



Tusi Ta'iala mo e Sa'ili Galuega

Fautuaga ma gaioiga aogā e toe
maua ai sau galuega

Tertiary Education
Commission
Te Amorangi Mātauranga Matua



E fa'atalofa ma fa'afeiloa'i atu le Tusi Ta'iala mo e Sa'ili Galuega.

E to'atele tagata ua leai ni galuega talu ai le pepesi o le fa'ama'i COVID-19. O se vaitaimi o suiga ma tulaga lē mautinoa.

O fa'alogona masani le mafatia ma le popole.

O lo'o maua le fesoasoani mo oe, e ala lea i fautuaga ma gaiouga aogā e fesoasoani e te iloa ai auala e te taunu'u ai i le isi la'asaga.

E aofia i la matou 'au'aunaga le fa'amanino o itu'aiga tomai o lo'o sa'ilia e pule o galuega, ma tu'uina atu fa'amatalaga aupito lata mai e tapena ai lau CV, faiga o talosaga mo galuega ma fa'atalanoaga.

He waka eke noa

Tatou pulupululima fa'atasi mo lea fa'amoemoe

Fa'amatalaga e uiga i le Tertiary Education Commission Te Amorangi Mātauranga Matua

Matou te saunia metotia ma fa'amatalaga e lagolagoina ai tagata uma e fai fa'ai'uga e uiga i galuega ma a'oa'oga mo le soifuaga atoa.

Matou te atia'e ma lagolago faiga fa'avae i totonu o iunivesite ma galuega e fa'amautinoa ai o lo'o

fa'au'upegaina tagatanu'u Niu Sila i le malamalama ma le tomai e mo'omia mo fa'amanuiaga i le soifuaga atoa.

Mata'upu

O lo'o maua le fesoasoani

Vaega e 8 e te la'asia ai le isi tulaga	4
Fesoasoani mo tulaga tau soifua maloloina o le mafaufau	5
Fuafuaga mo le tau sa'ilia o se galuega	6
Tapena se fuafuaga mo le sa'ilia o se galuega	8

1. Malamalama ia te oe lava 10

Upu Tomua	11
Malamalama i ou tomai	11
O tomai ma agava'a maualuluga e 10 o lo'o manana'o i ai pule o galuega	12
O ou tomai ma agava'a e 5 pito i luga	14
Fa'ata'ita'iga o taunu'uga lelei sa e 'ausia	15
Tulaga'ese o lou aoga	16

2. Sa'ili avanoa 18

Upu Tomua	19
'Auala e sa'ili ai galuega	20
Ia e iloa feso'ota'i lelei	21
'Auala e fai ai feso'ota'iga	22
Sauni mo se talanoaga e le aloa'ia	23
Talosaga mo se fa'atalanoaga e le aloa'ia	24
Fesili mo se fa'atalanoaga e le aloa'ia	25

Fa'aaoga lou tomai i se galuega fou	26
-------------------------------------	----

Si'itia tomai po'o le toe a'oga mo se galuega fou	27
---	----

3. Filifili ma fa'ataunu'u 28

Upu Tomua	29
-----------	----

Fa'atusatusa lou tomai i fa'asalalauga mo galuega	30
---	----

'Auala e fai ai se talosaga	32
-----------------------------	----

Fautuaga mo le faiga e fai ai lau profile e sa'ilia ai sau galuega	33
--	----

Vaega t'ua o le CV	34
--------------------	----

Filifili tagata e fetui lelei e fai ma au molimau	35
---	----

Tusi pe toe fetu'una'i le CV	36
------------------------------	----

Lau tusi talosaga	38
-------------------	----

Itu'aiga fa'atalanoaga	40
------------------------	----

Sauni mo se fa'atalanoaga	41
---------------------------	----

O le fa'atalanoaga	43
--------------------	----

Fa'atalanoaga i uiga fa'aalia - metotia e ta'ua o le STAR	44
---	----

Fesili fa'atatau i uiga fa'aalia e fa'aaoga ai le STAR	45
--	----

Fesili fa'atatau i uiga fa'aalia e le tau fa'atino i taimi o fa'atalanoaga	46
--	----

Mo nisi fa'amatalaga	47
----------------------	----

Vaega e 8 e te la'asia ai le isi tulaga

E lē faigofie pe a leai sau galuega. E mafai ona e pulea lea tulaga, ma fa'aitiitia lou mafatia, pe a fa'agaioi loa mea e tataua ona fa'atino.

Taga'i i vaega e 8 o lo'o ta'ua i lalo e fesoasoani ai ia te oe:

1. Sa'ili se fesoasoani pe afai o e mo'omia

O fa'alogona masani le mamafatū ma le mafatia i se mea pe a leai sau galuega. Talanoa i lou aiga ma uo po'o le saili o se fautuaga mai fa'alapotopotoga e pei o le:

- depression.org.nz
- mentalhealth.org.nz
- youthline.co.nz

2. Fa'avasega nei loa au tupe

Taga'i i le Work and Income po'o ā ni fesoasoani e maua mai ai workandincome.govt.nz | 0800 559 009. Talanoa nei loa i lau faletupe pe afai o iai ni nonogatupe e fai i ai sau fuafuaga. Siaki se fautuaga i tulaga tau tupe mo ē ua vaea mai galuega sorted.org.nz | 0800 345 123

3. Malamalama lelei i lou tagata

Fa'amautu le isi la'asaga o e mana'o i ai – fa'amata o e mana'o e saili galuega e tai tutusa ma lau galuega mulimuli sa e faigaluega ai, sa'ili se galuega fou, sui se isi matātā fou, toe a'oga, si'itia le tomai po'o le saili o se galuega fou. Fa'ata'atia tulaga o lou tomai ma taunu'uga lelei sa e 'ausia ma le aogā i tulaga tau galuega o lo'o iai i le taimi nei.

4. Sa'ili avanoa ma atia'e feso'ota'iga

Su'esu'e i galuega o lo'o mo'omia i le taimi nei ma fa'atusatusa pe fetau galuega ma lou tomai. Mafaufau toto'a pe ono mo'omia ona e toe a'oga mo se isi galuega fou. Sa'ili auala e maua ai feso'ota'iga fou. Atia'e feso'ota'iga ma pule o galuega ma tagata mai au feso'ota'iga i tomai fa'afaigaluega e maua ai se galuega.

5. Tapena lau CV ma se profile e fa'amatala ai au galuega i luga o le initaneti

Malamalama i auala e tapena ma fa'afou ai lau CV ma fetu'una'i ia fetau ma fa'amatalaga o galuega. Fa'afeso'ota'i fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega. Tapena se profile e fa'amatala ai au galuega i upega tafa'ilagi e pei o le LinkedIn.

6. Tapē mea e lē aogā mai lau social media o lo'o fa'aaogā

E fa'aaogā e pule o galuega feso'ota'iga lautele e iloa ai pe foliga lau social media o se tagata e iai le tomai fa'afaigaluega.

7. Talosaga mo galuega po'o a'oa'oga

E mafai ona e talosaga mo galuega i se taimi pu'upu'u e maua ai se seleni, po'o a'oa'oga e si'itia ai tomai pe sui lau galuega.

8. Fa'ata'ita'i lau fa'atalanoaga

A'oa'o tomai fou ma fa'ata'ita'i fa'atalanoaga. Va'ai lelei sou la'ei e fetau ma le fa'atalanoaga.

Fesoasoani mo tulaga tau soifua maloloina o le mafauafau

Ua televave suiga ua tula'i mai talu ai le pepesi o le fa'ama'i COVID-19, i tulaga tau soifuaga, galuega ma tafaoga.

Afai o e fa'alogoina lou popole po'o lou pala'ai, ia e iloa lelei e le na o oe o maua i lea tulaga. A tula'i mai tulaga e le masani ai, e alia'e fa'alogona masani e fa'apopoleina ai oe i lou soifua maloloina, galuega, aiga ma e pele ia te oe, atoa ma lou popole i mea o le a tutupu. E taua lou filigā e fai se fa'atatau pe a e fa'alogoina lou mafatia ma mamafatū mea i lou mafauafau. O lo'o tele 'au'aunaga e maua ai le fesoasoani, pe afai o e mo'omia se fesoasoani.



Mo'omia le fia talanoa?

O le 1737 o se 'au'aunaga maua fua mo tagatanu'u Niu Sila ua pagatia, popole, ma fai si mamafa o mea i le mafauafau po'o le fia talanoa i se isi. E mafai ona e vili pe text fua le numera i so'o se taimi o le 24/7.

Upega tafa'ilagi ma numera o telefoni e maua ai fesoasoani aoga

- Unite against COVID-19: covid19.govt.nz | 0800 779 997
- Ministry of Health: health.govt.nz | 0800 855 066
- Mental Health Foundation of NZ: mentalhealth.org.nz | 0800 543 354
- Depression: 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

Apps mo soifua manuia ma polokalame e-therapy i le initaneti

- Beating the Blues: beatingtheblues.co.nz
- Clearhead: clearhead.org.nz
- Just a Thought: justathought.co.nz
- Melon Health: melonhealth.com
- Mentemia: mentemia.com
- My Journal: myjournal.depression.org.nz

Fuafuaga mo le tau sa'ilia o se galuega

E fa'amanuiaina lou maua o se galuega pe a iai sau fuafuaga e te fa'ata'ita'ia ai le tele o gaoiiga ma fa'alauiloa lou itu'aiga tagata.

O gaoiiga nei e tataua ona e fa'atinoa e maua ai sau galuega.

Itu'aiga tagata

- O lo'u itu'aiga tagata e fa'asino i tomai, malamalama ma le telē o lo'u malamalama e aogā i pule o galuega.
- Malamalama i le aogā o tomai nei i galuega o lo'o mo'omia i le taimi nei.



Sa'ili avanoa

- Siaki nusipepa, upega tafa'ilagi mo avanoa faigaluega, careers.govt.nz e iloa ai galuega o lo'o mo'omia.
- Sa'ili i auala e maua ai galuega fou ma si'itia ai le tomai pe toe a'oga ai.
- Va'ai avanoa faigaluega e fetau lelei ma galuega e te lelei ai ma le telē o lou malamalama.
- Sa'ili feso'ota'iga e atia'e ai so'otaga mo oe lava ma tomai fa'afaigaluega.



Feso'ota'i i luga o le initaneti

- Lesitala i upega tafa'ilagi mo avanoa faigaluega. Fai se profile e iloa ai oe i luga o le LinkedIn.
- Fai se CV ma se tusi talosaga e mafai ona lafo i le initaneti ma e fetau lelei ma galuega ta'itasi o lo'o e talosaga i ai.
- Fa'atumu talosaga e fai i luga o le initaneti.



Fa'ailoaina o lou tagata

- Ia mamā ma aulelei au teuga.
- Fai sau tala ma ia manino lelei lau talanoa i le taimi o fa'atalanoaga.
- Fa'aali ma fetufaa'i ou manatu a o fa'agasolo le fa'atalanoaga.



