



Tuhi Galue Mo Na Tino Hakili Gāluega

LOMIGA LUA

Fautuaga ma ni gāoioiga ke toe
maua ai hau gāluega



Talofa ni ma fakamālō atu te Tuhi Galue Mo Na Tino E Hakili Gāluega.

Ko te he iei o hau galuega, pe hui pe ko te toe foki atu ki loto ona galuega e mafai ko ono afaina ma fita ai to mafaufau. Kohe auala foki e maua ai ho avanoa lelei.

Ko ki mātou ei kinei ke fehoahoani atu, fakatahi ai ma ni fautuaga ma ni fakatinoga talafeagai ke fehoahoani atu kina hitepu ke taukave e koe mo te taunukuga o au fakamoemoega.

E i loto ai nā hikili e fofou kiei nā pule fakagalue tino, ma tuku atu ni fakamatalaga fou ki te tuhiga o he CV, tau tuhi apalai mo ni gāluega ma nā fakafehili.

E maua tauanoa

Ko kitatou e fai hao fakatahi

Whakamihi – Amanakiga

E faka amanakia lahi lele te fautuaga ma te lagolago o te Ofiha mo Hitiheni Tagata Matutua, Britta Offergeld o te Workbridge ma kilatou e tutokatahi i te fakatinoga o na galuega vena ma na faufautua o te TEC na kilatou tuku mai na fautuaga i te lomiga muamua o te Tuhi mo Koulua e Hakili Galuega.

Ngā mihi nunui ki a koutou.

Ko te Komihī o Akoakoga Maualuga Te Amorangi Matauranga Mātua

E tuku atu e ki mātou na fehoahoaniga ma na fakamatalaga ke lagolago ai ki tagata uma lele ke fai e kilatou ni tonu lelei mo to latou lumanaki galue vena ma te fakaauauga o na akoakoga.

E fakafano te matou taimi ke lagolago na akoakoga maualuga vena ma na auala taki kina galuega o te lumanaki ke fakamautinoa ai ko tagata Niu Hila uma e lava te iloa ma na hikili ke manuia ai ite lumanaki.

Fakahologa o na Matakupu

Ko au Peleni ka hohoko	4	Filifili ma fakatino	28
Matau lelei	5	Fakatomuaga	29
Tauhi to ola malolo	6	Fakafetaui o hikili ki nā gāluega e fakahalalau	30
Lihohi Ola Malolo	7	E apalai vēhea	32
Tapenaga mo te hakiliga o hau galuega	8	Fakamatalaga mo koe e maua i te neti	33
Ke kē iloagia koe	10	Na vaega tāua o te CV	34
Fakatomuaga	11	Hiaki tau CV	35
Ko ai koe?	11	Tuhi pe toe hiaki he CV	36
Ko nā hikili ma nā mafai e 10 e pito hili te manakomia e nā pule fakagalue tino	12	Tau tuhi e kave fakatahi ma te apalai	38
Na Hikili iloga	14	Na auala e hakili ai na tino fakagalue	40
Fakatakitakiga o na fakailoga o au taumafaiga	16	Ko na itukaiga fakafehili e fai	41
Aku matata fakapitoa	17	Hauniuniga mo na fakafehili	42
Hakililiga o ni āvanoa	18	Te taimi o nā fakafehili	44
Fakatomuaga	19	Ni fehili fakatatau ki nā uiga-e hē-kitea	45
E hakili vefea na gāluega	20	Fakafehili ki na uiga-fakaali – ko he metotia e igoa kote STAR	46
Ke lelei tau hokotaga	21	Fehili fakatatau ki nā uiga fakaali e fakaaogā ai te STAR	47
E fai vēhea na hokotaga	22	Kafai kua iku te vakiliga	48
Tapena ki na vakiliga mo he gāluega fakahalalau	23	Faufauga o tau peleni galue	49
Fakamatalaga mo na vakiliga āgai ki te gāluega	24	Mo ni iētahi fakamatalaga	51
Fakamatalaga mo nā vakiliga ke atili maina koe kiei	25		
Kikilaga ke toe fakaopoopo ni hikili pe ko te toe fai o ni koleniga	26		

Ko au Peleni ka hohoko

Ko te hakili galuega e he faigofie. Ko au gāoioiga e fehoahoani kē lagona ai e koe e kē mafaia, ma fakaititia tō lagona fitā.

E tolu ia vaega e ono tatau ke mafaufau lelei koe ki iei mo te tautukuga o to lumanaki galue..

1

Ke kē iloagia koe

Hakilikili na fakamuamuaga fakataua, intelehi, hikili ma na manakoga. Fakaaoga te taimi nei ke toe onono fakalelei. Ko na tulaga na pa koe kiei, ma pe hea foki la te ka fofou koe ke fakatino? Hove e fia hakili hau gāluega e ve ko tau gāluega muamua, pe hui kihe matata fōu, pe toe kolēni ma fakalelei atili nā hikili ke maua ai he gāluega fou. Fakavahega o hikili ma te mafai o koe e āogā ai mo nā gāluega e fakahalalau ite maketi galuega ite taimi nei.

2

Hakilikiliga o ni āvanoa

Hukehuke pe ni gāluega vēfea te manakomia ite taimi nei ma o hikili e talafeagai mo na gāluega. Mafaufau pe toe kolēni pe fano āoga mo hē gāluega fōu. Hakili pe fai vēhea nā fehokotakiga. Hokotaga ma nā pule fakagālue tino ma kilatou i au hokotaga mo na galuega fakapitoa.

3

Filifili ma fakatino

Fai hau tonu ki tau hini ma na hitepu ka fakatino e koe. Fakalelei atili tau CV ma tuku atu ki te neti. Toe fakalelei ma teuteu na fakamatalaga kia te koe i te neti ma te LinkedIn - fakamautinoa e talafeagai. Apalai ki ni gāluega pe ni akoakoga. Fakalelei atili o hikili mo na fakafehili ma fakatakitaki te taliga o na fehili.

Matau lelei

Ko he avanoa tenei ke mafaufau ai koe mo to olaga, ma fai hau tonu mo te lumanaki.

Ko hea te taua mo koe? Ko ni a te fakataua e koe ke fakatino?

E vefea hau onoonoga mo te lumanaki? E vefea au fuafuaga mo te tauhaga fou pe ko te lima tauhaga ki mua?

E iei he vaega kua mataloa te fia fakatino e koe?

E iei ni lave?

E maua ni avanoa?

Mafaufau

- na tauhaga o koe
- te levolo o na hikili e nofo ma koe
- te tulaga o tau sene – e nafatia nei e koe ke he galue, pe tatau ke hakili hau galuega mo te taimi nei?
- tulaga o au gālua ma to iloa mahani
- te tulaga o to iloa ki te tuhiga o na CVs ma te apalai ki ni galuega
- kua lava tapenapena koe ke apalai ki na galuega
- kilatou e lagolago kia te koe.



Toe hakilikili atili ni fakamatalaga e filifili ai tau galuega mo te lumanaki:

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

Tauhi to ola malolo

Taukikila fakalelei to ola malolo.

E taua te kikila lelei o to ola malolo i te taimi e hakili galuega ai koe.

Ni vaega ke manatua e koe:

- E fautuagia te taumafa ki na meakai ola malolo.
- Fai na koleniga e fiafia koe kiei.
- Ke lava tau moe.
- Ke iei hau polakalame i na aho takitahi, kae fai malie.
- Fai ma hokotaga ki na uo ma kaiga – vena ma kilatou e fehoahoani ma lagolago malohi kia te koe.
- Fai ni faiga ke lagona ai to fiafia ona ai ko au taumafaiga.
- Mafaufau pe kave hau vahega pe fakatahi atu kihe fakalapopotoga e ono fiafia koe kiei.
- Na he lahi to taimi e fakafano ki te neti i talanoaga a tagata.
- Matau na fakamatalaga e fai e koe – kikila kina itu e lelei.

E he faigofie, kae e iei lava te avanoa manaia e maua e koe. He avanoa ke toe onoono lelei ai, ma mafaufau pe ko hea te fofou koe kiei e manuia ai lava koe.

Kafai koe ka fakavaivai pe lagona te fita, e lahi lele na lihoi e avanoa mo koe.

Hakili fehoahoani kāfai e manakomia e koe

E he faigofie kae e taumafai pea koe i te hakiliga o hau galuega. Talanoa ki nā kāiga ma nā uō pe hakili fautuaga mai nā fakalāpotopotoga iēnei.

Fakavahega lelei au fakatupega

Kafai e fofou koe kiei, kikila ki he lagolago e maua mai ite Work and Income workandincome.govt.nz | 0800 559 009. Hiaki na fautuaga tau tupe mo kilatou kua fakamalolo sorted.org.nz or MoneyTalks, 0800 345 123.

Lihohi Ola Malolo

Ko na koga āogā ite neti ma na numela telefoni

- Mental Health Foundation of NZ: mentalhealth.org.nz | 0800 543 354
- Fanoanoa lahi & Popole: depression.org.nz | 0800 111 757
- Anxiety NZ Trust: anxiety.org.nz | 0800 269 4389
- All Right?: allright.org.nz
- Youthline: youthline.co.nz | 0800 376 633

Polakalame mo te ola malolo ma na e-therapy

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

Fakamatalaga mo te ola malolo mai te Mataeke o te Ola Malolo

- Healthy eating: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/healthy-eating
- Physical activity: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/physical-activity
- Sleeping: health.govt.nz/your-health/healthy-living/food-activity-and-sleep/sleeping



E fia talanoa koe?

1737 he tautuaga e he totoi mo tagata Niu Hila e iei ni vaega e fakapopolegia ai te mafaufau pe fia talanoa ai kihe tino. Vili pe tuhi fua 24/7.

Tapenaga mo te hakiliga o hau galuega

E manuia au hakilikiligā gāluega kāfai e i ei hau peleni ke faitaki ai ni fakatinoga kehekehe.

Matata fakapitoa

E fakamatala vefea pe ko ai au?

- Ko te uiga o tau matāta fakapitoa tēnei, e fakailoa atu ai ki nā pule gāluega ō hikili, nā poto-māhani, ma nā mea e kē māfaia oi fai.
- Ke iloa ma mālamalama koe ki te aogā o nā hikili pe ko nā poto iēnei i tē hakilikiliga o ni gāluega i te taimi tēnei.
- Mafaufau pe vefea ona fakailoa lelei o lagona i na itu uma – tau CV, LinkedIn ma koe lava. Fakamautinoa e katoatoa ma tutuha na fakamatalaga.



Hakiliga o na avanoa

Ni avanoa vefea te maua?

- Hiaki nā nuhipepa, nā kupega e fakahalalau ai nā gāluega, te kupega tēnei careers.govt.nz pe ko ni gāluega vēhea te lahi fakahalalau.
- Hakilikili ni iētahi gāluega e fia fai e koe ma ni āvanoa e ākoāko ai ni hikili fōu.
- Hukehuke ma hakilikili na āvanoa faigāluega e fetau ma nā gāluega nā galue ai koe vena ma te poto-iloa māhani.
- Hakilikili ki nā tino e māhani ma nā fakalāpotopotoga e hokotaga koe ki ei.
- Talanoa ki na tahi tino i na avanoa ma na itukaiga galuega kehekehe e mafai ke maua e koe.



Hokotaga i te neti

E fakaaoaga lelei e au te avanoa tenei?

- Haini ki loto o nā kupega hakili gāluega i te neti.
- Fai hō faila i te kupega hokotaga e takua ko te LinkedIn.
- Fai hō CV ke fetau ki nā gāluega e apalai koe ki ei, i te neti.
- Fakatumu fakalelei na tuhi apalai i luga o te neti.



Tapenapenaga

E vefea kotu ata e fakaali ki tagata?

- E mafai koe ke tau ki he pule fakagalue tino i te taimi lava tena, ke mautinoa la e lelei tau fakafeagai.
- Lava tapena fakalelei ke matau ai koe i na avanoa e maua. Koe lava ke mataola.
- Talanoa ma tautala manino i te taimi e fai ai te vakiliga.



Hakiliga o he gāluega

Fakafeiloaki atu ia Aleki Vaina



Tau matātā fakapitoa

- Poto māhani i te pule fakahoa o he falekaiga i he 16 tauhaga.
- Hikili fakapitoa ki nā mea tau pulepulega, taukikilaga o nā koloa, tunuga o nā meakai, tapenapena, fakatau koloa, teugā tupe, faiga o nā tupe, kikilaga o nā koloa, kikilaga o te holoholo lelei o nā gāluega, fakafehāgaki mā tagata, fuafuaga, taukikilaga o nā koloa fekavefaki.
- Talafeagai nā hikili ke fehoahoani ke fēke ma fakamākeke nā tino, pulepulega, fehoahoani ki nā mea e popole ai te mafau, fakavāhegaga o ni fakafitāuli, peleni fakapitoa ke fakataunuku ai nā gāluega, lelei te kikila ki nā fakamātalaga.

