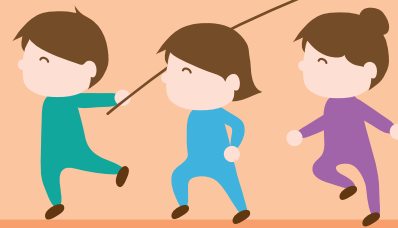


# 翱翔 Dare to Soar

職涯手札 / 面試技巧篇

出版單位 / 中國文化大學推廣教育部學輔中心  
中國文化大學校長 / 李天任  
推廣教育部教育長 / 張冠群  
召集人 / 李惠琪  
企畫編輯 / 劉小璐  
撰文小組 / 劉小璐、李珮華、郭曄  
封面設計 / 詹欣怡



# 翱翔 Dare to Soar

職涯手札 / 面試技巧篇

出版單位 / 中國文化大學推廣教育部學輔中心  
中國文化大學校長 / 李天任  
推廣教育部教育長 / 張冠群  
召集人 / 李惠琪  
企畫編輯 / 劉小璐  
撰文小組 / 劉小璐、李珮華、郭曄  
封面設計 / 詹欣怡





## 關於這個系列

「如何找到一個既能經濟自主又能自我實現的工作」向來是人們成為社會新鮮人後，最重要的課題之一。

一個好的工作，可以幫助人們累積財富，並運用這些資源，品嚐美食、享受旅行、實現夢想，過著夢寐以求的生活；還可以從工作中獲得成就感，建立「我能夠獨立自主」的自信心，甚至在工作中自我實現！再者，安穩的生活，讓我們擁有心理上的餘裕，得以經營自己的人際關係；此外，如果有成家的計畫，也需要工作帶來的安穩經濟，才能具備經營平凡快樂家庭生活的基礎。整體來說，生活方式、心理健康、人際關係與婚姻關係...等生活的種種面向，似乎都與我們的職涯發展息息相關。

也因此，學輔中心出版「**翱翔 Dare to Soar**」職

涯手札，透過對於職涯規劃議題的一連串探索，幫助同學們能在為學業努力的同時，便也同步為自己規劃一個美好的職涯藍圖。

本系列手札共分為兩大部分，一個是「外在世界的了解與準備」，包括了「工作選擇」、「履歷撰寫」與「面試技巧」，另一個則是「內在自我的釐清與探索」，包括了「自我探索」、「他人影響」和「生涯抉擇」。

職涯的良好發展除了機緣的巧合，很大一部分取決於個人的耕耘，當我們的自我盤點越來越清晰，或者越來越能掌握外在世界時，我們的職涯發展便有機會走得更長、更好、更遠！祝福同學們能妥善運用這個系列手札，讓自己的職涯發光發熱！

## 楔子

「老師，我這禮拜要去面試了，我好緊張喔，不知道公司主管會不會喜歡我？」「我不擅長說話耶，到底要怎麼樣才會讓這家公司願意錄取我？」「轉職的時候，該如何在面試時充分表現自己？」「薪水應該要怎麼談呢？多了會不會失去工作機會？少了會不會白白損失呢？」許多同學對面試感到緊張又害怕，其實，面試主要的目的，在於讓雇主或主管有機會可以更認識你，並且透過互動的過程，觀察並確定求職者對公司的了解程度、表達能力、人格特質、價值觀、專業能力、職涯規劃等面向。也因此，當我們越能夠清楚地展現自己的優勢與特質，越能夠表現出自己適合這家公司的原因，將更有利於我們成功求職！