Sa'iliga o se galuega

Fa'ata'ita'iga o le fa'ataunu'uina o gaoigaga e maua ai se galuega



Aleki Vaiola

Itu'aiga tagata

- E 15 tausaga le telē o lona malamalama i ta'ita'iga mo fale'aiga.
- E agava'a i tomai fa'apitoa e pei o le ta'ita'i i le gaosiga o oloa, puleaina o oloa 'ese'ese, kukaina o mea'ai, fa'amamāina o mea, fa'atau, tulaga tau tupe, talitupe, faleoloa, siaki tulaga lelei o oloa, saunia 'au'aunaga mo tagata fa'atau, faia o se fuafuaga, ma le va'aiga o meatotino a le falefaigaluega.
- Agava'a i tomai e maua gofie ai galuega e pei o le fa'amoemoeina, ta'ita'iga, puleaina o fa'aletonu, fo'ia fa'afitauli, atia'e ta'iala, ma e mataala i fa'amaumauga uma.

Sa'ili avanoa

- Ua amata ona sa'ili avanoa faigaluega i 'au'aunaga e pei o le Seek, Trade Me Jobs ma le upega tafa'ilagi careers.govt.nz.
- Fa'atusatusa fa'asalalauga o avanoa faigaluega ma lona tomai – e lē popole iai Aleki pe afai e lē 100% lona tomai ma se galuega.
- Mae'a ona lesitala i fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega, 'auai i semina e fa'atino i luga o le initaneti, ma faiga faitele e fa'alauiloa ai galuega.

Feso'ota'i i luga o le initaneti

- Sa sue i le Google po'o ā fa'amatalaga o lo'o ta'ua ai o ia, ma fetu'una'i fa'amatalaga e lē fa'alauaiteleina i le social media o lo'o ia fa'aaogāina.
- Fetu'una'i lana CV ma le tusi talosaga ia fetau ma galuega ta'itasi o lo'o talosaga i ai.
- E iloa le faiga e fa'atumu ai se pepa talosaga ma fa'aali le pepa i ana uo e siaki po'o lelei.
- E iloa le faiga e tusi ai se tusi talosaga i luga o le imeli.
- Mae'a ona fa'ailoa lana profile i luga o le LinkedIn mo avanoa faigaluega i atina'e e talimalo ai.

Fa'ailoaina o lou tagata

- Sa sa'ili fesoasoani e ono maua mai i le Work and Income e fa'atupe ai la'e mo lana fa'atalanoaga.
- Ua maua lona la'e i mamā ma manaia.
- Malamalama i le faiga e fa'amaopoopo ma tapena ai mo se fa'atalanoaga e lē aloa'ia.
- Malamalama i fesili e tu'uina atu i le taimi o le fa'atalanoaga – ua mae'a ona faitau i fa'amatalaga o lo'o maua i le careers.govt.nz.
- Mae'a ona faitau i tusitusiga i fa'atalanoaga mo avanoa faigaluega e fa'atino mai le fale i le careers.govt.nz.
- Lafo se imeli e fa'afetaia ai le avanoa sa fa'atalanoa ai se avanoa faigaluega.
- E lē nofonofoa'i le lafo solo o tusi talosaga – e lē na o le tasi se tusi talosaga e lafo.
- E lē lotovaivai pe a lē taliaina po'o le fiu e fa'atali se tali i se talosaga sa fai – e finau pea.

Tapena se fuafuaga mo le sa'ilia o se galuega

Fa'ama'oti nisi o gaoiga e tatau ma gafatia ona ausia.

O le ā?

Fa'aapefea?

O ā fea?

Fa'atinoga i se taimi pu'upu'u

Sa'ili fesoasoani ma fautuaga pe afai o mo'omia.

- Feso'ota'i ma aiga ma uo mo se fesoasoani.
- Mafaufau toto'a i fesoasoani tau tupe pe a mo'omia.
- 'Aua le fa'atopetopeina le faia o se fa'ai'uga.

Aso

Saunia se CV ma profile e patino i se galuega.

- Fa'aaoga fa'amatalaga mai le ta'iala lenei ma le upega tafa'ilagi careers.govt.nz e tapena ai se CV ma lau LinkedIn.
- Fesili po'o le ā se manatu o lou ta'ita'i po'o ta'ita'i o galuega sa e iai, se fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega po'o lau case manager.

Aso

Lesitala e te 'auai i se vaega e feso'ota'i ai tagata i tomai fa'afaigaluega.

- Sa'ili ma lesitala e te 'auai i fa'alapotopotoga mo tagata i tomai fa'afaigaluega ma vaega e fa'amaopoopo e le Meetup.
- Fa'afeso'ota'i fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega mai le nofoaga o lo'o e aumau ai.

Aso

Sa'ili galuega mo se taimi pu'upu'u e totogi ai au pili.

- Fa'aaoga au feso'ota'iga.
- Talosaga mo galuega o lo'o fa'asalalau i luga o le initaneti.

Aso

Siaki lau social media.

- Tago e Google lou igoa.
- Sui lau social media (Facebook ma le Instagram) i se faiga e lē fa'alaua'iteleina ai.

Aso

Sa'ili avanoa.

- Mafaufau toto'a pe ono mo'omia ona e toe a'oga mo se galuega fou.
- Su'esu'e mata'upu o lo'o maua i lau matātā e toe si'itia ai lou tomai ma maua isi fa'aailoga.
- Siaki pe e te agava'a mo le Fees Free and Targeted Training and Apprenticeship Fund.

Aso

Fa'atinoga i se taimi i tua atu

'Aua ne'i malolo le talosaga pea mo galuega.

- Fa'afou CV ia fetau ma le galuega.
- Fa'aaoga feso'ota'iga ma le LinkedIn.
- Talosaga mo galuega i luga o le initaneti.

Aso

Fa'atinoga i se taimi umi

Sa'ili galuega tumau

- Toe a'oga pe toe si'itia tomai.
- Taga'i i le business.govt.nz mo fautuaga e tau amata ai se pisinisi.
- Taga'i i le sorted.org.nz mo fautuaga e fuafua iai tulaga tau tupe.
- Fa'atumauiina feso'ota'iga.

Aso

I le taimi nei

Taimi nei, taeao ma le lumana'i

O le lumana'i

Fa'amae'a lau fuafuaga o lo'o fa'atino e toe maua ai sau galuega

O le ā?

Fa'aapefea?

O ā fea?

Fa'atinoga i se taimi pu'upu'u

I le taimi nei

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Fa'atinoga i se taimi i tua atu

**Taimi nei, taeao
ma le lumana'i**

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Fa'atinoga i se taimi umi

O le lumana'i

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

1

Malamalama ia te oe lava



Upu Tomua

O lo’o folasia i le vaega leni faiga e te malamalama lelei ai i lou tagata ma tomai e aogā i pule o galuega.

O le a e malamalama i lou tomai, ma taunu’uga lelei sa e ‘ausia ma le uiga’ese o lou aogā i totonu o falefaigaluega.

Malamalama i ou tomai

E maua tomai mai lau galuega ma le soifuaga. O tomai uma e maua mai ia te oe e fausia ai lou itu’aiga tagata.

E tāua lou malamalama i tomai o lo’o ia te oe pe a sui lau galuega, ina ia mafai ona fa’aaogā lou tomai i lau galuega fou.

Tomai o lo’o mo’omia e pule o galuega:

1. **Tomai fa’apitoa** – tomai e patino lava i galuega e pei o le tausi soifua, fausia polokalame tau komepiuta po’o se laisene mo ta’avale tetele o lo’o mo’omia tele i le taimi nei.
2. **Tomai e aogā e maua gofie ai se galuega po’o tomai e patino ia te oe** – tomai e mafai ona fa’aaogā i le tele o galuega e pei o tomai e fo’ia ai fa’afitauli, e avea ma ta’ita’i o ‘au’aunaga mo le tautuaina o tagata fa’atau.



Taga’i ile
careers.govt.nz

O tomai ma agava'a maualuluga e 10 o lo'o manana'o i ai pule o galuega

Fa'atumu fa'amatalaga o lo'o ta'ua i lalo e te iloa ai tomai t'ua ma agava'a o lo'o maua ia te oe. E mafai ona e fa'aaoga fa'ata'ita'iga mai totonu po'o fafo atu o le galuega.

1. Faiga taualoa tau galuega

Fa'ata'ita'iga i galuega sa fa'aaoga ai lea tomai

- E fa'amoemoeina
- E fa'atuatuaina
- Fa'atinoga o galuega ua fa'asino oe e fai
- Tu'u atoa lou fai mea silisili i galuega ua fa'asino oe e fai
- Tulaga ese le lelei o galuega o fa'atino

2. Tomai i feso'ota'iga e fa'aleo

- Feso'ota'i i se faiga e manino ma amana'iaina ai fa'alogona o isi tagata i tulaga ma tupu'aga 'ese'ese
- Tu'uina atu ma le mauaina o manatu aoga
- 'Auai i fonotaga e maua ai manatu aoga
- Fa'amatalaina o manatu

3. Malosi ma naunau

- Fa'ailoa le moni o le fiafia i le fa'alapotopotoga ma galuega o lo'o latou fa'atino
- Malamalama i le matata
- Fa'ailoa le tu'u atoa o le 100% o lou loto malie e fa'atino ai se galuega

4. Iloilo ma malamalama toto'a

- Fa'amaopopo ma iloilo fa'amatalaga mai fa'amaumauga 'ese'ese
- Iloilo lelei fa'agasologa masani ma faiga 'ese'ese e malamalama ai i le ata atoa
- E mafai ona malamalama i manatu le'i mautinoa

5. Fo'ia fa'afitauli

- Fa'aaoga le mafaufau ma manatu lelei e fa'ataunu'u ai fa'ai'uga
- Iloilo fa'amaumauga moni ma fesili i fesili e talafeagai e iloa tonu ai le fa'afitauli
- Fai fa'ai'uga talafeagai e tusa ai ma fa'amatalaga ua maua

6. Galulue fa'atasi

- Fa'amae'a galuega fa'asino i se vaega e ala lea i fa'atalanoaga ma fuafuaga lelei
- Fa'atino galuega e maua ai taunu'uga lelei e mafai e sui o isi vaega ona fesoasoani i le fa'atinoga
- Fa'asoa le malamalama ma le tomai fa'apitoa ma isi

.....

.....

.....

.....

7. Tomai i feso'ota'iga e amana'iaina ai tagata

- E iloa faifaiamea fa'atasi ma tagata mai tupu'aga 'ese'ese, e pei o agaifanua, itupā ma tausaga o le matua
- Fa'atāuaina le faigata o lagona ma manatu o isi ma iloa tali atu ma le fa'aeteete ma faiga e talafeagai
- Malamalama i le uiga o mea e lē o fa'aleoa
- E mafai ona fo'ia lelei fa'aletonu

.....

.....

.....

.....

8. Tomai i feso'ota'iga tau tusitusiga

- Fa'aaoga le sipelaga sa'o, fa'ailoga ma kalama
- E iloa faiga e fa'asa'o ai au oe lava tusitusiga
- Fa'aaoga tusitusiga i se agaga ma le faiga e talafeagai, ma e fuafua i tagata e fa'aaoga'aina ma faitau i au tusitusiga

.....

.....

.....

9. Pulea lona lava tagata

- Fa'amaopoopo galuega fa'atino ma fa'aleo se fesoasoani o mo'omia
- Punoua'i e sa'ili avanoa e maua ai manatu fou
- Talitonuga na te mafaia ona tali atu i lu'itau
- Fa'atumauina le paleni o le olaga galue ma le soifuaga

.....

.....

.....

