

當畢業遇上演算法： AI 時代的新鮮人求職攻略

就業市場趨勢與就業能力準備



主講人：陳嵩榮 總經理



1 品牌起點與核心定位

- 1996 | 楊基寬先生創立
不只找工作，幫你找方向；
不只找人才，幫你管理人才



連結人才與企業，創造職涯與組織價值



▲ 國家人才發展獎－大型企業獎 ▲ 亞太區資安領導成就獎 (Asia-Pacific ISLA™)

2 市場規模與影響力

國內最多求職者與徵才企業使用



累積超過

920萬

求職會員



48萬

徵才企業



目前線上約

120萬

個工作機會



過去一年媒合成功的

求職者約

122萬

人次

(每季不重複人數合計)

3 重要獎項與演進軌跡

- 2017 | 亞太區資安領導成就獎 (Asia-Pacific ISLA™)
- 2017、2020、2024 | 勞動部「國家人才發展獎」－大型企業獎
- 2018 | 資安品質精銳獎
- 2019 | 資安人才培育獎
- 2021-2025 | 天下永續公民獎
- 2021-2025 | TCSA台灣企業永續獎－人力發展／社會共融／資訊安全 領袖獎
- 2022 | HR Asia 亞洲最佳企業雇主獎
- 2025 | IT Matters Awards 最佳 IT 雇主獎

新鮮人求職三大困擾

39%

不了解自己的
興趣，也不知道適合什麼職務



36%

搞不清楚職務內容，
也看不懂薪資水準



29%

缺乏工作經驗，
擔心不符合職缺需求



三大困擾還沒解， AI 焦慮又來了？

✧ 為什麼新鮮人特別有感？ ✧



[焦慮 01]



AI 會寫稿、會畫圖、還會寫程式……
它會不會搶走我的工作？
我會不會一畢業就失業？

【焦慮 02】



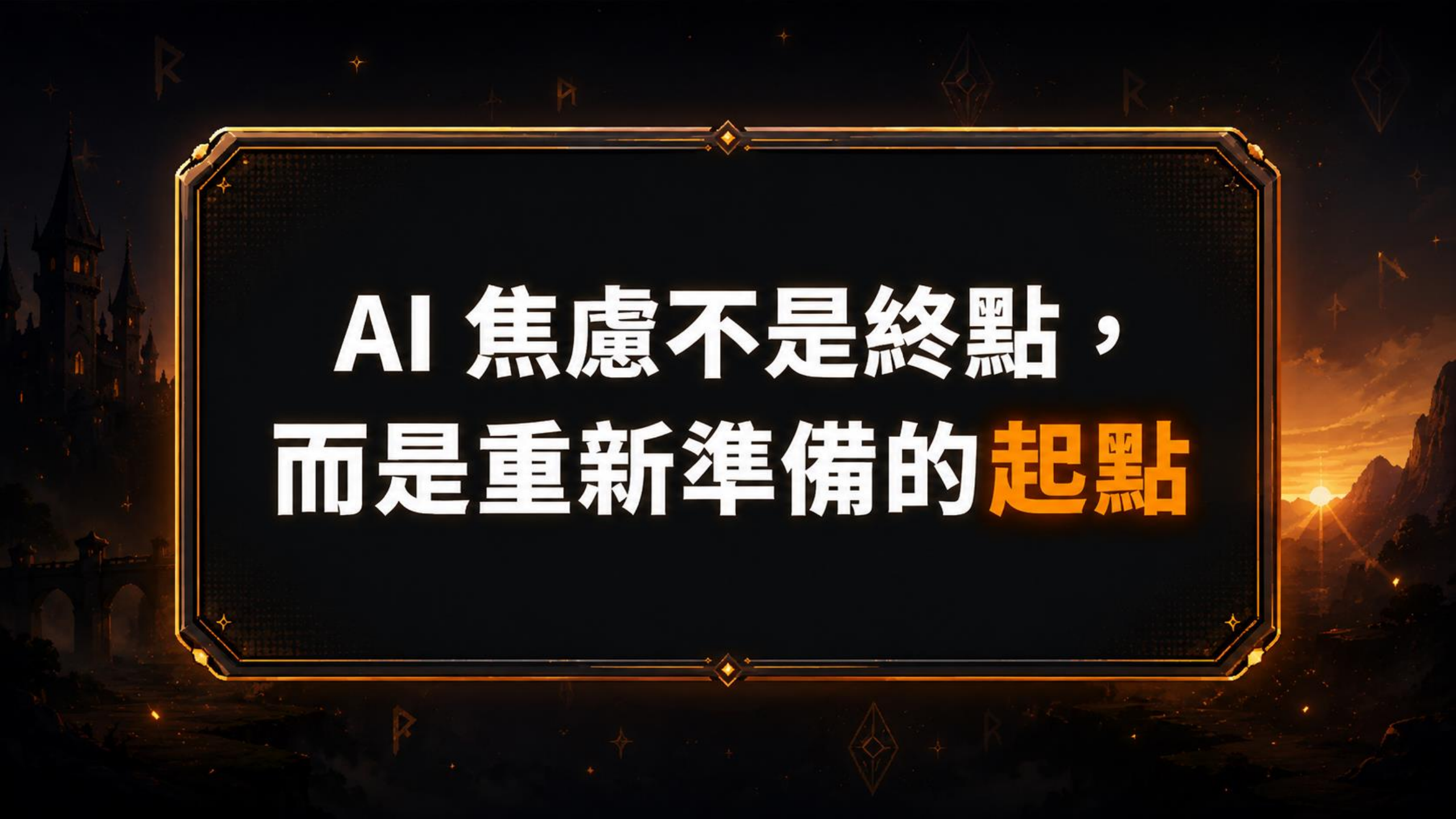
我是文組 / 商管科系，不懂技術，
在 AI 時代是不是就**沒優勢了**？
我大學這四年，真的有用嗎？



[焦慮 03]



大家都說求職要懂 AI 工具，
但我沒有實戰經驗，也不會寫程式，
企業真的會給我機會嗎？



**AI 焦慮不是終點，
而是重新準備的起點**

演講大綱

Part 1

鑑往知來：
歷史的科技浪潮



Part 2

就業市場的
變與不變



Part 3

企業沒有告訴你的
徵才秘密



Part 4

AI求職助攻
神隊友不可少



Part 5

敢出發，就有路
104 職涯工具箱



迷惘探索



看見方向



解鎖秘密



獲得助力



自信啟程

Chapter Start

【Part 1】 鑑往知來： 歷史的科技浪潮

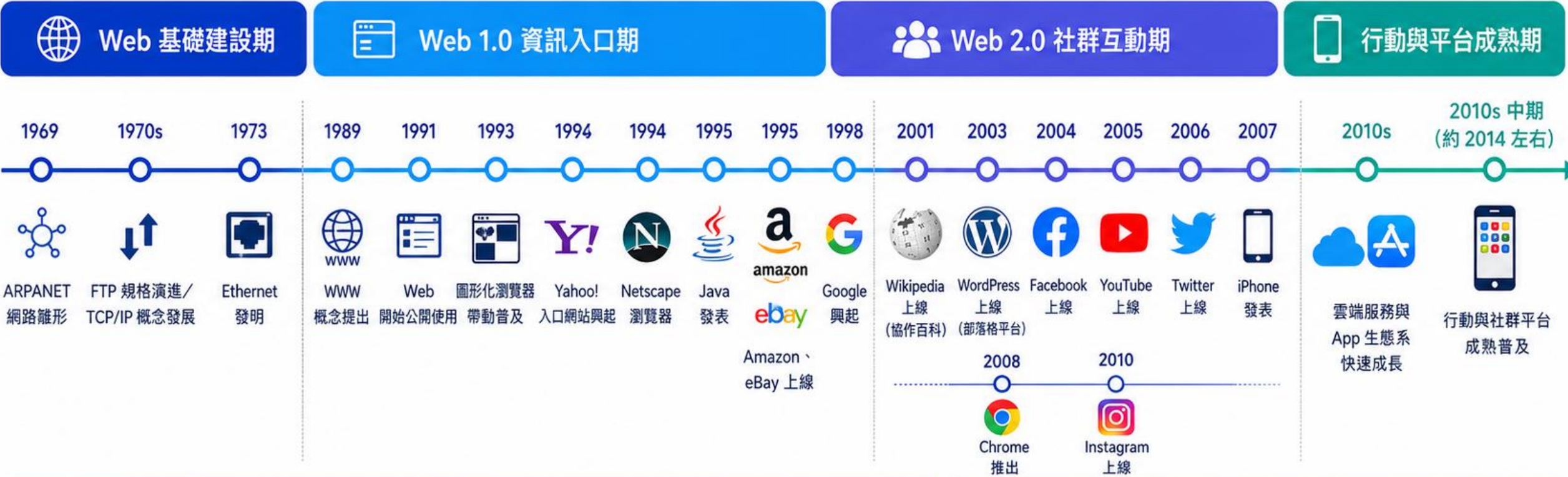
回望每一次技術躍進，看見 AI 浪潮如何走到今天

◆ 從歷史出發，開啟第一段探索



鑑往知來：回顧Web發展史

從網際網路誕生到社群平台與行動網路成熟



- 關鍵觀察**
- 網路從基礎建設逐步走向資訊化與普及使用
 - 從單向資訊瀏覽 (Web 1.0) 走向雙向社群互動 (Web 2.0)
 - 行動裝置、雲端與 App 生態成熟，推動服務無所不在

註：時間軸為重要里程碑之精簡整理 (AI協助)

Web發展20年，從工作機會數據看到什麼？

數位經濟相關工作機會五年成長120%
(遠大於 整體成長率67%)