這本手札將探討關於面試技巧的種種面向，透過手札的使用，將會更了解面試可能遇到的各種情境，並學習在面試的過程裡，從容以對，亮麗發揮！

## 想一想

開始面試前，請先想一想，整理一下：

Q1、我曾有過面試的經驗嗎？那次經驗如何？



Hint：金融業？零售業？科技業？

大公司？小公司？財務部門？行政部門？

那次經驗裡，我學到了什麼？

Q2、我對這家公司的了解有多少？



Hint：主要產品、公司文化、經營狀況、業界名聲、工作氣氛、升遷方式、薪資待遇...？

Q3、我對我自己了解有多少？我有什麼樣的專業能力？  
我的個性適合這家公司嗎？



Hint：我適合這個工作嗎？

我能夠適應這家公司嗎？



Q4、我預期在這家公司達到什麼樣的目標？這份工作是否符合我的生涯規劃？



**Hint：**我為什麼選擇這家公司？

我計畫在這個工作裡做出什麼成果？

這個工作和我生涯規劃的關係是什麼？

## 面試得分成功術

好不容易通過了履歷審查的關卡，得到了寶貴的面試機會，接下來，該如何在短短的時間內自我準備，才能有最好的面試表現呢？這個部分，首先說明「面試的方式」，接著說明「面試的問題」，讓同學們先對面試可能有的狀況有一定程度的了解，接下來，才一一說明「面試的準備」。



### 面試的方式

為了能夠更了解應徵者的合適性，徵才公司常常會透過不同的面試方式，了解求職者是不是適合的員工人選。一般來說，可以依「面試官的角色」和「面試的人數」的不同，區分為不同的面試方式。

## ■ 面試官的角色



一般說來，面試官可能是**人力資源部門**、**部門主管**、**部門同事**及**高階主管**等四種。人資部門與部門主管的面試是最基本的，部門同事和高階主管的面試則會視公司的不同考量，可能再增加這個部分的面試。

### ★ 人力資源部門的面試

這個部分的面試重點在於對求職者進行一般性的瞭解，如個人特質、抗壓性、溝通能力、與組織文化的合適性...等。這個階段的面試，主要目的在協助任用部門進行第一階段的篩選。

## ★ 部門主管的面試

部門主管的面試重點在於了解求職者是否「具備專業能力」及「是否能夠和工作團隊相處愉快」。由於面試官就是我們未來一同共事的主管，因此，除了被評估之外，其實，求職者也可以透過這個階段，了解自己未來在這份工作裡的合適性。

## ★ 部門同事的面試

為了確定求職者與工作團隊的合適性，有時候，也會邀請任用部門的其他同事一起進入面試，與部門主管面試相同，求職者也可以在這個面試情境下，進行自我評估。

## ★ 高階主管的面試

如果應徵的是管理職或高階職務，或者至規模較小的公司應徵，有時候，還需要經過高階主管面試的關卡。由於求職者的特質、能力、合適性...等皆在前幾個階段被評估過了，這個階段的面試，常常較無固定的問題或步驟。

又因為高階主管常常需要扮演決定重要公司走向的角色，通常這個階段很有可能被問到一些需要從上位者的角度思考的問題，如公司的產品規劃、公司的人才制度、對產業的看法或個人的長程規劃...等。

## ■ 面試的人數

面試的人數，會依求職者和面試官的人數不同，分為「一對一」、「一對多」、「多對一」、「多對多」等四種。這四種面試情境中，你最擅長哪一種？又最害怕哪一種呢？



【圖片來源】<http://ppt.cc/wC-f>

「一對一」的面試情境是最常見的；「一對多」及「多對多」中，求職者需要面對多位主考官，常常帶給求職者不小的壓力；「多對一」和「多對多」中，多位求職者的情境，讓求職者需要面對在眾多競爭者中脫穎而出的壓力，也因此，「一對多」、「多對一」及「多對多」對不同個性和背景的求職者來說，有著不同的挑戰。

面對多位面試官時的基本技巧，其實就如同面對一位面試官，可以自信、從容的方式應答，只是，因為人數變多了，所以眼神交流和口語互動需要輪流來回。

與多位求職者一起面試時，則要懂得尊重其他受試者，以專注的眼神和真誠的態度聆聽，輪到自己回答時，也要大方展現自己的優勢。不需要因為怕被比下去而過於躁進，但也不需要在這時候過度謙虛。

由於情境的多元性，並沒有標準的答案，然而，**落落大方的應答、不卑不亢的自信**以及**尊重他人的態度**卻是永遠不變的最佳原則唷！



## 面試的問題

面試的問題大致可以分為「個人題」、「工作題」、「規劃題」和「變化題」四個部分。

問題看似五花八門，但，簡單地來說，其實面試官想要知道的，不過是「**你是否適合**」、「**你能否勝任**」以及「**你想不想進來**」這三個評估重點，因此，即使被問到了看似天馬行空的問題，若能在問題的回答裡，強化「**這個工作非我莫屬**」以及「**我非常想要進入貴公司**」的種種理由，便很容易從眾多求職者中脫穎而出。