.....

10. Taulāmua ma atia'e

- Fa'atino galuega i tua atu o matafaioi ua aiaia e fesoasoani ai i isi, e aofia ai le fa'atino o galuega e lē o fa'amauiina i le fa'amatalaga o galuega
- Taulāmua e fa'atino se mea – e lē fa'atali i se fa'atonuga e fa'ataunu'u ai sini autu
- Mataala – e mataala e fa'aaoga manatu e atia'e ai fa'ai'uga lelei
- Fa'atino suiga ma fa'aopoopo faiga aoga e mafua mai i manatu fou

.....

.....

.....

.....

O ou tomai ma agava'a e 5 pito i luga

Talanoa ma aiga ma uo mo se latou fesoasoani e fa'amautinoa ai ou tomai ma agava'a e 5 pito i luga.

1

2

3

4

5

Fa'ata'ita'iga o taunu'uga lelei sa e 'ausia

O taunu'uga lelei sa e 'ausia e fa'amaonia ai i pule o galuega lou tomai ma faiga taualoa tau galuega.

Ia atagia mai taunu'uga e:

- patino
- talafeagai ma le galuega o lo'o e sa'ilia
- se fa'ata'ita'iga talu ai nei.

Saunia fa'amaoniga o ou taunu'uga lelei na 'ausia.

Mo se fa'ata'ita'iga:

- Tagata faigaluega o le Masina
- e 98% na maua mai i tagata fa'atau na fa'amalieina i lau tautua mo le tausaga atoa 2019.

O ā taunu'uga lelei sa 'ausia ma e aisea e tāua ai? O le ā tonu mea sa e 'ausia? Fa'ata'ita'i vaega uma nei i ou tomai ma agava'a (e 5 pito i luga).

Taunu'uga lelei ua 'ausia

.....

.....

.....

.....

Aisea e tāua ai ma e aisea ua e mitamita ai i nei taunu'uga lelei ua ausia?

.....

.....

.....

O ā tomai na e fa'aaogāina?

.....

.....

.....

Tulaga'ese o lou aogā

O tulaga ese o lou aogā o itu ua e fa'ailoa i pule o galuega e ese ai oe mai isi tagata uma.

O itu nei e ono aofia ai:

1. Lou tomai, taunu'uga lelei na ausia ma taleni. O tulaga e faigofie ia te oe, fa'ata'ita'iga: tautala i luma o tagata, a'oa'oga, fa'alogo ma talanoa i tagata?
2. Tulaga o lo'o sa'ilia e se pule o galuega – tomai fa'apitoa, agatausili tau galuega, fetau lelei o lou tagata ma le 'aufaigaluega.
3. Auala e mafai ai ona fai sou sao – o mea e sili atu ona e fiafia tele i ai? O ā ni suiga lelei e mafai ona e faia i lau galuega/fa'alapotopotoga? O ā mea e fa'aosofia ai lou fia galue?



Fa'ata'ita'iga

Fa'ata'ita'iga i tulaga 'ese o le tomai ma le telē o le malamalama e maua mai ai Aleki.

1

Mea ou te lelei ai

- Talanoa ma fa'alogo i tagata
- To'a lelei pe a tele le vevesi
- Pulea lelei le taimi
- Fo'ia fa'afitauli

2

Mea o lo'o mo'omia e le pule o le galuega

- Lelei feso'ota'iga ma 'au'aunaga e fai mo tagata fa'atau
- Iloa fa'afitauli ma vave ona fo'ia i se faiga sa'o
- Telē le malamalama i pulega tau fale'aiga
- Faigaluega lelei ma isi tagata faigaluega

3

Fa'apefea ona fai so'u sao

- Lelei lau fa'atautaia o galuega i le umukuka e vave ai ona fa'atino galuega
- E mafai ona fo'ia le tele o fa'aletonu i se taimi pu'upu'u
- Atia'e so'otaga ma le aufaigaluega ma tagata fa'atau
- Tulaga lelei le tautua e maua ai e tagata fa'atau se tausamiga manaia

Fa'ailoa tulaga 'ese ma aogā e fa'asino ia te oe i nofoaga o lo'o ta'ua i lalo.

1	2	3
Mea ou te lelei ai	Mea o lo'o mo'omia e le pule o le galuega	Fa'apefea ona fai so'u sao

Fa'amatalaga i tulaga 'ese ma aogā

A mae'a ona e fa'ama'oti tulaga 'ese e mafai ona e fa'aaogā i se galuega, fa'ata'ita'i ona tusitusi se fa'amatalaga pu'upu'u e fa'amatala ai ou tulaga 'ese ma aogā.



Fa'ata'ita'iga

Fa'amuumua tagata fa'atau ma le naunautaiga e u'unaia le aufaigaluega e tapena mea'ai e tulaga 'ese le lelei. Fiafia e fa'amalosi i le aufaigaluega, fo'ia fa'afitauli, ma gaosi mea'ai e tulaga 'ese le lelei. O lo'u fa'amoemoe ma fa'anaunauta'iga ia maua e tagata fa'atau se tausamiga pito sili ona manaia.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2

Sa'ili avanoa



Upu Tomua

Folasaga i le vaega leni:

- auala e sa'ili ai galuega
- feso'ota'iga ma le fa'atalanoaga e lē aloa'ia e feso'ota'i ai ma pule o galuega
- sa'ili avanoa mo galuega fou
- a'oa'oga, mata'upu ma si'itia le tomai.

Fa'ata'ita'iga mo avanoa faigaluega o le Health Care Assistant mai le careers.govt.nz

Health Care Assistant
Kaiāwhina Tapuhi/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 **\$19-\$25 per hour**
Source: DHBs, NZ Nurses Org and MSD, 2019

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
1-2 years of training usually required.

Industry
Health

Vocational Pathways [More](#)
• Social and community services

'Auala e sa'ili ai galuega

Sa'ili galuega:

- o upega tafa'ilagi mo avanoa faigaluega ma fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega
- o upega tafa'ilagi a le malo, pulega, ma matātā 'ese'ese
- luga o le social media
- puletini saunia e tomai fa'afaigaluega ma matātā 'ese'ese
- e auala atu i fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega
- e auala atu i uo ma aiga
- i fa'aaliga ma fa'atasiga e fa'alauiloa ai galuega.

'Au'aunaga e lē o fa'alaua'iteleina fa'asalalauga mo avanoa faigaluega

'Aua le taomia lau sa'iliga mo se galuega i upega tafa'ilagi mo avanoa faigaluega po'o fa'alapotopotoga o lo'o sa'ilia tagata faigaluega. O le 70% o galuega maua na fa'aauala atu i feso'ota'iga a pule o galuega ma tagata e masani ai.

30% o galuega o lo'o fa'asalalauina

Auala e sili atu ona manana'o tagata e sa'ili ai galuega

- Tu'uina atu CV e lē i talosagaina
- Talosaga mo avanoa faigaluega i luga o le initaneti, social media po'o nusipepa
- Feso'ota'i sa'o ma fa'alapotopotoga o lo'o sa'ilia tagata faigaluega

70% o 'au'aunaga e lē o fa'alaua'iteleina fa'asalalauga mo avanoa faigaluega

Auala e sili atu ona mananao i ai pule o galuega e saili ai se aufaigaluega fou

- Fa'a'auala atu i feso'ota'iga ma tagata e masani ai i galuega po'o feso'ota'iga lautele
- Fa'a'auala atu i le aufaigaluega o lo'o faigaluega i le taimi nei
- Siaki fa'amatalaga o lo'o maua i luga o le initaneti



Va'ai po'o ā galuega o lo'o tele ina mo'omia:

careers.govt.nz/jobs-database

Ia e iloa feso'ota'i lelei

O le 70% o galuega e lē o fa'alaua'iteleina ma e tāua lou iloa ona e feso'ota'i. Tagata e mafai ona e feso'ota'i i ai:

Tagata ou te masani lelei i ai

Tagata sa oulua faigaluega fa'atasi, ta'ita'i, sosaiete mo tama ma teine tuai, aiga, uo, uo a uo.

Talosaga e fa'ailoa atu oe ma so'otaga

E ono maua se fesoasoani mai tagata ou te lē masani lelei i ai ma i latou sa ou feiloai i ai mo se taimi pu'upu'u

Mo se fa'ata'ita'iga: faia'oga, failauga fa'apitoa, nisi matou te a'o'oga fa'atasi, tagata sa ou feiloa'i i ai i fa'atasiga lautele.

Feso'ota'i vave i le LinkedIn pe a mae'a se feiloa'iga

Tagata ou te lē masani i ai

Tagata o lo'o faigaluega i le galuega, fa'alapotopotoga po'o le matātā lea ou te mana'o ai.

Maitau fa'amatalaga i luga o le initaneti, fesili ma fa'atulaga se fa'atalanoaga e lē aloa'ia

Au feso'ota'iga mo le lumanai

Tagata e mafai ona ou fesoasoani i ai

Fa'ata'ita'i galuega e te faigaluega fua ai po'o galuega fa'avaitaimi e fa'alauaitele ai au feso'ota'iga.

'Auala e fai ai feso'ota'iga

E fesoasoani au feso'ota'iga e te maua ai avanoa faigaluega e lē o fa'alauaiteleina.

E tele auala e atia'e ai feso'ota'iga:

- fa'ailoa i au uo ma aiga o lo'o tau sa'ili sau galuega
- asiasi i meafai ma fa'atasiga a ni falefaigaluega
- feso'ota'i ma fa'alapotopotoga i luga o le social media
- lesitala i se fa'alapotopotoga mo tomai fa'afaigaluega i matātā o lo'o e agava'a ai
- asiasi i fa'aaliga fa'alauiloa mo galuega
- vili fa'alapotopotoga e siaki pe o iai ni avanoa faigaluega
- vala'aulia se ta'ita'i o le aufaigaluega a se kamupani (HR managers) e inu se lua kofe
- fai se lua talanoaga e lē aloa'ia ma le ta'ita'i.

Fa'au'upu i se faiga pito sili ona lelei se aotelega o fa'amatalaga e fa'alauiloa ai oe

O le aotelega o fa'amatalaga e fa'alauiloa ai oe pe fa'amatala ai lou itu'aiga tagata, o se auala vave e fa'ailoa atu ai le telē o lou malamalama ma fa'anaunauta'iga mo se galuega.

Lau aotelega o fa'amatalaga e fa'alauiloa ai oe

A fesili atu se tasi, "O le ā lau galuega o fai?" o le ā lau tali?

E tolu tulafono e fua i ai lau tali:

1. Ia 30 sekone pe itiiti ifo le umi e fai ai lau tali.
2. Fa'amatala ma le manino lelei ou tomai (po'o sou aogā i le galuega o lo'o e mana'o ai).
3. E tatau ona fa'ama'oti nisi o mea o e fa'amoemoe i ai.

Lau aotelega o fa'amatalaga e fa'alauiloa ai oe

O lo'u igoa o:

O a'u o se:

Ua savalia le (tausaga o iai i se galuega):

O lo'o sa'ili se avanoa fou e:

Ou te fa'amoemoe e maua sa'u galuega i le vaega e:



Taga'i ile careers.govt.nz mo fautuaga tau feso'ota'iga:
careers.govt.nz/articles/network-into-a-job-with-the-perfect-elevator-pitch

Sauni mo se talanoaga e lē aloa'ia

O fa'atalanoaga e lē aloa'ia o se avanoa e te talanoa ai i le pule o le galuega e uiga i le latou fa'alapotopotoga ma itu'aiga tagata o lo'o manana'o e fa'afaigaluega.

