



發行人：劉思煌
出版：輔英科技大學
編輯：學務處職涯發展中心
電話：(07)7811151-2250
~您的職涯好夥伴關心您~

編者的話

依據帕森斯(Parsons)提出職業選擇行為的三項步驟：

- 認識自己：包括自己的興趣、性向、能力、價值觀念、人格特質、以及各方面的限制。
- 認識工作世界：包括各類職業所要求的工作條件。
- 對自己以及工作世界的所得資料作適當的推理，找出這兩者之間的關係，並作一個適當的配合 (林幸台等人，1997)。

本校學務處職涯發展中心至今已發行33期職場電子報，期藉由就業相關訊息，以提供多元職涯輔導面向，亦期盼即將踏入職場社會新鮮人順利職場接軌。

RICH電子報

教育部RICH職場體驗網電子報出刊囉.....內容有工讀、求職等資訊及職場達人經驗分享，內容豐富。請趕快上網瀏覽本期RICH電子報。

網址如下：

http://rich.yda.gov.tw/richCandidate/epaper/viewMainContent.jsp?em_id=EM00000912

本期主題

畢業季倒數計時，您準備好了嗎？

隨著畢業的腳步接近，升學？就業？創業？
下一步您想怎麼走？

本期電子報「名人分享」專欄，喜舖CiPU是台灣自創超輕量媽媽包品牌創辦人周品妤與您分享創業之路。

別害怕去做不簡單的事。
重要的事情，一定都不簡單。
- 老爺酒店集團執行長沈方正 / Cheers雜誌164期



人脈，應該是這樣來的

整理◎ 歲爺

最近看到一篇好文章，讓歲爺想到這些有趣的往事。文章很長，主要來擷取、整理其中的「重點」。記得當年才20歲出頭，我還是天真白目的社會新鮮人，看了許多勵志書籍，作者都說「開拓人脈」很重要，所以菜鳥如我常常會出席一些聚會，想要多「結識人脈」。但當時很常遇到幾種很窘的狀況：

聚會時「好兄弟」，事後變成「你哪位」

在這類的社交聚會，常有機會認識不少有成就的前輩、長輩，我總是表現出一副上進青年的模樣，每次都被長輩們稱讚是「有為的小兄弟」，如果未來工作上需要協助，一定會幫我。

後來，我真的信以為真，「斗膽」嘗試了幾次。有一次想拜託某大報消費線的記者大哥，幫忙曝光一則公司的新聞稿。這位大哥在聚會對我讚譽有佳，當我在電話裡很客氣地報上名字，請記者大哥幫忙報導時，他在電話那頭冷冷地回：「你以為你是誰啊！要我幫忙登我就要幫忙！」然後就掛電話。另外還有一次，一位廣告公司的老闆也是在聚會中說：「你很優秀喔！如果要跳槽，就來我公司！」結果，我不久後真的有想換工作的打算，滿懷希望打電話給那位前輩，他只是請我把履歷寄給人事部，然後.....就根本沒人和我聯絡。

視而不見，把人當「空氣」

讓我記憶最深刻的就是這件事了。在一次社交聚會上，有位「少年得志」的菁英份子，年紀和菜鳥歲爺相當，那次熱心的友人想要把我引薦給他認識，當朋友介紹完歲爺後，那位「菁英份子」完全沒說一句話，而且從頭到尾都正眼都沒瞧我一眼。

最近看到一篇好文章，讓歲爺想到這些有趣的往事。文章很長，主要來擷取、整理其中的四個「重點」：

- 1、人脈不在別人的身上，而是在自己身上：**只有讓自己變得強大，才能獲得有用的人脈！
- 2、修正錯誤的「人脈觀」：**「認識越多人」不等於「人脈廣」。
- 3、人脈的基礎是你的「被利用價值」：**你的利用價值越大，人脈就會越靠近你。與其把時間花在多認識人上面，不如花時間提高自己的個人價值。
- 4、少「巴結」，多「互助」和「提攜」：**投資和我們程度相仿的人，建立一種平等互助的關係。另外，多「提攜」比自己後進的人，就好像逢低買進潛力股，這類股票才是真正能讓人賺大錢。

范冰冰曾說過：「我不嫁豪門，我就是豪門。」對待人脈也該是這樣——我不追求人脈，我就是人脈。

(資料來源：Cheers雜誌)

