

花蓮高商
升學輔導講座

令人印象深刻的 面試技巧

主講者：仙女老師





面試，是一場與遺忘的戰爭

 **故事，是治癒面試官遺忘的良藥**



面試最常遇見的12個困難



內容準備類困難

自我介紹過度背稿、
毫無感情／太公式化

說不出具體經驗，
只會講抽象形容詞

對所申請的科系
了解不足

不知道怎麼準備，
毫無方向感

臨場表現類錯誤

講話聲音太小
或口齒不清

面對提問
腦袋一片空白

不知道教授
到底在問什麼

表情僵硬、眼神飄
移、肢體語言不自然

認知與心態類困難

太在意成績不好，
覺得自己不夠好

過度謙虛或
過度自信都失分

沒做過模擬練習，
臨場反應弱

對面試感到焦慮，
自我懷疑

面試準備的五階段

從0到錄取的距離



蒐集資料

- 個人備審資料
- 科系相關資資料
- 歷屆考古題
- 時事議題



面試擬稿

- 自我介紹
- 3分鐘、1分鐘、30秒



口語表達

- 語言與非語言練習、觀點想法練習、自我介紹；問題QA



模擬面試

- 題型：基本題、專業題、時事題、危機處理題
- 時間掌握
- 心理狀態



衣服穿著

- 男生穿著
- 女生穿著

面試內容哪一類最讓你害怕？為什麼？？



不知道自己這樣準備對不對？



我的表現到好嗎？是教授喜歡的嗎？

我都說了，為什麼還是沒錄取？!!!

今天上完課，再也不會踩雷了!!

Hi 我是 黃瓊儀 (仙女老師)

- ◇ 南臺科技大學 資訊傳播系助理教授
- ◇ 世新大學傳播研究所博士
- ◇ 國立台灣師大大眾傳播研究所碩士
- ★ 世新大學口語傳播系學士



我擅長於
口語傳播 | 教學溝通 | 口語表達與簡報技巧
職場溝通 | 人際溝通 | 媒體公關 | 整合行銷溝通
廣告企劃與設計 | 企業形象塑造 | 品牌行銷
商務溝通與談判 | 公關專案規劃與執行 |
社群溝通媒體溝通 | 危機溝通



人稱**仙女老師**，任教超過25年，企業內訓以及政府部門、公益團體、學校演講超過數千場，專長為口語表達以及媒體公關與新媒體溝通，擅長危機溝通與媒體公關，在新媒體行銷傳播上有許多社群操作、品牌規劃之經驗，曾擔任廣告公關公司總監，同時擔任許多企業公關以及形象規劃顧問，任教於南臺科技大學資訊傳播系，也曾擔任該校秘書室副主任以及公關組長。長期運用自己所學帶領有志一同的夥伴從事公益活動，期待自己每天正能量滿滿，傳遞愛的力量，讓自己更好，讓世界更美。

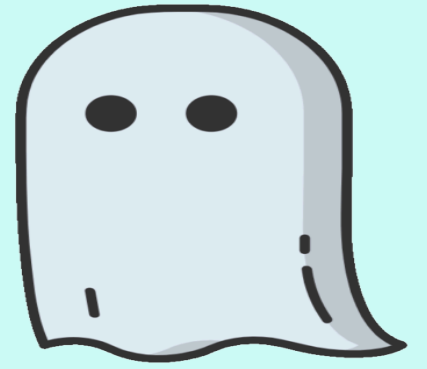
南臺科技大學 秘書室副主任兼公關組長
百昇傳播企劃總監
行政院體委會專業期刊委員
善得人本集團 組織強化教育訓練講師
國立空中大學 網路溝通講師
臺南市政府南區服務中心兒童口才夏令營講師
臺南市政府公務人力發展中心 內容行銷講師
點燃生命之火—青年自立釣竿計畫講師
世新大學公共暨廣告學系兼任講師
長榮大學大傳系兼任講師
臺灣科普產學合作計畫 科學傳播課程講師
台糖人力資源處訓練中心 行動拍攝剪輯實作班講師
台南市芳薰香植物精油服務人員職業工會 社群行銷講師
金谷威數位行銷有限公司顧問
GOGO 新媒體創作學院顧問



