

Tusi mo Tino Sala Galuega

TE LUA O FULIGA

Nai fakatokaga mo galuega ke
mafai koe toe maua sau galuega

Connected  Employment,
Education
& Training
govt.nz

**Tertiary Education
Commission**
Te Amorangi Mātauranga Matua



Kia ora kae ulufale mai ki te Tino Sala Galuega.

Kafai ko seai sau galuega, fuli galuega io me foki ki te kau galue se taimi o te mafuliga, se mautinoa kae fita te mafaufau. Se avanoaga foki.

Matou e fesoasoani kia koe ke mafai o manuia taumafaiga, i fautuaga fai mo nai galuega fai o fesoasoani kia koe ke tai faka ataata ou nisi kalafaga kae pefea o oko ki ei.

Ka onono matou ki koga galue i iloa kola e manako ki ei kae avatu ne matou a fakamatalga kola e tau o tusi ki tau CV, fakatoka tusi akai ki galuega pena foki tulaga faka fesili gutu.

He waka eke noa

Tatou tasi katoa i konei

Whakamihi – Muna fakafetai

E talia kii ne matou a fautuaga mo fesoasoani o te Ofisa mo Tino Matua, Britta Offergeld i Workbridge mo te tino galue mo galuega tino tokotasi mo te TEC tino fautua mo galuega ne mai ana faitioga i te lomiga muamua o te Tino Sala Galuega.

Ngā mihi nunui ki a koutou.

E uiga mo Akoakoga Lasaga Tolu Komesina Te Amorangi Matauranga Mātua

E tuku atu ne matou ne aofaga mo fakamatalaga ke fesoasoani ki tino katoa i tausaga kesekese ke mafai ne latou o fai aofaga mo filifiliga e uiga mo olotou galuega mo akoakoga i olotou olaga saukatoa.

A tatou e fesoasoani kae fakatupe a akoga lasaga tolu mo fakatokaga mo galuega ko te mea ke mautinoa tino Niusila e toka i poto mo iloa e manakogina ne latou mo se lei i te olaga fano ki mua.

Fakamatalaga o mataupu

Aofagaga o ou nisi sitepu	4	Filifili kae galue	28
Lauga o mea	5	Fakatomuaga	29
Atafai tou ola saukatoa	6	Fakapau tou iloa ki fakapulaga e uiga mo galuega	30
Kopekopega mo te ola saukatoa	7	E tusi fakatagi pefea	32
Fakatokaga o sala sau galuega	8	E uiga mo koe i luga i te neti	33
Ke iloa ne koe totino a koe	10	Mea taua i te CV	34
Fakatomuaga	11	Toe asi fakalei tou CV	35
Ko oi koe?	11	Tusi io me toe iloilo fakalei te CV	36
Te 10 iloa mo mea taua e manakogina ne koga fakagalue	12	Te tusiga tau tusi fakatagi	38
Fakamunaga mo iloa	14	Te faifaiga o fakatuga o tino galue	40
Fakatusa o au galuega lei	16	Vaega o fesili gutu	41
Tou iloga totino	17	Fakatoka mo se fesili gutu	42
Sala ki avanoaga	18	Te fesili gutu	44
Fakatomuaga	19	Fesili i loto i te fesili gutu kola se aofia ei uiga fai	45
E maua i fea galuega	20	Uiga fai i te fesili gutu - te faifaiga o te STAR	46
Fakatokaga o fesokotakiga	21	Uiga fai i te fesili gutu mo fesili e faka aoga iei te STAR	47
E pefea o fakasoko a vaa sokotaki	22	Mai tua o te fesili gutu	48
Fakatoka ki se fesili gutu mo fakamatalaga	23	Faitega o tau palani fakagalue	49
Manakoga mo ne fakamatalaga mo se fesili gutu	24	Nisi fakamatalaga	51
Fakamatalaga mo se fesili gutu	25		
Ononoga ki ne akoakoga io me ne toe faka akoakoga	26		

Aofagaga o ou nisi sitepu

Te salaga o se galuega e faka fita. Kafai koe e gasue o fakatoka tulaga tena, e fakafoliki ne ia te fita o koe.

Ke gasue koe o fai te tulaga tena e tau mo koe o saga tonu ki vaega e tolu o te fakateletelega o tau galuega e manako koe ki ei.

1

Ke iloa ne koe totino a koe

Onono ke iloa lei ne koe au mea taua, mea e fiafia koe iei, iloa mo manakoga e fina koe iei. Faka aoga taimi tenei o lau fakalei. Ko pefea tulaga ko oko koe ki ei, kae sea te mea e manako koe o fai mai tua? Se taumate koe e manako o sala se galuega e pau mo tau galuega taluai, sala se galuega fou, fuli tau galuega, fai ne akoakoga fou, ke toe fakafou tou iloa io me sala se galuega fou. Nono fakalei ki ou iloa mo au mea ne maua pena foki mea taua kia koe i tau galuega tena i te maketi.

2

Sala ki avanoaga

Sala ki avanoaga kola e manakogina nei kola tou iloa e taugatonu mo galuega. Toe mafaufau ke fai au akoakoga ki se galuega fou. Sala me pefea koe o fai ou sokotakiga. Fai ne sokoga mo tino fakagalue i loto i ou sokoga totino io me i te galuega.

3

Filifili kae galue

Filifili i luga i au tapula mo auala fakagalue. Galue ki luga i tau CV o fakatoka ne au fakamatalaga mo galuega i luga i te neti. Toe fai fakalei ou fakamatalaga i luga i te neti mo te LinkedIn - ke iloa lei ne koe me e mata lei. Tusi fakatagi ki akoakoga mo galuega. Tauloto a faifaiga i fesili gutu kae fakatau o tali fesili e fesiligina i tulaga penei.

Lauga o mea

Mea nei se avanoaga ke mafaufau koe me tefea tulaga o koe nei i te olaga, kae ke fai ne au filifiliga e uiga mo nisi sitepu a koe.

Nea mea e taua kia koe? Nea mea e iloa ne koe i tou tulaga taua?

E lavea pefea ne koe sua tulaga i tou olaga? Pefea koe i sua tasi io me lima tausaga?

E isi se mea ne manako koe o fai i se taimi loa?

Nea fakalavelave?

Nea avanoaga?

Amanaia

- ou tausaga
- te levolo o tou iloa taimi nei
- tulaga o au tupe – e lava manafai koe ko se galue i se vaitau, io me koe e manko ke sala se galuega i vasia tenei?
- tau galuega mo tou iloa i te olaga
- e pefea tou iloa i tusiga o CVs mo tusi fakatagi mo galuega
- e pefea te mautinoa ia koe o tusi fakatagi ki galuega
- e fesoasoani koe ki tino.



Toe onono aka ki palaniga o galuega:

careers.govt.nz/plan-your-career/start-to-plan-or-change-your-career

Atafai tou ola saukatoa

Ke iloa ne koe o atafai tou ola saukatoa.

E taua ke iloa lei ne koe tou ola saukatoa kae sala koe ki galuega.

Nai mea ke masaua:

- Kai ki meakai paleni.
- Fai fakamalosi foitino e fiafia koe ki ei.
- Ke lava tau moe.
- Ke isi se au polokalame o te aso, manava malie mana oti te aso.
- Ke sokotaki koe mo taugasoa mo kaiga – ke isi se ou taimi mafuta mo latou kola e lagoon malo kia koe ke loto malos.
- Fai mea kola e atili isi ei se loto malos ia koe kae fiafia koe iei.
- Mafaufau ke kau koe ki se kilapu io me se vasega tela i se mea tela e fiafia koe iei.
- Sa fakamaumau ou taimi o onono ki mea i luga i te neti.
- Ke iloa ne koe ou mafauauga – taua ke toka tou loto.

Se vai tau faigata, kae se taimi o faka faigofie mea. Toe kilo ki ei me se avanoaga ke iloa lei ne koe a koe, filifili me sea loa te mea e manako o fai se mea fou.

Kafai koe ko tai manavasee kae kamata o fita, e uke a tusitusiga mo fakamatalaga.

Sala se fesoasosani manafai e manakogina

E masani saale ke fita koe manafai koe e sala sau galuega. Faipati ki kaiga mo taugasoa, io me sala se fautuaga mai atieni e pela mo latou kola e tusi mai lotou igoa i luga i te sua itulau.

Fai fakalei au sene

Kafai koe e manako, o lavea me nia fesoasoani mai te Galuega mo Sene maua workandincome.govt.nz | 0800 559 009. Aski ki fakatauga sene e uiga mo tino ko manako o malolo sorted.org.nz or MoneyTalks, 0800 345 123.

Kopekopega mo te ola saukatoa

Uepisite aoga mo napa o telefoni

- Mental Health Foundation of NZ: mentalhealth.org.nz | 0800 543 354
- Depression and Anxiety: depression.org.nz | 0800 111 757
- Anxiety NZ Trust: anxiety.org.nz | 0800 269 4389
- Lei katoa?: allright.org.nz
- Youthline: youthline.co.nz | 0800 376 633

A apps mo te ola saukatoa mo i luga i te neti a e-therapy polokalame

- Beating the Blues: beatingtheblues.co.nz
- Clearhead: clearhead.org.nz
- Just a Thought: justathought.co.nz
- Melon Health: melonhealth.com
- Mentemia: mentemia.com
- Sitepu Foliki: smallsteps.org.nz

Fakamatalaga o te ola saukatoa mai te Minisituli o te Ola Lei

- Kai paleni: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/healthy-eating
- Galuega fakamalosilosi: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/physical-activity
- Moe: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/sleeping



Koe e manao o faipati?

1737 se galuega se togimo tino Niusila kola e tai se malosī, manavasee, ko too fita kae manako o faipati ki se tino. **E mafai koe o telefoni io me tekisi seai se togi 24/7.**

Fakatokaga o sala sau galuega

Ke manumalo ke i te salaga o tau galuega e manakogina ke fai ne koe ne gasuega tai uke.

Tou iloga totino
E fakamtala pefea ne au au?

- A tou iloga totino ko tou iloa, poto, mea taua mo au mea ne tauloto tela e mafai ne koe o fai ki ei galuega a tou tino galue.
- Malamalama i te tāua o atamai konei i te maketi sala galuega i te vaitaimi nei.
- Filifili me fakaasi ne koe pefea tou iloga i auala tau i feitu katoa - tou C, LinkedIn io me mana fetai mo tino. Ke mautinoa me fakamtala te tala e tasi.

+

Sala avanoaga
Nea avanoaga e isi?

- Sala ki nusipepa, avanoaga mo galuega i luga i uepisite mo **careers.govt.nz** kae onono i galuega kola e manakogina.
- Sala ki ne galuega fou io me ne toe fakaatili fai se toe faopopoga o te iloa io me ne toe akoakoga ka fai.
- Sala ki avanoaga kola e manakogina nei kola tou iloa e taugatonu mo galuega.
- Fai ne sokoga mo koga fakagalue e pena foki tino i loto i ou sokoga totino io pena foki sokoga faka te galuega.
- Fai pati ki tino ke tauloto e uiga mo galuega kesekese mo avanoaga.

+

Fesokotakiga i te neti
Sea toku nofo i luga i te neti?

- Fakamau tou igoa ki luga i uepisite o avanoaga mo galuega.
- Faite se fakamatalaga o koe i luga i te LinkedIn.
- Faite se CV o koe i luga i te neti mo te tusi fakatagi mo se galuega faa autu mo avanoaga galuega katoa.
- Fakaoti fakalei a foomu mo fakatagi mo galue.

+

Fakatokatokaga mo te folaga
E pefea au o fetai?

- E mafai koe o fetai mo se tino fakagalue i se taimi, tela ke mautinoa ia koe e onono fakalei ki te feitu tenei kae gasue pela mese tino galue.
- Ke toka koe mana isi ne avanoaga. Ke talitonu koe i tou mafai.
- Ke maina lei au sautalaga mo au fesokotakiga i taimi o fesili gutu.

