

職輔教材運用—進階工作坊

南區 8.16 FRI

種子 教師培訓

113年大專校院職涯輔導
CAREER COUNSELLING



研習
手冊

CONTENTS



目 錄

活動議程 02

講者介紹 04

- 教材、教案的探討
- 運用（融入）的方法及技巧
- 工具的運用

講者 | 正修科技大學 辛宜津 副教授 05

講者 | 中信科技大學 葉慶鴻 主任 32

1.

Course Theme

ACTIVITIES

活動議程



時間	活動內容
10:00-10:20	報到
10:20-10:30	長官致詞
10:30-12:00	教材、教案的探討 依據學員提供之資料屬教材、教案類別，進行說明、討論、分享交流，所有學員都可以提出自身的做法，共同探討研習，集思廣益，共同成長。 講師 正修科技大學 / 辛宜津 教授 中信科技大學 / 葉慶鴻 主任
12:00-13:00	午餐餐敘
13:00-14:30	運用（融入）的方法及技巧 依據學員提供之資料屬運用的方法及技巧類別，進行說明、討論、分享交流，所有學員都可以提出自身的運用手法，共同探討研習，集思廣益，共同成長。 講師 正修科技大學 / 辛宜津 教授 中信科技大學 / 葉慶鴻 主任
14:30-14:50	茶敘交流
14:50-16:20	工具的運用 依據學員提供之資料屬工具的運用類別，進行說明、討論、分享交流，所有學員都可以提出自身的運用手法，共同探討研習，集思廣益，共同成長。 講師 正修科技大學 / 辛宜津 教授 中信科技大學 / 葉慶鴻 主任
16:20-16:40	綜合座談及交流

2.

Course Theme

INTRODUCTION

講者介紹



教材、教案的探討 運用（融入）的方法及技巧 工具的運用解開

SPEAKER
introduction

· 講者 ·

正修科技大學 **辛宜津** 教授

現任

正修科技大學幼兒保育系教授級專業技術人員

經歷

- 英國倫敦大學政治經濟學院工業關係與人事管理所碩士
- 105 年大專校院學生職涯發展教材召集人及設計者
- 正修科技大學學務處學生輔導中心主任
- 行政院青輔會青年創業顧問
- 行政院青輔會提升大專青年就業力輔導團隊專家委員
- 中華母嬰服務職能發展協會理事長





113大專職涯輔導教師進階培訓(南區)

