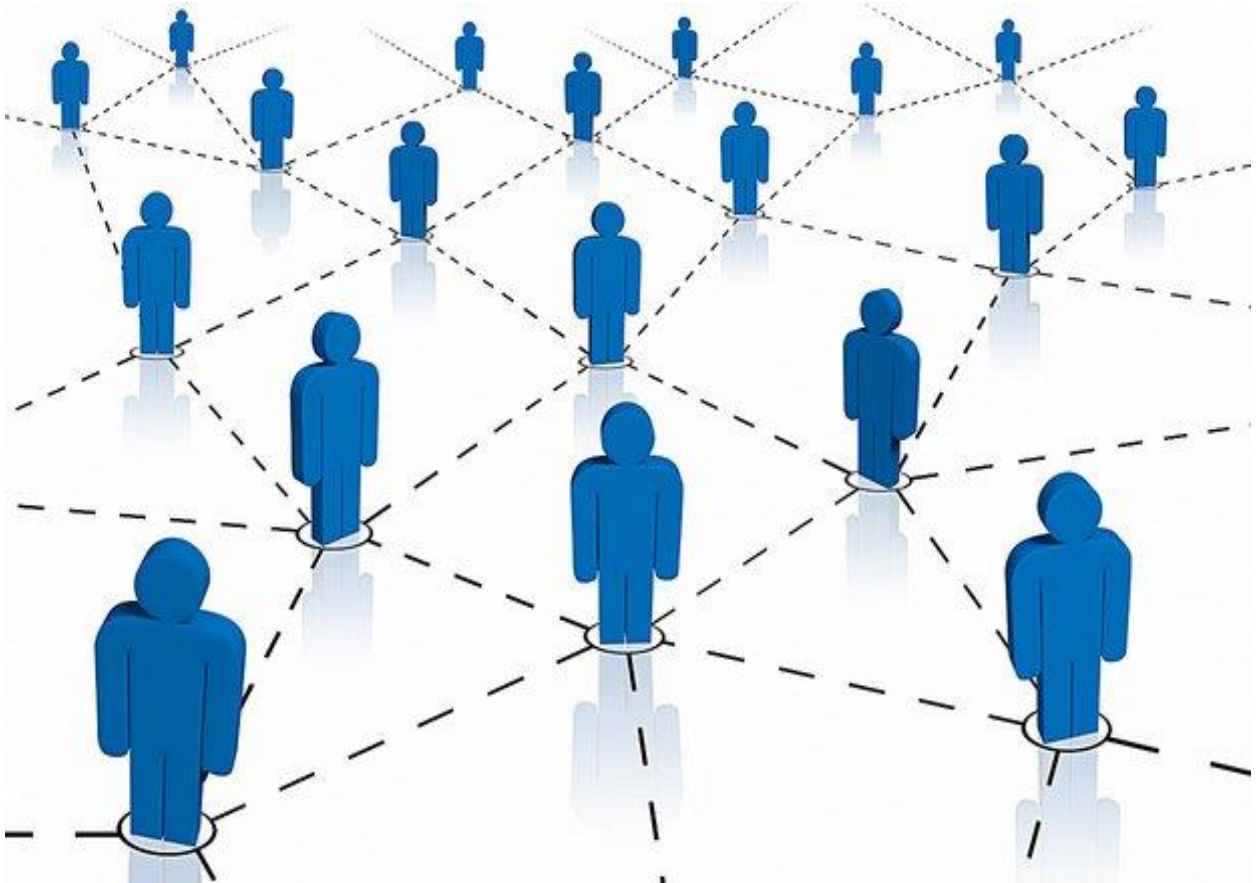
學會建立人際關係

~大學生的人際必修課



主講：盧世安

HR i CAREER

人資i職涯

【主講簡介】

盧世安

- 全國最大人資專業社群/社企

  「人資小週末 HR_Friday」創辦人
- 人資社會責任協會HRSR/特約講師
- 擺渡系統設計/職涯顧問
- 人資i職涯 粉絲團/版主

HR i CAREER

人資i職涯

課程大綱

- 人際關係＝人脈！？
- 數位時代的人脈解析
- 人脈經營的裡&外
- 人脈建立實務行動

HR i CAREER
人資i職涯

妳/你現在手機電話簿裡
有多少人願意借你

HR i CAREER
人資i職涯

一個人永遠不要靠自己

一個人花100%的力量

而要靠100個人

花1%的力量

HR i CAREER
人資i職涯

人脈定義

必定是你認識的人願意「認同你」　可以「為你所用」，願意幫助你「做事更有效果、更方便」，才可以稱為你的人脈。

HR i CAREER
人資i職涯

- 人脈就是每個人的社交網路
- 人脈就是人際關係網，就是你結交的好人緣
- 人脈就是你在需要時，可以毫不猶豫開口求助的人
- 人脈就幫你達成夢想的「貴人」出現
- 寧可結交一個朋友也不能樹立一個敵人

負人脈

HR i CAREER

人資i職涯

人脈的重要性

- 根據美國史丹佛研究中心（Stanford Research Institute）發表的一份調查報告指出：一個人賺的錢，
  - 12.5%來自個人知識
  - 87.5%來自人際關係
- 專業是利刃，人脈則是秘密武器 。