資料定義：依六大應用領域89組關鍵字，篩選出104人力銀行上企業刊登的相關工作機會



資料來源：104人力銀行



資料時間：2016 Q4

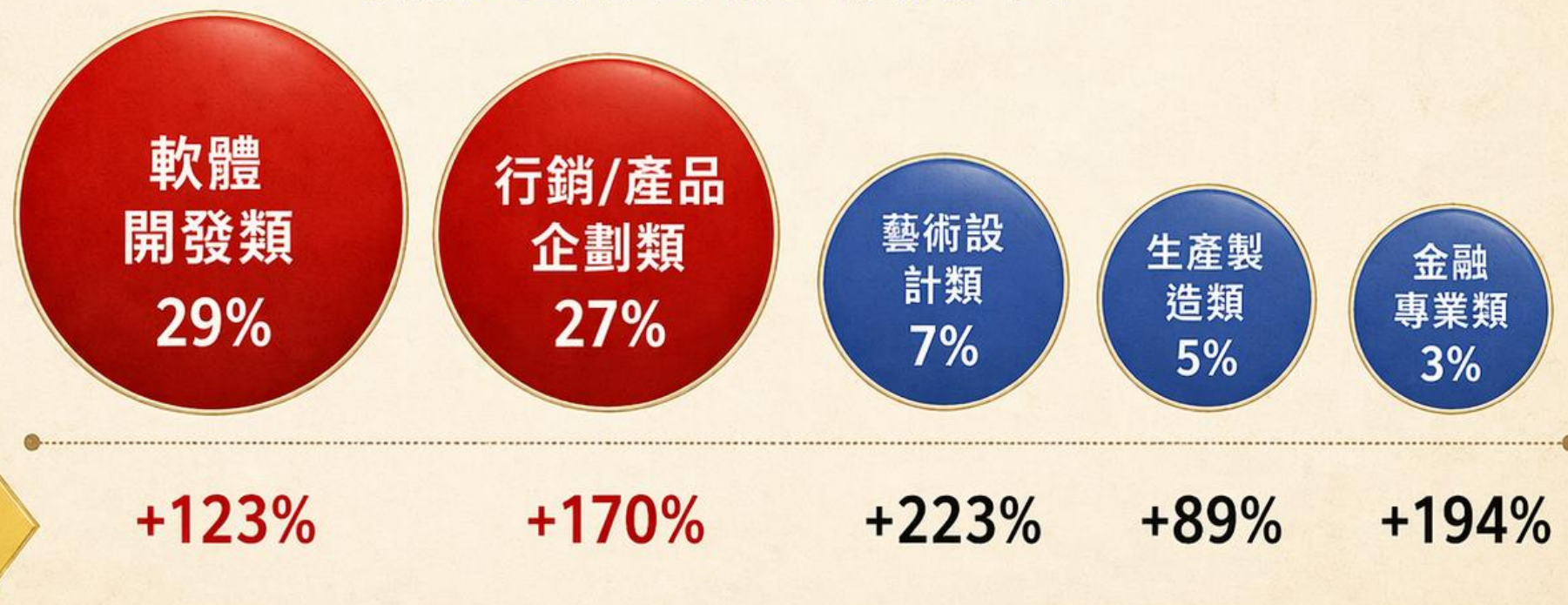
數位浪潮襲捲各大產業

批發零售、傳統製造、傳播教育為科技產業(軟體網路、電子製造業)
以外的三大主力需求產業



軟體人才需求為首，行銷/產品企劃、 藝術設計、金融專業人員需求推升皆多

【數位經濟人才需求職務分布】

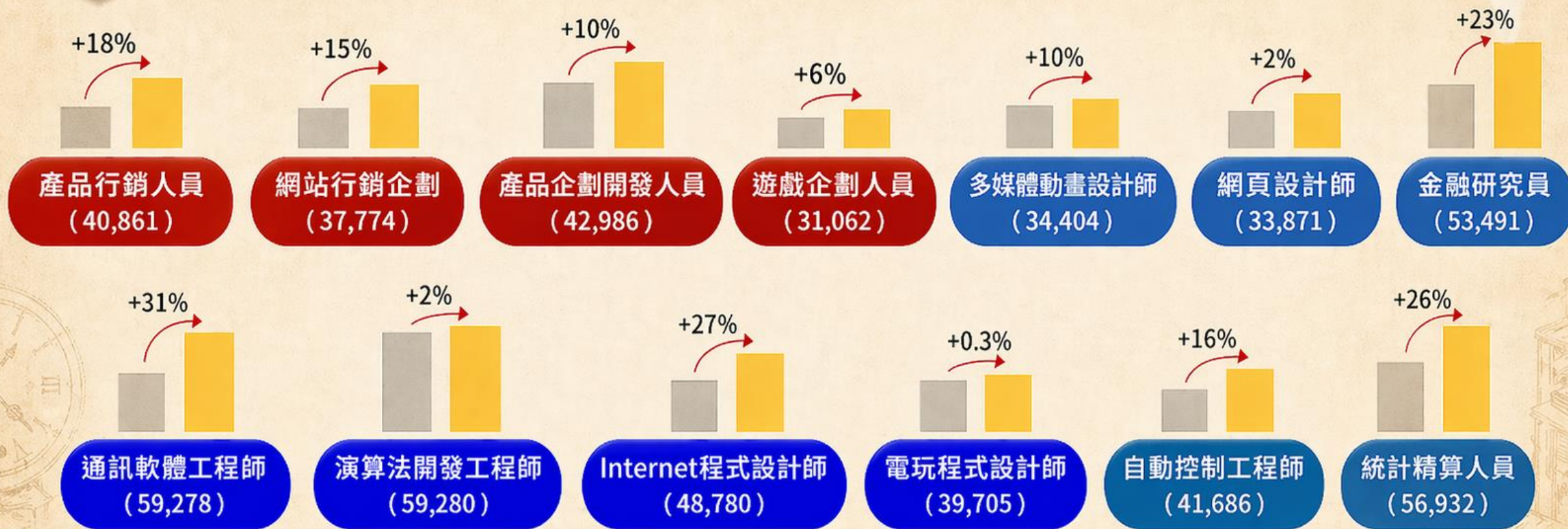


資料時間：2016 Q4

資料來源：104人力銀行

歷史資料
2016 Q4

同職務類別人才「數位鍍金」最高可達3成



分析說明：履歷表最近一份經歷的工作說明中若符合89組關鍵字，則列為數位經濟人才，其他同職務類別人才則定表為一般工作者。

註：括弧內數據為含數位經濟人才的年資一年內菜鳥平均起薪。



資料時間：2016 Q4
資料來源：104人力銀行

2018年後：AI浪潮與關鍵發展

從大模型、生成式 AI 到 Agent 與 AI 基礎建設競賽



AI 浪潮威力



技術突破加速



服務全面重及



產業競爭重組

AI 已從技術創新，走向商業、工作與日常生活的全面改寫

2026年第一季歡迎新鮮人 AI工作分布

市場熱度與入門門檻

6.7 萬個

AI 職缺歡迎新鮮人



2026年第一季職缺數突破新高，
新鮮人應徵人數年增 **46%**。

62%

職缺「不限科系」



AI 技術進入應用期，文組生只要
掌握 AI 應用能力即可為職涯鑲金。



產業

1 電子資訊／
軟體／半導體
3 萬個

2 一般製造
1 萬個

3 批發／零售／
傳直銷
5 千個



職類

1 資訊軟體系統
1.3 萬個

2 操作／技術／維修、
客服／門市／
業務／貿易
8 千個

3 研發
7 千個



學科

1 工程
2.4 萬個

2 數學及
電算機科學
1.3 萬個

3 商業及管理
9 千個



掌握熱門產業、職類與學科趨勢，提早規劃職涯方向，成為 **AI 世代** 的關鍵人才！



2026 的「AI 鍍金」紅利

AI 人才領跑，加薪幅度 **9.5%** 起跳 ✨

你的起薪 + AI 實戰技能 = 鍍金溢價



你的起薪

+



AI 實戰技能

=

+9.5% UP



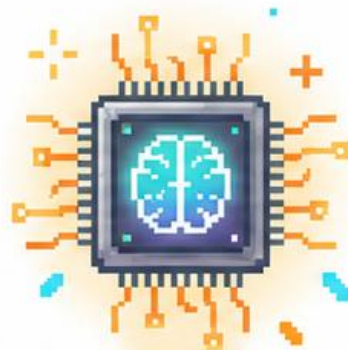
75% 企業願意為 AI 技能提供加碼銀彈

光電及光學 | 甚至願為 AI 新人加薪 **22.5%**

科技快速更迭下，不變的產業大趨勢



科技不斷更新，人類也不斷適應



1990s：網際網路
(電腦會取代人嗎?)

2000s：智慧型手機
(實體店要倒了嗎?)

2010s：雲端與社群
(報紙沒人看了嗎?)

2020s：生成式 AI
(工作會被消滅嗎?)

科技關了一扇門，同時開了無數扇窗

消失的舊任務

- ❖ 打算盤
- ❖ 人工抄寫
- ❖ 傳統打字員

誕生的新職務

- ❖ 社群小編
- ❖ 電商營運
- ❖ 數位行銷
- ❖ AI 詠唱師

[解鎖成就：看懂時代規則]



科技浪潮消滅的永遠是舊任務，
而不是你的價值。

【Part 2】

就業市場的變與不變

看懂市場變化、也掌握始終重要的求職關鍵



Next Stage... 載入就業市場關鍵情報中

99%

企業搶才策略多元化

人力銀行仍是 企業招募人才管道 TOP 1

社群人脈、校徵、企業官網與
專業人才 hunter 使用率增加



社群人脈



校徵



人力銀行



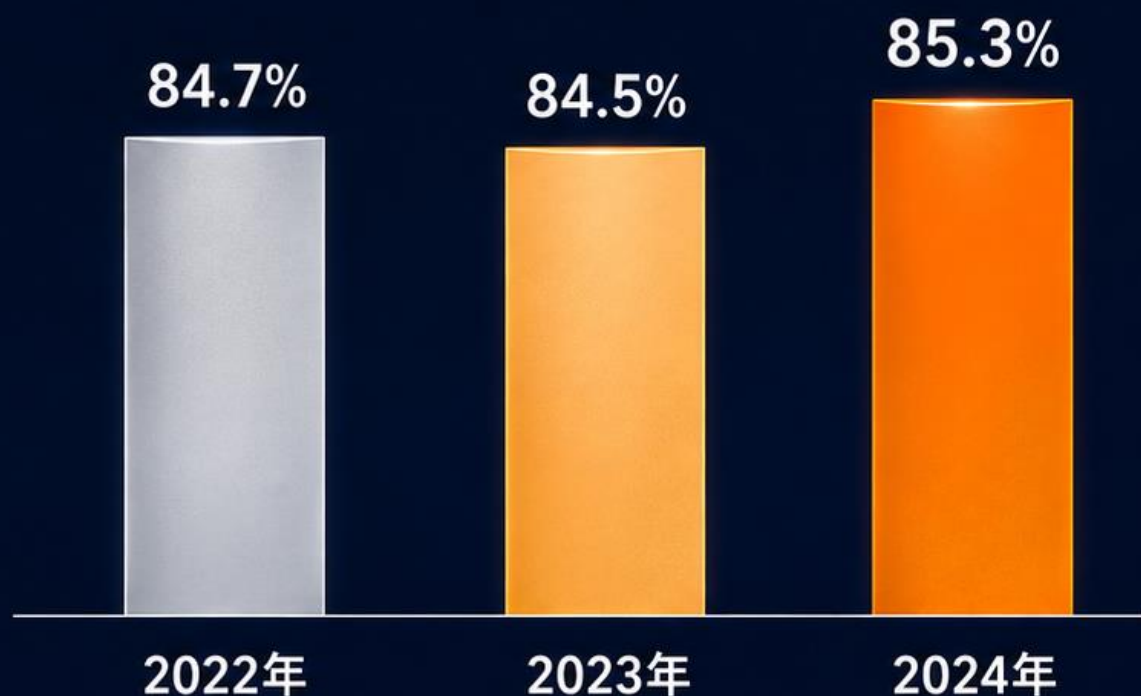
企業官網



專業人才
hunter

人才招募管道排名

1 刊登網路徵才廣告



資料來源：104人力銀行 2025年《人資F.B.I.報告》

企業招募新進人員仍偏好20~39歲族群

企業招募
最偏好

20~39歲族群

20~39歲合計佔比
超過 **7成**

員工規模

	5~49人	50~199人	200~499人	500人及以上
20-29歲	73.0%	79.4%	83.8%	89.2%
30-39歲	71.1%	88.1%	90.9%	91.6%