=

Sala galuega

Fai te igoa o Aleki Vaiola



Tou iloga totino

- Tou iloa e pela me se menetia o te falekai i se 16 tausaga.
- Tou iloa i mea tau fakateletelega o ofisa, fakamaumauga o kopekopega, kuka, teu, togi o mea, fakatoka faka tauga sene, tausiga o sene, fakatau, fakamaumauga o mea fakatau, galue mo tino, fakatokaga palani, fakatokaga o ololomalaga o tino.
- Ne atamai kola e mafai o fakamasiki ke maua galuega (employability skills) i mea tau fakamalosiga, takitakiga, kufakiga o tulaga faigata, salaga te 'lei, fuafuaga o palani (strategic planning), mo te sagatonu ki mea likiliki.

Salasala ki avanoaga

- E fapati ki taugasoa e galue i fale talimalo e uiga mo galuega kae nea iloa e manakogina malosi.
- Sili aka me nea galuega e fakapula kae sala ki ei – kae e isi sena iloa iei?
- Fakapau a pati i fakapulaga mo galuega ki iloa – se manavasee manafai e se 100% tena iloa.
- Fakamau tou igoa mo se etieni fakagalue tino, fano saale ki uepina mo galuega pena foki a akoakoga mo te fakaasiga o tulaga o salaga o galuega.
- Ko kamata o sala avanoaga i luga i te Seek, Trade Me Jobs mo te careers.govt.nz.

Fesokotakiga i luga i te neti

- Ne google a ia kae toe fai fakalei fakamatalaga e uiga mo i luga i te neti.
- Ne toe fakatoka fakalei tena CV mo te tusi fakatagi ke fano tonu mo manakoga o tino faka galue kesekese.
- Ke iloa o fakafonu a foomu e uiga mo fakatagi ki se galuega kae toe iloilo fakalei ne taugasoa.
- Ke iloa o tusi fakalei te tusi fakatagi ki se galuega i te imeli.
- Ne asi te LinkedIn akauni; kae ke iloa o faka aoga te LinkedIn.
- Ne faite akauni ki sala galuega i luga i te neti i luga i galuega i fale talimalo mo se LinkedIn akauni.

Fakatokaga mo fakaasiga

- Salasalaga ki Galuega mo Tupe Maua e fesoasoani ki luga i gatu mo Fesili gutu.
- Tau maa kae lei tou gatu ki te fesili gutu.
- Tau o maina i tulaga o fakatoka kae fai se fesili gutu mo fakamatalaga.
- Malamalama i fesili o te sautalaga – ne faitau i fakamatalaga o te careers.govt.nz.
- Ko oti ne faitau ki tala mo galuega mao i fesili gutu i te careers.govt.nz.
- Soko loa te ave a taumafaiga o sala galuega – kae se fakatasi fua i se taimi.
- Se fanoanoa ma se talia io me seai ne tala e logo atu – kae tumau loa.

1

Ke iloa ne koe totino a koe



Fakatomuaga

Te vaega tenei e fakasaoloto ne ia koe o sala me ko oi koe kae nea foki au mea e mafai o ofo atu ki pule o galuega.

Ka mafai ne koe o malamalama ki ou atamai, au mea lei ne fai fakatasi mo ou uiga tāua kae fakapitoa i te koga galue.

Ko oi koe?

Faka aoga te taimi tenei onono me nia mea taua kia koe, e fiafia kae taua kia koe.

Sea te mea e manako koe e fai mai mua i tou olaga?

Ke iloa ne koe ou iloa mo mea lei taua ko oti ne fai ne koe. A iloa ne tau o maua mai au galuega ne fai, mo tou iloga totino.

Kafai ko fuli tau galuega e tau ake iloa ne koe ou iloa kola e mafai ne koe o faka aoga i tau galuega fou.

Iloa tino faka galue e manako e aofia iei:

1. **iloa i tulaga loa o galuega** – iloa mo galuega fakapatino, pela mo te neesi, faitega o polokalame i komipiuta io me se laisene mo mea fakateletele lasi
2. **iloa e vave maua ei galuega** – iloa e mafai ei ko o tusi fakatagi ki sose galuega, pela mo fakaleiga o fakalavelave, tulaga fakatkaitaki io me ko galuega o fai ki tino



Fano careers.govt.nz

Te 10 iloa mo mea taua e manakogina ne koga fakagalue

Toe iloilo ou iloa taua i te fakafonu o te foomu i fakamatalaga mai lalo.

E mafai o faka aoga ne koe fakatusa mai tau koga galue io me ko nisi vaega o tou olaga. Faipati ki kaiga mo taugaso ke fesoasoani atu o matemate ou iloa taua pena foki leiga o koe.

Ko fakatusaga i taimi ne fakaaogā ei ne au te atamai tenei

1. Te iloa o te galue e lei

- E fakatuagagina
- Ke fakatuagagina
- E mautinoa me fai a faifaiga 'lei ki te mea e mafai
- Fai o galuega lei

2. Iloa o fesokotaki i te fai gutu

- Te fakaaogāga o pati i se tulaga manino kae fai uiga faeteete ki tino i fakanofonofoga kesekese pena foki mo vaega kesekese
- Avega mo te pukega o tali aogā
- Kau fakatasi atu ki faipatiga aogā i taimi o fonu
- Fakaasiga o mafauauga

3. Malosi mo te loto finafinau

- Fakaasi fakapatonu o te fia iloa i te fakapotopotoga mo galuega e fai ne latou
- Malamalama i matagaluega kesekese o pisinisi mo maketi (industry sector)
- Fakaasi ia koe e loto fiafia o ave 100 pasene ki te galuega

4. Fai manatu 'lei pena foki mo suksesukega o mafauauga

- 'Taega mo te suksesukega o fakamatalaga mai vaega kesekese
- Taumafaiga ke iloa a uiga masani mo faiga kesekese ke malamalama ei ki te ata tai lasi atu
- Ke mafai o malamalama ki mafauauga o manatu

5. Mafai o sala te 'lei

- Fakaaogāga o faiga kola e fetau 'lei pena foki mo mafauauga 'lei ke mafai ei o iku manuia a fakaikuga
- Iloiloga o mea tonu kae fesilisili tonu ko te mea ke mafai o iloa a fakalavelave
- Faiga a filifiliga kola e fetau tonu mo fakamatalaga kola e iloa

Ko fakatusaga i taimi ne fakaaogā ei ne au te atamai tenei

6. Galue fakatasi

- Fakataunuga o galuega a potukau mai faipatiga mo palaniga
- Galue ki faka'leiga kola e taliagina ne nisi tino i te potukau
- Fakasoa a iloga mo atamai fakatasi mo nisi tino

7. Iloa totino o te tino

- Te mafai o galue mo nisi tino mai koga koga kese
- Ke amanaia ne koe a lagona mo iloga a nisi tino kae ke agai ne koe i se auala tau kae onomea
- Malamalamaga i uiga o pati kola se faipatigina i fakanofonofoga
- Te mafai o toe faka'lei a fakalavelave i te tokaga malie

8. E atamai i te tusitusiga o fesokotakiga

- Te fakaaogāga tonu o pati lau (spelling), fakatusaga mo tugāpati o tusitusiga (punctuation) mo tulafono o te 'gana (grammar)
- E mafai o fakatonutonu au tusitusiga totino
- Fakaaogāga faka'lei o pati i tusitusiga (tone) mo fakaasiga o mafaufauga (style) i tusitusiga, kae e fakalagolago ki tino fakalogologo

9. Tausiga i ou uiga mo te ola malosi o te foitino

- Tausiga o au galuega fai kae fakaasi aka mafai e manakogina ne koe se fesoasoani
- Galue malosi o sala avanoaga ke tumau te akoakōga
- E talitonu me mafai o pānaki mo tofotofoga
- Fakatumauga o te paleni i te va o te olaga galue mo te olaga masani

10. Te loto taumafai mo galuega

- Te fesoasoani ki tino kae se ko te tulaga o tau galuega, aofia i ei ko te fai o galuega kola e se to i loto i te fakamatalaga o te galuega
- E loto taumafai – o fai a faiga seki palanigina ke mafai ei o fakataunu a fakamoemoega
- E poto i faitega o mea (creative) – fakaaogā te poto i faitega o mea ki mafaufauga (creative thinking) ke mafua mai mea 'lei
- Kamataga o te mafuliga mo te faopoopoga o mea tāua mai te fakaaogāga o mafaufauga fou

Fakamunaga mo iloa

Tusi se fakamatalaga e fesoasoani kia koe i te matematega ou iloa, i fea kae ne pefea o faka aoga ne koe. E mafai foki o fesoasoani kia koe o fakaasi ki nisi tino ou iloa, ne faka aoga ne koe pefea kae ne maua ei ne galuega lei a koe.

A fakamatalaga e uiga mo ou iloa se vaega taua o tou CV.

Fakamatalaga mo ou iloa e tau:

- e taua ki te galuega tela ne tusi fakatagi koe ki ei
- e tau o fakavae ki luga ou au iloa mai mua pena foki au mea ne lei ne fai
- fakaasi fua ou au galuega ne fai
- fakaasi ne fakatalitonuga me e isi sou iloa i luga i te tofiga.

A se fakamatalaga malosii mo ou iloa e sili kесе ei koe mai taulasiga.

Te fakamatalaga mo ou iloa e tau o fakalilikiki kae patino, kae faka aofia iei mea lei o au galuega ne fai. Faka aoga mafaufauga lei, gana kola e faka patino mo veape e fakamatala galuega.

O fai se fakamatalaga taua e iga mo te galuega e tusi fakatagi koe ki ei, fai a mea konei e fai atu:

1. Fili se iloa tela ne fakaasi ne te tino fakagalue i te fakapulaga mo te avanoaga i se koga galue.
2. Toe sautala ke maua ne fakatusa o te iloa ne faka aoga ne koe.
3. Tusi se fakamatalaga taua ki te fakapulaga ko te mea ko koe ke sili kесе me ko te tino tonu mo te avanoaga galue.

Fakatusa o fakamatalaga o iloa

1

Iloa manakogina i fakapulaga mo avanoa galue

Fakamatala au kiloga, fakamatalaga mo mafaufauga i se auala e se fakafifi, faka aoga vaega auala o fesokotakiga e autu tonu ki tino fakalogologo.

2

Fakatusa

Sautala ki fakatusa o iloa koe kae ne faka aoga i fea i auala pefea.

- Galue mo tino, taliga o telefoni mo te mata ki mata siliga, fakamatalaga o mea tau page kae faka aoga pefea tulaga konei. Nisi tino e galue kiei e lasi e iloa o faitau io nisi e foliki te tavili mo te malamalaga i te gana Peletania.
- Fakalogologo fakalei ki mea e sili manako ki ei.
- Faite se vaa taugasoa mo tino e galue koe ki ei - fai e fiafia kae se mataku.
- Faka aoga auala o fesokotakiga kola e fetau tonu mo tino e galue ko ki ei. Fakamaina i se gana mama faka Peletania.

3

Fakamatalaga mo iloa

Faamaina a fakamatalaga tau tupe ki tino e galue ko eki ei i se auala mama kae fano sako, faka aoga gana Peletania mama kae faka aoga foi a auala o fesokotakiga kola e taugatonu ki tino galue koe kiei. Tenei ka fai ne ia ko tino galue koe ki ei ke maua ne fakamatalaga lei mo fai ana aofaga mo filifiliga, kae ka fanaka te fiafia mo te malie o tino e galue ko ki ei.

1

Iloa

Taku se iloa o koe tela e fiafia koe o faka aoga se tasi o ou leiga.

2

Fakatusa

Sautala me i fea kae ne faka aoga pefea ne koe te iloa tenei.

3

Famatalaga o tou iloa

Tusi se fakamatalaga o fakamaina me ne faka aoga ne koe pefea tou iloa kae ne fuataga mai ei.

Fakatusa o au galuega lei

Mea lei ne fai ne koe e tuku ei ne fakapatonuga i tino faka galue ou iloa mo galuega lei a koe.

