

107年大專校院
職涯輔導種子教師培訓

學生職涯探索與認知

研習手冊



時間：107年5月18日(星期五)9:55~17:15
地點：東海大學 大智慧科技大樓 ST338教室
主辦機關：  教育部青年發展署
承辦學校：  東海大學

目錄

1 課程表

2 講師簡介及講義

- 2 主題 1：牌卡媒材於職涯輔導的帶領技巧與晤談方法
/李宜芳創辦人
- 12 主題 2：牌卡媒材於職涯輔導的體驗與運用/莊士勇諮詢師
- 30 主題 3：職涯教材的運用與實務/林秋松主任

57 培訓注意事項

※以下資料可至大專校院職涯輔導資訊平臺下載：

附錄

消除歧視 性別平等

我有我的拒毒 style

青年資源讚

青年署簡介



課程表

第 2 場：學生職涯探索與認知

時間：107 年 5 月 18 日(星期五)9:55~17:15

地點：東海大學 大智慧科技大樓 ST338 教室

時間	時數	課程內容	講師
09:30-9:55		報到	
09:55-10:00		長官致詞	
10:00-12:00	2	主題 1：牌卡媒材於職涯輔導的帶領技巧與晤談方法 <ul style="list-style-type: none">●牌卡媒材於職涯輔導的作用●牌卡帶領技巧與晤談方法	四季職涯發展學院創辦人/李宜芳
12:00-13:00		午餐餐敘	
13:00-15:00	2	主題 2：牌卡媒材於職涯輔導的體驗與運用 <ul style="list-style-type: none">●牌卡操作示範與體驗教學●牌卡於職涯輔導的實務運用	國立臺北商業大學職涯發展諮詢師/莊士勇
15:00-15:15		茶敘交流	
15:15-17:15	2	主題 3：職涯教材的運用與實務 <ul style="list-style-type: none">●大專校院職涯發展教材(1)職涯進路準備(2)網網相連	逢甲大學領導知能與服務學習中心主任/林秋松
賦歸			

講師簡介及講義

主題 1：牌卡媒材於職涯輔導的帶領技巧與晤談方法

主講者：

四季職涯發展學院創辦人/李宜芳

學歷：國立臺灣師範大學 社會教育學博士

經歷：

GCDF 全球職涯發展師

臺北醫學大學/兼課助理教授

致理科技大學/兼任助理教授

SmartM 世紀智庫管理顧問公司/專任講師

勞動部勞動力發展署 就業諮詢專業督導/職涯諮詢顧問



大專校院職涯輔導種子教師培訓

牌卡媒材於職涯輔導的 帶領技巧與晤談方法

四季職涯發展學院

帶領人 **李宜芳**

2018.5.18



李宜芳 Fanny

成人教育博士 . 全球職涯發展師

• 現職

- (創) 四季職涯發展學院/夢想執行長
- (產) SmartM世紀智庫管理顧問公司/專任講師
- (官) 勞動部就業諮詢/專業督導、職涯顧問
- (學) 台北醫學大學/兼課助理教授

• 學歷

- 臺灣師範大學社會教育學博士、清華大學社會學碩士、經濟系學士

• 經歷

- 教育策略總監、職涯輔導師、新聞記者、執行特助、政治競選專員、採購行銷專員

• 證照

- 全球職涯發展師 (GCDF00021-TW)
- 親密之旅進階帶領人 (No.JT120058)
- 嶄新生涯規劃卡片系列工具帶領人 (張基中字第011號)
- 生涯與就業協助系統 (CVHS) 施測引導認證
- 美國NLP大學聯盟 專業執行師國際認證



李宜芳 Fanny

成人教育博士 . 全球職涯發展師



• 專長

- 個人及團體深度面談及職涯諮詢
- 幸福職涯諮詢師訓練
- 人才多角度評鑑與人格特質分析
- 職涯發展教案及職業能力測評工具研發
- 職涯九宮心智藍圖研發者(勞動部職涯諮詢使用工具)
- 希望卡、夢想實踐卡研發者(專業輔導人員使用工具)

• 授課實績

- 教育部、青輔會、工研院、勞動部、文化大學進修、推廣部、台灣各大學及高中職、華岡興業基金會、家扶基金會、兒童福利聯盟、張老師基金會、伊甸基金會、心路基金會、臺灣中小企業協會、展譽職涯公司、新譽管理、1111人力銀行、Career就業情報、曙光角落諮商所、香港東華二院、豆藤數位人力資源、Groupon酷朋、早安美芝城、Toastmaster國際演講協會、香港雋心諮詢及培訓服務、南山人壽、統一夢時代、新光人壽、Kashiyama、國泰金控、優訊科技、耀華電子、永豐金控

人生最重要的三個我

I AM



我是誰

I CAN



我能夠

I WILL



我將會

LOVE 溝通方程式



L



O



V



E

5



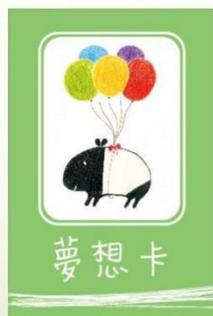
我研發的工具

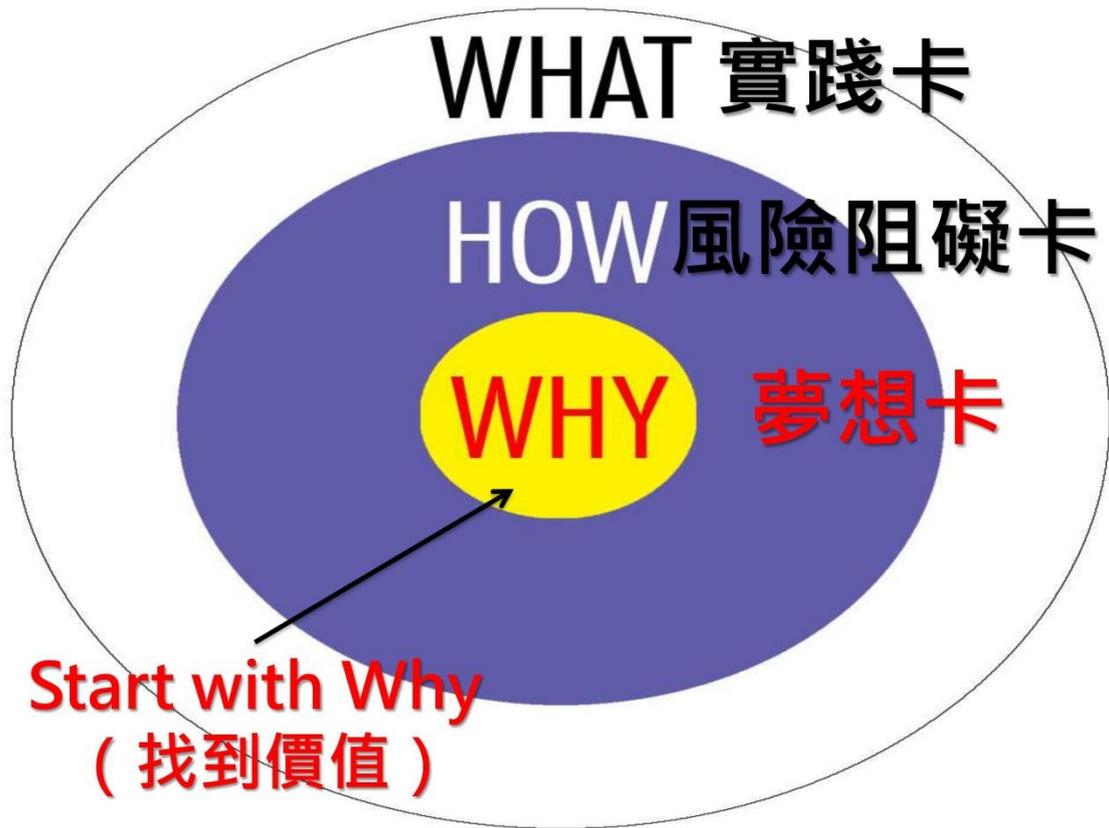
☆興趣嗜好	☆家庭經濟	☆學歷科系
☆夢想憧憬	☆態度特質	☆朋友社群
☆專長技能	☆人生價值	☆工作經歷