產業別

	電子資訊業	一般製造業	一般服務業	知識密集服務業
20-29歲	71.5%	59.6%	80.1%	80.3%
30-39歲	77.1%	75.0%	69.7%	73.6%

不論企業規模或產業別，

20~39歲人才佔比皆為**最高**，仍是企業招募新進人員的**核心首選**！

職缺（工作機會）的來源？



過去一年職缺所屬產業大類 Top 8	佔比
1 電子資訊相關業	16.3%
2 批發及零售業	15.6%
3 住宿 / 餐飲服務業	15.2%
4 一般製造業	13.1%
5 建築營造及不動產相關業	8.2%
6 一般服務業	7.1%
7 醫療保健及環境衛生業	7.0%
8 文教相關業	4.7%

合計佔 87.2%

產業中類 Top 8	佔比
1 餐飲業	12.8%
2 零售業	9.8%
3 醫療服務業	6.1%
4 軟體網路相關業	5.8%
5 批發業	5.7%
6 教育服務業	4.1%
7 電腦及消費性電子製造業	3.0%
8 半導體	2.9%

合計佔 50.2%

求職希望產業 vs. 職缺所屬產業

求職希望產業
不拘佔65.1%


求職者

104


職缺

Top 8 產業類別		佔比
1	電子資訊相關業	6.6%
2	一般製造業	5.7%
3	住宿 / 餐飲服務業	3.7%
4	批發及零售業	3.3%
5	一般服務業	2.8%
6	醫療保健及環境衛生業	2.2%
7	文教相關業	2.1%
8	旅遊 / 休閒 / 運動業	1.6%

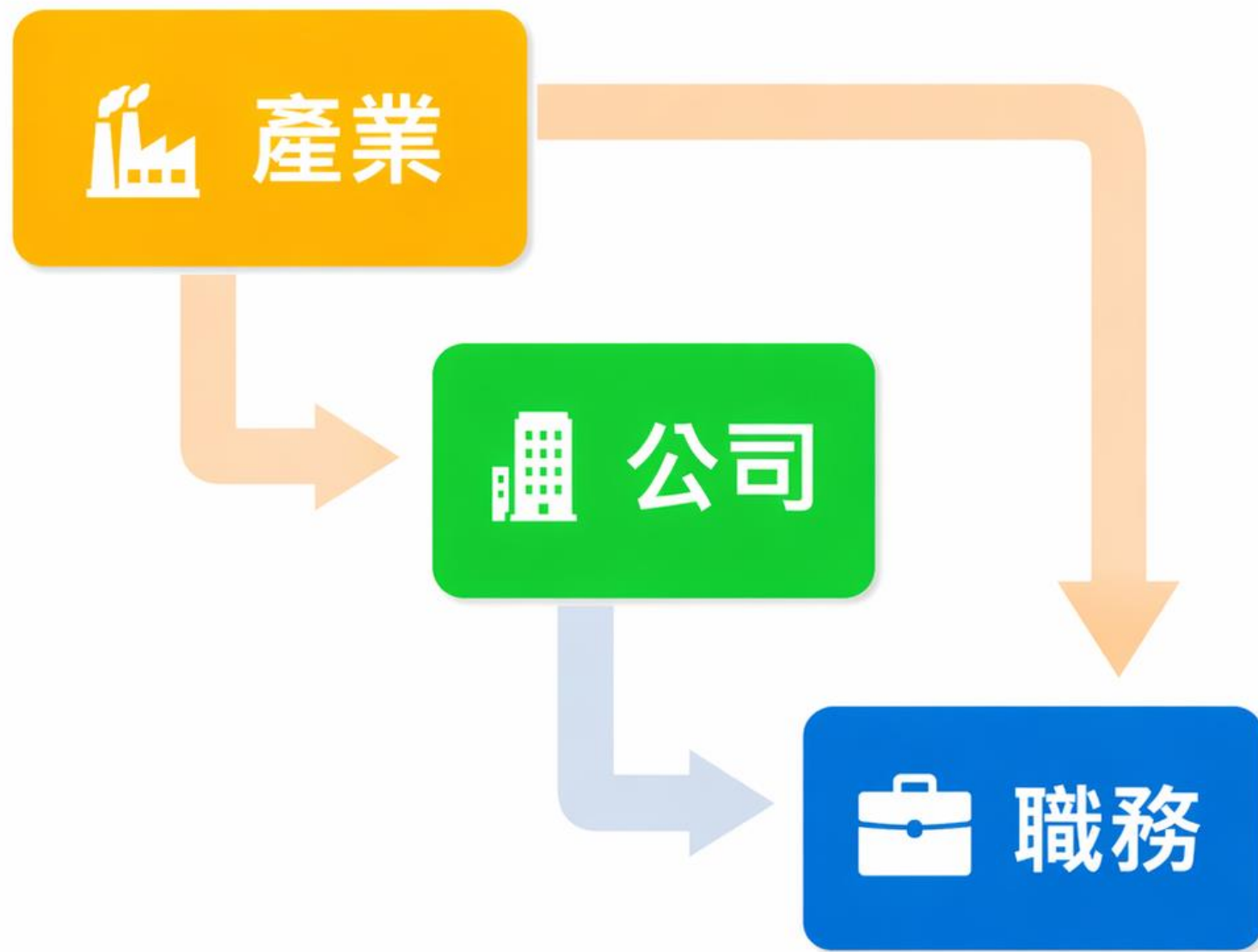
合計佔**28.1%**

Top 8 產業類別		佔比
1	電子資訊相關業	16.3%
2	批發及零售業	15.6%
3	住宿 / 餐飲服務業	15.2%
4	一般製造業	13.1%
5	建築營造及不動產相關業	8.2%
6	一般服務業	7.1%
7	醫療保健及環境衛生業	7.0%
8	文教相關業	4.7%

合計佔**87.2%**



職缺(工作機會)的來源？



過去一年職缺所屬職務中類 Top 8	佔比
餐飲類人員	11.3%
業務銷售類人員	8.7%
門市營業類人員	8.0%
行政 / 總務類人員	6.5%
操作 / 技術類人員	4.6%
教育輔導類人員	3.8%
行銷類人員	3.5%
工程研發類人員	3.4%

小計49.9%

軟體 / 工程類人員 3.2%

- 各產業都有的職務
- 特定產業有的職務

求職希望職務 vs. 職缺所屬職務



求職者



職缺

Top 8 職務類別	佔比
行政 / 總務類人員	12.7%
門市營業類人員	10.9%
餐飲類人員	8.8%
操作 / 技術類人員	6.8%
業務銷售類人員	4.6%
行銷類人員	4.0%
軟體 / 工程類人員	3.9%
工程研發類人員	3.7%

合計佔 55.4%

Top 8 職務類別	佔比
餐飲類人員	11.3%
業務銷售類人員	8.7%
門市營業類人員	8.0%
行政 / 總務類人員	6.5%
操作 / 技術類人員	4.6%
教育輔導類人員	3.8%
行銷類人員	3.5%
工程研發類人員	3.4%

