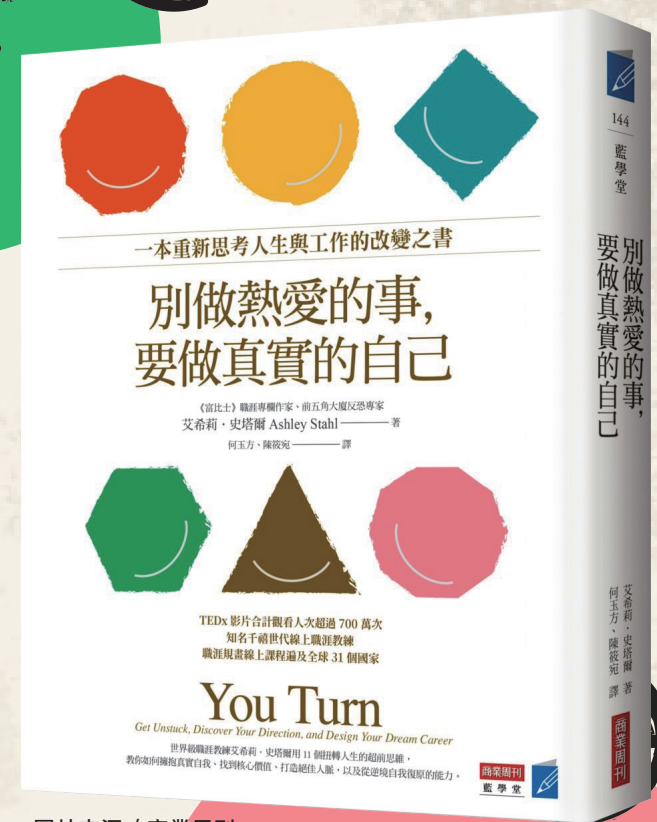


別做熱愛的事， 要做真實的自己

簡報製作 / 經理人月刊編輯部



圖片來源 / 商業周刊

你將學到的 3 件事

建構合適的
職涯發展之路

打造吸睛又有
效的電梯簡報

挖掘自己的
核心本質與技能



圖片來源 / Ashley Stahl via Instagram

艾希莉 · 史塔爾

Ashley Stahl

- 倫敦國王學院國際關係碩士、聖莫尼卡大學精神心理學碩士
- 《富比士》雜誌專欄作家、美國職涯規畫師
- 曾任五角大廈反恐專案主管

什麼是好工作？

現在做這個工作，是愛自己的表現

合適的職涯能
點亮你的靈魂

工作是表現自我的媒介，能發揮自己不凡的地方

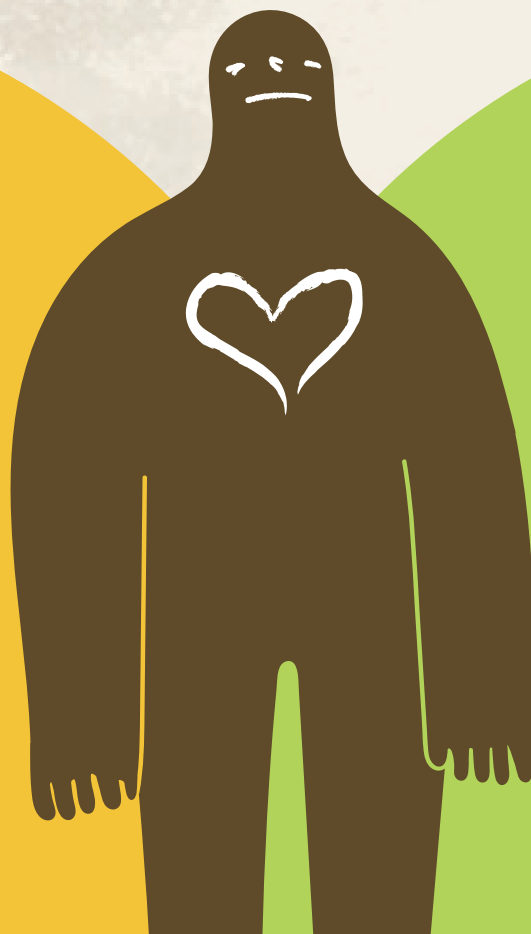


發掘真實的自己

Step 1 ▶ 了解核心本質

本質

有些事做得再好，你仍然不會有成就感和動力。只有做符合核心本質的工作，才能獲得真正的快樂。



練習

請家人朋友給予回饋，找出別人如何形容你的 4 ~ 6 個詞：

1. 何時會看見我表現出最棒的一面？
2. 當我走進房間，現場氣氛感覺有何不同？

發掘真實的自己

Step 2 ▶ 10 個核心技能，你最擅長哪個？



發掘真實的自己

Step 2 ▶ 10 個核心技能，你最擅長哪個？

為環境創造美感

適合：設計師、陶藝家、
總編輯、插畫家

審美

喜歡問為什麼、找解答

適合：研究員、情報員、數據
分析師、科學家

分析



服務

天生的支援者

適合：客服、私人助理、
護理師、社區經理

協調

從瑣碎細節得到成就感

適合：活動企劃、營運經理、
物流主管、專案經理

數字

擅長讓數字合乎規則

適合：會計師、財務顧問、
財務長



發掘真實的自己

Step 3 ▶ 選擇 2 ~ 3 個核心價值觀

以下的清單中，最能體現你的字眼是什麼？回頭審視核心技能篩出的職務，是否違反核心價值觀。

紀律 給予 奉獻 誠信 順遂
平衡 感激 盡我所能 仁慈 真誠 尊重
富足 家庭 優雅 真誠 自我表達
真實 泰然自若 幸福 成就感 歡樂
關懷 成長 自我實現 慈愛 責任
卓越 同理心 服務 富足 信任
奉獻 和諧 忠誠 學習 開放
共同體 憐憫 信仰 健康 慷慨大方 自由
在意他人 分享 誠實 助人 存在感 心靈平靜
勇氣 有趣 友誼 樂意 榮耀自己 和平 不屈不撓 力量
創意 幽默 靈感 承諾