O lou avanoa lea e te iloa ai itu'aiga galuega 'ese'ese e mafai ona e faia ma malamalama ai i tomiai e mo'omia e le pule o le galuega.

1. Fa'atulaga se taimi e talanoa ai

O nisi tagata e mana'o e talanoa i luga o le telefoni nai lo le fa'afesaga'i. Sauni e tali fesili i le taimi e vili atu ai.

2. Auala e te feso'ota'i atu ai

Lafo sau talosaga i le imeli po'o le LinkedIn. Fa'amatala lou tagata ma mafua'aga e te mana'o ai i se feiloa'iga.

3. A o lē i faia se feiloa'iga po'o se talanoaga i le telefoni

Fai muamua sau sa'iliga i le fa'alapotopotoga ma le galuega. Malamalama i le tele o mea e fa'aaogā tataui ai le taimi pe a e feiloai ma tagata. Fesili tonu i tulaga e te malamalama atili ai i avanoa faigaluega po'o matafaioi a le fa'alapotopotoga.

4. Taimi o le feiloa'iga

- Fai lelei ou lavalava mo le feiloa'iga.
- Fa'ailoa lou agaga fa'afetai i le fa'aavanoaina o le taimi tou te feiloai ai.
- Fa'apu'upu'u fa'amatalaga e uiga ia te oe ma lou tala'aga, ae aua le so'ona fa'amatala mea e lē mo'omia ona fa'ailoa.
- Fesili po'o le ā se umi o le taimi e mafai ai ona tou talanoa. Tausi i le taimi ua fa'atulagaina. Afai ua ova atu ma le taimi fa'atulagaina, talosaga mo se fa'atagana e fa'aaui ai.
- Fesili pe iai se afaina pe a tusitusi ni au fa'amaumauga.
- A mae'a le feiloa'iga, toe fa'afetai i ai mo le fa'aavanoaina o le taimi sa tou feiloa'i ai.

5. A mae'a se feiloa'iga

- O le taimi lava ua mae'a ai le tou feiloa'iga, tusi i lalo nisi o mea na latou ta'ua.
- Lafo i ai se fe'au e fa'afetai ai le taimi na tou feiloa'i ai, i le imeli po'o le LinkedIn.
- Imeli e fa'ailoa atu pe afai ua maua sau galuega po ua e mana'o e sa'ili se isi galuega fou talu mai le tou feiloa'iga.



Matamata:

Fa'atalanoaga e lē aloa'ia: Auala e fa'amanuiaina ai

youtu.be/CXZDTDBLKRE

Talosaga mo se fa'atalanoaga e lē aloa'ia

E fesoasoani fa'atalanoaga e lē aloa'ia e maua ai au feso'ota'iga ma pule o galuega ma mautinoa ai po'o fetai lelei se galuega ma oe.

Fa'ata'ita'iga o imeli po'o talosaga e lafo i le LinkedIn mo se fa'atalanoaga e lē aloa'ia:

Talofa lava, o lo'u igoa Aleki Vaiola.

Na ou maua lau profile i le LinkedIn ma ou iloa ai le telē o lou malamalama i le fa'afoeina o fale'aiga.

E 15 tausaga le telē o lo'u malamalama mai galuega sa avea ai a'u ma Restaurant Manager i fale'aiga i totonu o Ueligitone.

Ou te fia talanoa ia te oe e uiga i le telē o lou malamalama.

E mafai ona ta talanoa atili e uiga i lau galuega?

Ou te iloa lou pisi tele, ae ou te talosaga atu pe e te avanoa mo sina 20 minute, ou te talia ma le fa'afetai.

Ma le fa'aaloalo lava
Aleki

Fesili mo se fa'atalanoaga e lē aloa'ia

O fesili nei e fa'atupu manatu pe a talanoa e uiga i galuega ma avanoa.

Galuega

- E mafai ona e fa'amatala atili le vaega _____ o lo'o i totonu o _____ ('a'ai)?
.....
- Na fa'apefea ona e mauaina le galuega?
.....
- E fa'ape'i foliga o au galuega e fai i le aso?
.....
- E iai ni tulaga e fa'ate'ia ai tagata e uiga i lau galuega?
.....
- Afai e mafai ona e toe fo'i i tua ma fai se suiga i se mea e uiga i lau galuega, fa'amata e te faia lea tulaga?
.....
- O le ā le profile a le tagata na fa'afaigaluegaina talu ai nei i le galuega ma te tutusa ai?
.....

Matātā

- O ā mea o tutupu i matātā i totonu o Niu Sila? O fa'atupula'ia po'o fa'aitiitia?
.....
- O ā itu'aiga tomai tāua o lo'o sa'ilia e pule o galuega mai galuega/matātā nei?
.....
- E te iloa pe to'atele ni tagata o lo'o saili galuega i le matātā lea?
.....
- E te iloa se isi tagata e ono maua ai se avanoa ma te talanoa? E te finagalo malie e fa'ailoa atu a'u i se imeli?
.....

Ati'ae mo le tagata lava ia

- O iai ni tomai fa'apitoa po'o galuega e lē o lava tagata faigaluega o maua ai?
.....
- E iai ni au fautuaga i auala e mafai ai ona maua lea matātā?
.....
- O ā a'oa'oga e aogā?
.....
- O ā tomai tau galuega o lo'o e sa'ilia?
.....
- O ā feso'ota'iga e te fautuaina e tataua ona ou lesitala ai?
.....

Fa'aopoopo ni a oe fesili i lalo:

.....

.....

.....

Fa'aaogā lou tomai i se galuega fou

O se tulaga e fa'ate'ia ai oe pe a leai sau galuega ma fa'apopoleina ai oe i le tele o mea e totogi.

O le sini autu mo oe i se taimi pu'upu'u o lou malamalama lelei i tulaga e te agava'a ai ma sa'ili avanoa faigaluega e mafai ai ona vave maua sau galuega.

Peita'i, o se taimi foi lenei e te ono mafaufau ai i mea e maua ai lou fiafia ma mea o e fa'atāuaina. Atonu o se taimi ua fetau ai ona toe fetu'una'i vaega tonu e fa'aaogā i ai lou tomai ma sui se isi alafua.

O nisi o fesili e te mafaufau iai oe lava:

- 1** O ā sini autu mo a'u i le lumanai? O fea ou te mana'o ou te o'o i ai i le isi tausaga po'o le lima tausaga?

- 2** O iai se mea ua leva ona ou mana'o e fai?

- 3** Fa'amata e sili atu pe a si'itia lo'u tomai i la'u galuega o lo'o iai i le taimi nei pe toe a'oga mo se galuega fou?

- 4** O iai ni auala e filifili i ai mo galuega mo se vaitaimi pu'upu'u e maua ai se fesoasoani mo le sa'ilia o se galuega ua leva ona ou mana'o i ai?

- 5** O ai e mafai ona ou talanoa i ai i avanoa faigaluega?

Si'itia tomai po'o le toe a'oga mo se galuega fou

E faigofie lava ona maua sau galuega pe a si'itia lou tomai po'o le toe a'oga.

E tele a'oa'oga e fai i ai lau filifiliga, mai mata'upu laiti e pei o micro-credentials i a'oga fa'aaperenitisi ma tikeri.



Si'itia tomai

Sa faigaluega Toma i galuega fa'akamuta



Na ia sa'ilia po'o ā fa'ailoga e mo'omia e si'itia ai lona tomai



Na ave lana fa'aaperenitisi



Na ave ma fai eletise



Toe a'oga

Sa faigaluega Maia i 'au'aunaga tau turisi



Na ia sa'ilia mata'upu o avanoa i le polytech o lata ane i le nofoaga o lo'o nofo ai



Na lesitala i le mata'upu fa'atausi soifua



Ua ave ma tausi soifua i totonu o afio'aga



Sa'ili i auala mo avanoa tau a'oa'oga:

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

3

Filifili ma fa'ataunu'u



Upu Tomua

O lo’o maua i le vaega lenei tulaga nei:

- se ta’iala e te iloa ai fai sau talosaga mo se galuega o fa’asalalau
- auala e fai ai se talosaga mo galuega i luga o le initaneti
- fautuaga e fai ai se CV ma le tusi talosaga
- auala e sauni ai mo se fa’atalanoaga
- isi la’asaga e tapena ai se fuafuaga mo galuega fa’atino.

“Aua e te fiu, finau pea.
E tele mea o le a fa’alavelave
i au taumafaiga. Ia lava lou
onosa’i, taumafai pea ma
finau malosi.”

David Letele (Brown Buttabean)
Boxer and Life Coach

Fa'atusatusa lou tomai i fa'asalalauga mo galuega

Va'ai fa'asalalauga mo galuega e te fiafia i ai ma mulimulita'i i vaega o lo'o ta'ua i lalo.

1

Faitau le fa'asalalauga ma maka lelei tomai ma agava'a tāua o lo'o mo'omia e le pule o le galuega

Mo se fa'ata'ita'iga:

- lelei feso'ota'iga tau tusitusiga ma le tautala
- faigaluega lelei ma galulue fa'atasi ma isi
- iloa maioio ma fo'ia fa'afitauli
- pulea lelei taimi
- agava'a po'o tomai fa'apitoa
- tulaga maualuga le tomai i faiga fa'akomepiuta
- gafatia ona fa'ataunu'u galuega pe a mo'omia vave
- naunau ma taulāmua
- maoa'e le lelei i 'au'aunaga e tautua ai tagata fa'atau.

2

Toe fa'ata'ita'i i le galuega po'o fa'amatalaga o le galuega (pe afai o maua)

E aofia ai nisi fa'amatalaga e uiga i tomai ma agava'a o lo'o mo'omia e le pule o le galuega mo le galuega o lo'o tau sa'ilia.

3

Taga'i i le careers.govt.nz

Fa'aaogā le search box e sa'ili ai galuega. O fa'amatalaga o le galuega e te iloa ai se lisi o tomai e masani ona mo'omia, fa'ailoga ma le maualuga o le telē o le malamalama e fautuaina mo se galuega. O fa'amatalaga nei e te iloa ai nisi tomai o lo'o sa'ilia.

Ua tatau nei loa ona maua sau lisi o tomai ua uma ona e sa'ilia, agava'a ma telē o le malamalama o lo'o mo'omia mo le galuega ua fa'asalalau.



Fautuaga:

'Aua e te popole pe afai e lē maua ia te oe tomai nei

Talosaga mo galuega pe afai o lo'o maua ia te oe tomai pito sili ona tāua o lo'o lisi i le fa'asalalauga mo se galuega.

4**Su'esu'e i le fa'alapotopotoga**

- Va'ai mo fa'amatalaga i oloa po'o 'au'aunaga a le fa'alapotopotoga, manulauti ma nisi mea e te malamalama atili ai i le fa'alapotopotoga. E mafai ona e maua fa'amatalaga i luga o le upega tafa'ilagi a le fa'alapotopotoga atoa ai ma lou talanoa i tagata e te masani i ai.
- Fa'amau ni upu ma fa'a'upuga t'aua mai fa'amatalaga ua e maua. Fa'aaogā upu ma fa'a'upuga ua e maua e tapena ai lau tusi talosaga ma lau CV.