職涯九宮唔談系統



夢想實踐卡輔導架構



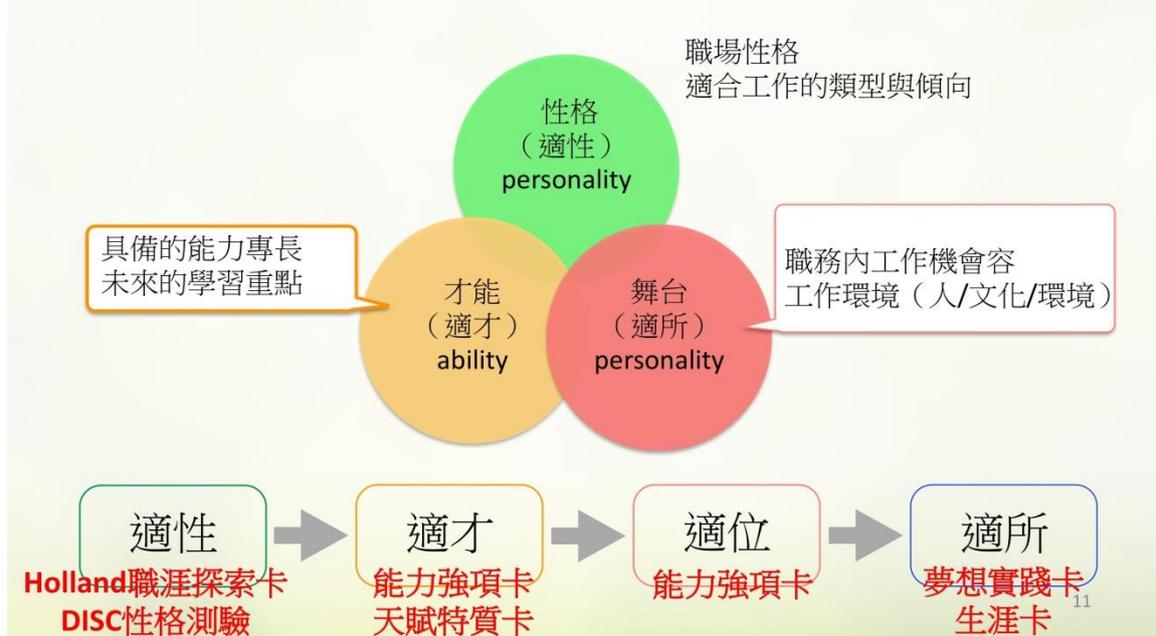


RQ : Resilience Quotient

心理韌性 (挫折復原力)



職涯發展四適策略



☆興趣嗜好	☆家庭經濟	☆學歷科系
☆夢想憧憬	☆態度特質	☆朋友社群
☆專長技能	☆人生價值	☆工作經歷



夢想卡整合 延伸其他牌卡



EDU

TALK

Education · Dreams · Upturns

教育、夢想、翻轉



有時候人需要的並不是建議，
而是一雙能握的手、一對願聽的耳、
與一顆肯懂的心。

主題 2：牌卡媒材於職涯輔導的體驗與運用

主講者：

國立臺北商業大學職涯發展諮詢師/莊士勇

學歷：德明財經科技大學經貿運籌管理研究所

經歷：

現任：

國立臺北商業大學/職涯發展諮詢師
四季職涯發展學院/職涯講師
千督管理顧問有限公司/首席講師

曾任：

國立臺北護理健康大學/健管系講師
德明財經科技大學行銷系/行銷系講師
Career 就業情報/特約講師
中華民國國際演講協會/講師團主席
中華知識管理應用協會/教育中心主任
展頡知識管理顧問公司/教務長
艾倫維妮文理語文補習班/班務主任
臺北市私立開平高級中學/註冊組長

認證：

GCDF 全球職涯發展師 (GCDF00619-TW)
PMP 國際專案管理師(No.502679)



大專校院職涯輔導種子教師培訓

牌卡媒材於職涯輔導 的體驗與運用

台北商業大學職涯諮詢師

帶領人 **莊士勇**

2018.5.18



莊士勇 Steven, Shih-Yung Chuang, GCDF, PMP

現職：台北商業大學 職涯發展諮詢師

四季職涯發展學院 專任講師

千督管理顧問有限公司 首席講師

勞動部勞動力發展署 職涯諮詢師

學歷：德明財經科技大學 經貿運籌管理研究所

經歷：中華民國國際演講協會 講師團主席

德明財經科技大學行銷系 行銷系講師

國立台北護理健康大學 健管系講師

中華知識管理應用協會 教育中心主任

展頡知識管理顧問公司 教務長

台北市私立開平高級中學 註冊組長

認證：GCDF全球職涯發展師(GCDF00619-TW)

PMP國際專案管理師(No.502679)

專長：職涯發展、諮詢晤談、人際溝通、專案管理、創業管理



0935-422-573

Fourseason.career@gmail.com





能力強項卡 團體搶牌活動

紀錄我的三項超能力

能力敘述	能力類別	對應學群

能力強項卡

- 卡片共有74張，每張卡片有正反兩面
- 正面：一種能力的具體描述
- 反面：能力的類別，適合能力發揮的科系學群



發現亮點：能力強項卡

藉由挑選能力強項卡的過程，覺察自己「具備」與「想要使用」的能力在哪裡。

能力強項卡一共有12類，74張卡，每一張卡片都是一個能力的描述語句。例如：

- ★「能把複雜的事用簡單的話表達出來」...表達能力類
- ★「在工作上願意與其他人配合」.....基本工作能力類
- ★「能以符號或方程式來輔助思考」...數與分析能力類
- ★「人緣好 / 找得到人幫忙」.....人際親和力類
- ★「能夠組織、建立並領導一個團隊」...管理 / 領導類



