

My resume 講義目錄

- 一、 My resume 功能介紹 _____ P2
- 二、 My resume 首頁介紹 _____ P3
- 三、 My resume 登入路徑 _____ P4-5
- 四、 My resume 版面設計 _____ P6-7
- 五、 My resume 基本設計 _____ P8
- 六、 My resume 學習歷程 _____ P9-13
- 七、 My resume 檔案上傳 _____ P14-16
- 八、 My resume 核心能力 _____ P17-18
- 九、 My resume 優勢應用 _____ P19-20
- 十、 我飛網-職涯資訊服務網 _____ P21
- 十一、 諮商資源導覽 _____ P22
- 十二、 職涯資源導覽 _____ P23
- 十三、 大專院校就業職能診斷 (UCAN)
實施計畫 _____ P24



My resume (1/5)

- 個人E化履歷
- 整合教務、學務資料庫、個人portal，記錄您的個人學習及生涯發展歷程
- 藉由『學生學習歷程檔案』(portal)的紀錄，建構豐富又有創意的個人化求職履歷 (My resume)，幫助您成功踏出職場第一步的最佳利器。

元智大學

2

Yuan Ze University

01



To record
your school
courses

My resume



- 首頁
- 目錄
- 個人資料
- 世界公民/活力領袖
- 專業知能學習成就
- 活動表現
- 自傳

樹葉是裝載夢想的翅膀
不畏風吹雨打
我謙卑的抓緊土壤
我賣力的地吸收能量
我要往更深的那方探索
我將在這展開我的夢想



[前往目錄](#)

元智大學

Copyright © 元智大學 桃園縣 32003 中興路 100 號

Yuan Ze University

3

02

Professional way to show your values



My resume

➤ 系統路徑(1)：個人portal → 學習檔案 → My resume →

My resume 首頁 → 輸入個人portal 帳密 Login → 進入系統

- 學習檔案
- 歷年學習檔
- 學生能力雷達圖
- 經典五十
- 課表
- 課程審查
- 成績
- 抵免
- 電子郵件暨事件訂閱
- 出缺勤
- 停修
- 減修
- 跨領域學程
- 優選資格
- 考試課表
- 校際選課
- 休學學習
- MyResume

My resume Show 實力

登入帳號： 20131224 前請先將密碼卡號與通訊地址傳下郵箱
密碼： 20131224 前請先將密碼卡號與通訊地址傳下郵箱

My resume 首頁 我的作品 我的成績 元智大學 我的課 我的門

我飛 My Future 生涯高飛系列(一) My resume ~ 「Show Yourself」 e化履歷 ~ 升學與就業的利器

什麼是 My resume ?
My resume 是一個整合教務、學務資料庫所建立優質平台，提供學生完整記錄個人學習及生涯發展歷程，透過友善操作介面，讓你編輯個人風格履歷，並上傳個人作品檔案。

登入路徑：
(1) 個人Portal-個人資料-My resume
My resume 培訓課程 - 歡迎你的加入！

日期	時間	地點
11/28(三)	12:00-14:00	五館電腦教室
12/12(三)	12:00-14:00	五館電腦教室

線上報名：<http://140.138.38.57:1223/ruby/index.asp>

下載操作教學檔案：
<https://portal.yzu.edu.tw/myresume2/Doc/使用說明.doc>

主辦單位：學生事務處 諮詢與就業輔導組
聯絡人：洪靜華 李國輝
聯絡電話：03-463-8400分機2837
e-mail: carshung@aturn.yzu.edu.tw