Hakilikiliga o ni āvanoa

- Kua talanoa ki na uo e galue i na galuega fakapitoa mo te tali malo ma na manakoga o na hikili e manakomia.
- Kua hiaki na manakoga o na avanoa fakahalalau – e maua nei e koe na hikili?
- Fakafetaui nā kupu tāua e fakahalalau i nā gāluega ki nā hikili – e hē popole kāfai e hē 100% fetau nā hikili.
- Lehitala ki he kamupani hakili tino faigāluega, fano ki nā fakatalanoaga ma nā fetufaākiga āgai ki nā mea tau hakiligā gāluega.
- Kua kāmata hakili ki ni āvano i nā kupega a te Seek, Trade Me ma te careers.govt.nz.

Hokotaga i te neti

- Na fano hiaki pe i ei ia i te kupega a te Google ma fai ni hūiga tatau ki au faila i te neti.
- Kua hui tau CV ma tau tuhi e kave fakatahi ma tau apalai ke fakafetaui ma na itukaiga galuega kehekehe.
- E ia iloa oi fakatumu he tuhi apalai ma fōki ki ana uō ke hiaki.
- E ia iloa oi fai he tuhi apalai ke lafo ite imeli.
- Kua hiaki na fakamatalaga o kilatou i te LinkedIn; ma iloa fakaaoga te LinkedIn.
- Kua i ei ana faila i te neti ke hakili gāluega ai kua i luga o nā kupega a nā gāluega tau falekaiga vēnā ma te faila i te kupega a te LinkedIn.

Tapena ma hauni lelei

- Hakilikili pe iei ni fehoahoaniga mai te matāeke o Gāluega ma Tupe ki ni lākei ke fano ai koe ki nā vakiliga hakili gāluega.
- E i ei na lākei māma mo nā vakiliga hakili gāluega.
- E iloa fakamaupoo ma tapenapena ke maina ai ki na vakiliga.
- E mālamalama i nā itūkāigā fehili e fai ite vakiliga – nā faitau ki nā fakamātalaga i te kupega a te careers.govt.nz.
- Faitau nā tuhituhiga e uiga ki na vakiliga ma na fehili ite kupega a te careers.govt.nz.
- Fakamākeke ma lafo na tuhi apalai – na he lafo takitahi.
- Ko e hē loto vaivai kāfai e hē maua te gāluega pe kāfai e hē logo maia – taumafai pea.

1

Ke kē iloagia koe



Fakatomuaga

Ko te vāega tēnei e mafai ai e koe ke hukehuke pe ko ai koe pe ko ni ā foki te mafai e koe tautua ai ki ni pulegāluega pe ni fale faigāluega.

E mālamalama ai koe ki ō talitonuga taua, hikili ma nā fakamānuiaga e ke maua e tāua ai koe ite fale faigaluega.

Ko ai koe?

Fakaaoga te taimi nei ke fehili pe kohea na talitonuga e fakataua ma fakamuamua e koe. E vefea hau onoonoga mo te lumanaki?

Iloa o hikili ma o tauhinioga. Ko na hikili e maua māi i au galuega ma to olaga galue, ma na matata fakapitoa e nofo ma koe.

Kāfai e hui tau gāluega, e tāua lele ke mālamalama koe i ō hikili kae ke mafai ai ke fakaaogā i he gāluega fōu.

Na hikili e hakili e tagata fakagalue tino:

1. **hikili fakapitoa** – hikili fakapitoa ki he gāluega vēia ko te teine fomai, fāuga o nā polokalame mahini pe ko na laihene mo na taavale laku uta
2. **hikili aoga ke fakafaigaluega ai koe** – e kehekehe te aoga o na hikili ma na galuega, ei loto ai te iloa fofa fakafitauli, takitaki pe tautua ki tagata lauaitete.



Fano kite careers.govt.nz

Ko nā hikili ma nā mafai e 10 e pito hili te manakomia e nā pule fakagalue tino

Kikila ki nā fakamatalaga i lalo oi hiaki ki ei ō hikili fakapitoa mā ō uiga.

E mafai ke fakaaoga e koe ni fakatakitakiga kua maua e koe. Talanoa ki nā kāiga ma nā uō ke fehoahoani atu ke mātau o hikili ma nā uiga lelei.

Fakatakitakiga pe nā fakaaogā anafea e au te hikili tēnei

1. Tulaga e fefaiaki ai te galuega

- E fakamoemoegia
- E fai tō tiute ke mātau tau tautua ma te fakatinoga o au gāluega
- Fakamākeke ke lelei te fakatinoga o nā gāluega
- Fakatinoga o he galuega e hili te lelei

2. Hikili i te gagana tautala

- E mōnino na fakamatalaga ma fakaāloalo ki nā tino i hō he kogāmea pe ko he aganuku kehe foki
- Fakahoa manatu lelei ma talia ni manatu e kavatu
- Auai ki nā talanoaga ma fai manatu lelei
- Fakamatala nā manatu

3. Mālohi ma loto fiafia

- Fakaali ni uiga fia faigāluega mō te fakalāpotopotoga ma ana tautuaga
- Mālamalama ki nā matāeke
- Fakatino ko koe e fofou ke tuku atu te 100% ki te gāluega

4. Iloa faka tē māfaufau ke hukehuke ma fakafehili auiliili

- Fakaputu ma hukehuke nā fakamatalaga mai ni vāega valevale
- Mātau nā faiga ma te fakahologa o nā mea ke mālamalama ai i te katoaga o nā mea e tutupu
- Ke mafai ke mālamalama ki ni manatu mō te tūlaga o te lelei ma nā aitia e tutupu mai i ni lāgona

5. Fōfō fakafitauli

- Fakaaogā nā mea e fetau mā talafeagai ke fakataunuku ai ni fakaikuga
- Hukehuke manino ni mea mōni ma fai ni fehili e talafeagai ke fōfō ai he fakafitāuli
- Fai ni fakaikuga e talafeagai mai i nā fakamatalaga e maua

6. Gālulue fakatahi

- Talatalanoa mā peleni fakatahi ke fakauma nā gāluega faka kulupu
- Gālulue mō he fakaikuga ke fehoahoani mai ki ei nā tahi tino faigāluega
- Fakahoa te iloa ma nā mea e mafai ke fai, ma nā tahi tino

7. Hikili o te va fealoaki

- E mafai ke galue ma ie tahi tino e kehe a latou aganuku ma na talitonuga
- Āmanakia e kehekehe nā lagona ma manatu o tagata ma fai ni tali e fakaaloalo ma talafeagai
- Mālamalama nā uiga e hē faka lēoa i ho hē mea
- Ke mafai ke fofōgia fakalelei ni fakafitaul

8. Hikili tuhituhi

- Hako te hipelaga o nā kupu, teuteuga o te gagana ma te kalama
- Ke mafai ke hiaki ma fakahako au tuhituhiga
- Talafeagai te leo ma te tukuātuga o te itūkāiga tuhituhiga, e fua lava ki nā tino e fakatatau ki ei te fakau pe ko nā fakamatalaga

9. Fakatinoga o au gāluega

- Ke iloa oi fakatino tau gāluega ma fehili kāfai e manakomia he fehoahoani
- Fakamakeke hakilikili ni āvanoa ke hāga ākoāko ai pea
- Fakalototele ke tali ki nā lukitau
- Kikila lelei ke pāleni lelei te olaga tautua ma te olaga kāiga

10. Fakaaogā te māfafau ma galue malohi

- Fai ni mea lelei vāia ke fehoahoani ki iētahi tino e hē ni mea tau ki tau gāluega, e aofia ai ni gāluega e he tuhi i loto o nā fakamātalaga o nā tiute o koe i tau gāluega
- Fakaaogā te māfafau – fai ni faiga kae heki fakatonua, kae e fakataunuku ai ni fakamoemoega
- Ke mau aitia – fakaaogā nā itūkāiga taleni atiake ke fai ai ni tonu
- Kāmata nā hūiga ma fakaopopo nā uiga lelei e opotia ai ni manatu fōu

Fakatakitakiga pe nā fakaaogā anafea e au te hikili tēnei

Na Hikili iloga

Ko te tuhiga o tau tuhi ke fakamatea ai o hikili e taua ke iloa ai pe ko fea ma na tulaga na fakaaoga ai e koe. E mafai ai ke kitea e ie tahi na hikili e nofo ma koe, te fakaaogaga e koe ma na taumafaiga na pa koe kiei.

Ko he fakailoga o au hikili he vaega taua o tau CV.

Na hikili iloga e tatau ke:

- e talafeagai ki te galuega e apalai koe kiei
- e fakavae i luga o na galuega kua fai ma na fakatinoga
- fakamatala te ikuga o au gāoioiga
- ke iei ni fakamaoniga e ia te koe na hikili ke fakatino ai te galuega.

Ko he fakamatalaga i na hikili taua ia te koe e taua ke matau ai koe mai ie tahi tino.

Ko te fakailoga o na hikili o koe e tatau ke manino lelei ma ei loto ai na fakaikuga o na fakatinoga na fai e koe. Fakaaoga te gagana ma na kupu talafeagai, ma na veape ke matea ai to galue.

Ke fakamatea te fakatauaga o au hikili mo te avanoa e apalai koe kiei, fakatakitaki na vaega ienei:

1. Filifili te hikili e fia maua e te fakagalue tino i te galuega kua fakahalalau.
2. Mafaufau mo ni fakatakitakiga i te taimi nae fakaaoga ai na hikili iena.
3. Tuhituhi hau fakamatalaga i na hikili taua ia te koe e talafeagai ki te avanoa fakahalalau ma ko koe ko te tino e pito hili te fetau mo te avanoa tena.

Fakatakitakiga o na Hikili e iloga

1

Na hikili manakomia i na galuega e fakahalalau

E fakaali lagona, e matau ma maina ki na fakamatalaga, ma e mafai ke hokotaga ke manino lelei kilatou e hokotaga ia kiei.

2

Fakatakitakiga

Mafaufau ma ke iei ni fakatakitakiga pe vefea ona fakaaoga e koe na hikili.

- Kua galue ihe galuega e fakafeagai ai ma tagata, iloa oi fakaaoga te telefoni ma ni fehili kihe tino e talanoa atu, fakamainaga o na vaega tau tuhi tupe. Ko ie tahi tino e he lelei te faitau ma ko ietahi e he lava te iloa i te gagana Peletania.
- Matau lelei na fehili.
- Teu te va ma na tino fakatau – ke tau atu ai kia te koe.
- Ko tau hokotaga ke fuafua ke fetau ma tagata kehekehe. Ke manino te tautali i te gagana Peletania.

3


Na Hikili iloga

E mafai ke fakamatala lelei ki ho he tino, e manino ma lelei te hokotaga i te gagana Peletania. E mafai ke ai ke fai tonu lelei kilatou e fakatau, ma fiafia ki na tautuaga.

1

Na Hikili

Fakailoa te hikili e fiafia koe fakaaoga ma ko he malohiaga tena i tau hokotaga.



2

Fakatakitakiga

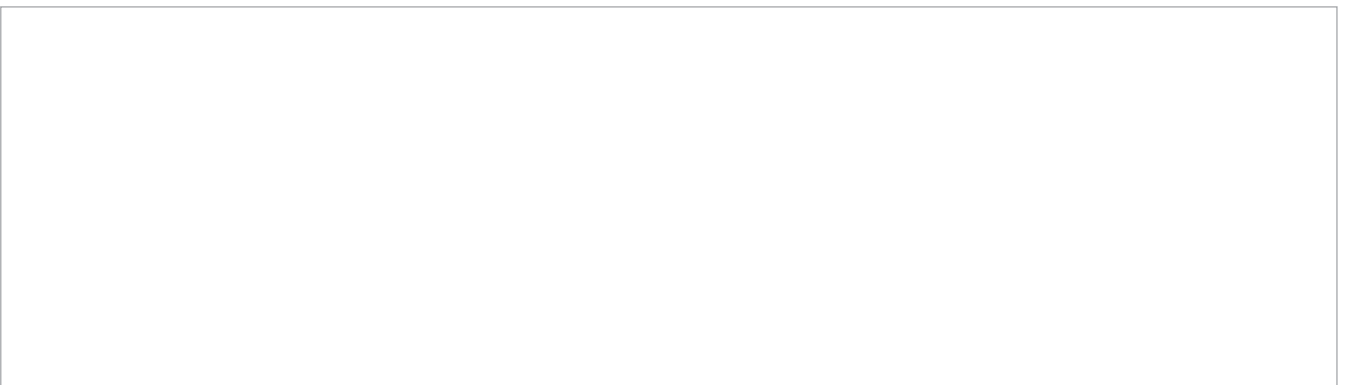
Mafaufau mo ni fakatakitakiga i te taimi nae fakaaoga ai na hikili iena.



3

Na Hikili iloga

Tuhi tau fakailoga ke fakamatala ai te fakaaogaga o te hikili ma tona aoga.



Fakatakitakiga o na fakailoga o au taumafaiga

Ko nā tuhi pāhi ma nā fakamanūiaga e iloa ai e nā pule gāluega o hikili ma tō fakamāoni ki nā gāluega.

E tatau ke:

- fakapatino
- fetau ki te gāluega e apalai koe ki ei
- mulinei.

E he manakomia ke katoatoa lahi na taumafaiga.