E manakogina ke:

- fakapatino
- e taua ki te galuega tena e sala koe ki ei
- nei.

Galuega ne fai se taua ke lasi.

Tuku a fakapatonuga o au galuega lei.

Pela mo:

- fakafetaiga mo galuega lasi taua ne fai
- fakaoti galuega i taimi tonu e manakogina i taimi saitia
- maua se 98% lei mo galuega ne fai mo tino i se taimi katoa o te 2020.

Sea te mea 'lei ne maua kae kaia e tāua i ei? Sea loa te mea 'lei ne fai ne koe? Sala se galuega lei ne fai kae fakapau atu ki ou iloa lei kii mo ou uiga lei.

Galuega lei

Kaia e mata e taua kae kaia koe nee fakamatamata i te galuega lei tenei?

Nea au atamai ne fakaaogā?

Tou iloga totino

A tou iloga totino ko tou iloa, poto, mea taua mo au mea ne tauloto tela e mafai ne koe o fai ki ei galuega a tou tino galue.

Mea nei ko te tukutasiga o:

1. Ou atamai, au mea 'lei ne fai mo taleni. Nea a mea e faigofie kia koe, pela mo, te faipati ki te tokoukega o tino (public speaking), fakalogologo kae faipati ki tino?
2. Sea te mea te fakapotopotoga/ galuega e sala tela e pau mo ou malosiga – iloa patino, galue lei, kae ko ia tonu mo te tiimu.
3. E pefea o tai fakalei atu – nea mea loa e fiafia malosi koe ki ei? E mafai pefea ne koe o fai se kesega ki te tulaga/ fakapotopotoga? Sea te mea e fakamalosi ne ia koe?



Fakatusa: Te iloga totino o Aleki

1 Nea mea e lei au iei?

- Faipati kae fakalogologo ki tino
- E tokagamalie i taimi o te manavase
- Fakaaogā te taimi faka'lei
- Fakatoka a fakalavelave

2 Sea te mea a te fakapotopotoga/ galuega e sala ki ei?

- Fesokotakiga lei mo te iloa i te galue mo tino
- E mafai o iloa a fakalavelave kae fakatoka faka'lei fakavave kae sao
- E isi se atamai i te Manetia o Falekai
- Galue faka'lei i te tiimu

3 E pefea o tai fakalei atu?

- Auala e fakasolosolo lei ei a tino kae ke gali te ai a latou
- E 'lei i te fakamalosiga o tino i te umukuka ke galue fakamakinikini
- E mafai o fakatoka a te lasiga o fakalavelave i se taimi toetoe
- Galue fakalei kae fakafiafia, se tiimu e lei vasia

Ise koga koga mai lalo matemate tou iloga totino

1 Nea mea e lei au iei?

2 Sea te mea a te fakapotopotoga/ galuega e sala ki ei?

3 E pefea o tai fakalei atu?

2

Sala ki avanoaga



Fakatomuaga

Te vaega tenei e onoono ki:

- auala o sala galuega
- fesokotakiga mo sautalaga ke maua ne fautuaga ki galuega ke mafai ei o faka'soko mo pulē o matagaluega
- salasalaga ki vaega o galuega fou
- akoakōga, kōsi pena foki mo akoga o faopoopo a atamai.

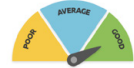

Fakatusaga o avanoaga mo tino Fesoasoani i te Tausiga o te Ola'lei mai te careers.govt.nz

Health Care Assistant


Kaiāwhina Haumanu Hauora/Kaimahi Atawhai

Alternative titles for this job

Health care assistants support nurses and care for people in private homes, hospitals, general practices or rest homes.

Pay Health care assistants usually earn \$20-\$25 per hour <small>Source: DHBs, NZ Nurses Org and MSD, 2019.</small>	Job opportunities  Chances of getting a job as a health care assistant are good due to increasing demand for their services.	Length of training  1-2 years of training usually required.
---	--	---

Industry
Health

 **Vocational Pathways** [More](#)

- [Social and community services](#)

E maua i fea galuega

Sala galuega:

- i itulau o fesokotakiga o fakamatalaga i avanoaga o galuega mo te fakagalue
- i itulau o fesokotakiga o fakamatalaga o te mālō, kaunisela mo matagaluega o pisinisi mo fakapotopotoga
- i fesokotakiga mo fakasalalauga i te initaneti (social media)
- i tusi o tino poto mo matagaluega o pisinisi
- fesokotaki ki sui o tino sala galuega
- mai kāiga mo taugasoa
- i faiga mea lasi i salaga o galuega.

Ko maketi sala galuega kae se fakasalalau

Sa fakatapulā te salaga o tau galuega ki avanoaga o galuega i te itulau o fesokotakiga o fakamatalaga io me ko sui o tino sala galuega. 70 pasene o galuega e fakafonu ne pule o galuega kola e fakaaogā a fakasokoga mo fesokotakiga loa a latou.

30 pasene o galuega e fakasalalau

E ui pefea a tino sala galuega ki galuega kola e manako ki ei

- Avega o olou CV ki so se koga
- Taumafaiga ki galuega kola e fakasalalau i te initaneti, i fesokotakiga mo fakasalalauga i te initaneti io me i niusipepa
- Fakafesagai mo sui o tino sala galuega

70 pasene o galuega i te maketi e se fakasalalau

E pefea a pule o galuega o sala a tino galue

- Mai i fesokotakiga mo tino kola e iloa ne latou i te galuega io me i faiga mea
- Mai i olou tino galue
- Mai asiasiga ki te initaneti i fakamatalaga toetoe o tino sala galuega



E sala me nea galuega e lasi te manakogina:

careers.govt.nz/jobs-database

Fakatokaga o fesokotakiga

Vaa sokotaki e faite ei se fakapotopotoga o tino galue pena foki kita totino, kae faite foki ei tou iloga. 70% o galuega e se lavea tela la e taua ke iloa ne koe o fai vaa sokotaki.

Vaa sokotaki e fesoasoani ki nisi tino, eg:

- fakailoa te igoa o au tino sokotaki ki tinot takitasi
- fetufaaki o articles mo mea ne fai ki luga i te neti
- tuku tou taimi.

Mafaufau mo tino kola e mafai o fai vaa sokotaki kae tusi olotou igoa ki lalo.

Tino e iloa fakalei ne koe

Tino ne galue mo au muamua, manetia, tino ko taunu olotou akoga, kāiga, taugasoa, ko taugasoa o oku taugasoa.

Fakamolemole ke maua ne tusi 'lei (referrals) pena foki mo fakasokoga

Tino se iloa lei ne koe io me ne fetau fua ise taimi toetoe

Fakatusa: faiakoga, tino kami fakapitoa, takaga akoga, tino ne fetau mo koe i loto i fakapotopotoga o vaa sokotaki.

Fakasoko i te initaneti ki te LinkedIn fakavave ma oti te fetauinga

Tino seiloa ne au

Tino kola e galue i te galuega tela e fia galue au i ei, fakapotopotoga io me ko matagaluega o pisinisi.

Tautali ki manatu i te initaneti, fesilisili kae fakatoka a sautalaga ke maua ne fautuaga ki galuega

Faite se ou vaa sokotaki

Tino kola e mafai koe o fesoasoani

Taumafai ki galuega volentia io me galuega se tumau ke fakalauēfa ou sokoga

E pefea o fakasoko a vaa sokotaki

Te fesokotakiga e fesoasoani kia koe o fakaaogā a galuega i te maketi kola e se fakasalalau.

E uke auala o fesokotaki.

- fakailoa ki taugasoa mo kāiga ia koe e sala galuega
- fano ki fetauiga mo faigamea o matagaluega o pisinisi
- faka'soko ki fakapotopotoga i fesokotakiga mo fakasalalaua i te initaneti
- kau atu ki se fakapotopotoga o tino poto i matagaluega i te tulaga e manako koe o galue
- fano ki faigamea lasi i salaga o galuega
- fesokotakiga se fakailoa (cold-call) ki fakapotopotoga o asiasi ki avanoaga
- 'kami a manetia o faifaiga o tino galue i te matagaluega (HR) ke inu kofe koulua
- fai se sautalaga ke maua ne fautuaga ki galuega mo te manetia.

Fakatonutonu tau tusitusiga i mea tau maketi (marketing script)

Te tusitusiga i mea tau maketi io me se fakamatalaga toetoe o mafaufauga (elevator pitch) se auala vave o fai tau fakatōmuaga i au atamai pena foki mo mea e sala koe ki ei i se galuega.

Tau tusitusiga i mea tau maketi

Kafai se tino e fesili, "Ia, nea au mea e fai?" E tali ne koe pefea?

E tolu a tulafono ke mafaufaugina:

1. A tau tali e 'tau o 30 sekone io me mai lalo ifo.
2. Au atamai (io me mafai pefea koe o aogā ki te pule o se galuega) e 'tau o manino.
3. E 'tau mo koe o fakaasi se vaega o fakamoemoega.

Tusitusiga totino i mea tau maketi

Toku igoa ko:

Au se:

Au ko (tausaga i te tulaga):

I te vaitaimi nei au e salasala ki se avanoaga fou ke:

Au e manako ki o galue i te vaega o:



Asiatu careers.govt.nz fautuaga i fesokotakiga:

careers.govt.nz/articles/network-into-a-job-with-the-perfect-elevator-pitch

Fakatoka ki se fesili gutu mo fakamatalaga

A te fesili gutu mo fakamatalaga se avanoaga o sautala ki se tino fakagalue e uiga mo te fakapotopotoga kae pefea o iloa ne latou ke faka galue.

Tenei te avanoaga ke mafai koe o iloa a vaega o galuega kesekese e mafai ne koe o fai kae ke malamalama foki koe i atamai kola e manakogina ke galue fakatasi mo te pule o galuega. Sa sala tonu loa ki se galuega – koe e faipati kia latou ke iloa ne koe te fakapotopotoga pena foki galuega.

1. E fano pefea koe ki te tino faka galue

Fesokotaki ia latou i te meli iti io me ko te LinkedIn. Fakamatalaga me ko oi koe kae kaia koe e manako ei o fetau. Nisi tino e manako o faipati i te telefoni i lō te fetau mo koe.

2. Mai mua o te sautalaga

Fai sau sukesukega ki te fakapotopotoga mo te galuega mai mua. Tauloto ke uke au mea e iloa ko te mea ke fakaaogā faka'lei te taimi o koe i te fono. Sili ki fesili patino kola e mafai o fesoasoani kia koe o tauloto avanoaga io me ko tulaga i loto i te fakapotopotoga.

3. Kafai ko fetau koutou

- Pei faka'lei ou gatu ma fetau kotou.
- Fakafetai kia latou mo te taimi faka-avanoa ke fetau kotou.
- Faipati fua malie e uiga kia koe mo tou tulaga kae sa faipati loto ki mea likiliki.
- Fakamolemole kia latou me fia te leva e mafai latou o faipati. Onono ki te taimi. Kafai ko silia te taimi, fakamolemole kia latou me talia ne latou ke faipati loa kotou.
- Fesili me talia ma tusi ki lalo te tou faipatiga.
- Taimi e oti ei koutou, toe fakafetai mo te faka-avanoa mai te olotou taimi o faipati mo koe.

4. Mai tua o te fetauiga

- Oti loa te fetauiga a kotou, tusi a fakamatalaga ki mea ne faipati latou ki ei.
- Ave kia latou tau tusi fakafetai i te otiga ne faipati koutou, i te meli-iti io me ave i te LinkedIn.
- Meli-iti kia latou mafai ko maua tau galuega io me ko filifili ne koe se vaega o galuega fou mai ona ko te otou fono mo latou.



Onono: Sautalaga ke maua ne fautuaga ki galuega: E pefea o manuia

youtu.be/CXZDTDBLKRE

Manakoga mo ne fakamatalaga mo se fesili gutu

Sautalaga ke maua ne fautuaga ki galuega e mafai o fesoasoani ki au fesokotakiga mo pule o galuega kae ke iloa foki me i te vaega o galuega e fetau mo koe.