元智大學

To build a good first impression for Employers

03



My resume

➤ 系統路徑(2)：

個人portal → 個人檔案 → My resume → 進入系統

- 個人檔案
- 修改密碼
- 校友基本資料
- Nick Name
- 學生證
- 學籍卡
- 家庭概況
- 德育成績
- 五育紀錄
- 健檢資料
- 工作經歷
- 語言認證
- My Resume**
- 活動查詢
- 個人書房
- 家長關懷系統

https://portalx.yzu.edu.tw/PortalSocialVB/FMain/IFrameMain.aspx

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

PORTAL

- **進入系統** • 使用說明 • 課外學習能力指標 • Q&A • 問題或建議 •

- 2010/09/05 新增40種版型選擇
- [2010/05/15系統重大變更通知](#)

5

Yuan Ze University

To Increase
your visibility
& presence

04



My resume (1/6)



➤ 版型設計

□ 選擇版型

□ 共10種產業類別，45種版型設計。

❖ 教學型(可自行編排設計)

❖ 資訊、通信與電子產業

綠能、環保及公共衛生產業

機械與金屬加工產業

金融、證券與產險服務產業

醫療及生技產業

政府、文教、社福

運動、休閒與觀光產業

其他

文化創意及數位內容產業

元智大學

6

Yuan Ze University



My resume (1/6)

2 5 4 1 3 6 YZU MYRE

基本設定 核心能力 檔案上傳 版型設計 學習歷程 檢視 登出

◎資訊、傳播與電子產業					◎機械與金屬加工產業				
01-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：19	01-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600	01-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：14	01-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：26	01-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600	02-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600	02-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：21	02-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	02-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：22	02-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600
◎運動、休閒與觀光產業					◎醫事及生技產業				
03-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600	03-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：12	03-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	03-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600	03-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：12	04-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：3	04-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：21	04-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	04-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：4	04-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600
◎文化創意及數位內容產業					◎綠能、環保及公共衛生產業				
05-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600	05-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600	05-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	05-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600	05-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600	06-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：22	06-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600	06-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	06-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：11	06-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600
◎金融、經營與國際服務業					◎法律、文教、社福				
07-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600	07-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600	07-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：5	07-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600	07-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：10	08-01 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：11	08-02 最佳瀏覽解析度：800 X 600	08-03 最佳瀏覽解析度：800 X 600	08-04 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：12	08-05 最佳瀏覽解析度：800 X 600 應用數：12

01

To record your school courses

My resume(2/6)

2 5 4 1 3 6 YZU MYRE

基本設定 核心能力 檔案上傳 版型設計 學習歷程 檢視 登出

➤ 基本設定

☐ 電子履歷 (My Resume) 公開與否

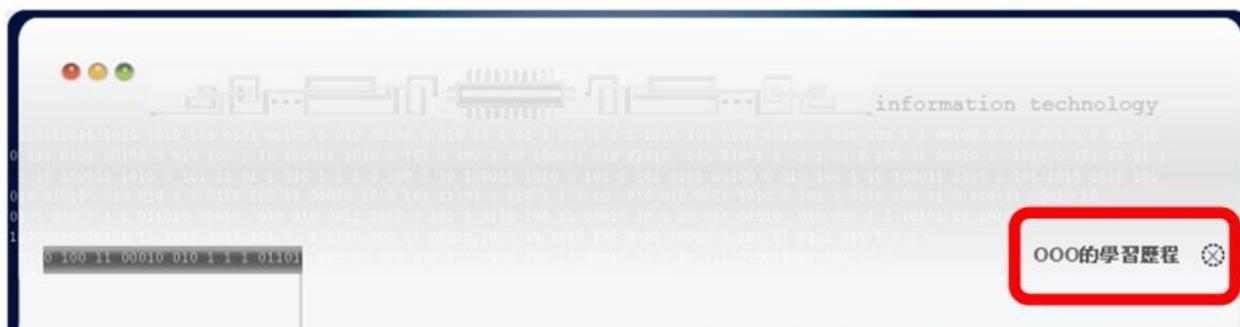
您的學習歷程網址為 yzu.edu.tw/MyResume2/Portfolio/Portfolio.aspx?StudNo=1015403