HR i CAREER
人資i職涯

哈佛大學針對貝爾實驗室的研究員的調查：

- 傑出研究人才，專業能力不是很強，關鍵在「會運用人脈」

【一般表現研究員】
遇到棘手問題，努力請教專家，卻因苦候回音而浪費時間

【頂尖人才研究員】
平時已經建立豐富人脈網，一旦有事求助立即可得到回應

HR i CAREER
人資i職涯

人脈的特徵

1、消息來源多且準確的人：

例如可以提供商機好的工作機會的朋友。

2、本身誠信夠，說話有影響力的人：

可以在關鍵時刻替你美言幾句，有影響力的朋友。

3、擔任職務上的「窗口/承辦人」角色：

可以協助你工作順利的朋友。

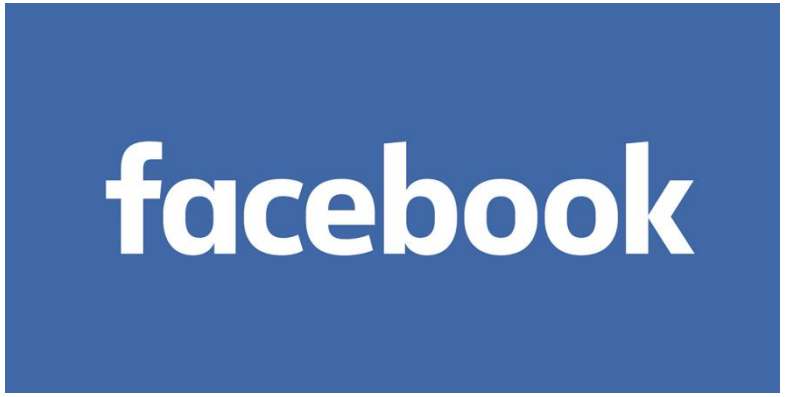
HR i CAREER
人資i職涯

三種人脈網絡類型

	工作型	個人型	策略型
目的	提高工作效率；維持團隊所需的能力與功能。	增進個人與專業的發展；透過這類人脈取得有用的資訊，並結識其他人脈	辨明未來的優先要務與挑戰，尋求利害關係人的支持。
時地範圍	人脈多半在組織內部；以當前需要為導向。	人脈多半在組織外以當前利益和未來潛在利益為導向	組織內外都有人脈，以未來為導向。
關係對象	不太能自主選擇建立關係的對象；多半取決於工作需要及組織架構，因此應建立關係的物件很明確。	多半能自主選擇建立關係的物件；但應該和哪些人建立關係，並不明確。	主要對象依策略背景和組織環境而定，但可以自主選擇對象。應該和哪些人建立關係，並不一定很明確。
人脈屬性與關鍵行為	強調深度：建立密切的工作關係	強調廣度：向外建立人脈，透過這些人脈再結識其他對象。	強調槓桿運用：同時建立內外的關係