3秒思考，2秒決定！職場上必修的超效率思考術

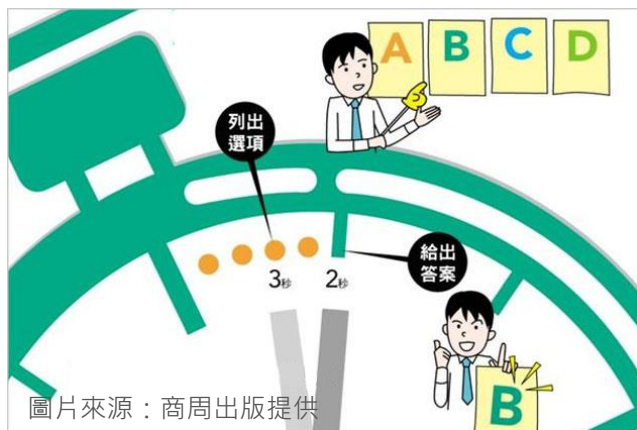
撰文◎ 下地寬也

問問題的人只會等你「5秒」，超過便會不耐煩。因此，在職場上必須能以這樣的速度歸納想法，並給出答案！

「三秒選擇，兩秒決定」的人不會猶豫！

每次看到做事速度慢而需要經常加班的人，就會發現他們每天都會被主管罵，「你到底在磨蹭什麼？」、「你都沒有想過工作的先後順序嗎？」

如果仔細觀察那些「做事慢吞吞」的人，會發現他們在工作上有非常明顯的三種特徵。



圖片來源：商周出版提供

①在無需猶豫的節骨眼猶豫了

「要從哪裡著手比較好呢？從這件事開始嗎？還是那件事？不過總覺得哪邊都不對。」（哎喲，越來越搞不清楚了.....）

明明就不是迷宮，自己卻蓋了一座迷宮，然後走了進去。

②在不用花時間的部分浪費精力

「怎麼樣的表現比較好呢？還是再仔細調查一下比較好吧。顏色再深一點可能好一點吧。」（希望有多一點的時間.....）

明明整體的樣貌都還不完全，卻把時間花在小細節上。

③交出來的資料經常需要重做

「這樣的資料應該會批准吧.....因為主管連小細節都會檢查呢。希望一次就能夠過關。」內容沒有達到對方要求，總是不斷修改，導致工作進度受到影響。

「三秒選擇，兩秒決定」的人完全不會有上述三種狀況。請先仔細想想自己的工作狀態，檢查自己是否有上述三種嚴重的問題。

「三秒選擇，兩秒決定」的人會以五個步驟思考

「三秒選擇，兩秒決定」的人，平常就會在瞬間利用以下的步驟思考。

①首先找出整體樣貌

先思考「對方的意圖或目的是什麼？要如何回答才好？」同時也要想想自己的回答是否可行、需要多少時間與精力等大致的安排情況。

②搜尋腦中的知識

思考是否有跟答案相關的資料或類似的模式。不足的資訊則建立假設補足。

③發揮創意，選出數個選項

把大致的資訊存放腦中，同時選出問題與解決對策的數個選項。不要單純地只選擇一個資訊，應該試著排列組合，找出適合的選項。

④評估並且鎖定、做出決定

鎖定實際且可能有效的最終方案。先利用直覺，從許多選項中鎖定，然後以邏輯追蹤並確認該決定是否正確。

⑤思考傳達方式

想像對方在意的部分，再選擇說明方式。

「三秒選擇，兩秒決定」的人對工作的時間有概念

寫一封簡單的電子郵件、製作一份A4內容的資料或是向主管報告等等，各位是否有概念需要花多少時間呢？

「三秒選擇，兩秒決定」的人，對於做任何事情都有非常明確的時間概念。

由於瞭解做什麼事情需要多少時間，所以他們排定的時間不會延誤。

總之，他們工作時腦中經常意識著時間。

無法做到「三秒選擇，兩秒決定」的人，對於寫一封電子郵件或是向主管報告要花多少時間等，完全沒有概念。寫一封電子郵件就是毫無限制地花時間把需要的內容寫完，說明到主管理解為止。