Fakatagi ki se fakamatalaga o te fesili gutu:

Talofa, toku igoa ko Aleki Vaiola.

Au ne faitau i te LinkedIn i au fakamatalaga toetoe kae ko au e fiafia me matea atu ia koe e atamai i te fakatelelelega a vaega pisinisi o meakai kola e faite ke uke o toe 'togi atu. Au ko 16 tausaga i te leva i taku galuega pela me se Manetia o Falekai i falekai i Ueligitone.

Au e fiafia o faipati kia koe i au atamai.

E mafai au o faipati kia koe i te katoatoaga o mea konei? E iloa ne au ia koe e fakalavelave ki kae mafai e maua o fakaavanoa mai ne koe se 20 minute au e loto fakafetai ki ei.

E uiga mo
Aleki

Fakamatalaga mo se fesili gutu

Fesili konei e mafai ei tino o faipati ki olotou galuega mo avanoaga.

Tulaga

- E mafai ne koe o fakamatala mai e uiga ki te vaega o pisinisi i te (fakai lasi)?
.....
- Ne pefea koe o maua tou tulaga?
.....
- E pefea te ata masani o tou aso galue i aso taki tasi?
.....
- E isi se mea e fakafoofogina i tau galuega ki nisi tino?
.....
- Kafai e mafai o foki koe o fakamafuli se mea e uiga ki tou olaga galue, e fai ne koe?
.....
- Sea te fakamatalaga toetoe o te tino ne galue fakamuli nei i te vaega o galuega e apo i ei?
.....

Matagaluega o Pisinisi

- Sea te mea e tupu i loto i matagaluega o pisinisi i Niu Sila? E ola 'lei atu io me tatō ifo ki lalo (declining)?
.....
- Nea a atamai tāua kola a pule o matagaluega e sala mo te galuega/matagaluega o pisinisi tenei?
.....
- E tokouke a tino e sala ki galuega i te faitu tenei?
.....
- E iloa ne koe se isi tino aka e manako o faipati mai kia au? E mafai o fakailoa aka au i ei i se meli iti?
.....

Atiake totino

- E isi ne atamai fakapitoa io me ne galuega kola ko se lasi te avanoa o latou?
.....
- E isi ne ou manatu fesoasoani me pefea e mafai au o ulu ki loto i te vaega o galuega tenei?
.....
- Nea akoakōga e fesoasoani?
.....
- Nea atamai o galuega e sala koe ki ei?
.....
- Nea fesokotakiga e fakatau koe ke kau au ki ei?
.....

Faopoopo au fesili mai lalo:

Ononoga ki ne akoakoga io me ne toe faka akoakoga

I taimi o tau sukesukega, ne maua ne koe me koe e tau o toe fai se akoakoga io me faka akoako i luga i te galuega? Akoakoga i loto i te galuega io me se akoakoga ailoa e fakalei atili lei te avanoa o maua sau galuega.

Akoakoga i luga i te galuega ke tauloto ne iloa fou o fesoasoani kia koe i tau galuega.

Auala ke fai ne akoakoga i te galuega e aofia iei:

- faka akoako kae fesoasoani
- faka akoako i luga i te galuega, aofia iei galuega tagolima
- galuega kae isi se akoga e fakatupegina
- galue sua koga kae e avanoa faeloa o toe foki mai ki tena tofiga mua
- akoga e fai i te neti mo pepa fakamaonia.

Kafai koe e manako o gasue ki se galuega fou, e tau o fai se sua akoakoga.

Auala o toe fai se sua akoakoga e aofia:

- akoga mai te fenua tonu
- akoga mai fale
- akoga i loto i koga akoga.



Sala fesoasoani mo akoakoga:

- Sene mo akoakoga e manakogina mo akoga tago lima: careers.govt.nz/articles/retrain-for-free-with-ttaf
- Se togi a akoga: careers.govt.nz/courses/funding-study-and-training/fees-free
- Akoga tago lima mo faka akoakoga: careers.govt.nz/articles/choose-a-vocation-for-a-better-future



Akoakoga i loto i galuega

A Tom ne galue i kamupane fakatutu



Ne sukesuke ne ia me sea te pepa maluga i ana atamai e manakogina ke toe akoga a ia ke tai faka'lei aka



A ia ne akoga kae galue



Ko fai a ia mo se tino galue i te iti



Toe akoga

Maia ne galue i te matagaluega o tualisi



Ne matemate ki vaega o galuega tela e tai fano tonu ki tena iloa mo ana mea taua, kae ne sukesuke foki me nea mataupu e tau o taoloto i polytech i tena koga koga



Ne fakamau tena igoa ki te polokalame neesi



Ko fai nei mo neesi o tino i loto i koga koga nofo



Sala atu ki filifiliga o tauloto kae akoga:

careers.govt.nz/plan-your-career/find-out-about-study-and-training-options

3

Filifili kae galue



Fakatomuaga

I te vaega tenei e maua ne koe:

- se tusi fesoasoani i fakamatalaga o tali ki fakasalalauga o galuega
- e taumafai pefea ki galuega i te initaneti
- fautuaga ki te tusiga o te CV mo te tusi i fakamatalaga likiliki
- se fakatakitakiga ki tulaga fakagalue tino
- e fakatoka pefea mo fesili gutu
- au sitepu fakamoe mo atiaka se palani fakagalue.

“Fakamalosi, taumafai o fano ki mua. A koe e fetau mo fakalavelave mo tofotofoga o te olaga. E ‘tau fua mo koe o fakamalosi, ke tumau faeloa kae galue malosi.”

David Letele (Brown Buttabean)
Te tino fusu mo tena
Tino faka akoako

Fakapau tou iloa ki fakapulaga e uiga mo galuega

Sala se galuega ne fakasalalau tela koe e fiafia ki ei kae tautali i sitepu mai lalo.

1 **Faitau te fakasalalauga kae fakamailoga a atamai tāua mo mea'lei kola e sala ki ei te pule o te matagaluega**

Pela mo:

- malosi te tusitusiga mo fesokotakiga i faipatiga
- tino galue faka'lei io me se tino galue fakatasi
- manatu 'lei mo te mafai o faka'lei a fakalavelave
- palaniga o te taimi
- ko atamai fakapitoa io me ko atamai e mafai o fakataunu a galuega fakapitoa
- e lasi te malamalama mo te atamai i mea tau komipiuta
- mafai o galue faka'lei i taimi o fakalavelave
- loto finafinau mo te taumafai
- tafasili i te 'lei i te fakafesagai mo tino 'togi.

2 **Fai foki te mea tena mo fakamatalaga o te galuega io me ko te tino (mafai e isi)**

Te mea tenei e aofia i ei nisi fakamatalaga e uiga mo mea kola e manakogina ne te pule o matagaluega i te tulaga fakapitoa tenei.

3 **Asi ki te careers.govt.nz**

Fakaaogā te koga salasala ke sala i ei te galuega. Te itulau o te galuega e tuu ei te lisi o iloa mo poto, pepa mo ou iloa i leveolo fautuagina mo te galuega. Te mea tenei e mafai o fesoasoani ke fakaasi nisi atamai.

Ko 'tau nei koe ko oti ne sukesuke ne koe a te fakasologa o atamai, uiga 'lei mo atamai kola e manakogina mo te tulaga ne fakasalalau.



Fautuaga: Sa manavase mafai se maua katoa ne koe a atamai i te fakasologa

Taumafai ki galuega mafai e maua ne koe te lasiga o atamai tāua kola e fakasolo i te galuega ne fakasalalau.

4**Sukesuke a te fakapotopotoga**

- Sala ki fakamatalaga ki mea tāua ne faite io me ko matagaluega o te fakapotopotoga, te fakamoemoega saukatoa (mission) o te fakapotopotoga mo so se mea tela e mafai ke malamalama koe. E mafai ne koe o maua i te lotou itulau o fesokotakiga o fakamatalaga kae faipati foki ki tino e iloa ne koe.
- Fakamau a nisi pati tāua mo tugapati mai i mea konei. Taofi a mea kona i tou mafaufau kae koi filifili koe me nea a fakamatalaga e fakaaogā ne koe i tau tusi mo tau CV.

5**Fakasolo au atamai mo te masani i galuega kola e fetai tonu ki te galuega tenei**

- Tusi ki lalo ou iloa mo te galuega mo iloa kola e pau mo iloa manakogina i te fakapulaga. Faite a te fakasologa o atamai kola e mafai o fakamasiki ke maua a galuega.
- Mafaufau me pefea au galuega tāua mo fakamoemoega e fetai mo fakamoemoega o te fakapotopotoga.

6**'Tae mai a fakamaoniga mo fakatusaga me pefea ou atamai mo masani i galuega e fetai tonu mo te galuega**

Faite sau fakasologa o fakatusaga me ne fakaaogā ne koe pefea ou atamai e manakogina i te fakasalasalauga o te galuega. Fakasolo a mea ne fakataunu ne koe ke fakaasi ei me ne pefea o fakaaogā ne koe a atamai konei.

Nei ko toka koe o tusi tau CV tela e fetai tonu (targeted cv) mo te fakamatalaga o te galuega fakatasi mo te tusi fakatomuaga kola e fakapitoa loa ki manakoga o te pule o matagaluega mo te tofiga tena.

**Mea tonu:**

Tino gakagalue ko uke kii olotou galuega

Tau CV mo tau tusi fakatomuaga e manakogina ke fakaasi kae fakamaina me pefea koe o fetai tonu mo manakoga o latou.

Sa fakaaogā te CV mo te tusi fakatomuaga e tasi ki au taumafaiga ki galuega kesekese. Fakalasi tou avanoaga ke maua ne koe se sautalaga ke fakafetai tonu o tau taumafaiga ki te galuega e taumafai koe ki ei.

E tusi fakatagi pefea

Taumafai ki galuega kola e fetau tonu mo ou atamai pena foki mo au pepa maluga.

- Fai ke lasi tau avanoaga o taumafai ki te galuega.
- Taumafai ke isi sau meli-iti fakapisinisi io me se meli-iti fakapitoa.
- Tautali ki taumafaiga ki te galuega mo fakatonuga 'lei.
- Fai ki se tino ke onono ki tau CV mo te tusi fakatomuaga ke fakapau ki te pepa o te taumafaiga ki te galuega.
- Aofia te igoa o te tulaga o te galuega e taumafai koe ki ei i te koga o mataupu i tau meli-iti.
- Taumafai ke aofia ne koe tou igoa mo tau telefoni napa i te meli-iti.
- Ave tau CV kae fakapiki (PDF attachment) ki tau meli-iti.
- Faka aoga tou igoa i te CV filename.

Fakatusaga o te meli-iti pela me se vaega o tau taumafaiga:

To: HR@anywhere.co.nz

Subject: Taumafaiga a Aleki Vaiola ki te galuega Manetia o te Falekai Wubsay

Tou Malu _____ (te igoa o te tino)

Mataupu: Tulaga o te Manetia i te Falekai Wubsay

Au e manako kii e tusi fakatagi au ki te tulaga galuega tenei. Toku iloa i te fakatelega o te fale kai i te 16 tausaga ko teka ne maua ei se iloa lei kii mo te poto iei. I te tusi fakapiki mo te CV e fakaasi ei ne au kaia au se tino tau mo fai te menetia te galuega i te Wubsay falekai kae pefea o faka aoga toku iloa mo toku poto o galue mo koe.

Fakamolemole ko onono aka ki toku CV tenei e fakapii atu mo te tusi faatagi mo te avanoaga tena mai ne fakapula i te Seek i te po 20 May 2021.

Au e fakatalitali ke fesokotaki mai koe.

Ko au loa fakamaoni
Aleki Vaiola
Telefoni 033 333 333
alekiv@hmail.com



Fautuaga:

Fakamolemole ke kopi te fakamatalaga o te Galuega (JD):

Tausi te mea tenei ke fesoasoani kia koe ke iloa au taumafaiga kae fakatokatoka mo te sautalaga.