發現亮點：能力強項卡

★ 卡片背面的下方有對應的學系類群，與此能力高度相關的學群會呈紅色；次要相關的會呈藍色；沒有明顯關聯的呈現淡灰色。

★ 能力強項卡可協助找到使用者「已經擁有且最想發揮」的能力，也就是亮點所在。

1. 操作能力



- 使用身體和雙手高度相關的能力
- 喜歡爬高爬低，擅長用體能或勞力完成事情
- 使用機器不用說明書就能知道如何操作
- 小朋友壞掉的東西，經過他的手就好了
- 一雙穩定與靈巧的手
- 善於有耐心的工作

1-6

2.表達能力(麥克風牌)



7-12

- 很會說故事
- 能用聲音、表情、動作吸引大家聽他說話
- 人際溝通的橋樑
- 生動的人可以當主持人
- 精準的人可以當發言人

3.文書能力



13-17

- 能處理文字、美術編排
- 能整合零碎的資料
- 能把重點不清的資料，變得條理分明一目了然
- 化零為整的高手

4.基本工作能力(餵魚牌)



18-24

- 與人配合的能力
- 清楚理解並順利完成交辦事務
- 所有工作的基礎能力，幾乎人人都有
- 少了這項能力，很難與他人一起工作
- 容易補位與被取代

5.數與分析能力



25-30

- 使用數字、符號或圖表來分析
- 具有抽象思考能力(發明自己的術語...)
- 能把複雜的現象用表格或數字呈現。
- 通常解決問題的能力也不錯
- 能在複雜現象裡找出規律與規則，以協助做出決策

6.執行力/完成力(插秧牌)



31-36

- 事情交給他，就能安心放手！
- 通常自律、自我要求高
- 能掌握時間與進度
- 組織裡做最多事的人，能者多勞
- 少了他組織就會大亂！

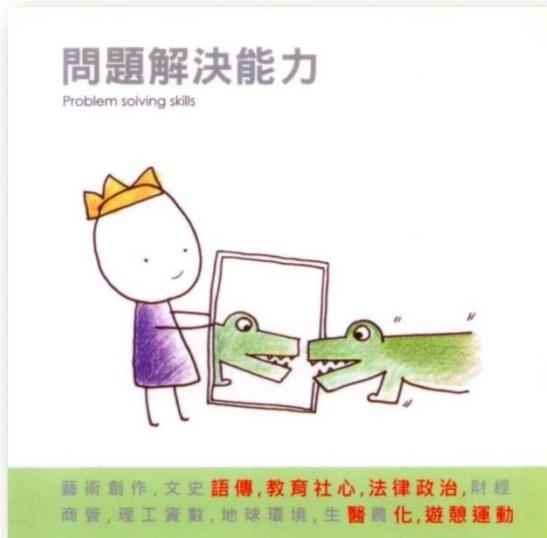
7.人際親和力(小朋友牌)



37-42

- 通常會有一張笑臉☺
- 與身旁的人際關係很好
- 能夠讓身邊的人很自然地做自己，或展現自己的好能力
- 其中「能敏感察覺人與人之間的互動關係」這張牌，會讓人覺得溫暖窩心

8.問題解決能力(鱷魚嚇鱷魚牌)



43-48

- 面對突發問題能夠沉著以對！
- 頭腦清楚，不慌不亂
- 能在複雜的問題中找到重要的關鍵
- 遇到問題找他就對了！
- 若搭配執行力，就是老闆跟同事倚重的對象

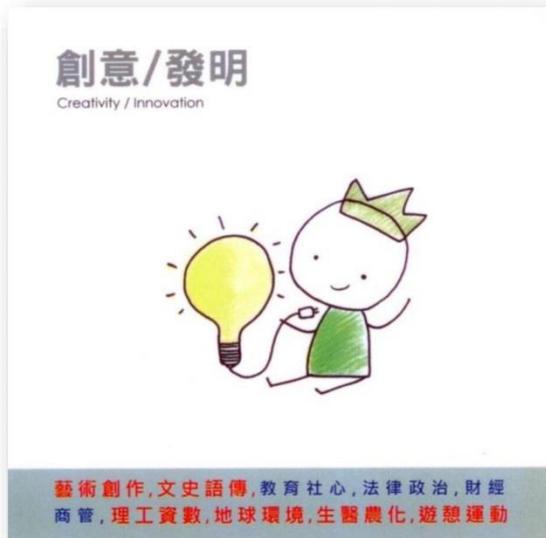
9.美感/藝術表達能力(蘋果牌)



49-54

- 對於美的事物感受力很強
- 對於顏色線條文字聲音旋律等夠敏感，能輕易用這些條件來表達
- 週遭人容易感受到美的氣息

10. 創意/發明(燈泡牌)



55-60

- 想像力豐富，思考靈活常有獨特的好點子
- 能將創意變成產品
- 能力太強可能會被稱為怪人
- 能讓生活變好玩，讓枯燥的事情變有趣
- 和這種人在一起會充滿驚奇與驚喜

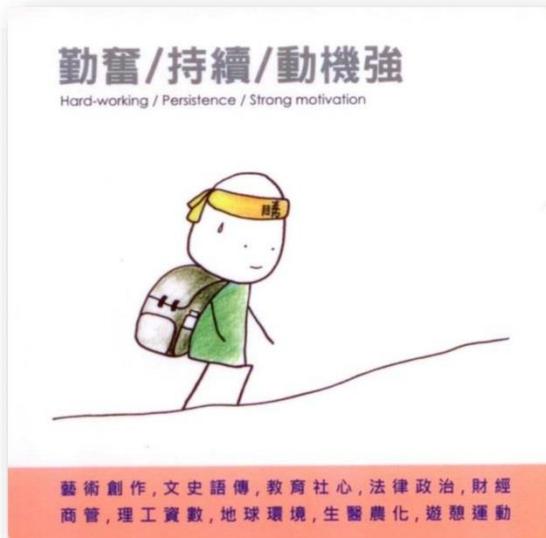
11. 管理/領導(小螞蟻牌)



61-66

- 把自己或大家整合一起
- 能讓別人跟隨，有願景的人！
- 善於管理自己，就能讓自己發揮最大效能
- 善於管理組織，就能讓組織的潛能發揮到最大

12.勤奮/持續/動機強(爬山牌)