5**Lisi lou tomai ma le telē o lou malamalama e fetai ma lea galuega**

- Tomai fa'apitoa ma le telē o lou malamalama e fetai ma tomai autu o lo'o ta'ua i le fa'asalalauga. Fai se lisi o tomai e mafai ai ona fa'afaigaluega oe.
- Mafaufau i tulaga e fetai ai agatausili ma sini autu e t'aua ia te oe ma le fa'alapotopotoga.

6**Fa'amaopopo fa'amaoniga ma fa'ata'ita'iga o lou tomai ma le telē o lou malamalama ia fetai ma le galuega**

Fai se lisi o fa'ata'ita'iga e fa'amaonia ai na e fa'aaogāina lou tomai i galuega fa'atino o lo'o ta'ua i le fa'asalalauga. Fai se lisi o taunu'uga lelei e fa'amaonia ai na aogā lou tomai i nisi o galuega.

Sauni loa e tusi lau CV ma lau tusi talosaga e taula'i i mana'oga o le pule o galuega mo le galuega o lo'o mo'omia.

**Fa'amatalaga sa'o:**

E pisi na'ua
pule o galuega

E mo'omia ona manino lelei i lau CV ma lau tusi talosaga o lo'o fetai lelei oe ma le galuega.

'Aua e te fa'aaogāina le CV ma le tusi talosaga e tasi mo talosaga mo galuega ta'itasi. Si'itia le telē o lou avanoa mo se fa'atalanoaga pe a taula'i lau talosaga i le galuega o lo'o e talosagaina.

'Auala e fai ai se talosaga

Talosaga mo galuega e felātā'i ma lou tomāi ma fa'ailoga.

- la lava le taimi e fai ai lau talosaga.
- la mautinoa o lo'o e fa'aaogāina se imeli e iloa ai lou tomāi fa'afaigaluega.
- Mulimulita'i lelei i fa'atonuga e fa'atino ai se talosaga.
- Ave lau CV ma tusi talosaga i se tasi e siaki po'o sa'o ma fa'amatalaga o lo'o i le pepa talosaga.
- Tusi le galuega o lo'o e talosagaina i le laina o lo'o ta'ua o le subject i lau imeli.
- la mautinoa o lo'o aofia ai lou igoa ma le numera o le telefoni i lau imeli.
- Lafo lau CV i le PDF.
- Fa'aaogā lou igoa e fa'aigoa ai lau CV fa'ato'a lafo ai lau imeli.

Fa'ata'ita'iga o talosaga e lafo i le imeli:

Lau susuga i le: HR@anywhere.co.nz

Mata'upu: Talosaga saunia e Aleki Vaiola mo le avanoa Wubsay Restaurant Manager

Talofa lava _____ (igoa o le tagata o lo'o e tusi atu i ai)

Mata'upu: **Avanoa faigaluega Wubsay Restaurant Manager**

E silia ma le 15 tausaga o aveā a'u ma pule i fale'aiga, ma e telē le tomāi ma le malamalama ua maua mai ai.

O lo'o fa'amatala i le tusi talosaga ma le CV tulaga ua ou manatu e fetāui ai lo'u nei tagata ma le avanoa faigaluega i le <igoa o le fa'alapotopotoga> ma auala e mafai ai ona ou fa'aaogāina lo'u tomāi ma malamalama i le galuega.

Fa'amolemole silasila ane i le CV ma le tusi talosaga o lo'o fa'apipi'i atu mo le avanoa ua ta'ua i luga e pei ona fa'asalalauina i le Seek i le aso 20 Me 2020.

O le a ou fa'atali i sau fa'ai'uga o le a fai.

Ma le fa'aaloalo lava
Aleki Vaiola
Telefoni 033 333 333
alekiv@hmail.com



Fautuaga:

Talosaga se kopi o Fa'amatalaga o Galuega

Teu lelei Fa'amatalaga o Galuega e te iloa ai tulaga ua o'o i ai lau talosaga ma tapena ai mo se fa'atalanoaga.



Fautuaga:

Pe afai e leai sau komepiuta e maua ai le initaneti

Asiasi i faletusi po'o community centre o lata ane e fai ai au sa'iliga ma tu'uina atu ai lau tusi talosaga mo se galuega.

Fautuaga mo le faiga e fai ai lau profile e sa'ilia ai sau galuega

E t̄aua lou faia o lau profile i luga o le initaneti e pei ona faia i lau CV.

E mafai ona fai sau profile i hub mo galuega a le fa'alapotopotoga, upega tafa'ilagi a le Work and Income, lau oe lava upega tafa'ilagi po'o le LinkedIn. E sa'ili i taimi uma e pule o galuega ma fa'alapotopotoga e sa'ilia tagata faigaluega, profiles e maua ai 'aufaigaluega fou.

E silia ma le 540 miliona tagata o lo'o maua profiles i luga o le LinkedIn – o se tasi o social media e fa'alauiloa ai lou tomai ma feso'ota'i ai ma 'au'aunaga fa'apitoa ma pisinisi.

O le LinkedIn o se tasi lea o faiga fa'aopoopo i lau CV o lo'o maua i luga o le initaneti ma lau Facebook page.

E mafai telē e lau profile i luga o le initaneti ona fa'alauiloa oe:

- 'Oto'oto lou tomai i le pito i luga o lau profile.
- Lisi le telē o lou malamalama, a'oa'oga ma tomai.
- Aofia ai fa'amatalaga e fa'afeso'ota'i atu ai oe ma le nofoaga o lo'o e aumau ai.
- Fa'aaogā se ata e iloa ai na o ou foliga ma e talafeagai.
- Fa'aaogā fa'a'upuga t̄aua e fa'amatala ai lou tomai.
- Siaki le sipelaga ma fa'asa'o mea o sese.
- Fa'aaogā se imeli e talafeagai e pei o le maia.johnson@website.com.
- Afai e mo'omia ona fai se username, ia mautinoa e talafeagai le igoa o fa'aaogā.
- Fa'aopoopo suiga lata mai i lau profile.
- Feso'ota'i ma isi – lafo se talosaga i tagata e lagolagoina lau profile pe lafo se fe'au i tagata.



Mo nisi fa'amatalaga:

Fa'apefea ona iloa lelei e isi la'u LinkedIn

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

Vaega tāua o le CV

Fa'apu'upu'u, lelei ma tausa'afia lau CV.

1

Ae e te lē i sauni e tusi lau CV

- Fa'ama'oti lelei tomai ma le telē o lou malamalama ia fetau ma fa'amatalaga o galuega ma le fa'asalalauga. Aua ne'i galo au galuega e fai i fafo atu ma le galuega. Fa'ailoa ni fa'ata'ita'iga pe a talafeagai
- Taga'i i fa'ata'ita'iga e fausia ai CV, gagana ma auala aogā ma lelei e fa'alauiloa ai oe.

2

Mafaufau peisea'i o oe o le pule o le galuega

E na o le 10 sekone e te u'una'ia ai se pule o le galuega e fa'aauau lana faitau i lau CV. E telē le aogā o lau CV pe afai o 'oto'oto lelei mea o mo'omia e le pule o le galuega. Fa'apu'upu'u lau CV ma fa'aali tau lava o lou tomai ma le telē o lou malamalama e talafeagai ma le galuega.

O fesili tāua e tolu e te mafaufau ai ia te oe lava:

1. A va'ai se tasi i la'u CV, fa'amata o fa'apea ane 'Manaia tele le CV lea'?

E tele nauā CV e tau fa'avasega e pule o galuega e fai i ai se fa'ai'uga mo tagata e to'alua pe to'atolu e fa'atalanoa. E sili atu ona maua se tali lelei pe afai e manino ma fa'atulaga lelei se CV fa'atusa i se CV ua umi tele, toe fa'aletonu le fa'atulagaina.

2. A mae'a ona latou faitau atoa i lau CV, fa'amata o manatu ai fa'apea 'O le tagata tonu lava lea o lo'o mo'omia'?

O lo'o sa'ili e pule o galuega se tasi e fetau lelei ma fa'amatalaga o galuega. Fetu'una'i ma taula'i lau CV e atagia ai tulaga 'ese e fetau lelei ma le galuega o lo'o e talosaga i ai.

3. A filifili CV mo tagata e fa'atalanoa, fa'amata o manatu ai fa'apea 'E lelei pe a tatou feiloa'i ma le tagata lea'?

O lo'o mafaufau pule o galuega po'o ā mea e mafai ona e ofoina atu i le galuega. Ia manino lelei i tagata lou itu'aiga tagata ma faiga pito sili ona e lelei ai.

3

Fai i isi pe mafai ona siaki lau CV

E tāua lou fai i se tasi na te siakia lau CV po'o fetau, lelei le faiga ma e lē o iai ni sese i le sipelaina o upu po'o kalama.



Taga'i ile metotia CV Builder:

careers.govt.nz/tools/cv-builder

Filifili tagata e fetau lelei e fai ma au molimau

E masani i pule o galuega ona talosaga ni tagata e to'alu e fai ma au molimau – o tagata e mafai ona latou fa'afeso'ota'ia e fa'amautinoa e fetau lelei oe ma le galuega.

Filifili tagata e fa'atuatuaina ma talafeagai, e mafai ona latou fa'amaonia au galuega ma le fa'atinoga o au galuega, ma e faigofie ona fa'afeso'ota'i. Logo muamua tagata e fai ma au molimau.



Tagata e pito sili ona fetau lelei e fai ma au molimau:

Lou ta'ita'i, supavaisa po'o le Pule Sili



Tagata e fetau lelei e fai ma au molimau:

Se ta'ita'i o se poloketi, tagata sa fai i ai se tautua, po'o se tasi sa e lipoti atu i ai



Tagata e lē maua gofie:

Se faia'oga tau ta'aloga, ta'ita'i i totonu o afio'aga, tagata sa fai i ai se tautua po'o se faia'oga o se mata'upu

Tusi pe toe fetu'una'i le CV

Fautuaga

Tusi lou igoa ma numera e fa'afeso'ota'i atu ai i le pito i luga. (E lē mo'omia ona fa'ailoa fa'amatalaga nei i le pito i luga o itulau ta'itasi.)

- Fa'anumera itulau i le pito i lalo.
- la manino ma iloa lelei ulutala uma. Fa'aaogā le bold, size, colour, white space ma isi mea, mo le faiga o le ulutala.

O le fa'amoemoe o le vaega lea ia gaua'i atu le tagata o lo'o faitaua lau CV. E lē fa'aauiaina ona faitau lau CV, pe afai e lē o le tulaga lea.

- Fa'aaogā fa'a'upuga lava e tasi na fa'amatala ai tomai o lo'o ta'ua i le fa'asalalaua.
- Ua na o se fa'ata'ita'iga e tusi ai se tasi o tomai. E mo'omia ona aofia ai le tele o isi tomai, e pei o le tomai i feso'ota'iga, fo'ia o fa'afitauli, tautuaina o tagata fa'atau ma le galulue fa'atasi.

O le fa'amoemoe o le vaega lena o le tu'uina mai o fa'amaoniga o le telē o lou malamalama e fa'atino ai se galuega.