Fautuaga:

Kafai sei sau komipiuta tela e fakaoga te initaneti

Asi ki te fale tusi i tou fakai io me ko te koga i te komiuniti o suksesuke kae faulu tau taumafaiga ki se galuega.

E uiga mo koe i luga i te neti

Mafaufau ki ou fakamatalaga i luga i te neti mo tou CV.

E mafai ne koe o faite se fakamatalaga toetoe i se koga o te fakapotopotoga i galuega, te itulau o fesokotakiga o fakamatalaga o te Matagaluega o Galuega mo Tupe, tau itulau o fesokotakiga o fakamatalaga io me ko te LinkedIn. A Pule o matagaluega mo sui o tino sala galuega e masanai faeloa o onono ki fakamatalaga toetoe ke sala ne tino fou ke galue ia latou.

E silia atu mo te 540 miliona tino e isi ne olotou fakamatalaga toetoe i te LinkedIn – se fakasalalauga i fesokotakiga tela e sagatonu atu ki au atamai kae fakasoko koe ki potukau o tino poto pena foki mo pisinisi.

A te LinkedIn se vaega i te vāsia o te CV i te initaneti mo te itulau o te Facebook.

Fai tou fakamatalaga toetoe i te initaneti ke galue mo koe:

- Fakamatea fakalei ou iloa mai luga i tau polofaili.
- Fakasolo au mea ne tauloto i tou olaga, akoakōga mo atamai.
- Aofia au fakamatalaga ki fesokotakiga mo te koga e nofo i ei koe.
- Fakaaogā tou ata tela e fakaasi fua ou foliga kae ke mata'lei foki.
- Fakaaogā a pati tāua e uiga mo au atamai i tau ulutala.
- Toe onono faka'lei ki tusiga o pati mo nisi mea 'se.
- Fakaaogā se meli-iti fakapitoa pela maia.johnson@website.com.
- Faka aoga tou username i te galuega.
- Tumau o fakafou tou fakamatalaga toetoe.
- Fesokotaki mo nisi tino – fekau ki tino, io me kami ke fiafia ki tau polofaili.
- Mafaufau i tou iloga totino kae nea au mea e ka fai e tuku i luga i te neti.



Toe sala ake: E fai pefea ke lauiloa tau LinkedIn

careers.govt.nz/articles/how-to-stand-out-on-linkedin

Mea taua i te CV

Faite tau CV ke toetoe, ke 'lei kae ke gali foki tou ata.

1

Mai mua koe o kamata o tusitusi

- Manatu tītī (brainstorm) atamai mo akoakōga o te olaga kola e fetau tonu mo te fakamatalaga o te galuega a pena foki mo te fakasalalaua. Sa puli a mea kola e fai ne koe mai tafa o te galuega. Fai a fakatusaga manafai e mafai ne koe.
- Onono ki fakatusaga o CV ki manatu 'lei i te fakatokaga, 'gana mo nisi auala e galue 'lei o fakamaketi koe.

2

Maufaufau ia koe ko te pule o te galuega

E 10 ou sekone ke fakatalitonu ne koe te pule o te matagaluega ke tumau o faitau tau CV. Tau CV e lasi atu tena malosī mafai e fakamailoga ne koe a mea kola e sala ki ei te pule o te matagaluega. Fai tau CV ke toetoe kae fakaasi fua a akoakōga i tou olaga mo atamai i galuega kola e tāua.

E tolu a fesili tāua ke fesili ne koe:

1. Kafai se tino e onono fakavave ki taku CV, e maufaufau latou "I te CV tenei e matalei"?

A pule o matagaluega e 'tau o filifili kae fakafoliki a te fakaputuga o CV ki ne aofaki e tokolua io me tokotolu a tino. A latou e tali faka'lei ki se CV tela e manino, kae ne fakatoka faka'lei ilo te CV loa kae seki fakatoka faka'lei.

2. Kafai ne fakaoti loa te faitauga i tau CV, latou ka maufaufau "A te tino tenei e manakogina ne mataou ana atamai"?

A pule o matagaluega e salasala ki tino kola e fetau tonu ki te fakamatalaga o te galuega. Fakamafuli kae fakatoka tau CV ke fakamailoga i ei a mea kola e fetau tonu mo te galuega e taumafai koe ki ei.

3. Kafai e filifili a CV ke fakafoliki te fuainumela, ka maufaufau latou "A te tino tenei e tāua ke fetau mo ia"?

A pule o matagaluega e maufaufau me nea a mea e mafai o ofo atu ne koe kia latou. Fakaasi ki tino ke iloa ne latou me koi koe kae nea foki a mea kola e 'lei i ei koe.

3

Fakamolemole ki nisi tino ke onono ki tau CV

Fai ki sua tino ke toe onono ki tou CV me e lei loa, ne fakatoka fakalei seai ne pati e se io pena foki mo te gana seai ne mea see i ei.

Te filifiliga o tino e molimau ki te atamai o te tino sala galuega (referees)

Pule o galuega e masani o fai atu ke tuku atu kia latou e tokolua io me silia atu au tino ke molimau ki tou atamai – tino kola e mafai latou o fesokotaki o fesilisili i ou atamai kae onono foki me ia koe e fetau tonu ki olotou fakapotopotoga.

Filifili au tino molimau kola e fakatalitonugina kae poto, e mafai o faipati e uiga ki tau galuega me ko koe foki e galue pefea, kae e faigofie foki o fesokotaki. Fakamautinoa me ia koe e fesokotaki muamua kia latou.



Asi atu ki
fautuaga a matou
i te Faitega te CV

[careers.govt.nz/tools/
cv-builder](https://careers.govt.nz/tools/cv-builder)



Toe sala atu: A CV kesseke
i foom kola e fetau tonu ki
vaega auala o salaga o galuega

[careers.govt.nz/job-hunting/cvs-and-cover-letters/
templates](https://careers.govt.nz/job-hunting/cvs-and-cover-letters/templates)

Toe asi fakalei tou CV

Faka aoga te lisi tenei ke iloa lei ne koe i tou CV e mafai o lavea gofie ne tino fakagalue io me ko nisi koga fakatuu tino ki galuega.

- Igoa mo fakamatalaga totino ke iloa lei i te itulau ki mua
- Te tusiga i te lanu uli, e pau lasi o mataimanu kae faigofie te faitau (lasi o mataimanu saisi 11 io me 12)
- E aofia katoa loa a fakamatalaga - faka aoga te fakamatalaga o te galuega mo itute tauave mo te fakapulaga me se auala takitaki
- Te fakamatalaga o te tino mo tapula o tena galuega e taua kae fano tonu
- A Ulu e sao katoa kae pau katoa o saisi o mataimanu
- Iloa e fano tonu ki mea ne taulotomo pati loa kola i loto i te fakapulaga mo te avanoa galue ne faka aoga
- A poini konei e faka aoga kae fakasolo
- Avanoga galuega kona e lavea me sae mai ki mua
- Te toe pepa maluga e tau o vau muamua i te fakasologa
- A vaevaega se tau o mave ki nisi itulau
- A fakamatalaga e tau o tusi katoa loa fakamaea (seai ne fakatoetoega o pati e faka aoga)
- A sipeligi mo kulama ke sao
- Ata lomi, ata pei, pokisi mo taipola ko oti katoa ne tapale
- A tino onono ke asi me i fakamatalaga mo fesokotaiga e sao
- Ko fiafiaga o totino mo mea e fiafia tino o fai e aofia iei
- CV e tau o nofo ki te lua io me tolu itulau
- Fai ki se tino e talitonu koe ki ei ke onono ki tau CV ke fai ne au faitioga



Mea tonu: Sea te applicant tracking system (ATS)?

Mai tua e tusi fakatagi koe ki se galuega, tou CV e fano i te applicant tracking system (ATS). Mea nei se software tela kola e faka tulaga ne latou CVs mo tusi fakatagi. A te menetia tela e galue i se taimi toetoe ne fili fua ne ia nai pati taua, maise ei ko Ulu o te avanoaga galue, galuega mo iloa taua e manakogina, mo te ATS e sala mo latou i loto i te pepa.

Ka fai ne ia ke taua te tusi o tou CV kae faka aoga a iloa mo pati kola e tusi i loto i te fakapulaga mo te avanoa galue.

Tusi io me toe iloilo fakalei te CV

Fautuaga

Tou igoa mo ou fakamatalaga o fesokotakiga ke manino i te itulau muamua.

- Ke faka napa i lalo i te footer.
- Fai ke lavea gofie katoa au ulutala. Fakaaogā mataimanu fakamailoga ke matea, te saisi, lanu, avanoaga o te tusi se fakaaogā, mo nisi mea aka, o fai te mea tenei.

Te vaega tenei e fakautu tonu loa ke puke ne ia te loto o te tino faitau. Kafai e se 'lei, ko se fakasoko ne latou te faitau.

- Faka 'pau a fakaaogāga o pati ke fakamatala a atamai mai i te fakasalalauga o te galuega.

Te vaega tenei e aumai ne ia a fakamaoniga me isi sou iloilo o fai te galuega.

- Koe e manako ki te pule o te matagaluega ke mafau'au "I te tino tenei e mafai o fai te galuega kae ko au e manako ke fai ne ia".
- Mafau'au mafa ki galuega tāua. Sagatonu ki auala kola e mafai o fesoasoani koe ki te kamupane ke 'lei.
- Kafai a tala fakasolopito o au galuega ko tō loa, aofia fua au mea fou io me ko tulaga tāua.

Se ata faigofie o te CV fakatasi mo fakatusaga o te fakatokaga

Aleki Vaiola

1234 Chelsea Road, Lower Hutt 5010

Meli-iti: alekiv@gmail.com

Telefoni: 033 333 333

LinkedIn: linkedin.com/in/alekiv3333

Fakamatalaga totino

Te iloilo pela me se menetia o te falekai mo fesokotakiga mo te iloilo o galue mo tino. Koe e saga malosio o galue mo tino i se auala tafili i te lei. Poto i te fakalei fakalavelave. Fakamalosi tino galue ke galue makini kae ke mafai o tuku atu ne meakalei lei kii. Tāua ke fakalei te saga ki tino kae maea. Te galue pela me se tiimu e tau o malosio.