合計佔 49.9%

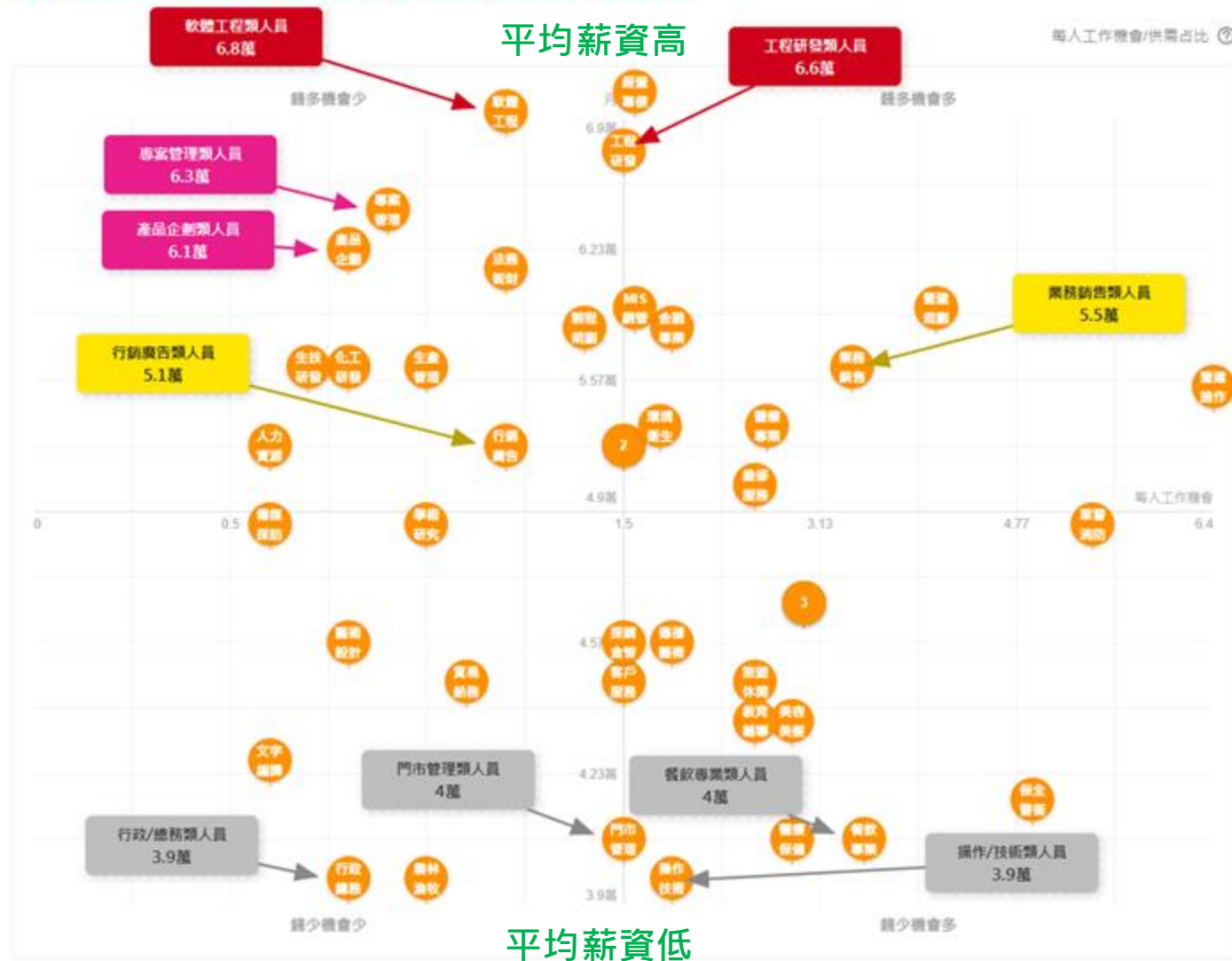


從事的職務種類

全部 管理與財經 行銷業務類 客服支援類 製造工程類 教育傳播類 其他專業類

- 不同職類，薪資水平差異大
- 供需情況、人才供給可替代性影響薪資行情

平均每
人工作
機會少



平均每
人工作
機會多

2026 新鮮人薪資大解密：敢出發就有路！



職類薪資排行

整體新鮮人
月薪中位數

3.6 萬元

4.0 萬



營建／製圖類、資訊軟體系統類、
生產製造／品管／環衛類

3.8 萬



研發類、醫療保健服務類、
財會／金融專業類、
軍警消／保全類

3.6 萬



行銷／企劃／專案管理類、
經營／人資類、
操作／技術／維修類

3.5 萬



餐飲／旅遊／美容美髮類、
客服／門市／業務／貿易類、
資材／物流／運輸類、
文字／傳媒工作類、
學術／教育／輔導類

3.4 萬



傳播藝術／設計類

3.3 萬



行政／總務／法務類



產業薪資排行

整體新鮮人
月薪中位數

3.6 萬元

4.0 萬



電子資訊／軟體／半導體業

3.9 萬



金融投顧及保險業

3.8 萬



建築營造及不動產業、
法律／會計／顧問／研發／設計業、
運輸物流及倉儲業、
政治宗教及社福業

3.6 萬



醫療保健及環境衛生業

3.5 萬



一般製造業、住宿／餐飲服務業、
大眾傳播業

3.4 萬



批發／零售／傳直銷業、文教業、
一般服務業、旅遊／休閒／運動業



就業趨勢與高薪亮點



78 萬 個正職工作
歡迎新鮮人



7 萬 技術類工程師
月薪上看



8.5 萬 碩士電源工程師
月薪上看



準備好客製化履歷，勇敢出發，就有機會掌握更好的起薪！

資料來源：104 人力銀行薪酬調查 (2026/03/06)

統計說明：近 3 年畢業新鮮人第一份正職工作月薪中位數



各科系畢業生就業趨勢全覽

以中原大學 21 科系為例，解析就業、升學與職務分布

資料來源：104升學就業地圖 | 2026年4月 | 共21科系(非全校科系)