Fai ni mau ke fakamautinoa ai nā tutupu mōni te fakatakitakiga.

Fakatakitakiga:

- amanakia ki te maualauga o na tautuaga
- e maea lelei na galuega i ho he taimi
- maua te 98% o na tino e fiafia ki au tautuaga ite tauhaga katoa o te 2020.

Ko he ā te togi nā maua aiheā foki te tāua ai? Ko he ā te mafuāga mōni o te fakamanuiaga? Fakailoa na fakatinoga e talafeagai ma na hikili taua uma lele ei ia te koe.

Tauhinioga

Aiheāte tāua ai mafāfia ai koe ite tauhinioga tenei?

Ko ni hikili vēhea tō koe nā fakaaogā?

Aku matata fakapitoa

Ko aku matata fakapitoa e taua ke matau ai au e ni pule fakagalue tino.

Ko nā mea iēnei e aofia ai:

1. Ko nā hikili ō koe, tauhinioga, mā au taleni. Ko ni ā nā mea e faigofie lele ke fai e koe, ft. tautala i mua o ni tino e tokalahi, fai nā mea āoga, fakalogo lelei ma talanoa ki nā tino?
2. Na manakoga o te fakalapopotoga/galuega e hakili e fetau ma koe – na hikili fakapitoa, talitonuga taua i te galue, te mafai ke galulue fakatahi.
3. E vēhea oi fai hō hao – ko ni ā nā mea e filigā koe ki ei ke fai? Ko ni ā ni mea lelei e tāutua ai koe kui atu i te gālua e fofou koe ki ei pe ko te fakalāpotopotoga? Ko ni a nā mea e fehoahoani ke fēke ma fakamākeke atu ki a te koe?



Fakatakitakiga: Na vaega e taulia ai ia Aleki

1 Nia na vaega e lelei ai kita?

- Talanoa ma fakalogo lelei ki nā tino
- E totoka kāfai e pihi ma nā tūlaga fakapopolegia
- Lelei te fakafānōga o te taimi
- Fakaleleiga o ni fakafitāuli

2 Ni manakoga vefea te hakili e te fakalapopotoga/galuega?

- E lelei te hokotaga vena ma na hikili ite tautua mo tagata
- E iloa mātau nā fakafitāuli e ōno tutupu ma fofō fakavave i ni faiga e talafeagai
- Poto māhani i te kikilāga o he falekaiga
- Lelei te gālua fakatahi ma nā tahi tino

3 E fehoahoani vefea au i te fakaleleiga atili?

- Tauivi ke lelei nā gālua mā nā meakai kae ke fiafia ai nā tino
- Lelei te fēke ma fakamākeke ki te kaufaigālua i te umukuka ke fakavave te faiga o te gālua
- E māfai ke fofō na fakafitauli e lahi i he taimi pukupuku
- E mafai ke galue fiafia, fakatahi ma ie tahi tino

I te vaega i lalo fakamatala na vaega e fakataulia ai koe

1 Ko ni ā nā mea e lelei ai au?

2 Kohea te kikila kiei te fakalapopotoga/fauhaga koloa fakapitoa?

3 E vefea ona fakaleleiga atili e au?

2

Hakilikiliga o ni āvanoa



Fakatomuaga

Ko te vāega o te tuhi ka hohoko e kikila ki nā:

- auala ke hakili ai ni gāluega
- fehokotāga ma tūfehilihili ke maua he āvanoa ke hokotaga ai mā ni pule gāluega
- māfaufau ma hukehuke ki ni tahi gāluega ke fai
- koleniga, kōhi ma toe āko ni hikili fōu.

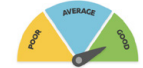

Fakatakitakiga o ni āvanoa gāluega Fehoahoani tauhi tauale (Health Care Assistant) e maua i te kupega a te careers.govt.nz

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 hakili vefea na gāluega

Hakili he gāluega:

- i nā āvanoa gāluega e fakahalalau ma nā kupega e hakili ai ni tino faigāluega
- i nā kupega a nā matāeke a te mālō, taupulega ma nā matātā kehekehe
- i nā kupega e talanoa ai nā tino
- i loto i nā tuhi lipoti a nā matāeke ma nā matātā kehekehe
- i nā hokotaga ma nā kamupani hakili tino faigāluega
- kui i nā uō ma nā kāiga
- i nā koga fakapitoa e fakahalalau ai nā gāluega.

Na gāluega e hē iloa ite maketi faigaluega

Na he fakagata oioti au hakilikiliga ki nā kupega fakahalalau gāluega pe ko nā kamupani hakili tino faigāluega. Ko te 70% o nā tino faigāluega ko ni tino nā maua kui i nā hokotaga ma nā tino māhani ki ei nā pule gāluega.

30% ona gāluega fakahālalau

Ko ni auala vēhea te fiafia ki ei nā tino hakili gāluega ke hakili ai ni gāluega

- Lafo tauānoa te CV ki nā fale faigāluega
- Apalai ki ni āvanoa e fakahalalau i te neti, kupega talanoa pe ko nā nuhipepa
- Fakafehokotakiga ma nā kamupani hakili tino faigāluega

70% onā māketi hakili gāluega e hē iloa

Nā auala e hili atu te fofou nā pule gāluega ke hakili ai ni tino faigāluega

- Kui i nā hokotaga ma nā tino e mahani ki ei i te gāluega ma nā tino māhani lava
- Kui i te kau faigāluega
- E hiaki nā faila o nā tino i luga o te neti



Hakili pe ko ni ā nā gāluega e manakomia:

careers.govt.nz/jobs-database

Ke lelei tau hokotaga

Ko na hokotaga e taua lahi lele aua e fau ai te liko mo kilatou e fofou ke atiake ma fakalelei atili na galuega ma na tautuaga. Ko te 70% o na avanoa e he iloa e taua ai la ke keiloa na hokotaga.

Ko na hokotaga ko ni fehoahoaniga lahi iena mo ie tahi tino, eg:

- e fakailoa ai au hokotaga ma ie tahi tino
- e fai mea fakatahi ma fakailoa na tuhituhiga ma ni fakamatalaga
- te fakaavanoa o to taimi.

Mafaufau ki na tino e mafai ke hokotaga koe kiei ma tuhi ki lalo o latou igoa.

Nā tino e māhani lelei koe ki ei

Nā tino nae faigāluega fakatahi muamua, nā pule gāluega muamua, ni tino nae ākoga fakatahi, kāiga, uō, nā uō a nā uō.

Fehili pe mafai ke fai nā fakailoaga ma nā fehokotakiga

Ko na tino e he mahani lelei koe kiei pe na feiloaki ihe taimi fakavave

Fakatakitakiga: faiākoga, ni tino valakaulia e lauga, tamaiti e ākoga fakatahi, nā tino nā fetau i nā mafutaga i te komiuniti.

Fakaehokotaki i te polokalame initaneti LinkedIn i te taimi lava kāfai e uma ai te fetau

Ko nā tino e hē koe iloa

Ko nā tino e faigāluega i nā gāluega, i te matāgāluega e fofou lahi koe ki ei.

Mulimuli ka nā tala e fai i nā talanoaga e fai i te neti, tūfehili ma peleni ni talanoaga ke hakili mālamalama ki nā gāluega

Fau au hokotaga ke lauaitale

Ko nā tino e mafai ke fehoahoani koe ki ei

Taumafai oi fano faigāluega fehoahoani e hē totōgia, pe faigāluega afa-tāimi ke fakatokalahi ai nā tino e māhani koe ki ei.

E fai vēhea na hokotaga

Ko nā hokotaga e fehoahoani atu ke i ei mafai ai koe ke fehokotaki ma nā gāluega iēia e hē fakahalalaua lautele.

E lahi lele nā auala ke fai ai nā fehokotaga.

- lea ki nā uo ma nā kāiga ko koe e hakili gāluega
- fano ki nā fakatahiga ma nā mafutaga a nā kaufaigāluega
- fakafehokotaki ma nā fakalāpotopotoga i luga o nā kupega talanoa
- haini ke kau koe i he fakalāpotopotoga a te matāeke e i ei koe
- fano ki nā koga fakapitoa e fakahalalau ai nā gāluega
- tavilivili ki nā fale faigāluega pe i ei ni gāluega
- valakaulia nā pule HR ke inu ti koulua
- fai hau vakiliga ma he pule gāluega ke maua ni fakamatalaga.

Tapena ke lelei katoatoa au pepa ke maketi ai koe

Ko te pepa maketi e fakahalalau pe ko he fakamatalaga hikihi, ko he auala vave ke fakailoa ai te iloa mahani ma nā gāluega e fofou koe ki ei.

Tau pepa ke maketi ai koe

Kāfai he tino e fehili, "Io, ko ni ā tā koe e fai?" e tali vēhea koe?

E tolu ia takiala ke māfaufau ai koe:

1. Ko tau tali e tatau ke pukupuku pe he maua he 30 hekone.
2. Ko ō hikili (ma ona aoga kite galuega ka fano koe kiei) e tatau ke manino.
3. E tatau ke iei he hini.

Aku-fakamatalaga e maketi ai au

Ko toku igoa ko:

Ko au ko he:

Kua kātoa te (tauhaga e faigāluega ai koe i he gāluega):

I te taimi tēnei ko au e hakili āvanoa fōu ke:

Ko au e mēlegā lele ke faigāluega pe tautua i nā itū tau:



Hiaki ifo te careers.govt.nz mō ni fautuaga āgai ki nā fehokotaga:

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

Tapena ki na vakiliga mo he gāluega fakahalalau

Ko nā fakefehili fakatalanoa ko he āvanoa ke faitala ai ki he pule gāluega āgai ki te fakalāpotopotoga pe ai te fofou ki lātou ke fakafaigāluega.

Ko he āvanoa tēnei ke kē iloa ai nā itūkāigā gāluega kehekehe e mafai e koe ke fai ma mālamalama foki ki nā hikili e manakomia. Na he fehili hako mote galuega – kae ko koe e fia keiloa te latou fakalapotopotoga ma na galuega e fakatino ai.

1. E vefea tau feiloakiga e fai ma te fakagalue tino

Hokotaga kie i te imeli pe ko te LinkedIn. Fakamatala pe ko ai koe ma te mafauaga e fia fetai ai koulua. E i ei nā tino e fofou ke talanoa atu i luga o te telefoni nailō te talanoa fakafehāgaki.

2. Kako heki kamata na talanoaga

Fai ni au hakilikiliga muamua āgai ki te kamupani pe ko te fakalāpotopotoga. Ako ke lahi ni vaega e kē iloa, kae ke fakaaogā fakalelei ai te taimi e talanoa ai koe ma nā tino. Fai ni fehili e fakapatino ki ni mea ke fehoahoani ke iloa ai e koe pe i ei ni āvanoa gāluega.

3. Kāfai koe e fano fakafetaui

- Haoni lelei o tēuga ki te talanoaga.
- Fai hau fakafetai mō te faka āvanoa o te taimi ke talanoa.
- Fai hau tamā tala āgai ki a te koe ma ni tala pukupuku ki ni gāluega nae fai gāluega ai koe muamua.
- Fehili pe fia hona taimi e fakaavanoa ke talanoa ai. Tauhihi ki te taimi tenā. Kāfai kua ova te taimi, fehili ki ei pe hē āfāina kāfai e fakaauau te talanoaga.
- Fehili pe lelei kāfai e fai ni fakamaumauga.
- Kāfai e uma, toe fakafetai ki ei mo te taimi nā faka āvanoa ke talanoa atu ai.

4. Kāfai e uma te talanoaga

- I te taimi lava e uma ai te talanoaga, tuhi ki lalo nā mea nae talanoa atu ai.
- Kāfai e uma te talanoaga, lafo hau tuhi fakafetai i te imeli pe ko te LinkedIn.
- Fakailoa ki iei kafai kua maua tau galuega pe kua hui kihe tahi matagaluega ona ai ko toulua fetauiga.



Matamata: Fakamatalaga vakili āgai ki ni gāluega: E manuia vēfea

youtu.be/CXZDTDBLKRE

Fakamatalaga mo na vakiliga āgai ki te gāluega

Ko nā vakiliga āgai ki ni gāluega, e fehoahoani ke hokotaga ai ma ni pule gāluega ma kikila ai pe fetau mo koe he matāta.

Tapena ki na vakiliga mo he gāluega fakahalalau:

Kia ora, ko toku igoa ko Aleki Vaina.

Ko au nae faitau ki to faila LinkedIn, te mālie o te faitau ki te lahi o tō poto māhani pe ko tō iloa i nā mea tau kikilaga o nā falekaiga. E i ei oku iloa nā maua mai i te 16 tauhaga nae pule gāluega ai au i ni falekaiga i Ueligitone.

Ko au e fia talanoa atu ki nā mea e kē iloa.

E māfai nei au ke talanoa atili atu āgai ki te mea tēnei? E mautinoa e au ko koe e pihi, kae kāfai e i ei he 20 minute e mafai ke faka āvanoa mai, e talia e au ma te fakafetai.