學習歷程開啟/關閉 關閉 (若選擇開啟，則其他人可瀏覽你的學習歷程。)

學習歷程名稱

(字數不得超過50)

確定



元智大學

Yuan Ze University

8

02

Professional way to show your values



➤ 學習歷程

□ 新增學習歷程、編輯標題說明、刪除學習歷程

新增學習歷程 編輯標題說明 刪除學習歷程

標題	說明	瀏覽權限	順序
個人資料	我的個人資料	草稿	↓
服務紀錄	服務學習相關	草稿	↑ ↓
學習成就	專業知識與學習成就	草稿	↑

新增學習歷程 編輯標題說明 刪除學習歷程

新增學習歷程 編輯標題說明 刪除學習歷程

新增學習歷程 編輯標題說明 刪除學習歷程

To build a good first impression for Employers

03



➤ 學習歷程

□ 系統資料導入與編輯

範本 個人資料 確定 取消

選擇範本 個人資料 選之範本帶出以下資料，您可以對這些資料做編修：

- 個人 專業知能/學習成就
- 1. 基本 世界公民/活力領袖
- 2. 聯絡 得獎事蹟
- 專業 工作經歷
- 1. 學歷 自傳
- 2. 獎學金
- 3. 語言能力認證
- 4. 專業證照
- 5. 經典五十
- 世界公民/活力領袖
- 1. 領導溝通
- 2. 服務關懷
- 3. 多元文化
- 4. 創意美感
- 5. 自我學習
- 得獎事蹟
- 工作經歷
- 自傳

姓名、出生日期、性別、兵役狀況、婚姻狀況
地址、e-mail、戶籍電話、戶籍地址
學歷、學位、轉系、歷年成績、成績排名、休學、退學

To Increase
your visibility
& presence

04



My resume(3/6)

Navigation bar with buttons: 2, 5, 4, 1, 3, 6, YZU MYRE. Below the numbers are buttons: 基本設定, 核心能力, 檔案上傳, 版型設計, 學習歷程, 檢視, 登出. The '學習歷程' button is highlighted with a red box.

範本 空白頁 [v] [確定] [取消]

選擇範本時，系統會依據所選之範本帶出以下資料，您可以對這些資料做編修：

- 個人資料
 1. 基本資料：中文姓名、英文姓名、出生日期、性別、兵役狀況、婚姻狀況
 2. 聯絡資料：聯絡電話、通訊地址、e-mail、戶籍電話、戶籍地址
- 專業知能/學習成就
 1. 學業：主修、輔系、雙主修、轉系、歷年成績、成績排名、休學、退學
 2. 獎學金
 3. 語言能力認證
 4. 專業證照
 5. 經典五十
- 世界公民/活力領袖
 1. 領導溝通
 2. 服務關懷
 3. 多元文化
 4. 創意美感
 5. 自我學習
- 得獎事蹟
- 工作經歷
 1. 工讀經驗
 2. 實習經歷
 3. 工作資歷
- 自傳

→ 教務資料

→ 學務資料

11



My resume (3/6)



➤ 學習歷程

- 系統資料導入與編輯
- 注意個人資料保護

插入上傳聲音 插入上傳圖片 插入上傳檔案

格式 字型 大小 B I U

個人資料

基本資料

中文姓名：林OO
英文姓名：Lin, Yu-De
出生日期：1999/6/9
性別：男
兵役狀況：免役

聯絡資料

聯絡電話：0972111111
e-mail：st60307g@gmail.com

設計 HTML

瀏覽權限：公開 (操作小技巧：Ctrl+Z：還原、Ctrl+C：複製、Ctrl+V：貼上)

預覽 密碼 清除 取消

元智大學

12

Yuan Ze University

01



To record
your school
courses

My resume (3/6)

