



在短短幾分鐘的面試中 說出最好的自己

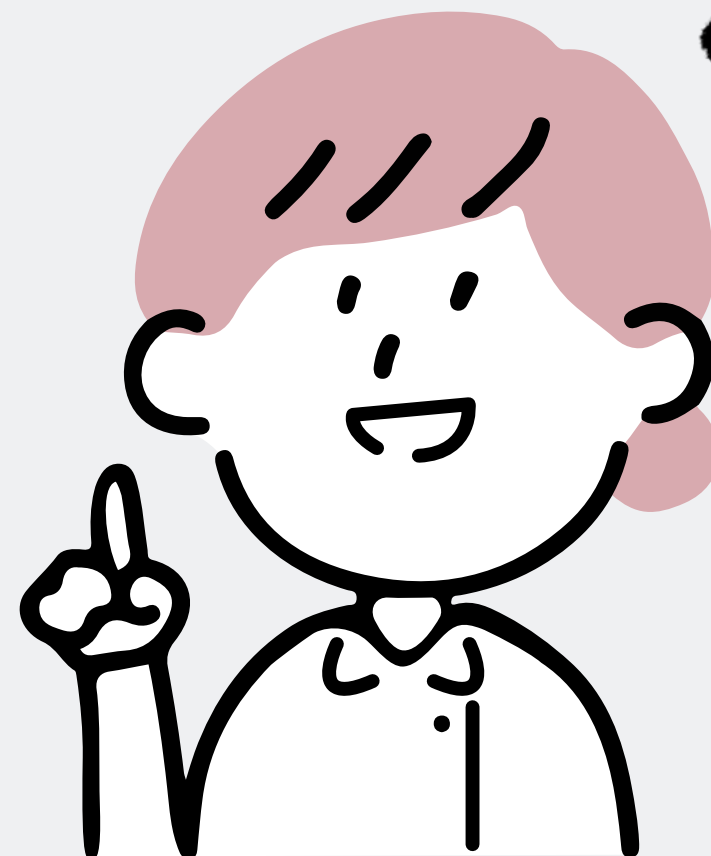


面試經驗分享 | 葉廉津 | 休閒產業經營學系



目錄

- 一、面試的基本問題
- 二、讓教授記住你的瞬間
- 三、面試其實是可以準備的
- 四、無法預測的小插曲
- 五、如果重來一次，我會這樣準備...
- 六、上場前的準備和調適



面試不是追求完美
而是讓人記住你



面試的基本問題

三大必問題型

自我介紹

就讀動機

如果多所學校都錄取
會如何選擇

延伸方向

備審資料
&
學習歷程

個人
經歷和活動

對科系的
了解程度



準備重點

- 熟悉自己的經歷和資料
- 了解科系特色與課程
- 想清楚自己的動機和方向

準備時可以問自己的三個問題

- 為什麼選擇這個科系？
- 自己過去的經歷和這個科系有什麼聯結？
- 未來想在這個領域做什麼？



1

2

讓教授記住



讓教授記住你的瞬間

自我介紹 往往是面試的第一關，也是教授建立第一印象的重要時刻。在短短的一分鐘內，如何清楚地介紹自己、展現特色，並引起教授的興趣，其實非常重要。

✓ STEP 1

基本資料

簡單說明自己的背景
例如：

- 就讀學校
- 個性或特質

✓ STEP 2

興趣或經歷

如果能和申請的科系產生連結，會更容易讓教授留下印象。

✓ STEP 3

就讀動機

說明自己為什麼選擇這個科系，對這個領域有什麼興趣或想法。

✓ STEP 4

未來發展&結尾

簡單談談未來的方向，並用一句話作為收尾，讓整段自我介紹更完整。

*提醒：自我介紹不用像背稿一樣一字不漏，而是自然地表達自己！



1

2

3

面試可以準備 X +



面試其實是可以準備的

面試最讓人感到不安的地方，在於無法預測教授會提出什麼問題。但其實和考試一樣，仍然可以透過歷屆問題、模擬練習，以及對自己的了解來做準備。

面試形式



1

多位申請者同時面試

多位考生在同一間教室，依序回答問題。

2

多位教授分站面試

申請者依序到不同教授面前進行短時間面試。

3

多位教授分站面試

多位教授與一位申請者在同一間教室進行面試。
以國體產經為例，就是採用這種形式。

面試核心



了解自己

學習歷程、經歷、動機

&

了解科系

課程特色、未來發展

模擬面試



即使面試形式不完全相同，模擬面試的重點在於練習：

- 表達與談吐
- 回答問題的邏輯
- 面對未知問題時的反應



1

2

3

面試可以準備 X +



面試其實是可以準備的(練習方法)