Fakafetai
Aleki

Fakamatalaga mo nā vakiliga ke atili maina koe kiei

Ko nā fehili iēnei e mafai ai nā tino ke talanoa mo te latou lumanaki galue ma na āvanoa.

Gāluega

- E mafai ke fakailoa mai na tahi fakamātalaga āgai ki te (kakai)?
.....
- Nā maua vēhea tau gāluega?
.....
- Ko ni tiute a to koe e fai i te lāhiga o nā taimi i te aho?
.....
- E i ei ni mea fakatatau ki tau gāluega e ōno fakatēkia ai nā tino?
.....
- Kāfai e mafai koe ke toe foki ki tua ma fai ni hūiga ki tau matātā e i ei, e fakamata e i ei ni huiga ma koe?
.....
- E vēhea te faila o he tino fātoa kāmata i he gāluega e tutuha a māua matātā?
.....

Fauhaga koloa fakapitoa

- Ko ni ā te tutupu i loto o te fauhaga koloa a Niuahila? E ola pe kua fano ki lalo?
.....
- Ko ni ā nā hikili tāua e hakili e nā pule gāluega i te gāluega/fauhaga koloa fakapitoa?
.....
- E kē iloa pe tokalahi ni tino e hakili itukaiga gāluega vēnei?
.....
- E kē iloa pe iei ni iētahi tino e fia talanoa māi? E mafai nei ke fakafeiloaki atu au i te imeli?
.....

Atiakega mo au lava

- E i ei ni hikili fakapitoa pe ni gāluega e hē tokalahi ni tino e lātou fāia?
.....
- E i ei ni au fautuaga pe maua vēhea ni āvanoa ki nā gāluega iēnei?
.....
- Ko ni koleniga vēfea te āogā?
.....
- Ko ni ā nā poto māhani e manakomia e koe?
.....
- Ko ni fakalāpotopotoga vēhea e fautuagia e koe ke kau au ki ei?
.....

Fakaopoopo ni au fehili ki lalo:

Kikilaga ke toe fakaopoopo ni hikili pe ko te toe fai o ni koleniga

I te faiga o au hukehukega, e tatau nei ke toe faka lelei atili na hiki ia te koe? Kāfai e fakatupu o hikili pe toe koleni foki, e ōno lahi ai tō āvanoa ke maua ai he gāluega.

Ko te fakaleleiga atili o au hikili e fehoahoani ke atiake ai te galuega e iei koe ma to lumanaki galue.

Na auala ke fakalelei ai au hikili:

- akoakoga ma na fautuaga e tuku atu
- akoako fakatahi ma te taimi e galue ai koe, ma te galue ke matau te faiga o na galuega
- fakatupega-mo na akoakoga i te taimi e galue ai koe
- he tino fakapitoa ona hikili e fakaaoga kae iei lava tana galuega
- akoakoga i te neti ma ni fakailoga e maua e koe.

Kafai koe kua fia hui kihe tahi itukaiga galuega, ei na tatau ke tolotolo malie.

Na auala ke fakalelei au hikili:

- akoga fai mamao
- akoakoga i ni itula pukupuku
- akoakoga-i ni itula tumau.



Toe hakilikili na fakamatalaga mo he lagolago mo ni koleniga:

- Koleniga Fakapitoa ma na fakatupega mo Kilatou e Fakatakitaki:
careers.govt.nz/articles/retrain-for-free-with-ttaf
- Pili he totogia: careers.govt.nz/courses/funding-study-and-training/fees-free
- Akoakoga fakapitoa ma na koleniga:
careers.govt.nz/articles/choose-a-vocation-for-a-better-future



Fakalelei ō hikili

Ko Tom nae faigālua i nā matātā
fau mea



Na hākilikili e ia pe ni pepa pāhi
vēhea e manakomia e ia ke i ei ai ni
ona tahi hikili



Na faigālua fakatakitaki



Na iku ma fai eletihe



Koleniga ke fakalelei atili

Ko Maia e galue i na galuega tulihi



Na hikilikili e ia te itukaiga galuega
e talafeagai ma ana hikili ma na
talitonuga e taua ki te galue, ma
hukehuke na matakupu e akoako i te
aoga polytech



Na lehitala ki te koohi
faka teine fomai



Nā iku ma kavea ma teine
fomai ite nuku



Hakili nā kōhi ma nā filifiliga ke fai ai ni koleniga:

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

3

Filifili ma fakatino



Fakatomuaga

I te vāega tēnei e maua ai e koe:

- he takiala ke tali ai he gālua nā fakahalalau
- pe apalai vēhea ki nā gālua i luga o te neti
- fehoahoaniga ke mō te tuhiga o he CV ma he tuhi tālohaga
- taki ki te hakailiga o na tino ke fakagalue
- e vēhea ona tapena au ki na fakafehili
- nā hitepu e hohoko ke fai ai hau peleni fakagalue.

“Koe nahe fakavaivai, fakamākeke fēke ki mua. Ko koe e ōno fetaiaki ma ni poloka ma ni tulave i te auala. Kae tauivi pea, fakamākeke ma taumafai mālohi.”

David Letele (Brown Buttabean)
Tino fusu ma he Akoako kina
vaega tau te olaga

Fakafetaui o hikili ki nā gāluega e fakahalalau

Hakili he gāluega e fakahalalau e fofou koe ki ei ma mulimuli ki nā hitepu i lalo.

1

Faitau te fakahalalauga ma mātau na hikili ma nā uiga tāua e fofou ki ei te fale faigāluega

Fakatakitakiga:

- lelei lahi te tuhituhi ma te tautala
- lelei te fakafehāgaki mā nā hoa gālue
- iloa faka tē māfaufau ke hukehuke ma fōfō fakafitāuli
- fakahoahoa lelei te taimi
- e i ei te iloa pe ko te mafai fakapitoa
- mātuā lelei te iloa ki nā mea tau komipiuta
- te mafai ke faigāluega lelei ite taimi e fita ai
- loto fiafia ma fakaaogā te māfaufau
- manaia te fakafehāgai ma te tautua ki ho he tino.

2

E vērā ona fakatino ki he gāluega pe kote tino e hakili (kafai e iei)

E āofia ai ni tahi fakamātalaga pe ko ni ā te fofou ki ei te pule gāluega i te gāluega tēnei.

3

Fano ki te careers.govt.nz

Fakaaogā te poloka hakili ite neti ke hakili ai te gāluega. Ko te pepa o te galuega e lihi atu ai na hikili taua, tuhi paahi ma te levolo o te iloa mahani e manakomia ma fautuagia ki te galuega tenei. E fehoahoani ke iloa ai nā tahi hikili e manakomia.

E tatau ona lava ni au hukehukega i te taimi tēnei ki nā hikili, nā uiga ma nā poto māhāni e manakomia mō te āvanoa e fakahalalau.



Fautuaga: Koe nahe popole kāfai e hē kātoa ia te koe nā hikili ei te lihi

Apalai ki nā gāluega kāfai e iā te koe nā hikili e tāua e lihi i te āvanoa fakahālalau.

4**Hukehuke ki te fakalapopotoga**

- Hakili ni fakamatalaga āgai ki te fakalāpotopotoga pe ko te fale faigāluega pe ni tautūaga vēhea ta lātou, te kautu o nā gāluega ma ni vaega kē iloa atili ai nā tautūaga a ki lātou. E mafai e koe oi fai au hakilikiliga iēnei i luga o te lātou kupega ma talanoa ki nā tino e kē iloa.
- Fakamaumau ni kupu tāua ma ni fakamatalaga mai nā veaga iēnei. Manatua ma filifili pe ni fakamatalaga vēhea ta koe e fakaaogā i tau tuhi apalai ma to CV.

5**Lihī ō hikili ma nā poto māhani pe ni mea e ke iloa e fetau ki te gāluega tēnei**

- Tuhi kilalo nā hikili fakapitoa ma nā poto māhani e talafeagai ma fetau ki te avanoa fakahalalau. Lihī nā hikili ō koe e taua ke fakagalue ai koe.
- Māfaufau ki o talitonuga e galue ai koe ma o fakamoemoega pe talafeagai ma te fakalapopotoga.

6**Fakamāopopo ni fakamaoniga ma ni fakatakitakiga pe talafeagai vefea o hikili ma te iloa ki te gāluega**

Fai hau lihī fakatakitaki ki te fakaaogaga o na hikili o koe e manakomia e te galuega e fakahalalau. Lihī na tautuaga ma te mafai ke fakailoa ai pe na fakaoga vefea e koe na hikili kua takua.

Kua mafai e koe oi tuhi tau CV ma he tuhi apalai fakapitoa e talafeagai mo nā manakoga e hakili e te pule fakagalue tino.

**Fakamatalaga e hako:**

Ko nā pule gāluega e pihi

Ko te CV ma tau tuhi apalai e tatau ke manino lelei pe hokotaga vefea ma na manakoga e fofou kie te fakagalue tino.

Nahe fakaaogā te CV ma te tuhi apalai fokotahi ke apalai ai ki ni gāluega kehekehe. Fai ke fetau lelei tau tuhi apalai ki te gāluega e apalai koe ki ei, kae ke maua gōfie ai ho āvanoa ki nā fakafehili ma te pule gāluega.

E apalai vēhea

Apalai ki nā gāluega e fetau kiei o hikili ma o tuhi pāhi.

- Ke lava ma tapena te taimi e fai ai tau apalai.
- Fakamautinoa ko tau tuātuhi imeli e talafeagai.
- Mulimuli ki nā fakatonuga e tuku mai i te pepa apalai.
- Fōki ki he tahi tino ke hiaki to CV ma tau tuhi apalai ke mautinoa e mulimuli ki nā fakatonuga ite pepa.
- Tuhi te igoa o te āvanoa e apalai koe ki ei ki te laina ulutala o tau imeli.
- Fakamautinoa ko tō igoa ma tō numela telefoni e i loto o te imeli.
- Fakaliliu te CV ki he PDF oi lafo ai.
- Fakaaogā to igoa i te faila o tau CV oi lafo ai.

Ko he imeli e fakaaoga e fai ai tau apalai:

Ki: HR@anywhere.co.nz

Matakupu: Tuhi apalai a Aleki Vaina mo he takitaki galuega o te Wubsay Restaurant

Ki tau huhuga _____ (igoa o te tino)

Re: Wubsay Restaurant Manager position

Ko au e fofou ke apalai ki te galuega tenei. Toku iloa poto mahani nae taukikila ai e au na falekaiga i na tauhaga e 16 kua teka atu na maua mai ai foki oku hikili taua lahi ma te iloa i na taimi iena. I loto o te tuhi apalai ma te CV e pipiki atu, ei loto na vaega e lelei ai au ki te āvanoa pule-gāluega ite falekaiga Wubsay ma vefea ona aoga oku hikili ma te poto mahani ke tautua ai mo koe.

Fakamolemole oi kikila ifo ki toku CV e pipiki i lalo ma taku tuhi apalai ki te āvanoa gāluega nā fakahalalau i luga o Seek i te aho 20 Me 2021.

E fakalogologo ki he tautali mai.

Ma te ava lava
Aleki Vaina
Telefoni 033 333 333
alekiv@hmail.com



Fautuaga:

Fakatalohaga ma fai hau kopi mai te neti o nā fakamatalaga ki te gāluega (JD)

Taofi hau kopi ke mātau ai e koe nā āvanoa e apalai koe ki ei ma tapena ai ki he fakafehili.



Fautuaga:

Kāfai e hē i ei hau mahini komipiuta ma he neti

Fano ki te fale tuhi pe ko te fale apiapi mo tagata lauaitale ke fai ai ni au huhehukega ma lafo ai tau tuhi apalai.

Fakamatalaga mo koe e maua i te neti

Matau ko la ko na fakamatalaga o koe e fai ki te neti e tutuha ma te CV.

E mafai e koe oi fai he faila ki luga o he kupega fakapitoa mo nā matātā ma nā gāluega a he kamupani, te kupega a te Work and Income (Fehoahoaniga hakili gāluega ma ni tupe kāfai e hē faigāluega), pe fai ki hau kupega lava pe ko tau LinkedIn. Ko nā pule gāluega ma nā kamupani hakili tino faigāluega e kikila ki nā faila o nā tino ke hakili ma filifili ai ni a lātou tino faigāluega.

E tuha e ova atu i te 540 miliona ia tino e i ei o lātou faila i te LinkedIn – ko he polokalame hokotaga i te neti e fehokotaki ai ma ni tino e tokalahi ke fakaāliali ai nā mea e mafai e koe oi fai, ma faigōfie ai ke hokotaga ki ni fakalāpotopotoga ma nā pihinihi.

Ko te LinkedIn ko he polokalame e tali ve ia kohe CV ma he faila i te Facebook.

