



114 年大專校院職涯輔導

種子 CAREER COUNSELING 教師培訓

研習 北區 5.23 FRI 手冊



職輔教材運用
— 初階工作坊 —

CONTENTS

目 錄



活動議程	02
------	----

講者介紹	03
------	----

- | | |
|------------------------------|----|
| • 職輔教材架構、三大主軸，運用於課程教學與職涯輔導活動 | 04 |
| 講 者 中信科技大學 葉慶鴻 主任 | |
| • 運用教材開設職涯輔導通識課程或融入專業課程經驗分享 | 23 |
| 講 者 致理科技大學 李淑媛 副教授 | |
| • 職輔教材結合 AI 運用融入專業課程之經驗分享 | 43 |
| 講 者 亞洲大學 林妮燕 副教授 | |

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	<p>職輔教材架構、三大主軸，運用於課程教學與職涯輔導活動</p> <p>教材：大專校院學生職涯發展教材</p> <p>主軸一：職涯優勢學習 主軸二：職涯進路準備 主軸三：職涯籌劃實踐</p> <p>講師 中信科技大學 / 葉慶鴻 主任</p>
12:00-13:00	午餐餐敘
13:00-14:30	<p>運用教材開設職涯輔導通識課程或融入專業課程經驗分享</p> <p>導讀 / 示範教案：</p> <p>在原有的系所課綱中並未有職輔相關課程，或在原有通識課程中並無職輔規劃，獲得計畫後，如何溝通開課或課程進行之相關配合，資源整合之經驗分享。分享及探討應對不同系所之專業課程，如何巧妙銜接職涯輔導教材，使能因勢順導，提供學生由專業知識延伸或啟發職涯發展規劃。</p> <p>講師 致理科技大學 / 李淑媛 副教授</p>
14:30-14:50	茶敘交流
14:50-16:20	<p>職輔教材結合 AI 運用融入專業課程之經驗分享</p> <p>導讀 / 示範教案：</p> <p>在人工智慧的應用已是必然趨勢，善用 AI 為輔助工具，可強化大專校院職涯輔導能量。本主題將分享實務經驗，示範教師如何運用 AI 生成功能，結合職輔教材，融入專業課程為學生提供動態學習素材。</p> <p>講師 亞洲大學 / 林妮燕 副教授</p>
16:20-16:40	綜合座談及交流

2.

Course Theme

INTRODUCTION

講者介紹



職輔教材架構、三大主軸， 運用於課程教學與職涯輔導活動

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





職涯輔導指南： 大專校院學生職涯發展 教材初探

中信科技大學
學務處諮商與生涯發展中心
葉慶鴻主任



2025年社會新鮮人心中夢幻工作

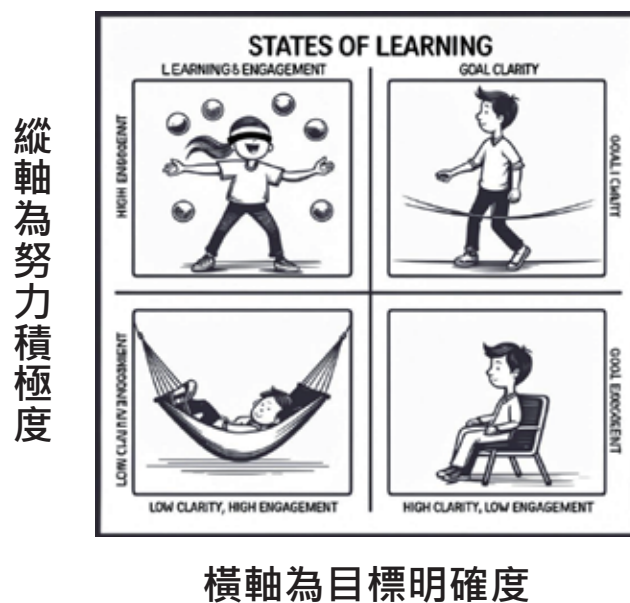
1111人力銀行於2025年3月的調查，社會新鮮人心目中的夢幻職業前四名為：

1. **工程師 (36.9%)**：電子資訊業的高起薪和豐厚的年終分紅，使工程師成為新鮮人眼中的高報酬選擇。
2. **公務員 (26%)**：2025年高考公務員起薪可望達5.5萬元，普考公務員起薪提升至4.3萬元，高於企業薪資中位數3.5萬元，提供穩定且安全的職業選擇。
3. **YouTuber (25.2%)**：網紅經濟盛行，Z世代對數位創作和個人品牌經營充滿憧憬，使YouTuber持續占據夢幻職業榜單。
4. **精算師 (24.1%)**：高收入和專業性的精算師職位，因入行門檻較高，且可在保險精算、財務精算等多個領域發展，成為新鮮人嚮往的職業之一。

這顯示，技術專業、穩定薪資與創意經濟是年輕人職涯選擇的重要考量因素。



常見的學生狀態



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

大學生的職涯發展挑戰

■ 自我認知與定位困境

- 興趣與能力模糊
- 專業與職業的斷層

■ 核心競爭力不足

- 硬專業的落差
- 軟實力的弱項



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



大學生的生涯發展挑戰

- 外部環境壓力
- 就業市場的劇變：產業快速迭代（如AI取代基礎職務）、非典型就業（零工經濟）興起，學生對生涯穩定性焦慮
- 家庭與社會期待衝突
- 資源與資訊不對稱
- 生涯資訊碎片化：學生缺乏系統化管道了解產業趨勢、職務真實樣貌（如工程師日常並非純寫程式）
- 實習與人脈門檻：優質實習機會集中都會區或頂尖校院
- 心理與決策障礙
- 選擇焦慮症候群、風險承受力低落



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

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

資料來源：劉淑慧、陳斐娟、吳淑禎（2014）。知識經濟時代的大專學生之學習目標與生涯發展任務。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



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

資料來源：劉淑慧、陳斐娟、吳淑禎（2014）。知識經濟時代的大專學生之學習目標與生涯發展任務。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

大專校院學生生涯發展教材

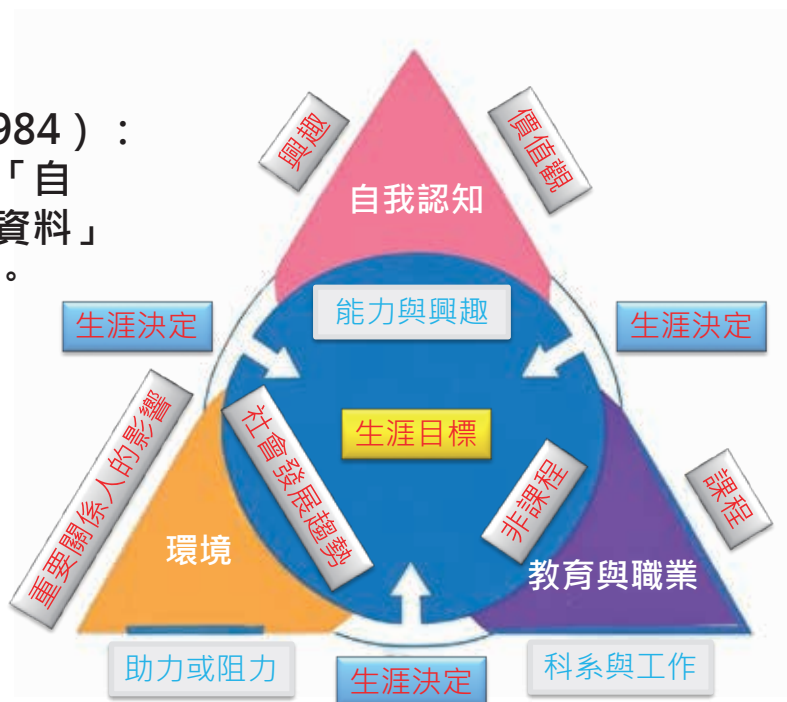


中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



生涯金三角

美國 Swain 博士 (1984) :
做生涯決定時要考量「自我」、「教育與職業資料」及「環境」三個面向。



大專校院學生生涯發展教材

大專校院學生生涯發展教材(105年)

