詳細的連絡電話及通訊地址，電話建議可以填寫室內電話，若只有填寫手機號碼可能會使面試主管有「應徵者居無定所」之感。另外，男性還必須提到自己的兵役狀況。

② 填寫學歷與教育程度時要由最高學歷寫起；不論是打工或社團經驗，只要與自己所應徵的工作相關的經驗都可以填寫，打工經驗要標明公司及職務名稱。自身興趣可以稍微提到，但不宜著墨太多。

③ 若有專業執照、語言檢定證書或相關技能務必要寫在履歷表中，參加專業講座的經驗、上過專業證照班等課程也可註明。

④ 務必註明應徵的工作項目、理想的工作地點。

⑤ 「希望待遇」的部分，則需要瞭解自己的價值和能力資產，如此，才能有憑有據的和面試主管討論自己期待的薪資。網路上的薪資調查表是一個非常實用的工具，例如：某項工作的參考人力薪資為25,000元，在回答時可以和面試主管說明：「在經過參考人力薪資調查表，並考慮到自己是社會新鮮人之後，我期待薪資範圍在23,000-25,000元之間。」建議設定一個距離參考薪資不會太遠的範圍。



現場Q&A

Q1. 研發替代役的經歷是否有對求職有幫助？

A: 有，因為這不僅能證明自己能用本身的專業能力服役，而且也對社會有所貢獻，可以寫在履歷裡讓自己的履歷更加分。

Q2. 女生一定要穿包鞋嗎？

A: 在面試的時候儀容要整齊、正式，因此建議穿包鞋赴試，而錄取後，則要看公司是否由此規定。



國家考試的發展趨勢與準備方法

考選部高普考試司
黃立賢 專門委員



1職涯規劃-決定自己的人生

準備公職考試是一條只能靠自己，非常辛苦不容易的路，任何科系都有機會進入公職生涯，重點是要做好自己的職涯規劃，找尋自己的生命價值，也可以就自己的興趣及所學專長挑選報考的類科，如此不但能增加讀書的動力，準備起來也比較有熟悉感。

黃委員也在簡報中舉了兩位公職榜首的心得當作例子：

■ 廖芸儕，73年次

陽明大學環境衛生研究所

100年公務人員高考三級衛生行政類科榜首

目前服務於衛生署疾病管制局

自己所學的是公共衛生，總覺得要造福最多的人，服公職是最好的方式，雖然研擬計畫很辛苦，但是，每年都因為我們的努力，讓民眾更健康，就覺得很有成就感。

■ 許牧豪，75年次
台灣大學大氣科學系

100年公務人員普考氣象技術類科榜首，同時錄取高考三級
服務於交通部民航局飛航服務總臺北航空氣象中心
我的目標是當知名的氣象主播，有夢想立定目標前進才能成功，每天因為自己正確的氣象預報，讓所有民航機順利起降，就感覺到非常欣慰。

黃委員也為我們分析了準備兩種考試的優劣勢，一是通過公務人員考試服公職，二是通過專門職業及技術人員考試，取得專業證照服務民間企業，選擇第一項的優勢是服務大眾、施展抱負、職業穩定、升遷有序、得以進修學習、退撫制度優渥（退休金隨社會經濟狀況微調），劣勢是法令多、層級影響效率、工作監督者多、違規觸法加重刑責、待遇較私人公司無彈性、享有福利漸漸變差；第二項的優勢是具專業認證、執業範圍受保障、證照價值高、可自行開業、職業生涯較長，劣勢則為易受產業變動及景氣影響而遭減薪、裁員、資遣，而自行開業有一定的風險，另外，也需要自己儲備足夠積蓄以養老。



▲ 黃委員為同學們鉅細靡遺的解釋關於國家考試的各項細節

2認識國家考試

國家考試類別分為公務人員考試（高等、普通、初等，特種考試（一至五等）升等、升資（現職人員））和專門職業及技術人員考試（高等、普通、特考（相當於高、普考試），公務人員涉及層面較寬，轉調比較容易、專技人員層面較窄，轉調相對不容易。

公務人員考試性質：

- ① 任用考試，非資格考試。
- ② 競爭性考試：考試類科及錄取名額視用人機關年度任用需求而定，各類科依考試成績排名，配合需用名額錄取。
- ③ 得視考試成績增額錄取，列入候用名冊。
- ④ 正額錄取人員得申請保留錄取資格。（碩士：2年；博士：3年；個人及家庭因素：2年；養育3足歲以下子女：3年）
- ⑤ 增額人員僅得以服役因素申請保留。