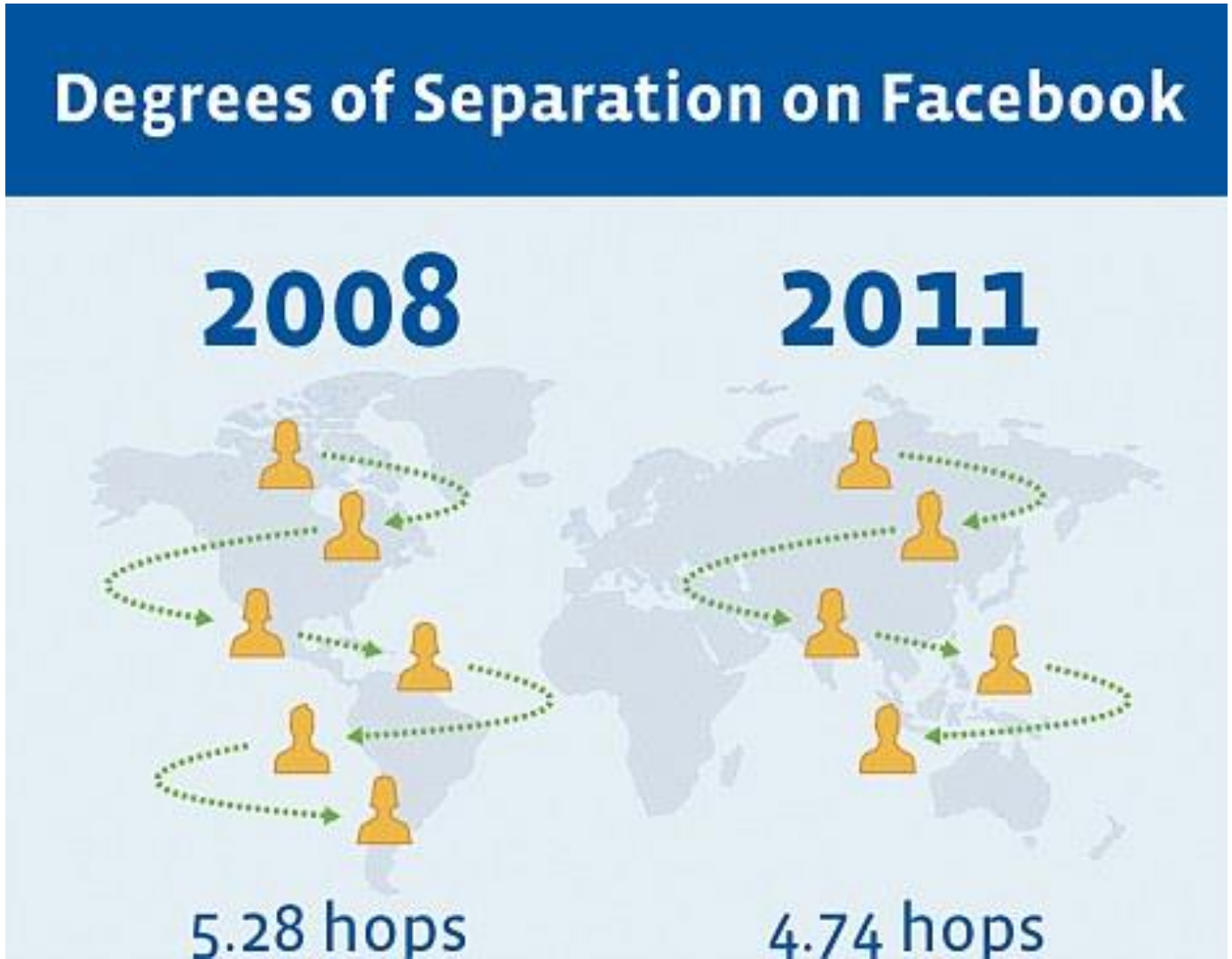
人資i職涯

數位時代的社交網路 解析-1



HR i CAREER
人資i職涯

數位時代的社交網路 解析-2



六度分隔理論

Six Degrees of Separation

HR i CAREER

人資i職涯

數位時代的社交網路 解析-3

人際中關係深淺強弱區分

強 聯 結 & 弱 聯 結

HR i CAREER
人資i職涯

數位時代的社交網路 解析-4

如何有效維護人脈?!