生涯優勢學習、生涯進路準備、生涯籌劃實踐等三項主軸26單元

108年修正4單元新增6單元

大專校院生涯輔導工作參考手冊



原住民族及原民生概況介紹
20個單元的多元文化小叮嚀
4個客製化主題單元
參考資源





完整資源

大專校院學生生涯發展教材

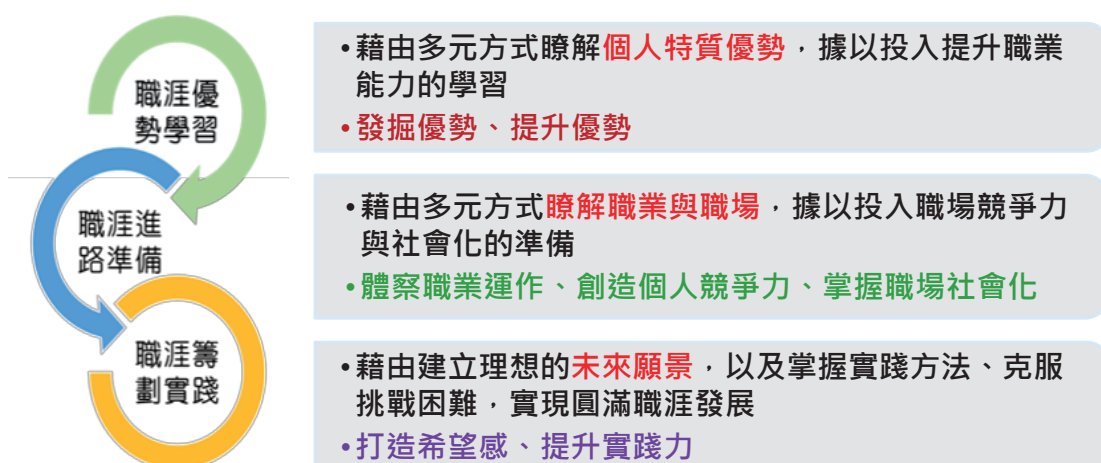
大專校院學生生涯發展教材-原住民族學生篇

大專校院生涯輔導工作參考手冊

青年生涯輔導資訊平臺網站：首頁>>生涯圖書館



大專校院學生生涯發展教材三大主軸





職涯優勢學習

●設計理念及內容

- 由多元方式瞭解個人特質優勢，引導提升職業能力的學習。
- 旨在協助大專學生釐清自己想要在生涯中追求什麼（個人的興趣、價值觀等）、釐清自己能夠在生涯中做些什麼（具備的專長、技能等）、釐清自己對大學學習的看法（講求專精或追求廣博等）、瞭解自己所就讀的學系可以學到什麼、學會選擇或創造適合自己的學習或升學機會。



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

職涯進路準備

●設計理念及內容

- 藉由多元方式瞭解職業與職場，據以投入職場競爭力與社會化的準備。
- 旨在幫助大專學生瞭解從事自己所感興趣的職業需要具備什麼條件、學會選擇或創造適合自己的職業或工作機會、瞭解學生角色與工作角色的差異(學職轉換)、學會如何準備求職。



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



生涯籌劃實踐

●設計理念及內容

- 藉由建立理想的未來願景，以及掌握實踐方法、克服挑戰困難，實現圓滿職涯發展。
- 主要目的在協助大專學生釐清自己的生涯理念和風格（強調掌控或開放等）、學會實踐自己生涯夢想的方法、建立自己的整體生涯籌劃（含學習、工作與生活等）、學會因應生涯變動的方法、實際實踐自己的生涯夢想。



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

大專校院學生職涯發展教材34個單元

一、職涯優勢學習

L1發掘優勢

L11梳理高峰經驗

L12發掘志趣熱情

L13掌握才幹資產

L14打造個人特色

L2提升優勢

L21多元學習經驗

L22看見才幹變化

L23善用策略自主學習

L24檢視今日學習

L25服務學習開展生涯

二、職涯進路準備

P1體察職業運作

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國際移動與海外職涯

P2展現個人競爭力

P21開創未來工作

P22統整理想現實

P23求職與自我行銷

P24求職心法show大亮點

P3掌握職場社會化

P31角色脫離-進入

P32職場守護與捍衛

P33職場社會化_新人功課

P34職場社會化_高效習慣

P35職場減壓沒煩惱

P36職場互動順勢行

三、職涯籌劃實踐

A1打造希望感

A11釐清生涯理念

A12 SMART規劃個人發展

A13勾勒未來願景

A14我的人生製片師

A15籌劃圓夢行動

A2提升實踐力

A21盤點實踐資產

A22享受意外變動

A23回歸圓心

A24衝突對話

A25製作圓滿

A26展望未來



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



原住民族同學的職涯輔導



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

原住民族面對的挑戰

- 經濟能力相對弱勢

- 居住部落的原鄉族人多從事務農、臨時工等，收入不穩定。
- 都市原住民多從事營造業或製造業，容易面臨集體性失業；且屬於次級勞動市場，工作不穩定、拿不到薪水、工傷拿不到賠償等的情況普遍。

- 職場傳統印象

- 族群偏見、刻板印象或歧視，認為可能會「怠惰」、「不準時」，影響僱用。

資料來源:李育達(2021)。為原住民族大學生創造多元多就業的機會。大專校院學生職涯發展教材-原住民族學生篇。



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



原住民族

•16族

阿美族	泰雅族	排灣族	布農族
卑南族	魯凱族	鄒族	賽夏族
雅美（達悟）族	邵族	噶瑪蘭族	太魯閣族
撒奇萊雅族	賽德克族	拉阿魯哇族	卡那卡那富族



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

原住民族

•原住民族物質文化

-衣飾、工藝、紋面、陶藝、雕刻、手工藝

•社會組織

-**父系世族**：賽夏族、布農族、鄒族、邵族

-**偏向母系**：阿美族、卑南族

-**祭祀團體**：排灣族和魯凱族，是長嗣繼承

•信仰

-**歲時祭**

-**生命禮儀**

資料來源:李育達(2021)。為原住民族大學生創造多元多就業的機會。大專校院學生生涯發展教材-原住民族學生篇。



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



呼應原住民族學生的特質



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

原住民族學生教材-自我認同

1. 迭代差異：對自己部落不熟悉情形漸增、影響專屬**原鄉原住民**的優勢特質與能力
2. 「部落」及「都會區」原住民族學生的優勢差異
3. 先入為主的**負面刻板印象**
4. 敏感-他人怎麼看自己以及自己怎麼看自己
以原住民身分取得加分的壓力



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



原住民族學生篇

●職涯發展挑戰

- 分工共享模式：原住民族**集體上工/集體離職**，注意文化脈絡/文化敏感度。
- 原住民族人於求職時可能面臨的**情境**
- 如何快速融入工作環境：釐清自己的職務及權責

●職涯發展優勢

- 傳遞保存原住民族文化：農耕、手工藝、攀樹師、巫師、登山隊嚮導、族語教導能力
- 職業方向/學程**：諸如精緻農業、生態維護、部落深度旅遊、文創、長照等，擴大原住民學生的專業培養範圍

●職涯籌劃實踐

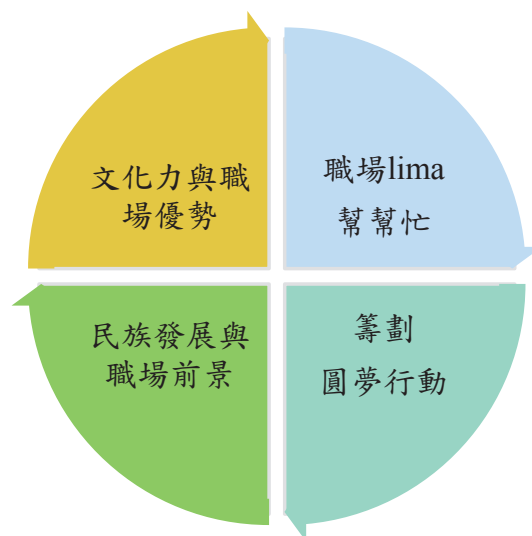
- 創業、就業、留學或培訓
- 職涯典範-例如知名作家田雅各 醫師、國際服裝設計師沙布喇·安德烈、國際編舞家布拉瑞揚·帕格勒法、紀錄片導演馬躍·比吼等等
- 原住民族學生的國際交流計畫與公費留考等出國機會
- 原住民的創業資源，U-star 原漾計畫 <https://ustart.yda.gov.tw/p/412-1000-122.php>



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

原住民族學生篇

●客製化主題/共4個單元



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



教材運用於課程與職涯輔導活動



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

職涯發展輔導



理論基礎、職涯發展架構

職涯輔導的運用

對象

- 團體
- 個人

形式

- 課程
- 非課程

媒材

- 教材
- 牌卡
- 桌遊
- 測評及解說分析
- 其他



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



職涯輔導的資源

□免費資源

- Ucan Holland Code
- 連結AI



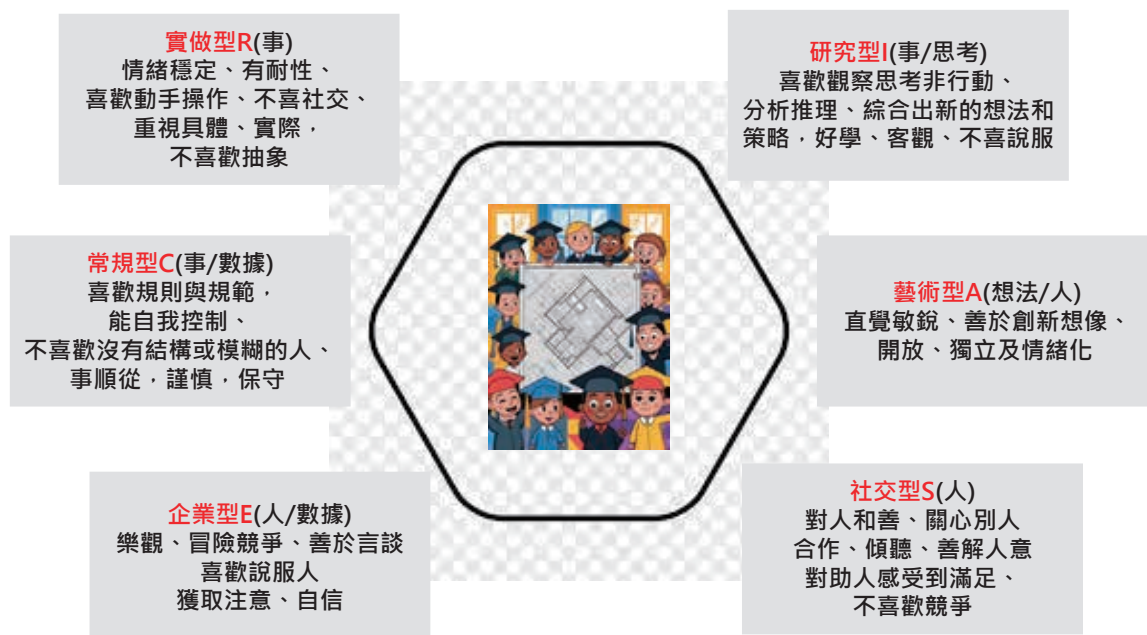
中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Holland Code

