



# 將你的故事

## 打造成另人印象深刻的自我介紹

學務處校園生活與職涯發展組 翁巧芳

# 猜猜我是誰



# 2真1假

- 分組，每組約3-4人
- 每人分享3件關於自己的事情，其中2件必須要是真的，1件是假的。
- 3件事，可以是個人的喜好，也可以是過往的經歷
- 例如
  - 1.被詐騙集團騙了10萬
  - 2.得過全國書法比賽第1名
  - 3.很喜歡吃辣

# 2真1假

- 每個人都說完3件事之後，大家可以輪流，選擇向1人發問，看你對他的哪件事情有興趣，請他補充細節。
- 例如：甲乙丙3人，已經分享完3件事。
- 1.甲問丙，請分享你曾經撿到5000元的細節。
- 2.乙問丙，請分享你曾經在國外遺失護照與錢包的細節。
- 3.丙問甲，你說你愛下廚，請分享你最新學的一道菜如何烹飪。

# 2真1假

- 提問完畢後，大家各自寫下，你認為另外2-3位的同學，他們是哪1件是假的。
- 彼此分享正確答案，看看誰比較能分出真假！

# 2真1假

- 經過這個小遊戲，是否讓你更了解你的同學？
- 是否讓你更了解自己？
- 有沒有發現，你的哪一項特質/故事，是會引發他人興趣的？

我們認識自己嗎？



# 我的關鍵字





# 我的關鍵字

- 如果我要用一些關鍵字來代表自己，我會想到什麼？
- 寫下你想到的關鍵字，大約寫6-10個。

# 我的關鍵字

- 思考方向1

1.學歷、工作、職稱

2.天賦、特質、價值觀(希望成為怎樣的人)

3.專業、興趣、進修、學習

# 我的關鍵字

- 思考方向2 FAB
- **F**unction，功能，你會做什麼
- **A**dvantage，優勢，跟同儕相比，你有什麼不一樣
- **B**enefit，價值，你在組織中有什麼貢獻