- (一) 教材、教案的探討
- (二) 運用(融入)的方法及技巧
- (三) 工具的運用

主講人：辛宜津

1

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

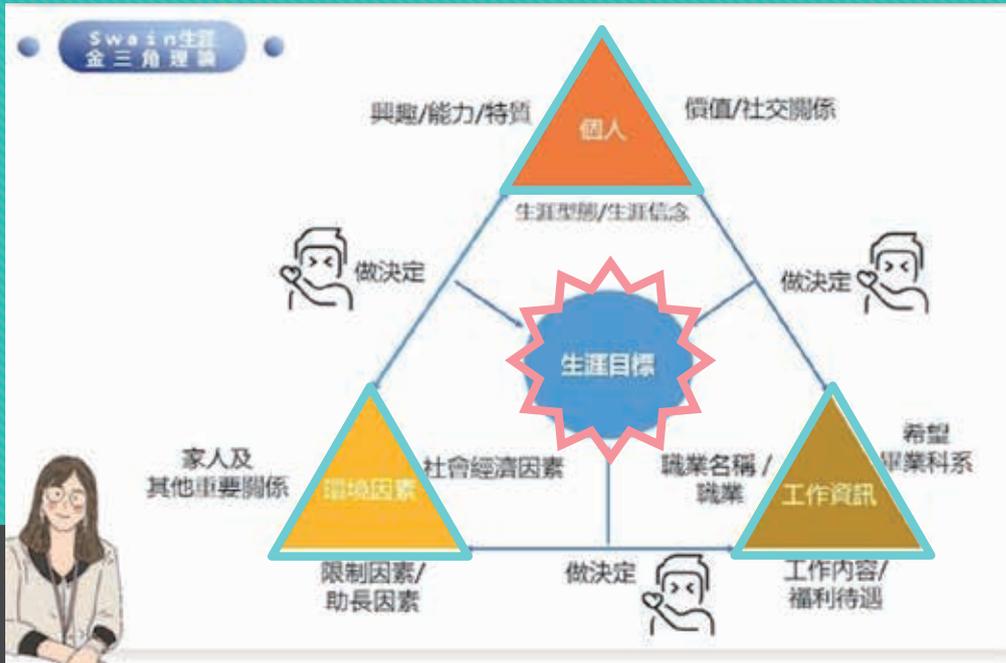
一、大專校院學生職涯發展教材



二、教材單元簡介

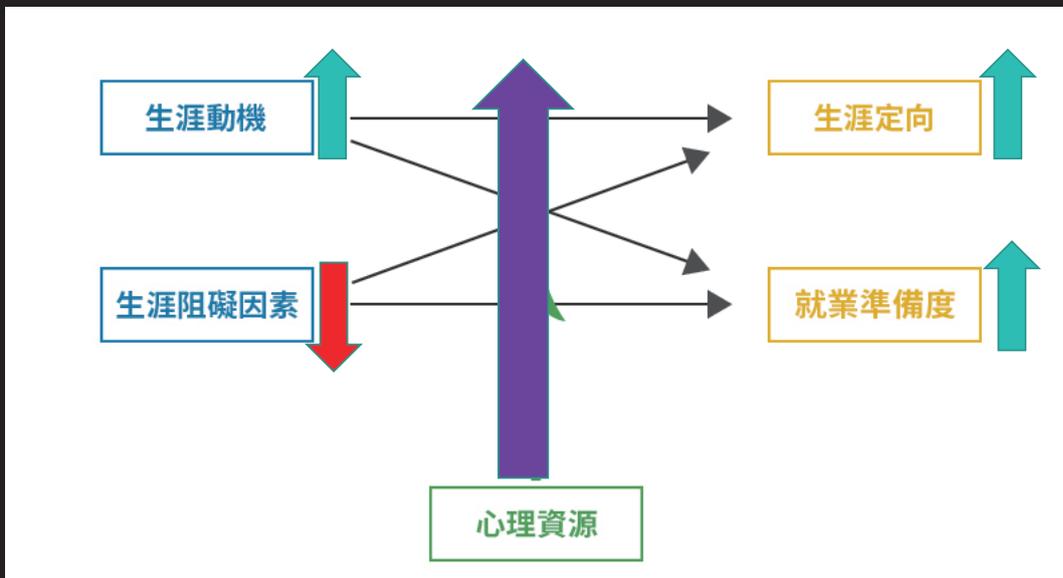
三、「開創未來工作」教案應用示範

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



3

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



洪瑞斌、管貴貞、涂喜敏 (2022)。台灣大專青年生涯狀態之探索—對大學高年級生及社會新鮮人之調查。台灣生涯發展與諮詢學會生涯電子報, 49, 1-13。

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用初階工作坊(北區)

4



生涯動機變項

London (1983, 1993) 生涯動機理論

- 1) 生涯復原力 (Career resilience)
- 2) 生涯洞察力 (Career insight)
- 3) 生涯認同 (Career identity)

5

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

生涯復原力 (生涯韌性)



6

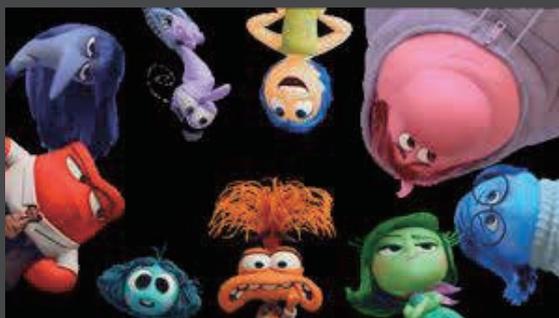


113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



生涯洞察力 (Career insight)

- 覺察反思後的洞察
- Inside out 1&2



7

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

生涯認同 (Career identity)

- 人生觀 V.S. 工作觀
一致性

8

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



工作觀

- #1 工作對我來說是什麼？
- #2 怎樣才算好工作？
- #3 如果可以不用工作，你想做什麼？

人生觀

- #4 我的人生意義是什麼？
- #5 人生的價值來自於什麼？
- #6 什麼能夠驅動我？

9

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

工作觀 v.s.人生觀

- 1.工作觀與人生觀有哪些相輔相成的地方？
- 2.工作觀與人生觀有哪些地方彼此矛盾？

10

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



生涯阻礙因素

職業抉擇阻力檢核表(楊淑珍, 1998)

區分8個阻力因素分量表

- | | |
|--------------|---------|
| 1) 自我認識及決策能力 | 5) 性別角色 |
| 2) 家庭責任 | 6) 職業資料 |
| 3) 家庭背景 | 7) 他人期望 |
| 4) 外在環境 | 8) 身心狀況 |

11

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

大學青年八大生涯發展任務

發掘 志趣熱情	建立 才幹資產	掌握 資源網絡	勾勒 生涯願景
實踐 理想生活	展現 行銷自我	準備 適應職場	持續 建構調整

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



大學青年需具備的生涯素養

- 1、**掌控力**:理性選擇目標與規劃實現行動
- 2、**實踐力**:付諸行動、承擔壓力以完成所願
- 3、**開放力**:透過欣賞與嘗試開啟新的可能性
- 4、**生命力**:承擔抉擇的限制、自由與責任
- 5、**建構力**:知道為何並統整出有意義的故事

13

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

掌控力: 理性選擇目標/規劃實現行動

3 大主軸	7 大主題
職涯優勢學習	主題 1：發掘優勢 主題 2：提升優勢
職涯進路準備	主題 3：體察職業運作 主題 4：展現個人競爭力 主題 5：掌握職場社會化
職涯籌劃實踐	主題 6：打造希望感 主題 7：提升實踐力