Iloilo tāua mo mea ne tauloto

Iloilo ki te talimalo

- Ne onono kae fakatelelele kae akoako ne ia staff i taimi saosao i loto i se umu kuka e nofo ki te galoto tena saisi i loto i se 16 tausaga
- Aofaga kae fakatoka a mea katoa e manakogina mo te umu kuka kae galue pela me se tino kuka maluga, te lauga o mea i loto i te umu kuka pena foki te togiga, fatauga sene mo te ponoga o te falekai
- Onono fakalei ke fakalei tulaga katoa o te galue mo tino i mea ne tauloto i tulaga o meakai, tino e galue ki ei pena foki nisi faitioga a tino galue

Te iloilo o fesokotaki

- Faite ne vaa lei fakavave mo tino kesekese kae fesokotaki fakalei mo tino o te tiimu mo tino e galue kiei

Fakaleiga o fakalavelave kae ke mafai o atafai tulaga fita

- Matemate fakalei a fakalavelave kae fai ke lei fakavave kae fano tonu i se auala tela e fakatele fakalei i te taimi, aofaga mo tulaga fakamataku kae ke toka faeloa i taimi ko uke fakalavelave

Iloilo totino o te tino

- Fakamalosi tino ke galue fakavave kae ke fai galuega fakalei, galue fakalei i loto i te tiimu

Tala fakasolopito o au galuega

Manetia o te Falekai

2015 – 2021

Falekai LaFairy, Ueligitone

- Pānaki mo te fakatelelelega o tino galue, akoako kae fakagalue e 20 a tino galue i te umukuka mo tino situati mo nisi galuega aka foki
- Faiga o asiga ke mautinoa me 'lei kae tali foki ki fakatagi a tino 'togi
- Te palaniga o tupe fakagalue, fakatelelele kae fakatonu a mea 'togi o te falekai
- Faopopo te 'lei o mea 'togi i te aso ki te 25 pasene i te tausaga
- Fakafoliki te fuainumela o tino ne tiakina te galuega ki te 30 pasene talu mai i te tausaga 2017

Tala fakasolopito o au galuega (fakasoko)

Manetia o te Falekai

2005 – 2015

Freepav Falekai

- Takitaki e toko 8 a tino galue i te umukuka fakatasi mo tino situati mo nisi galuega aka foki
- Tausiga o tupe fakagalue, fakatelelelega o mea 'togi mo te faifaiga o fakatokaga o mea 'togi mo te falekai
- Kamata o fakaakoako a tino galue ke tai faka'lei aka te fiafia o tino 'togi ke fanaka ki te 98 pasene mai i te tausaga 2006–2015
- Kamata o fakatelelele asiga o fakatokaga tela e fai ke tai 'lei atu a taimi sevisi ki te 25 pasene

Tala fakasolopito o au Akoakōga

NZ Diploma in Hospitality Management

2010

Service IQ, Wellington

Fiafiaga

- Tele
- Kilikiti i loto i te fale, netipoolo mo te futipoolo

Ne tino molimau ki te atamai o tino sala galuega

Tino molimau e fakatoka mafai e manakogina

Io

Moana Ngata

Te Pule o te Falekai
Cafe LaFairy, Wellington
Telefoni: 044 444 4444
Meli-iti: mngata@hmail.com

Nish Ahuja

Tino ia i a te Falekai
Freepav Cafe, Wellington
Telefoni: 055 555 5555
Meli-iti: nisha@hmail.com

Fautuaga

Auala o fakatoka faka'lei a te vaega tenei e aofia:

- Te igoa o te galuega i mataimanu faka'uli, tau atu i ei ko te kamupane mai lalo mo galuega fakapitoa.
- Fakatomua tau galuega fakamuli ifo.

Tefea te vaega e mua – tala fakasolopito o galuega io me ko te tala fakasolopito o akoakōga? Mafaufau me sea te vaega e tai fou atu kae tāua ki te galuega e sala koe ki ei.

Te vaega i aofaga se avanoaga ke faiapati koe e uiga mo mea e fiafia ei koe i tua o te galuega.

- E mafai o aofia ne koe a mea e fiafia ki ei koe, faifaiga kola fakafiafia, galuega volenitia io me ko galuega i te komiuniti.
- Fakaaogā a fakailoga o vae a pati i te fakasologa (bullet points).

A pule o galuega e 'tau o fakailoa atu mafai latou ko fesokotaki mo au tino molimau. Te lasiga o taimi latou e manako fua o fesokotaki ki te kau molimau latou i te otiga ne fetau mo koe.

- Kafai e se aofia au tino molimau ki tau CV, taumafai ke mafai ne koe o ave a fakamatalaga konei ki te pule o matagaluega mafai e manakogina.
- Filifili au tino molimau faka'lei. Fakailoa kia latou te tulaga e taumafai koe ki ei, ke mafai ne latou o fakatokatoka – i olotou pati e fai ia koe ke fetau tonu ki te tulaga.

Te tusiga tau tusi fakatagi

Nea a mea e aofia

Au fesokotakiga likiliki

Tusi, i te fakasologa tenei:

- tou igoa kātoa
- tou fakatuātusiga
- te fakatuātusiga o tau meli-iti
- au napa telefoni
- tau fakatuātusiga i te LinkedIn.

Po masina

Aofia te po masina i ne kave ai tau tusi.

Ko lotou fesokotakiga likiliki

Tusi, i te fakasologa tenei:

- te igoa o te tino
- te igoa o lotou galuega
- te fakapotopotoga mo te fakatuātusiga.

Tino fesokotaki

Fakatuātusi ki te igoa o te tino manafai e mafai. Fesokotaki ki te fakapotopotoga o fesili. Kafai se mafai ne koe o maua te igoa, tusi "Tou Malu te Manetia fakagalue".

Te ala o te tusi

- Tusi te galuega kātoa mo nisi mataupu o napa pela me se ulutala.
- Taku atu me ia koe e taumafai ki te igoa o te tulaga kae ne lagona ne koe i fea te galuega tenei.

Kaia koe e fia galue i te tulaga tenei kae sea foki tau mea e iloa i te fakapotopotoga

- Ke fialia faeloa. Fakaasi me ia koe ne mafaufau mo te galuega kae sea te ogai e manako koe o galue mo latou.
- Fai ne au pati 'lei e uiga ki te fakapotopotoga, pela mo, te igoa 'lei o latou, faiga o galuega pena foki mo mea faite a latou.
- Manatua me ko mea kola e mafai ne koe o fai mo latou, kae se ko mea a latou e fai mo koe.

Ata fakagalue

Aleki Vaiola
1234 Chelsea Road
Lower Hutt 5010
Meli-iti: alekiv@hmail.com
Telefoni: 033 333 333
LinkedIn: linkedin.com/in/alekiv3333

25 Me 2021

Jane Smith
HR Manager
Wubsay Franchises
PO Box 1234
Wellington 6011

Tou Malu Jane

Mataupu: Manetia o te Falekai Wubsay

Au e tusi atu o taumafai ki te tulaga o te Manetia o te Falakai i Wubsay i te fakai o Ueligitone pela loa mo te fakasalalaua i te Seek. Fakamolemole tena taku CV e fakapiki atu i te meli-iti o fesoasoani ki taku taumafaiga.

Wubsay's taua o te fakamaoni, lei mo te galue mo tino e fialia kii au iei. Au e masani faeloa o galue'lei mafai au e galue mo tino 'togi, kae taumafai ko aku tino galue ke fakatoka a meakai tafasili i te gali pena foki mo faifaiga o galuega.

Au ko lasi toku atamai i te galuegaga pela me se Manetia o Falekai maluga-kae lauiloa penei mo te LaFairy mo Freepav, Ueligitone. I loto i tulaga kesekese konei, ne takitaki ne au a tino galue i te umukuka fakatasi mo tino galue mai mua o te falekai ke fakatoka meakai tafasili i te gali kae fakafiafia foki ki tino 'togi.

Toku tulaga e aofia i ei te fakatelega o te tupe fakagalue, asiga o mea 'togi, fakaakoakōga pena foki mo te fakagaluegaga a tino.

I toku taimi i te Falekai LaFairy ne tai faka'lei aka te tupe silia ki te 25 pasene kae fakafoliki te fuainumela o tino ne tiaki te kamupane ki te 30 pasene.

Au e fakamaoni o fakatumau a akoakōga mo te faka'leiga kae au foki e kau i te Fakapotopotoga o Falekai i Niu Sila pena foki mo te fakapotopotoga o Manetia o Falekai. Au e fiafia o iloa a tala fou mo atiakega i loto i matagaluega talimālo kae kau atu foki ki fonotaga e fai fakatasi i te 2 vaiaso.

Au e fiafia ki te avanoaga tenei i Wubsay kae ko au e talitonu me ia au e faopoopo te tāua ki loto i tau potukau kae fetau tonu foki ki tū o te potukau.

Fakafetai mo te onoono ki taku taumafaiga. Au e fakatalitali ke fesokotaki mai koe.

Toku fakamaoniga
Aleki Vaiola

Nea a mea e aofia

Nea au mea e faopoopo ki te tulaga

- Fakamailoga me pefea koe o 'pau ki te manakoga o te galuega.
- Fakaasi ou atamai fakapitua, atamai mo te poto kola e manakogina mo te tulaga tenei.
- Aofia iei ko tou iloa ke faigofie koe o fakagalue, au tapula totino, tou fiafia mo te naunau o tou loto.

Ko fakaotioti

- Fakafetai kia latou mo te amanaia tau tusi fakatagi.

Ko fakaoti

- Ke fakapitua mo tau fakamavaega, se ko te fakapatonu io me ko te mea masani. Tusi tou igoa mo tou fakaotiga kae saina mai luga i tou igoa vagana ei koe e taumafai i te initaneti.



Asi aka ki motou foomu mo CV mo tusi fakatagi:

careers.govt.nz/job-hunting/cvs-and-cover-letters/templates

Te faifaiga o fakatuga o tino galue

Mea nei se faifaiga loa o fakatuga o tino galue. E ui ei, te faifaiga se fano tonu i nisi taimi tela se aofia iei vaega konei.



Vaega o fesili gutu

Kafai ne maua tau sautalaga a te pule o te matagaluega e mafaufau ia koe e isi ne ou atamai o fai te galuega. Te sautalaga se avanoaga kia koe o fakaasi me pefea koe o fetau tonu ki te potukau o tau pule o te galuega.



Sautalaga mata-ki-mata

I te sautalaga mata-ki-mata, a koe e fakamasino mai te taimi te pule o te matagaluega e onono atu kia koe.

- Kafai e fakaasi tou igoa i tino fesili gutu kilo tonu ki olotou mata, faka misikata kae taku tou igoa mo tou fakaotiga.
- Ke iloa ne koe au takapilipiliga – ko au pati e fai e tau o fakaasi i ou uiga fai.
- Ke mautinoa ia koe e fai fakalei ou gatu ki te galuega tena ne tusi fakatagi koe kiei.



Te sautalaga i te vitiō

I te fesili gutu i te vitio, kafai e isi ne tulaga faletonu ka fakalausagina kae ka galue o teke atu kia koe.

- Taumafai ke fakatoka ne koe a mea tau komipiuta – e 'tau o iloa ne koe te polokalame e fakaaogā kae fakaaogā pefea, e lei te malosi o te intaneti kae ke mafai o tiati ke faka aoga ki tau komipiuta.
- A foliga e tāua foki i konei. A te mea pei ata e se manakomia ki te lanu uli, tea io so se mea tela e uke a mea fakagaligali i luga i te lava, tela la sa pei ki lanu konei – ko te lanu moana e 'lei atu.
- Filifili se kamataga tela e faigofie kae tapale katea katoa nisi fakalavelave i te potu.



Te sukega o te sautalaga

Nisi fakapotopotoga e manakogina ke fai te sukega kae puke taimi (timed tests), pela mo te numela io me ko te sukega i te tusitusi.

- Sala ki sukega konei i te initaneti o akoako ki ei.
- Fakailoa ki te tino sautala mai mua o te taimi manafai koe e isi sou masaki tela e fakafaigata o fai te sukega.
- Faitau faka'lei ki fakatonuga. Palani me nea au mea e fai i te taimi.
- Fakamolemole fesili mafai e se maina koe i se mea.
- Toe lloilo au galuega mafai ko oti.

Fakatoka mo se fesili gutu

Fakatokatokaga e taua kae fakalei foki ne ia tau fesili gutu kae ka fakatau ne ia koe i loto i te fesili gutu.

Fakaaogā te fakasologa o mea ke mautinoa me ia koe ko toka lei loa.

1 Taumafai o salasala ki te kamupane io me ko te fakapotopotoga

Kaia?

- Ko tai talitonu koe me mafai o tali ne koe a fesili.
- E fakaasi ne koe ki tino fesili gutu e iloa ne koe mea kola e fai ne latou.
- E fesoasoani kia koe o filifili mafai a mea tāua mo tulafono o te kamupane e fetau tonu mo koe.
- E fai ne ia koe ke mafaufau ki nisi fesili kola e fia fesili ne koe.

Pefea?

- Onoono ma isi se itulau o te kamupane.
- Fai se lisi o mea e manako koe o sala, pela mo fakamatalaga ki peofuga.
- Mafaufau ki au fesokotakiga. E iloa ne koe se tino ko oti ne galue i kona?
- Kafai e iloa ne koe se tino i se fakapotopotoga e tai 'pau mo te fakapotopotoga tena, faipati kia latou me nea olotou mea e fai.

2 Onoono ki te fakamatalaga o te galuega, tau CV mo tau tusi fakatomuaga, akoako ki fesili o te sautalaga kae fakatokatoka au fesili

Kaia?