維護 = 交流

- 不熟不要裝熟
- 不要沒事獻殷勤
- 態度誠懇不白目
- 請人幫忙的評估與分寸

HR i CAREER

人資i職涯

人脈經營的

外在&內裡

HR i CAREER

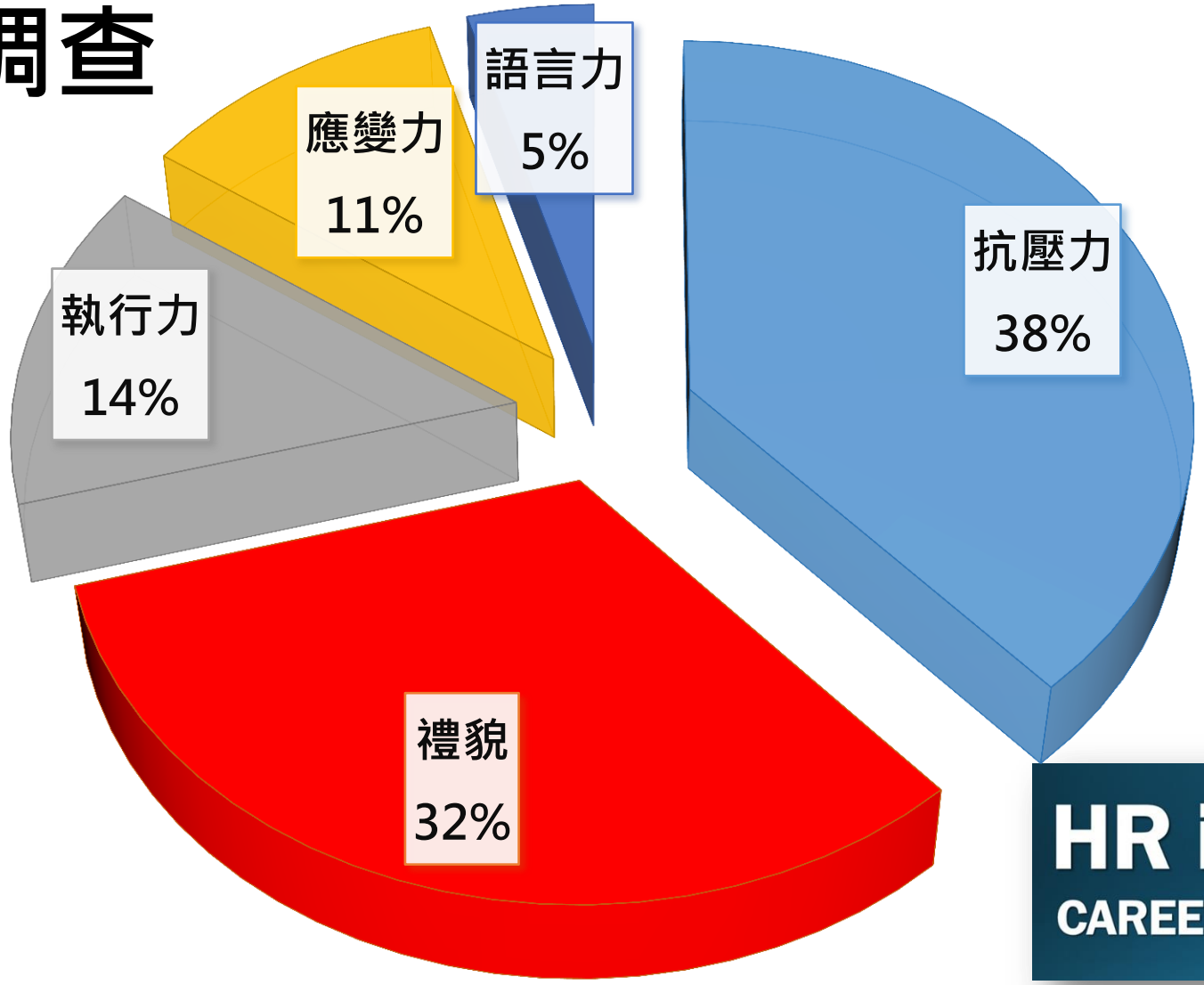
人資i職涯

Cheers 快樂工作人雜誌

針對超過4千位上班族調查

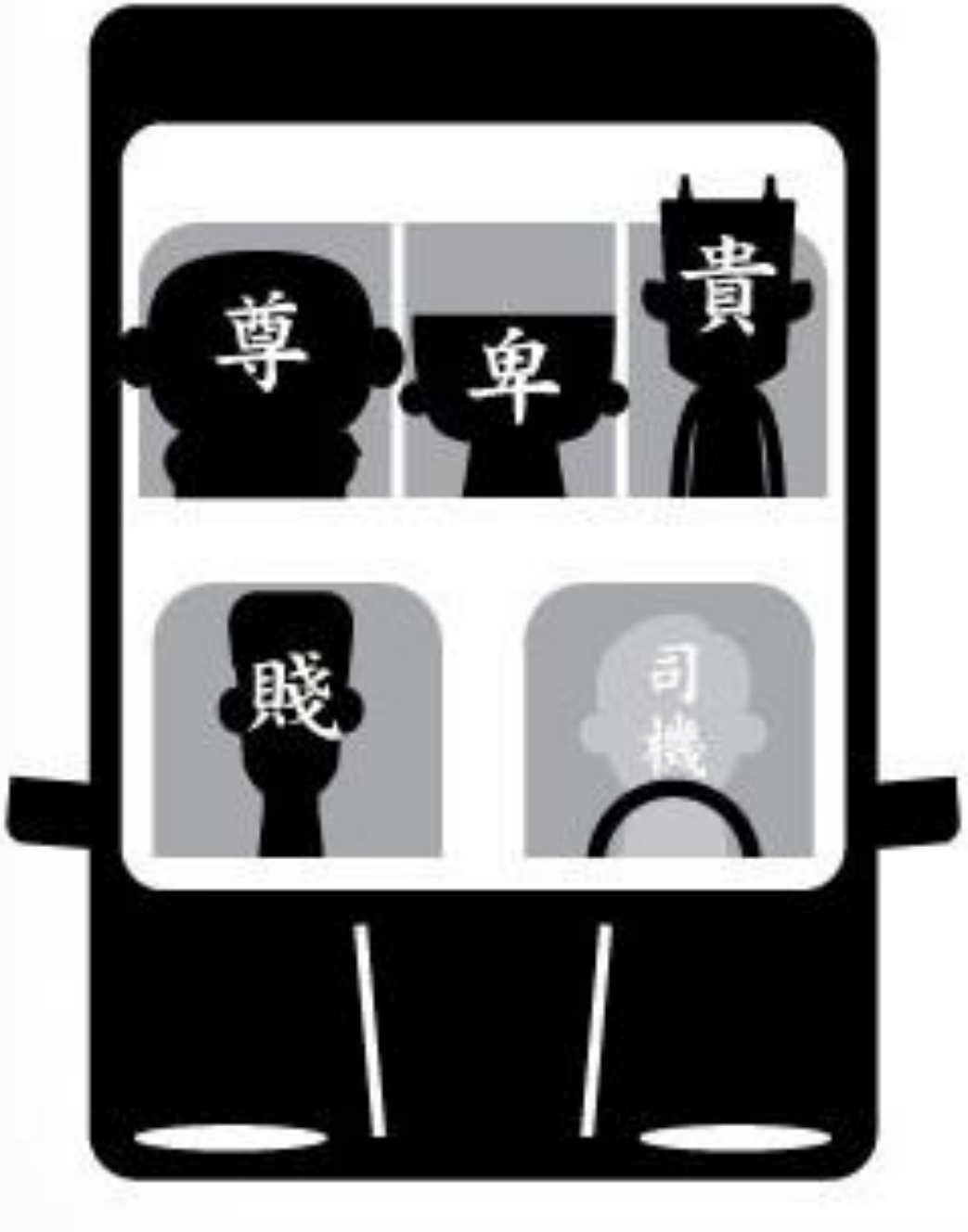
主管眼中

七年級表現最需加強部份