67-74

- 能持續的努力、累積、一步一步往前
- 勤奮、積極、有熱忱、有毅力、願意接受挑戰，真心願意學習
- 能使其他所擁有的能力不斷提升！

找出最能實現能力的工作

序	卡號	能力類別	能力敘述	工作A	工作B	工作C
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

我的價值？



能力 + 專長 (語文, 電腦...) + 學識 + ... = 薪資



38

我的價值？



將

「擁有」的能力

轉化為

「能用」的能力



39

實用職涯資訊平台

104人力銀行-升學就業地圖

取得方式：

- 1、首頁推薦專區
- 2、點選升學就業地圖

功用介紹：

- 1、從所學科系出發
- 2、解析升學&就業情況

運用物件：

新鮮人、沒有職業方向者



新鮮人第一份工作		在哪些產業		在哪些公司	
做什麼工作	職務PK				
業務助理	12.6 %	百貨相關業	4.4 %	大葉大學	0.9 %
門市/店員/專櫃人員	6.9 %	銀行業	4 %	永慶房屋仲介有限公司	0.6 %
行政人員	6.7 %	綜合商品批發代理業	2.6 %	國泰人壽	0.6 %
國內業務人員	6.5 %	補習班	2.5 %	奇美電子	0.6 %
行政助理	5.1 %	人身保險業	2.3 %	聯邦行	0.5 %
國外業務人員	3.3 %	電腦及其週邊設備製造業	2.3 %	信義房屋公司	0.5 %
銀行辦事員	3.1 %	教育服務業	2.2 %	花旗銀行	0.5 %
船務/押匯/報關人員	2.8 %	金融投顧及保險業	2.2 %	統一便利超商	0.5 %
記帳/出納/一般會計	2.3 %	電信相關業	1.9 %	其他	64.9 %
其他客戶服務人員	2.3 %	紡織成衣業	1.9 %		
其他	48.4 %	其他	73.7 %		

Careerjet-全方位找工作

取得方式：
<http://www.careerjet.tw/>

- 功用介紹：
- 1、完整的工作搜尋引擎
涵蓋各層面職缺
 - 2、可搜尋跨國職缺

運用對象：
 有求職需求的求職者皆可

careerJET.tw

318,156 職缺 在台灣

Careerjet 工作搜尋引擎.

一次搜尋，一網打盡世界上24,069個求職網站上的39,283,543個工作。

想找什麼工作:

工作地點:

輸入職稱 (老師、工程師) 職務 (程式設計、接電話) 或公司名稱 請填入城市、地區或國家名稱 (非必填)

按工作類別搜尋	按地點搜尋	全球Careerjet	我的常用搜尋
人力資源 保險 健康醫療 公務企業 - 政府機關 出版 - 印刷 品質安規 媒體 - 廣告 學術 - 研究 電腦 工程師 工程營運 - 室內設計 - 製圖測量	旅遊 - 觀光 - 住宿 會計 - 審計 服裝設計 - 時尚相關 木材 - 紙張 - 家具 業務 汽機車 - 交通工具 法律 - 稅務 石化相關 社會服務 秘書 - 行政 - 機務 管理 - 經營	藝術 - 設計 - 娛樂 行銷 - 公關 製造 - 維修 經銷服務 警衛 - 保全 財富 - 金融 資訊技術 - 網管 - 電信 農林漁牧 運動 - 休閒 運輸 - 物流 鋼鐵 - 金屬	

UCAN的職能種類

- UCAN參考國內外之職能模型及職涯教育模式，將職能分為職場共通職能、與專業職能兩類。

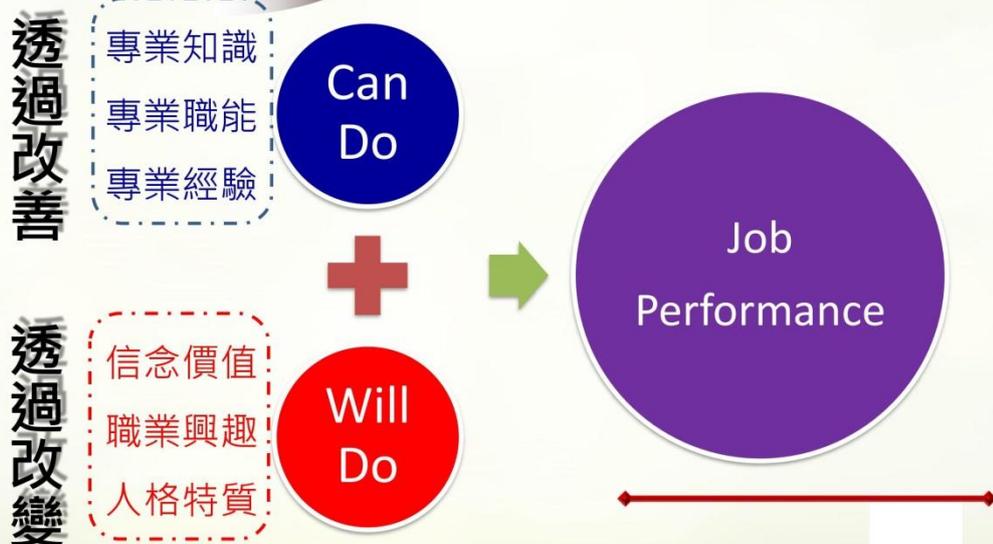


UCAN的職場共通職能

- 跨部會、跨產業人力資源主管、學校專家座談會
- 評估1-3年職場新人最被看重的共通能力
- 驗證信度係數理想常用性的信度介於.861~.922，重要性的信度介於.858~.907，內容效度良好且共識度高
- 共通職能量表的因素結構符合編製架構
- 8個面向，共52項指標



良好工作績效的組成要素



職場工作者的共通職能

溝通表達

- 透過口頭、書面等方式，表達自己的想法使他人瞭解，並努力理解他人所傳達的資訊

人際互動

- 依不同情境，運用適當方法及個人風格，與他人互動或共事

持續學習

- 了解能力發展的重要性，並能探索、規劃和有效管理自身的能力，並保持繼續成長的企圖心

創新

- 在有限的資源下，不侷限既有的工作模式，能夠主動提出新的建議或想法，並落實於工作中

問題解決

- 遇到狀況時能釐清問題，透過系統化的資訊蒐集與分析，提出解決方案

團隊合作

- 能積極參與團隊任務，並與團隊成員有良好互動，以共同完成目標

責任紀律

- 瞭解並執行個人在組織中的責任，遵守組織及專業上對倫理、制度及誠信的要求

科技應用

- 運用各行業所需的資訊技術工具，有效存取、管理、整合並傳遞訊息

資料來源：UCAN大專院校就業職能平台-職場共通職能

UCAN就業途徑專業職能

- 運用工作分析法(task analysis)
- 討論就業途徑3年內工作者所需之職能。
- 發展出UCAN 66個就業途徑專業職能(逾1288項)

