

履歷撰寫技巧

唐元熙
NANCY TANG
HRSR 社務顧問



經歷與背景

● 現任

HRSR 社務顧問

倍能顧問公司 顧問

非營利組織/社會企業 顧問
(夢想之家/誠致教育基金會/
為台灣而教(TFT))

醫療與餐飲服務業 顧問

● 曾任

104資訊科技(股)公司 人資長

威盛電子(股)公司 人資經理

英群企業(股)公司 人資經理

法商台灣國際標準(股)公司 人資主任



● 曾任

行政院勞工局勞工進修訓練評鑑委員

北區電子資訊業人資主管協會會長 (NeHR)

北市市政府勞動局「幸福企業」評審

中華人力資源管理協會講師

● 專長與輔導案

- > NPO/社會企業/新創企業 營運策略與制度建置
- > 人力資源策略規劃與管理
- > 關鍵人才管理 與 接班人計畫
- > 職能發展與評鑑、職能面談選才與訓練發展計畫
- > 員工滿意度調查
- > e-HR管理系統規劃與效益評估

● 學歷：銘傳大學管理所碩士

學習目標

了解履歷與求職的相關與重要性，撰寫一份真實且能凸顯自己優勢的履歷內容，讓面試官一看到就想要面談。

求職市場的狀況如何？



失業率高居不下

- 2016年失業率仍然高居3.92% (相較2015年+0.14%)
 - ✓ 失業人數: 46萬人
 - ✓ 高居亞洲國家之冠 (2016年1~9月: 香港 3.38%, 南韓 3.72%, 日本 3.16%, 新加坡 2%)
- 2016年失業率以年齡層分
 - ✓ 15 至 24 歲失業率4.08%最高 (25萬4千人)
- 2016年失業率以學歷層分
 - ✓ 大學及以上程度者失業率最高 4.84% (19萬2千人)
 - ✓ 7~8月畢業季失業率高達12.60% 呈現普遍的新鮮人待業狀況。