黃委員也為我們講解公務人員高普初等考試與特種考試的差異：

高普初等考試

- 居主流地位，每年定期舉辦。
- 類科眾多，僅特殊類科（航空駕駛、航空器維修等）有體格檢查要求。
- 及格人員於服務一年內，不得轉調原分發任用之主管機關及其所屬機關、學校以外之機關、學校任職。

特種考試

- 為了因應特殊性質機關之需要、基於憲法對特定族群之特別照顧或保障、因應地方機關之特殊需要不定期舉辦。
- 類科較少，且部分類科有年齡、體格、性別限制。
- 及格人員於服務六年內，不得轉調申請舉辦特種考試機關及其所屬機關、學校以外之機關、學校任職。

3選擇相關類科多方嘗試

在選擇考試類科上，黃委員建議大家可以依照自己的興趣及就讀的科系，選擇幾個有相關性的類科多方準備嘗試，以專業科目3~4科重疊者為報考的核心科目。另外也可上勞委會行業職業就業指南E網了解職務之工作性質及內容。他表示人事行政名額多，工作地點多為學校的人事室，而一般行政與教育行政的名額則相對較少。想準備的同學可以思考本身的實力，先考取地方特考、普考，再轉考高考擁有年資累積的優勢。近年，新增了增額錄取方式與候用名冊，以期減少重榜問題的產生，使得大家更有機會加入公職的行列。



4國家考試發展趨勢

高考三級應考資格需有學士學位，推動專技證照國際化，彈性多元考試方式，擴大實施電腦化測驗，OSCE納入醫師考試資格，推動申論式試卷線上閱卷，推動網路報名無紙化，落實教考訓用合一，公務人員考試及格後服務滿3年始得轉調，執行高普考重複錄取比對政策，國家考試重視人權與降低各種限制，新增公職技師類科。



5如何取得考試資訊

建議大家有興趣的話可以上考選部全球資訊網 <http://www.moex.gov.tw/> 訂閱考選部電子報，購買或下載考試報名簡章；另外，也可加入「我的E政府 - 民眾e管家」會員，並訂閱國家考試網路報名訊息通知服務，或撥打考選部公共服務中心電話（02）22369188 轉3256洽詢。

6決定勝出之9個關鍵要素

- ① 堅定考試志向：報考國家考試應具強烈的企圖心，儘早選擇並決定報考類科，俾能充分準備。
- ② 培養讀書樂趣：設法轉變心態，為興趣與充實自己而讀書，讓讀書-學習新知，成為樂趣，而非痛苦，如此方能養成讀書的習慣。
- ③ 講求讀書效率：
 - 蒐集考試（共同與專業科目）相關資料途徑。
 - 各科選擇適合自己的教材一至二本為主，再輔以相關書作，確定所選擇教材資料為最新。
 - 擬訂適合自己的讀書計畫並落實執行。
 - 掌握讀書最重要三件事：專心、理解、記憶。
 - 掌握各科目準備重點，可查詢考選部網站國家考試宣導各類科榜首心得。
 - 留意時事議題，預擬解決方法或對策。
 - 配合讀書進度勤做考古題。
 - 與相同志向考友相互討論。
- ④ 規律生活習慣：充分的睡眠、適度休閒與運動，培養體力，維持心情平穩。
- ⑤ 考前放鬆心情：輕鬆一下，做好上考場準備，瞭解試場規則，備妥考選部核定公告之電子計算器，避免因違規而遭致扣分。

⑥ 筆試當天準備：穿著舒適衣著、記得帶手錶、給自己足夠時間到試場並休息、考試時宜積極、冷靜沉著。

⑦ 筆試答題技巧：

- 先閱全卷掌握全貌。
- 預設答題篇幅。
- 答題策略

申論題：題目很大，應抓重點，提綱挈領，先拿基本分，再深入探討；題目很小，應旁徵博引。題目簡單時，論述要比別人更精闢，搶高分。會的先做，不會的則先留下答題空間。不會的題目要盡量想，從題義上思考有沒有相關知識可以用上，不要空白，空白等於鴨蛋。