利用各溝通管道與媒體，將旅遊資訊傳達給目標顧客。

• 分析客戶特性，並據此組織旅遊訊息以提高傳達效果。

• 規劃旅程並製作簡報。

• 透過各種媒體來促銷產品或服務以傳達給客戶。

- 主持旅遊說明會。
- 撰寫文案以推廣旅遊產品。
- 熟知各種傳播媒體的特性與限制。

需執行的主要工作任務，也就是需要具備可執行此任務的職能

工作任務中包含的工作活動，也就是需要具備可執行此活動的職能

工作活動中可能展現的具體行為，此處所列的關鍵行為參考範例(實際職場會依不同機構狀況有所差異)

並於UCAN [能力養成計畫] 各就業途徑下，列舉關鍵性知識、技能範例

生命的價值，不在於發現自我，

而是創造自我！

Life isn't about finding yourself; it's about creating yourself.

祝福的禮物-希望卡



49

thank
you!



立即加入LINE好友
Fanny四季職涯發展學院

謝謝聆聽

THANK YOU FOR YOUR ATTENTION

李宜芳

djfanny98@gmail.com

FB : Fanny Lee

50

主題 3：職涯教材的運用與實務

主講者：

逢甲大學領導知能與服務學習中心主任/林秋松

學歷：逢甲大學土木及水利工程博士學位學程博士

經歷：

逢甲大學領導知能與服務學習中心主任

逢甲大學志工中心主任

逢甲大學專案管理碩士在職學位學程助理教授與顧問

逢甲大學專案管理與系統思考研究中心顧問

教育部 Ucan 種子講師

iCAP 訓練規畫與評量學者輔導專家

勞動部勞動力發展署職能導向輔導顧問

勞動部勞動力發展署全民共通核心職能課程講師

逢甲大學校友聯絡暨就業輔導處秘書



證照：

澳洲職能「訓練規劃與評量 4 級」認證

GCDF 全球職涯發展師師資國際證照 trainer 等級

GCDF 全球職涯發展師國際證照

GCDF 全球職涯發展師國際證照(台灣授權大陸區)

GCDF 全球職業規劃師國際證照(大陸區)

敏捷助理專案管理師 APMA 證書

專案規劃師 CPMS 證書

專案技術師 PMA+證書

專案助理管理師 PMA 證書

專案特助 SPPA 證書

BCNA 商業溝通談判分析師 (Business Communication & Negotiation Analyst)

職涯教材的運用與實務

林秋松

全球職涯發展師培訓師
澳洲訓練規劃與評量4級

林秋松 (Jerry)

澳洲訓練規畫與評量4級認證資格

教育部青年署諮詢專家

GCDF全球職涯發展師師資國際證照trainer等級

GCDF全球職涯發展師國際證照(台灣)

GCDF全球職業規劃師國際證照(大陸)

GCDF全球職涯發展師國際證照(大陸)

敏捷專案管理助理APMA證照

專案規劃師CPMS證照

專案技術師PMA+證照

專案助理管理師PMA證照

專案特助SPPA證照

BCNA商業溝通談判分析師(Business Communication & Negotiation Analyst)



工學博士
專案管理碩士在職學位學程助理教授與顧問
專案管理與系統思考研究中心顧問



職業生涯理論

職業選擇的三大步驟

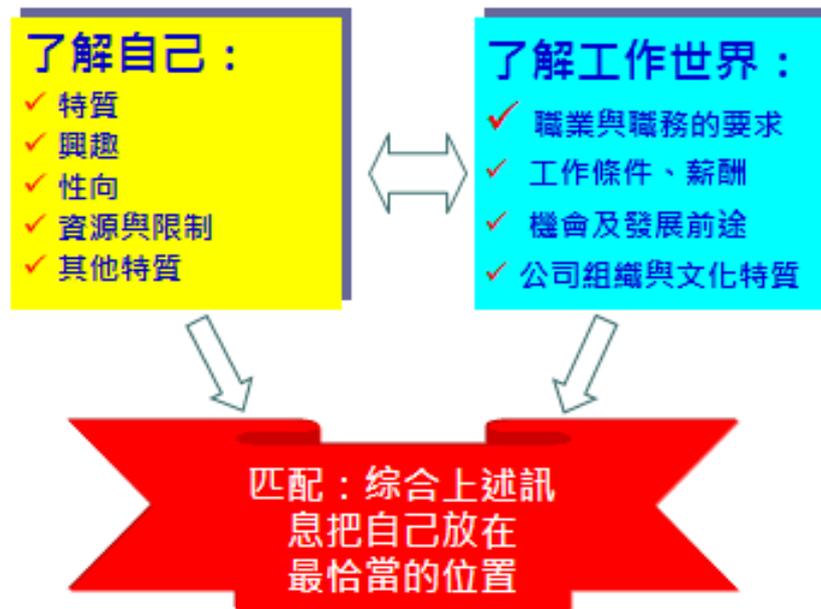
- 認識自我(self-understanding)
了解個人的人格特質、興趣、性向、價值觀念之優勢及限制等等
- 認識工作世界(world of work)
 - ◆ 認識各職務及職業領域所需具備的能力及條件。
 - ◆ 工作環境與組織文化特質。
- 對個人及工作世界的統整(true reasoning)
找出個人與工作世界之間的關係並做適當的配合。



職場與自我的關係



應用： “職業輔導三原則”



當前的困擾



職涯規劃



職涯目標



探索自己的方法



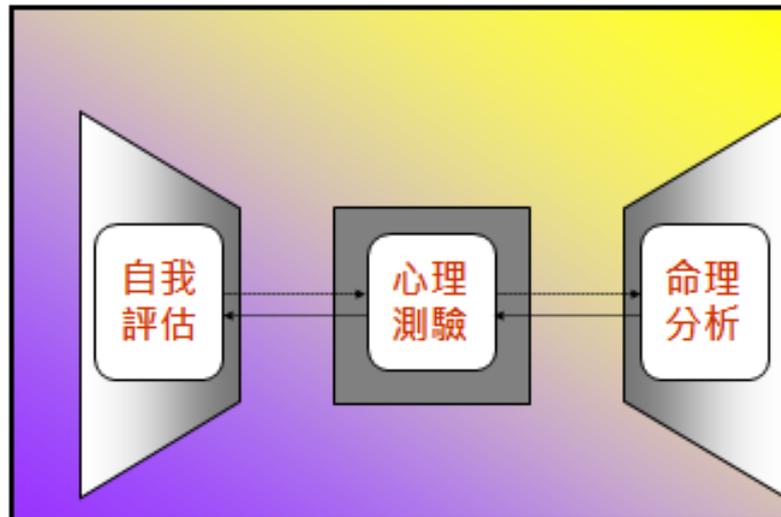


11/122

完整的個人自我探索四因素



了解自己有三種方法



認識自我三大基本步驟

- 1.回顧自我的過去
 - (1)誠實地面對過去，繪製 人生曲線圖
 - (2)分析與了解過去的經驗(成敗)
- 2.尋找自我的特質
 - (1)生理的我
 - (2)心理的我
 - (3)現實的我
 - (4)社會的我
 - (5)理想的自我
- 3.肯定自我的價值
 - (1)不要羨慕別人而忽略自己優點長處
 - (2)珍惜肯定自身的獨特價值而發揮機會