## ■ 面試問題舉例

### 類型

### 舉例

#### 個人題

請你自我介紹一下？

★必考題，請務必準備一套能展現個人優勢的自我介紹

請談一談你的家庭？

★無須流水帳，可把重點放在家庭對你的正面影響

你的休閒嗜好是...？

★面試官關心的不是你愛打球或愛跳舞，而是從休閒嗜好中看出求職者的生活態度和個性特質

你的優點與缺點是...？

★應提出與工作相關的優缺點，優點可強化，缺點則應選擇可以加以轉化的缺點，例如：「龜毛」→「謹慎」

你的偶像是...？你最崇拜的人是...？

★問的是一個人的未來夢想與自我期許，如果你的標竿也是這個公司文化所欣賞的，那麼錄取的機率就變高了

請談一談你的失敗經驗？

★除了失敗經驗，也要談一談這次經驗對你的人生與工作的正面影響

你的人生觀是什麼？你的座右銘是什麼？

★和偶像題有類似的目的



---

類型	舉例	
工作題	請說一說你當時(指某一段工作)的工作狀況？ ★描述過去的工作內容、重要表現以及正面影響	
	你在前一家公司的離職原因是？ ★可以委婉簡述原因，但不宜大肆批評，並且，記得要講講離職經驗對你選擇新工作的正面影響	
	你為什麼選擇我們公司？ ★對公司和工作有所了解後，真誠回答，適度讚美，最好是還能夠再次強調這份工作很適合自己	
	如果我錄取你，你將如何開展你的工作？ ★應對應徵的職務內容有所了解，並事前有所準備，才能從容以對	
	請告訴我，為什麼我應該雇用你？ ★事先盤點自己的優勢，了解公司的需求，在回答中展現「你們要的人剛剛好就是我」的種種理由	
	你能為這個公司做什麼？ ★與上一題的回應方法是類似的	
	你希望的薪水待遇是...？ ★新鮮人建議「依公司規定」，有經驗的求職者則可以依照業界行情與上一份工作的薪水，客氣但自信的提出期待	

---

---

類型	舉例
規劃題	<p>你對自己的期許是什麼？</p> <p>你的職業規劃是什麼？</p> <p>★面試官普遍欣賞對自己有規劃和期許的求職者，即便你的規劃還不是那麼完整，仍可真誠回答你目前的想法</p>
變化題	<p>★「變化題」的特點就是充滿變化，無法預料。這些題目常常要考的是你的臨場反應、邏輯思考以及對事情的看法。自信、放鬆、真誠是最好的應對方式！</p> <p>奇怪指數 1 到 10 分，請自評你有多奇怪？</p> <p>你上一次的打扮是什麼？為什麼？</p> <p>如果你中了樂透頭獎，你打算怎麼使用它？</p> <p>如果你是電影「陰屍路」的角色之一，遇到活死人時，你會怎麼做？</p> <p>你在哪個階段發覺自己具有影響力？那個影響力是什麼？</p> <p>如果時光可以倒流，你最想回到哪個時間？</p> <p>你有什麼問題要問的嗎？</p> <p>★許多公司都會在面試的尾聲問到這個問題，這個部分，請提出「可以展現你的專業」、「表達對這份工作的企圖心」或「和工作有關的疑問」等問題</p>

---



## 面試的準備

面試的準備大抵可以分為面試前、面試當天以及面試後三個部分。

### ■ 面試前的重要準備

#### ★ 了解公司與職務的相關資訊

面試前，充分了解公司及職務的資訊是必要的！一個充分了解求職公司的應徵者將帶給面試官「這個應徵者求職動機很強，並做好了充分準備」的好印象，再者，了解公司和職務的需求後，才可以據此回答面試官的種種問題，進一步，我們還可以自我評估「我想不想要這個工作」，一般說來，需要了解的資訊有：

- ✓ 公司的**歷史背景**是... ( 公司沿革、經營者背景、經營理念、營運策略 ) ？
- ✓ 公司的**主要產品**是什麼？
- ✓ 公司的**主要客戶**是誰？**主要利潤來源**是... ？
- ✓ 公司的**主要競爭者**是誰？**業界地位**如何？