14

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



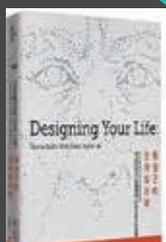
實踐力:付諸行動/承擔壓力/完成所願



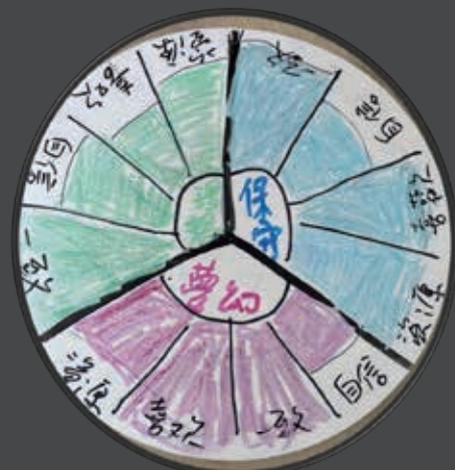
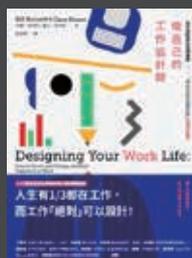
15

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

開放力:透過欣賞與嘗試開啟新的可能性 設計自己的人生? - 奧德賽計畫教案實作分享



奧德賽計畫是一個三個版本的五年人生計畫，這個計畫由史丹佛大學設計學程 (Design Program) 執行總監比爾·柏內特 (Bill Burnett) 所提出[2]。他認為生命就像是一場荷馬史詩《奧德賽 (Odyssey)》裡的人物奧德修斯 (Odysseus) [3]的長征之旅 - 懷抱著希望與目標，於是有了奧德賽計畫一詞。



16

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



生命力:承擔抉擇的限制、自由與責任

○《你想活出怎樣的人生？》：無論身處多殘酷的時代，都要活得像個人

○宮崎駿動畫 蒼鷺與少年

神隱少女

側耳傾聽



17

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

為什麼要讀書？ 為什麼要工作？



18

Join at
slido.com
#2899 510



113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



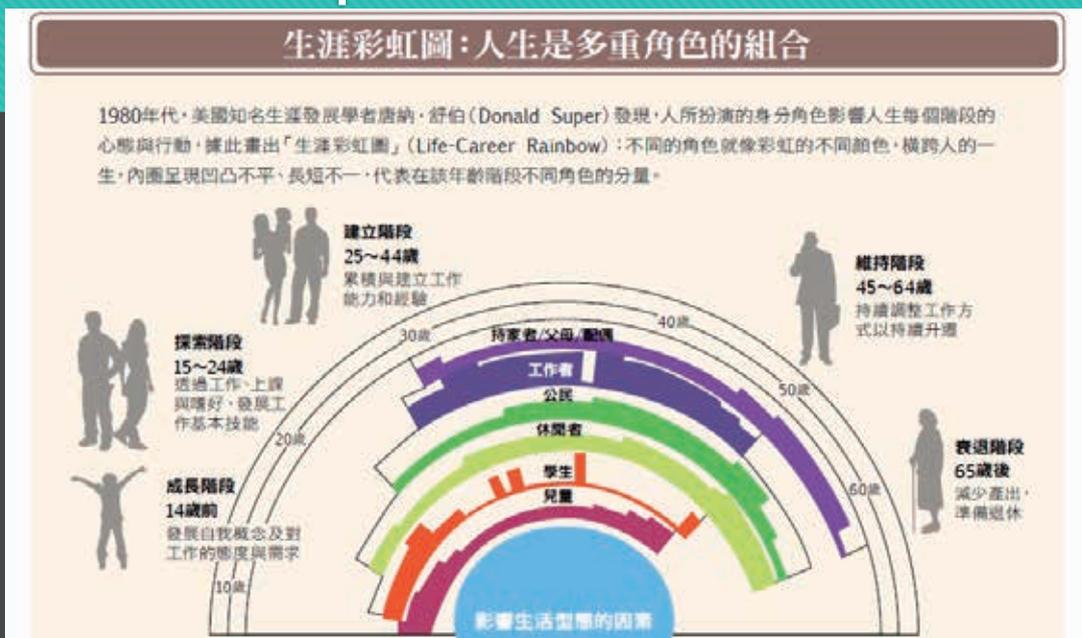
建構力:知道為何並統整出有意義的故事



113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

19

Super 生涯彩虹圖設計



教師培訓
(南區)

20



生涯彩虹圖實作練習

Now & Here此時此刻的你

兒童

持家者(父母/配偶)

學習者

休閒者

工作者

公民(社會責任)

為人兒女

其他

21

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

01

三大主軸/七主題/35單元

主軸一：職涯優勢學習9 (L:Learn)

主軸二：職涯進路準備15 (P:Prepare)

主軸三：職涯籌劃實踐11 (A:Actualize)