自我評估



自我評估

心理測驗

各項職業性向量表

- 大專校院就業職能平台(Ucan)
- 職場能力-性格系統(CAPS)
- 職涯適性測驗(性格測驗)
- 興趣量表
- SWOT自我分析量表
- 複合向度性格測驗(MAPA)
- 人格特質檢核表
- 自我概念量表
- 基本人格量表
- 柯氏性格測驗
- 高登人格量表
- 賴氏人格測驗
- 艾得華個人興趣量表



大專校院就業職能平台 (UCAN)



1007ucan01

職場能力-性格系統(CAPS)

<https://cpas.career.com.tw/>

CPAS 人才測評網

Career Personality Aptitude System

測驗簡介 - 個人專區 - 校園專區 - 企業專區 - 諮詢服務區 - 簡體中文 - English - 首頁

發現性格天賦
成就非凡職涯

成功的職涯，從發現自己開始

個人專區 · PERSONAL

校園專區 · CAMPUS

企業專區 · CORPORATE

訊息快速 | News

企業說明會

名人比一比

Copyright © 2017 就業情報資訊股份有限公司 All Rights Reserved.
服務電話：0800-712-712 傳真：(02)7703-9828 E-mail: cpas-test@career.com.tw
閱讀本站請使用IE5.0以上版本的瀏覽器；建議最佳瀏覽器為IE9.0x64

Career 就業情報

PODA人格特質測評

<http://www.aak.com.tw/poda/ipoda.php>

「PODA職涯規劃評量」，以老虎、海豚、企鵝、蜜蜂及八爪魚等五種動物做為象徵，施測時間10分鐘，施測結果生動有趣，期藉此提升同學參與意願。



「個人優勢特質探索系統」(PPSS)

關於PPSS

<https://www.360d.com.tw/index.html>

應用於招募徵選的心理測驗，多半是以生涯發展、職業興趣、性向、以及工作價值觀等四種測驗最常見，較少有針對工作性格所編制之測驗工具。實際上，一個人在工作上的表現，除了專業與才能之外，更應重視性格特質的搭配，蓋因能力是可以被訓練的，興趣是可以培養的，但性格卻是根深蒂固，不易改變的。因此，心理學界認為性格測驗是協助瞭解個人性格特質的重要途徑之一。

若員工具有良好的學歷與專業技能，但卻缺乏良好的工作態度和適配的性格特質，可能會影響到工作目標的達成，使個人績效無法完全展現。若是在招募過程中，只注重到應徵者的學、經歷等外在條件，而疏於瞭解應徵者的內在的人格與動機，則容易選到不適任的人才。因此，360d才庫人力資源所研發的「個人優勢特質探索系統」(Personal Personality Searching System, 簡稱PPSS)，主要目的就是協助企業提升面試的成功率，並同時降低錄取到不適任人才的風險。

chalin@fcu.edu.tw

「職務性格需求分析」(WPNA)

關於WPNA

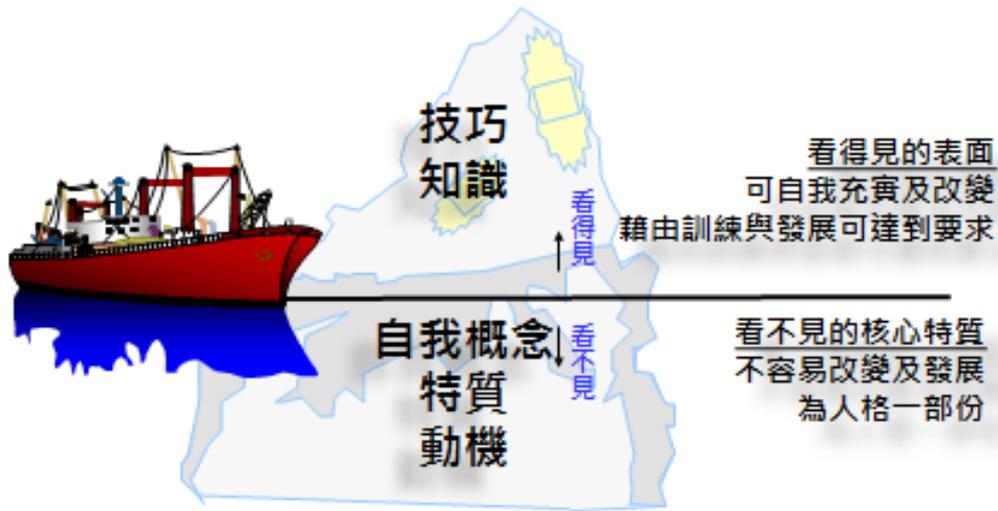
成「適才適位，360dsp才庫人力資源研發「職務性格需求分析」(Working Personality Needs Analysis, 簡稱WPNA)，來協助企業瞭解職位的工作性格需求，將不易釐清的企業文化、主管領導風格、職位招募需求標準等概念，明確地建立出依循之標準。同時，更可進一步與「個人優勢特質探索系統」(PPSS)搭配，透過科學性的分析比對後，瞭解人才與職務需求的相匹配程度，期望能協助企業甄選出適合的人選。



個人優勢

職業性向之分析與瞭解

甚麼是職能



Spencer & Spencer的職能概念(1993)資料來源：才能評鑑法建立卓越績效的模式

職能(Competence)

「**職能**(Competence)」或稱「**工作能力**」的定義，是指「對一個人擔任某一種職位的一組**標準化的能力要求**，用以判斷或評鑑擔任該**職務**的人是否稱職。