測驗題：掌握關鍵字如「最」好、大、少，「絕對詞」如全部、總是、決不、完全、必須、整個，不會時可使用消去法猜猜看。全部寫完反覆檢查有無遺漏，盡力到最後一分鐘。

▪ 重視答題包裝：申論題答題方式採條列分層的表達較具系統、邏輯性，能讓閱卷委員一目了然，看出功力。

⑧ 預試增加經驗：參加同一類型的國家試考可以讓自己熟悉氣氛、了解自己缺點及不足之處，並從考試經驗中增強實力。

⑨ 決心信心毅力：克服準備考試最困難的地方 - 堅持努力下去的信念。以堅定正確的態度，抱持必定要考上的決心一定能考上的信心，堅持到底的毅力。

7國家考試程序

取得考試資訊 → 取得簡章 → 報名 → 考試 → 放榜 → 錄取分發 → 接受訓練 → 核發證書。

最後黃委員提醒大家，參加國家考試是耐力與毅力的考驗，需儘早準備、加緊努力，成功操之在自己，歡迎參加國家考試！

「社會新鮮人 你準備好就業了嗎？」

裕隆日產汽車公司
管理部人力資源科
楊芳育 科長

至少要知道公司播過哪些廣告、有哪些產品？

講座一開始，楊科長就先播放一則裕隆日產汽車公司最新的電視廣告，並於結束播放結束時請現場有看過這一則廣告的同學舉手，現場同學紛紛舉手。緊接著楊科長馬上追問大家知不知道這則廣告的商品是哪一款汽車，現場也有一位同學舉手回答出正確答案得到了楊科長帶來的小禮物。楊科長表示會播放這則廣告是想以裕隆為例告訴同學，參與面試之前至少要先知道公司撥過哪些廣告、販售的商品為何，尤其是想應徵「行銷企劃」工作的同學，因為每一則廣告都是行銷部精心製作的成果。



▲楊科長跟大家分享裕隆公司的薪資待遇和員工福利

找工作要有自信

接著楊科長又播放了裕隆日產汽車公司介紹影片，並用簡報為大家仔細的介紹公司的歷史沿革、董事長、營運範疇、薪資福利、工作環境等...。在介紹中楊科長也告訴大家像裕隆這樣的跨國企業，英文很重要，因為在跨國視訊會議中主要的共同語言就是英文！從她與大家分享公司推動電動車的經驗中可以看出她對公司產品的研發及行銷都十分了解，這是大家進入職場必要的基本功。她也鼓勵大家找工作要有自信，想想自己的競爭對手（其他大學的學生、國外大學的學生），分析自己的優勢，依照自己的能力提出合理要求，不一定都只能「依照公司規定」。

工作機會一直在，但是為什麼年輕人就是沒辦法找到工作？

「社會新鮮人踏入職場後，最擔心的事項為何？」

| | | | | | |
|-----------|-------|---------|-------|----------|-------|
| 薪水低又無法成長 | 40.3% | 長時間加班 | 20.1% | 自己能力不足 | 39.0% |
| 工作不和所學 | 18.9% | 不符合興趣 | 32.3% | 無法累積專業能力 | 15.6% |
| 工作缺乏未來性 | 29.4% | 不適應公司文化 | 13.5% | 上司或同事不友善 | 23.7% |
| 工作內容不具挑戰性 | 10.8% | 缺乏升遷機會 | 22.3% | 公司經營績效不佳 | 8.3% |

資料來源：Cheers雜誌2014/3

講座進入第二階段，楊科長以Cheers雜誌的統計資料與大家討論「自己的志趣」。從這份資料看來，職場似乎有非常多令人擔心的事情，可是楊科長提出了一個問題：「哪些是你自己無法控制的？」這問題一語驚醒夢中人。在大家討論後的確可以發現除了「薪水的成長空間」、「工作的未來性」、「公司的經營績效」我們可能無法控制之外，其他的事情其實都可以透過我們的做法、想法去改變它。工作不符合興趣可以透過處理事情時慢慢培養，用心探索其中有趣的地方；長時間加班可能該檢討自己的效能是不是出了什麼問題；能力不足可以透過進修或是詢問前輩意見來加強等...。楊科長告訴我們，其實2002年以來各業受雇員工空缺率一直保持在2.05%上下，尤其是製造業 / 服務業市場上隨時有3~6萬個不等的職缺等無人，工作機會一直在，但是為什麼年輕人就是沒辦法找到工作？