Fakaaogā tō faila i te neti ke galue mo koe:

- Fakamatea ma fakapito ki luga o hikili i tau faila.
- Lihi o te poto-māhani, au akoakoga ma ō hikili.
- Tuku ki ei na fakamatalaga ke fakafehokotaki atu ai ma tō tuātuhi.
- Fakaaogā hō ata lelei e hula ai to ulu kātoa mai o takuau.
- Fakaaogā ni kupu tāua āgai ki o hikili i te ulutala o tau faila.
- Hiaki fakalelei te hipelāga o nā kupu ma ni tahi kupu pahala.
- Fakaaogā he tuātuhi imeli lelei vēia ko maia.johnson@website.com.
- Fai ho igoa talafeagai ma na galuega.
- Fai ma hiaki tō faila pe tatau ke fakaopopo ki ei ni tahi mea pe ni hūiga.
- Fehokotaki ma nā tahi tino – talanoa kina tahi tino, pe valakau ni tino ke fiafia ki to faila.
- Mafaufau ki to igoa e fakaaoga ma na fakamatalaga ka tuhi e koe.



Toe hakilikili atili na fakamatalaga: E vēhea ke hula lahi koe i te LinkedIn

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

Na vaega tāua o te CV

Fai to CV ve he tala pukupuku e o koe, e amanaki ma mālie.

1

Kako heki kāmatā oi tuhituhi

- Māfaufau ki nā hikili ma nā poto-māhani e fetau ki nā fakamātalaga o te gāluega ma te fakahalalauga o te āvanoa. Koe inā puli i au mea pe ni gāluega e fai i tua mai o tau gāluega. Fai ni fakatakitakiga kāfai e āogā.
- Kikila ki nā fakatakitakiga o ni CV mo ni aitia ki te fakavāhegaga, nā kupu e fakaaogā ma ni faiga lelei ke kitea ai koe.

2

Kāfai ko koe ko te pule gāluega

E 10 hekone ke fakatōhina ai e koe he tino faigāluega ke fakaauau te faitauga o to CV. E hili atu te fia faitau o he tino ki to CV kāfai e fakamatea lelei nā mea e fofou pe manakomia e te pule gāluega. Fakapukupuku te CV ma tuhi oioti nā hikili ma nā poto-māhani e fetau ki te gāluega e apalai ki ei.

E tolu ia fehili tāua ke fakafehili ai koe ia koe lava:

1. Kāfai he tino e kikila fakavave ki toku CV, e māfaufau nei vēia “Ko te CV tēnei e manaia”?

Ko nā pule gāluega e fakavahega ma fakataigole te pae/fakaputuga CV ke piki ni tino e toka lua pe toka 3. Ko nā pule gāluega e fia kikila ki he CV e manino, fakavahega lelei nailō he CV e loa ma honafai.

2. Kāfai e faitau fakalelei e ki lātou tō CV, e inā māfaufau nei ve “Ko te tino tēnei e i ei ona hikili e manakomia e ki mātou”?

Ko nā tino faigāluega e hakili he tino e fetau ki na fakamatalaga o te gāluega. Teu fakalelei ma taketi tau CV ke fakamatea nā vaega e fetau ki te gāluega e apalai koe ki ei.

3. Kāfai e filifili e ki lātou nā CV ke fai ai he lihi pukupuku, e māfaufau nei ve “Ko te tino tēnei e aogā ke fetau ki ei”?

Ko nā pule gāluega e māfaufau pe ko ni a ni mea e māfai e koe ke fai mō ki lātou. Fakahino ki nā tino he lāgonā pe he itūkāigā tino vēhea koe ma nā mea lelei e māfai e koe ke fai.

3

Lea ki ni tino ke kikila ki to CV

E tāua lele ke lea koe ki he tahi tino ke hiaki to CV ke kikila pe talafeagai, pe fakavahega lelei ma e hē i ei ni kupu e hehē te hipelaga ma ni fakakupuga e hē fetau.

Filifiliga o ni tino laufali

Ko nā pule gāluega e māhani lava fehili atu ke taku ake ni laufali pe toka lua – ni tino ke talanoa ki ei ke hiaki o poto-māhani ma hakili fakamātalaga āgai ki a te koe pe fetau koe ki te lātou fakalāpotopotoga.

Filifili ni laufali e fakamoemoegia ma lelei te gālue, e mafai ke faitala āgai ki au gāluega ma tau gālue, ma faigofie ke fakafehokotaki. Fakamautino e fakailoa e koe ki ei muamua.



Hiaki a mātou fehoahoaniga ki te tūhiga o nā CV

careers.govt.nz/tools/cv-builder



Mo ni tahi fakamatalaga: Ko na itukauga CV e talafegai mo na galuega kehekehe

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

Hiaki tau CV

Fakaaoga te lihi ke fakamautinoa ko tau CV e matau e te pule fakagalue tino pe ko kilatou e hakili tino galue.

- To igoa ma na hokotaga e lihi fakalelei i te itulau pepa muamua
- Ko na mataituhi ke uliuli, vena ma te itukaiga mataituhi e faigofie ona faitau (itukaiga mataituhi numela 11 pe 12)
- E maua uma na fakamatalaga – fakaaoga na fakamatalaga o te galuega ma te fakahalalauga ma taki
- Ko na fakamatalaga tau kia te koe ma to lumanaki galue e aoga
- Na ulutala ke hako ma tutuha na mataituhi ma te lauefa
- Ko na hikili e hokotaga ki to iloa mahani ma na kupu taua mai te avanoa fakahalalau ke fakaaoga
- Fakaaoga na fakailoga puleti ma fakatulaga fakalelei
- Lihi muamua na tuhi paahi mualuga
- Lihi muamua na tuhi paahi mualuga
- Ko te fakahologa o na matakupu takitahi e he tatau ke fakaaouau ki na tahi itulau pepa
- Ke katoa uma na fakamatalaga (e he tatau ke iei ni igoa fakapukupuku pe ko ni mataituhi kua fakapukupuku)
- Ko te hipela ma te kalama e tatau ke hako
- Ko na ata, ata puke, puha o na kupu ma na laulau kua kave kehe
- Ke hiaki e katoatoa na fakamatalaga o na laufali
- Ei loto ai na vaega e fiafia ma fakafano ai to taimi
- Ko tau CV e he tatau ke ova atu i ni itulau pepa e lua pe tolu
- Fehili kihe tino e talitonu koe ki iei ke faitau e ia tau CV kae ke tuku atu mahe fautuaga



Fakamatalaga hako: Kohe hihitemi vefea te matau ai na tino apalai (ATS)?

Ka uma to apalai kihe galuega, ko tau CV e kui ma matau e te hihitemi (ATS). Ko te polakalame tenei e fakatulagagia e ia na CVs ma na tuhi apalai. Ko te pule fakagalue tino e filifili e ia ni kupu kautu ve ko te igoa o te galuega ma na hikili e manakomia, oi hakili ai e te ATS i loto na pepa.

E taua ai te tuhi e koe tau CV ma fakaaoga na hikili ma na kupu e lihi i na galuega fakahalalau.

Tuhi pe toe hiaki he CV

Fautuaga

Tuhi fakamanino to igoa ma nā fakamatalaga fakafehokotaki o koe ki luga ite laupepa muamua.

- Tuku nā numela itūlau ki te pito ki lalo.
- Fakamatea nā ulutala uma lele. Fakamatea nā mataituhi, te fuaēfa, te lanu, te vā, etc, ke fai ai venei.

Ko te kautū o te vāega tēnei ke fakatōhina mai ai te tino faitau. Kāfai e hē mafai, e hē toe fia faitau ki ei.

- Fakaaogā nā kupu iēia e fakaaogā ke fakamatala ai nā hikili i loto o te pepa e fakamatala ai te gāluega.

Ko te kautū o te vāega tēnei ke tuku atu ni mau ke fakamautinoa ai e iei o poto-māhāni ke fai ai te gāluega.

- Ko koe e fofou ko te pule gāluega ke māfaufau vēia "Ko te tino tēnei e ia mafaia oi fai te gāluega, ko au foki e fofou ke fai e ia".
- Fakafano to māfaufau ki nā tiute tāua. Fakamatea nā auala nae fehoahoani ai koe ki te fakalāpotopotoga ke lelei.
- Kāfai e loa atili nā fakamatalaga o au gāluega nae fai, tuhi oioti au gāluega mulimuli pe ko nā gāluega e fetai ki te gāluega e apalai koe ki ei.

He fakatakitakiga o he CV faigōfie ma ni tuhituhiga fakatakitaki

Aleki Vaina

1234 Chelsea Road, Lower Hutt 5010

Imeli: alekiv@gmail.com

Telefoni: 033 333 333

LinkedIn: linkedin.com/in/alekiv3333

Kohe tautali ma koe

Pule takitaki ohe falekaiga kua lahi te iloa mahani ma lelei na hokotaga ma na hikili tautua mo tagata. E tokaga ke fakalelei atili na tautuaga mo ho he tino. E matuai lelei lava te fofu fakafitauli. E naunau ma fakamalohia e ia te kau faigaluega ke galue fakavave ma lelei na tautuaga i na meakai maua. E maualuga na matauga. Ko he tino e kau malohi.

Na hikili taua ma te iloa mahani

Tautuaga ma na hikili fakapitoa

- Nae taukikila ma akoako te kau faigaluega i te umukuka mo ni tauhaga e hilia atu i te 16
- Nae peleni ma fakamaopoopo na manakoga uma mo te umukuka ma galue faka takitaki ma taukikila na fakataunaga, fakatupega ma te tapuniga o te koloa
- E hiaki ma fakalelei atili na tautuaga mo tagata ke mautino e lelei te tulaga ki te hiakiga o na meakai, vena ma na fautuaga e maua mai e kilatou e fakatau ma te kau faigaluega

Hikili Hokotaga

- E faufau na mahaniga ke mafai ai ke mafai ai ke hokotaga lelei ma te kau faigaluega vena ma kilatou e fai fakatau

E iloa fofu na fakafitauli ma fakaitiiti na fita ki te mafau

- E puke na fakafitauli kae iloa fofu fakavave ma tauhi ki te taimi, ma peleni ki na fakalavelave e tulaki mai kae e iloa oi nofo totoka

Hikili o te va fealoaki

- Kavea ma takiala kie tahi kaufaigaluega e vave te gaoioi, maea ma fakatino lelei na galuega ma te kaufaigaluega

Fakamatalaga ki nā gāluega nae fai

Pule o te falekaiga

Falekai LaFair, Ueligitone

2015 – 2021

- Taukikilagia te kaufaigāluega, koleniga ma te hakiliga o te kaufaigāluega e toka 20 mō te umukuka ma te potukai
- Fakataunuku te hiakiga o te tūlaga lelei ma te tūmamā o te falekaiga ma tali nā fehili pe ni mea e fofou ki ei nā tino e omamai kakai i te falekaiga
- Taukikila nā tupe, fakahoahoa ma ota nā mea e manakomia mo te falekaiga
- Hiiki ki luga pahene 25% i te tauhaga o te tupe maua
- Fakamaualalo te numela o te kaufaigāluega e fakauma ma te gāluega i he 30% mai te tauhaga 2017

Fakamatalaga ki nā gāluega (fakaāuau)

Pule o te falekaiga
Freepav Cafe

2005 – 2015

- Taukikila he kaufaigāluega e toka 8 i te umukuka ma te potukai
- Taukikila nā tupe, fakahoahoa te koloa ma te fakaaogāga o te mahini totagi pili i te potukai
- Kāmata ni koleniga ma te kaufaigāluega na fano ai ki luga te numela o nā tino kakai ki te 98% pahene i nā tauhaga 2006–2015
- Kāmata oi fakaaogā he faiga ke fakaleleia ai nā gāluega ma nā meakai nā kitea ai te lahi te hūiga lelei i te taimi e fakafano i he 25% pahene

Talaāga o nā akoakoga

Tipiloma i nā mea tau pulepulega o nā falekaiga ma nā fale talimālō
(NZ Diploma in Hospitality Management)
Service IQ, Wellington

2010

Nā mea e fiafia koe oi fai

- Fetuli
- Kilikiti

Laufāli

Ko nā igoa o nā laufāli e maua kāfai e fofou ki ei

Pe

Moana Gata

Tino e o ia te falekaiga
Cafe LaFair, Wellington
Telefoni: 044 444 4444
Imeli: mngata@hmail.com

Nish Ahuja

Tino e o ia te falekaiga
Freepav Cafe, Wellington
Telefoni: 055 555 5555
Imeli: nisha@hmail.com

Fautūaga

Ni auala ke fakavāhega ai te vāega tēnei e i loto ai:

- Igoa o te gāluega fakamātea te lanu, hohoko ai te igoa o te fakalāpotopotoga i lalo ifo ma nā tiute.
- Kāmata i te igoa o te gāluega mulimuli.

E fakaholo vēhea, ko he vāega a te tatau ke muamua – talaāga o nā gāluega pe ko nā akoakoga? Māfaufau pe ko ni mea a te nā tutupu mulimuli i nā vāega iēnei, ma fetau foki ki te gāluega e fofou koe ki ei.

Ko te vāega tēnei e tuha lava pe fakaaogā, kae e tuku atu ai te āvanoa ke talanoa ai koe ki nā mea e fiafia koe ki ei i tua mai o te gāluega.

- E mafai ke fakapoopo nā mea e fiafia koe ki ei, nā mea e fiafia koe fakafano ki ei tō taimi, tautūaga e hē totagia pe fehoahoani ki nā gāluega faka nuku pe he kogāfenua.
- Fakaaogā nā haini piliota (bullet points).