工學院



軟體工程師	19.4%
研究助理	11.1%
國內業務	11.1%



環境工程師	49.4%
研究助理	18.2%
行政人員	7.8%



機械工程師	27.1%
軟體工程師	20.1%
製程工程師	11.8%



營造工程師	35.8%
土木技師	20.8%
工地施工	11.3%



製程工程師	31.6%
半導體製程	22.2%
材料研發	11.7%

電機資訊學院



軟體工程師	28.2%
韌體工程師	18.3%
硬體研發工程師	9.9%



軟體工程師	17.2%
半導體工程師	12.1%
電子工程師	11.1%



軟體工程師	53%
韌體工程師	13.3%
全端工程師	6%

商學院



國內業務	16.7%
行銷企劃	15.8%
行政人員	14.4%



查帳/審計	40.6%
稅務/會計	29.1%
財務分析	8.8%



銀行辦事員	28.6%
行政人員	10.2%
財務分析	10.2%



軟體工程師	47.5%
網頁程式設計師	10.2%
其他資訊	8.5%



國內業務	16.9%
業務助理	16.9%
國外業務	13.8%

設計學院



室內設計師	65.2%
室內裝修設計師	9.8%
設計助理	6.5%



平面設計/美編	28.9%
行銷企劃	18.3%
視覺設計師	12%



建築設計師	60.9%
室內設計師	14.1%
工程人員	4.7%



景觀設計師	31.5%
建築設計師	11.1%
都市規劃	9.3%

理學/法學/教育



人力資源	22.6%
心理諮商	16.4%
研究助理	12.3%



研究助理	27.1%
生技研發	22.5%
品管/檢驗	11.6%



法務	38%
法務助理	14.7%
其他法務	11.3%

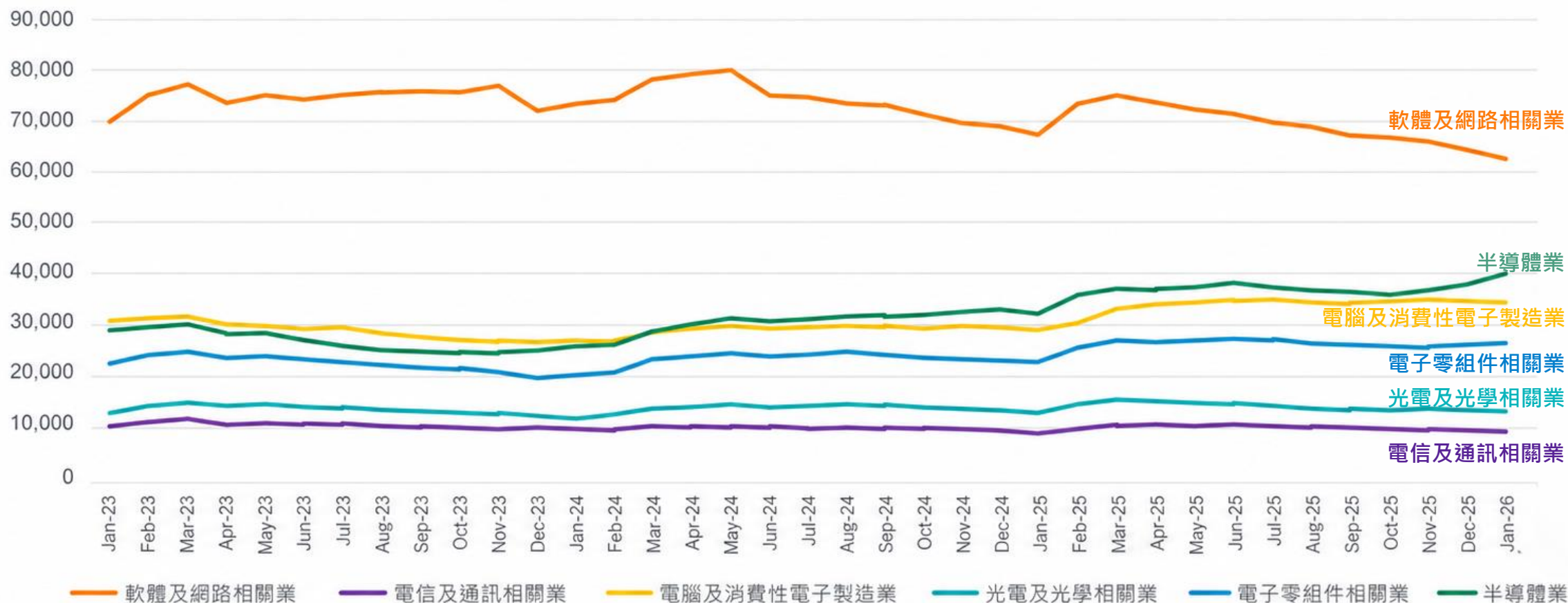


行政人員	18.4%
國外業務	14.6%
業務助理	13.6%

就業比例 升學比例 Top 3 從事職務比例

半導體業徵才成長、軟體及網路業趨緩

工作機會



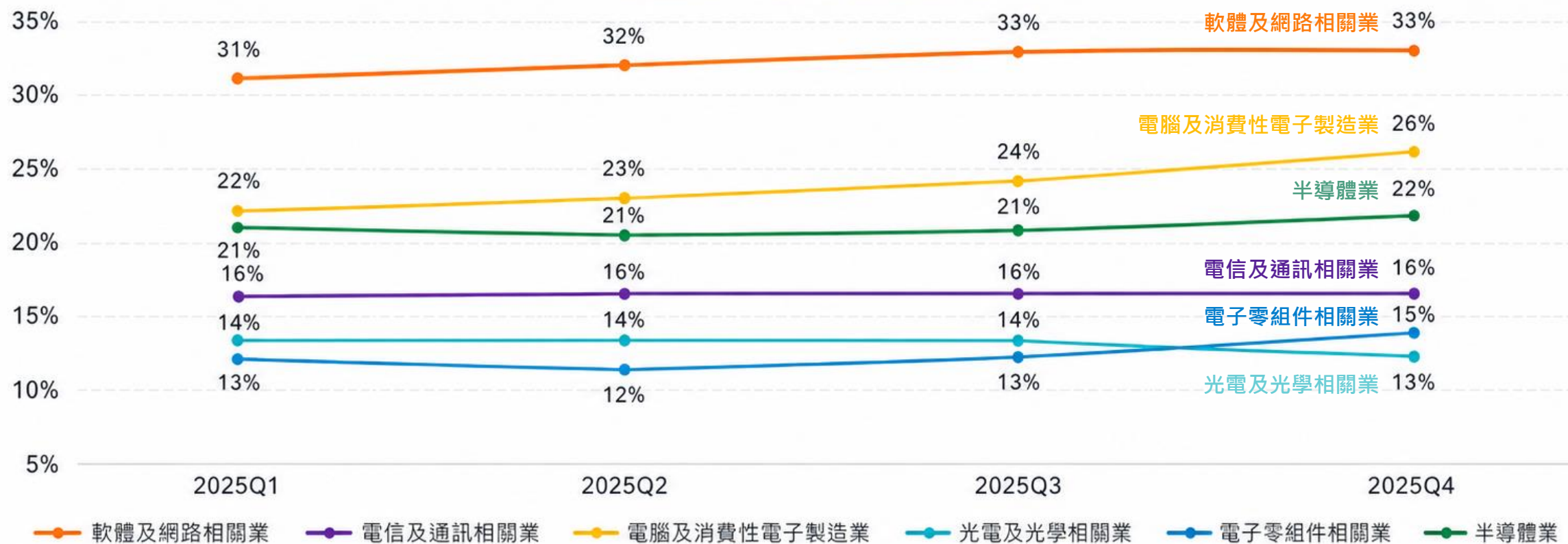
軟體需求盤整，製程／品管需求出現強勁動能

2026 vs 2025 熱門職務的工作機會數



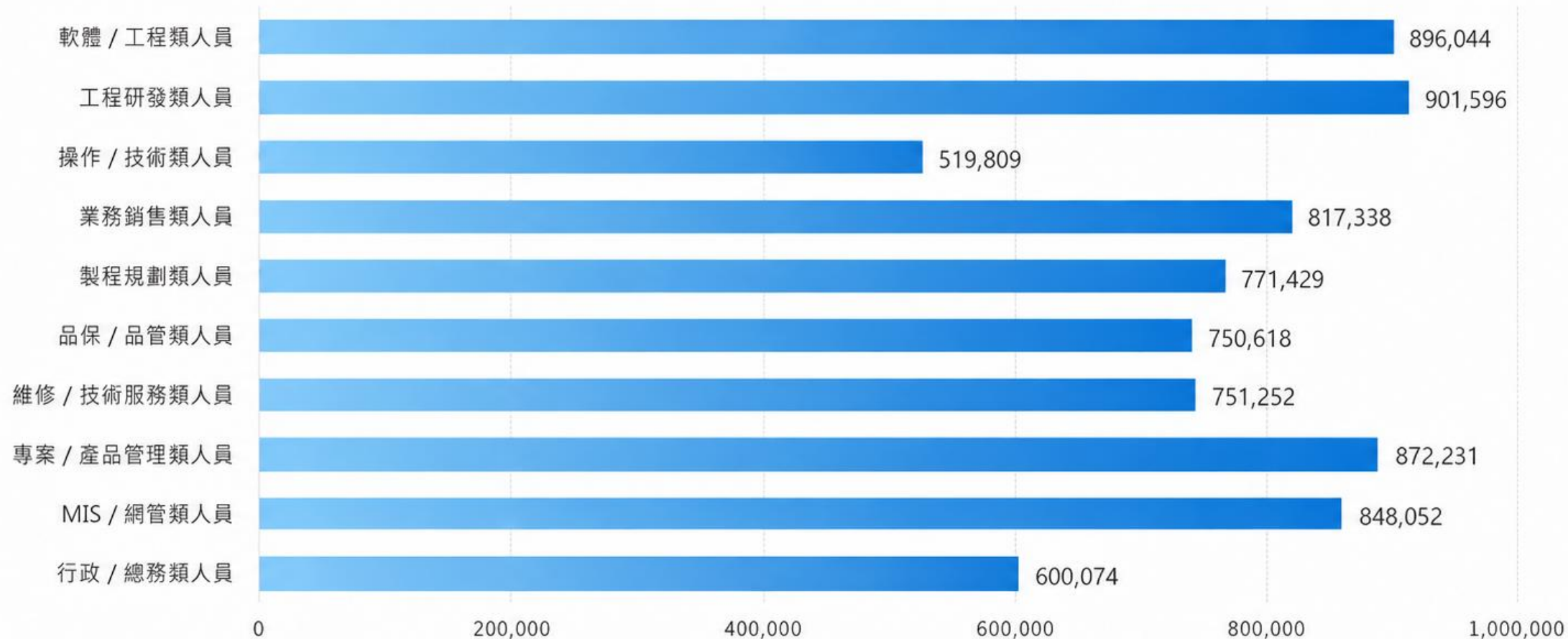
AI工作占比持續上升，產業差距大

各產業AI工作機會占比



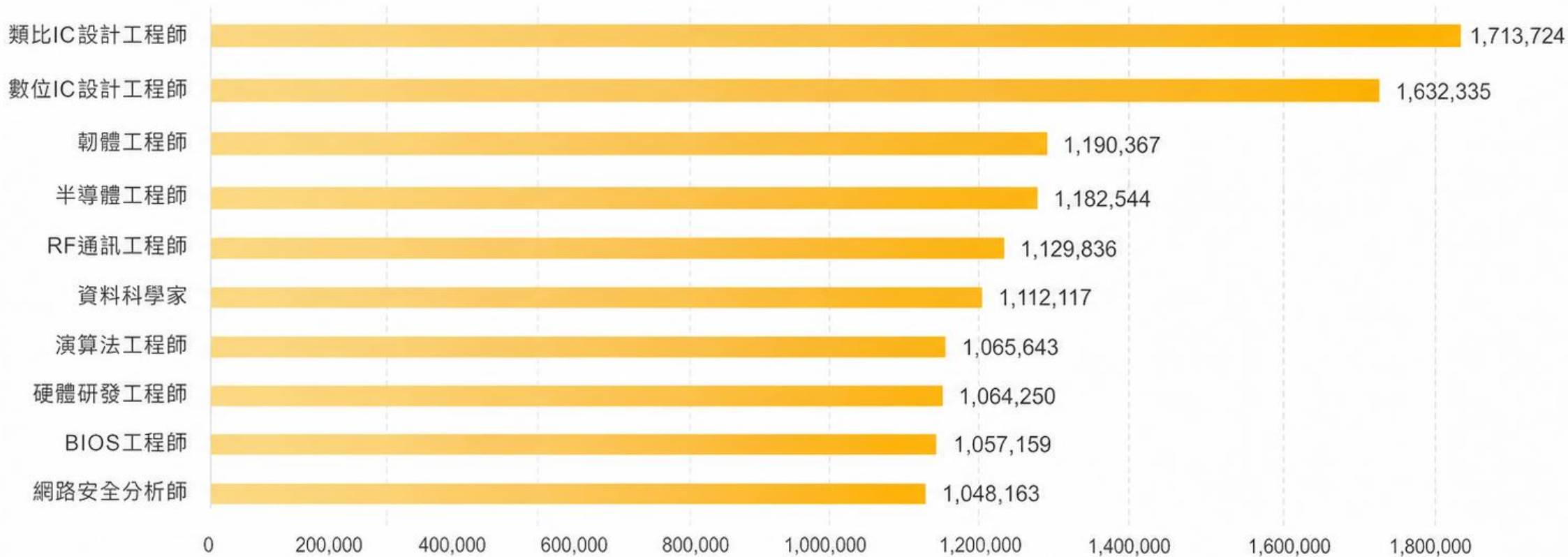
十大熱門職務之年薪

熱門職務之年薪中位數



十大高薪排行榜 - 非主管職

十大高薪排行榜 - 非主管職



■ 資料來源：104薪酬平台；此數據為2026年1月該產業、全台灣地區、不分年資、年薪總額P50數值

104 AI職涯顧問《2026 年科技業人才報告書》

Part 3

企業沒有告訴你的 徵才秘密

破解企業選才邏輯、看懂履歷、
面試與錄取關鍵、

🔑 Unlock the Hidden Rules

CONFIDENTIAL



面試互動



關鍵特質



價值觀
匹配?



團隊
合作?

發展
潛力?



評估重點



錄取關鍵



CANDIDATE PROFILE



POTENTIAL



TOP SECRET

RECRUITMENT
INTELLIGENCE

104

EVIDENCE

INTERVIEW INSIGHTS

HIRING STRATEGY

TALENT DECODING

求職求才網站 | 媒合模式

新鮮人求職時，平台如何串連求職者、企業與系統推薦

我是求職者

求職者主動投遞履歷

企業人資回應

工作推薦

系統推薦

人才推薦

企業搜尋人才後邀約

求職者回應

我是企業人資

接收求職者投遞

搜尋合適人才

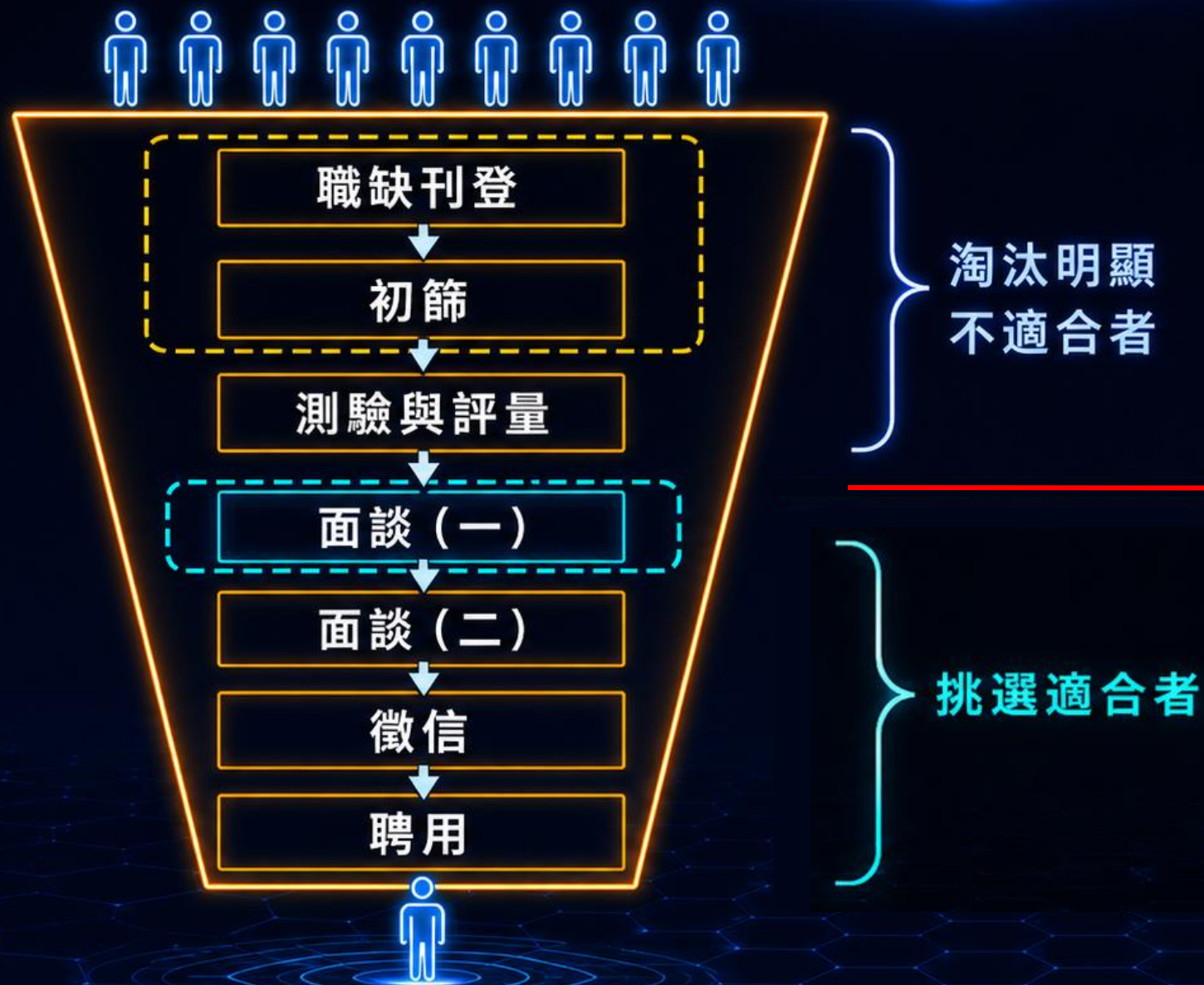
主動邀約面試



雙向互動 × 智能媒合 × 提升效率

讓新鮮人找到好工作，企業找到對的人才

企業徵才與選才流程？



階段 1 甄選工具：

- 自傳／履歷表篩選
- 英文閱讀測驗
- 專業考試
- 智力測驗 / 性向測驗
- 職能／性格測驗
- ...