- Fakaaogā te fakamatalaga o te galuega o mafaufau ki fesili e mafai o fesili atu ne te pule o te matagaluega.
- Fakaasi au atamai e manakogina ke fakamafa i sautalaga kae fakamaina e uiga ki ou atamai me pefea o fakaaogā i te tulaga.
- Kafai ko oti te fesili gutu, e mafai ko tuku atu me ko koe e isi sau fesili fia sili.

Pefea?

- Mafaufau ia koe ko te pule o te matagaluega. Nea vaega o fesili e fesili ne koe? Fesili masani kona e tuu i te fakaotiga o te tusi galue kae i luga careers.govt.nz ke fesoasoani kia koe.
- Tusi a tali ki fesili ke fesoasoani kia koe ke mafaufau ki fakatusaga 'lei.
- Akoako o tali ki fesili kae faipati ki luga mo te fesoasoani o te sua tino. Io me puke a leo o au tali ki fesili kae toe fakafokifoki o fakalogo ki ei. Asi ki au tali me manino kae e faigofie o fakalogo ki ei, tou leo e tagi 'lei.
- Fai se fakasologa o fesili e manako koe o fesili e uiga ki te galuega io me ki te fakapotopotoga.

3 Palani me sea te gatu e pei koe ki ei kae fano foki koe pefea ki te sautalaga

Kaia?

- Kafai koe e talimuli ki te fesili gutu, ka tuku ne koe se ata se lei o koe ki tino.
- Ko te fakavavave e fai ne ia koe ke manavase kae e mafai o pokotia au faifaiga i te sautalaga.

Pefea?

- Filifili se gatu mata 'lei, e mā, ne auli faka'lei kae mata'lei mo te sautalaga fakapatonu.
- Onono me fai i fea tau sautalaga kae onono foki me koe e fano pefea ki kona.
- Kafai koe e fano i te pasi io me ko te tuleini, taumafai ke onono koe i te taimi. Faka-avanoa ke lava te taimi ma isi ne fakalavelave tupu.
- Kafai e mafai, fai sau malaga tofotofo mai mua o te aso o te sautalaga ke iloa ne koe me fai i fea kae e iloa foki ne koe me fia te leva e oko koe ki kona.

4 Taumafai ke maina koe i te faifaiga o te sautalaga

Kaia?

- Nisi faifaiga o filifiliga e aofia i ei a sukega o galuega, faiga o se faipatiga, faiga o faipatiga i potukau io me ko nisi galuega.
- E tãua ke iloa me ia koe e fakasautala ne se tino tokotasi io me se potukau o tino.

Pefea?

- Kafai se ki avatu ne fakamatalaga e uiga ki te faifaiga o te sautalaga, fesokotaki ki te fakapotopotoga kae fesili me nea a mea e aofia i te sautalaga.
- Kafai koe e fakasautala ne te potukau o tino, faka'soko mo te kau fakasautala katoa. Tali tonu ki sose tali ki te tino tela e sili ne ia fesili, kae e iloa foki ne koe nisi.

Te fesili gutu



Fakamalo, ko isi sau sautalaga! Konei a fautuaga ke fakaaogā ne koe ke iku manuia tau sautalaga.

- Fakalogo faka'lei me sea te fesili kae fakaaogā te avanoaga o tali a fesili taki tasi o fakaasi atu ei ou atamai mo ou uiga fai.
- Tulafono masani ke taumafai o faipati mai luga atu i te 30 sekone kae se siliga atu foki ki te lua minute i fesili taki tasi. Taumafai ko au tali e toetoe kae faipati ki pogai tāua.
- Mafaufau muamua koi tuai koe o tali mafai koe e se malamalama. E mafai koe o fai pela, "Io, gali te fesili – ke mafaufau aka au ki ei." Kafai koe e se malamalama i te fesili, e mafai ne koe o fai, "Fakamolemole e mafai ne koe o toe fakafoki tau fesili?"
- E isi se tulafono 40–60 ki sautalaga: ko te tino e fai te sautalaga e faipati 40% i te taimi, kae ko koe e faipati 60% o te taimi.

Ko fesili kamata kae ke tali ne koe pefea

Te masani ka isi se fesili kamata pela mo fesili konei mai lalo.

<ol style="list-style-type: none">1. Sea te mea ne aumai ne ia koe ki konei i te aso nei?2. Kaia koe ne taumafai ki te galuega tenei?3. Nea au mea e mafai o ofo?4. Nea a mea i tou iloa e tāua ki te tulaga tenei?	<p>Te fesili tenei e tuku atu te avanoaga ke fakaasi tou poto, mafaufauga mo mainaga e uiga ki te galuega.</p> <p>Fakaaogā a vaega konei i au tali:</p> <ul style="list-style-type: none">• pefea tau kiloga ki te galuega• nea a mea e matea ne koe e manakogina i te galuega tenei• se tala e uiga kia koe mo au atamai mo uiga fai• se fakatoetoea o mafaufauga konei e tolu.
<ol style="list-style-type: none">5. Fai mai me koi koe.6. Nea ou fakamoemoega?	<ul style="list-style-type: none">• Mafaufau me nea a mea e manakogina ne te pule o te matagaluega e uiga mo koe mo au fakamoemoega ki te tulaga tenei. Faipati e uiga ki ou atamai mo ou uiga fai kae fakasoko a mea kona ki te galuega.

Kafai ko oti te sautalaga

Fakatoka ne fesili kola e manako koe ke tali ne tino fakasautala. E mafai o tali i te taimi e fai te sautalaga. Koe mafai o fai, "E isi ne aku fesili kae pela ko oti katoa ne faipatigina ne koe."

- Fakamaoni ia koe e fiafia kae loto finafinau ki te galuega.
- Sala aka me nia nisi siteu mai tua o te fesili gutu.
- Masaua o kave se imeli fakafetai ki te kau fai te faka fesili gutu.
- Taumafai a te kau fakasautala e isi ia latou a igoa mo fesokotakiga likiliki o au tino molimau.

Ko uiga masani kola e tāua i te sautalaga

E tai uke tulaga kesekese o fesili gutu, tela e tai kesekese loa iei a fesili.

- **E se ko uiga fai:** fakama'fa ki ou uiga totino, fakamoemoega, fakamalosiga mo au lipoti i ou atamai mo uiga 'lei mo ou vāivāiga.
- **Uiga fai:** e pefea koe o fakafesagai ki mea ne tupu i te koga galue.

Fesili i loto i te fesili gutu kola se aofia ei uiga fai

Malosi

Nea ou uiga malosi (strength)?

Faipati ki ou uiga malosi kola e fetau tonu ki te galuega tenei kae, manafai e mafai, fakasoko ne koe ki te galuega tenei e taumafai koe ki ei.

Vaivaiga

Nea au vāivāiga?

Te fesili tenei e uiga ki tou iloa totino (self-awareness) mo tou loto malie o 'fuli kae tauloto. Faipati e uiga ki mea ne tauloto ne koe mo mea e uiga mo koe mo fakamafulifuliga ne fai ne koe.

Ko auala e tali ne koe te fesili tenei:

- "I taimi mua..."
- "Te mea ko malamalama au..."
- "Ne tauloto au i te mea tena..."

Loto taumafai

I te lima tausaga ko teka atu, nea loa a mea tāua ne fakataunu ne koe? Ne mafai pefea ne koe o maua katoa mea konei?

Palaniga

Nea a faifaiga o palaniga ne maua ne koe me aoga?

Kafai e isi se taimi tāua ke fakaoti se mea, io me se polotieki o fakaoti, e palani ne koe pefea au galuega o taumafai ke iku manuia?

E fai pefea tau palaniga kae/io me tausiga ki taimi?

Fakamoemoega

Sea tau fakatau me nea au mea e fai i te 5 tausaga?

Ke mautinoa ia koe i au tali e taua katoa ki te galuega tenei e tusi fakatagi koe i ei mo te fakapotopotoga tenei ka tusi fakatagi koe ki ei.

Fesili e mafai koe o sili ma oti te fesili gutu

- Sea te vaega o fakatomuaga, fakamatalaga io me ko polokalame akoakōga ka fai ne au mafai ko kamata au o galue?
- Koi e lipoti au ki ei i te tulaga tenei?
- Nea tofotofoga lasi e fakafesagai mo au i te galuega tenei?
- A te kamupane e fesoasoani ki akoakōga tumau?
- E isi ne avanoaga ke tai uke a tiute kae fakalasi foki a atamai i te kamupane tenei?

Uiga fai i te fesili gutu - te faifaiga o te STAR

Te tali ki se tulaga fakapitoa, galuega, faifaiga mo te ikuga o te tulaga (STAR) se aofaga e fakaaogā o tali atu ki fesili ki uiga o te tino.

Uiga fai io me ko fesili ki tulaga kola ke mafaufau koe ki au faifaiga i aso mua ki se tulaga tai 'pau. Tino faka galue faka aoga a poto fou o iloilo a iloa mo uiga fakaasi o tino kola ne tusi fakatagi ki te galuega. Se fakatusaga:

"Fai mai se taimi ne fai se faitioga o se tino 'togi ona e se fiafia ki ana meakai. Nea faifaiga ne fai ke faka'lei ne koe te fakalavelave? Sea te ikuga ki ei?"

S

Fakanofonofoga (Situation)

Tuku atu te ulaga o au fakanofonofoga

E isi se tino 'togi ne fai ana faitioga me i ana meakai ko tō paku kae tō leva foki te tunuga. A latou foki e tai ita, me ko talimuli latou o fakafetaui ki se tino

T

Galuega (Task)

Fakamatala te galuega ne manakogina ke fakaoti ne koe

Ona ko au te manetia ia aku te tiute o faipati ki te tino 'togi tena kae taumafai foki o faka'lei te fakalavelave mo latou.

A

Faifaiga (Action)

Fakamatala likiliki a faiga fakapitoa ne fai ne koe ke fakataunu te galuega

Te sitepu muamua ke fakalogologo kia latou kae sili fesili o tai e fakatino ei te fakamainga fakalei te mafaufauga kae ke mautino e seai se mea e galo. Oti i ei fakatoese au kia latou kae fesili me koi lava te taimi ke toe fai se meakai fou ma latou io me manako fua ke toe fakafoki atu olotou tupe.

R

Ikuga (Result)

Fakamatala likiliki te ikuga o au faifaiga

"Ko tona uiga..."

"Ko te ikuga..."

"Ko te mea..."

"Te aogā ne..."

"Tatou e isi se mea e maua ona..."

"Te mea lei se..."

Te ikuga ko oko loa i te fiafia o te tino 'togi ona ko matou ne fakalogo kae amanaia te fakalavelave ne tupu.

Ne toe puke te olotou tupe kae ko au ne toe faipati mo te tino galue ne pānaki tonu mo te fakalavelave. I muna te tino e galue koutou mo ia ka toe foki mai ki te falekai kae ne foki mai loa.

Uiga fai i te fesili gutu mo fesili e faka aoga iei te STAR



Fakaaogā a tali ki se tulaga fakapitoa, galuega, faifaiga mo te ikuga o te tulaga (STAR format), taumafai o tali a fesili konei ke fesoasoani o fakatoka koe ki tau sautalaga.

- Fakamatala se tulaga ne fakaaogā ne koe au faifaiga o fesokotakiga faka'lei ki te tino tela e fakafesagai mo koe.
- Tuku mai se fakatusaga i se taimi e isi se fakalavelave o fesokotaki mo se tino galue. Ne pānaki pefea mo koe te tulaga tena? Sea te ikuga ki ei?
- Nea vaega o liptoi ne tusi ne koe io me ne fautuaga ne fai ne koe? Ne pefea o fakamautinoa ne koe me i mea konei ne fakatoka i te taimi tonu kae sao?
- Fakamatala likiliki se tulaga i se taimi koe ne manavase. Ne pānaki pefea mo koe te tulaga tena?
- Fakamatala mai e uiga i se tulaga tela ne fakafeagai mo koe se taua.
- Fakamatala mai se taimi ne mafai ne koe o fakamafuli fakavave se tulaga.
- Tuku mai se fakatusaga me ne pefea o fai a galuega 'lei mo tino 'togi.
- Fakamatala likiliki se taimi ne tali masei atu se tino 'togi. Ne fakatoka ne koe pefea? Sea te ikuga ki ei?
- Fakamatala mai se taimi ne fakatoka tou taimi ke fakataunu au galuega. Ne fai ne koe pefea tena?
- Tuku mai se fakatusaga me ne faka'lei ne koe pefea a fakalavelave.
- Fakamatala mai se taimi e uiga ki se faigamea tela ne tofotofa ne ia koe. Ne pefea o fakafesagai koe ki te tofotofoga? Sea te aula ne fakaaogā ne koe e kese mai nisi tino?
- Tuku mai se fakatusaga i se taimi koe ne aofia i se potukau o tino galue i se polotieki/galue fakatasi.



