

履歷抓漏 協助民衆通過第一道求職關卡

莘莘學子離開校園、即將走入職涯，面對求職的第一關「準備履歷」，桃園市政府就業服務處表示，在履歷健診及職涯諮詢時，遇到青年常會有一些常見問題，包括職涯觀念不足、求職技巧不足、自我設限過多、缺乏職場禮儀相關應對進退能力、求職不積極等，建議如果對職涯感到迷惘、求職遇到卡關的青年，可以多利用專業顧問一對一服務，透過客製化的諮詢，迎向職涯新未來。



面試時因履歷而頻頻卡關

小美（化名）為應屆畢業生，她在準備求職時發現自己嚴重「卡關」，不僅在撰寫履歷的過程中不知道該列入哪些內容，自傳的部分也不知道該寫哪些細節，甚至看著各行各業徵才列表，卻不知道哪一個工作才適合自己。

小美表示，在面試的時候，被公司問到是否了解他們的工作內容、自身專長有沒有替工作加分時，整個人就僵住了。她說，兩個星期內面試了三、四家公司都要她等待通知，有點沮喪；但在等通知的期間，小美去尋求就服處的幫助，經過專業履歷健診諮詢師指導下改善了履歷上不足的地方，更了解如何能在履歷表及面試時更好的呈現自身優勢，後續也收到兩、三間公司的面試邀請，有信心自己的職涯將會逐漸明朗順遂。



▲ 履歷健診預約網址

☎ 03-338-6165

寫履歷時常遇見的困難

像小美一樣畢業之後，還在持續摸索職涯、求職碰壁的青年不在少數，桃園市政府就業職訓服務處表示，在第一線面對青年履歷健診及職涯諮詢時，最常遇到 **六大問題**：

- 1 職涯觀念不足、產業認知不足
- 2 專業技能不足，缺乏就業力
- 3 求職技巧不足，表達能力不佳，無法展現自我價值
- 4 自我設限過多，例如交通、加班、輪班考量
- 5 缺乏職場禮儀相關應對進退能力，容易因職場適應、人和等因素頻換工作，導致就業穩定性低
- 6 求職不積極，以打工取代找正職工作



客製化諮詢，解決困難問題

面對這些常見問題，就服處也有一對一專業顧問服務，在職涯諮詢服務部分，透過適性測驗搭配顧問解析，更加瞭解自我職能優勢，並依需求提供客製化的諮詢建議；履歷健診服務則是能依據不同職務內容，給予履歷與自傳之個別化具體建議，並依需求提供模擬面試實戰演練。

另外，受到 COVID-19 疫情影響，不少民衆因擔心染疫不敢出門，桃園市職涯諮詢活動也開放「線上諮詢」服務，可以透過預約表單，選擇要預約職涯諮詢服務或履歷健診服務，選擇方便的地點、日期，勾選出想要諮詢的議題，就可以輕鬆避開人擠人，安心接受專業的服務。

SEP 2022

發行人 | 鄭文燦 總編輯 | 吳宏國 發行日期 | 111 年 9 月 12 日

求職求才免費刊登 03-334-7256

請洽各地就業服務臺或本府就業服務專線



職場特刊

打造職涯 創新未來



下一站求職！

就服處與你一起解鎖職涯，成就人生

在走出校園的那一刻，身為新鮮人的你（妳）是抱著什麼樣的心情呢？決定好下一步了嗎？不論你是正在找工作、猶豫是否要繼續進修，或者是已經找到工作但不確定是否適合，都可以多利用桃園市政府就業職訓服務處的各項資源，讓我們陪著你在這十字路口一起開拓職涯、找到人生的方向。

找工作不要慌 新鮮人平均花 1.7 個月尋職

新鮮人在畢業之後，最害怕花了很多時間卻找不到工作。據勞動部最新的「15-29 歲青年勞工就業狀況調查統計結果」，青年勞工初次就業平均尋職時間為 1.7 個月，且在有 8 成 6 的青年勞工都是在 3 個月內找到工作；另，86.5% 的青年勞工認為就業資訊有助於尋職，其中以「面試或求職技巧」占 59.7% 最高，「就業市場與情勢分析」占 51.5% 次之，「職業訓練訊息」也占 40.4%。