新人到職一個月內走幾人？

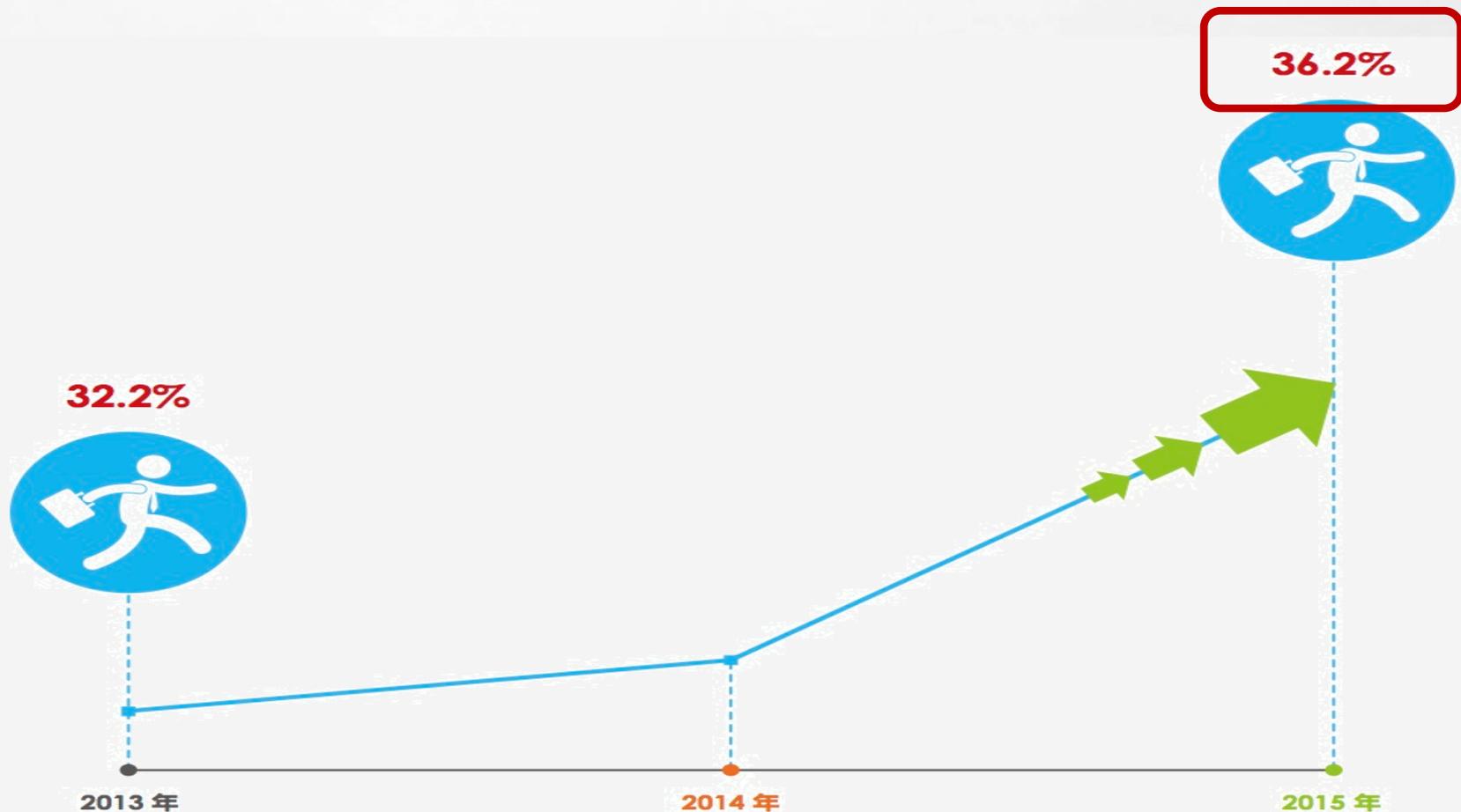


圖 3-1：2013 年 ~ 2015 年新人到職一個月內閃辭比例變動

到職半年後剩幾人？

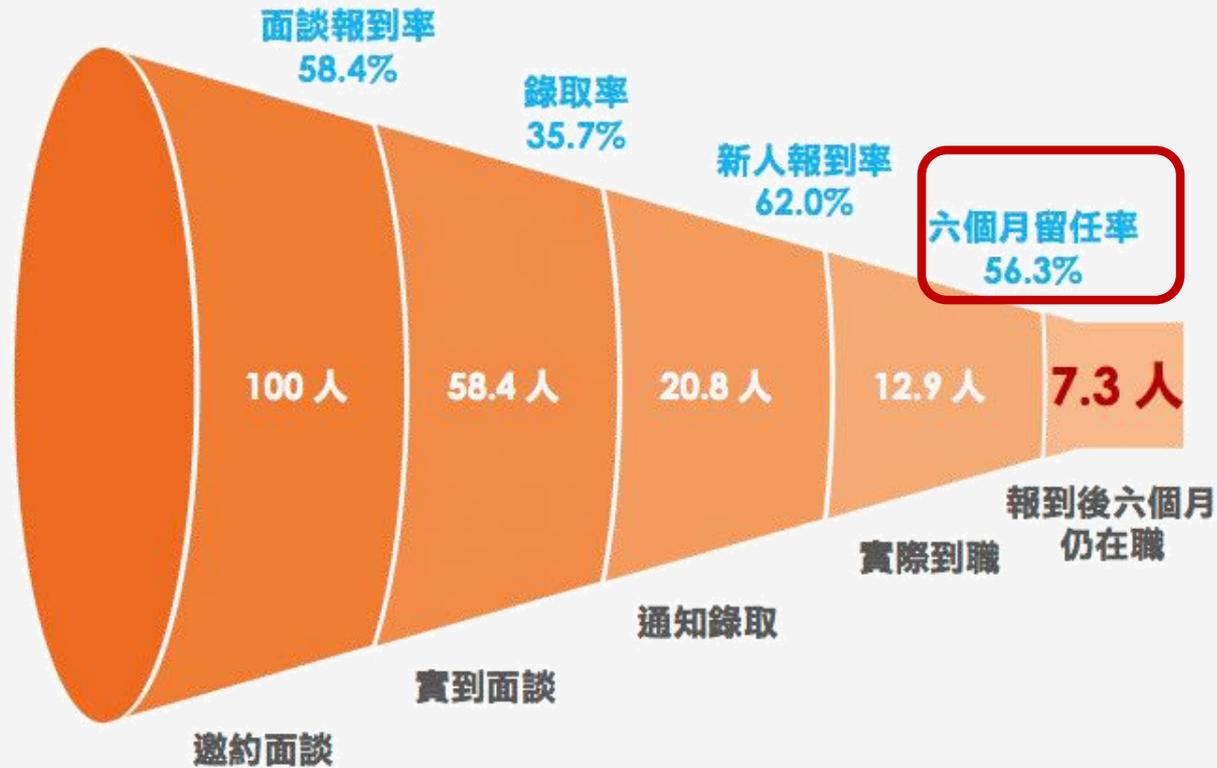


圖 4-1：整體求才歷程之人才留任率

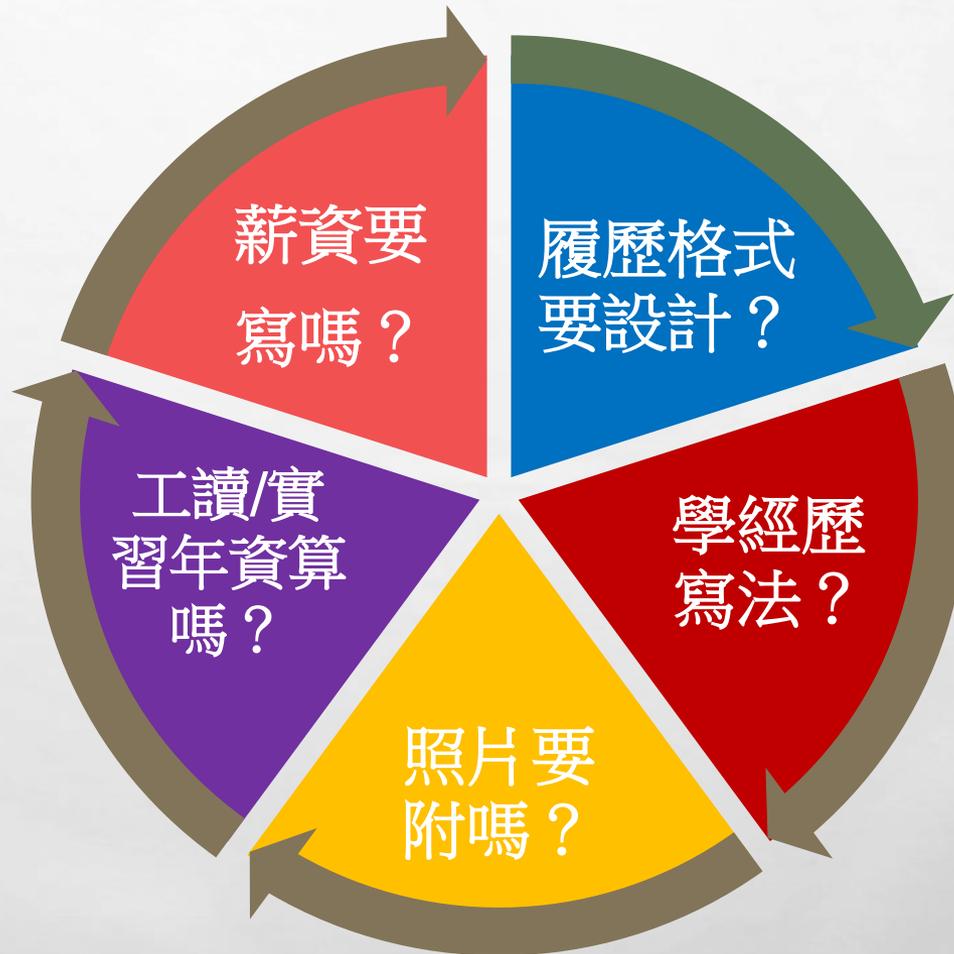




履歷撰寫的重點



履歷撰寫的問題



你和他們差在哪裡？



他的工作經歷是這樣寫的

工作經歷

公司名稱	xx媒體工作室	產業類別	設計類別
職務名稱	設計員	工作期間	6個月

工作內容

工作內容大多是影片製作，及影片特效，我負責的部分是影片特效，這讓我學習應用我平面設計、分鏡的專業知識在這影片的特效上，在這間公司的期間，我完成了4部宣傳影片的特效、9部MV的字幕動畫。

整形前後



工作內容

因為喜歡且想學習廣告設計相關的實務經驗，在大三上學期及暑假期間，由朋友推薦至xx媒體工作室協助廣告設計中的影片特效製作，學習到平面設計、分鏡繪製、特效軟體應用（After Effects, Final cut, Illustrator）、影片製作、動畫製作等的專業知識，具體成就如下：