面試資料準備心法

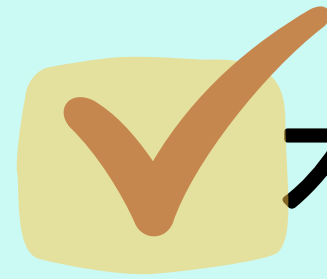
—— 教授想什麼？ ——





换位思考--和教授交换灵魂

教授為什麼要問這些問題？







不是為了考倒你，而是想從短時間內看出：

- 你是否適合這個科系
- 你有沒有清楚的學習動機與潛力
- 你能不能持續學習、不輕言放棄
- 你未來是否可能成為系上的好學生、系友、甚至優秀代表

教戰手則 | 教授視角 + 學生對策 | 表現戰術

教授在觀察什麼	換位思考提醒
你的態度與儀態	是否自然、自信、有禮貌？（從進門問好、坐姿、眼神交流都看得出）
說話的組織力與邏輯	答案是否清楚、有條理，還是很亂沒重點？
是否聽得懂問題	如果聽不懂能否禮貌請教授重複？是否回答對焦？
回答的深度與誠意	是否只是講套話，還是能講出屬於自己的真誠經驗？
時間掌控	是否答題太冗長拖沓，還是簡潔有力？

教授在觀察	原因	換位提醒
 備審資料內容和口試說法是否一致	想知道你有沒有「自己寫」，還是代寫或背稿	口試時自然延伸你的備審故事，展現誠信與真實
 你是否會在緊張中調整節奏	教授知道你會緊張，但更在意你是否有「自我調節」能力	保持微笑、有點小緊張沒關係，表現出你有在控制情緒即可
 問你是否有问题時，你問了什麼	教授想看你到底有沒有研究這個科系	問出關於師資、資源、未來發展的「高質感」問題最加分
 最後的道謝與告別語	教授在觀察你的態度和禮貌是否周到	口試結束時主動說「謝謝教授，辛苦了！」會是完美的收尾

教授觀察重點	教授心裡想的是…	學生該怎麼做？
1. 開場印象（進門問好、坐姿）	他有禮貌嗎？緊張可接受，但有準備的會看得出來	穩定微笑說聲：「教授好」，入座前等對方示意
2. 自我介紹	能不能清楚表達重點？	不要念稿，用「目前背景＋學習動機＋亮點經驗」結構介紹自己
3. 回答時是否有深度	他只是背答案？還是真的的思考？	每個回答加上「我這樣想的原因是……」說明背後思維
4. 回答與備審資料是否連貫	有做過這件事嗎？還是寫好看的？	回答盡量呼應備審內容，並加入補充說明、細節
5. 遇到難題會不會亂掉	能不能保持鎮定？有沒有邏輯？	聽不懂可以禮貌說：「可以請您再說一次嗎？」、答題前先說思考方向
6. 結尾有沒有誠意	他只是想結束？還是真的有心？	可以問教授一個關於課程、發展的問題，最後道謝有禮結束

面試問題	教授想知道的是什麼	換位思考提醒
1. 請自我介紹	你有沒有條理、能不能掌握重點、有沒有表達力	教授在這一題會快速觀察你的儀態、自信與語言邏輯，開場就能給人好印象很關鍵
2. 為什麼想讀這個科系？	你對這個科系的了解有多深？是隨便填志願還是真心有興趣？	用具體經驗（參加活動、看書、實作經驗）來證明自己的動機是最有說服力的
3. 你有哪些課外活動或特殊表現？	你是不是一個有主動性、有多元發展潛力的學生？	不只是列舉經驗，而是要說出你在過程中學到什麼、如何成長
4. 有遇過什麼困難？你怎麼解決？	想看你的思考方式、抗壓性、處理問題的能力	別怕分享失敗經驗，但重點要放在「我如何突破與學習」
5. 你對未來有什麼規劃？	你是否有目標、有計畫、有熱情持續學習？	不一定要講出明確職業，但可以表達「想朝哪個方向探索」
6. 如果沒上這個科系，你會怎麼做？	測試你是不是真的熱愛這個領域，以及面對挫折的態度	可以展現「我會繼續努力追夢」的積極態度，避免太消極
7. 你怎麼看最近的某個新聞事件／社會議題？（熱門時事題）	你有沒有關心社會、能不能獨立思考、有沒有邏輯表達	表達時避免極端立場，展現多角度分析與尊重不同聲音
8. 你有什麼問題想問我們嗎？	測試你是否有做功課，是否真的關心這個系所	千萬不要回答「沒有問題」，可以問課程設計、實習機會、系上資源等有誠意的問題