「標準化的能力要求」則包括其

1. **知識**、2. **技能**、3. **工作態度**、4. **行為**、5. **人格特質**等五種要求是否均能配合那份工作所應具備的條件。

職能定義

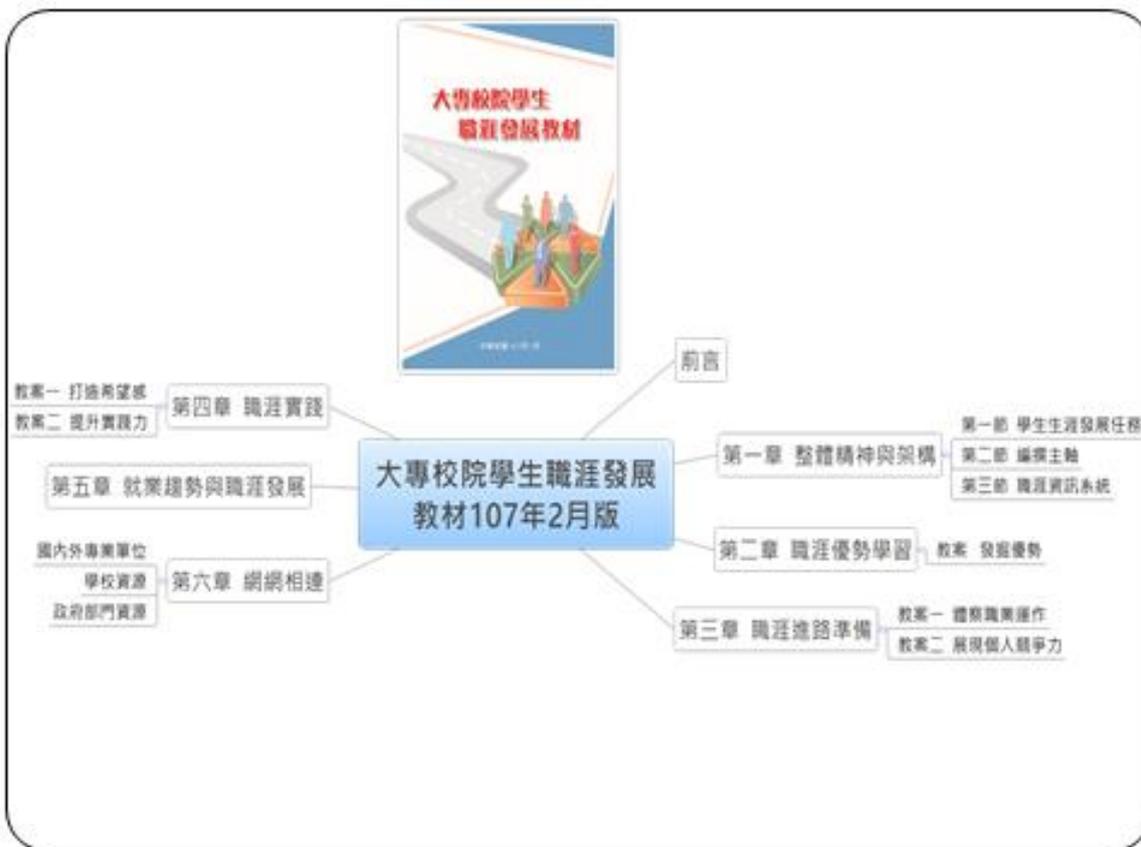
職能(Competency)指成功完成某項工作任務或為提高個人及組織現在及未來績效所應具備之知識、技能、態度或其他特質之能力組合。

淺白說法：

可勝任工作，持續自我提升的能力

大專校院學生 職涯發展教材

中華民國 107 年 2 月



目錄

CONTENTS

1	前言
9	第一章 整體精神與架構
9	第一節 學生生涯發展任務
11	第二節 編撰主軸
13	第三節 職涯資訊系統
17	第二章 職涯優勢學習
18	教案 發掘優勢
85	第三章 職涯進路準備
87	教案一 體察職業運作
107	教案二 展現個人競爭力
127	第四章 職涯實踐
129	教案一 打造希望感
147	教案二 提升實踐力
169	第五章 就業趨勢與職涯發展
183	第六章 網網相連
183	國內外專業單位
187	學校資源
189	政府部門資源

107年2月版

職業生涯系統思考



chslinfcu@gmail.com

目 錄	1 前言	
	9 第一章 整體精神與架構	
	9 第一節 學生生涯發展任務	
	11 第二節 編撰主軸	
	13 第三節 職涯資訊系統	
	17 第二章 職涯優勢學習	自我探索
	18 教案 發掘優勢	
	85 第三章 職涯進路準備	學職轉換 職涯探索 職前準備
	87 教案一 體察職業運作	
	107 教案二 展現個人競爭力	
	127 第四章 職涯實踐	工作世界認知 抉擇、行動執行
	129 教案一 打進希望感	
	147 教案二 提升實踐力	
	169 第五章 就業趨勢與職涯發展	工作世界認知 職涯規劃
	183 第六章 網網相連	
	183 國內外專業單位	
	187 學校資源	
	189 政府部門資源	