1 錄音練習 ●REC

在擬好講稿後，可以先透過錄音練習。過程中忘詞其實沒有關係，重點是透過回放檢視：

- 哪些地方講得不順
- 是否有重複卡住的段落

(如果同一個地方多次卡住，可能是上下文不夠順，需要稍微調整內容。)

一個小技巧是：不用每次都講得一模一樣，而是記住關鍵字，內容會更容易串聯，表達也會更自然。

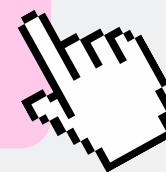
例如：

喜歡跑步(興趣) → 田徑(經歷) → 運動管理(動機)

2 鏡子練習

對著鏡子練習可以幫助觀察：

- 表情管理
- 眼神方向
- 整體肢體語言



有些人在思考時會習慣左右看，如果眼神過度飄移，容易讓教授察覺緊張。

透過練習，可以慢慢習慣在眼神穩定的情況下思考與回答。同時也能觀察自己的表情是否過於嚴肅，適度增加笑容，讓整體更自然。



1

2

3

4

小插曲



無法預測的小插曲

即使在面試前做了充分的準備，現場仍然可能出現一些沒有預期到的問題。

● 不熟悉的題目 ?

我認為最重要的是 **誠實回答**，並說明自己的想法。

可以先**說明自己**目前對這個議題**沒有太深入的了解**，再分享自己目前所知道的部分或個人的看法。

教授通常也能理解申請者不可能什麼都知道，因此即使一時回答不出來，通常也不會刻意刁難。

● 應對方法

- 遇到需要思考的問題時，不需要太慌張
- 可以先整理好想法，再開口回答
- 若太急著回答，反而容易出現結結巴巴的情況

保持穩定與清楚的表達，整體表現會更好。



● 小插曲有時也是亮點

當時在面試中，我提到自己對「戶外冒險領導」這門課很有興趣。當下其實不知道，面試的教授正好就是這門課的授課老師。

直到進入大學後才發現這件事情。回頭想想，這個小插曲或許也讓教授對我留下了一點印象。





1

2

3

4

5

我會這樣準備 X



如果重來一次，我會這樣準備...

提早了解科系資訊

許多問題都會圍繞在「**為什麼選擇這個科系**」。如果能夠提早了解科系的特色、課程內容與未來發展，回答時會更加具體。

- 大學系所官方網站、課程地圖
- 學長姐分享
- 校系介紹影片

多練習表達，而不是只背答案

準備面試時，很容易把重點放在「答案內容」。但其實面試更重要的是**表達方式**與**臨場反應**。

多看歷屆面試問題

透過整理歷屆問題，可以更**了解教授可能關心的內容**。

- 為什麼選擇這個科系
- 自己有哪些相關經歷
- 未來想往哪個方向發展

善用網路資源

網路上有很多整理好的資訊。

- IOH 開放個人經驗平台（科系分享）
- 各大學招生網站
- Dcard / 網路論壇的面試經驗分享





1

2

3

4

5

6

準備&調適



← → 🔍 相信自己的準備，剩下的就放心交給當下的表現！ 😊

上場前的準備和調適

當天的準備

1. 睡眠 zzz

讓自己有充足的睡眠，保持好精神和氣色。

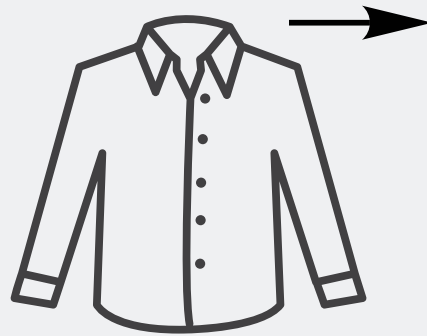
2. 早餐 🍳

避免空腹面試，也避免太油、重口味的食物，以免影響狀態。

3. 時間安排 🕒

提早確認交通方式與路線，建議提早到達面試地點，讓自己有時間熟悉環境、調整心情。

服裝



襯衫

✗ 過於寬鬆、花襯衫、皺皺的



西裝褲、中長裙

✗ 破褲、緊身褲、七分褲、迷你裙



皮鞋、包鞋

✗ 拖鞋、涼鞋、洞洞鞋

細節注意

1. 進場禮貌 🚪

- 進門前先輕敲門
- 進入後向教授打招呼
- 離開前簡單致謝

2. 等待時的行為

- 保持安靜，不大聲聊天
- 不滑手機或玩遊戲
- 可以在心中整理待會想表達的內容

3. 手機記得關靜音 🔊✗

避免在面試過程中響起，保險起見也可將手機放在準備室。