類型	面試問題	教授觀察重點	換位思考提醒
✨ 價值觀探討	你認為「成功」是什麼？	你的思考深度、人生觀、是否有社會責任感	教授希望看到你不是只會唸書，而是有獨立判斷與成熟思維的人
🔄 團隊合作題	你曾經在團隊中扮演什麼角色？遇過什麼衝突？	你的人際互動能力、解決衝突的方式、協作態度	說出具體例子，不要只說「我都配合」這種模糊答案
💡 創意思維題	如果讓你設計一門課/專題，你會設計什麼？	創新能力、跨領域思考、動機與熱情	大學教育鼓勵創造力，教授會對敢想敢做的學生留下深刻印象
🔍 學習能力題	你曾經學不會的事情是什麼？後來怎麼辦？	你是否有學習韌性、反省能力、求知慾	不怕你不會，怕你「不學」或遇到挫折就放棄
📖 書籍/作品延伸題	最近讀過哪本書/看過什麼影片讓你印象深刻？	自我學習能力、思考力、興趣面向	可以與申請科系連結，展現你有做延伸探索
🧩 臨場反應題	如果我們現在給你一個題目，請即興講3分鐘	表達力、邏輯力、應變能力	深呼吸、不急著講，先用10秒思考架構再開口，有條理就贏了
🌐 時事與社會責任題	你怎麼看AI／永續／性平／教育資源不均？	你的觀察力與價值判斷能力	避免政治口水，用理性觀點與多元角度分析最加分

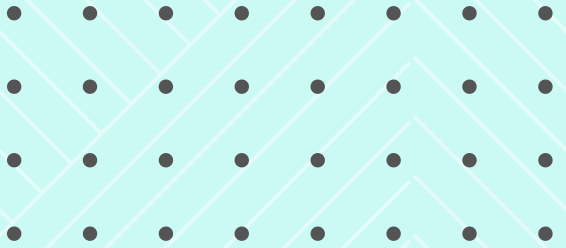
**面試不是考你會不會，
而是看你「是不是適合這個地方」**

**大學教授想選的不是全能選手，
而是「知道自己是誰」「願意學習」「適合這科系」的學生。
只要你願意表達真實自我、有準備、有態度，就會脫穎而出。**



面試的五個階段

—— 要準備什麼？ ——





面試包含五個需要說話的環節



1、打招呼~開場白

2、自我介紹~第一印象

3、回答問題~專業展現

4、發問問題~建立關聯性

5、最後的記憶點~結語和感謝



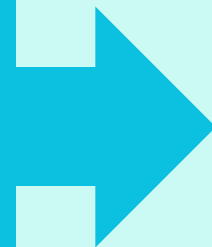
打招呼~開場白

不裝熟

不尬笑

要開朗

要自信



自我介紹~第一印象

不說沒用的資訊

不說準備的內容

要目標設定

要展現企圖

回答問題~專業展現

不呼口號

不跟大家都一樣

不背稿

要有觀點

要有記憶點

發問問題~建立關聯性

不亂問

不批評

要好奇

要自然

要有互動

最後的記憶點~

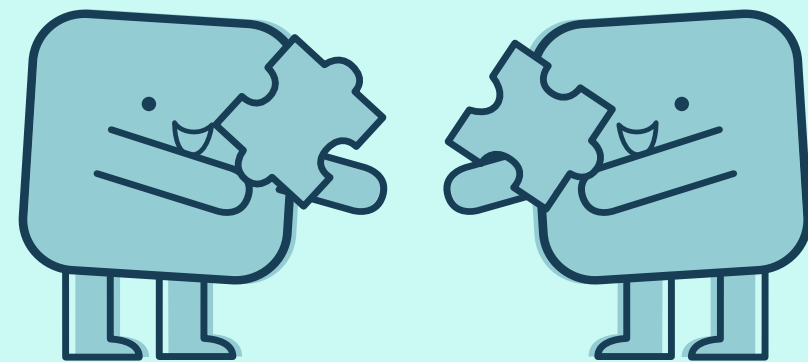
結語和感謝

不匆忙

不制式

要誠懇

要感謝





大學面試的形式

——面試如何進行？——



大學面試的形式

掌握好大學面試型態，才能從容的應對

1對1

考生必須專注於當下，
清楚而完整的回答考官
的問題

1對1的跑關

通常有3~7關，題目設
定較規格化(規範型面
試)且每關會有主題



多對一

多個面試官一位考生

多對多

通常會是三個面試官
對多個考生

團體面試

一個問題讓大家輪
流舉手回答

面試 / 自我介紹的形式與場景

教授

教授

教授

桌子

考生

面試 / 自我介紹的形式與場景

教授

教授

教授

桌子

考生

考生

考生

考生

考生

面試 / 自我介紹的形式與場景

教授

桌子

考生

教授

桌子

考生

教授

桌子

考生

自我介紹
是什麼？



??