E tatau te pule gāluega ke fakailoa atu kāfai e fakafehokotaki e ki lātou nā laufāli. E māhani lava, e fakafehokotaki na laufali ka uma te fetau o koulua.

- Kāfai e hē tuhia ni laufāli ki tau CV, fakamautinoa e māfai ke foki e koe nā fakatamatalaga ki te pule gāluega kāfai e lea atu ki ei.
- Filifili fakalelei au laufāli. Taku ai ki ei te gāluega e apalai koe ki ei, kae ke haoni ai – ko ana tala e fai āgai ki a te koe e tatau ke talafeagai ma te gāluega.

Tau tuhi e kave fakatahi ma te apalai

Na vaega e tatau ke i loto

Fakamatalaga ke fakafehokotaki ai koe

Tuhi ki lalo i te fakahologa tēnei:

- to igoa kātoa
- to tuātuhi
- to tuātuhi imeli
- au numela telefoni
- to tuātuhi LinkedIn.

Aho

Tuhi te aho e lafo ai tau tuhi

Nā fakamatalaga fakafehokotaki o te gāluega

Tuhi ki lalo i te fakahologa tēnei:

- te igoa o te tino
- te igoa o tana gāluega
- te igoa o te fakalāpotopotoga ma te tuātuhi.

Tino e hokotaga kiei

Fakatālofa ki te tino i tona igoa lava kāfai e mafai. Fakafehokotaki te fakalāpotopotoga ma fehili ki ei. Kāfai e hē ke iloa te igoa oi tuhi ai "Dear hiring manager".

Te māfuaga o te tuhi

- Tuhi kātoa te igoa o te gāluega ma he numela fakapitoa o te gāluega kāfai e i ei, faka ulutala.
- Tuhi ko koe e apalai ki te gāluega tēnā pe ko fea foki te nā ke lagona pe nā kitea ai te āvanoa e fakahalalau.

Aihea te fia faigāluega ai koe i te gāluega tēnei pe ko te fakalāpotopotoga ma ni mea e kē iloa āgai ki te fakalāpotopotoga

- Koe ke naunau. Ko koe foki nae māfaufau lava ki te gāluega ma aiheā te fia faigāluega ai koe mō ki lātou.
- Fai ni au fakakupuga fakafiafia āgai ki te fakalāpotopotoga, ft, nā tala a nā tino e fai āgai ki ei, nā tautūaga lelei ma nā mea a lātou e fakatau.
- Mānatua, ko au tala e fakapatino ki nā mea e mafai e koe fai mō ki lātou, kae hē ko nā mea a ki lātou māfai ke fai mō koe.

Pepa fakatakitaki

Aleki Vaina
1234 Chelsea Road
Lower Hutt 5010
Imeli: alekiv@hmail.com
Telefoni: 033 333 333
LinkedIn: linkedin.com/in/alekiv3333

25 Me 2021

Jane Smith
HR Pule Fakahoa
Wubsay Franchises
PO Box 1234
Wellington 6011

Malo Jane

Re: Wubsay Restaurant Manager

Ko au e tuhi atu ke apalai ki te āvanoa o te Pule gāluega o te falekaiga i Wubsay, Ueligitone tēia nā fakahalalau i luga o Seek. Fakamolemole oi kikiila ifo ki taku CV e pipiki i lalo ke fehoahoani ki taku tuhi apalai.

Ko nā uigā e fakatāua e Wubsay fakatatau ki te fakamāoni, lelei te faiga o nā meakai ma te tautua ki nā tino, e manaia ia te au. He māhani lava e o oku e fai ni mea e hili atu mō nā tino e omamai ki te falekaiga, fakamautinoa ko nā meakai e lelei te faiga e taku kaufai gāluega vēnā ke tautua lelei ki nā tino.

E lahi lele toku iloa ma te poto-māhāni i nā taimi nae pule gāluega ai au i nā falekaiga Cafe LaFairi ma te Freepav, i Ueligitone. Ko aku gāluega uma iēnei, nae takitaki ai e au te kaufaigāluega o te umukuka ma te mea e kakai ai nā tino, ke manaia ma lelei katoatoa te fiafia o nā tino e kakai i te falekaiga.

Ko oku tiute foki e aofia ai te faiga o nā tupe maua, fakahoahoaga o te koloa, koleniga o te kaufaigāluega ma te faka faigāluegagā o ni tino fōu.

I te taimi nae faigāluega ai au i te falekaiga Café LaFairi, nā mafai e au oi hiki ki luga te tupe ola nā maua ki te 25% pahene ma faka taigole te numela o te kaufaigāluega e olo kehe ma te gāluega ite 30%.

Ko au e tauivi lele ke ākoākogia pea ma fai ni mea e tatau ke fakalelei atili, i nā taimi uma, ko au foki e i loto o te ahohi a falekaiga o Niuhihila ma te ahohi o nā pule gāluega falekaiga. Ko au e fiafia lele oi mātau pe ni a ni hūiga fou ma ni mea e tutupu i loto i nā atiakega tau falekaiga ma fano ki nā talanoaga e fai taki lua vaiaho.

Ko au e fiafia lele ki te āvanoa tēnei i Wubsay ma talitonu e i ei ni mea e āogā ma tautūa ai au ki te kaufaigāluega ma e faigofie lele ia te au ke fakamāhāni ma kau fakatahi ki nā faifaiga a te kaufaigāluega.

Fakafetai mō te āvanoa ke kikila ai koe ki taku tuhi apalai. E fakalogologo ki he tautali mai.

Fakafetai lahi
Aleki Vaina

Na vaega e tatau ke i loto

Ko ni ā ō hao ki te gāluega tēnei

- Fakamatea nā mea e fetau ai koe ki nā manakoga ma nā tiute o te gāluega.
- Lihi ki lalo o hikili tāua na āko i he āoga pe ni koleniga, ō poto-māhāni ma tō iloa e manakomia mō te gāluega.
- Fakailoa nā hikili, vēia ko nā uiga tāua pe ni taleni, ni fakamoemoega fakapitoa mō koe, ma na vaega e fiafia ai koe.

Fakauma

- Fakafetai kiei mō te āvanoa na kikila ai ki tau tuhi apalai.

Haini

- Tapena fakalelei ke mamalu kāfai ka fakauma tau tuhi, nahe faka mamalua lahia pe faka faifaiga. Tuhi tō igoa ma tō fakaiku ma fai tau haini ki luga ake o tō igoa, vaganā ai kāfai ko he tuhi taipa ma lafo kui te neti.

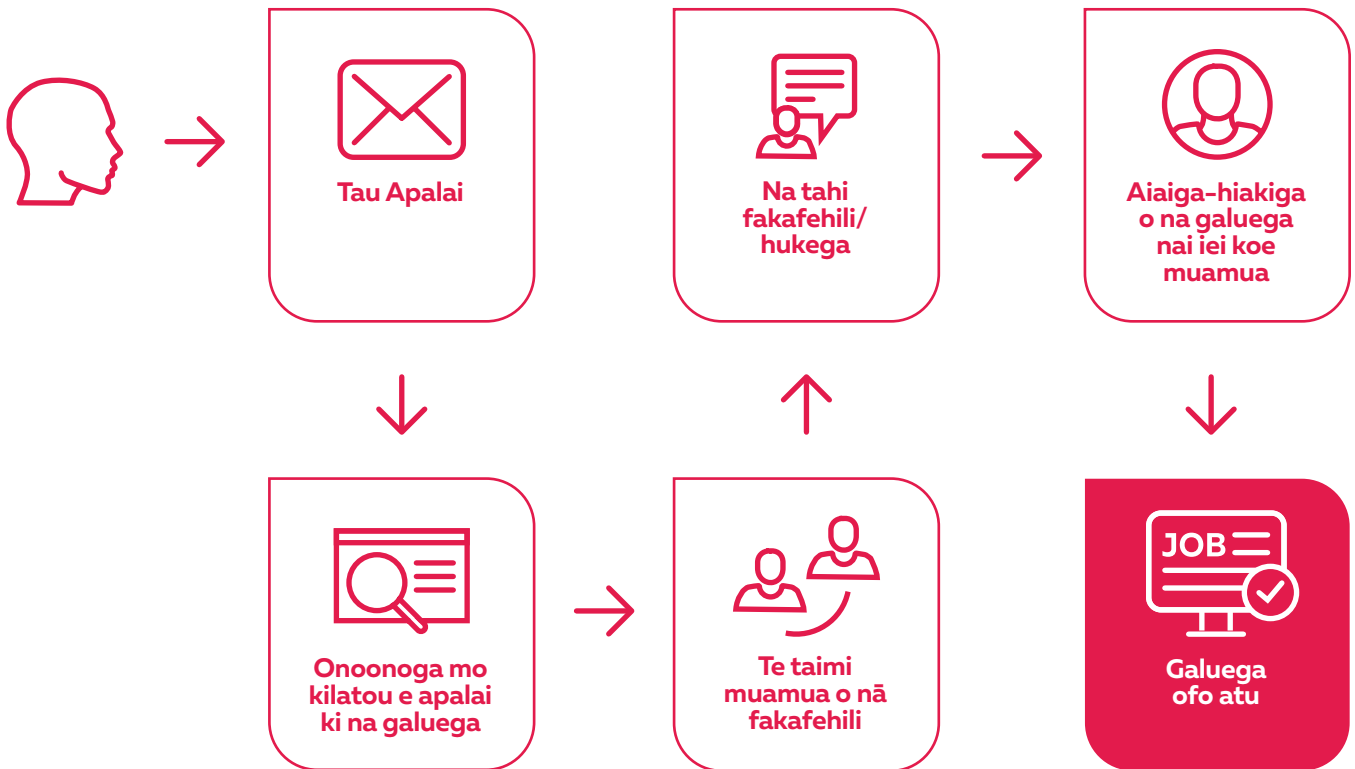


Hiaki ifo te mātou pepa fakatakitaki ke tuhi ai na CV ma na tuhi apalai:

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

Na auala e hakili ai na tino fakagalue

Ko ni auala mahani ki te hakiliga o he tino galue. Kae, ko na tahi taimi e tahuihui ma kehekehe te auala e kui ai.



Ko na itukaiga fakafehili e fai

Kāfai e maua he taimi ke fakafehili ai koe, ko tona uiga ko te pule gāluega e mafaufau ko koe e agavaka ke fai te gāluega. Ko nā fakafehili o he āvanoa mo koe ke fakaali ai ko koe e agavaka ke i loto o te kaufaigāluega a te pule-gāluega e fai atu nā fehili.



Ko nā fakafehili e fai fakafehāgaki

I te taimi e fai ai nā fehili fakafehāgaki, ko koe e kāmata mātau e te pule o te kaufaigāluega i te taimi lava e ia kitea ai koe.

- Ka fetau koe ma kilaua e fai na fakafehili kikila lelei ki ona mata, mata fiafia ma taku to igoa katoa.
- Mātau lelei ma fakaaoloalo – ko au tala e fai e tatau ke tutuha ma au fakatinoga.
- Fakamautinoa ko na kofu o koe e fai e talafeagai ki te galuega e apalai koe kiei.



Ko nā fakafehili e fai i na vitiō i luga o te neti (video)

Ko te vaega tāua e manatua ki nā vakiliga e fakaaogā ai nā puke ata, e tatau ke na he iei ni vaega e fakalavelave kia te koe ite taimi lava tena.

- Fakamautinoa ke fakatotoka ma tapena uma nā kope o te neti – ke kē iloa te polokalame e fakaaoga, ke mautinoa e lelei te hokotaga ki te neti ko te ma foki o tau mahini e lelei pe palaka foki.
- E taua ke lelei o lakei. Ko na lanu e he fetau ki na puke ata ko te lanu uliuli, paepae ma na lanu kehekehe – e talafeagai ai te lanu moana.
- Filifili he koga ma fakatotoka to mafaufau mai na vaega e tutupu i te potu.



Fakatakitakiga o ni fakafehili

E i ei nā fakalāpotopotoga pe ni fale faigāluega e manakomia koe ke fai he hukega fakatakitaki, vēia ko te numela pe ko te tuhituhi.

- Hakili ni hukega i luga o te neti ke fakatakitaki ai.
- Fakailoa vave ki te tino e faia te fakafehili kāfai e i ei ni ō hē malohi e faigātā ai ke pipiki koe ki te taimi o te hukega.
- Faitau fakalelei nā fakatonuga. Fakahoahoa au mea e fai i te taimi.
- Fehili kāfai koe e hē māmamalama i he mea.
- Hiaki au tali kāfai koe e uma.

Hauniuniga mo na fakafehili

E taua to tapenapena ki na fakafehili aua e lelei ai te matauga o koe ma to iviivinaki ki te galuega ke maua e koe.

Fakaaogā te lihi tēnei ke mautinoa ai ko koe kua tapena lelei.

1 Hukuhuke ni mea āgai ki te fakalāpotopotoga

Aiheā?