- UCAN職業興趣探索，依據「我最喜歡哪些活動」(興趣)、「我認為自己有哪些特質」(性格)及「我喜歡哪些科目」(職業)三個面向來進行診斷。
 - Holland 碼三碼以及 Holland 碼的類型名稱。
 - Holland 碼職業性格描述，以幫助了解受測者的職業性格傾向、價值觀以及適合的職業領域等。
 - 其他相關資訊連結，包括：其他 Holland 碼與職業性格類型內容、16 項職涯類型分數、16 項職涯類型內容與 66 個就業途徑。
- 看看題目
- 知道自己的Holland Code嗎？要不我們做做看



中信科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



資料來源:維基百科

中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

L12-乙2 發掘志趣熱情

•Holland Code的應用 -性格-職業匹配理論

類型	特點	性格特質	適合職業例子
實作型 (Realistic)	偏好實際的技術操作	踏實、沉穩、實際、循規蹈矩、不善交際	機械操作人員、工程人員 製造業人員、農業
研究型 (Investigative)	偏好思考、組織的活動	好奇、獨立、分析、創意	實驗室人員、科學研究人員
社交型 (Social)	偏好協助他人、為他人服務的活動	親切、合群、善解人意	社會服務、教育工作、醫療工作
常規型 (Conventional)	偏好按計劃、受他人指揮的活動	服從、講求效率、實際、缺乏彈性	行政人員、會計人員、秘書
企業型 (Enterprising)	偏好以言語交流、顯露自己才能的活動	自信、野心、充滿活力、好權力	商人、政府官員、律師、公共關係人員
藝術型 (Artistic)	偏好以藝術性、創新性的途徑表現自己才能	創新、具想像力、理想性情緒化	藝術創作、設計師

資料來源:維基百科

中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Holland Code

- RIASEC 六種類型之間互有關聯，最高分的 三型合稱「興趣代碼」
- 第一碼：主要興趣
- 第二碼：工作風格
- 第三碼：變數較大(面對不同挑戰或機會時，可能展現出的彈性和適應性)
- 若兩碼之間分數相差小於 6 分(滿分12)，兩碼位置可互換。(如果一個人的代碼是 IRA，但 I 和 R 的分數只差 3 分，那麼 RIA 也應該被納入考慮範圍)
- 前三碼如果是相鄰的，表示個人的興趣特質是比較多元且融合的
- 前三碼是如果相對較遠的，表示個人的興趣特質是比較獨特且差異較大的組合



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Holland Code

- 第一碼是「研究型(I)」，第二碼是「實做型(R)」，表示喜歡透過動手實驗來進行研究，偏好實務性的研究工作。
- 第一碼是「社交型 (S)」，第二碼是「企業型(E)」，表示喜歡在幫助他人的過程中展現領導和說服能力。
- 第二碼能描繪出更細膩的工作風格輪廓，顯示「你喜歡以什麼樣的方式工作？」。



中德科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Holland Code與職輔教材的應用與連結

- 主軸一 生涯優勢學習

- 發掘志趣熱情
- 掌握才幹資產
- 檢視今日學習

- 主軸二 生涯進路準備

- 職業視窗六宮格
- 生涯焦點人物誌
- 開創未來工作
- 求職與自我行銷

- 主軸三 生涯籌劃實踐

- 籌劃圓夢行動



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Q & A 請提供建議、讓我們共好



中僑科技大學
CTBC UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

運用教材開設職涯輔導通識課程 或融入專業課程經驗分享

SPEAKER
introduction

・ 講 者 ・

致理科技大學 **李淑媛** 副教授

現任

致理科技大學國際貿易系副教授兼系主任

經歷

- 國立臺灣大學農業經濟所博士
- 曾任致理科技大學實習就業輔導中心主任
- 全球職涯發展師 GCDF 認證
- 財團法人創新智庫暨企業大學基金會職涯諮商師認證
- 就業情報 CPAS 校園初階職涯師
- 112 年大專校院職涯輔導成果評選傑出職輔人員組（教學類）銅等獎
- 109 年大專校院推動職涯輔導補助計畫一般類計畫主持人





教育部青年發展署
114年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

運用教材開設職涯輔導通識課程或融入專業課程經驗分享

致理科技大學
國際貿易系 李淑媛



我的職涯輔導經歷

行政資歷

- 1.112.08-迄今 國際貿易系系主任
- 2.103.08-112.07 實習就業輔導中心主任
- 3.102.09-103.07 實習就業輔導中心行政教師

系科職涯輔導與課程相關資歷

- 1.104.08-105.07 國際貿易系 系專屬職涯輔導教師
- 2.105.08-迄今 商貿外語學院 職涯規劃與企業倫理課程召集人
- 3.105.08-迄今 國際貿易系 班級專屬職涯輔導教師
- 4.105.08-迄今 教授國際貿易系、多媒體設計系職涯輔導與職涯規劃相關課程

專業證照

- 1.105年取得全球職涯發展師GCDF證照
- 2.107年取得財團法人創新智庫暨企業大學基金會職涯諮商師
- 3.108年就業情報CPAS校園初階職涯師
- 4.110年就業情報CPAS校園進階職涯師



為什麼要將職涯輔導融入專業課程？

為什麼要將職涯輔導融入專業課程？

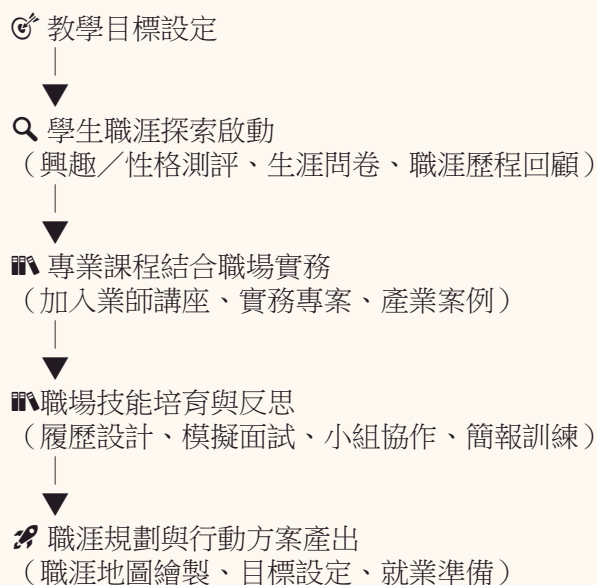
- 因應產業轉型與人才需求變動
- 解決學生學用落差與就業焦慮
- 促進學生提早思考職涯規劃
- 提升學生職場競爭力與就業準備



2025/5/6



生涯輔導融入專業課程教學流程圖（邏輯步驟）



計畫與課程鏈結

- **教學面的改進**
- 爭取與執行教育部計畫-擔任108年度、109年度教育部青年發展署推動大專校院生涯輔導補助計畫教材類-【產業創新與跨領域職能培養】、【深化跨領域職能、開創斜槓思維】計畫主持人-108年度計畫共計2,105人次參與、109年度計畫共計1,590人次參與。
 - **運用計畫資源挹注教學與課程**
 - 深化跨領域職能的認識與了解
 - 面試實務演練雲端化
 - 製作專屬影音教材
 - 製作生涯磨課師課程
 - **課程創新作為-課堂公司化-提升學生就業適應力**
 - 規劃針對該課程進行翻轉教學，將課堂變成職場，以期中考為畫分點，期中考前以職業訓練(面試技巧、履歷健診等)為主，面試為期中考，透過面試後進入公司，將作業、考試公事化，學習職場應有態度與應對技巧，每位同學賺取該課薪水(即分數)，以提升同學職場適應力。

2025/5/6



運用教材開設職涯輔導通識課程或融入專業課程經驗分享

- 1.分享一：我該升學？就業？還是創業？
 - 用經濟學來分析我的生涯決定！
- 2.分享二：看懂勞動市場，預見你的未來！
 - 產業趨勢與就業分析
- 3.分享三：當企業來敲門-倫理教學實踐，課堂公司化



我該升學？就業？還是創業？

用經濟學來分析我的生涯決定！

引言： 人生選擇的難題

想過升學、就業、創業哪條路最好嗎？
每個選擇背後，隱藏了你放棄的另一個可能。
今天，我們用「經濟學」來看待這些抉擇！





課程內容

01.

機會成本

02.

上課作業-情境模擬

03.

打造屬於我的名片

01.

何謂機會成本？





甚麼是機會成本？

- 現象：每當你做一個選擇，就會失去其他選項帶來的好處
 - 定義：當做出某個選擇時所放棄的最高價值機會
 - 會計成本 **vs** 隱含成本
- 機會成本 = 放棄中『價值最高』的那個選項



02.