善用就服處資源 找到合適工作

如果你現在每天仍在翻閱著各種職缺列表，不忘先停下來反問自己「想要的是什麼工作」，先了解自己適合什麼樣的環境，再下一步評估該往哪個方向找工作。所謂「知己知彼、百戰百勝」，建議可參考勞動部官網整理的各職類 5 年內薪資走向、「Jobbooks 工作百科」職業介紹，更推薦新鮮人可透過專業資源進行職涯測評，在桃園、中壢就業中心，及各區公所進駐之就業服務臺，都能預約最貼切的職涯諮詢，甚至指導準備履歷、面試準備，若此時發現自身能力跟心中理想的工作有差距，也可透過就服處辦理的職業訓練與職能培訓課程，拉近自己與夢想的距離。



提高警覺、預防求職詐騙

就服處特別提醒新鮮人於求職前，應先「蒐集應徵公司資料」、「檢視應徵資訊是否屬實」及「告知前往面試時間及地點」；面試時，「留意面試人員提出的工作內容，是否與徵才廣告符合」、「面試過程是否過於草率」、「勞動條件及報酬是否合理」、「不隨意繳交任何不明用途之費用」、「不要買公司以任何名目要求購買之產品」、「簽署不了解之契約文件」以及「不從事非法工作」，以保護好自己的求職安全。

若新鮮人決定要遠赴海外工作，應留意目前海外就業環境比國內就業情勢複雜，也不適用國內的各項勞動法規，要事先蒐集的相關資訊及考慮的面向更多，在確定向海外找尋工作時更要做足準備、審慎留意

海外求才廠商及職缺內容，才能預防詐騙、確保求職安全，解鎖畢業後的第一道關卡。

桃園市政府
就業職訓服務處
☎ 03-332-2101
#8014 ~ 8018



桃園市政府勞動局
FB 粉絲專頁



進修+考照+尋職+就業 有補助

桃園市協助應屆畢業青年最高可獲 9 個月 5 萬 3,000 元補助

時序進入畢業後的求職旺季，不少青年離開學校後，開始摸索未來的職涯該往哪裡走。桃園市政府就業職訓服務處祭出青年學習、就業補助方案，希望能透過鼓勵學習、考取證照、尋職及就業等方式，幫助青年找到適合的康莊大道，進一步達到穩定就業的成效。

青年安薪 3 讚及尋職就業資源整合



學習讚

青年自主學習方案

設籍本市未滿 30 歲之青年。
參加國內公、私立大專院校推廣教育學分班之學分費補助，每學分上限補助 **3,500 元**，每人每年最高補助 **17,500 元**。



證照讚

青年技術士證獎勵方案

設籍本市未滿 30 歲之青年。
參加政府機關自辦、委辦或補助之職業訓練相關課程、國內公私立大專院校推廣教育進修課程、產業人才投資方案計畫課程，符合參訓時數規定後，考取勞動部甲級技術士證者獎勵 **20,000 元**、乙級技術士證者獎勵 **8,000 元**。



就業讚

青年安薪就業讚方案

設籍於本市未滿 30 歲，高中(職)以上畢業，包含待業青年、參與產學合作及實習後繼續於原事業單位任職者、受徵召退役後經推介繼續於原事業單位任職者。
經本府就業職訓服務處之就業服務臺、桃園就業中心及中壢就業中心推介工作，受僱滿 3 個月獎勵 **9,000 元**，滿 6 個月再獎勵 **12,000 元**，每人最高獎勵 **21,000 元**。



成功就業案例分享

青年自主學習方案

因孕而退 走入家庭婚育

今年 28 歲的方小姐表示，過去在大學時期就讀會計相關科系，畢業後工作 3 年，因為懷孕生子後決定全心投入生兒育女，離開職場，但在擔任全職媽媽的期間，仍趁著空檔時間，也積極充實自己。她說，當時因緣際會拿到一本政府單位印製的市民手冊，恰巧翻到介紹政府資源的內頁，就看到了「青年自主學習方案」。