22

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



主軸一：職涯優勢學習

L1 發掘優勢

- L11-乙 1 梳理高峰經驗
- L12-乙 2 發掘志趣熱情
- L13-乙 3 掌握才幹資產
- L14 打造個人特色

L2 提升優勢

- L21-丁 1 多元學習經驗
- L22-1-丁 2 提升才幹之道_看見變化
- L22-2-丁 3 提升才幹之道_學習策略
- L23-乙 5 檢視今日學習
- L24 服務學習開展生涯

23

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

02

主軸二：職涯進路準備 (P:Prepare)

主題三：P1體察職業運作/4單元

主題四：P2展現個人競爭力/4單元

主題五：P3掌握職場社會化/7單元

24

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



主題三：P1體察職業運作/4單元

02

協助學生瞭解所感興趣的職業需要具備的條件，勾勒個人逐漸清晰的職業興趣與工作價值觀。

P11職業視窗六宮格

P12職涯焦點人物誌

P13三創打開新視界

P14國際移動拓展職涯

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題四：P2展現個人競爭力/4單元

02

協助學生瞭解求職做為、從學涯到職涯轉換過程中，應具備的正確求職觀念與行為準備。

P22開創未來工作

P23統整理想現實

P24求職與自我行銷

P25求職新法show大亮點

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

02

主題五：P3掌握職場社會化/7單元

協助學生瞭解職場運作，為職場社會化進行準備。

P31角色脫離-進入職場

P33職場社會化-高效習慣A版

P32職場守護與捍衛

P33職場社會化-高效習慣B版

P34職場互動順勢行

P33職場社會化- 新人功課

P35職場減壓沒煩惱

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題三：P1體察職業運作**P11職業六宮格**

(1)學生對自己的「職業興趣」與「工作價值觀」有基本了解（請參考主軸一）。

•讓個人職業興趣與工作價值觀從想要到更為清晰。

(2)生涯課程中瞭解工作世界的第一堂課。

- 學習蒐集職業發展資訊的工具與方法
- 探索重要他人與自己對感興趣的工作的觀感
- 探索此工作所需具備的能力、技能、知識、風格、環境與任務內容。

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



U think I do 別人眼中的自己

社會心理學家Joseph Luft和Harry Ingham提出「喬哈里窗 (Johari Window)」概念，將自己和他人對於自己的想法交織出四個區域，藉由喬哈里窗，能夠給予我們一個架構與工具，持續不斷地更了解與旁人與自己，這個架構可以在觀察自己成長轉變時使用，也能藉由和他人對話互相挖掘了解。



其他人眼中的「資管系」



- 一、父母希望我 二、老師希望我 五、同學眼中我
 - 四、老闆希望我 六、社會大眾希望我 六、實際上的我
- 他係系社工姐

U Think I Do分享練習:

職業設定 → 幼兒園教保員



<p>朋友認為我的工作是</p> 	<p>父母認為我的工作是</p> 	<p>師長認為我的工作是</p> 
<p>老闆認為我的工作是</p> 	<p>社會大眾認為我的工作是</p> 	<p>其實我的工作像是</p> 

31

主題三：P1體察職業運作 P12職涯焦點人物誌

適用於

(1) 讓學生認識就讀科系培育標的的職業相關業師。

- 讓學生的現在與可能的未來相互連結。

(2) 與業師的面對面訪談。

- 個人生涯探索歷程（想要）
- 學涯發展（能要-知識技能養成）
- 學職轉換（能要-挑戰突破）

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



職涯焦點人物訪談提問單

組別：_____ 成員：_____

> 分組討論並填入您想問的問題

1. 個人生涯探索歷程 (職業 —興趣、價值觀、家人期待、其餘影響因素)	2. 學涯發展 (職業 —所需知識、專業職能的養成方式)	3. 學職轉換 (職業 —因境挑戰、挫折適應、心理能耐、人生願景)

職涯焦點人物訪談後紀錄單

姓名：_____ 日期：_____

> 焦點人物基本資料

姓名：_____ 畢業科系：_____

職場群科領域別：_____

職場年資：2年以下 2-5年 5-10年 10年以上

對應生涯議題：面對心願矛盾 開展理想生涯 突破困境挑戰 創造轉彎新機 投入生涯議題 和不確定性共處 編譯未來劇本 打造獨特工作壽基 欣賞職業你我他 軌迹·護送

> 將實際分享的資訊整理後填入以下表格

工作所需知識	工作所需技能	工作風格
主要工作任務	工作環境	人生願景

紀錄來賓姓名為今天的訪談個體_____

113 大學校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用初階工作坊(北區)