- 上課作業





情境模擬任務

- 請以小組為單位設計一個選擇情境：升學 **vs** 就業 **vs** 創業
- 須說明每個選項的明示成本與隱含成本
- 並說明你們最後選擇的理由與放棄了什麼



活動任務卡

- 分析三方案：
- **1.** 會計成本（直接支出）
- **2.** 隱含成本（放棄的收入或機會）
- **3.** 整體機會成本評估
- **4.** 最終選擇與理由





發表格式

- 內容須呈現三選項比較：
 - - 成本面
 - - 效益面
 - - 風險面
- 小組簡報內容須含：分析邏輯 + 最終選擇理由



教師統整與省思

- 學生容易忽略隱含成本與長期報酬
- 啟發學生反思自己選擇的價值與代價
- 延伸問題：你現在的學習投資，價值多少？





看懂勞動市場，預見你的未來！

致理科技大學
Chihlee University of Technology

你知道自己未來的工作機會在哪嗎？

- 台灣哪些產業最缺人？哪些產業人滿為患？
- 選擇科系與職涯時，你掌握產業變動趨勢了嗎？
- 本單元結合勞動市場數據、薪資調查與就業結構變遷，帶你洞察未來！





本單元學習目標

- 解讀勞動市場與產業供需結構
- 比較不同產業的薪資與就業穩定性
- 連結產業趨勢與個人生涯發展

勞動市場數據資源

- 主計總處人力資源調查
- 勞動部《產業人力供需推估報告》
- 104/1111人力銀行就業趨勢年報
- 勞動部薪資行情查詢平台



【分組任務】產業趨勢小組分析

- 每組選擇一個產業（如：金融科技、觀光餐飲、電子製造、綠色能源...）
- 1. 查找該產業最新的人力需求趨勢與職缺
- 2. 分析平均起薪、未來成長性、轉職穩定性
- 3. 預測該產業未來5年機會與挑戰

成果展示

- 產業簡介與重點職務
- 人力需求與薪資趨勢圖表
- 優勢/劣勢 SWOT 分析
- 建議職涯進入策略



本單元省思

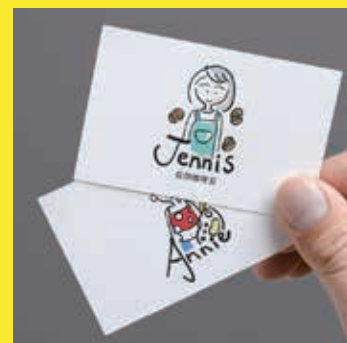
- 哪些產業正在快速成長？哪些已趨飽和？
- 薪資與就業機會是否對等？
- 你目前的學習路徑，有助於進入這個產業嗎？



建立屬於自己的名片

名片內容建議欄位

欄位	說明
中文姓名+英文名	加強國際化職場印象
學系與學歷	強調學術背景與專業
專長技能 / 語言能力	簡短具體（如：商業英文、資料分析）
個人標語	如：「理性思考 X 創意思維」
聯絡方式	Email / Linkedin / 個人作品集網站
QR Code（選配）	連結作品集，履歷或社群帳號



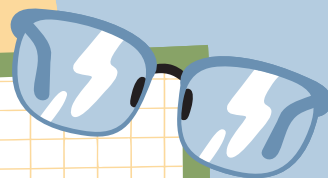


職涯就像經濟學裡的選擇題，
不是選出最好，而是選出最
適合你的答案



當企業來敲門-倫理教學
實踐，課堂公司化

致理科技大學 國際貿易系 李淑媛





營養學分

隨便讀

我都會了

很簡單

緣起

1. 職涯規劃與職場倫理課程為通識課程
2. 學生學習意願低
3. 輕忽職場軟實力的重要性



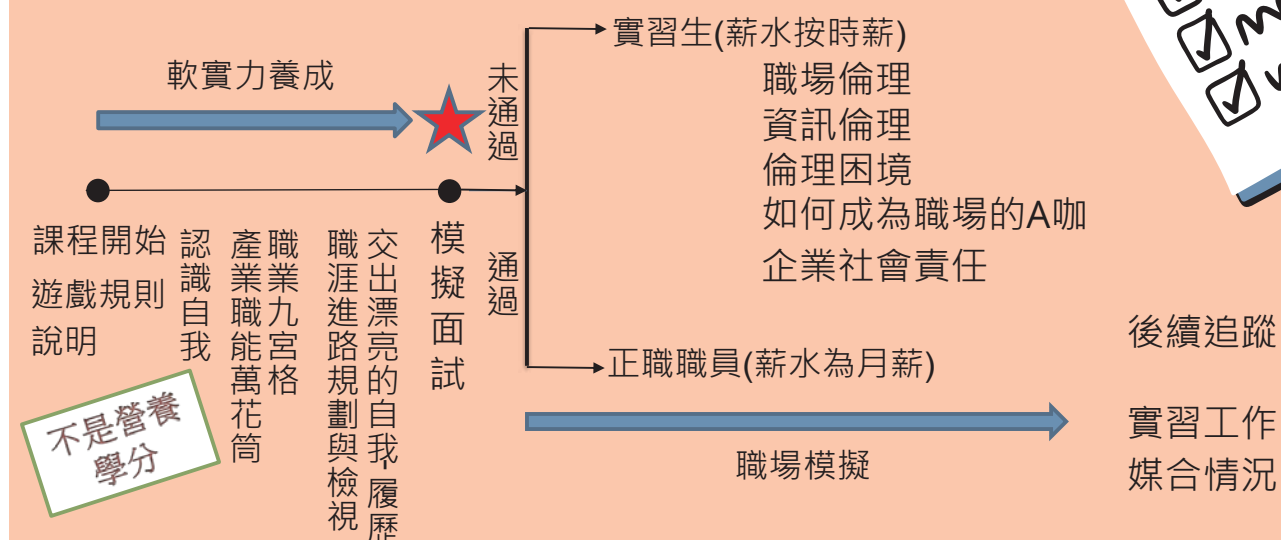
課程設計與方法說明



1. 研究對象-國貿系大三學生(54位)(即將在大四實習)
2. 研究方法-
 - 情境模擬-辦公室實境模擬
 - 實務鏈結-企業參訪
 - 問題導向式學習-職場論理議題討論與回饋
 - 其他互動式教學方法-行動咖啡館、議題辯論等



課程執行流程



課程執行情況





軟實力培養



牌卡操作-
夢想實踐卡



職業性趣測驗



桌遊引領



知己



軟實力培養



面試前衝刺

面試前業師諮商



模擬面試



展現自我

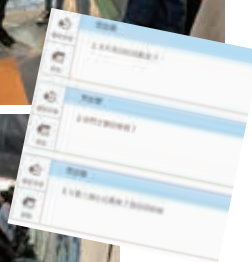


履歷撰寫

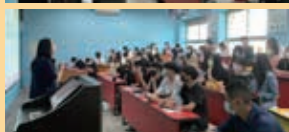




軟實力培養

企業參訪vs
就業博覽會

如何成為職場的A咖



你不可不知勞動法令



你已經知道...

- 無薪假停發一週
- 宣布倒閉
- 裁員或遣散費1,000萬
- 員工抗爭
- 先期辭職減少
- 薪水停發

如果你是

- 東東哥(東東哥)第一輯
- 第二輯
- 第三輯
- 第四輯
- 第五輯

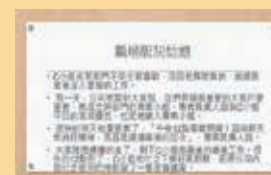
4

職場倫理
與
職場適應

倫理困境議題討論



議題辯論



話劇賞析-求職防詐騙



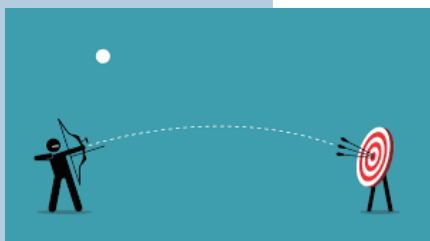


教學反思

- 1.在職業憧憬卡的帶領過程中，發現學生受限於牌卡職業的分類限制，無法充分適性選擇。
- 2.職場體驗(參訪)受限於疫情影響，很多企業不願意開放，因此在課程中僅能以企業趨勢講座的方式，帶領同學認識產業
- 3.執行過程中，於分數(薪資)的分配設計最為困難，進入職場後工作任務的分派、蒐集與工作績效計算設計應再簡單一些



學生學習回饋





從課堂中學校很多的職場倫理，讓我可以提前適應工作可能會遇到的狀況。還有模擬面試讓我可以多多累積經驗，到時候實習面試的時候才不會手忙腳亂。謝謝老師，辛苦了

從每次活動的心得、教學評量的學生意見中摘錄

我覺得今日上課最大的收穫便是知道了未來數位產業發展的趨勢以及心理韌性的重要，並且學著增加自己的軟實力和硬實力，逼自己跟上社會的步伐，快速適應新的變化，在進步的同時也要讓自己增加心理韌性，兩者都要兼得才能在未來職場上讓自己更好。

透過劇場的方式更容易記住求職七不三備及求職預防詐騙的方法。通過劇場也能知道當你遇到問題的時候，應該怎麼去解決及預防。

我現在才知道，在職場上做事要去觀察部門內其他同事的工作內容，要去知道主管在做甚麼事情，上班時間不要只把自己事情做完就好，謝謝老師，我獲益了

老師您辛苦了，職場倫理教學方式很特別，還是有一些麻煩的需要處理的地方，而老師也一一克服，我們也從中學習到很多知識

感謝您的聆聽~
敬請指教~



職輔教材結合 AI 運用 融入專業課程之經驗分享



SPEAKER
introduction

・ 講 者 ・

亞洲大學 **林妮燕** 副教授

現任

亞洲大學幼兒教育學系副教授

經歷

- 國立暨南國際大學教育學博士
- 國立嘉義大學兼任講師
- 110-113 年大專校院推動職涯輔導補助計畫創新類計畫主持人
- 112 年大專校院職涯輔導成果評選傑出職輔人員組（教學類）銅等獎