- ✓ 我應徵職務的**工作內容**是什麼？這樣的工作在業界的一**般薪資水準**是多少？
- ✓ 應徵的部門在公司裡扮演什麼樣的角色？
- ✓ 其他：這家公司的文化是什麼？公司重視的價值是什麼？這家公司的員工福利狀況？

### ★ 盤點個人的核心優勢

面試時，許多求職者常以學經歷的時間順序，一一地介紹自己累積的種種學習經驗與工作經驗，然而，這樣的零散經驗，無法讓面試官對你產生深刻的印象，也無法在有限的時間內，有力地說服對方「我是這個工作的最佳人選」，因此，在面試前，需要好好盤點一下個人學經歷，以「個人的核心優勢」為軸線，一一列出自己的核心能力與重要表現。

當零散的經歷都被化為清楚的核心優勢後，回答面試官的問題時，便更容易切中如上所述的「你是否適合」、「你能否勝任」以及「你想不想進來」的三個評估重點！

## ■ 如何展現「個人核心優勢」

零散的個人經驗	整合過的核心優勢
✓ 我畢業於國際企業管理學系	✓ <b>活動規劃能力</b> --當餐飲業工讀生時，常常需要協助店長構思創新
✓ 我曾經當選校內的親善大使	促銷方案，曾經因此創下全台月營業額最高的紀錄 --擔任外籍生學伴幹部時，曾經主協辦5個規模約
✓ 我常常透過網路和其他人互動交流	20-50人不等的交流活動，獲得熱烈迴響 ✓ <b>活動執行能力</b>
✓ 我是外籍生學伴社團的幹部	--擔任業務助理工作和餐廳服務生時，培養了良好的表達、溝通與協調能力
✓ 我大學期間在餐飲業打工了2年	--擔任親善大使時，協助學校辦理約10個300人規模的招生活動，充分了解活動的籌辦過程
✓ 我曾經在一家貿易公司擔任業務助理1年	✓ <b>活動行銷能力</b> --擔任業務助理期間，曾經以個人行銷能力，協助
	主管創下當月業績成長2倍的紀錄
	--我有自己的粉絲頁，曾經透過粉絲頁，和朋友們籌組「美食·美景·美生活」樂活活動，號召50人一同參與為期15天的征服台灣企劃

## ★ 練習「高好感度」的說話方式

你曾經觀察過自己說話的樣子嗎？許多求職者在面試的時候，常常因為緊張，表現得不如預期。若平常就是能言善道的人，可能影響不大，但若本來就不是善於表達的求職者，有時則可能發生「空有一身功夫，卻因為口拙而錯失工作」的遺憾。因此，在面試上場前，可以利用這個短短的時間，加強一下，練習更有魅力的說話方式。

- ✓ 練習適中的說話速度與停頓點
- ✓ 試試自然表達的感情與手勢
- ✓ 了解自己的聲音傳遞給人的感覺
- ✓ 透過錄音、鏡子或其他人的協助，進行模擬練習

## ★ 妝點合宜的面試衣著

面試服裝的細節有許多，但簡單地說，其實就是選擇適合自己且符合公司文化的打扮。例如，雖然許多行業比較喜歡正式而俐落的打扮，然而，倘若我們應徵的是重視設計、時尚與創意能力的產業或職務時，則可能還需要多點巧思，想想如何在簡單大方中穿出自己的特色與魅力，才能夠真正獲得面試主管的青睞喔！