- E te mana'o i le pule o le galuega e fa'apea ifo ia te ia 'E mafai e le tagata lea ona fa'atino le galuega ma ou te mana'o i le tagata lea na te fa'atino galuega'.
- Taula'i i galuega tāua. 'Oto'oto auala na e fesoasoani ai i le kamupani e 'ausia taunu'uga lelei.
- Afai e mamao tele i tua tala'aga o au galuega, e lelei pe a ta'ua na o galuega sa e iai talu ai nei po'o galuega e talafeagai.

Faiga faigofie e tapena ai le CV ma fa'ata'ita'iga o mata'upu e aofia ai

Aleki Vaiola

1234 Chelsea Road, Lower Hutt, 5010

Imeli: alekiv@gmail.com

Telefoni: 033 333 333

LinkedIn: linkedin.com/in/alekiv3333

Tomai ma agava'a tāua

Tomai tau ta'ita'iga

- 15 tausaga o le telē o le malamalama i pulega ma le a'oa'oina o le aufaigaluega i umukuka e feoloolo le tetelē
- Fo'ia lelei fa'aletonu ma saunia fuafuaga mo tulaga lamatia
- Mafai ona vave atia'e ma le mautinoa so'otaga ma le lautele o tagata

Tala'aga galuega

Restaurant Manager

2015 – 2020

Cafe LaFairy, Wellington

- Gafa ma pulega tau gaosiga o oloa, a'oa'oga ma le fa'afaigaluegaina o le 'aufaigaluega e 20 mo le umukuka ma le au fa'amamā fola
- Fa'atino siaki e mautinoa ai tulaga lelei o oloa ma tali atu i fa'aletonu o feagai ma tagata fa'atau
- Fa'atulaga tala o le tupe, pulea ma talosaga oloa mo le fale'aiga
- Si'itia tupe maua i le 25% i le tausaga e tasi
- Fa'aitiitia aufaigaluega ua fa'amavae i le 30% talu mai le 2017

Tala'aga o galuega (fa'aauau)

Restaurant Manager

2005 – 2015

Freepav Cafe

- Taitaia aufaigaluega i le umukuka ma le 'au fa'amamā fola
- Pulea tala o le tupe, fa'atonu 'oloa ma faiga e totogi ai 'oloa e tagata fa'atau
- Taulāmua i le a'oa'oina o le 'aufaigaluega ua mafai ai ona ausia le 98% o tagata fa'atau ua fa'amalieina i 'au'aunaga mai le 2006–2015
- Fa'avae faiga e pulea ai tulaga lelei ua mafai ai ona si'itia le lelei o 'au'aunaga i le 25%

Tala'aga o a'oa'oga

NZ Diploma i le Hospitality Management

2010

Service IQ, Wellington

Fiafiaga

- Tamo'e
- Kirikiti

Tagata e fai ma au molimau

Fa'ailoa tagata e fai ma au molimau pe a talosagina

Po'o le

Moana Ngata

Restaurant Owner
Cafe LaFairy, Wellington
Telefoni: 044 444 4444
Imeli: mngata@hmail.com

Nish Ahuja

Cafe Owner
Freepav Cafe, Wellington
Telefoni: 055 555 5555
Imeli: nisha@hmail.com

Fautuaga

Faiga e fa'atulaga ai lau talosaga e aofia ai:

- la fa'aolaola lelei le tusiga o le igoa o le galuega, ma tusi i lalo ifo le kamupani ma galuega fa'atino.
- Fa'amuumua le galuega pito lata mai.

O le ā le vaega e fa'amuumua – tala'aga o galuega po'o tala'aga o a'oa'oga? Mafaufau po'o fea le vaega pito lata mai ma talafeagai ma le galuega o lo'o e sa'ilia.

E lē fa'amalosia le vaega lea ae o se avanoa e fa'amatala ai oe e 'ese mai au galuega.

- E mafai ona aofia ai mea e te fiafia i ai, tafao ai, galuega e fa'atino e aunoa ma se totogi po'o galuega mo tagata lautele.
- Fa'asolo le fa'avasegana o manatu tāua.

E tatau i pule o galuega ona fa'ailoa atu le taimi o le a fa'afeso'ota'i ai tagata e fai ma au molimau. E masani ona fa'atoa fa'afeso'ota'i i latou nei i le mae'a ai o se tou feiloaiga.

- Afai e lē o aofia tagata e fai ma au molimau i lau CV, ia mautinoa o lo'o mafai ona e tu'ina atu fa'amatalaga e fa'afeso'ota'i ai pe a talosagina oe e le pule o galuega.
- Filifili lelei tagata e fai ma au molimau. Fa'ailoa i ai le galuega o lo'o e talosaga i ai, e mafai ai ona latou tapena – e tatau ona fetau fa'amatalaga a tagata e fai ma au molimau ma le galuega.

Lau tusi talosaga

Mea e tatau ona aofia ai

Fa'amatalaga tau feso'ota'iga

Tusi, i le fa'atulagana o lo'o ta'ua i lalo:

- lou igoa atoa
- lou tuatusi
- tuatusi o lau imeli
- numera o lau telefoni
- lau LinkedIn.

Aso

Ia aofia ai le aso na lafo ai le tusi.

Fa'amatalaga tau feso'ota'iga a le pule o le galuega

Tusi, i le fa'atulagana o lo'o ta'ua i lalo:

- igoa o le tagata
- itu'aiga galuega
- igoa o le fa'alapotopotoga ma le tuatusi.

Tagata e fa'afeso'ota'i

Fa'atuatusi le tusi talosaga i le igoa o le tagata pe a o iloa. Fa'afeso'ota'i le fa'alapotopotoga e te fesili i ai. Afai ua lē mafai ona maua le igoa, tusi ai "Dear hiring manager".

Mafua'aga o le tusi

- Fa'aulutala le igoa atoa o le itu'aiga galuega ma le numera e iloa ai le galuega.
- Fa'ailoa o lo'o e talosaga mo le avanoa o lo'o ta'ua i luga ma le nofoaga na e maua ai fa'asalalau.

Mafua'aga ua ala ai ona e mana'o e te faigaluega i le fa'alapotopotoga ma fa'ailoa tulaga o lo'o e iloa e tusa ai ma le fa'alapotopotoga

- Ia atagia i au fa'amatalaga lou naunau e saili itu e tāua ai le galuega ma mafua'aga ua e mana'o ai e aveva oe ma se tasi o le aufaigaluega.
- Fai ni fa'amatalaga lelei e uiga i le fa'alapotopotoga, fa'ata'ita'iga: tulaga tauleleia, fa'atinoga o galuega ma oloa.
- Manatua o le 'auga o lau tusi ia atagia ai sou aogā mo le fa'alapotopotoga, ae lē o le fa'amalau o mea e te mana'o e maua mai ai.

'Auivi

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

25 Me 2020

Jane Smith
HR Manager
Wubsay Franchises
PO Box 1234
Wellington, 6011

Lau susuga Jane

Mata'upu: Wubsay Restaurant Manager

Ua ou tusi atu e tusa ai ma le avanoa Restaurant Manager i Wubsay Wellington City, na fa'asalalaua i le Seek. Fa'amolemole silasila ane i la'u CV o lo'o fa'apipi'i atu e maua ai nisi fa'amatalaga e lagolagoina ai la'u talosaga.

Ou te fiafia i agatausili o lo'o fa'avae ai le Wubsay i faiga fa'amaoni, tulaga lelei ma 'au'aunaga mo tagata fa'atau. E masani ona ou fa'atino mea e sili atu mo tagata fa'atau, ma mautinoa o lo'o saunia e la'u vaega taumafataga e sili ona lelei ma 'au'aunaga pito sili ona lelei.

E lava ma telē lo'u malamalama e pei ona avea ai ma Restaurant Manager i nisi o fale'aiga lauiloa Cafe LaFairy ma le Freepav, Wellington. Mai galuega uma nei, sa ou taitaia le afaigaluega i le umukuka ma luma i le ofisa e saunia se tausamiga anagata mo tagata fa'atau. E aofia foi i a'u galuega fa'atulagana o tala i le tupe, puleaina o 'oloa, a'oa'oga ma le fa'afaigaluegaina o tagata.

Na si'itia tupe maua a le Cafe LaFairy i le 25% i le taimi na ou faigaluega ai ma fa'aitiitia 'aufaigaluega ua fa'amavae i le 30%.

Ou te lagolagoina malosi faiga e fa'atumauina ma fa'aleleia ai tomam o a'u o se tasi o sui i le Restaurant Association of NZ ma le Restaurant Manager Association. Ou te fiafia e sa'ili fa'amatalaga ou te iloa ai tulaga o lo'o tau atia'e i matata tau talimalo ma 'auai i fonotaga e tai lua vaiaso ma fai.

O se tulaga fa'aga'etia le avanoa o lo'o maua i le Wubsay ma e iai lo'u talitonuga e telē lo'u aoga i le galuega ma e fetau lelei lo'u tagata ma le fa'alapotopotoga.

Fa'afetai tele lava mo le fa'aavanoaina o lou taimi e iloilo ai la'u talosaga. O le a ou fa'atali i sau fa'ai'uga o le a fai.

Ma le fa'aaloalo lava
Aleki Vaiola

Mea e tatau ona aofia ai

O lou sao i le galuega

- Oto'oto tulaga e talafeagai ai oe ma tulaga mo'omia mo le galuega.
- 'Oto'oto tomam fa'apitoa, telē o lou malamalama ma lou iloa e mo'omia mo le galuega.
- Tomam e patino ia te oe, fa'amoemoega mo oe lava, fa'afiafiaga ma fa'anaunautaiga.

Fa'amae'a

- Afai o e talosaga mo se avanoa faigaluega, e fautuaina lou fa'afetaia o le fa'alapotopotoga mo le iloiloaina o lau talosaga.
- Afai o e talosagaina se avanoa e fa'atalanoa ai lau talosaga, ia manino lelei se manatu e te toe tuliloaina i lau talosaga i le telefoni.

Saini e fa'amuta ai

- Ia atagia tulaga o lou tomam fa'afaigaluega i lau fa'atofa, aua le faia ni fa'amatalaga maotua po'o fa'amatalaga ta'atele. Tusi lou igoa muamua ma lou fa'ai'u ma saini i luga atu o lou igoa se'i vagana ai pe afai o lo'o tu'uina atu lau talosaga i luga o le initaneti.



Taga'i i le faiga e fai ai se tusi talosaga:
careers.govt.nz/job-hunting/cvs-and-cover-letters/templates

Itu'aiga fa'atalanoaga

Afai ua maua sou avanoa e fa'atalanoa ai le galuega, o lona uiga o lo'o iai le manatu i le pule o le galuega o lo'o ia te oe le tomai e fa'atino ai galuega. O lou avanoa lea e fa'ailoa ai e fetau lelei oe ma le a'ufaigaluega.



Fa'atalanoaga fa'afesaga'i

Ia e iloa lelei, e amata maitau oe e le pule o le galuega i le taimi fa'atoa va'ai ai ia te oe, pe a fai o se fa'atalanoaga e fa'afesaga'i ai.