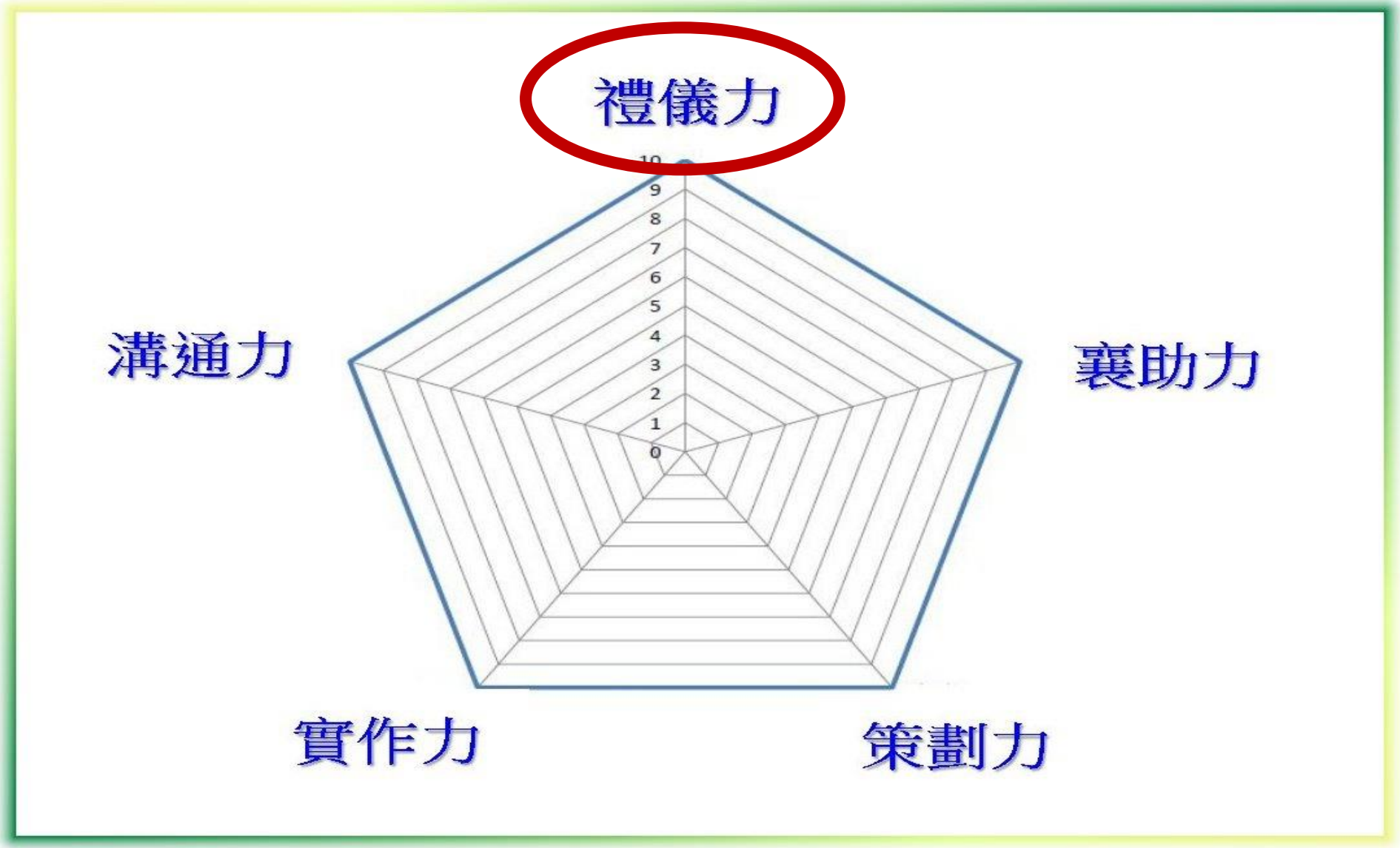
HR i CAREER 人資i職涯

職場禮儀
乘車篇



擺渡
TSquare / system design

現代職場「競爭5力」新思維



建立禮儀力的三階段：

- 「知道」

  具備通用禮儀的知識，才不會誤用鬧笑話

- 「觀察」

  注意別人、尤其是前輩如何待人接物

- 「練習」

  透過生活具體實践

心中有別人

網路流傳很久的一篇文章

擺渡
TSquare / system design

- 職場沒有「不拘小節」這回事！
- 6個你該懂的人情世故

HR i CAREER
人資i職涯

1. 沒有「不拘小節」這回事

HR i CAREER
人資i職涯

2. 沒禮貌比沒專業更糟

HR i CAREER
人資i職涯

3. 永遠不會有「下一次」

CAREER
人資i職涯

4. 頭銜愈高，愈有禮

HR i CAREER
人資i職涯

5. 有禮，
貴人自動上門來

人資i職涯

6. 低標要比別人高

HR i CAREER
人資i職涯

用心當個

「好禮人」

HR i CAREER

人資i職涯

維持好的人脈 靠?