## ■ 男性面試打扮重點

### 【頭髮】

髮型是否清爽乾淨

### 【臉】

鬍子有沒有刮乾淨

牙齒是否整潔

### 【上衣】

是否平整

有沒有髒污和皺褶

是否簡單俐落，不過於華麗

乾淨整齊的襯衫為必備

西裝與領帶可視工作性質搭配

### 【其他】

指甲忌過長或污垢

是否有不佳的味道

毛髮皆宜適度修剪

### 【皮鞋】

顏色鞋型是否搭配

鞋面有否擦亮

### 【長褲】

與上半身是否搭配

長度是否適中

## ■ 女性面試打扮重點

### 【臉】

以淡妝為宜  
牙齒、妝容是否整潔

### 【頭髮】

髮型是否清爽乾淨  
髮飾不宜過度誇張  
瀏海頭髮不隨風飄揚

### 【上衣】

有沒有髒污和皺褶  
是否簡單俐落，不過於華麗  
顏色質料是否相互搭配

### 【其他】

全身顏色不宜過多  
飾品以手錶為主  
其他飾品盡量簡單

### 【皮鞋】

以低跟包鞋為佳  
顏色鞋型是否搭配  
鞋面有否擦亮

### 【下身】

裙子以及膝為佳  
絲襪不脫線，顏色不誇張  
著長褲則選擇簡單樣式





## ■ 面試當天的注意事項

面試當天，務必注意守時、尊重、禮貌等各種細節，才能讓對方留下好印象。



### 面試當天不可不知 part 1

#### ★ 面試務必拘小節

- ✓ 準時是最基本的禮貌
- ✓ 穿著適當，儀容整潔
- ✓ 若臨時有突發狀況，一定要告知對方並另約時間
- ✓ 手機關機，進入前一定要敲門
- ✓ 有禮問候、保持微笑、自然互動
- ✓ 挺直自然的坐姿與手勢
- ✓ 專注而友善的聆聽
- ✓ 應答簡要切題，用字有禮合宜
- ✓ 不瞭解的事情，可以謙虛請教，不宜逞強裝懂
- ✓ 結束時別忘了微笑道謝

除了面試禮儀，面試安全也是一定要注意的！「高薪聘請、無經驗可」、「工時短、工作輕鬆」、「先繳費拍照、廣告就可以接到手軟」、許多徵才訊息看似好處多多，但卻可能暗藏陷阱，求職者應徵時務必多加注意！



## 面試當天不可不知 part 2

### ★ 面試一定要安全

- ✓ 瞭解公司是否合法
- ✓ 斟酌是否請親友陪同至面試地點門口，但不宜一同進入公司
- ✓ 確認公司業務與工作內容是否合常理
- ✓ 不要繳交任何不合理的費用，如宣傳照、訓練費、保證金...等
- ✓ 不購買以任何名義要求購買的任何產品
- ✓ 不應求職公司要求辦理任何卡片或票據
- ✓ 不隨意簽下任何的契約或文件
- ✓ 證件及信用卡隨身攜帶，不讓求職公司保管

## ■ 面試的後續

倘若面試的結果如果不如預期，我們該做什麼呢？



簡單來說，主要就是檢討、分析、調適與準備四個部分。反思先前的經驗，進行自我的檢討，接著，進行全面的自我分析，看看是不是老是在哪個部分被問倒了？並且針對弱點，加以補強；第三，雖然先前的面試失敗了，但千萬別因此而氣餒，這只是表示現在的我不適合這家公司，不代表自己很糟，保持正向樂觀，多給自己一點鼓勵！最後，則是積極地準備下一次的面試，並在充分的準備後，帶著信心重新再出發！

## 結語

透過這本手札，同學們是不是都對於「面試的方式」、「面試的問題」與「面試的準備」有了更清楚的認識呢？許多求職者在求職的過程裡，常常為了怕找不到工作，過程中常患得患失，或者最後在不合適的工作裡委曲求全，其實，就像求職者希望能夠找到一家好公司一樣，徵才公司也希望找到優秀的好員工，它其實是一個雙向的選擇過程！也就是說，若我們能在學習的過程裡，提前培養扎實的專業能力，累積多方的工作經驗，並在求職時做好全面的事前準備，則越可能成為求職行動中可以有所選擇的一方，也可以更有優勢地，自信從容面對找工作的過程！

期待同學們透過這本手札的運用，讓自己在學習與求職的過程裡能有更豐富而周全的準備，並且順利達成自己的求職目標！

## 參考資料

- 104 人力銀行

<http://www.104.com.tw/>

- 1111 人力銀行

<http://www.1111.com.tw/>

- 全國就業 E 網

<http://www.ejob.gov.tw/#&panel1-1&panel2-1>

- 台北市政府勞動局

<http://www.bola.taipei.gov.tw/mp.asp?mp=116003>

- 2014 年 2 月 30 雜誌「9 家龍頭公司的面試考題」

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a template for writing or taking notes.



A series of 21 horizontal dotted lines for writing.





A series of 20 horizontal dotted lines for writing.