114年大專校院職輔種子教師培訓：職輔教材運用初階工作坊

職輔教材結合AI運用融入專業課程 之經驗分享

分享人：亞洲大學幼兒教育學系 林妮燕

CONTENTS

- 01 我想帶學生看見的未來
- 02 AI×課程×教材
- 03 AI如何幫助學生成為更理想的自己？
- 04 永續職涯輔導
- 05 回應生命召喚



我想帶學生看見的未來

職涯輔導不只是幫學生找工作，而是教學生一種活法



重新思考職涯導師的角色

- **職涯導師，不只是提供職業資訊、辦理活動、完成績效而已，而是——**

1. 陪伴學生問對問題，而不是給出正確答案。
2. 幫助他們看見自己，看見未來的多種可能。
3. 不是替學生做選擇，而是幫助他們做出有意義的選擇。
4. 在不確定中，培養方向感；在迷惘中，引導召喚感。
5. 從單點的活動設計，邁向可轉化的教育歷程。

- **重新思考職涯導師的角色，誠實面對心中的根本提問**

1. 如果我們的學生十年後回來，還記得你給過的啟發，會是什麼？
2. 當AI、職場變遷速度飛快，職涯導師能給學生什麼核心力量？
3. 若未來工作型態將反覆重構，我們現在該幫學生建構什麼樣的內在力量？
4. 當世界不斷變，我們能為學生留下的，是什麼永恆不變的底蘊？
5. 若職涯教育能從提升學生幸福感與內在動機出發，是否能更長遠地支持學生穩定就業與持續發展？

我們追求的不只是畢業後的就業率，而是十年後仍感謝這段教育的生命力量。

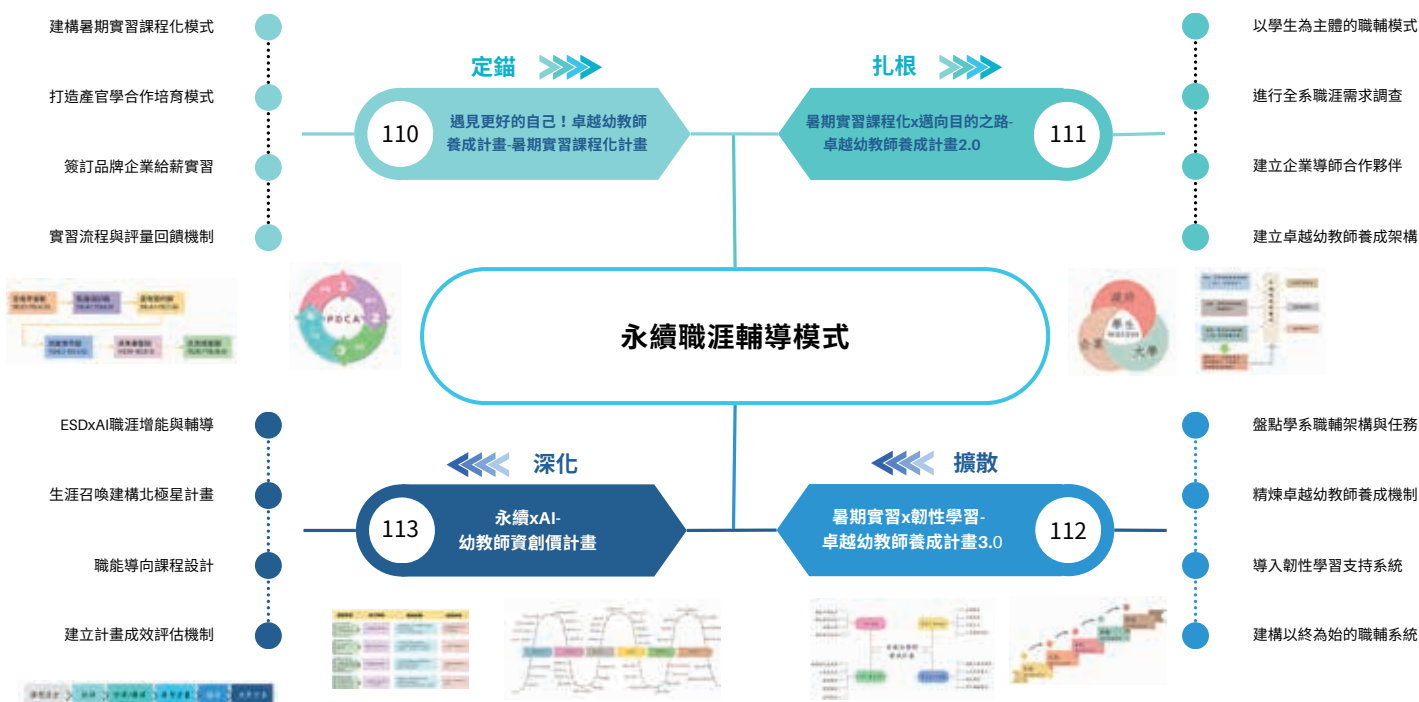


發展歷程：從定錨到蘊育的系統化職涯策略



教育部青年發展署大專校院職涯輔導工作計畫

ESGxAIxCalling





職涯輔導核心策略

• 從成果導向，轉向歷程陪伴

1. 不只看就業率與量化成果，更重視學生在學習過程中的探索、覺察與召喚感養成。
2. 「講座辦完了，然後呢？」——這不是結束，而是陪伴學生成長歷程的開始。

• 將職涯教育納入課程設計與制度支持

1. 職涯輔導不應只靠熱心教師，而需設計出可複製、可滾動、可追蹤的課程與制度架構。
2. 「制度化 × 課程化 × 系統化」三軌並進，才能永續點亮每一位學生的未來。

• 從工具提供，轉向價值引導

1. 不只是提供履歷與就業資訊，而是幫助學生從中找到意義、召喚方向、啟動行動。
2. 「不只為了就業，而是為了實現人生中真正重要的事。」

• 以教育願景為底，建構永續職涯生態

1. 真正的職涯教育，是讓學生看見工作不只是賺錢，而是實踐夢想與價值的途徑。
2. 「工作，應該是實踐召喚與幸福感的旅程，而非消耗生命的過程。」

引導學生在不確定的未來中，看見自我價值、活出召喚，
走上具幸福感與意義的職涯之路。

永續職涯輔導模式下的職輔課程設計

驅動學生朝向自己的北極星

1. 課程不只是提供答案或外部建議，而是透過價值探索、角色映照與AI生成等工具，協助學生對齊內在渴望與方向。
2. 課程要引導學生思考：「我想成為什麼樣的人？我在意的是什麼？我希望活出什麼樣的樣子？」——這正是召喚的起點，也是職涯教育的核心。

從被動接受走向主動尋路

1. 許多學生進入職涯輔導時，常處於「等待指導」「接受安排」的被動狀態。我們的課程策略是設計任務與創作挑戰，讓學生轉為主動規劃者。
2. 課堂不再以講授為中心，而是讓學生透過提問、價值排序、AI語句生成、目標設計等體驗與實作課程，轉化為自己路徑的定義者與行動者。

課程中生成價值、歷程與召喚

1. 每堂課都是價值與召喚的建構歷程，結合AI職涯探索系統、價值導向任務與反思工具，累積成可見的職涯成長軌跡。
2. 教學歷程中強化三個面向：對價值的理解（我重視什麼？）、對方向的描繪（我想往哪裡去？）、對行動的覺察（我怎麼開始？）