1. **提升製作效能**：由三、四天製作一部影片特效且需要主管多次修改，提升至半天完成一部影片特效，且符合主管要求的品質。

2. **代表作品**：

-完成十首專輯音樂MV製作，目前在youtube具有很高的點閱率，例如：[xxx專輯-AA&BB]，在youtube點閱率達290,164次&24,749次，已成為暢銷歌曲。

-完成了4部宣傳影片的特效如代表作「xx公司的宣傳片頭」是。最具效率與品質

3. **具備「工作管理」、「團隊合作」與「溝通協調」的能力**：

-工作管理能力：對於MV影片製作相關任務，我會先排出優先順序與輕重緩急來完成工作，確保工作如期如質順利完成，獲得主管讚許。

-團隊合作能力：在執行MV影片製作的分鏡繪製時，曾配合公司需求加速調整自己的產出時間，不會固步自封只管自己，以達成團隊共同目標達成為主要考量，並順利完成。

-溝通協調能力：討論或協商任務內容，我習慣的會仔細聽懂對方的意思或要求加以確認後努力執行，而相關的工作產出，我亦會階段性與主管或同事核對一致性的方向，確保結果如預期，這樣的溝通方式讓主管同事與我的溝通很順暢

他的社團經歷是這樣寫的

社團經歷