介紹自己，想表達什麼

- ✓ 投入最多心力的事
- ✓ 最有成就感的事
- ✓ 腦中第一個想到的事

利益型自我介紹

對方想知道什麼，因為什麼目的

願景型自我介紹

吸引對你未來產生共鳴的人

成果發表型自我介紹

用實績來贏得信賴

資訊型自我介紹

用興趣、專業來拉近距離

「**形象化的角色**」來
形容自己＝標籤化

過去的我？未來的我？

自我介紹聊未來 而不是只有自己

自我介紹三階段

自我介紹開場

- 輕鬆地問候開場
- 個人資訊
- 人格特質
- 記得加入開心的語氣^m

自我介紹核心

- 個人/品牌優勢
- 個人/產品興趣
- 過去表現
- 最值得分享的成果
- 記得加入火花

自我介紹結語

- 未來想合作的方向
- 感謝過去的人事物
- 希望未來合作可以帶來的貢獻

自我介紹不是考試!!

自我介紹是一種合作關係的啟動

- 對方會想知道什麼? 我應該說什麼?

- 為什麼對方需要知道這個資訊? 我應該怎麼說?

- 透過這個資訊對方是否會知道如何和我合作?

- 我應該問什麼問題來幫助我們彼此了解?

- 我應該如何創造下一次合作的機會?我可以帶來什麼?

自我介紹常見的問題--一般問題

1. 請簡單地自我介紹。
2. 說出你的三個優點或缺點。
3. 請用三個形容詞形容自己。
4. 請自述2-5分鐘。
5. 如何說服教授讓你讀本系？
6. 請用三個理由說明本系為什麼非錄取你不可。

記得展現：人格特質、專長興趣、思考與組織能力。

自我介紹的展現重點

1. 請簡單有重點的介紹自己
2. 練習展現自信的態度
3. 不快不慢得流利表達，
4. 注意音量大小，不要太尖銳
5. 舒服的微笑，不要傻笑
6. 人格特質展現，跟該系所的關聯
7. 事先準備好可長可短的自我介紹版本

自我介紹常見的問題--專業問題

問題目的：

1. 想知道考生的專業素養程度
2. 平常專業實力的累積與論述能力
3. 想知道考生是否具有足夠專業能力，以應付將來的學業。

記得展現：專業學習的經驗、專長興趣、
思考與組織能力。

自我介紹常見的問題--時事問題

問題目的：

1. 想知道考生與社會的接軌程度
2. 想看考生的獨立思考能力與論述能力
3. 想知道考生的人格特質。

記得展現：獨立思考能力、高情商
、高觀察力與邏輯力。

自我介紹常見的問題--機智問題

問題目的：

1. 想知道考生的日常生活應變能力
2. 想看考生的情緒管理與團隊合作能力
3. 想知道考生的人格特質與批判思考能力。

記得展現：獨立思考能力、高情商
、高觀察力與邏輯力。



大學面試的特殊問題

—— 五花八門的問題怎麼準備？ ——



應用英語科 | 創意口試題目

- 問題目的：「你可以模仿一位外國明星/YouTuber，用英文介紹一樣東西嗎？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 語言模仿力與語感
 2. 創意表現與臨場反應
 3. 敢不敢玩、敢不敢開口（自信）

應用英語科 | 創意口試題目

- **問題目的：「如果你被丟到一個只有講英文的國家生活一個月，只能帶三樣東西，你會帶什麼？為什麼？」**
- **老師想觀察什麼：**
 - 1.學生的語言應用情境與文化適應能力**
 - 2.是否能以邏輯清楚地用英語描述想法（中英皆可）**

會計事務科 | 創意口試題目

- 問題目的：「如果你是古代的帳房先生，要怎麼用『竹簡』記帳才不會亂？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 對記帳本質與邏輯的理解
 2. 創意思考與情境轉換能力
 3. 是否具備系統思維與簡化能力

商業經營科 | 創意口試題目

- 問題目的：「如果今天你經營的店被一星評論了，你會怎麼回應客人？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 顧客服務與危機處理能力
 2. 同理心與情緒表達技巧
 3. 面對負面情境的EQ反應力

商業經營科 | 創意口試題目

- 問題目的：「你開的網拍店客人越來越少，你會怎麼用社群媒體行銷？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 對趨勢平台（IG、TikTok等）熟悉度
 2. 是否能以年輕世代觀點思考品牌經營與溝通

資料處理科 | 創意口試題目

- 問題目的：「如果你被要求在3分鐘內幫全班整理出一份點名清單、生日清單和聯絡清單，請說你會怎麼分類與輸入資料？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 條理與邏輯能力
 2. 對資料分類與處理的理解
 3. 實務應變與效率觀念