教育的目的，不只是讓學生適應世界，而是讓他們有力量選擇自己的人生方式。
當課程內建召喚與價值，職涯教育就開始長出未來的樣子。



理論對應

• 價值導向 × 教育理念

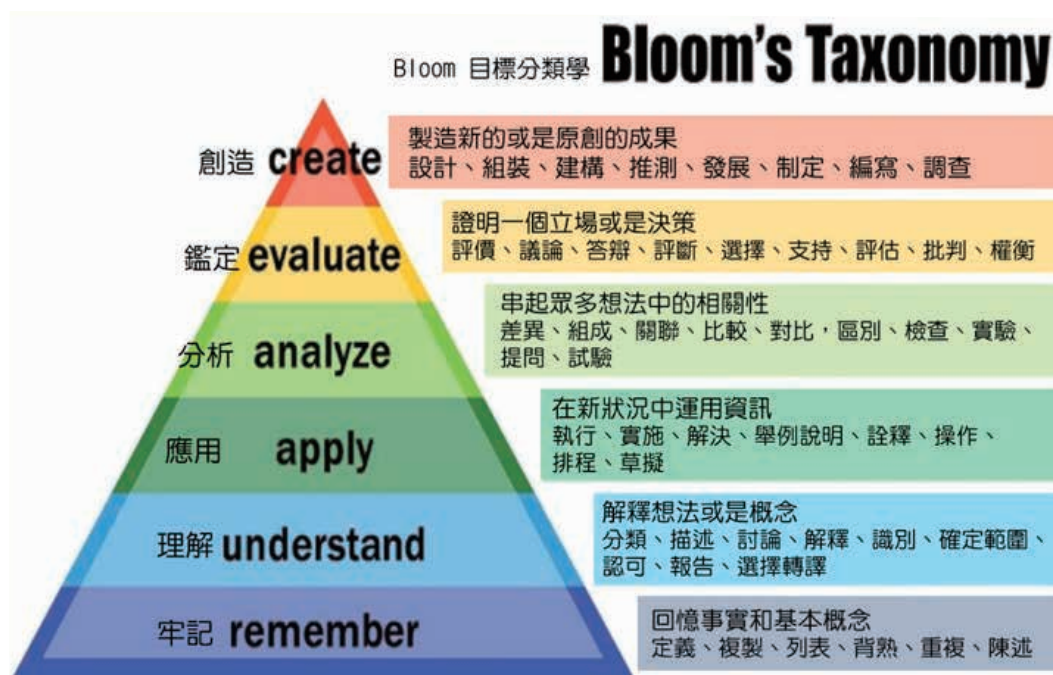
1. 生涯召喚理論：職涯不只是工作，而是一種對內在召喚與價值的實踐，關聯幸福感與動機。
2. 生涯認知理論：生涯即生活，強調全人觀、發展性職涯歷程。
3. SDG4 & SDG8：呼應優質教育與尊嚴就業的聯合國永續發展目標。
4. 靈性職涯輔導：重視意義感、召喚感，強化內在動機與方向定位。

• 課程發展 × 實踐設計

1. 職涯發展理論：引導課程設計與教材規劃，培養自我認知與選擇決策力。
2. UCAN職能導向教育：職能評測結合教學設計，對應核心職能與未來就業。
3. 實作取向課程：暑期實習強調「實作、實得、實力」，建立行動導向學習。
4. Kolb經驗學習理論：循環歷程（觀察→反思→修正），深化課堂歷程轉化。
5. 布魯姆分類：涵蓋認知、情意與技能，作為課程成效的教學評估架構。
6. SEL情緒學習：培養未來教師具備情緒覺察與共感能力。
7. 杜威做中學：強調真實問題導向學習與知識共構。

在AI與永續時代，單一理論已無法全面支持學生的未來發展，因此本計畫整合多元學理，強調跨域、整合與行動轉化。

理論，不只是知識的歸納，而是給實踐一個有方向的起點，
讓教育走得更深、更遠。





描繪學生圖像

- **有方向感的探索者**

1. 不再只是等待建議或跟隨指引，而是能清楚說出：「我想成為怎樣的人？我正朝哪個方向前進？」
2. 在尋路中找到定位，逐步踏出屬於自己的腳步。

- **有勇氣正視內在渴望，有能力描述自己的未來願景**

1. 擁有一顆北極星，無論外在如何變動，心中仍有方向可循。
2. 對齊內在價值，調整步伐，堅定前行。

- **是會問路的人，而非只等人指路的人**

1. 習慣自我提問、能在迷惘中行動，善於修正、辨識與選擇。
2. 理解職涯不是被安排的路，而是自己去尋、去走、去承擔的旅程。

- **擁有「說出、紀錄、行動」的職涯歷程**

1. 每一次學習不只是任務，而是生成故事的歷程，累積可見的職涯足跡。
2. 有能力組織語言：「這是我的故事，我正在這條路上。」

- **相信工作是生命的延伸，而不是消耗**

1. 不只是就業，而是承載價值：「這份工作，能實現我的理想嗎？」
2. 選擇是一種召喚回應，而非逃避不確定；職涯，是讓生命發光、讓世界更好的實踐路徑。

我想培養的，不只是能找到工作的人，而是有勇氣走在召喚之路上的人。

AI × 課程 × 教材

讓AI陪學生探索方向，讓教材承接成長的軌跡





有關AI使用的調查



2024.6.21

1. 台灣有84%的知識工作者日常會使用AI工具，79%員工自行導入AI工具，各年齡層學習使用AI的比例均超過7成。
2. 雖然有78%台灣企業老闆意識到AI的重要性，但73%缺乏實際計畫和願景，遠高於全球平均60%。
3. 全球81%企業不願意雇用沒有AI技能的職員，含有AI技能的職缺投遞率，比一般工作高17%，代表企業越來越重視AI技能。



有關AI使用的調查



2024.12.10

- 台灣民眾對AI影響的認知存在反差：74.75%認為AI對自己影響不大，但超過六成認為AI對他人影響重大，顯示出獨特的心理落差。
- ChatGPT使用者具明顯世代和學歷特徵：研究所學歷使用率最高達52.91%，18到29歲年輕族群使用率53.32%，反映出高等教育程度和年輕世代更易接受新科技。
- AI管理呈現世代差異：整體73.10%民眾支持規範AI，但18到29歲年輕族群僅37.07%支持政府規範，反映新世代更傾向自主管理模式。



有關AI使用的調查



2025.2.27

學生提到使用 AI 的主要原因，包括了節省時間、提高報告的品質等。雖然大部份人都是使用 AI 來做為研究或是學習的工具，幫助整理資訊，但也有 18% 的學生承認會原封不動地將 AI 生成的內容「照搬」到課業裡。在調查中，較富裕、專注於 STEM 領域及男性的受訪者對 AI 的熱情更高；而相對的女性學生和年輕學生則有較多對 AI 持反對意見者。學生反對使用 AI 的主要論點包括作弊、虛假或幻覺的 AI 回應，或是 AI 回應帶有偏見。此調查是在 2024 年 12 月進行，調查對象包括了英國的 1,041 名本國及國際學生。

不過，英國大學顯然也有在正視這個問題。五分之四的受訪者表示他們的大學有明確的 AI 政策，並且有 42% 的學生認為教師有為 AI 的興起做好準備，遠高於去年的 18%。然而，僅有 36% 的學生認為學校有積極地協助他們發展使用 AI 的技能，也就是說多數大學雖然有了 AI 的政策，但還沒有將 AI 的使用加入教綱，來幫助學生更好地運用 AI 的打算。 [yahoo/新聞](#)

AI趨勢解讀

AI趨勢解讀

1. AI正快速成為教育現場的共通語言
2. 但「使用率不足」與「應用深度不夠」仍是目前校園常見的兩大落差
3. 教育的任務，不只是接觸AI，而是賦能教師與學生有效應用AI。

我們可以怎麼用？

1. 職涯探索：引導學生用AI生成未來職涯藍圖、價值語句、個人敘事。
2. 教學設計：協助教師創意發想、生成劇本、設計任務、改寫教材。
3. 自我覺察：透過AI對話，培養學生反思與提問的能力。
4. 資料彙整：運用AI摘要回饋、歸納反思、撰寫成長記錄。
5. 發掘優勢：透過AI生成關鍵字卡、優勢語句與自我描述練習，幫助學生辨識個人亮點、強化自信與自我認同。
6. 跨域整合：結合職涯、SEL、素養導向與AI應用，建構完整歷程。

AI不是問題，而是機會，關鍵在於我們怎麼用。



職涯覺察導向的PDCA課程迴圈設計

• 前測：建立學生學習起點的理解

1. 學期初進行「UCAN共通職能與專業職能測驗」，了解學生的能力基線。
2. 搭配「生涯召喚量表」，進行學生內在方向與職涯意識初步覺察。

• 實施：結合AI教材與覺察任務的課程歷程

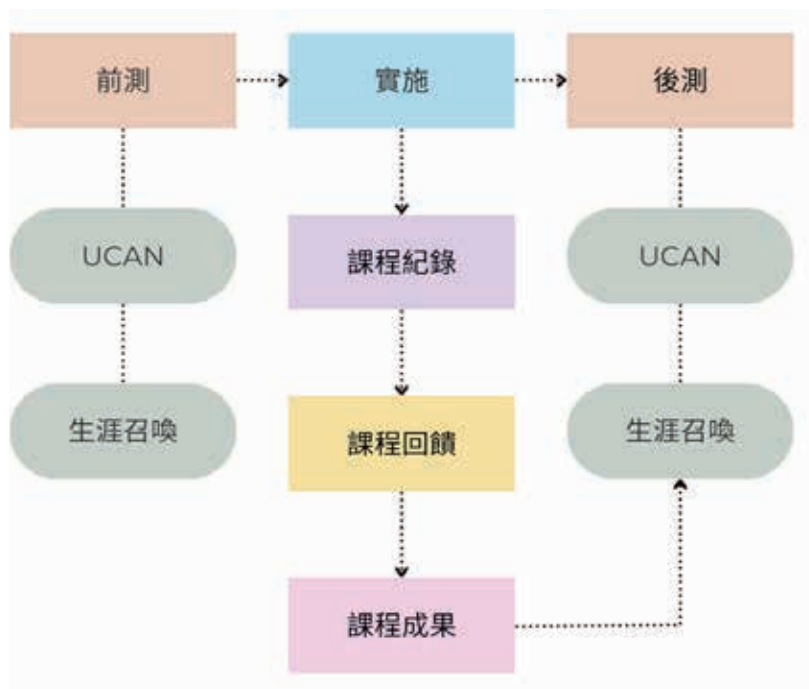
1. 結合 AI 生成、職涯發展教材，進行融入式職輔課程。
2. 教師引導學生透過學習紀錄與覺察任務產出歷程文件，累積行動與思考的軌跡。