階段 2 甄選工具：

- 非結構式面談
- 結構式面談
- 評鑑中心
- ...

硬技術會變，什麼是不變的？

企業選才的「冰山模型」

硬實力 / 顯性

專業知識、AI 工具技能、證照。

完成工作的基本條件

面試時容易看見

軟實力 / 隱性

人格特質、工作態度、復原力。

能獲致成功的關鍵特質

入職後才見真章

企業看重什麼？軟實力大於硬實力

學歷只是門票，真正影響走多遠的是**隱藏能力 / 軟實力**



職務能力
12.30%



未來能力
11.66%



性格優勢
10.62%



企業期待新鮮人
先以軟實力驅動長期發展，
進入職場後再持續
厚植硬實力。

高度權重指標1：職務能力。首重「個人負責」，加重「團隊溝通」



主動積極

62.9% 企業在乎



溝通協調

52.9% 企業在乎



團隊合作

36.3% 企業在乎

「在高速變動的 AI 職場，主動積極、溝通協調、團隊合作，都是關鍵能力。」



高度權重指標2：未來能力。首重「心理韌性」，加重「AI韌性」



社會智力

55.6%

具備同理心、能傾聽他人
的人際互動。



持續學習

34.3%



AI韌性

2026年企業更重視：

批判性思維、創新思考力、持續學習、
數位素養、數據洞察、運算思維、
意義建構



高度權重指標4：性格優勢。負責任通行職場核心，合作優先個人競爭



負責任

53.4%



合作性

38.8%



抗壓性

36.8%

履歷撰寫 思考架構



NG

錯別字，火星文，AI文，生活照，流水帳



智慧求職新時代

【Part 4】AI 求職助攻

神隊友不可少

善用 AI 工具，讓履歷優化、職缺探索、面試準備與求職效率全面升級



履歷優化



職缺探索



面試準備

能力升級



我的
AI 神隊友！



企業機會



理想工作



職涯發展



AI 助攻，掌握機會，開啟理想職涯新篇章！

· >>> — 智慧求職新時代 — <<< ·

與神隊友合作前，你要**做好準備**

• 掌握 AI 時代的求職思維，才能發揮工具的最大價值 •



自己
真實能力



AI 工具
神隊友



成為真實的你，以及善「用」AI 的你

• 先建立 AI 素養，再讓工具放大你的優勢 •

核心觀念：做 AI vs 應用 AI

不需人人寫程式，但人人必須懂 AI 應用

做 AI

- 科技巨頭與工程師的窄門
- 專注底層技術與演算法開發
- 職務代表：AI 演算法工程師



用 AI

- 所有工作者的廣闊大海
- 專注解決商業痛點與效率提升
- 核心思維：聽懂專業術語並問出精準問題
- 職務代表：AI 詠唱師 (Prompt Engineer)、資料 PM



把 AI 當成你的數位實習生



把它當成「無所不能的神」

丟一個籠統的問題，
期待它直接給你完美答案。



把它當成你的「數位實習生」

給予明確的指令、
背景資訊與任務框架。

正確協作流程：不是丟給 AI 就好



AI 負責加速產出，你負責品質與責任。

AI 素養：比會用工具更重要的事

工具會換，但底層邏輯跟著你一輩子。

會提問 (Prompt)

懂拆解問題，下達精準指令。

能查證 (Fact-check)

具備驗證資料來源真偽的能力。

懂極限 (Limit)

知道 AI 會產生幻覺，不盲目相信。

負責任 (Ethics)