主題三：P1體察職業運作

P13三創打開新視界

(1) 讓學生認知創意、創新與創造，以增加多元職涯發展的可能性

- 讓學生認識斜槓與創業的職涯之路-三創職場達人

(2) 規畫自我獨特生涯，強化學習創意、創新與創造力

- 我的職涯目標與職涯路徑
- 如何透過三創提高自我附加價值

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



主題三：P1體察職業運作

P14國際移動拓展職涯

(1)讓學生認識國際移動與海外職涯的關鍵能力

- 海外工作資訊能力
- 海外工作生活能力

(2)模擬赴海外職場考察

- 海外職缺搜尋
- 國家與城市
- 生活、文化與溝通

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題四：P2展現個人競爭力 P22開創未來工作

適用於

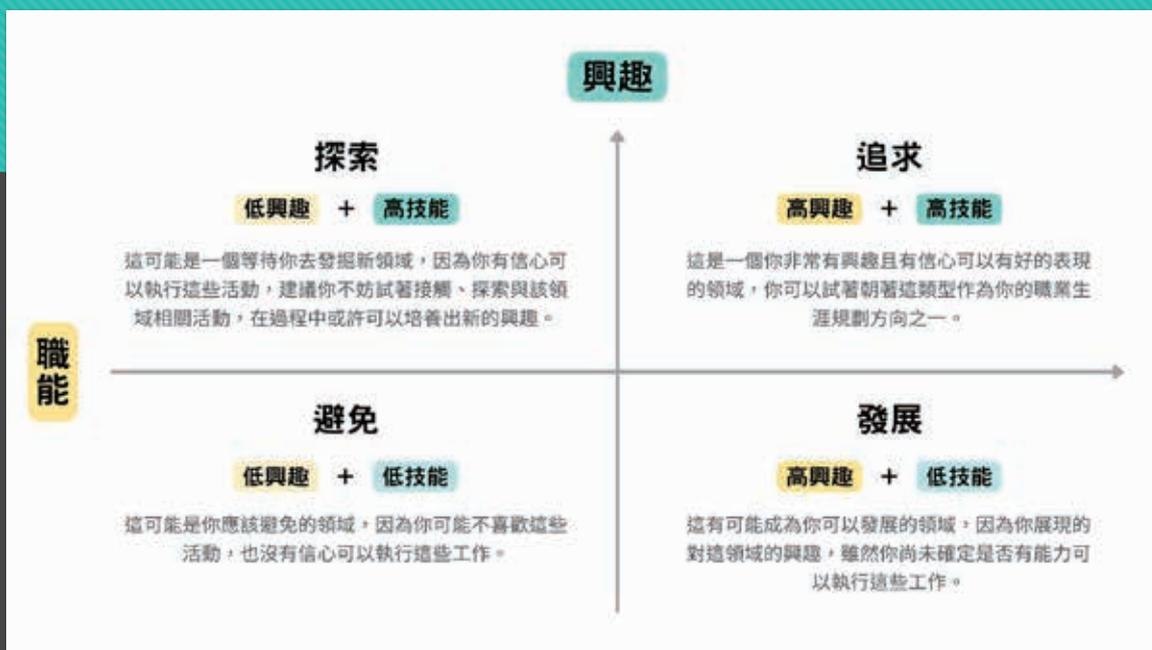
(1)統整自己做過的興趣和技能測驗

- 客觀測驗評量+主觀經驗與體會
- 就讀學系的興趣傾向與畢業生在興趣六型的出路

(2)勾勒生涯發展空間

- 從興趣觀點建構個人優勢與系所資源
- 釐清志趣與熱情所在
- 發掘契合自己興趣的職業

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



37

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

3 完成「職業興趣探索」、「職場共通職能」2項測驗

進入測驗！



診斷結果

職業興趣探索結果

職場共通職能診斷結果

透過診斷結果了解自己的特質與哪些職業職能符合並加強自己的優勢



38



主題四：P2展現個人競爭力 P23統整理想現實

適用於

(1) 讓學生體認到天下沒有完美無缺的工作

- 整理理想職業的正反元素

(2) 整理喜歡與不喜歡、擅長與不擅長，形成統整的自我認同

- 隨興塗鴉、命名塗鴉與分享塗鴉
- 連結過去、現在與未來進行整合性繪圖創作

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊

主題四：P2展現個人競爭力

P24求職與自我行銷

(1) 讓學生認識學涯與職涯的不同

- 辨識企業用人與同學求職的邏輯
- 正確求職觀念

(2) 求職行為準備

- 盤點個人優勢與設定求職目標
- 履歷撰寫
- 面試要點

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊
引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