- E lotomalohi ai koe ke tali a latou fehili.
- Ke fakaali ai ki tekilaua e keiloa te latou manakoga mo te galuega.
- E fehoahoani ki ō māfaufauga pe fetau i nā nofonofoga ma nā faifaiga a te kamupani ma ō talitonuga.
- E fehoahoani ke māfaufau ai koe ki ni fehili e fia fai e koe.

Vēhea?

- Kikila ki te kupega a te fakalāpotopotoga kāfai e i ei.
- Fai he lihi o nā mea e fia ke iloa āgai ki te fakalāpotopotoga vēia ko ni fakamatalaga ki nā totogi.
- Māfaufau ki au hokotaga ma nā tahi tino, pe ni fakalāpotopotoga e kau ai koe. E kē iloa ni tino nae faka faigāluega ai?
- Kāfai e kē iloa he tino e faigāluega i he fale gāluega e tutuha ma te fakalāpotopotoga e apalai koe ki ei, talanoa ki ei ki a lātou gāluega.

2 Toe faitau fakalelei nā fakamatalaga o te gāluega, tō CV ma te tuhi apalai, fakatakitaki oi tali ni fehili ma hauniuni lava

Aiheā?

- Fakaaogā nā fakamatalaga o te gāluega e apalai koe ki ei ke māfaufau ai ki ni fehili e ōno fai atu.
- Mātau nā hikili e fofou koe ke fakamatea lahi i te taimi e fai ai nā vakiliga ma fakamanino au tali pe vēhea o nā aogā ō hikili ki te gāluega.
- E ōno iei ni fehili e fai atu kāfai e tali uma te vakiliga pe i ei ni au fehili.

Vēhea?

- Māfaufau ko koe ko te pule gāluega. E vēhea nei ni fehili e fai e koe? E iei na fehili mahani e to laulau atu ite tuhi galue tēnei ma te careers.govt.nz.
- Tuhi na tali ki nā fehili ke fehoahoani atu ke māfaufau ai koe ki ni fakatakitakiga lelei.
- Fakatakitaki tali leo lahi na fehili ma he tahi tino ke fehoahoani atu. Pe puke au tali oi fakalogo ai ki ei mulimuli. Hiaki ko au tali e manino ma lagona lelei, ma lelei to leo.
- Fai he lihi oni fehili e fia fehili ai koe āgai ki te gāluega pe ko te fakalāpotopotoga pe ko te fale faigāluega.

3 Hauni ni o tēuga ke fai pe ko koe foki e fano vēhea ki nā fakafehili

Aiheā?

- E hē manaia to tuai kite taimi muamua e fai ai te vakiliga.
- Kāfai koe e tāfakavave, e ōno fakaātu ai koe ma āfaina ai au tali i te taimi o te vakiliga.

Vēhea?

- Fai ni ō lākei lelei, mamā, auli ma talafeagai ki he tāimi āloakia e fai ai nā fakafehili.
- Hakili pe fai i fea nā fakafehili ma hiaki pe ko koe e fano vēhea ki ei.
- Kāfai koe e fano i he pāhi pe ko te train, hiaki muamua nā taimi e eva ai. Ke lava te taimi e āvanoa einā teki e ōno tuai.
- Kāfai e kē mafaia, fano taki te auala ke kē iloa ai te auala ki te mea e fai ai nā fakafehili pe fia foki te mataloa e fano ai koe.

4 Fakamautinoa ko koe e mālamalama i nā mea e fai i te taimi e fai ai nā fehili

Aiheā?

- Ko iētahi faiga ke filifili ai ni tino faigālua, e i ei nā hukega e fai, fai ni lāuga, fakatino ni talanoaga i he kupulu pe ni tahi mea lava.
- E tāua ke iloa e koe pe ko koe e vakili e he tino e fokotahi pe ko ni tino e tokafia.

Vēhea?

- Kāfai e heki foki ātua ni fakamatalaga fakatatau ki te faiga o nā vakiliga, fakafehokotaki te fale faigālua pe fehili ki te pule gālua pe ko ni a nā vaegae fai i te taimi o te vakiliga.
- Kāfai ko koe e fakafehiligia e ni tino e tokalahi, taumāfai ke i ēi hō hokotaga ma nā tino o te laulau. Fai au tali ki te tino nā fai atua te fehili, kae mātau nā tahi tino.

Te taimi o nā fakafehili



Fakamālō atu, e maua to āvanoa mō ni fakafehili! Ko ni fautūaga tāua e aogā ke manuia ai au taumafaiga.

- Fakalogo fakalelei ki nā fehili e fai atu, ma tali nā fehili i ni tali e fakaali ai nā mea e kē mafai o i fai.
- Ko he tulāfono tāua koe ke tautala i he taimi e hē i lalo ifo o he 30 hekone kae hē ova atu i he lua minute te tali e fokotahi. Fakapupuku au tali ma tali hako lava ki te matākupu.
- Fakavā ka ko hēki fāia hau tali kāfai koe e hē mālmalama. E mafai koe ke lea vē, “Oh, manuia te fehili – fakatali ke māfaufau tahi au ki te fehili tēnei.” Kāfai koe e hē malamalama i te fehili, e mafai koe ke lea ve, “E mafai nei e koe oi toe fakakupu te fehili?”
- E i ei te tulāfono e fakatatau ki nā fakafehili e taku ko te 40–60: ko te tino e faia nā fehili e tautala i te 40% pahene o te taimi, kae tautala koe i te 60% pahene o te taimi.

Ko nā fehili kāmata ma vēhea nā tali

E māhani lava oi i ei he fehili kamata vēia ko nā fehili i lalo

<ol style="list-style-type: none">1. Aiheā te nā pā mai ai koe ki kinei i te aho nei?2. Aiheā te na apalai ai koe ki te gāluega?3. Ko ni mea vēhea te mafai ai koe ke tautua?4. Ko ni ā ni mea e kē iloa e fetau ki te āvanoa tēnei?	<p>Ko te fehili tēnei ko he āvanoa ke fakaali ai to iloa, to malamalama ma tō iloa ki te gāluega.</p> <p>Ke i ei nā vēega iēnei i au tali:</p> <ul style="list-style-type: none">• tau mātau ki te gāluega• nā mea e kē kitea e tatau mō te gāluega• he mea e uiga ki a te koe ma nā mea e lelei ai koe• tala pukupuku fakatatau ki nā mea e tolu iēnei.
<ol style="list-style-type: none">5. Fai mai hau tala āgai ki a te koe.6. Ko ni ā ō fakamoemoega?	<ul style="list-style-type: none">• Māfaufau ki ni mea e fia iloa e te pule gāluega āgai ki a te koe ma ō fakamoemoega fakatatau ki te āvanoa. Talanoa āgai ki ni mea e lelei ai koe ma fakafetaui ki te gāluega.

Kāfai ka tali uma nā fakafehili

Hauniuni ni fehili e fofou koe ke tali atu e nā tino e faia nā fehili. Hovē nā maua nā tali i te taimi nae fai ai nā fehili. Oi mafai ai koe ke lea ve, “Nae i ei aku fehili, kae kua maua atu ite taimi na fai ai na fehili.”

- Fakamautinoa ko koe e fofou ma fiafia ki te gāluega.
- Fehili pe ko heā te hohoko kāfai e uma te vakiliga.
- Māfaufau oi lafo he imeli fakafetai ki nā tino nā faia nā fakafehili.
- Fakamautinoa e iloa e nā tino fai fehili nā igoa ma nā numela fakafehokotaki ō au laufali.

Ko nā itūkaigā fakafehili māhani

E kehekehe lava na itukaiga fakafehili, vena ma te faiga o na fehili.

- **Uiga-hē kitea:** e fakapatino ki au fai mea, fakamoemoega, nā mea e tauivi ki ei, nā mea kua iloa ai tō makeke ma o vaivaiga.
- **Uiga fakaali:** e kikila pe vefea o uiga ki ni vaega e mafai ke tutupu ite fale faigāluega.

Ni fehili fakatatau ki nā uiga-e hē-kitea

Malohiaga

Ko ni ā ni mea e mākeke ai koe?

Talanoa ki nā mea e atafia ai te mākeke ma fetau ki te gāluega e faigāluega ai koe nei, ma kāfai e mafai, fakafetaui ki te gāluega tēia e apalai koe ki ei.

Vaivaiga

Ko ni ā ō vaivaiga?

Ko te fehili tēnei e fakatatau ki tō iloa ki a te koe lava ma to loto malie ke hui ma ākoāko. Talanoa ki nā mea kua ke iloa ki a te koe lava ma nā hūiga kua ke faia.

Ni auala ke tali ai te fehili tēnei:

- "I te taimi kua teka..."
- "Kua ko hāfia nei..."
- "Kua iloa e au..."

Atiakega

I nā tauhaga e lima kua teka, ko ni ā ni vaega e pito hili ona tāua na fakataunuku e koe? Na manuia vefea na taumafaiga iena?

Peleniga

Ko ni faifaiga vēhea i nā peleniga e kitea e koe e aogā?

Kāfai e i ei ni mea tāua pe ni ātiakega e tatau ke fakauma i he taimi tuku pau, e peleni vēhea au gāoioiga ke fakamautinoa ai e taunuku?

E vēhea te faiga o tau peleni ma/pe fuafua te taimi?

Fakamoemoega

Ko he ā tau kikila ki a te koe i he 5 tauhaga i mua?

Fakamautino ko na fehili e talafeagai ki te galuega ma te fakalapopotoga kua apalai koe kiei.

Ko ni fehili e mafai ke fai e ko ka uma na fakafehili

- Ko ni fakafeiloakiga, polokalame kamata pe ko ni polokalame koleniga vēhea te fai e au kāfai au e kāmata i te gāluega?
- Ko ai te lipōti hako au ki ei i toku tūlaga?
- Ko he ā te lukitau fuaefa e ōno fetau ma au i te gāluega tēnei?
- E lagolago te fakalāpotopotoga kāfai e fia fakaaau ni akoakoga?
- E i ei ni āvānoa ke mafai ai ke i ei ni tahi tiute ma ni taimi i ni iētahi vāega o te kamupani ke fakalauaitele ai te iloa?

Fakafehili ki na uiga-fakaali – ko he metotia e igoa kote STAR

Ko te STAR ko he faiga fakapitoa e fakaaogā ke tali ai nā fehili fakatatau ki nā uiga fakaali

Ko nā fehili e fakatatau ki nā uiga pe ko ni mea nā tutupu, e fakapatino ki au gāoioiga ki ni mea vēia nā tutupu atu. Ko te metotia tēnei e fakaaogā e nā pule gāluega ke huke ai nā poto-māhani ma ō uiga fakaali. Ko he fakatakitakiga:

“Lea mai ki he taimi nā fai atu ai ni hē fiafia o he tino ki tana meakai. Nā vēhea ona fofō e koe te mea tēnei?

Ko he ā te nā iku ki ei?”

S

Tutupu (Situation)

Fakamālamalama pe he ā te nā tutupu

Nā i ei te tino nae taukikila e au nā fai tona hē fiafia ko tana meakai kua vela ātili oi mataloa te taimi nā fakatali ai ke kavake. Nae ita lele, auā kua tuai foki ki he tahi vāega tāua.

T

Fekau (Task)

Fakamālamalama tau fekau na tatau ke fai

Auā ko au ko te takitaki o te kaufaigāluega, e ō oku te tiute ke talanoa ki te tino nā fai tona hē fiafia ma taumāfai ke fofō te lātou fakafitāuli.

A

Gāoioiga (Action)

Fakamatala au gāoioiga fakapitoa nā fai ke fakataunuku ai te fekau

Ko te hitepu muamua ke fakalogo totoka ki nā tino ma fehili ke manino atili ai te fakafitauli ma ke mautinoa e he iei he vaega e mihi ia te au. Oi fakatokehe ai au ma fehili ki ei pe fofou ki lātou ki hē tahi meakai pe fofou ke toe fakafoki ake te lātou tupe nā totogi ai nā meakai muamua.

R

Ikuga (Result)

Fakamatala te ikuga o au gāoioiga

“Ko tona uiga...”

“Ko tē nā māfua ai te...”

“Kae kē...”

“Ko te mea aogā...”

“Na mafai aua...”

“Na atili lelei aua...”

Ko te ikuga ko he tino fiafia, nā lagona e ia e tāua e i ei foki te tino na ia lagonagia tona hē fiafia.

Na toe kave te lātou tupe nā fakafano oi talanoa ai au ki te tino o te kaufaigāluega. Na lea mai ko kilātou e toe omai ahi mai te falekaiga, nā hako lava nā toe omai.

Fehili fakatatau ki nā uiga fakaali e fakaaogā ai te STAR



Kāfai e fakaaogā te STAR, fakatakitaki oi tali nā fehili iēnei ke fehoahoani atu ki te taliga o nā fakafehili.