若是這樣就無法掌控時間。正確的做法應該是在已經決定好的時間內組合所需的內容，而非無止盡地花時間直到內容做完為止。

假使如果手上沒有碼錶或是附有碼錶功能的手機，請務必準備一個放在公事包裡。試著計算各項工作所需的作業時間，這樣馬上就能夠培養工作的時間概念。

「三秒選擇，兩秒決定」的人就算套用模式思考也依然具有創意

就算聽人家說「模式」很重要，也有人認為「我想用自己的方法做出自己的風格」，或是「單純的工作我可以理解，但是企畫、研發、提案等需要創意的工作也必須記住這些模式嗎？」

沒錯，無論你的工作多需要創意，「模式」都是必須的。

如果你看過以前非常受歡迎的《料理鐵人》節目，應該就不難想像烹飪是需要創意的工作吧。看到頂級廚師在短短一小時之內完成好幾道創意料理，就會明白「模式」與創造性工作是可以同時成立的。

倒不如說，不知道模式卻能夠生產具有創意的東西，才是真正的天才吧。所謂「模式」就是前人累積出來的「順利完成的步驟說明」。就算知道這樣的固定順序，成果也會因為加入的巧思不同，而讓人感覺驚豔或平凡，而這就是勝負的關鍵點。

據說日本知名的單口相聲大師立川談志曾經對門下弟子說過：「有模式的人突破模式稱為創新，沒有模式的人突破模式叫做丟臉。」就算是想出如此天馬行空相聲內容的大師，也會在擁有模式之後，再透過自己的巧思進行創作。

周品妤：不怕衝撞、不怕犯錯、不怕繞路

整理◎王曉晴

創立於2010年的喜舖CiPU是台灣自創超輕量媽媽包品牌，從網路銷售出發，現已擁有台灣6個、香港2個實體櫃位，銷售範圍延伸到日本、新加坡、馬來西亞、歐美等國。喜舖的催生者是1979年次的周品妤，她是老闆，也是擁有一子一女的雙寶媽。對周品妤來說，老闆與媽媽都是她想扮演的人生角色，她努力追求兩者間的平衡，也用心經營。女性員工都把她當成榜樣，周品妤卻笑說，自己不是典型的女強人。經營企業與家庭都要有所取捨，懂得放下過多堅持，兩者平衡就不再那麼難。



圖片來源：王創緯

2008年結婚之前，我是個工作狂，後來結婚了，我就不想再回到人生只有工作的狀態，更不要被制式的工作綁住，所以我選擇創業，我認為這是可以讓人生更有選擇性與彈性的工作選項。我相信我們這一代女生的資源相對豐富，若想要有所成就，我也有信心可以找到自己想做的事業。

對我而言，人生有能力做出選擇，而不是被迫一定要做什麼，或非得在什麼時間點完成什麼，是讓我覺得最快樂的狀態，我相信這也是許多女性選擇創業的重要原因。況且，女性是感性的動物，心中都有一塊專屬自己的夢想田，想去付諸行動。

我常常聽到女生抱怨：「就是沒有辦法。」其實，只要肯嘗試、肯改變，願意冒險，有勇氣承擔後果，人生一定會有辦法，也可以擁有選擇權。即使碰到不理想的對象、工作，還是可以選擇離開、選擇溝通、選擇退讓、選擇找出第二或第三條路……，不論哪一項，都比待在原地自怨自艾要好。

放過自己，人生沒辦法全拿

當然，世事難料，我完全沒想到公司發展比我預期還快。到達一個階段後，工作愈來愈忙，我每天揹著兒子到公司上班，直到發現他每天跟著我跑來跑去很累，需要一個固定場所提供穩定的作息，我開始考慮是否要讓兒子提早上學。這一刻，我也面臨了職業女性常會遇到的問題，家庭與事業該如何取捨？

當時我超掙扎的，相較於男性，女性總想做到面面俱到。我心想，不是跟所有家人說好，要自己帶小孩嗎？於是徵詢所有人意見，甚至特地打電話到台東問婆婆，說是問，其實是想得到諒解。結果我婆婆很支持，我才體會到女性可以放過自己，人生沒有辦法全拿，你以為的不體諒，往往只是自己以為。

後來放下對這一點的固執，我發現我跟兒子的人生產值反而更高。兒子提早上學，得到更多學習樂趣，我的人生也因為有了區隔，更能專心同時扮演好老闆、妻子與母親的多重角色。

面對衝撞，像姊姊般不斷溝通

我的個性向來是隨遇而安，面對領導與管理也是如此。現在的世界變動太快速，身為企業領導者，必須不斷改變經營想法，才能讓企業活得更好。然而，員工未必能理解這項必然，他們只覺得老闆總是變來變去。為了化解大家心中的問號，我會一直透過不同方式與員工溝通。