資料處理科 | 創意口試題目

- 問題目的：「如果今天要設計一款專屬於你自己的貼圖（LINE貼圖或IG動態貼圖），你會設計什麼角色？要傳達什麼情緒？」
- 老師想觀察什麼：
 1. 美感與敘事設計能力
 2. 情緒傳達與使用者思維
 3. 角色塑造與自我風格掌握

面試萬用架構：STAR原則

1.遇到教授問你一個經驗或故事，怎麼講才有條理？

✓ S（Situation）：什麼情境？

✓ T（Task）：負責什麼？

✓ A（Action）：你怎麼做的？

✓ R（Result）：結果如何？你學到了什麼？

面試萬用架構：2W+1H

1.遇到教授問你一個經驗或故事，怎麼講才有條理？

✓ W (What)：什麼事件？

✓ W (Why)：為什麼會做這件事？

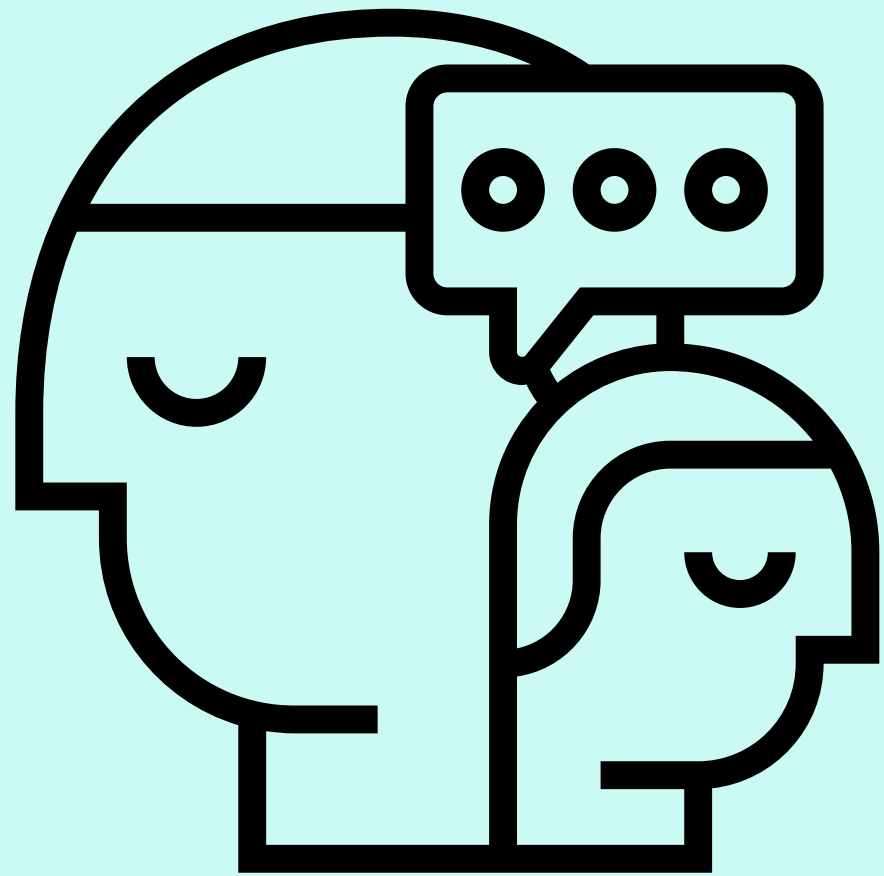
(能力應對的經驗)