- Fakamatala he taimi nā hui ai au fai talanoa ki he tino kae ke fakafetaui ki te tino tēia e fakafehāgai ma koe.
- Kaumai hau fakatakitakiga ki he taimi nā faigata ai ke talanoa koe ki he tino e faigāuega fakatatahi koulua. Na vēhea ona fofō e koe te tūlaga na pā ki ei? Ko he ā te nā iku ki ei?
- Ko ni lipoti tuhituhi pe ni fakatū vēhea ta koe nā fai? Nā fakamautinoa vēhea e koe ko nā mea iēnei na vave ma hako?
- Fakamatala he taimi nae fitā popole ai koe. Na vēhea ona fofō e koe te tūlaga na pā ki ei?
- Taku mai ki he taimi nā fetaiaki ai koe ma he fakafitāuli.
- Lea mai ki he taimi nā hui fakavave ai au fai mea ke fetai ma hi hūiga.
- Kaumai he fakatakitakiga mō he taimi nā lelei ai te kikilaga e koe oni tino nae kakai.
- Fakamatala he taimi na fai atu ai ni hē fiafia mō he tino. Nā fofō vēhea e koe? Ko he ā te nā iku ki ei?
- Lea mai ki he taimi na fakahoahoa ai tō taimi ke fai fakauma ai au gāuega. Na fai vefea e koe?
- Kaumai he fakatakitakiga pe fofō vēhea ni fakafitāuli.
- Lea mai ki he mea nā tutupu nā lukitau ai koe. Na vēhea ona fofōgia te lukitau? Ni ā ni mea e kehe ai au faiga mai nā tahi tino?
- Kaumai he fakatakitakiga o he taimi nae kaufakatahi ai koe ma ni tahi tino i he polokalame fai fakatahi.



Hiaki ifo pe: vēhea oi fai ni fakafehili ke lelei, e fakaaogā ai nā telefoni pe ko te neti

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

Kafai kua iku te vakiliga

Fakamālō atu, kua uma te vakiliga! Ni vaega e tatau keina fai loa e koe.

- Onoono te faiga o te vakiliga ma te tulaga na pa kiei. Nia na vaega na lelei ai koe? Ni ia ni vaega na mafai ke toe fakalelei atili?
- Tuhi ki lalo na fehili nae fai atu – e iei ni vaega na tatau ke faka atili te tautaliga e koe?
- Kafai kua hau te piliota na tatau ke iei ai he tonu ka ko heki hokotaga atu he tino, logo loa te pule fakagalue tino. Kafai e heki maua e koe te galuega, fehili pe iei ni fautuaga ke fehoahoani ai kia te koe ma te hakiliga o hau galuega.

Kafai na maua e koe te galuega

Ko koe e fakatohina gofie lele ke talia te galuega kafai kua maua e koe. Kae, e taua to mafaufau lelei ma fetufaaki ki to totogi ma ie tahi vaega. Kikila totoka pe fetau te galuega mo koe.

Fehili ki te fakagalue tino ite:

- totogi o koe
- te aho e fofou ke kamata ai koe
- te aho e tatau ke iloa ai tau tonu
- pe iei ni tahi vaega e tatau ke tukutonu ve ko te hiakiga ma leleo pe he vaitaimi e onoono ai koe i te galuega.

Faitau fakalelei te maliliega ki te galuega, ma fehili kihe tino e talitonu koe kiei ke faitau ma hiaki.

E maua fua na fautuaga i na maliliega fakagalue mai:

- Galue i Niu Hila:
employment.govt.nz/starting-employment/employment-agreements
0800 209 020
- Citizens Advice Bureau:
cab.org.nz/find-a-cab
0800 367 222

E ono mafai ke fetufaaki ki to totogi ke hiki ki luga, ke iei ni livi fakaopoopo pe ko ni koleniga ke fai ka ko heki talia e koe te galuega. Mo ni tahi fakamatalaga i na fetufaakiga, kikila ki te careers.govt.nz/job-hunting/got-a-job-offer/job-offers-and-employment-agreements

Kafai e he maua e koe te galuega

E lagona te fanoanoa kafai koe e he talia. Kafai koe e hakili galuega, e taumafai lava koe kae ko ie tahi taimi ko te onohai lava. E he iei he mea e mafai ki he ikuga a te fakagalue tino, ma kilatou na apalai ki te galuega. Kae e mafai ke onoono e koe ni vaega e mafai ke faka atili lelei ai au taumafaiga ke tapena atu mo ni tahi fakafehili i te lumanaki.

Mafaufau ki tua ki na fakafehili ma fuafua tau:

- tapenapenaga
- te lelei o tau hokotaga ma kilaua na fakatino na fakafehili
- na tali ki na fehili
- teuga o to tino ma to fakafeagai.

Amanakia na vaega nae holoholo lelei. Kikila ki na vaega nae he katoatoa ma vefea ona fakalelei atili. Onoono na vaega ienei ke tapena ai koe mo he tahi fakafehili i na galuega, ma hiaki a matou fautuaga i te itulau 41–47.

Ke manuia te tahi fakafehili mo he galuega!

Faufauga o tau peleni galue

I te taimi nei, tuku fakatahi ma fau he peleni fakatino i te hakiliga ohe galuega. Fakamatea ni gāoioiga fakapitoa e faigofie ke fakataunuku.

Ko ni ā?

Vēhea?

Fakagata āfea?

Nā gāoioiga mō he taimi pukupuku

Lea ki hē fehoahoani ma ni fautūaga kāfai e manakomia.

- Fakafehokotaki nā kāiga ma nā uō mo he fehoahoani.
- Manatua e i ei nā fehoahoaniga ki nā mea tau tupe kāfai e manakomia.
- Ke lava to taimi e mafaufau ai koe ki au filifiliga.

Aho:

Fai he CV ma he faila fakapatino lava.

- Fakaāoga nā fakamatalaga i loto o te tuhi galue tēnei ma te **careers.govt.nz** ke fai ai he CV ma fai ai he faila ki te kupega a te LinkedIn.
- Lea ki ni manatu pe ni lagona mai nā pulegālua nei pe ko nā pule gālua i nā gālua muamua, mai nā kamupani fakapitoa e hakilia ni tino faigālua, pe ko te tino e fehoahoani atu ke hakiligia hau gālua.

Aho:

Fakaaoga au hokotaga.

- Kikila ki ni fakalāpotopotoga tau gālua ke hokotaga koe ki ei pe ni kalapu talanoa.
- Fakafehokotaki nā tino hakili tino faigālua i te kogāfenua e nofo ai koe.

Aho:

Hakili he gālua mo he taimi pukupuku ke totogi ai nā pili.

- Fakaaogā nā hokotaga.
- Apalai ki nā gālua e fakahalalau i te neti.

Aho:

Hiaki aku faila ei luga te neti.

- Google tō igoa.
- Tago oi fakamatea au faila i nā kupega iēnei (Facebook and Instagram) ke mafai e koe tautahi lava ke fai ni hūiga ki ei.

Aho:

Hakilikiliga o ni āvanoa.

- Maufaufau pe toe fai ni koloni pe tau ako he gālua fōu.
- Hākilikili ni kōhi i te matātā e galue ai koe ke maua ni hikili fōu kae ke maua ni tahi tuhi pāhi.
- Hiaki pe mafai koe ke fai he kōhi kae hē totōgia vēnā nā fakatupega e maua ke fai ai nā koloni fakapitoa ma nā gālua fakatakiki.
- Maufaufau ke kave e koe he galuega e he totogi e maua ai foki ho iloa, faka lauaitale au hokotaga ma fai ho hao.

Aho:

Nā gāoioiga mo he taimi feoloolo (hē leva)

Apalai pea ki ni gālua.

- Fakafōu tō CV.
- Fakaaoga na hokotaga tafapili a koe ma na hokotaga galuega ma te LinkedIn profile.
- Apalai ki nā gālua e fakahalalau i te neti.

Aho:

Nā gāoioiga fakatatau ki he taimi mataloa

Hakili he gālua tūmau.

- Toe fakamanatu nā hikili kua leva pe toe ako.
- Hiaki te **sorted.org.nz** mō ni fehoahoaniga ki te fakahoahoaga o nā tupe.
- Fakatūmau nā hokotaga ma nā tahi tino.

Aho:

Toe kāmata faigāluēga kāfai e fakataunuku nā gāoioiga i tau peleni

Ko ni ā?

Vēhea?

Fakagata āfea?

Nā gāoioiga mō he taimi pukupuku

--	--	--

--	--	--

--

Nā gāoioiga mo he taimi feoloolo (hē leva)

--	--	--

--	--	--

--

Nā gāoioiga fakatatau ki he taimi mataloa

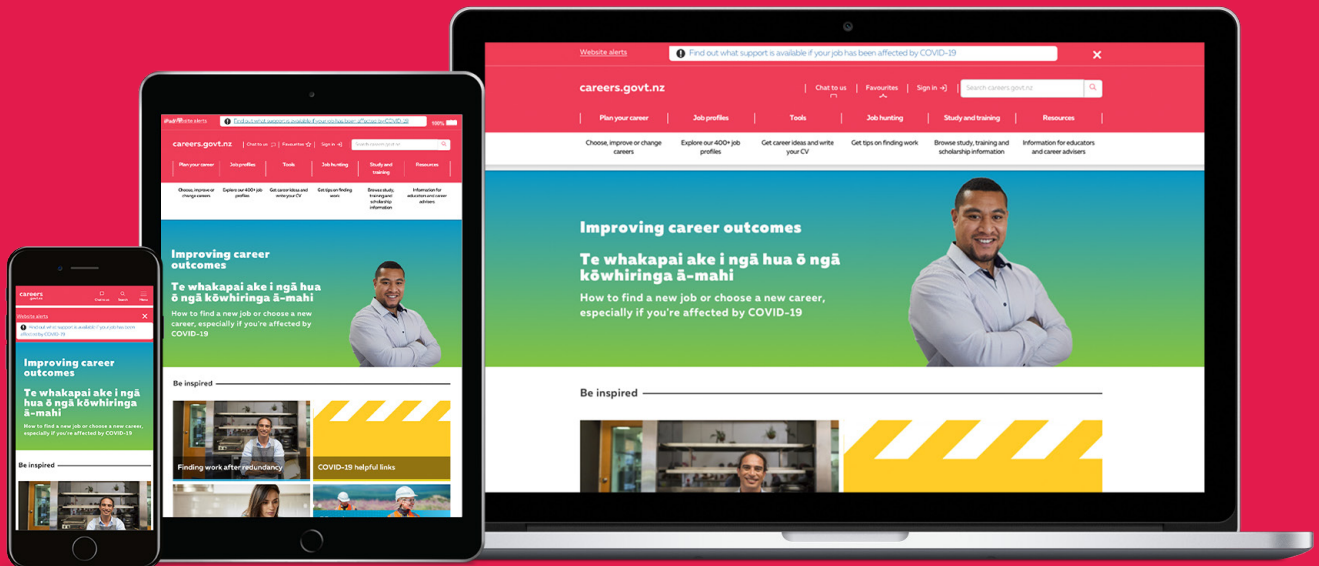
--	--	--

--	--	--

--

Mo ni iētahi fakamatalaga

Ahiahi ki te mātou kupega careers.govt.nz



Ko ni fehoahoaniga fakatalanoa

Hakili hau gāluega fōu ma hukehuke na itūkāigā matātā kehekehe

Fakamatalaga ma nā fautuaga

Ako ke kē iloa oi apalai ki ni gāluega ma fakafōu to CV

Fakamatalaga kātoa

Hakili ni iētahi fakamatalaga ki nā kōhi e āvanoa ke toe āko pe toe koleni ai



Fakamālō, kua uma te fakatumu e koe te Tuhi galue mō nā tino hakili gāluega!

Tokaga oi fai ni fakaopoopoga ki ei ma tuku ki he koga e maua gofie ai e koe kae ke mātou ai foki au gāoioiga e fai. Manuia ki au hakilikiligā gāluega!

E maua tauanoa

Ko kitatou e fai hao fakatahi

Tokelauan

Tertiary Education Commission © 2022.
Ko te galuega tēnei e puipui fakalaihene i lalo o te Matatā – Creative Commons Attribution 3.0 New Zealand licence. Ko te mea tāua, e māfai e koe oi fai hau kopi, tufa ma hui nā gāluenga, kae amanakia ke tākua pe fakailoa e koe ko nā gāluenga iēnei e ā te Komihī o nā Akoakoga Maualuga ma mulimuli ki nā aiaiga o te tahi laihene. Ke kitea e koe he kopī o te laihene, kikīla ki te creativecommons.org/licenses/by/3.0/nz/. Fakamolemole oi mātau, ko nā fakailoga o te Komihī o nā Akoakoga Maualuga pe ko te Mālō o Niuhila e fakahā oi fakaaogā i hō he itū e lavelavea ai i lalo o te tūlafono e puipuia ai nā me tau Fuka, Fakailoga, ma nā Igoa (Flags, Emblems, and Names Protection Act 1981) pe ōno lavelavea kāfai e fakaaogā i luga lava o Niuhila. Kāfai e fakailoa pe tākua te Komihī o nā Akoakoga Maualuga, e tatau ke tuhi ki lalo kae e hē kopia nā fakailoga a te Komihī o nā Akoakoga Maualuga ma te Mālō o Niuhila.

ISBN 978-1-99-117154-2 (Kopi)
ISBN 978-1-99-117155-9 (I luga o te neti)

Numela o te kope. TEC0178TOK