這是女性領導人面對衝撞的好特質，我們就像姊姊一樣，總是願意不停地說，不斷透過各種辦法讓員工理解為何要這樣做，我們的難處、背後思考邏輯又是什麼，透過這個過程加強彼此的信任感。

同樣地，我也很能夠容許犯錯，員工只要告訴我他們為何犯錯？補救措施是什麼？我就能用平常心來看待。我認為，只要員工能夠從錯誤中有所獲得，偶爾讓他們繞一下路、跌倒一下也沒關係，再扶著他們爬起來，他們反而會走得更好、更穩。

我想跟每位女性分享的是，人生不要全拿，否則會很累。在每個角色轉換間，都要保留一點空檔與彈性，不管是安靜看本書或看場電影都好。保留人生的選擇權與自主性，才會更有能量往前邁進。

(資料來源：Cheers雜誌)

CAREER活動

日期	活動名稱	活動地點	活動地址
2016/6/4 13:30-16:30	【職涯活動】典藏價值·台灣文創躍國際	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/4 13:00-17:30	職涯定向團體：打開自信之門—活出自我的勇氣	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/5 13:30-16:30	【職涯活動】世界FUN大鏡-極地旅人的生涯彩虹	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/7 14:00-16:30	【名人講堂】「言」藝人生不設限-劉品言	高雄醫學大學國研大樓B2演講廳	高雄市三民區十全一路100號
2016/6/8 14:30-17:00	【職涯探索團體】★ 二十幾歲要懂的職涯方程式★	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/17 14:30-15:30	《專屬麻吉1+1》YS職業適性診療室	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/18 13:30-16:30	【職涯活動】《愛琳娜》，正港的「好台」電影	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/18 13:00-17:30	【職涯定向團體：原生家庭影響力】乘著愛飛翔-小人偶心理劇	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/19 13:30-16:30	【職涯活動】與《哆啦A夢》配音員近距離接觸	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓
2016/6/22 14:30-16:30	《專屬麻吉1+1》YS職業適性診療室	青年職涯發展中心	高雄市前金區五福三路21號8樓

職缺資訊

序號	公司名稱	職缺	聯絡電話/聯絡人
1	高龍科技資訊股份有限公司	專案助理(工讀生)	07-5225199#32
2	黃大沅診所	診所工讀生	07-7679299
3	王漢卿小兒科診所	護士/護理師	07-3877918
4	小松生技產業股份有限公司	短期包裝作業工讀生	kitokito607@yahoo.com.tw
5	義江中醫診所	護理師/護士	07-7010733
6	劉嘉修護理之家	護理人員	07-6222836/張玉枝主任
7	台灣麥當勞餐廳股份有限公司	兼職/表演人員	0918612329/許小姐

求職防騙

求職防騙三大原則

- (一)慎選合法公司
- (二)面試保持警覺
- (三)勿輕易簽署或留下證件

應徵三必問・五必看・七不為原則

(一)三必問

- 1.問明薪資、勞健保、出缺勤規定、工作時間等勞動條件。
- 2.問明確實的工作性質(內勤還是外勤)及職務內容。
- 3.問自己是要找一份工作還是找一個事業。

(二)五必看

- 1.是否是合法正派經營的公司。
- 2.是否是正常運作的公司。
- 3.是否有潛在的人身安全危險或暗藏求職陷阱。
- 4.面試時是否草率輕易錄取。
- 5.是否待遇優厚到不合乎常情。

(三)七不為

- 1.不繳錢：不繳交任何不知用途之費用。
- 2.不購買：不購買公司以任何名目要求購買之有形、無形之產品。
- 3.不辦卡：不應求職公司之要求而當場申辦信用卡。
- 4.不簽約：不簽署任何文件、契約。
- 5.不離身：證件及信用卡隨身攜帶，不給求職公司保管。
- 6.不飲用：不飲用酒類及他人提供之不明飲料、食物。
- 7.不非法工作：不從事非法工作或於非法公司工作。

★當察覺求才訊息是不實廣告，可撥打電話至[高雄市政府勞工局](http://www.gov.taipei) (07) 07-8124613轉423、426檢舉★