



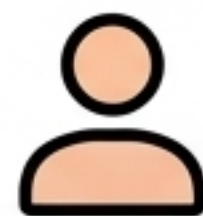
RESUME 2026: เขียนให้ AI รัก เขียนให้ HR เลือกรัก

The Ultimate Cheat Sheet: คู่มือปั้นเรซูเม่ฉบับอัปเดต
สำหรับ First Jobbers & Career Changers

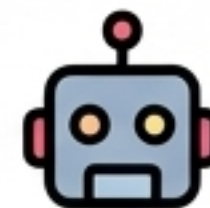
เลิกเขียนอัตชีวประวัติ
แล้วมาเขียน **โปรไฟล์การตลาด** ขายตัวเอง



The 6-Second Rule: กฎเหล็ก 6 วินาที



HR มีเวลาแค่ 6-7 วินาทีใน
ในการสแกนเรซูเม่ 1 ฉบับ
เพื่อตัดสินใจว่าจะ 'ไปต่อ'
หรือ 'พอแค่นี้'



ระบบ ATS (Applicant
Tracking System) จะสแกน
คัดกรองเรซูเม่ของคุณทั้ง
ก่อนที่มนุษย์จะได้อ่านด้วยซ้ำ!

เกมเปลี่ยนไปแล้ว! ดีไซน์สวยไม่สู้
"อ่านง่ายและตรงประเด็น"

ภาษาไทยไอที

ATS-Friendly:

ภาษาไทยไอที

พอร์นเมตปะ

ใช้ไฟล์ .PDF เสมอ
หลีกเลี่ยงตารางซับซ้อน
แผนภูมิ หรือไอคอนเยอะๆ

พจนัตมาตฐาน

ใช้ Arial, Calibri หรือฟอนต์
ที่อ่านง่าย ขนาด 10-12 pt.

คีย์เวิร์ดต้องโดน

ดึง Keyword สำคัญจาก
Job Description (JD)
มาใส่ให้เป็นธรรมชาติ



ฟอร์แมตปี:

พ่อนตีมาตรฐาน

ศึยเวิร์ดต้องโดน



Anatomy of a Winning Resume

Contact Header

ชื่อใหญ่ๆ, เบอร์โทร, อีเมล (แบบมืออาชีพ),
LinkedIn (ไม่ต้องใส่ที่อยู่เดิม/ศาสนา/อายุ)

Professional Summary

2-3 บรรทัดบอกว่าคุณเก่งอะไร
และทำอะไรให้บริษัทได้บ้าง (เลิกใช้คำว่า Objective)

Skills

แบ่ง Hard Skills, Soft Skills
และ Tools ให้ชัดเจน

Work Experience

เรียงจากปัจจุบันไปอดีต
(Reverse Chronological)

Education

วุฒิการศึกษา (เด็กจบใหม่เอาไว้
ด้านบน ผู้มีประสบการณ์เอาไว้ล่างสุด)



The Impact Formula:

เขียนให้เห็นผลลัพธ์

ภาษาไทยไอที



พัฒนา
(Developed)

[Action Verb] + [Task] + [Quantifiable Result %] + [Tool AI] = HIRED

นำทีม
(Led)

พัฒนา
(Developed)

✗ Bad (หน้าที่)

รับผิดชอบงานบริการลูกค้า
และทำรายงานยอดขาย

✓ Good (ผลลัพธ์)

ดูแลลูกค้า 100+ รายต่อเดือน รักษา
CSAT 95% และลดเวลาทำรายงานจาก
3 ชม. เหลือ 45 นาทีด้วย Power BI

เพิ่มยอด
(Increased)

ลดต้นทุน
(Reduced)

Hard Skills 2026: ทักษะแห่งอนาคต



AI / Generative AI

ทักษะการใช้ AI Tools
(ChatGPT, Midjourney)
เพื่อลดเวลาทำงานและ
เพิ่ม Productivity



Data Analytics

การคิดเชิงวิเคราะห์,
SQL, Power BI
เปลี่ยน Data เป็น Insight



Advanced MS Excel

ไม่ใช่แค่พิมพ์ข้อมูล
แต่ต้องผูกสูตรและ
วิเคราะห์ได้



Project Management

ทักษะบริหารจัดการ
โปรเจกต์ให้จบตาม
กำหนด

บริษัทไม่ได้มองแค่ว่าคุณใช้เครื่องมือเป็น
แต่มองว่าเครื่องมือเหล่านั้น 'สร้าง Value' ให้ธุรกิจได้อย่างไร

ภาษาไทยไอที

Soft Skills: พิสูจน์ว่าคุณคือ 'มนุษย์' ที่ AI แทนไม่ได้

Adaptability
การปรับตัวและเรียนรู้สิ่งใหม่
(Growth Mindset)

**Emotional
Intelligence
(EQ)**

ความฉลาดทางอารมณ์
และความเห็นอกเห็นใจ

Resilience

ความยืดหยุ่น รับแรงกดดัน
และฟื้นตัวจากข้อผิดพลาด

**Problem
Solving**

การคิดแก้ปัญหาเฉพาะหน้า
อย่างสร้างสรรค์

อย่าใส่แค่คำว่า 'สื่อสารดี' ลอยๆ! ให้ใส่บริบท เช่น

"นำเสนอ Weekly Update ให้ทีม 10 คน และสรุป Action Items อย่างชัดเจน"