➤ 學習歷程

□ 調整頁面側欄順序

標題	說明	瀏覽權限	順序	PDF
<input type="radio"/> 個人資料	我的個人資料	公開	↑↓	匯出
<input type="radio"/> 專業知能 學習成就	課內學習紀錄	公開	↑↓	匯出
<input type="radio"/> 世界公民 活力領袖	課外學習紀錄	公開	↑↓	匯出
<input type="radio"/> 活動紀錄	大1到大四課外參與_範例FOR應外	公開	↑↓	匯出
<input type="radio"/> 得獎事蹟	1. 五育獎章 2. 獎學金	草稿	↑	匯出
<input type="radio"/> 123		草稿	↑↓	匯出



元智大學

02

Professional way to show your values



➤ 檔案上傳

- 上傳My resume中所需要的圖片、影音、檔案
- 允許上傳之類別：影像、聲音、動畫、圖片、PDF...等
- 請注意智慧財產權問題



➤ 檔案上傳

新增目錄 編輯名稱描述 刪除目錄

目錄名稱 (檔案數)	目錄描述	修改日期
<input type="radio"/> 基本資料 (1)	=個人基本資料 =學期成績	2013/04/19 14:45
<input type="radio"/> 圖片 (2)		2013/04/25 14:24

您目前使用了100 MB 配額中的1MB (2%)

目錄名稱	目錄描述
基本資料圖片	基本資料的圖片

確定 清除 回上頁

新增目錄 編輯名稱描述 刪除目錄

目錄名稱 (檔案數)	目錄描述	修改日期
<input type="radio"/> 基本資料 (1)	=個人基本資料 =學期成績	2013/04/19 14:45
<input type="radio"/> 圖片 (2)		2013/04/25 14:24
<input checked="" type="radio"/> 基本資料圖片 (0)	基本資料的圖片	2013/04/30 12:50

您目前使用了100 MB 配額中的1MB (2%)

To Increase
your visibility
& presence

04



My resume (4/6)

2 5 4 1 3 6 YZU MYRE

基本設定 核心能力 檔案上傳 版型設計 學習歷程 檢視 登出

➤ 檔案上傳

□ 檔案大小建議不超過 3M

上傳檔案 編輯名稱描述 刪除檔案 返回上層

檔案名稱	檔案描述	修改日期	大小 (KB)

(目前允許上傳的檔案類型為：影像、聲音、動畫、圖片、office、pdf及txt)

檔案	檔案描述
選擇檔案 Koala.jpg	大頭照

新增檔案 上傳檔案 清除 回上頁

上傳檔案 編輯名稱描述 刪除檔案 返回上層

檔案名稱	檔案描述	修改日期	大小 (KB)
<input type="checkbox"/> Koala.jpg	大頭照	2013/04/30 17:31	763

元智大學

16

Yuan Ze University



My res

核

活動名稱	活動時間	登錄條件	分數
社團各項活動或競賽	100/06/12 ~ 100/06/12	擔任紀念品組組員	3
社團各項活動或競賽	100/09/28 ~ 100/09/28	擔任美宣組組員	3
行政院青輔會寒暑假營隊活動	100/7 /4 ~ 100/7 /6	擔任	3
社團各項活動或競賽	101/09/13 ~ 101/09/13	擔任內場人員	3
社團各項活動或競賽	101/10/16 ~ 101/10/16	擔任活動組組員	3
社團各項活動或競賽	99/12/23 ~ 99/12/23	擔任表演人員	3
			總分：18

	核心能力	分數
個人面向	樂觀積極與終身學習	0
	健康促進與美感經驗	0
	獨立思辨與主動創新	18
團體面向	溝通表達與團隊合作	15
	克服挫折與解決問題	15
	資源統整與務實執行	27
社會面向	尊重生命與關懷環境	10
	公民責任與社會參與	13
	多元價值與國際視野	0