遵守機密保護與使用倫理，為產出負責。



求職 AI 神隊友

從履歷優化到精準媒合，讓找工作更快、更準、更有效率



1



神隊友 1
| AI 履歷健檢

2



神隊友 2
| AI 推薦工作

3



神隊友 3
| AI 訊息分類

4



神隊友 4
| AI 工作適合度分析

神隊友 1：AI 履歷健檢

1

只需 3 秒鐘，即時提供客製化調整方向

2

拒絕罐頭代寫，引導你補充專案細節與關鍵獎項

3

根據大數據抓出企業最愛亮點，全面提升競爭力



求職神器一：AI 履歷健檢

3 秒找出盲點，面試機會提升 20%！

一般學生的履歷盲點

內字禮文：

~~我在大學期間參加吉他社，負責學
辦期末成發，收穫滿滿。~~

❌ 缺乏具體成就

❌ 像流水帳

AI 健檢客製化建議



建議補充：能否加上具體數據？例如『帶領 10 人團隊，達成 95% 滿意度』。

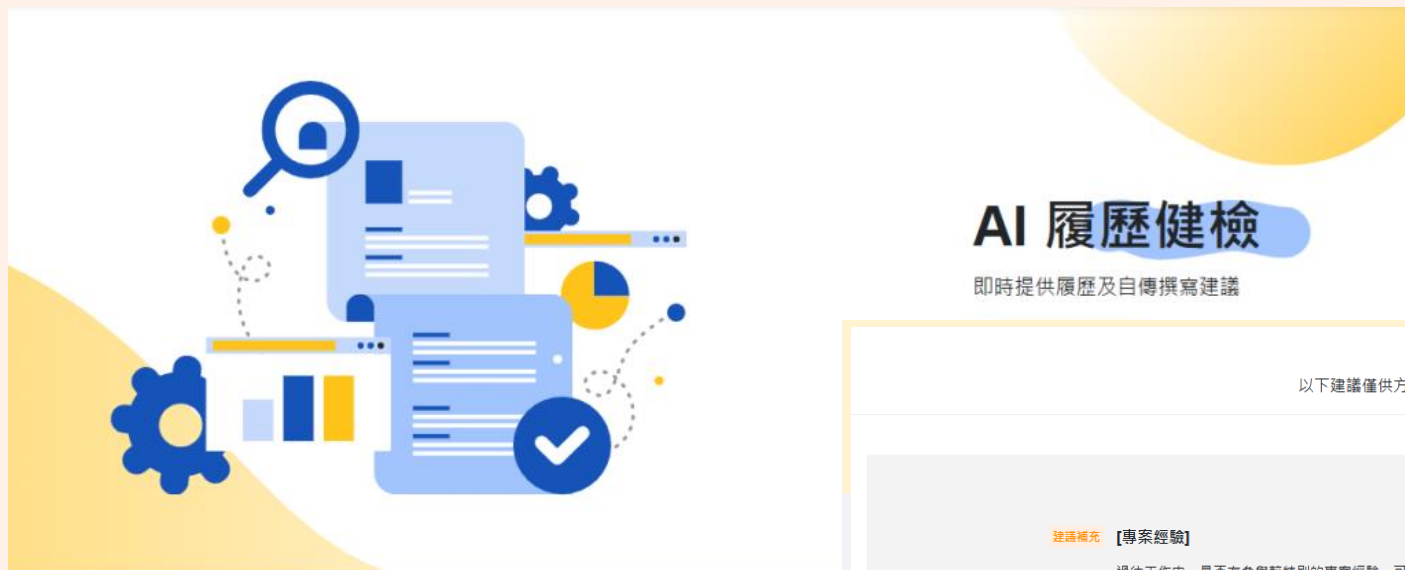
- _____
- _____
- _____

✨ 價值：AI 幫你把經歷變成企業想看的「戰力指標」。

AI履歷健檢

求職者擔心：「我的履歷還能更好嗎？」、「這樣的內容夠有競爭力嗎？」

104 AI 幫你快速檢查，即時提供修改建議，提升被心儀公司邀約面試的機會



AI 履歷健檢

即時提供履歷及自傳撰寫建議

AI 履歷健檢 Beta

以下建議僅供方向參考，並非撰寫內容，請依個人情況參照

👤 基本資料 ^

建議補充 【專案經驗】

過往工作中，是否有參與較特別的專案經驗，可表現出你的努力與優勢。比如：

- 曾參與某技術展，與多家國內外廠商簽約
- 曾主辦大型數位參展活動

【獲獎和榮譽】

是否曾獲得獎項或榮耀，可讓企業看到你的與眾不同。比如：

任務成效、超出預期，曾獲最佳員工獎

立即調整基本資料

📁 工作經歷 ^

📄 自傳 ^

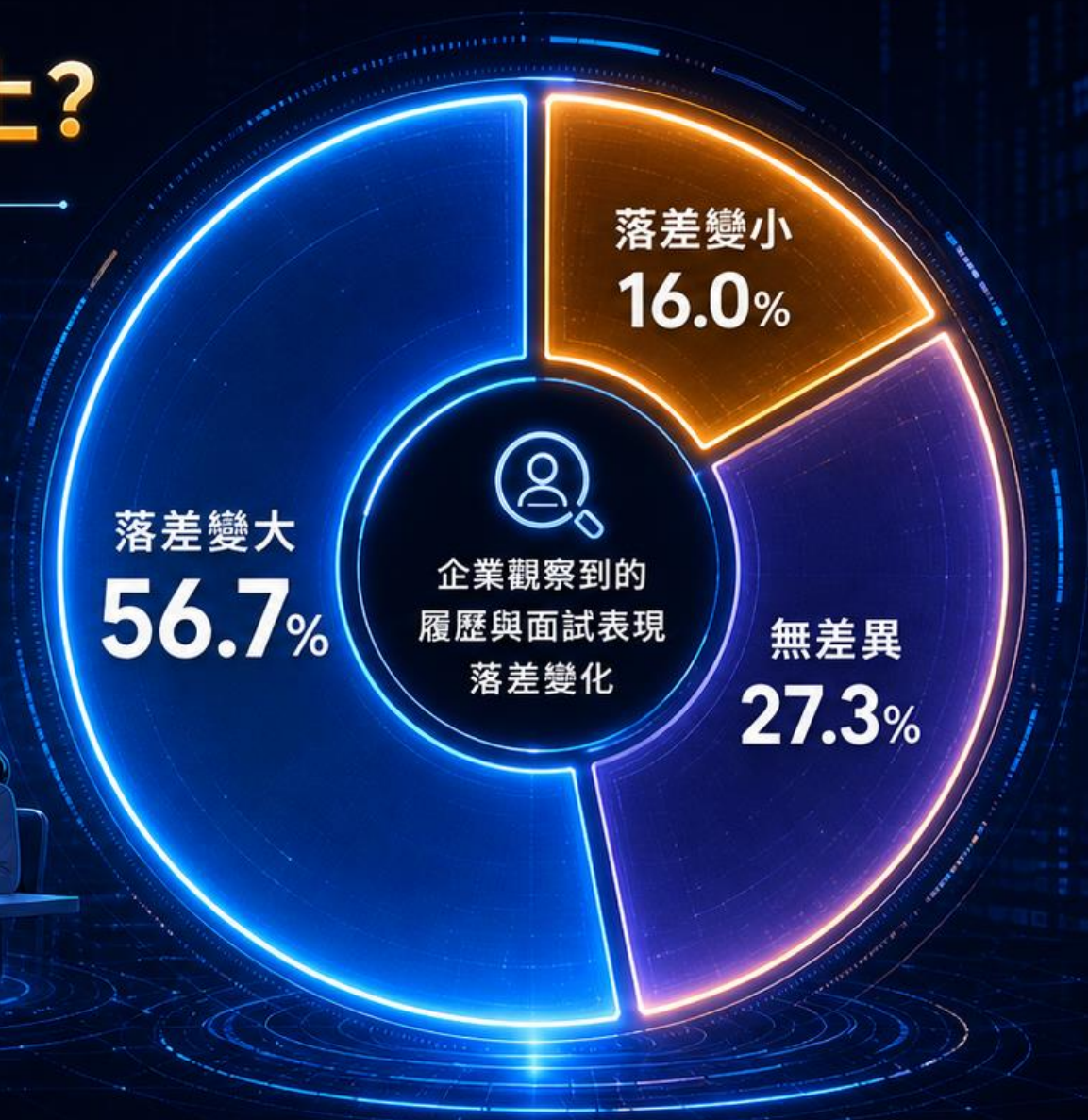
履歷寫得很好，面試卻對不上？

企業感受到落差正在擴大

超過半數企業認為，
求職者履歷內容與實際面試表現的**落差正在擴大**。



56.7%
的企業認到落差變大



AI 履歷健檢：提升亮點、銜接顧問諮詢



神隊友 2：AI 推薦工作

- 根據求職者履歷與行為偏好，主動推薦你適合的工作
- 模擬雙向溝通意願，為你找出最佳匹配組合
- 大幅減少大海撈針的時間成本，跟盲搜說再見



Match

iO4 資深AI工程師

台北市信義區

12,000 - 18,000

3年以上經驗 碩士

年終獎金 彈性工時

Match

iO4 數據分析經理

台北市信義區

10,000 - 3,000+ | 持續滾滿

年終獎金 彈性工時

Match

UI/UX 產品設計師 (UI/UX)

台北市信義區 | 6.0 1 - 17,000

3年以上經驗 碩士

年終獎金 彈性工時

AI推薦工作

針對求職者興趣偏好，104 透過 AI 從海量職缺中篩選最合適的工作機會，推薦主動應徵



- 依求職者喜好推薦 -

- ① 最新工作
- ② 符合求職者興趣的職缺



神隊友 3：AI 訊息分類



- 1. 自動將企業面試邀約分為「專屬」與「一般」
- 2. 精準過濾出 60% 與你高度相關的含金量邀約
- 3. 不怕損失潛在機會，雙向溝通更有效率



神隊友 4：AI 工作適合度分析



- 1 快速判斷職缺適合度，一鍵看懂自己是否適合這個職缺
- 2 精準找出能力缺口，哪些已符合、哪些還要補強，一次看清楚
- 3 提升應徵成效，避免盲目應徵，提升求職效率



AI工作適合度分析

從履歷符合度、能力配對到測驗挑戰，
幫你更快找到適合職缺，提升應徵效率

一鍵分析

[工作內容](#)[公司福利](#)[適合度分析](#)



AI 工作適合度分析 NEW

先進 AI 分析你的履歷
快速了解你與職缺的適合度

[立即分析 >](#)

[關注](#)[儲存](#)[我要應徵](#)

快速看懂適合度

AI 工作適合度分析 BETA

履歷符合度： 部分符合

不太符合 部分符合 非常符合

性格符合度：

[查看報告](#)

符合職缺的項目

- 具備數位行銷相關經驗分析相關經驗，符合職缺的核心需求。
- 熟悉 SEO 優化與 GA 數據分析，有助於提升網站執行績效。

企業可能還希望你擁有

- 具備電商經驗與用戶研究經驗。
- 具備 UI/UX 介面設計的基礎概念。

總結建議

- 強化上述能力將提升整體適合度，更有機會脫穎而出！

能力缺口與測驗挑戰

個人能力 & 職缺要求能力配對

已符合	Google Analytics	立即測驗 >
未符合	品牌行銷管理	立即測驗 >
已符合	簡報設計	立即測驗 >
已符合	分析能力	立即測驗 >
未符合	企劃發想	立即測驗 >
已符合	SEO	立即測驗 >
已符合	UI	立即測驗 >

3大幫助

- 1 快速判斷職缺適合度
- 2 精準找出能力缺口
- 3 提升應徵效率

掃碼了解更多



有了 AI 神隊友，準備出發吧

做最好的你，走出自己的路

104 一路陪伴，求職不迷航



認識自己



探索方向



準備出發

從善用 AI，到善用 104 職涯工具

Part 5



104 職涯工具箱

敢出發 就有路！

也許，沒有清楚的路，沒有誰比誰更勇敢，
只是有人，先出發



104 職涯工具箱， 陪你走出自己的路

從認識自己、探索方向，到準備履歷與面試，
幫助新鮮人找到適合自己的下一步。



8 大工具 × 3 大階段

系統化職涯資源，陪你一步步
探索、成長、準備出發！



認識自己



職涯測驗
探索興趣與優勢



職場力
提升關鍵職場能力



探索方向



工作世界
認識各行各業



升學就業地圖
規劃升學與就業路徑



薪資情報
掌握薪資趨勢



準備出發



學習課程與資源
累積知識與技能



履歷診療室
免費一對一諮詢職涯



新鮮人專區
新鮮人必備指南

善用工具，累積實力，走出專屬於你的職涯之路。

知己知彼：先找出你的VIP

求職第一步，不是寫履歷，而是釐清自我定位。



104
職業適性測驗



104
職業價值觀測驗



104 生涯興趣測驗 (Holland)



不知道適合哪一種？
三個都測更全面！



104 職業價值觀測驗

你是什麼 守護神獸

職業價值觀測驗

檢視你重視的工作價值觀，5分鐘幫你找到適合自己的夢幻公司



◆◆ 測驗結果範例 ◆◆

在守護神獸中你是
美洲豹

抓住機會就像逐獵物一樣



◆ 你的守護價值

終身學習最幸福

創意獨特

熟悉多樣化任務

◆ 你的底線

停滯沒有前進

才華被埋沒

工作太單調

◆ 適合你的工作類型



產品企劃



經營管理職



策略分析



產品營運



核心價值解析

看見你最重視的
工作價值



公司文化比對

了解你偏好的
團隊與工作環境



公司與工作推薦

找到更適合你的
夢幻公司與職務



約 5 分鐘完成



免費測驗



推薦適合公司



推薦適合工作

◆ 掃碼立即測驗 ◆



🌐 guide.104.com.tw/value/

你的靈魂 住著哪位名人？

Holland 何倫碼測驗

透過有趣的情境題，探索你的興趣類型與職涯方向。
運用 Holland 何倫碼（RIASEC）理論，幫助你了解自己適合的工作領域、職業方向與發展可能。

你的興趣類型（RIASEC）



興趣類型解析

看見你的
Holland 類型



名人結果對照

看看你的靈魂
住著哪位名人



職涯方向探索

推薦適合的工作
方向與發展可能



約 5 分鐘完成



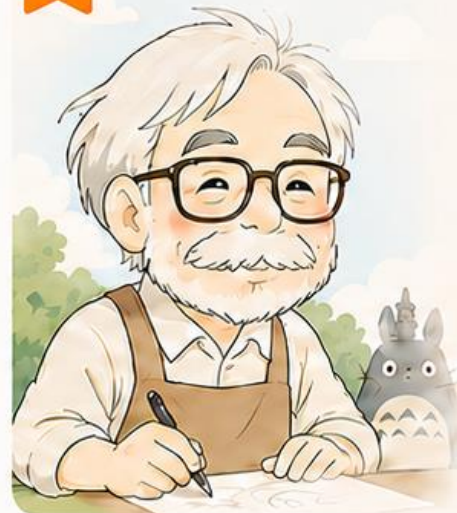
免費測驗



名人結果範例



探索職涯方向



AS

藝術型 × 社會型

名人範例：宮崎駿

情感豐富、直覺敏銳、
富有創意，也關心他人
與社會議題。



賈伯斯 | IA
創新思維，追求
完美與突破。



達文西 | AI
想像力豐富，融合
藝術與科學。



萊特兄弟 | RI
動手實作，探索
技術與可能性。



齊柏林 | AR
用影像說故事，關心
環境與土地。



掃碼立即測驗

guide.104.com.tw/interest/



104 職業適性測驗

看見你的優勢， 點亮你的職涯

分析你的性格優勢，推薦跟你個性最速配的工作



性格優勢分析

看見你的特質亮點
與發展方向



工作適合度分析

檢視履歷符合度
與性格適合度



速配職務推薦

依測驗結果
推薦適合你的工作



約 **15** 分鐘完成



免費 測驗



推薦適合職務



點亮你的職涯方向

工作適合度分析



履歷符合度
符合度高



性格適合度
適合度高

特質優勢

溝通協調

邏輯分析

創新思維

團隊合作

推薦適合職務



產品企劃專員

高適合度 匹配 89%

負責產品規劃、市場分析與專案推進



行銷企劃專員

高適合度 匹配 85%

擬定行銷策略、活動企劃與成效分析



使用者體驗設計師

適合度高 匹配 82%

進行使用者研究、介面設計與體驗優化

[查看更多推薦職務 >](#)