『良好溝通』

HR i CAREER
人資i職涯

溝通就像是跳舞

是一個互動的過程

溝通的品質

決定人生的品質

HR i CAREER

人資i職涯

初始人脈溝通的五個要點

1.克服害羞的個性，建立自信

2.保持輕鬆，主動開啟對話

3.準備好自我介紹，30秒鐘就好

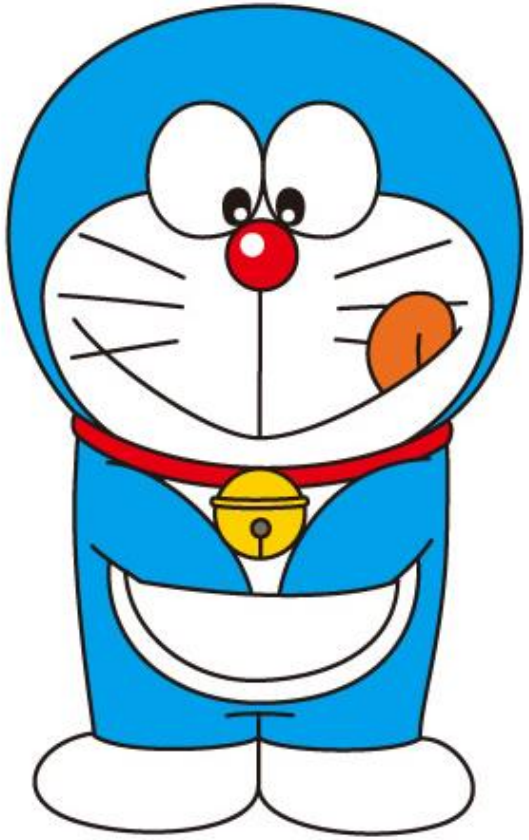
4.瞭解自己的溝通模式，快慢自如

5.懂得聆聽，適時回應

HR i CAREER

人資i職涯

人脈溝通兩大法寶



- 完整快速表達的能力
- 適時讚美他人的能力

HR i CAREER
人資i職涯

人脈建立實務行動

HR i
CAREER
人資i職涯

人脈不是被動擁有 而是主動出擊

❖一個人要得到他想要結果，就必須要做好兩件事 ：

1.要有一個想法，一個非常有創意的點子

2.馬上行動，行動才會有結果

HR i CAREER
人資i職涯

不要忘記舊同事/老朋友/老同學

- 不要忘記舊同事/老朋友/老同學，
- 保留好他們的資料
- 定期與他們溝通或聚餐
- 從公司角度尋求一些合作

HR i CAREER
人資i職涯

不妨經常參加一些培訓班或研習會

突破自己的舒適圈

- 建立同業交流圈
- 建立異業交流圈
- 建立知識交流圈
- 建立休閒交流圈
- 建立運動交流圈

HR i CAREER
人資i職涯

結論-人脈 3個10年

-出社會第一個10年：
並不需要刻意把重心花在建立關係上，而是利用每一次把事做好的機會，附帶就建立人脈。

-第二個10年：
是專業與人脈並重的階段。這時，除了靠工作上的往來建立人脈，也可以發展出私人的社交圈，利用這
個圈子學習與不同專長的人互動的好機會。

-第三個10年：
人脈關係將優於專業，因為專業的部分會有你的下屬幫你完成，而你的人脈關係也就是能為這些專業加值的地方。

HR i CAREER
人資i職涯

在好萊塢，流行一句話：

一個人能否成功

不在於你知道什麼（what you know）

而是在於你認識誰（whom you know）

- 不是不要培養專業知識，而是強調 - 「人脈，是門票」

HR i CAREER
人資i職涯

感謝您的聆聽

祝福大家 未來求職一切順心!

HR i CAREER

人資 i 職涯