由於方小姐想重返職場並且嘗試看看法律工作，但依律師高考規定，畢業者或曾修習民法等學科至少七科，每學科至多採計 3 學分，合計 20 學分以上，所以去年九月報名了空中大學的法律學分班，把不足的法律學分補

足，並藉此參加了「青年自主學習方案」，既可以把學分補上拿到合格證明去從事法律工作，也可以拿到學分費補助！

嶄新職涯 自主學習加值

「青年自主學習方案」，針對 30 歲以下青年，每人每年最高補助 5 學分，每學分以 3,500 元為上限，方小姐表示，這對於一個全職媽媽來說，在經濟上有非常大的幫助，更讓我感受到桃園市政府就業職訓服務處對於支持青年繼續學習的用心之後亦可銜接就業推介，因此感謝就服處的資源，讓她可以順利拿到應備學分，也為自身職能加分。



透過「青年自主學習方案」，她完成修習法律學分班，希望能在原本的會計專長之外，還能培養第二專長，目前她也在準備司法考試，幫自己進一步、開拓職涯之路。

青年安薪就業讚方案

就業獎勵 穩定工作強心針

朱同學為一個 25 歲的青年，職涯約 1 年多，他 9 個多月前透過就服員推介至房屋仲介業工作，並申請「青年安薪就業讚方案」，給了自己一股穩定工作的動力，同時也爭取到穩定就業獎勵金。

朱同學說，當時會接觸「青年安薪就業讚方案」，主要是因為就服員在做求職諮詢時，詳細說明並推薦了這項獎勵計畫，也就是受僱於同一僱用單位滿 3 個月，即一次請領新臺幣 9,000 元；任職滿第 4 至第 6 個月，即一次請領新臺幣 1 萬 2,000 元，最長補助 6 個月。

職涯路途漸入佳境 持續規劃未來

「當時想說可以試試看，畢竟可以多一份獎勵金，如果有必要的時候，可以在工作上使用」。朱同學笑說，其實自己沒有想太多，起初是抱著走一步算一步的想法，在房仲職場繼續發

展下去，也逐漸發現自己很喜歡這份工作，相對於尋職之初的迷惘，現在每天都有自我挑戰性的工作，生活也過得很充實。

朱同學表示，很感謝桃園市政府就業職訓服務處提供這筆獎勵金，讓他在穩定就業的同時可以獲得一個小紅包，原本預計在工作上需要的時候可以使用，但目前沒有要動到這筆錢、就先存下來，未來希望有機會持續進修替自己加值、在職場上更上一層樓。



青年尋職津貼計畫

年滿 20~29 歲未就業青年，於 110 年 10 月 1 日至 111 年 9 月 30 日期間畢業。
於「台灣就業通」網站登錄報名並線上完成就業準備即核給 **2,000 元**，3 個月內進行求職並接受就業輔導或推介服務，可獲每個月 **1 萬元** 尋職津貼，最長 3 個月。

參與本計畫之本市青年於待業尋職期可銜接「青年安薪就業讚方案」，3 個月尋職津貼，再加上就業讚方案提供 6 個月穩定就業獎助，合計最高 **5 萬 3,000 元**。



青年就業獎勵計劃

年滿 15 至 29 歲青年：

1. 於 110 年 10 月 1 日至 111 年 9 月 30 日期間畢業。
2. 自 111 年 6 月 15 日起，在 111 年 9 月 30 日前就業或 112 年 6 月 30 日前退役，退役後 90 日內就業。

青年於「台灣就業通」網站之計畫專區登錄參加後，並於 111 年 9 月 30 日前就業，就業滿 90 日，發給 **2 萬元** 就業獎勵；就業滿 180 日，再加發 **1 萬元**，合計最高發給 **3 萬元**。