Resume Evolution Matrix: เก่า vs ใหม่

	Old	2026
ข้อมูลส่วนตัว (Data)	ใส่น้ำหนัก ส่วนสูง อายุ ศาสนา กรุ๊ปเลือด	ใส่แค่ ชื่อ อีเมล เบอร์โทร LinkedIn (เลี่ยง Bias)
ดีไซน์ (Design)	กราฟิกจัดเต็ม สีฉูดฉาด มีหลอดพลังเสตตัส	คลีน Clean Design, พื้นขาว, เป็นมิตรกับ ATS
รูปถ่าย (Photo)	รูปติดบัตรหน้าเครียด หรือชุดครุย	รูป Professional ยิ้มแย้ม (หรือยืบบ.ตะวันตก ไม่ต้องใส่เลย)
เนื้อหา (Focus)	เขียนเป็น Job Description ยาวๆ	เน้นผลลัพธ์เป็นตัวเลข (Quantifiable Achievements)
ความยาว (Length)	3-4 หน้า	1-2 หน้า กระชับ ได้ใจความ



NO EXP? NO PROBLEM.

First Jobber Playbook: จบใหม่ ไม่มีประสบการณ์ เขียนยังไง?



สัดส่วน: การศึกษา 30%, ฝึกงาน/โปรเจกต์ 50%, กิจกรรม/ทักษะ 20%

Career Changer Playbook:

ย้ายสายงานให้โดดเด่น

ชุด Transferable Skills (ทักษะที่นำไปต่อยอดได้)

A
Old Career

จาก บัญชี -> สาย Graphic
ชุดทักษะการสื่อสาร การบริหารลูกค้า
และทำเรซูเม่ให้ดีไซน์ครีเอทีฟ

B
New Career

จาก เอกอังกค์ -> สาย Marketing
ชุดทักษะ Content Writing, Copywriting
และ Project Management

ปรับภาษาในอดีตให้ตรงกับ Keyword ใน Job Description ใหม่
และใส่ Certificate หรือคอร์สอบรมที่เพิ่งเรียนเพื่อยืนยันความตั้งใจ

Top Free Tools: อาวุธสร้างเรซูเม่ฟรี!



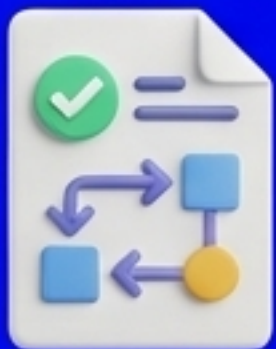
Resume.in.th

รองรับภาษาไทยสมบูรณ์แบบ
แนะนำสำหรับสายงานทั่วไป
จัดหน้าคลีน อ่านง่าย
(Highly Recommended)



Canva

มี Template สวยงามให้เลือกเยอะ
(คำเตือน: สายครีเอทีฟใช้ได้
แต่ระวังระบบ ATS
อ่านไม่ออกถ้ายัดกราฟิกเยอะไป)



Novoresume

ดีไซน์อินเตอร์ แบ่ง Layout
ตามประสบการณ์ชัดเจน
มีระบบแนะนำจุดแก้ไข



Hloom

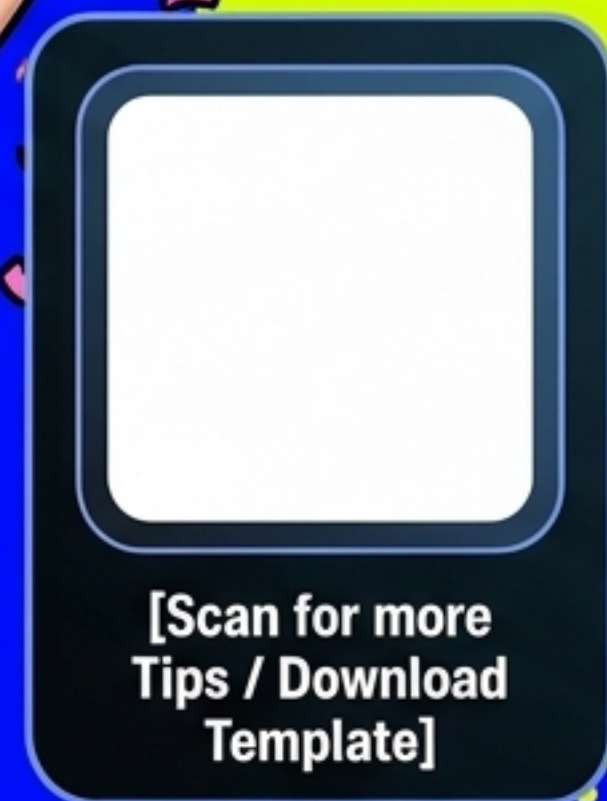
ศูนย์รวม Template แบบทางการ
(Minimalist) เหมาะกับสายงาน
อนุรักษ์นิยมหรือบริษัทต่างชาติ



⚠ Save เป็นไฟล์ **.PDF** เสมอ เพื่อป้องกันฟอร์แมตเพี้ยน! ⚠

Final Checklist: เช็คให้ชัวร์ก่อนกดส่ง!

- ✓ ความยาว 1-2 หน้ากระดาษ?
- ✓ ฟอนต์อ่านง่าย ไม่มีกราฟิกรกตา (ATS-Friendly)?
- ✓ ใช้ Action Verbs และใส่ผลลัพธ์เป็นตัวเลข?
- ✓ ถึง Keyword จาก Job Description มาใส่แล้ว?
- ✓ ตรวจสอบตัวสะกดและ Grammar เรียบร้อย?



พร้อมแล้ว... ไปคว่ำงานในฝันกัน!