✓ H (How)：你是如何做到的？

自我介紹的面試經驗談

優點：

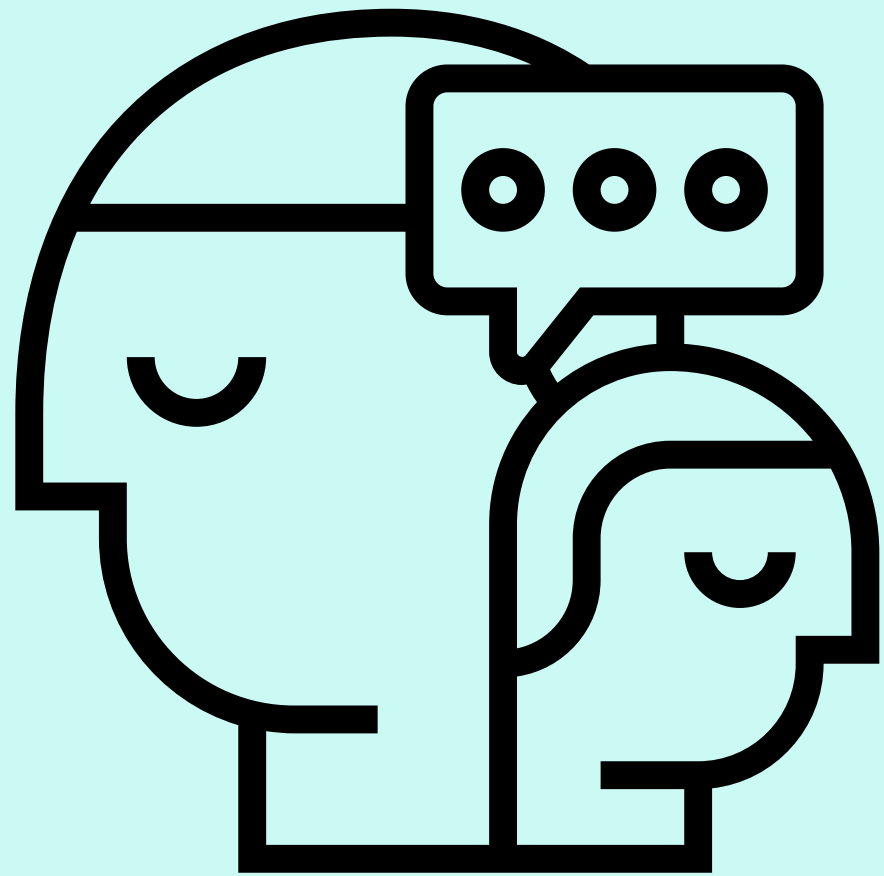
- 看得出來自己想要什麼
- 不是制式的回答
- 有自己特色與想法
- 能夠知道來面談的目的
- 有事先做功課
- 對很多事物感到好奇與興趣
- 主動性
- 品格健有有服務精神



自我介紹的面試經驗談

缺點：

- 對於事情沒有自己的見解
- 大家都一樣的安全答案
- 流水帳式的回答
- 不知道自己喜歡什麼
- 對於面試單位不清楚
- 沒有自己的故事
- 僵化制式
- 沒有社會參與的經驗

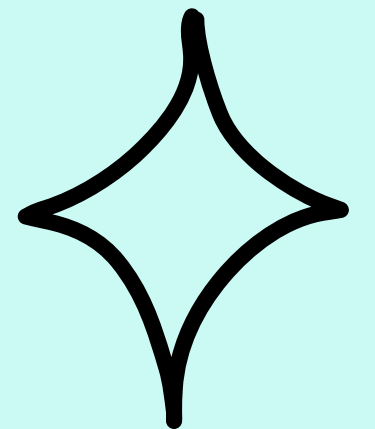
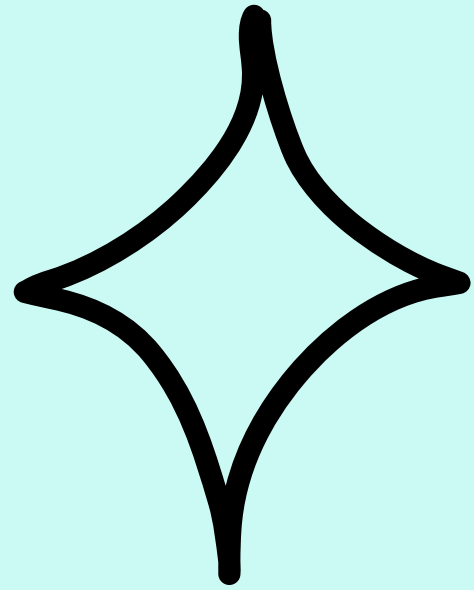
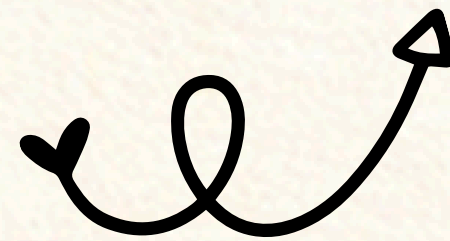


面試該如何問問題？

About me

- 學習的問題
- 未來發展的問題
- 自己思考過與該系所未來如何結合的問題

換我發問了!!