你從學校 / 系所裡學到什麼

關於「志趣」，楊科長給了兩個問題請大家試著回答。

一、你從學校 / 系所裡學到什麼？

二、你想要找什麼樣的工作，找工作的考量點有什麼？

第一個問題是楊科長面試新人時必問的考題，她希望大家去思考自己所學的知識和未來公司需要的能力之間的連結性，這方面也可以參考學系創立的宗旨，多了了解自己的學系，另外也要去思考自己的學系和其他學校相關學系有何不同，找出其中的獨特性成為自己的優勢。而第二個問題是想提醒大家有沒有真正思考過自己為什麼想要這樣的工作，直覺式的回答是NG的喔！

你覺得企業需要什麼樣的員工

接著談到求職面談，請回答以下四個問題。

一、爸爸媽媽可不可以陪著去面試？

二、你覺得企業需要什麼樣的員工？

三、你如何了解面試的公司？

四、你理想中的主管是什麼樣子？

看到第一個問題，大家都忍不住笑了出來，楊科長表示為了安全送到會場門口還算合理，但父母陪伴進入面試會場就太誇張囉！在這裡公司看的是你有沒有自己處理事情的能力，雇主也擔心你會不會是一個受到一點小委屈就會回家訴苦的人。而第二個問題，楊科長說最重要的就是工作態度，你如何處理你不會的工作、你會不會主動跟主管溝通你的需求、溝通的程序和目的是什麼？對公司來說專業能力可以培養，但是工作態度才是關鍵。第三個問題建議大家先想想為什麼想進這家公司，它的產品 / 服務是什麼？用自己的問題去找答案。最後一個問題，大部分的人當然都希望能找到一個「上班是上司，下班是兄弟」的主管，但是楊科長提醒大家，大部分的主管還是「目標導向」，而你和主管不合，人資部門在面試時會擔心離職流動率的問題，所以要盡量表現你的彈性和可塑性。楊科長也為大家簡單講解了裕隆從履歷篩選到決定錄取的過程，她也建議大家努力爭取實習機會，並在實習中給公司留下一個好印象。



▲ 楊芳育科長的講座大爆滿，座無虛席！



▲ 同學們踴躍的發言，向楊科長提出自己心中的疑問。

職場與學校的差別

談到職場與學校的差別，楊科長為大家分析唸書、打工、戀愛、社團如何影響未來的職場生涯。唸書當然要看成績，楊科長表示，在收到的資料中，即使是好學校畢業的新鮮人普遍成績也不高，這點會引起雇主的好奇，而求職者的理由很重要！不過，也請大家不要太早給自己定位，因為人有無限可能，現在的你成績可能不好，但未來也有可能從自己的專長中發展出比成績好的人更多的可能。打工和社團的經驗可以看出一個人的態度、做選擇的原因以及與人互動的模式。戀愛則是可以看出一個人的情緒管理。學校和職場不同，學校是求學問的地方，而進入職場則一定要主動學習，主動發覺問題，大膽抓住證明自己，實現自己的機會！當然，職場也是一個獲得生活費用的場所，更是學習和不同年齡、不同性別、不同個性、不同喜好、不同動機的同事或客戶培養人際關係的好地方。同時，它也絕對是一個競爭的場所，和同業的競爭、向昨天的自己挑戰！

用心與放心

最後，楊科長跟大家分享了一個小故事來和大家談如何透過用心讓雇主放心，進而產生信任。小故事的內容大致上是說有一位優秀的職場新鮮人剛到公司的時候學習能力極佳，與同事相處也頗融洽，表現都很優秀。到職半年後，她遇到了很多問題，工作中不斷的發生錯誤、抱怨公司總是讓她做一些「瑣碎」的事情、覺得沒有成就感等...，於是她提出辭職。老闆問她在這些「瑣碎」的小事中是否有學到什麼，並與她分享了自己曾經在做這「瑣碎」的小事中主動用心搜集各種資訊、仔細觀察其中規律，並因此獲得長官信任的經驗。之後，這位員工還是辭職了，一年內她換了3份工作，後來她似乎終於了解老闆的意思。

重要的不是你做了什麼樣的工作，而是你在工作中培養出何種良好工作習慣，進而成為一個被人信任的工作者，而被人信任的工作者最讓老闆放心。

OUR TIMES

We had everything before us, we had nothing before us.

Charles Dickens,
A Tale of Two Cities

實習就業輔導處編印
Office of Career and Employment