Asi atu: E mafai pefea ke iku manuia se sautalaga i se galuega i te initaneti

careers.govt.nz/articles/how-to-have-a-successful-remote-job-interview

Mai tua o te fesili gutu

Malo, ko oti tau fesili gutu! Konei nai mea ke fai ne koe mai tua.

- Ke toe iloilo ne koe me ne fano pefea te fesili gutu. Kofea vaega ne lei kii loa koe iei? Nea mea ne tau o lei atu iei koe?
- Tusi ki lalo fesili kola ne tali ne koe – e isi aka ne fesili e tau koe o faka akoako mai mua e tali?
- Kafai te taimi mo faiga o aofaga ko teka kae seki logo atu aka koe mai ia latou, sokotaki ki te tino faka galue. Kafai se maua ne koe te galuega, sili mo ne faitioga ke fesoasoani kia koe sua salaga tau galuega.

Ka maua ne koe te galuega

Kafai te tali sao loa pela ao manafai ko fai atu me maua ne koe te galuega. E ui ei, e tau mo koe o lava taimi ke fai tau filifiliga io me toe sokotaki koe ki te togi mo fakanofonofoga. Toe mafaufau me ko te galuega e tau mo koe.

Sili ki te tino faka galue e uiga:

- tou togi
- te po masina tela e manako ke kamata ei koe
- te po masina e manako latou ke fai tau filifiliga kiei
- mata e isi ne fakanofonofoga me isi se pulusimani e vau o asi io me ko se taimi fakatautau.

Faitau te maliega o te fakagaluega fakalei, sili ki se tino e talitonu koe kiei ke asi ne ia.

E mafai o maua ne fautuaga e uiga mo maliega o faka galuegaga mai:

- Faka galuegaga New Zealand:
employment.govt.nz/starting-employment/employment-agreements
0800 209 020
- Citizens Advice Bureau:
cab.org.nz/find-a-cab
0800 367 222

E taua atu ke asi ne koe o toe akai ki se togi maluga atu, se malologa io me se faka akoakoga mai mua e talia te galuega. Mo nisi fakamatalaga e uiga mo te toe fesokotakiga, onono **careers.govt.nz/job-hunting/got-a-job-offer/job-offers-and-employment-agreements**

Kafai se maua ne koe te galuega

E mafai o tai faigata te fakafoki. Kafai koe e sala ki se galuega, e isi ne mea e lalo i tau fakatau kae nisi se mafai ne koe o fakatau kiei. E se mafai ne koe o fakatau ki se aofaga a te tino faka galue, io me ko oi nisi ne tusi fakatagi ki te galuega. Kae e lavea ne koe e manako koe o fuli se mea i se auala tela ne fano ei koe ki te fesili gutu.

Toe mafaufau ki tua i te fesili gutu kae toe fakatau tau:

- fakatokaga
- tala i tou kaufakatasi mo tino fesili gutu
- tali ki fesili
- fakatoka fakalei koe ki tou kave tou fuaitino.

Amanaia nea mea ne lei kii koe iei. Onono ki vaega kola seki lei ei koe galue ki ei me e fakalei ne koe pefea. Toe iloilo mea konei mo tau sua fesili guaut, kae asi ki fautuaga mai te fesili gutu mo galuega i te itulau 41-47.

Manuia ki tau sua fesili gutu!

Faitega o tau palani fakagalua

Nei, tuku fakatasi katoa loa kae faite se palani mo se salaga o se galuega. Fakaasi a nisi mea fakapitoa fakatasi mo faifaiga kola e mafai o fai.

Sea?

Pefea?

Mafea?

Galuega i se taimi toetoe

Sala ki fesoasoani mo fautuaga mafai e manakogina ne koe.

- Fesokotaki ki kāiga mo taugasoa ki se fesoasoani.
- Mafaufau ki tupe fesoasoani mafai e manakogina.
- Mafaufau faka'lei ki au filifiliga.

Po o te masina:

Faite se CV tela e fetau tonu mo te galuega (targeted CV) pena foki mo se fakamatalaga toetoe.

- Faka aoga fakamatalaga mai te tusigalue kae **careers.govt.nz** faite a se CV mo se akauni it e LinkedIn.
- Tau o isi ne faitioga mai te menetia io me ko te menetia mai mua atu, se tino fakatuu tino galue io me ko te case menetia o koe.

Po o te masina:

Faka aoga sokoga.

- Ke fakaasi kae kau atu ki fakapotopotoga tāua o tino poto pena foki mo potukau i Fetauiga (Meetup).
- Fesokotaki ki sui kola e fesoasoani ki tino sala galuega i tou fakai.

Po o te masina:

Sala se galuega e toetoe tena feagaiga ke togi au pili.

- Fakaaogā a fesokotakiga.
- Taumafai ki galuega kola e fakasalalau i te initaneti.

Po o te masina:

Asi ki au akauni i neti.

- Sala tou igoa i fakamatalaga o te initaneti.
- Fai tau akauni i fesokotakiga mo fakamatalaga i te initaneti (Facebook mo te Instagram) ke se iloa ne nisi tino (private).

Po o te masina:

Sala ki avanoaga.

- Mafaufau ke toe akoga i se vaega o galuega fou.
- Sukesuke a kōsi (course) i tau matagaluega o pisinisi ke toe akoga o faopopo tou atamai kae toe fakasoko tau pepa ke tai maluga.
- Asiasi me fetau 'lei (eligibility) koe o akoga kae Se Togi (Fees Free) pena foki mo Akoga kola e fetau tonu (Targeted Training) fakatasi mo te Tupe Fesoasoani ki te tino koi Fakaakoakō (Apprenticeship Fund).
- Faka aoga a galuega io me volentia ke mafai o maua sou iloa, fakalauefa sokoga kae fai ne ou tusaga.

Po o te masina:

Galuega i se taimi se loko loa

Tumau loa taumafaiga ki galuega.

- Toe fakafou tau CV tela e fetau tonu.
- Faka aoga ou sokoga totino io me i te galuega mo tou akauni i te LinkedIn.
- Tusi fakatagi mo galuega i luga i te neti.

Po o te masina:

Galuega i se taimi loa

Sala galuega tumau.

- Toe fai akoakoga io me ko akoakoga i luga i te galuega.
- Asi **sorted.org.nz** mo palani fautua i mea tau sene.
- Fakatumau a sokoga

Po o te masina:

Toe foki ki te galuega kae fakaoti tau palani faka galue

Sea?

Pefea?

Mafea?

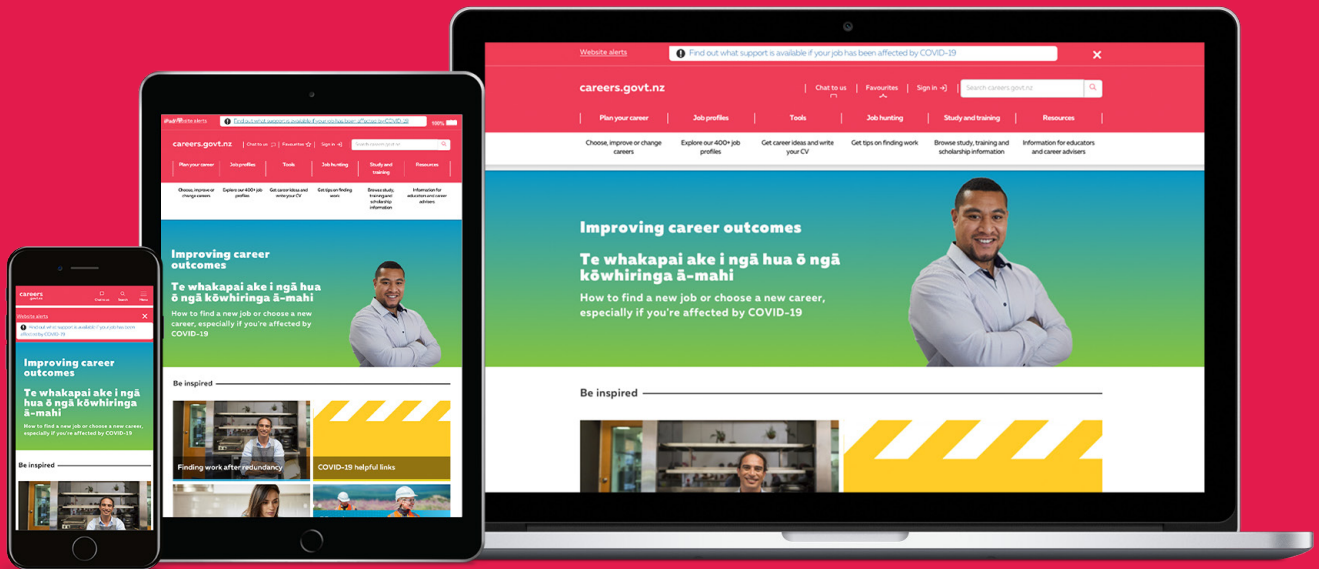
Galuega i se taimi toetoe

Galuega i se taimi se loko loa

Galuega i se taimi loa

Nisi fakamatalaga

Fano ki te motou uepisite careers.govt.nz



Auala e fakagalue

Onono ki galuega fou kae faka aoga te vaega sala se galuega

Fakamatalaga mo fautuaga

Akoako o taumafai ki nisi galuega kae fakafou tau CV

Fakamatalaga likiliki

Sukesuke ke iloa a kōsi e avanoa ke toe akoga kae tai faka'lei aka tou atamai io me toe akoga



Fakamālō, nei ko oti i te koe te Salaga Galuega Tusigalue!

Fakamalosi o fakafou kae puke mau i ou lima me ka galue ne koe a te palani fakagalue. Ke Manuia te salaga o tau galuega!

He waka eke noa

Tatou tasi katoa i konei

Tuvaluan

Tōfiga o Akoakōga Maluga (Tertiary Education Commission) © 2022. Te koga lomi tusi tenei e laisene i lalo i te Creative Commons Attribution 3.0 Niusila laisene. I te tonuga, e saoloto koe o fai sau kopi, fakalaua kae ke fai te galuega, kae e tau ke iloa me i te galuega e isi se sokoga ki te Tertiary Education Commission kae e tautali ki nisi tulaga o laisene. O onono i te kopi o te laisene, fano creativecommons.org/licenses/by/3.0/nz/. Fakamolemole ke iloa me i te Tertiary Education Commission logo io me ko te Malo Niusila fakailoga e faka aoga i sose auala ko taia i lalo o te tulafono i Fuka, Fakailoga, mo Names Protection Act 1981 io me taia i lalo tulafono i te faka aoga kae tupu i Niusila. Pogai ne mafua ei te Tertiary Education Commission e tau o tusi ki lalo kae se ko ia i te tou fakafoki o te Tertiary Education Commission fakailoga io me ko te fakailoga o te Malo Niusila.

ISBN 978-1-99-117158-0 (Lomi)
ISBN 978-1-99-117159-7 (I ug ate neti)

Te napa o te mea nei. TEC0178TUV



**Tertiary Education
Commission**
Te Amorangi Mātauranga Matua

Connected  **Employment,
Education
& Training**
.govt.nz

careers.govt.nz

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government