面試流程與重點

扣緊人格特質

提出具體的故事，讓你的論述更有記憶點

自我介紹

肯定、自在、思考過的邏輯、
展現獨特性、對未來充滿希望

發問問題

知道問題的目的、有解決方法、
有彈性、與眾不同

第一印象

最真實的自己、開朗、陽光、有朝氣、充滿自信

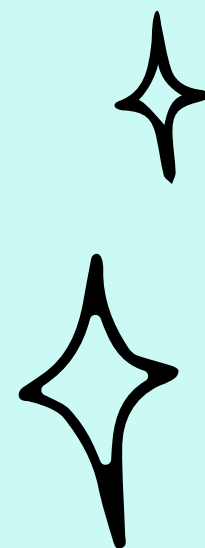
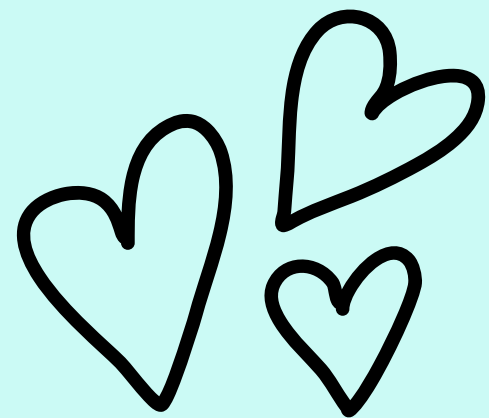
對話交談

對事物充滿好奇、有見解、有觀察、懂得換位思考、多元性、國際觀、善解人意

尾聲：埋下伏筆

如果我們有如果，
你會希望那是什麼？

面試經驗的回饋與建議



FEEDBACK



內容部分

- 個人特質
- 不要流水帳
- 專業展現



非語言部分

- 自信的肢體語言
- 眼神不要飄忽
- 笑容還有臉部肌肉



情感部分/火花

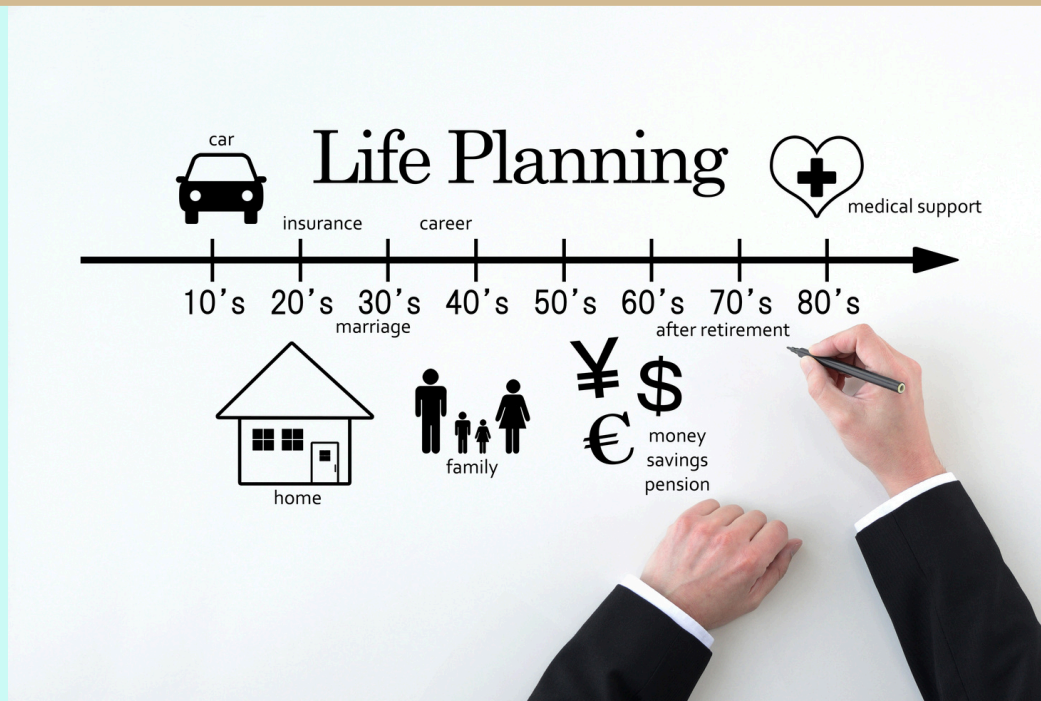
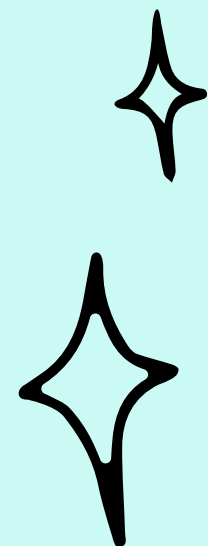
- 情緒的培養
- 投入的態度
- 誠懇的表達





面試經驗的回饋與建議

過去夢想以及對於夢想做過的努力



現在想做且可以
做的是什麼?