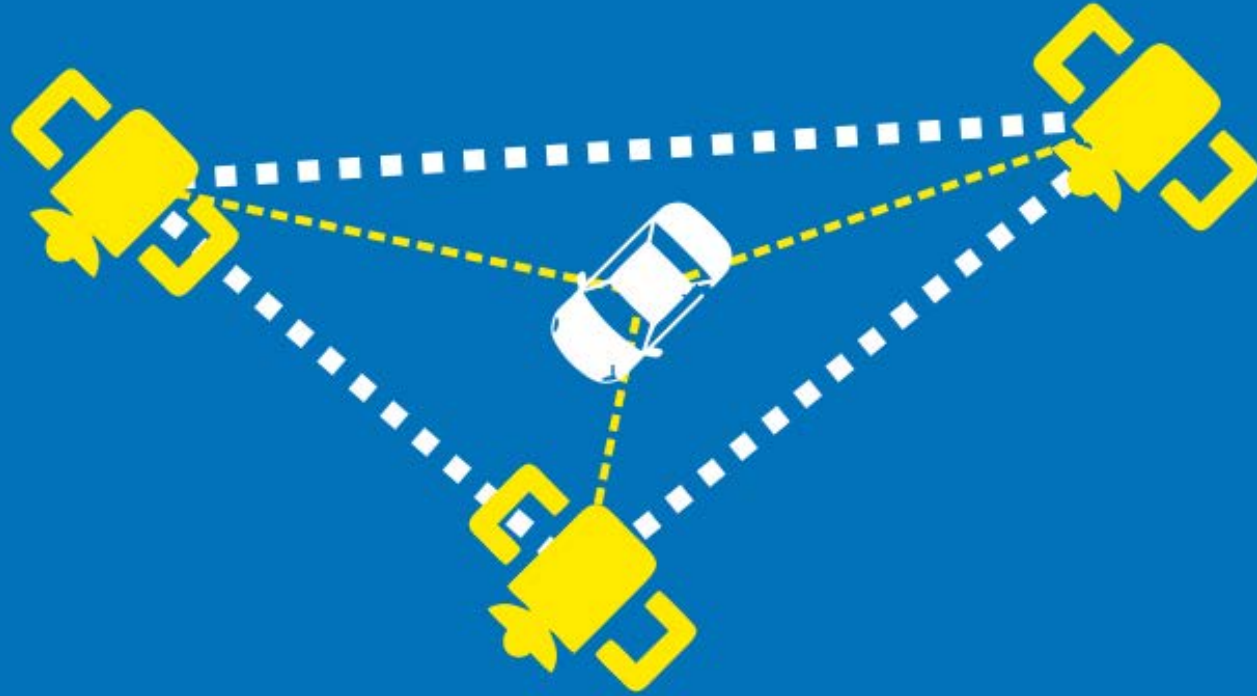
# 我的關鍵字

- 如果我要用3個關鍵字代表自己，我會選擇  
哪3個？

將3個關鍵字  
用在自我介紹

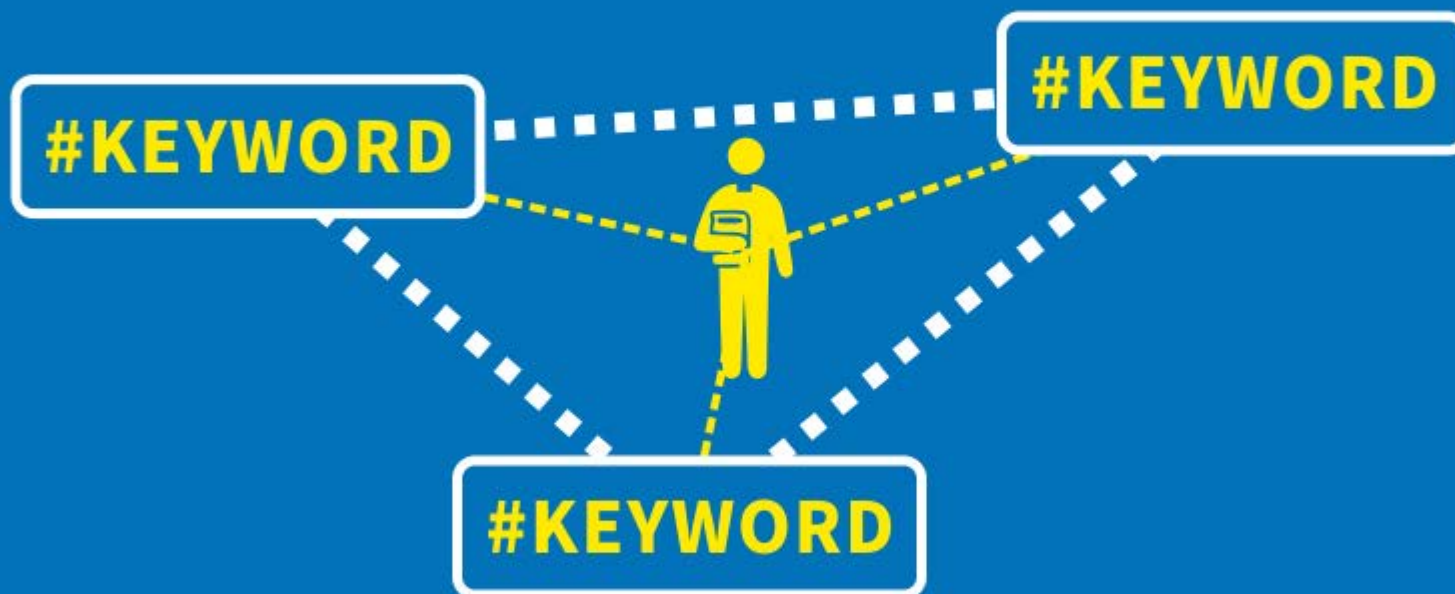


其實，三個關鍵字的概念  
最早是源於衛星定位系統



當你開啟衛星導航時，你將會開始接收天上至少三個衛星的訊號，  
來定位自己在世界上的位子，這就是三個關鍵字的意義。

三個關鍵字，就像是三個天上的衛星  
讓別人找到你的定位



換言之，好的三關鍵字  
不只是隨意三個字，更是讓人快速認識你、打開話題、對你產生興趣

**#夢想**  
**#人生意義**  
**#樂觀開朗**

**別再用了，基本上完.全.無.法.定位你A\_A**







你需要讓衛星飛低一點、看得更仔細、更精準的定位

#夢想 #人生意義 #樂觀開朗

夢想是開咖啡店  
那你就給我寫咖啡店

最近在讀道德經  
就給我寫道德經

最近剛被裁導致想開店  
就寫是工作上的樂觀者



\*寫得廣不會比較安全或格局大，只會顯得你更沒自我定位



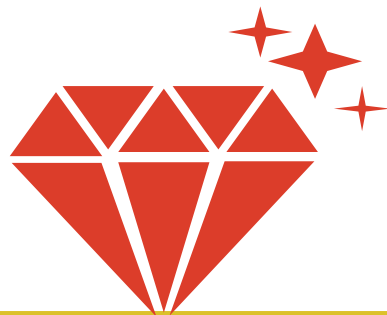
## #讀書會 #演講 #青年創業家

我是OO，大家可以稱呼我為OO，  
是一個終身學習者我大量閱讀、  
參加讀書會、辦講座分享，  
喜歡重訓、旅遊之類的，  
也算是斜槓青年的創業家，  
經營電商也經營家裡的事業，  
未來希望是當一個有良知的創業家

