

# 不要害羞~自我介紹技巧



主講人:楊智為

# 課程綱要

- 認識「自我介紹」的價值
- 「自我介紹」的應用範圍
- 「自我介紹」的基本技巧

範例：3分鐘記得我…

# 範例：3分鐘記得我

1. 大家都叫我？
2. 我現在住哪裡？
3. 我國中加入的社團？
4. 我大學時賣吸塵器被拒絕幾次？
5. 我什麼時候賺到第一個百萬？
6. 我去過幾個國家？
7. 我人生最大的夢想是？

# 自我介紹的應用場合

社交會場

# 社交會場的型態

- 原因:新加入或新成立團體(活動)
- 目的:聯誼交流
- 型式:輕鬆互動
- 時間:1~5分鐘

# 社交會場~七大要點

- 1.穿著合宜
- 2.大方友善★
- 3.問候禮儀
- 4.個人簡介
- 5.共同話題★
- 6.愉快對談
- 7.聯絡資訊★

# 範例：初見話題

1. 我(你)現在的工作(學校科系)是?
2. 我(你)是哪裡人?
3. 我(你)的美食或旅行經驗?
4. 我(你)最近的新聞或流行話題?
5. 我(你)的短期目標是什麼?
6. 我(你)要如何方便聯繫?



# 自我介紹的應用場合

社交會場

面試會場

# 面試會場的型態

- 原因:招募甄試
- 目的:爭取機會、獲得賞識
- 型式:正式、非正式
- 時間:3~30分鐘

# < 模擬面試演練 >

- 台積電~研發工程師
- Google~網路行銷人員
- 國泰世華銀行~理財專員
- 誠品書店~儲備幹部
- 勤業會計事務所~會計查帳員
- 天下雜誌~採訪編輯人員
- 中華電信~客服人員
- TOYOTA汽車~行政秘書
- 信義房屋~銷售人員
- 國中(小)學~專任老師

# 面試會場~七大要點

1. 穿著得體
2. 自信從容
3. 對話禮節
4. 言之有物
5. 與眾不同★
6. 控制時間
7. 爭取機會★

# 面試中自我介紹的六要點

價值原則

(佳句)

姓名行銷

(創意)

人生願景

(理想)

學習歷程

(軟硬實力)

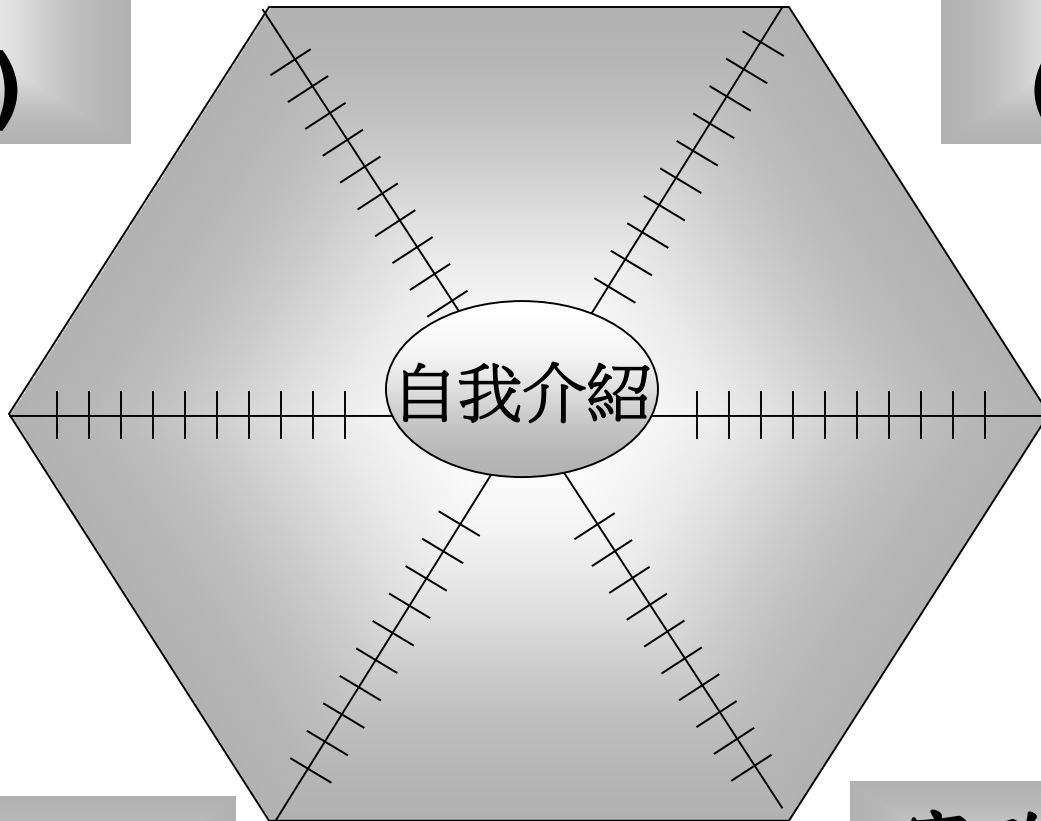
自我介紹

特殊事件

(故事)

實務經驗

(工作連結)



根據2015遠見雜誌調查  
發現台灣有93%的企業  
決定錄取人才的關鍵是

**你的面試表現!**

# 自我介紹的應用場合

社交會場

上台會場

面試會場

# 上台會場的型態

- 原因:簡報、主持或演說
- 目的:展現個人魅力或影響力
- 型式:群眾模式
- 時間:5~120分鐘



# 上台會場~七大要點

- 1.專業形象
- 2.台風穩健★
- 3.掌握氛圍
- 4.結構完整
- 5.內容精彩★
- 6.引發共鳴
- 7.令人感動★

# 自我介紹-六大缺失要點

1.自我認知不足

2.人生乏善可陳

3.沒有計畫準備

4.缺乏自信態度

5.不常練習修正

6.欠缺專業指導

6  
Reason

## <補充資料>

- 推薦書籍~對自己有信心.
- 推薦影音~翻聲吧. 保羅!
- 推薦活動~NHP卓越生命體驗營.

## <個人資訊>

- 個人臉書~生涯教練 楊智為
- 線上講座~ATC官網.