未列入計分筆數：6筆

元智大學

17

Yuan Ze University

01



To record
your school
courses

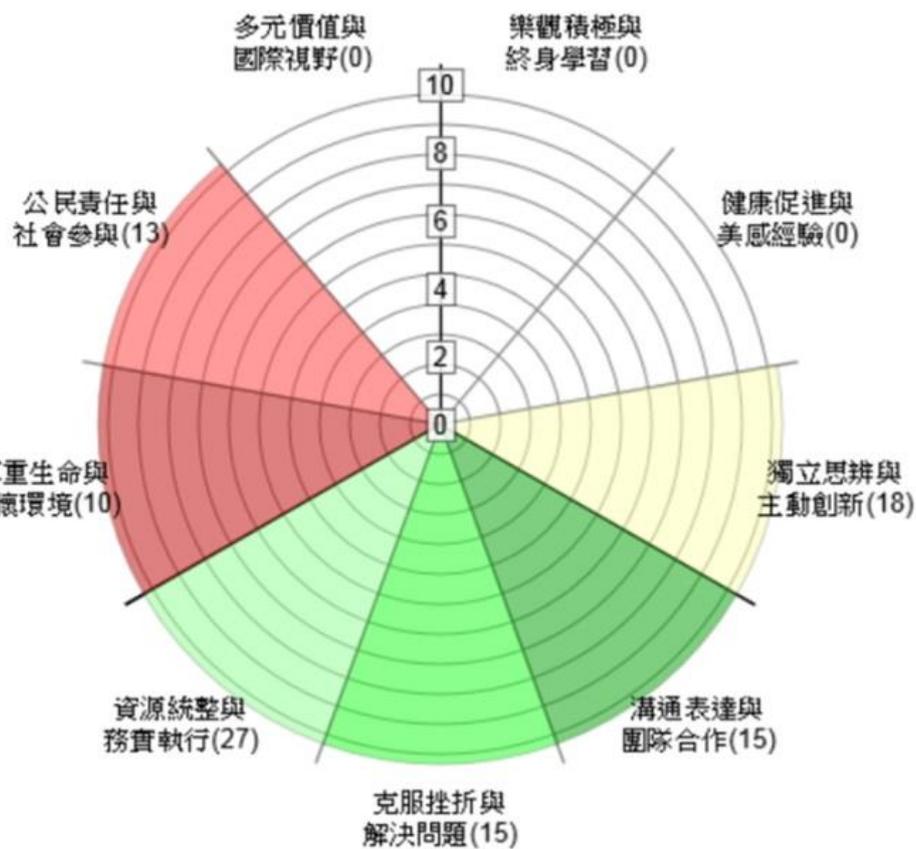
My res

核

- 社團各項活
- 社團各項活
- 行政院青輔
- 社團各項活
- 社團各項活
- 社團各項活

個人面向	樂觀積極與終身學習
團體面向	健康促進與美感經驗
社會面向	獨立思辨與主動創新
	溝通表達與團隊合作
	克服挫折與解決問題
	資源統整與務實執行
	尊重生命與關懷環境
	公民責任與社會參與
	多元價值與國際視野

未列入計分筆數：6筆



數 3 3 3 3 3 3 18

02

Professional way to show your values



My resume

➤ 優勢

- 藉由紀錄、編輯、更新 My resume，幫助記憶自我參加過的活動相關成就，進而了解自我發展特色，提醒自己在當下收穫與所學，在畢業前可審視自我的成就
- 畢業後也可以持續使用本系統
- 104或1111人力銀行中，主動應徵時，時常會出現自我推薦信，內容不外乎是希望企業能多看自己的履歷，利用 My resume建構屬於個人特色的E化履歷，可附加在推薦信中，成為自我新亮點

To build a good
first **impression**
for Employers

03



My resume

➤ 應用

主動應徵

應徵工作：人力資源專案主任/專員

*選擇履歷： 我的履歷表 [預覽](#)