主題四：P2展現個人競爭力

P25求職新法show大亮點

(1)從企業用人觀點出發的自我行銷

- 影音履歷
- 60秒電梯簡報

(2)模擬面試

- 角色扮演與換位思考，多面向體驗求職情境
- 從認識自己/接納自己，用真實的**自我實踐**與**利他的**價值主張，就是最佳的自我行銷策略。

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題五：P3掌握職場社會化

P31角色脫離-進入職場

(1)讓學生認識「工作」概念的完整樣貌

- 只做明文規定任務，只會得到普通評價
- 到底還要做什麼？

(2)認識角色布局

- 真人真事改編的「筱婷的故事」
- 他人對我「校園角色」與「工作角色」的期待？
- 我的「工作角色」建構

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題五：P3掌握職場社會化

P32職場守護與捍衛

(1)讓學生了解職場倫理與如何認識潛規則

- **社畜** 攻略影片
- 分組討論當事人的行為、態度的適切性
- 網路密搜：新聞事件/職場倫理個案

(2)讓學生了解與勞工權益有關的知識

- 網路影片-慣老闆
- 社會新鮮人的第一堂課：勞工權益與職場倫理

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

主題五：P3掌握職場社會化

P33職場社會化-新人功課

(1)透過電影賞析的刺激幫助學習

- 穿著PRADA的惡魔
- 閉上眼睛1分鐘，回想記憶深刻的情節

(2)分組討論與集體討論

- 新人的主要工作是什麼？
- 新人常犯的錯誤
- 新人可以如何學習**職場潛規則**

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授



主題五：P3掌握職場社會化

P33職場社會化-高效習慣

○(1)覺察從校園到職場是跨界，原來的運作規則還能用？

- 認識差異
- 養成文化敏感性

○(2)評量個人高效習慣

- 完成14個問題並判斷自己需要養成的習慣類型
- 找到同類人進行討論，規畫行動方案

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬教授

主題五：P3掌握職場社會化

P34職場互動順勢行

(1)從知道到體會人際互動需要因人而異

- 彙整學生常見的困擾：人的問題多過於事的問題
- 從買賣故事體會多元想法與不同互動方式的必要性

(2)職場常見情境案例角色扮演

- 針對職場情境案例，學生可以回答或即興演出
- 利用選擇題，激發同學的得分動機以加強學習深度
- 整合今日學習，總結在生活中的應用重點

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬教授

主題五：P3掌握職場社會化

P35職場減壓沒煩惱

(1)讓學生認識與評估職場壓力源

- 職場壓力源、危害與正向影響
- 生涯幻遊-十年後的一天
- 分享可能的壓力源

(2)壓力管理與雄厚心理資本

- 思考求職前、工作後與工作職場的壓力源
- 用正向心理資本處理負向壓力

引用自111年青年署職涯教材工作坊手冊 by 許碧芬 教授

教案示範與體驗

P22-乙4 開創未來工作

(二) 單元學習目標

整體學習目標		本單元學習目標
生涯素養	掌控力	1. 瞭解興趣的定義與類型。 2. 辨識系所經驗、人格特質和生涯價值觀的興趣歸類。 3. 瞭解就讀學系的興趣傾向以及畢業生在興趣六型的出路。 4. 辨識自己興趣與就讀學系的契合點和差異點。 5. 瞭解生涯開展風格的定義與類型。
	執行力	
	建構力	1. 從興趣的觀點建構自己在就讀學系中的志同道合、個人優勢與系所資源。 2. 覺察與釐清自己的志趣，建構出自己熱情之所向。
	開放力	運用自己的興趣和開展風格開創未來的新機緣。
	生命力	關切自己興趣、生涯價值觀與生涯發展的關聯性。

13大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



主軸三：職涯籌劃實踐 11

A1 打造希望感

- A11-甲 1 圓滿人生怎麼過
- A12-1-己 12 SMART 規劃個人發展
- A12-2-己 11 打造未來願景_勾勒圖像
- A12-3 我的人生製片師
- A13-己 21 籌劃圓夢行動

A2 提升實踐力

- A21-1-己 22 盤點實踐資產
- A21-2-己 13 享受意外變動
- A22-1-己 23 落實實踐之道_回歸圓心
- A22-2-己 23 落實實踐之道_衝突對話
- A23-1-庚 1 延伸實踐經驗_製作圓滿
- A23-2-己 24 延伸實踐經驗_展望未來

49

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)

<https://www.104.com.tw/>

104 人力銀行

- 月薪
- 全台(地區)職缺總量
- 工作內容
- 選三個想面試的公司



50

113大專校院職涯輔導種子教師培訓
職輔教材運用進階工作坊(南區)



職涯輔導志業路上 感謝您一直同行

教材、教案的探討 運用（融入）的方法及技巧 工具的運用解開

SPEAKER
introduction

· 講者 ·

中信科技大學 **葉慶鴻** 主任



現任

中信科技大學 學務處諮商與生涯發展中心主任

經歷

- 國立成功大學工程科學系博士
- 臺南市政府勞工局職訓就服中心青少年職涯規劃研習營諮詢師
- 臺南市政府勞工局職訓就服中心就業諮詢師
- 勞動部勞動力發展署雲嘉南分署青年就業旗艦計畫審查委員

教材運用及職輔技巧經驗分享

中信科技大學
葉慶鴻

113年大專校院職涯輔導種子教師培訓

關於大家想討論的內容

如何融入到自己課程中，以便學生探索自己的職涯規劃

教材是否適合不同專業和年級的學生？

完全不知自己興趣的職涯輔導

如何提高學生的參與度和興趣？

教材是否反映最新職場需求？

教材是否適合不同專業和年級的學生？

價值觀與生涯探索或是OH卡等相關牌卡的運用

老師我不知道我未來的方向是甚麼

想學如何將教材結合AI讓學生樂於學習



理工科課程融入的技巧

- 融入專業課程！硬著陸或無縫接軌
- 以微積分公式為例(微積分的笑話)
- 年輕人是 $f(x) = X^6$
- 穩定型的函數是 $f(x) = e^x$



年輕人的優勢
 有熱情及理想
 熟悉3C產品
 活潑開朗
 觀念新奇
 有潛力、可塑性高
 有自信
 :