## #單親媽媽 #教育 #電影

我是兩個孩子的單親媽媽，  
過往十年是在做教育的產業，  
對於孩子的熱愛以及教育的執著，  
所以現在做華語夏令營的項目，  
我期許這可以成為全世界最好的  
華語夏令營，有空前喘息的時候  
平常喜歡喝杯酒看電影。

上面2個自我介紹，哪個比較吸引你？



讓人想認識 (有共鳴)

建立他人對你的想像 (有亮點)

寫出3個關鍵字

如何讓他人有共鳴呢？

自我介紹

3步驟

# 自我介紹

- 自我介紹的目的是
- 希望他人對自己產生興趣，向自己提問/交流
- 介紹「自己」，很難讓聽眾產生興趣迴響。
- 介紹「未來」，產生「連結」與「共鳴」，才能打動聽眾！

# 自我介紹 — 15秒

- Step1：告訴對方，你未來可以提供他什麼樣的服務或優點
- Step2：說明你過去已經建立或具備的實績或專業
- Step3：你現在希望對方採取的行動



# 自我介紹

- 我叫陳小美，企管系大3。我的星座是天秤座，血型A型，平常喜歡看書、看電影。假日有在練瑜珈。我的個性很開朗，很喜歡交朋友。

# 自我介紹

- 我叫陳小美，企管系大3。目前正在 OO 生技公司擔任實習生。我目前正在負責新產品—生物纖維面膜的行銷推廣。大家有聽過生物纖維面膜嗎？生物纖維是微生物發酵過程中在上層形成薄膜，就像豆漿表面凝結的豆皮一樣。因為它可以讓精華液能送入皮下組織，是很棒的面膜材質。有興趣試用的同學可以找我，歡迎大家對於產品的品質與行銷方式給我建議。

# 自我介紹 — 1分鐘 — 夢想式

- Step1 : 我的夢想是什麼
- Step2 : 為了實現夢想，我現在正在做哪些事
- Step3 : 遇到的困難、如何克服 (情感共鳴)
- Step4 : 如果最後有成功，我會做什麼 (情感共鳴)
- 鈴木一郎

# 自我介紹一場合

- 1.面試—公司：爭取職缺。(開場適用15秒介紹)
- 2.軟性社交—婚禮、聯誼：認識朋友、擴大交友圈(開場適用1分鐘介紹)
- 3.專業性的活動(商務/專業進階)—商務拜訪、研討會、同好會：  
專業議題交流。(開場適用15秒介紹)

# 自我介紹一面試

- 核心重點：你能給予的價值與幫助
- 對於面試官來說，就一個問題：「你能夠提供我們多少幫助與價值？」

# 自我介紹—社交場合

- 核心重點：**讓別人有機會參與你的生活或興趣**
- 人都是自戀的，聽別人故事的當下，會思考這個人講的跟我有什麼關係？有共鳴嗎？
- **要與他人互動**，而不是抓著麥克風一直講自己有多厲害，別人插不上話，心理翻白眼。

# 自我介紹—社交場合

- **軟性專業/興趣**：如果講到自己很喜歡黑白攝影，因為黑白攝影更能體現細節與真實、輪廓感與線條。
- **作品(可分享的東西)**：除了景物之外，你有在拍攝黑白人像照，跟大家分享你手機上的作品。
- **邀請參與**：詢問是否有人有興趣當模特兒，你現場可以拍攝，或是同好交流。

# 自我介紹—專業性活動

- 核心重點：交流專業知識、技能、商務合作
- 會參加專業性活動的人，基本上「學習渴望度高」。
- 你有他們公司需要的專業，一起合作可以創造利潤。
- 認識了你以後，能跟你交流學習專業知識、技能。



# 自我介紹—專業性活動

- 想想自己身上有哪些專業，不只是能讓他人「一起參與」，  
還能「教學分享」的？
- 想想自己身上有哪些專業，是可以雙贏，共創利潤的。

自我介紹，不是軍備競賽

是讓人想認識你