Faiga e fai ai lau fa'afeiloa'i i tagata o lo'o fa'atinoa le fa'atalanoaga:

- Tilotilo sa'o i tagata, 'ata ma fa'ailoa lou igoa atoa.
- Ia e malamalama lelei i le faiga o lau nofo – ia tutusa lelei au fa'amatalaga ma le faiga o fai ai lau nofo. Mo se fa'ata'ita'iga, afai na e ioeina manatu fou ae o lo'o e pi'ilima ma fa'agape lou vae, e le o foliga na o se tagata e talitonu i lana tala sa fai.

E tãua tele lou la'e i o fai – ia mautinoa e talafeagai ou lavalava ma le galuega o lo'o e talosaga iai.



Fa'atalanoaga i luga o le video

O le mea tãua ia e manatua i fa'atalanoaga i luga o le video, e ono afaina lau talosaga pe afai o iai ni mea e ono fa'alavelave i le taimi o le fa'atalanoaga.

- Ia mautinoa ua uma ona fa'atulaga lelei faiga fa'atekonolosi – ia e iloa le polokalame e fa'aaogã ma le faiga e fa'aaogã ai, ia lelei feso'ota'iga tau initaneti ma ia mautinoa o lo'o lava le ma'a o lo'o fa'aola ai lau komepiuta po'o fa'aola foi i le palaka.
- E tãua foi mea o lo'o iloa atu. E le ata lelei i le mea pu'eata lanu uliuli, pa'epa'e po'o se ofu e tele na'ua mamanu o lo'o iai, alofia lavalava fa'apenei – pito sili lava ona manaia le lanu moana pa'auli.
- Fa'amanaia tua atu o oe – 'ave'ese ni fa'ata po'o ata – ma ave'ese mea e fa'alavelave i le va'ai o lo'o i totonu o le potu, e aofia ai meaola, tamaiti ma au uo o lo'o tou nonofo fa'atasi!



Su'ega mo fa'atalanoaga

E iai nisi o fa'alapotopotoga e mo'omia ona e faia se su'ega e fua i le taimi le fa'atinoga, e pei o su'ega tau matematika po'o su'ega tau tusitusiga.

- Sa'ili ma fa'ata'ita'i su'ega o lo'o maua i le initaneti.
- Fa'ailoa i le o le a fa'atautaia lau fa'atalanoaga pe afai o iai se tulaga e ono fa'afaigata ai ona fa'atino se su'ega e fua i le taimi le fa'atinoga.
- Faitau lelei fa'atonuga. Sauni mo mea e fai i le taimi ua tu'uina atu.
- Fesili pe afai o iai se mea e te le o mautinoa.
- Toe faitau lelei au tali pe a uma lau su'ega.

Sauni mo se fa'atalanoaga

E tāua lou lava sauni ma e fesoasoani tele i le faiga o lau fa'atalanoaga ma le faiga e fa'alauiloa ai lou tagata.

Fa'aaogā le lisi ua tu'uina atu e mautinoa ai ua e lava sauni.

1 Sa'ili isi fa'amatalaga e uiga i le kamupani po'o le fa'alapotopotoga

Aisea?

- O lou iloa o galuega e fa'atino e le fa'alapotopotoga, o le lelei foi lena o au tali.
- E matua'i fa'afiafiaina le tagata o lo'o fa'atautaia lau fa'atalanoaga pe afai o atagia i au fa'amatalaga lou malamalama i le fa'alapotopotoga po'o le kamupani.
- E fesoasoani lou malamalama i itu nei e te iloa ai pe fetau'i agatausili ma faiga fa'avae a le kamupani ma tulaga o lo'o e fa'atāuina.
- E ono fa'atupu manatu ai i ni fesili e te fia fesili ai i le pule o le galuega.

Fa'apefea?

- Taga'i i le upega tafa'ilagi a le kamupani pe afai o iai.
- Fai se lisi o mea e te mana'o e te fia iloa e uiga i le fa'alapotopotoga e pei o fa'amatalaga i totogi.
- Mafaufau i au feso'ota'iga masani. E te iloa se tasi o lo'o faigaluega ai i le taimi nei pe sa faigaluega ai?
- Afai e te iloa se tasi o lo'o faigaluega i se fa'alapotopotoga e tai tutusa ma le fa'alapotopotoga o lo'o e talosaga i ai, talanoa i ai i tulaga o galuega.

2 Toe iloilo le fa'amatalaga o galuega, lau CV ma lau tusi talosaga, fa'ata'ita'i fesili e ono fa'atalanoaina ai oe ma sauni au oe lava fesili

Aisea?

- Fa'aaogā fa'amatalaga o galuega e te iloa ai fesili e ono fesili atu ai le pule o le galuega.
- Fa'atulaga 'ese tomai e te mana'o e fa'amamafa i lau fa'atalanoaga ma ia manino i lau tautalaga le aogā o lou tomai i le galuega.
- E ono talosagaina oe i le mae'a ai o le fa'atalanoaga pe iai ni au fesili.

Fa'apefea?

- Mafaufau peisea'i o oe o le pule o le galuega. O ā fesili o le a tu'uina atu? E mafai ona e fa'aaogā fesili masani o lo'o lisi i le vaega mulimuli o le ta'iala lena po'o luga o le careers.govt.nz e fesoasoani ai i au tapenaga.
- Tusi tali o fesili e fesoasoani e te iloa ai fa'ata'ita'iga lelei.
- Fa'ata'ita'i au tali i se isi o lo'o fesoasoani i au tapenaga. Po'o le pu'e o au tali ma toe fa'alogo i ai. Siaki po'o manino ma faigofie ona lagona atu au tali, ma e logo lelei. E vave lava ona fa'atatope lau talanoa, pe a e pala'ai.
- Fai se lisi o fesili e te mana'o e fesili ai e uiga i le fa'alapotopotoga.

Sauni mo se fa'atalanoaga (fa'aauau)

3

Sauni lelei lou la'ei ma lou auala e te malaga ai i lau fa'atalanoaga

Aisea?

- E lē o se tulaga lelei i le pule o le galuega, pe a e tuai mo se fa'atalanoaga.
- E mafai ona oso lou popole pe a e fa'atatope ma e ono afaina ai lau fa'atalanoaga.

Fa'apefea?

- Filifili se la'ei aulelei ma mamā, 'aui lelei ma e talafeagai mo se fa'atalanoaga aloa'ia.
- Siaki po'o fea le nofoaga e fai ai le fa'atalanoaga e te iloa ai lou auala e te malaga ai.
- Mautinoa le taimi o femalaga'iga pe afai e pu'e le pasi po'o le nofoaafi. la lava le taimi e te sauni ai mo ni fa'alavelave fa'afuasei e te ono tuai ai.
- Afai e mafai, fa'ata'ita'i ona e ti'eti'e i le nofoaga e fai ai le fa'atalanoaga e te iloa ai le nofoaga ma le umi e te malaga ai.

4

Ia mautinoa o lo'o e malamalama i le fa'agasologa o le fa'atalanoaga

Aisea?

- O nisi o fa'agasologa e filifili ai tagata e fa'atalanoa e aofia ai su'ega, fai se folasaga, folasaga i totonu o vaega po'o isi gaioiga.
- E tāua lou iloa pe to'atasi pe to'atele nisi i le fa'atalanoaga.

Fa'apefea?

- Fa'afeso'ota'i le fa'alapotopotoga ma fesili i ai po'o le ā le fa'agasologa mo le fa'atalanoaga, pe afai e lē i tu'uina atu fa'amatalaga e uiga i le fa'agasologa o fa'atalanoaga.
- Afai o fa'atalanoa oe e se komiti, taumafai e feso'ota'i ma tagata uma. Tali sa'o atu i le tagata na fesili atu, ma ia e iloa lelei o lo'o iai foi ma isi i le fa'atalanoaga.

O le fa'atalanoaga



Malo lava, ua maua lou avanoa mo se fa'atalanoaga!
O nisi nei o fautuaga aogā e manuia ai lau fa'atalanoaga.

- Fa'alogo lelei i fesili ua tu'uina atu ma fa'aaogā fesili ta'itasi e fa'ailoa ai ou malosí'aga.
- O le tulafono masani ia aua nei lalo ifo ma le 30 sekone pe sili atu ma le lua minute le umi o au tali ta'itasi. Fa'apu'upu'u au tali ma tali sa'o fesili.
- Aua e te vave tali atu pe afai e te lē o malamalama. E mafai ona e fa'apea atu, "Manaia le fesili- sei o'u mafaufau muamua lava i ai." Afai e te lē malamalama i le fesili, e mafai ona e fa'apea atu, "E mafai ona fa'a'upu mai i se isi faiga le fesili?"
- E iai le tulafono 40-60 mo fa'atalanoaga: o le 40% o le taimi e talanoa ai lē o lo'o fa'atautaia le fa'atalanoaga, ma le 60% mo oe.

O fesili e fa'atupu manatu ma auala e tali atu ai

E masani ona iai fesili e fa'atupu manatu e pei o fesili o lo'o ta'ua i lalo.

<ol style="list-style-type: none"> 1. Fai sau tala po'o le ā le uiga o le asō ia te oe? 2. Aisea na e talosaga ai mo le galuega? 3. O le ā sou sao e fai mo le galuega? 4. O ā ni ou tomai e talafeagai ma le galuega? 	<p>Fa'aaogā le fesili lea e fa'ailoa ai lou atamai, iloa ma lou malamalama i le galuega. Ia aofia tulaga nei i lau tali:</p> <ul style="list-style-type: none"> • lou iloa i le galuega • tulaga o mo'omia e le galuega • fa'amatalaga e uiga ia te oe ma ou malosí'aga • se aotelega o manatu nei e tolu.
<ol style="list-style-type: none"> 5. Fa'amatala mai po'o ai oe. 6. O ā mea o e fa'amoemoe e 'ausia? 	<ul style="list-style-type: none"> • Mafaufau i tulaga o lo'o fia malamalama i ai le pule o le galuega ia te oe ma ou fa'amoemoega e feso'ota'i ma le galuega. Talanoa i nisi o ou malosí'aga ma taumafai ia feso'ota'i ma le galuega.

Fa'ai'uga o le fa'atalanoaga

Sauni au fesili mo le komiti e tali atu ai. E ono aofia tali i se fesili i le taimi o le fa'atalanoaga. E mafai ona e fa'apea atu, "Sa iai nai fesili peita'i sa e ta'ua lea tulaga i le taimi o le fa'atalanoaga."

- Fa'amautu lou mana'o ma lou naunau i le galuega.
- Fa'amautinoa le isi la'asaga o le fa'agasologa o le avanoa faigaluega i le mae'a ai o le fa'atalanoaga.
- Mafaufau e lafo sau fa'afetai i le imeli i le komiti i le mae'a ai o le fa'atalanoaga.
- Fa'amautinoa o lo'o maua e le komiti igoa ma numera e fa'afeso'ota'i ai tagata o lo'o fai ma au molimau.

Faiga autu mo fa'atalanoaga

E tele faiga 'ese'ese mo fa'atalanoaga ma e iai nai 'ese'esega o fesili ta'itasi.

- **Uiga fa'aalia:** lau tali atu i nisi o tulaga i totonu o falefaigaluega.
- **Uiga e lē tau fa'atino:** taula'i i ou uiga, fa'amoemoega, fa'anaunauta'iga ma ou malosí'aga ma vaivaiga.

Fa'atalanoaga i uiga fa'aalia – metotia e ta'ua o le STAR

E fa'aaogā le STAR o se metotia e tali ai fesili i uiga fa'aalia.