社團名稱

xx國際志工社

職稱

社長

工作內容

開學後，接任了國際志工社長一職，任職一年中我學習到很多在課堂上學不到的經驗，我主辦『憶。菲律賓』攝影回顧展，一手包辦所有的活動事項等，吸引上百名的師生觀賞，再度檢驗與肯定自己的活動主辦能力。另外，微電影比賽得了第二名。

整形前後



社團經歷：xx國際志工社 社員

由於具有菲律賓當國際志工的經驗，於開學之際，接任了國際志工社社長一職，任職一年中我學習到很多在課堂上學不到的軟實力與工作技能，具體成就如下：

- 1. 規劃能力：**主辦『憶。菲律賓』攝影回顧展，一手包辦企劃撰寫、人員配置、場地構想等，吸引上百名的師生觀賞，**活動參與人數比預期高出一倍，活動進行順暢並獲得老師與夥伴的讚賞**，亦辦過敬老院、淨灘、國小營等大型活動，歷練自己具備活動規劃與執行能力。
- 2. 具備團隊合作、溝通能力：**藉由每學期固定開社課機會，我安排六名幹部輪流當總召，以達成團隊目標為活動宗旨下，訓練了每個總召的組織規劃與領導能力，也透過與夥伴的互動，增加溝通機會並有共識的達成團隊目標。
- 3. 微電影比賽第二名：**參加微電影比賽，更熟悉剪輯軟體的應用，透過一次又一次的修改，讓作品更臻完善，獲得第二名的佳績。