過去的生命經驗和這次面試的關聯



和對方合作的企圖心

大家好奇問題的回答



問題一、

遇到答不出的問題怎麼辦？



當教授問到自己有什麼特別的能力
讓學校要錄取你時，除了講科系，
所需還能怎麼應答？



大家好奇問題的回答

??



問題二、

如何有效溝通讓教授記住我?



標籤化自己 · 不斷重複的亮點



大家好奇問題的回答

問題三、

要是沒有特別突出的專長，
該怎麼自我介紹這一部分？

N O P Q再講一次／說故事



大家好奇問題的回答

問題四、

該如何解決一緊張就容易講話打結的問題？



你會呼吸嗎？
深呼吸!!吸氣~吐氣~



大家好奇問題的回答

問題五、

如何不口吃？怕太緊張 講話
磕磕碰碰的？



你有常練習嗎？
你練習過幾次呢？



大家好奇問題的回答

問題六、

有沒有甚麼練習方式或者推薦的書籍？



- 找朋友、師長練習
- 自己練習
- 網路、圖書館、期刊



大家好奇問題的回答

問題七、

有什麼方式能打破傳統的公式，可以直接抓住人心？

- 找出自己的公式
- 打開你的五感
- 讀人溝通



大家好奇問題的回答

問題八、

大學面試的準備/

如何讓教授有好的印象？

- 平常的準備要有想像的能力
- 體驗和參與
- 換位思考



大家好奇問題的回答

問題九、

在自我介紹的時候，有一些手部動作，會影響聽者的觀感嗎？

- 非語言溝通的練習
- 好的非語言溝通可以加分



大家好奇問題的回答

問題十、

如果目前不確定自己的專長、目標，
要怎麼自我介紹？有沒有到哪都通用的
講法？

- 先找到自己的定位與特色
- 知道自己要什麼不要什麼
- 自信的表現





大家好奇問題的回答

問題十一、



什麼樣的結尾算是有意義的結尾??

論述方式

- 故事的方式
- 成語的方式
- 感想的方式
- 名言的方式
- 名人的方式
- 感謝的方式

論述內容

- 前後呼應的結尾
- 生命故事的結尾
- 座右銘的結尾
- 價值觀的結尾
- 利他的結尾
- 感恩的結尾



大家好奇問題的回答

問題十二、



請問服裝儀容方面有需要什麼注意的地方嗎？

女生穿著

- 頭髮自在
- 妝容無或淡妝
- 上衣乾淨、顏色特別
- 裙子、褲子自在
- 鞋子乾淨、好走路
- 指甲、飾品、氣味乾淨自在不要過於浮誇

男生穿著

- 頭髮自在
- 妝容無或自在
- 上衣乾淨、顏色清爽
- 褲子自在
- 鞋子乾淨、好走路
- 指甲、飾品、氣味乾淨自在不要過於浮誇



大家好奇問題的回答



問題十三、

不太了解我需要跟對方表達什麼對內容困惑等等，其他可能還有但我自己不太了解？

- 先找到自己的定位與特色
- 知道自己要什麼不要什麼
- 自信的表現



大家好奇問題的回答

問題十四、



如何在緊張的時刻清楚的表達出自己切實的想法。在開始報告時該如何第一句話就可以吸引住大家的目光？

- **首先必須克服緊張，因為一緊張通常會表現失利。**
- **第一句話吸引大家的目光除了內容，還需要靠聲音的特質!!**



大家好奇問題的回答

問題十五、



克服緊張的方式

- 跟自己的潛意識溝通：

你緊張的原因是什麼？什麼因素？

陌生？不熟悉？沒準備？不喜歡？過去失敗經驗？怕被笑？怕說錯？怕被關注？沒有自信？
腦筋空白？不常對大家說話？生理還是心理？



大家好奇問題的回答



問題十六、


克服緊張的方式

- 練習、練習、練習
- 事先想好要講什麼
- 不要一直想要講到一百分
- 焦點放在你的重點
- 記事不要記字
- 深呼吸、多喝水、冥想
- 伸展、擴胸、暖身
- 事先熟悉情境
- 告訴自己不會緊張
- 平常生活要累積成功經驗
- 鼓勵別人、交流分享
- 培養笑容和誠懇的眼神

Any questions?
yes!

我是仙女老師
歡迎提問^^



面試，是一場與遺忘的戰爭
用盡一切辦法讓主考官記住你吧!!

花蓮高商
升學輔導講座

令人印象深刻的 面試技巧

主講者：仙女老師