E taula'i fesili i uiga fa'aalia po'o tulaga e ono tutupu i lau tali atu i nisi o tulaga. E fa'aaogā e pule o galuega le faiga lea e iloilo ai le telē o lou malamalama ma uiga fa'aalia o se sui o lo'o fa'atalanoaina. Mo se fa'ata'ita'iga:

"Fa'amatala mai se vaitaimi na fai ai se faitioga a se tagata fa'atau i lana mea'ai. Na fa'apefea ona e fo'ia lea fa'afitauli? O le ā le taunu'uga?"

S

Tulaga (Situation)

Fa'amatala le uiga tonu o le tulaga na iai

Na iai se tasi o tagata fa'atau na faitio i le pala o lana mea'ai ma le umi na kuka ai. Na matua'i ita lava, talu ai ua tuai i lana fe'au e uma alu i ai.

T

Gaioiga (Task)

Fa'amatala le gaioiga na mo'omia ona e fa'ataunu'uina

O lo'u tiute o a'u o le ta'ita'i, o lo'u talanoa i le tagata fa'atau ma taumafai e fo'ia le fa'afitauli.

A

Galuega fa'atino (Action)

Fa'amatala galuega fa'atino na fa'ataunu'u e 'ausia ai lea gaioiga

O le la'asaga muamua lava ia fa'alogo ma le to'a ma fesili e iloa lelei ai le fa'aletonu ma mautinoa ai e lē o iai se tulaga ua misi ia te a'u. Na ou fa'ato'ese ma talosaga po'o lava le taimi e fa'atali ai mo se isi mea'ai e sui ai le mea'ai na talosaga pe mana'o e toe fa'afō'i atu lana tupe.

R

Taunu'uga (Result)

Fa'amatala le taunu'uga o au galuega fa'atino

"O lona uiga..."

"Na taunu'u ai..."

"Ina ia..."

"O le aogā na maua mai ai..."

"Na maua faiga lelei ona..."

"O le aogā na maua mai ai..."

O le taunu'uga, na fa'amalieina le tagata fa'atau auā na matou amana'iaina ma ioeina faitioga. Na toe fa'afō'i lana tupe ma ou toe talanoa i le sui o le 'aufaigaluega i le tulaga na o'o iai. Na fa'ailoa mai o le a toe asiasi mai i le fale'aiga i se isi taimi, ma o le tulaga mo'i lena na o'o i ai.

Fesili fa'atatau i uiga fa'aalia e fa'aaogā ai le STAR



Mo le fa'aaogāina o le STAR, fa'ata'ita'i au tali i fesili nei e tapena ai lau fa'atalanoaga.

- Fa'amatala se tulaga na e taumafai ai e fetu'una'i au feso'ota'iga ia fetau ma le tagata ua afaina.
- Fa'ailoa se fa'ata'ita'iga o se taimi na fa'afaigata ai ona e feso'ota'i ma se tasi o le 'aufaigaluega. Na fa'aapefea ona e taulimaina lea tulaga? O le ā le taunu'uga?
- O ā itu'aiga lipoti tusitusia po'o talosaga na e saunia? Na fa'aapefea ona e fa'amautinoa o lo'o lava le taimi ma o lo'o sa'o fa'amatalaga?
- Fa'amatala se tulaga na matua'i vevesi ai lou mafaufau. Na fa'aapefea ona e taulimaina lea tulaga?
- Fa'amatala mai se tulaga na e feagai ai ma se fete'ena'iga.
- Fa'amatala mai se vaitaimi na mo'omia vave ai le faia o se suiga.
- Fa'ailoa mai se fa'ata'ita'iga o se 'au'aunaga na lelei ona e fa'atinoa mo se tagata fa'atau.
- Fa'amatala se taimi na e maua ai se tali e lē i fa'amalieina ai se tagata fa'atau. Na fa'aapefea ona e fo'iaina? O le ā le taunu'uga?
- Fa'amatala mai se vaitaimi na e taumafai ai e fa'amaopoopo au galuega ia mae'a lelei. Na fa'aapefea ona e fa'amaopoopo lea tulaga?
- Fa'ailoa mai se fa'ata'ita'iga o auala na e fo'ia ai fa'afitauli.
- Fa'amatala mai se mea na tupu na lu'i ai oe. Na fa'aapefea ona e taulimaina lea lu'itau? O le ā se mea na 'ese ai lau faiga mai isi tagata?
- Fa'ailoa mai se fa'ata'ita'iga o se vaitaimi na e galue fa'atasi ai ma isi i se poloketi?



Taga'i ile: Faiga lelei e fa'atino ai se fa'atalanoaga

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

Fesili fa'atatau i uiga fa'aalia e lē tau fa'atino i taimi o fa'atalanoaga

O ā ni ou malosi'aga?

Talanoa i ou malosi'aga e feso'ota'i ma le galuega, ma afai e talafeagai ai, taumafai ia feso'ota'i ou malosi'aga ma le galuega o lo'o e talosaga i ai.

O ā ni ou vaivaiga?

E fa'atatau le fesili leni i tulaga o lou malamalama ia te oe lava ma lou naunau e fai se suiga ma malamalama i faiga lelei. Talanoa i mea ua e malamalama ai i lou tagata ma suiga na e faia.

Auala e tali ai le fesili lea:

- "I le vaitaimi ua tuana'i..."
 - "Ua ou iloa nei..."
 - "Ua a'oa'oina a'u ia ou..."
-

Taulāmua

O ā ni fa'amanuiaga pito sili ona tāua na e 'ausia, i le lima tausaga talu ai? Na fa'aapefea ona e fa'ataunu'u ma le manuia nei tulaga?

Fuafuaga

O ā fa'agasologa o fuafuaga sa aogā ia te oe?

Afai o iai se taimi tāua ua 'atofaina e fa'amae'a ai se poloketi, e fa'aapefea ona fuafua lau galuega e fa'amautinoa ai e taunu'u i se manuia?

E fa'aapefea ona fa'atulaga au fuafuaga ma/po'o le puleaina o le taimi?

Fa'anaunauta'iga

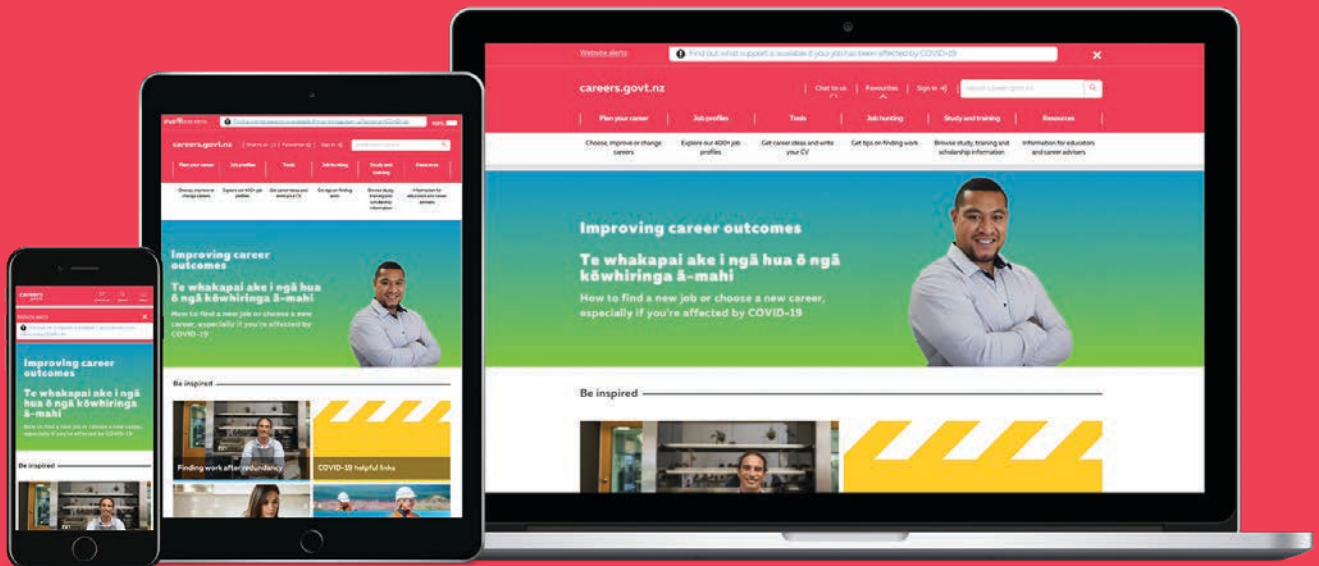
O fea le isi la'asaga e te iloa o le a e o'o i ai i le isi lima tausaga?

Fesili e te ono fesili atu ai i le fa'ai'uga o se fa'atalanoaga

- O ā tulaga ua fa'ata'atia e fa'amasani ai i le galuega po'o polokalame tau a'oa'oga e ono maua pe a amata le galuega?
- O ai ou te lipoti i ai?
- O ā lu'itau tetele e ono tula'i mai i le galuega?
- E lagolagoina e le kamupani a'oa'oga?
- E ono maua avanoa mo isi galuega ma le malamalama lautele i totonu o le kamupani?

Mo nisi fa'amatalaga

Taga'i i le upega tafa'ilagi careers.govt.nz



Metotia tau feso'ota'iga

Va'ai mo galuega fou ma sa'ili avanoa faigaluega

Fa'amatalaga ma fautuaga

Malamalama i faiga e fai ai lau talosaga mo galuega ma fa'afou ai lau CV

Fa'amatalaga au'ili'ili

Va'ai i nisi fa'amatalaga i mata'upu o lo'o maua e si'itia ai le tomai pe toe a'oga ai



Malo lava, ua mae'a ona e faitau i le Tusi Ta'iala mo e Sa'ili Galuega!

Fa'amau fa'amatalaga lata mai a o fa'agasolo le faiga o lau fuafuaga mo galuega fa'atino. Alo i ou faiva ia manuia au sa'iliga mo se galuega!

He waka eke noa

Tatou pulupululima fa'atasi mo lea fa'amoemoe

Tertiary Education Commission © 2020.

O lo'o laiseneina le puletaofia lenei i lalo o le laisene a le Creative Commons Attribution 3.0 New Zealand. E mafai ona fai sau kopi e maua fua, fa'asoa ma fetu'una'i, ae ia manatua ia aloa'ia i au fa'amatalaga galuega a le Tertiary Education Commission ma usitaia aiaiga mo isi laisene.

E maua le kopi o le laisene lenei, i le creativecommons.org/licenses/by/3.0/nz/.

Fa'amolemole ia manatua e le mafai ona fa'aaoga le tagavai a le Tertiary Education Commission po'o le tagavai a le New Zealand Government i so'o se faiga e ono solia ai so'o se vaega o le Flags, Emblems, and Names Protection Act 1981 pe ono solia ai se vaega sa talafeagai ona fa'aaoga i totonu o Niu Sila. E tatau ona aloa'ia i tusitusiga le Tertiary Education Commission ma e le fa'atagaina ona fa'aaoga ai se lomiga o kopi ai le tagavai a le Tertiary Education Commission po'o le tagavai a le New Zealand Government.

ISBN 978-0-9951420-0-8

TECO178SAM

careers.govt.nz



**Tertiary Education
Commission**
Te Amorangi Mātauranga Matua

New Zealand Government