自我推薦信：

您好，我叫 林OO，近日得知貴公司在徵人，希望能有參加面試的機會

以下為我的個人化履歷，提供貴企業參考：

<https://portal.yzu.edu.tw/myresume2/Portfolio/Portfolio.aspx?StudNo>

儲存此次修改 新增自我推薦信 已輸入 107 字元數(限800字元數)

TIP:
一個小動作，幫助您在眾多平凡履歷中出類拔萃！

元智大學

20

Yuan Ze University

To Increase
your visibility
& presence

04



我飛網—職涯資訊服務網

➤ 登入路徑：
元智大學首頁 → 點選

職涯資訊



校園報報
校、內外生涯規劃與職涯講座、職場趨勢與各項活動訊息。
- 職涯活動訊息
- 企業參訪訊息
- 職涯講座訊息
More

徵才職缺
全方位職缺資訊供您查詢，求職求才一步到位。
• 求職求才資訊
• 聯合徵才活動
• 工讀兼職機會
• 元智校園專區
• 海外職缺資訊
More

職涯諮詢
您有升學或就業的疑惑嗎？這?有親切的學長姊與顧問職涯輔導專家，替您的問題把脈。
- 工程類 - 資訊類
- 管理類 - 人社類
- 電通類 - 政策法規類
More

職涯資訊
掌握產業發展趨勢，淬鍊就業軟實力，這裡有最棒的職涯資訊。
- 職場資訊 - 升學資訊
- 名詞彙釋 - 益勵講堂
- 職涯專書
More

職涯探索
透過個人特質與生涯抉擇測驗，職涯測驗是您生涯路上的利器。
- 性格及就業傾向測驗 (MAPA)
- 就業與職能診斷平台 (UCAN)
- 個人e化履歷(My resume)
More

元智大學 生涯發展 政府資源專區 海外就業資訊 人力銀行專區

元智大學

25

Yuan Ze University

05

Your own personal resume

諮商資源導覽



諮商服務

諮商讓您探索及發現不同的思考、感覺及行為方法，使生活更豐富，
歡迎帶著任何生命議題，來和諮商老師討論哦！

心理測驗



它可以幫助了解自我想法、感受與行為，對應目前需求，尋找合宜的精進方法。
不論是生涯發展、人際互動、或性格探索，都有適合的測驗。



【特別推薦】睡眠、情緒、藥物等精神科諮詢，歡迎預約。

【預約方式】週一至週五9:00-11:30、13:00-16:30至活動中心三樓8302R預約。

【網路諮詢】wecare@saturn.yzu.edu.tw

心靈加油成長活動

講座包括生命故事、性別教育、職涯發展等。
工作坊和成長團體則提供紓壓、人際、生涯等主題知能，
可以探索自我也練習應用，內容豐富多元哦！



健康週

以生命教育、性別平權為主題，推出有趣的知能活動，
例如：創作、擺攤、電影、座談，讓您更能體會生命價值、同理多元性別。



活動詳情請參考網路路徑：

元智大學 > 學務處 > 諮商輔導 > 活動全覽

職涯資源導覽

自我探索

大一是最適合探索自己生涯興趣的時機，我們提供了職涯測驗，讓您可以更了解自己的特質、工作價值觀，以及可能適合的工作與所需能力。

環境探索



我飛網-職涯資訊服務網：提供全方位的職涯探索與就業相關資訊查詢服務。透過企業參訪與企業說明會活動，您能更深入認識就業環境，藉此做好職涯規畫。我飛網網址：<http://myfuture.yzu.edu.tw>

生涯規劃

不論升學或就業，

都可以藉由e化履歷My resume來豐富個人專屬的課內（外）學習歷程檔案。



職涯發展

透過每年三月的校園聯合徵才博覽會與職涯講座系列活動，與企業面對面接觸，讓您掌握職場趨勢，順利求職。

就業軟實力

透過辦理益勵講堂—大學專業課程沒教的十二堂課、GMAT講堂—海外就業力特訓校友圓志講堂、履歷撰寫、模擬面試等各種職涯講座，讓您擁有正確的職場態度，提升未來的就業軟實力。