掃碼
立即測驗



guide.104.com.tw/personality/

104 工作世界

探索職業方向， 了解真實工作世界

整合職業大數據與各行業達人分享，幫你了解工作內容、薪資情報、熱門職缺、所需技能與未來發展，少走彎路，找到更適合自己的職涯方向。



工作介紹

快速認識職務內容
與工作任務



薪資情報

查看菜鳥到老鳥的
薪資與待遇概況



熱門職缺

掌握市場需求與
徵才趨勢



所需技能／未來發展

了解必備能力、
學歷分布與發展方向



所需技能
未來發展



工作介紹



薪資情報



熱門職缺



認識前輩
達人分享



認識前輩・達人分享

參考前輩經驗，少走彎路

✓ 各行各業達人分享

✓ 真實工作經驗談

✓ 職涯選擇更有方向

掃碼查看

立即探索你的職涯方向

guide.104.com.tw/wow/



看看你學校／科系 學長姐的畢業出路

查詢自己學校或相關科系的學長姐畢業後從事
哪些工作、薪資概況、熱門出路、必備技能，
以及學長姐真心話。



學長姐畢業去向

了解畢業後
常見職務與
發展方向



畢業薪資情報

查看薪資水準
與待遇概況



熱門出路與技能

掌握熱門職務
與必備技能



學長姐真心話

參考就讀心得與
職涯經驗分享



免費查詢



查看校系出路



掌握薪資資訊



探索職涯方向



學長姐出路



薪資情報



熱門職務



必備技能

掃碼查看



資訊管理學系 | 升學就業、職務與產業去向

示範：如何查詢每個科系的詳細資料

資料來源：104升學就業地圖 | 2026年5月

76% 去就業

就業地圖

76%畢業後選擇工作

24% 去升學

第1份工作

畢業2-5年

畢業5-10年

畢業10+年

學長姐從事職務 Top10

排行	職務	從業比例	月薪範圍	職缺數
1	軟體工程師	46.2%	4.1萬 - 6.3萬	5122
2	系統工程師	8.8%	3.7萬 - 5.2萬	1799
3	資訊助理	7%	2.9萬 - 3.5萬	687
4	Internet程式設計師	7%	樣本蒐集中	1062
5	全端工程師	6.4%	4.4萬 - 6.7萬	495
6	MIS程式設計師	5.8%	樣本蒐集中	579
7	其他資訊專業人員	5.3%	3.5萬 - 5.2萬	991
8	行政助理	4.7%	3萬 - 3.5萬	13071
9	軟體測試工程師	4.7%	4萬 - 5.7萬	713
10	行銷企劃	4.1%	3.3萬 - 4.3萬	3663

學長姐都在哪些產業

電腦軟體服務業	31.3%
電腦系統整合服務業	14.4%
電腦及其週邊設備製造業	12.5%
網際網路相關業	10.1%
其它軟體及網路相關業	7.7%
半導體製造業	5.3%
銀行業	4.8%
餐飲業	2.4%
大專校院教育事業	2.4%

學長姐都在哪些公司

鼎新數智股份有限公司	新北市	電腦軟體服務業	17.5%在此就職
日月光半導體製造股份有限公司	高雄市	半導體製造業	12.5%在此就職
中原大學_財經法律學系	桃園市	大專校院教育事業	12.5%在此就職
廣達電腦股份有限公司	桃園市	電腦及其週邊設備製造業	10%在此就職
英業達股份有限公司	台北市	電腦及其週邊設備製造業	10%在此就職



可查到:



升學就業比例



常見職務 Top10



月薪區間



主要產業



代表企業

新鮮人查起薪， 第一份工作更有方向！

提供最完整的薪資數據，幫助新鮮人掌握起薪行情，
依**職務**、**學歷**、**地區**、**產業**與**工作經驗**比較薪資，
讓你做出更聰明的職涯選擇！



畢業起薪查詢

快速查詢不同學系
畢業生的起薪行情



職務薪資行情

掌握熱門職務薪資
平均值與薪資範圍



學歷/地區/產業比較

多維度比較薪資數據，
找到最適合的發展方向



薪資估算與工作機會

個人化薪資估算，並探索
相關職缺與發展機會



資訊科學與工程學系

畢業起薪行情

全部工作類型

全職工作類型

台北・新北地區

資訊服務類

0年經驗

職務薪資比較

演算法工程師 5萬 — 6.2萬

軟體工程師 4萬 — 5.5萬

硬體工程師 4.5萬 — 6萬

Internet程式設計師 3.6萬 — 5萬

薪資範圍查詢

3.2萬 — 4.5萬 — 6.8萬

掃碼查看



guide.104.com.tw/salary/



免費查詢

完整薪資資訊免費看



掌握起薪行情

了解市場真實薪資水準



比較不同條件

多維度數據一目了然



幫助職涯起步

做出更聰明的職涯選擇

新鮮人求職準備，一站補強職場競爭力

免費資源： 104 學習

善用學習資源，提升求職競爭力



新鮮人職場入門必修
從求職準備到職場溝通一次打底



豐富課程與證照資源
AI 學習課程 180+、技能證照 40張+



免費 AI 能力檢測
了解自身實力，學習更有方向

立即開始學習



AI 學習課程
180堂+



AI 技能證照
40張+



免費 AI 能力檢測
立即體驗



AI 人工智慧入門
從基礎到應用，
掌握未來關鍵能力

立即學習



生成式 AI 實戰應用
從提示工程到實務應用
快速提升工作效率

立即學習



立即掃描
QR CODE



探索更多
104 學習資源



新鮮人必看！值得參加的線上活動

從 AI、求職實戰到學長姊經驗，一次找到你的成長捷徑！



01

AI



- ✓ 文組人一定要會的 Vibe Coding！非理工背景也能脫穎而出
- ✓ [AI時代，創意不怕被取代]
創意工作者的突圍之道

02

實習 / 找工作



- ✓ [TOP 求職特攻班-新鮮人]
職涯探索x履歷面試x職場溝通x法律實務
- ✓ 大學生實習申請全攻略
- ✓ [免費解鎖] 第一次寫履歷怎麼準備？
HR的真心話大公開

03

經驗分享



- ✓ 零經驗進外商不是夢：
10年實戰經驗揭密錄取關鍵！
- ✓ 解鎖數據分析師職涯！
- ✓ 他的22歲 | 14段真實的迷惘故事

立即掃碼

看更多線上活動



線上活動

隨時隨地參與最新主題活動



講座回放

精彩內容回放，學習不間斷



求職資源

履歷、面試、職涯工具一次掌握



專為新鮮人打造，陪你開啟職涯第一步！

新鮮人求職必看 2 篇好文

履歷怎麼寫、第一份工作怎麼找？先從這兩篇開始

文章 1

履歷表範本 免費下載

格式、寫作技巧、
自傳密技一次搞定



掃描閱讀



文章 2

新鮮人找工作 方向攻略 破解求職困擾

找到第一份工作的起點



掃描閱讀



免費資源： 104 履歷診療室

一對一免費諮詢，幫你優化履歷、
準備面試、找到更適合的職涯方向

- ✓ 免費一對一諮詢
- ✓ 履歷、職涯、面試一次補強
- ✓ 幫助新鮮人更有方向地求職

立即預約諮詢



嗨！歡迎使用免費的一對一諮詢
選一個主題，讓我們幫你找到最適合的求職準備方向



履歷健診

針對你想要的工作
優化履歷表



英文履歷健診

幫助你優化
英文履歷表



職涯諮詢

獲得適合的職涯
建議與方向



職業／產業經驗分享

探索感興趣的
工作與產業



模擬面試

模擬面試情境與
練習問答



英文模擬面試

模擬英文面試
情境與問答

立即掃描
QR CODE



預約免費一對一諮詢



幫新鮮人搞定找工作的每一步

畢業就上手！科系職涯指南、精選公司推薦、履歷撰寫、談薪秘訣一次掌握



熱門企業

外商

月薪4萬起

實習

歡迎僑外生



為未來，
找到最適合的起點

職務、公司、產業、技能



職業探索
發掘適合的方向



精選公司
認識優質企業



履歷準備
打造亮眼履歷



薪資情報
掌握薪水行情



3 個常見的 找工作困擾



不知道適合
什麼工作？



寫履歷
沒自信？



不懂如何
談薪水？



這個專區 能幫你什麼？



用職業找/
用科系找
快速探索方向



適合你的
好工作
推薦新鮮人職缺



歡迎新鮮人的
好公司
認識對新鮮人
友善的企業



履歷範本/
履歷診療室
強化履歷準備



薪資情報
掌握薪水行情



掃碼看專區

找方向、找機會、補強準備，一站搞定

出發前的最後叮嚀

 Keep **Going**

 Keep **Learning**

 Keep **Dreaming**





培養自己成為 T 型、 π 型、跨域人才



◆ 從一項專長出發，逐步拓展跨域能力 ◆

👤 了解自己

❤️ 態度力

🧠 學習力

🔧 工具力

💬 溝通協調

💡 邏輯思考

📊 數據分析

🤖 AI 思維

T 型人才

一項專業深耕 + 跨域基礎



專業深耕



建立核心能力



拓展基礎廣度

★ 先打穩專業，再延伸廣度

π 型人才

雙專長發展 + 整合能力



專長 A



整合連結



專長 B

★ 跨兩種能力，創造更多可能

跨域人才

多元專長 + 靈活整合



專業能力



數據洞察



策略思維



團隊合作

★ 整合多元能力，提升未來競爭力

◆ 沒有固定順序，重點是持續累積與勇敢跨出第一步

信心：先行動，信心會跟上

有沒有信心，其實沒那麼重要。

因為信心常常不是你當下能控制的，它是一種感受。

真正重要的是：

不管你現在有沒有信心，

你選擇怎麼應對？採取什麼行動？能不能持續前進？

“ 不是等有信心才開始，
而是開始行動後，信心才慢慢長出來。 ”



挫折：不舒服，也可以是養分

遇到挫折時，感受一定不好。
它可能拖住你一陣子，甚至很久很久。

但挫折不只會讓人受傷，
也可能成為你最大的養分，甚至是轉機。

關鍵不在於你有沒有挫折，
而是你選擇一直停留在挫折裡，
還是願意帶著不舒服，重新起身往前走。

“挫折不會立刻消失，
但你可以先往前一步。”



時間：持續，會讓努力產生複利

時間，是最容易被忽略的魔法。
而時間的魔法，其實就是複利的魔法。

每天多做一點、
多嘗試一次、
多練習一次、
多認識一點自己。

一開始看起來都很小，
但只要持續不中斷，
時間就會把這些小努力，變成真正的力量。

“不用一次做到完美，
但要讓自己每天都往前一點。”





104 人力銀行

敢出發

就有路



本畫面為視覺效果呈現，非真人實際攀登，拍攝過程均在安全條件下完成，無人受傷，也請勿模仿

104

獻給每一個尚未出發的人



哥白尼

冒險寫下日心說，
扭轉 16 世紀宇宙觀



萊特兄弟

不確定能不能起飛，
依然蓋風洞打造飛機



居禮夫人

無懼性別框架，
拿下兩次諾貝爾獎

在出發之前，從來沒有清楚的路

人生是馬拉松，不是百米衝刺。

一萬小時定律告訴我們，專家是慢慢練出來的。
給自己一點試錯的空間。

QUEST CLEAR

行動，是克服焦慮的唯一解藥。

你未必出類拔萃，但肯定與眾不同！

勇敢出發就有路！

帶著資源，勇敢出發！



我是好人柴



拿起手機掃描下載 104 APP

免費開啟 AI 履歷健檢

體驗 AI 智慧職缺推薦

104 職涯博覽會

歡迎新鮮人

2026 台北場職涯博覽會



活動日期 | 2026/07/04 (六) 09:30-17:00



活動地點 | 台北世貿一館 B區



現場徵才 | 300 家頂尖知名品牌企業



現場徵才

與企業面對面交流



職涯講座

掌握產業與求職趨勢



履歷健診/職涯諮詢

免費服務

我要報名



掃碼報名



台達電、華碩、中華電信、KPMG、UNIQLO 等知名企業參與