年輕人的弱項
 流動性大、穩定性差
 個人主義、缺乏團隊精深
 好高騖遠、要求太多
 見利思遷
 缺乏敬業精神
 抗壓性低
 人生漫無目標
 :

$f(x) = X^6$ 的導函數(微分)

$$d(X^6) = 6X^5$$

$$d(6X^5) = 30X^4$$

$$d(30X^4) = 120X^3$$

$$d(120X^3) = 360X^2$$

$$d(360X^2) = 720X$$

$$d(720X) = 720$$

$$d(720) = 0$$

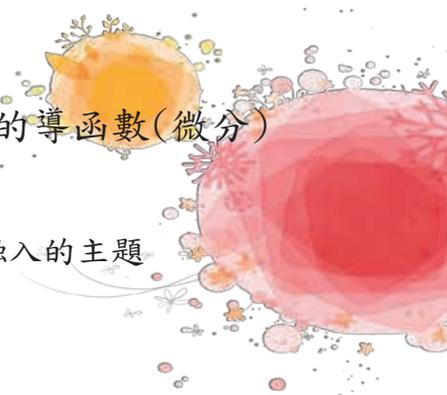


$f(x) = e^x$ 的導函數(微分)

$$d(e^x) = e^x$$

e^x 帶入想融入的主題

:



主軸一：職涯優勢學習	主題一：發掘優勢	梳理高峰經驗 發掘志趣熱情 掌握才幹資產
	主題二：提升優勢	多元學習經驗 提升才幹之道_看見變化 提升才幹之道_學習策略 檢視今日學習
主軸二：職涯進路準備	主題三：體察職業運作	職業視窗六宮格 職涯焦點人物誌
	主題四：展現個人競爭力	開創未來工作 統理想現實 求職與自我行銷
	主題五：掌握職場社會化	角色脫離-進入職場 職場倫理與權益 職場社會化_新人功課 職場社會化_高效習慣
主軸三：職涯籌劃實踐	主題六：打造希望感	圓滿人生怎麼編製劇本 打造未來願景_勾勒圖像 籌劃圓夢行動
	主題七：提升實踐力	盤點實踐資產 享受意外變動 落實實踐之道_回歸圓心 落實實踐之道_衝突對話 延伸實踐經驗_製作圓滿 延伸實踐經驗_展望未來

打開學生的開關

- L1梳理高峰經驗、發掘志趣熱情
 - 覺察與掌握自己的個性、興趣、價值觀
 - 折或畫生命線呈現自己從小到大的生命歷程，線段之變化 或鐵絲之形狀代表生命歷程中的轉折，或特別有意義、有感受的部分
- 換個方式-設計人生的概念
 - 人生儀表板
 - 生涯混音器



畫出現在生活的狀態

工作：不只是做了會領到錢的事，而是任何你在「做」的事情，是去參與、投入的事。

遊戲：單純為了樂趣而去做的事就是遊戲，單純去做就會有快樂，而不是為了其它目標。



人生儀表板

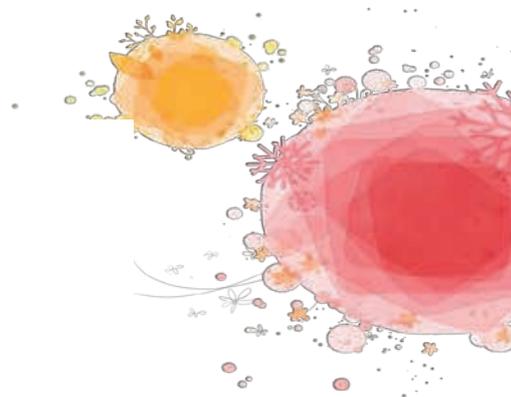
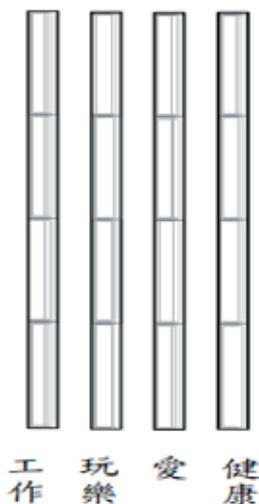