• 課程回饋：從覺察中回饋、從回饋中行動

1. 每堂課後提供學生回饋問卷，提問聚焦於：這堂課對我來說有什麼啟發？
我是否看見新的可能或方向？

• 後測：評估成效與產出學習成果

1. 期末再次進行 UCAN 測驗與生涯召喚量表，觀察職能自評與召喚意識的變化。
2. 彙整學生生成成果：如 AI 自我敘事文本、個人價值語錄、理想人生藍圖等。
3. 這些成果進一步作為職涯發展歷程檔案的證據基礎。



我們不只是回顧學習成果，更是在累積一段段能通往職涯召喚的生命歷程。



幼兒園教保實習(II)

● 課程核心理念與教學設計

1. 本課程以「理論轉化實務」為核心，透過試教省思、參訪觀察、與教保現場的真實連結，幫助學生強化專業素養與實踐能力。培養具備觀察力、反省力、實踐力的教保服務人員，透過持續對話與實作深化專業。
2. 教學歷程四階段：感知探索→認知建構→實踐深化→成果收斂

● 職涯素養與教材融入策略

1. 課程設計層面：系統性融入職涯發展教材，包含：自我探索與高峰經驗活動、職業視窗與未來工作探索工具、SMART目標設定與生涯規劃指導，以結構化模組引導學生從覺察到規劃，促進生涯方向明確化。
2. 實作體驗層面：將職涯發展元素融入見習活動，鼓勵學生記錄職場中的高光時刻、暖心互動、挑戰經驗，透過SMART心得表單設定與檢視見習目標，作為後續輔導與教學調整依據

● AI與SEL教學應用

1. AI生成技術融入職涯教育：
 - AI生成履歷工具：見習後自動生成個人學習與職涯敘述
 - AIGC繪本與教學設計：應用於見習試教與觀察紀錄
 - AI職涯探索系統：協助學生建構自我理解與方向建議
2. SEL（社會情緒學習）融入課程：
 - 透過合作挑戰活動，讓學生在真實互動中學習情緒辨識、團隊合作與責任行動
 - 結合見習與回饋歷程，強化學生對職涯與教育價值的認同與連結

1	課程導論、見習注意事項、進班安排與教師職涯發展進路	介紹課程目標、內容與評量方式；討論幼兒園見習的準備事項；概述教師的職涯發展路徑。
2	自我探索與高峰經驗梳理	引導學生透過活動與討論，回顧個人高峰經驗，發掘自身興趣與熱情，為職涯發展奠定基礎。 ⑥運用教材中的「梳理高峰經驗」單元，透過活動與討論，協助學生發掘自己的優勢與特質。
3	職涯視窗與未來工作探索	透過職涯視窗六宮格等工具，協助學生了解不同職業選項，並探討未來工作趨勢與機會。 ⑥使用「職業視窗六宮格」與「職涯焦點人物誌」單元，讓學生透過資料蒐集與分享，深入了解目標職業。
4	多元學習經驗與服務學習 (調整：SEL課程-無聲合作挑戰)	探討多元學習的重要性，鼓勵學生參與服務學習，拓展視野，增進實務經驗。 ⑥參考「服務學習開展生涯」單元，討論服務學習的意義，並設計相關活動計劃。 (調整：將遊戲化學習與SEL結合，讓學生在實際體驗中發展社會情緒能力。透過這些無聲挑戰，他們學會如何覺察自己的情緒、理解他人的感受、與他人合作，以及做出負責任的決策，這些能力對於未來成為幼教老師或任何職業都相當重要。)
5	SMART目標設定與生涯規劃	教導學生運用SMART原則設定職涯目標，制定可行的生涯發展計劃。 ⑥運用「SMART規劃個人發展」單元，指導學生撰寫個人職涯規劃書，明確短期與長期目標。
6	見習前導課程	培養觀察與互動技巧，幼兒園見習心得撰寫說明。 ⑥見習心得：見習內容，SMART目標設定與檢視，我的高光時刻
7	幼兒園進班見習(一)	第一次進入幼兒園班級，觀察日常教學活動，了解班級經營與幼兒互動方式。
8	幼兒園進班見習(二)	持續進行班級觀察，聚焦於教保服務人員的教學策略與幼兒反應。
9	幼兒園進班見習(三)	參與班級活動，協助教師進行教學，並開始與幼兒互動，實踐所學理論。
10	幼兒園進班見習(四)	承擔更多教學任務，設計並執行小型教學活動，培養教學實務能力。
11	幼兒園進班見習(五)	獨立帶領部分課程，嘗試班級管理，並與教師討論教學心得與改進方向。
12	幼兒園進班見習(六)	完成最後一次見習，總結實習經驗，收集資料為學習歷程檔案做準備。
13	試教與專業對話	學生進行試教，並與同儕及指導教師進行專業對話，反思教學過程，提升教學能力。
14	教保理論與實務整合	透過案例討論，深化對教保理論的理解，探討理論在實務中的應用與挑戰。
15	學習歷程檔案製作指導	指導學生整理見習與試教資料，製作學習歷程檔案，強調反思與專業成長。
16	學習歷程檔案交流展示	學生展示並分享個人學習歷程檔案，進行經驗交流，互相學習與借鑒。
17	綜合心得與未來展望	回顧整個課程的學習歷程，撰寫綜合心得，討論未來職涯發展計劃，確立職業目標。
18	課程總結與評估	對整個課程進行總結與評估，收集學生反饋，為未來課程改進提供依據。



1. 自我探索與高峰經驗梳理

活動目的

- 引導學生透過回顧個人高峰經驗，認識自己的興趣、熱情與價值觀，進而描繪「最理想的自己」，奠定未來職涯方向，並強化自我認同與人際互動力。

活動設計

- 活動形式：小組照片分享 + 回饋對話
- 材料準備：每人一張代表高光時刻的照片
- 進行流程：
 - 引導與說明（10 分鐘）
 - 小組輪流分享與互相回饋（20-30 分鐘）
 - 小組總結與價值發現（10 分鐘）

活動延伸

- 我的高光時刻
- 從高峰經驗中學到什麼？
- 對職涯規劃有何新啟發？
- 後續輔導建議：個別職涯諮詢，協助學生轉化為具體目標。

學習成果

- 增強學生的自我覺察與價值定位
- 提升人際互動與回饋表達能力
- 激發對未來職涯的熱情與方向感

高峰經驗，是學生職涯召喚的起點。

2. 職涯視窗與未來工作探索

活動目的

- 了解不同人對特定職業的期望與觀感
- 深入探索職業內容與挑戰機會
- 培養蒐集資訊、團隊分析與價值對話能力

活動設計

- 學生選擇幼教師主題進行深入研究
- 訪談六種對象與自己的看法
- 填寫職業六宮格學習單，並進行小組共學與回饋討論

實施流程

- 導入與說明（10 分鐘）
- 資料蒐集與分組討論（30 分鐘）
- 六宮格填寫與交叉分析（20 分鐘）
- 成果分享與反思（20 分鐘）
- 總結與延伸（10 分鐘）

學習成果

- 認識特定職業的多元視角與價值觀差異
- 釐清個人對職涯的偏好、興趣與適配性
- 增進團隊合作、觀點整合與表達能力
- 激發學生主動探索未來方向與職涯可能性

理解他人職涯視角，是開啟自我探索的第一步。



3.SEL課程-無聲合作挑戰

活動目標

- 培養非語言溝通、團隊合作與社會情緒覺察能力
- 引導學生在互動中強化自我認識與人際理解
- 為未來成為幼教師奠定情緒素養與團隊能力基礎

成效

- 學生在「無聲但高互動」的環境中覺察自我與他人
- 培養未來幼教現場需要的觀察力、合作力與情緒理解力
- 課程歷程可轉化為學生自傳或職能反思內容

活動設計

- 活動皆在「禁止語言」的情境中進行，強調非語言覺察與合作默契。
- 破冰與規則說明：建立安全互動基礎(10分鐘)
- 動物園大集合：覺察自我表達與他人觀察(10分鐘)
- 默契筆畫排序：任務導向溝通與集體創意實踐(10分鐘)
- 小組討論：引導情緒辨識、團隊反思與策略修正(10分鐘)
- 心得分享：聚焦情緒覺察與管理(10分鐘)

合作不只靠語言，默契中也能培養理解與信任。

4.SMART目標設定與生涯規劃

活動目的

- 理解並應用 SMART 原則於職涯目標設定
- 根據個人興趣與能力擬定見習期具體行動目標
- 培養實習前的主動性與反思力，強化目標意識與職涯連結

延伸應用

- 與「職業視窗六宮格」活動串接，形成職涯歷程軌跡
- 將目標寫入學習歷程檔案，作為期末反思與職涯敘事基礎
- 見習期間定期追蹤回顧，增進實務連結與回饋機制

實施流程

- 導入引問 | 我希望成為怎樣的幼教師？
- 認識 SMART 原則與案例解析
- 回顧個人經歷，草擬實習目標
- 填寫「見習目標設定單」並進行小組回饋
- 總結反思與收件

成效

- 提升職涯自我覺察與實習目標設計能力
- 強化學生將想像轉化為行動的實踐力
- 為成為理想中的幼教師奠定目標導向的專業態度

目標不是壓力，而是讓夢想落地的方向感。



5. 職涯發展教材融入見習心得

活動目的

- 幫助學生從見習經驗中覺察職涯成就感與價值來源，培養正向職場動機與教育召喚意識。
- 引導學生定期設定SMART見習目標與自我檢核，建立主動規劃、反思與成長的實習歷程習慣。
- 將職涯發展教材與實習真實經驗結合，深化見習心得的情感厚度與方向感。