這樣寫可以嗎？

● 社團與幹部經驗

- 第十屆親善志工隊：親善志工隊是本校禮儀代言人，平時有許多禮儀訓練，及協辦各項校內外禮儀活動
- 班代：擔任兩任班代
- 第十二屆秘書美宣組：美宣及影片拍攝及宣傳社的各項活動

他的自傳是這樣寫的

我叫做吳xx，今年23歲。小學時父母離異，造就了我獨立自主的個性。

我擅於規劃自己的生活，也能快速適應改變及不同的環境。察言觀色也是我的專長，但感謝上帝，我沒有因此變的做作或孤僻，而是能主動瞭解對方的性格、並細心發現周遭的人的需要，成為一個適時體貼別人的人。因著家庭因素，我經常接觸大陸不同的文化、學會羅馬拼音及簡體字、我也在泰國當地的學校讀了一年書。那段日子開啟了我對不同文化及語言的興趣！我漸漸發現自己的語言能力還不錯，於是考進xx大學的德文系學系，後來我因著想學管理，就轉學到bb大學就讀企業管理學系。雖然比別人慢了一年開始讀企管，但讀得滿順利的，我用三年補齊需要的128學分。且在畢業專題論文競賽中，我帶領的組別拿到全班第一名。

上了大學後，我做過幾份打工。其中值得一提的是我在xx百貨公司打工的日子。我的職位是小朋友俱樂部的櫃檯人員，在那裏，我不只學會了安撫不想回家的孩子、傾聽生活單調的家庭主婦的心事，也學會了舉辦簡單的活動、和如何同時進行多項行政事務。在特殊的日子，除了一般例行的會員資料建檔、積點換禮物、盤點贈品數量、生日會之外，所有的贈品兌換、會員續卡、辦卡、刷卡等工作，都是在我們櫃檯辦理。感謝所有的來賓，讓我學會在忙碌混亂的工作中，能冷靜、友善且快速的完成任務。現在的我，是xx公司的公關募款部門的實習生。在主管的教導下，我一步一步學習如何成為一個好的PM。了解每個夥伴不同的優勢，並把正確的人放在正確的位置。當巨大的任務來臨時，學習將他分解、並按部就班的將它實踐出來。

工作經歷

XX公司的公關募款部門的實習生

大四參與XX公司實習工作,負責「XX募款行銷專案」的規劃與執行,專案規模人數約20人為期半年,從專案發想到具體的目標與執行步驟與成效指標均由我完成,並整合運用團隊組織及廣告、公關媒體的資源,成功的達到與超越專案目標,說明如下:

- 募款金額XX元: 超越目標120%
- 捐款者人數XX人: 達到目標(100%)
- 捐款者滿意度達4分(六分量表), 超越目標1分: 當日活動進行順暢捐款者給予很好的評價與回饋
- 具備行銷專業技能: 工作期間完成行銷專業基礎與進階課程: XX(名稱), 由行銷專家導師XXX先生教導, 快速地運用學習成果提升專案效能, 導師給予很佳的評鑑分數(4分)與激勵的回饋
- 具備「專案規劃能力」、「團隊合作能力」、「溝通能力」行職能; 評鑑分數達3.2分, 超越目標值3分, 並獲得執行長、同儕與專案成員正面回饋與讚許

你的履歷寫的如何？



自傳撰寫還要注意的項目

- 分項條列且要『分段分行』
- 要與『職務相關』
- 具有個人所擁有與職務相關的重點：知識,技巧,能力
- 有個人個性與特質
- 要『具體陳述』
 - 具體舉出曾做過的事例與良好績效表現
- 一定要知道「關鍵字」搜尋的重要性

THANK YOU!

Q&A