愛：包含愛與被愛。有多種形式跟來源。如：父母、伴侶、朋友、同事之間，與人際關係有關。

健康：包含身、心、靈三方面的狀態。

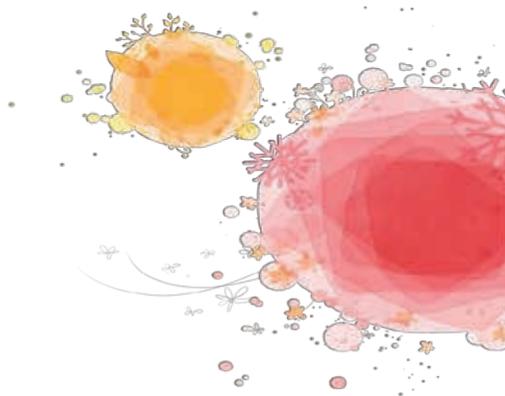


畫出想要生活的狀態

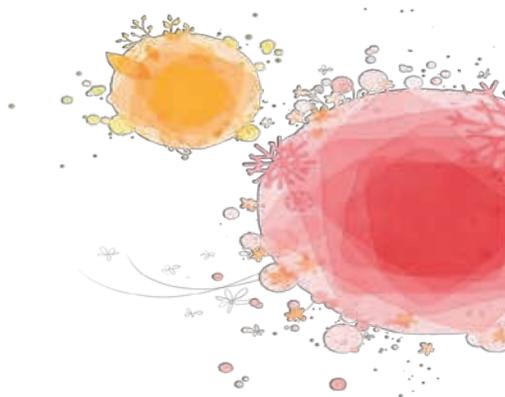


更進一步-價值觀

- 運用牌卡
 - 生涯卡
 - 能力強項卡
 - 夢想實踐卡

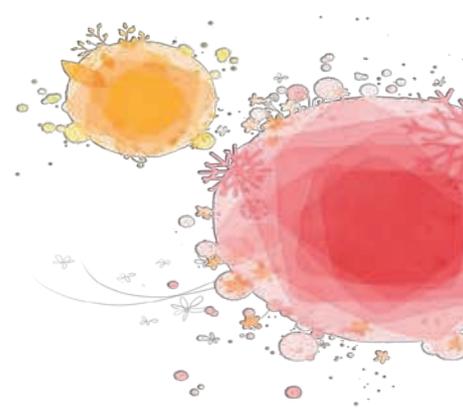
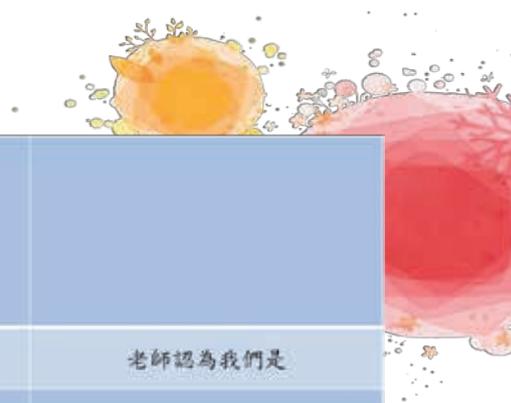


- 體察職業運作-Chatgpt、Gemini
 - 職業視窗六宮格
 - <https://reurl.cc/pvdmyQ>
 - <https://reurl.cc/nvzzR8>
 - 職涯焦點人物誌





朋友認為我們是	朋友認為我們是	老師認為我們是
老闆認為我們是	同事認為我們是	我認為我們是



NOTE







誠徵外送小蜜蜂

當心!

販毒車手新騙局!!

販毒集團自組「小蜜蜂」團隊，
利用未成年青少年擔任車手運毒



「一鍵下單、配送到府」



「外送到你家」



「24小時提供服務」

依少年事件處理法第85條第1項規定：「成年人教唆、幫助或利用未滿十八歲之人犯罪或與之共同實施犯罪者，依其所犯之罪，加重其刑至二分之一」。

販毒將依毒品危害條例
(運輸、販賣)最高可處無期徒刑



威士忌特調
1:4品質 100 100
5杯再送1杯 ❌❌❌

電子煙換新口味
1:17品質 100 100

毒販透過手機通訊
軟體販毒
再交由未成年車手運毒



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：
諮詢專線 **0800-770-885**

(請請你幫幫我)



教育部

Ministry of Education 關心您



廣告



廣告



禁止性騷擾

No Sexual Harassment

禁止性騷擾及性侵害公開揭示

- 1 任何人不得對他人性騷擾或性侵害。
 - 2 性騷擾他人者，依法得處新臺幣1萬元以上10萬元以下罰鍰；
利用權勢或機會進行性騷擾者，其罰鍰加重二分之一；
乘機襲胸摸臀或觸摸他人隱私部位，被害人可提出刑事告訴，
最高可處2年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣10萬元以下罰金。
性侵害他人者，依刑法規定最高可處死刑、無期徒刑或10年以上有期徒刑。
 - 3 性騷擾或性侵害他人，除負有法律上之刑事與民事責任外，
本單位亦將依內部規定懲處。
 - 4 遇到性侵害事件，請撥打110或113保護專線求助。
 - 5 發現性騷擾或性侵害事件，需本單位立即協助處理者
電話：02-7736-5595
手機：0978-605-300
電子郵件：gender@mail.yda.gov.tw
- 請撥打本單位聯絡電話：

南區

8.16

職輔教材運用－進階工作坊

問卷調查表