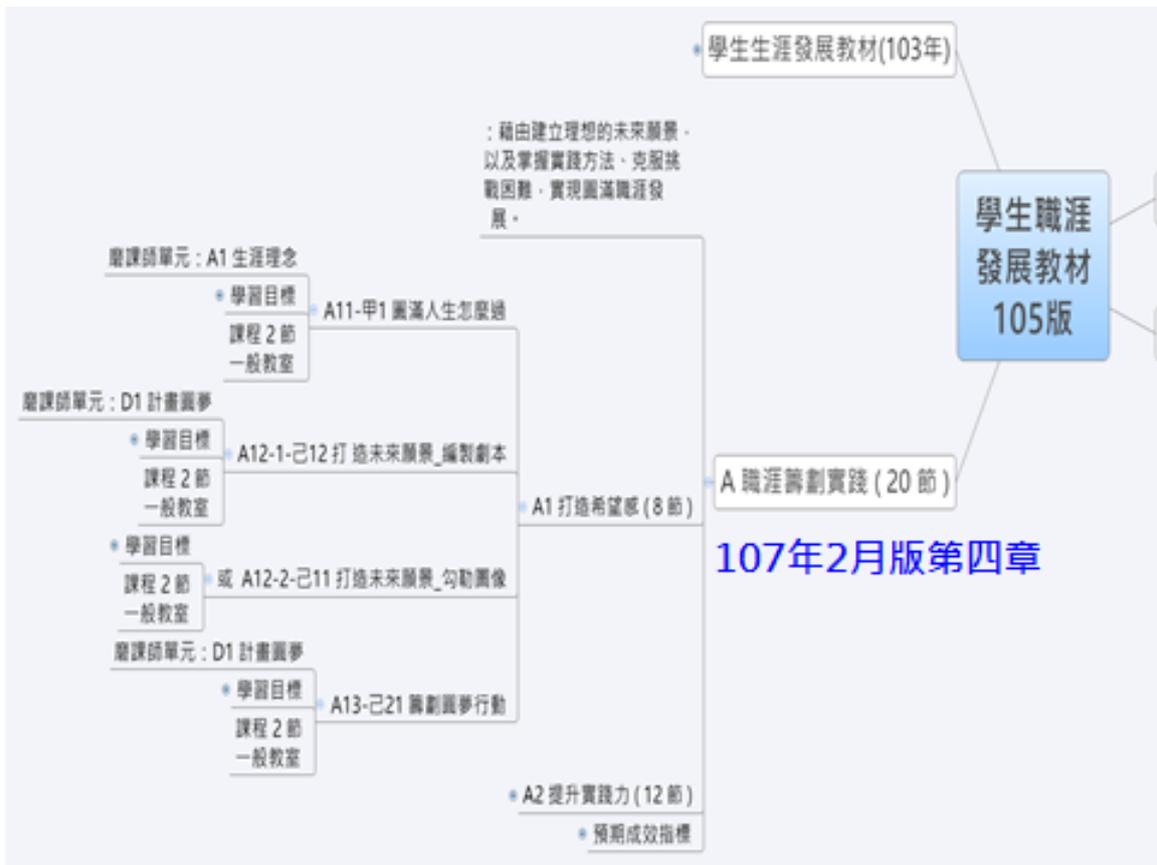


目錄 CONTENTS	1	前言	
	9	第一章 整體精神與架構	
	9	第一節 學生生涯發展任務	
	11	第二節 編撰主軸	
	13	第三節 職涯資訊系統	
	17	第二章 職涯優勢學習	
	18	教案 發掘優勢	
	85	第三章 職涯進路準備	第三章 職涯進路準備
	87	教案一 體察職業運作	教案一 體察職業運作
	107	教案二 展現個人競爭力	教案二 展現個人競爭力
	127	第四章 職涯實踐	
	129	教案一 打造希望感	
	147	教案二 提升實踐力	
	169	第五章 就業趨勢與職涯發展	
183	第六章 網網相連	第六章 網網相連 國內外專業單位 學校資源 政府部門資源	
183	國內外專業單位		
187	學校資源		
189	政府部門資源		

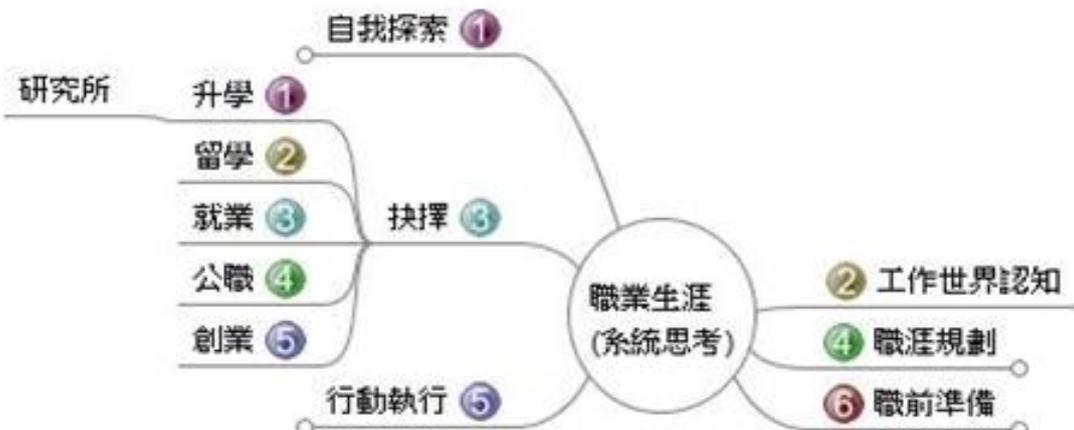








職業生涯系統思考-抉擇



chslinfcu@gmail.com

職業生涯系統思考-職場準備



chslinfcu@gmail.com

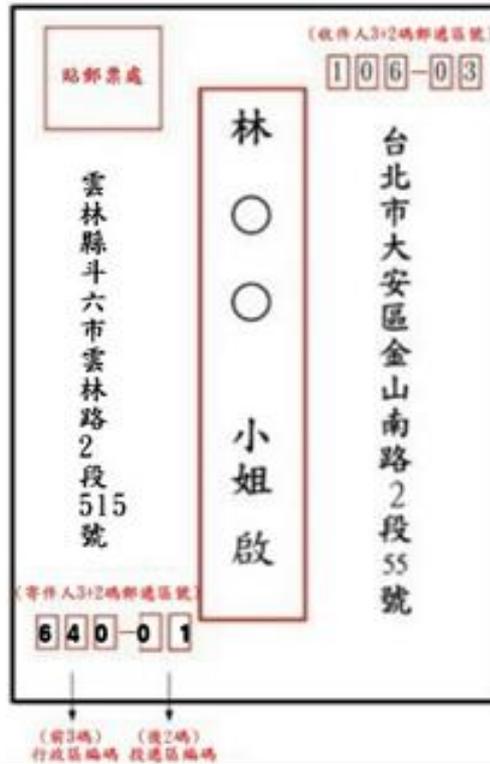
完整的個人自我探索四因素



46/122



國內直式信封書寫範例



履歷表 = 大學4年的所學與歷程

履歷表 = 大學4年的學費



= 40幾萬元

每一顆種籽，都有適合生長的土壤，
端看有沒有播種在適合的土地上，
發芽、茁壯。



50/122

THANK
You!

歡迎提問



chslinfcu@gmail.com

The end

打造未來型團隊 林秋松

M +886-939-988528

P 系統思考、職涯規劃X發展、職能+、
訓練+、評量+、創意、創新

LINE chslin

E chslinfcu@gmail.com

培訓注意事項

一、上課須知

- (一)均應按時親自簽到及簽退，如有遲到或提前離開者應寫簽到或簽退時間，12月依人員全程參與培訓等各場次合計時數核發研習證明書。
- (二)上課期間請配戴識別證，並依照課表排定時間上課，並請提早入座，以免影響上課秩序。
- (三)課程進行中，手機請務必關機或調整成靜音，以免影響上課秩序。
- (四)參加者請遵守本培訓相關規定，除有不可抗力之原因外，請勿任意缺席。
- (五)各場培訓均現場進行前測、後測暨滿意度調查，並於培訓後一個月於職輔平臺線上發送回校實作後之成效調查，以彙整分析培訓成果，精進未來課程規劃。
- (六)遇突發事件需調整上課時間及地點時，將於職輔平臺公告，並由承辦學校另行通知參訓者。

二、生活須知

- (一)研習期間之午餐由承辦學校統籌，其他一切費用（如交通費、住宿費、電話費、停車費等）均請自理。
- (二)為響應環保，請學員自行攜帶餐具及杯子。
- (三)請維持教室之整潔，用畢之茶水、紙屑等請自行投入垃圾桶，並嚴禁吸煙及喧嘩。
- (四)研習期間請注意自身安全，並妥為保管自身證件及貴重物品，如不慎遺失物品，請自行負責。
- (五)個人如有需要，請自行準備個人醫藥物品。