活動詳情參考網路路徑：

元智大學 > 職涯資訊 > 我飛網-職涯資訊服務網



大專院校就業職能診斷 (UCAN) 實施計畫



一、目的：

- (一) 了解個人的興趣偏好。
- (二) 作為未來職業的參考方向。
- (三) 求學過程中能選擇與自己興趣相符的課程或學習活動。
- (四) 選擇個人適合的發展方式。

二、時間：測驗施測及解測時間約計50分鐘。

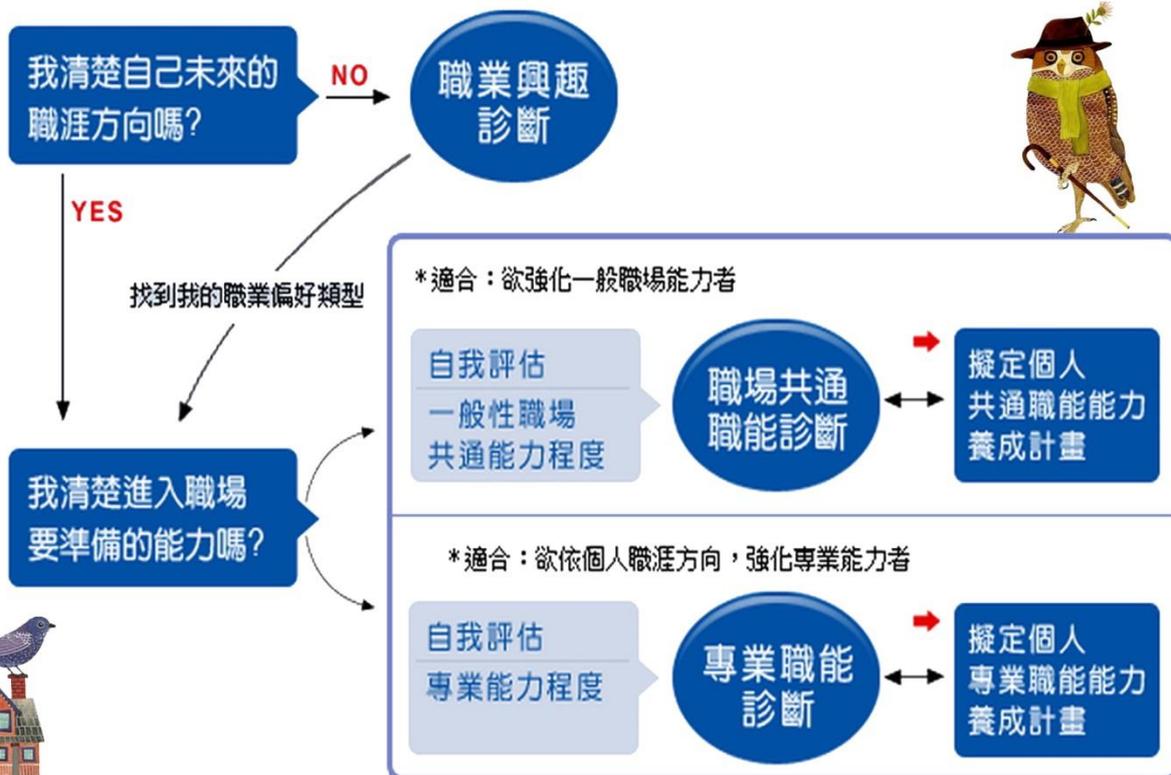
三、地點：資服處或系所電腦教室。

四、對象：全校學生。

五、實施方式：申請制。



透過諮商老師進行團體解測，並依學生需要提供個別諮商服務。



聯絡方式

信箱：wecare@saturn.yzu.edu.tw 電話：(03)4638800#2235

單位：元智大學諮商與就業輔導組 位置：活動中心三樓R8302