找出你的熱情

熱情

興趣可能只是好奇，
熱情則是更深層的興
趣，代表了你的自我。
職涯發展不能只追隨
熱情，而是要連結核
心技能和本質。

練習

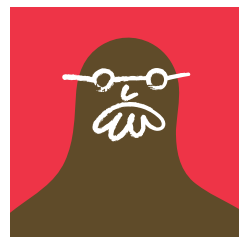
1. 列出 10 個以上興趣。
2. 選出 2 到 3 個可以整天談論的核心興趣。
3. 評估核心技能、核心本質與核心興趣的交集。



求職 4 大迷思



有什麼
就做什麼



先取得
立足點

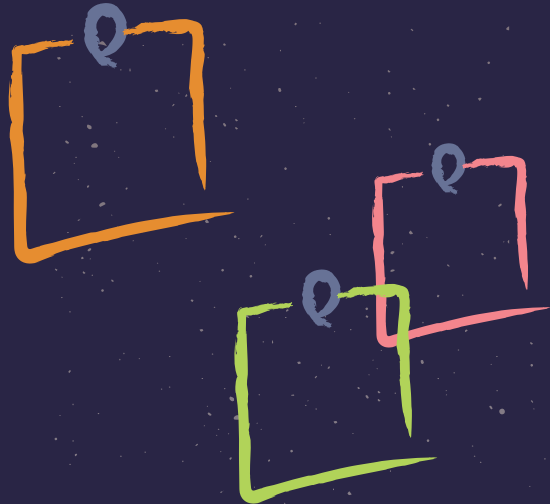


向親友
求助



有比
沒有好

吸睛又有效的電梯簡報



目標

得到理想的工作

澄清空窗期

以前某份工作學到的技能，
可以在接下來的工作發揮

即興吹噓

有什麼優勢適合這份工作？

故事

為什麼從小就想做這份工作？



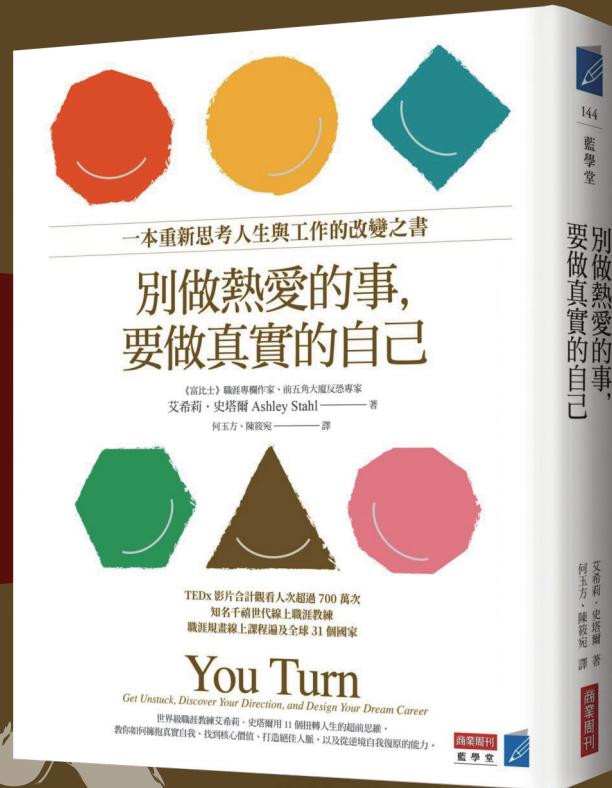
Buy
Here



作者：艾希莉·史塔爾

出版社：商業周刊

圖片來源：商業周刊



經理人 新書快讀

想看的書從沒讀完？讓我們為你影音說書！

鎖定帶人、領導、管理、財經、商業，精選必讀商管話題書，由經理人榮譽發行人何飛鵬和編輯群，用影音為你導讀。即刻加入，將來的你會感謝現在奮鬥的自己！

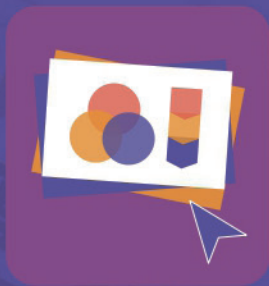
加入付費會員，享 6 大學習好處



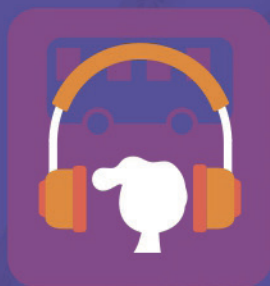
精選好書



專業解讀



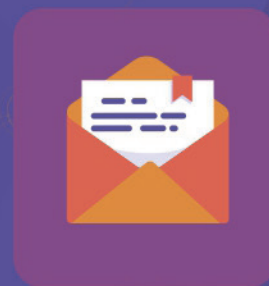
圖解精華



專屬音頻



千字密技



學習周報