活動內容與設計

A. 高光時刻紀錄（成就感 × 情感內化）

- 說明：引導學生回顧在實習中「感覺到成就、被孩子需要、心中溫暖」的時刻。
- 操作方式：每週紀錄1則高光時刻，內容包括：發生的情境、幼兒的反應、自身的感受與體悟，搭配一張照片。

B. SMART見習目標設定與檢核

- 說明：每週見習前設定「本週想挑戰／改進的具體行為或教學細節」，並於當週見習後進行自我評估、反思成功與挑戰、調整策略。

C. 整合式反思心得撰寫（期末階段）

- 學生將「高光時刻紀錄 × SMART目標與檢核歷程」整合成期末見習心得報告
- 引導問題如：
 - 哪些時刻讓你更確定想成為幼教師？
 - 哪些挑戰讓你看見自己需要成長的地方？
 - 你對「理想中的自己」有什麼新畫面？

5. 職涯發展教材融入見習心得

學習成效

1. 情感層面：連結價值，召喚熱情

- 學生在紀錄「高光時刻」的歷程中，能意識到自己在現場被理解、被肯定的經驗，進而提升對職涯的歸屬感與使命感，強化「我想成為那樣的老師」的內在召喚。

2. 行動層面：培養紀律，養成習慣

- 每次見習前設定 SMART 目標，事後反思與檢核，培養學生自我驅動、自我負責的實習態度，養成穩定的職涯發展行動習慣。

3. 評量層面：留下軌跡，看見成長

- 教師可透過學生的高光時刻書寫與 SMART 目標歷程單，建立可追蹤、可評估的成長檔案，做為實習與職輔指導的重要依據與評鑑證據。

1122 幼兒園教保實習(11)第__次見習心得

姓名: _____ 見習學校: _____ 見習日期: _____ 見習年齡層: _____

一、見習心得:

二、是否達成見習目標(請以 SMART 原則逐一書寫即可):

(1) ☐是 ☐否
 (2) ☐是 ☐否 ☐是 ☐否 ☐是 ☐否 ☐是 ☐否 ☐是 ☐否
 (3) 請繼續描述主題、具體實施計畫、難點等地方:

三、見習時的高光時刻(說明:1個月)

從被理解的高光時刻，到踏實走過的成長軌跡，實習也能成為職涯召喚的起點。



6. 生涯發展融入學習歷程檔案

檔案內容

- 自我介紹與學習目標：從個人背景到學習動機與理想教師形象。
- 課程與實習紀錄：反映課程參與、教保活動與現場觀察之成果與反思。
- 教案與活動設計：展示創意教學與課程設計歷程。
- 生涯探索紀錄：整合 UCAN 職能測評、生涯召喚量表、自我探索作業。
- 生涯課程學習心得：回顧參與 L10-L11 等職輔課程的收穫與成長。
- 未來展望與行動方案：提出個人未來教育領域目標與生涯發展策略。
- 附錄資料：活動照片、回饋語錄、學生語音或影片作品連結。

檔案製作目的

- 展現學生學習成果、反思與成長過程
- 彙整生涯探索歷程，作為自我理解與就業的支持性證據
- 強化學習與生涯方向的內在連結

學生學習效益

- 具體呈現生涯養成歷程與專業成長
- 建立生涯自我敘事與學習歷程統整能力

歷程不只是記錄，而是讓學生看見自己成長與前行方向的鏡子。

繪本與說演故事

課程核心理念與教學設計

- 以繪本與童話為起點，透過角色轉化、劇本創作、聲音與肢體表達等實作，讓學生從經典角色的視角重新想像幼兒園生活。課程融合生涯素養、SEL、AI 生成工具與教學實境轉化，協助學生建構幼教職人形象，發展敘事表達與教學應變力，並增進對未來幼教場域的理解與情感連結。

課程目標

- 分析與詮釋繪本故事角色，培養故事轉化與情境創造能力
- 運用聲音、動作與情緒，進行角色說演與幼教情境模擬
- 應用 AI 與劇本工具，創作符合學齡需求之教學劇本
- 融入 SEL 核心素養，提升自我覺察、同理合作與反應力
- 實踐教學活動轉化，建立對幼教老師形象的探索與反思

生涯素養融入

- 角色模擬與實境演練，讓學生具象理解教師專業樣貌
- 結合生涯角色探索與幼教場域觀察，進行職業想像與反思

AI 與 SEL 教學應用

- AI 生成故事腳本、台詞與教學對話（AIGC 應用）
- 融入 SEL 於腳本與演出中
- 學生能在「演出中學習自己」「故事中覺察他人」

透過故事演出看見自己，也從孩子的回應中，找到成為理想老師的模樣。



當童話故事遇上Preschool

主角	老師樣貌	幼兒角色	典型行為
灰姑娘	潔癖狂，看到玩具沒收會馬上清掉，堅持教室一定乾淨整齊。	小霸王	看到玩具就搶，還說：「我先看到的！」
白雪公主	愛唱歌又愛小動物，故事時間會不自覺地唱出來，像在演音樂劇。	為什麼寶寶	問：「為什麼太陽會下山？」「為什麼老師不能飛？」
大野狼	試圖改邪歸正，但說話聲音太大，小孩常被嚇哭。	點心偷吃王	偷吃其他小朋友的餅乾，嘴巴沾滿巧克力還說：「我沒有吃！」
小红帽	非常保護孩子，一直清點人數，動不動喊：「你們在哪？」	情緒小火山	一言不合就爆哭，老師問也不說原因。
長髮公主	頭髮長得誇張，小孩常玩她頭髮，讓她掉頭。	小老師控	搶著當老師的助手，還一直糾正其他小孩：「你要坐好喔～」
睡美人	常在故事時間自己睡著，醒來不知道說到哪一頁。	問德和狂	問：「老師你幾歲？有男朋友嗎？你幾公斤？」
魔豆樹克	帶孩子戶外種豆子，結果教室變成叢林。	愛表演寶寶	一直要跳舞、唱歌，搶走老師麥克風。
醜小鴨	勵志型老師，最愛說「每個孩子都獨特」，結果講太久沒上課。	放空王	看著窗外出神，老師叫三次才回神：「給？」
三隻小豬	三種人格三種教學風格，小孩今天不知道是哪個老師來上課。	午睡拖延寶	不肯睡覺，躺著還在唱歌，吵醒旁邊的人。
青蛙王子	超愛照鏡子，自戀到不行，會說「你們很幸運我來教你們」。	故事破壞者	老師說故事時一直搶說結局：「我知道了！他會死掉～」
紅心皇后	教室裡隨時像在開審判會，動不動說「不准！」，「踢出去！」	翻箱倒櫃者	下課時翻翻玩具櫃，把東西丟得滿地都是。
皮諾丘	說故事亂掰，鼻子變長，小孩還問：「老師你說真的嗎？」	跟屁蟲寶寶	一直抱著老師腿走來走去：「我喜歡老師～我要跟你回家～」
拇指姑娘	身材迷你，小孩找不到她，不小心坐到她腿上。	噪音寶寶	發出各種車子聲音「轟轟轟～救火咖～」，打擾安靜活動。
阿拉丁	想用神燈快速解決所有問題，但當失敗變得更糟。	收東西速刪寶	把別人水壺、便當拿回家，還說「是我的啊！」
愛麗絲	活在自己的幻想世界裡，教室變得像仙境，小孩越玩越嗨。	哭點低寶寶	老師只說「請坐好」，立刻爆哭：「老師罵我——」
貝兒	忘我看書，孩子在吵她沒注意，她覺得書比孩子好懂。	裝睡高手	午睡時閉著眼睛偷看別人表演，還偷笑。
彼得潘	上課比孩子還會玩，結果孩子全體脫序。	捧倒控	故意跌倒再說：「哎呦～老師我好痛喔！」
辛巴	很有領導力，一直教孩子如何當小霸王，孩子有壓力。	語言發明家	發明自己聽不懂的語言，還很認真跟老師溝通：「嘎嘎姆嚕～是我想玩意思。」



透過故事演出看見自己，也從孩子的回應中，找到成為理想老師的模樣。



尋找自己的北極星

AIXSELx教材x評測

設計理念

- 本活動取材自青年署職涯發展教材，結合SEL與「職涯優勢學習」單元精神，透過設計思維與自我探索，引導學生覺察熱情、興趣與個人特質，找到屬於自己的生命方向與職涯亮點。
- 覺察自己→建立方向→邁出行動

教學目標

- 提升自我覺察能力：練習辨識情緒與內在狀態，面對未知保持穩定。
- 強化溝通與合作：透過非語言合作挑戰，增進傾聽與信任能力。
- 探索教育角色：從引導與執行的雙重視角，體驗「成為支持者」的價值。
- 建立職涯願景：反思未來想成為怎樣的幼兒教育者，尋找內在召喚。

重點活動

- 找到那個閃閃發亮的你（聲入人心）：透過別人的眼睛，來看見自己發光的樣子，覺察內在特質 × 建立自我形象。
- 走在看不見的路上（達陣）：學生兩人一組，一人出聲引導、一人閉眼執行，引導對方完成任務。過程中需練習信任、控制與被控制間的情緒互動，模擬未來教學現場中的應變與共感情境。
- 我想成為什麼樣子的人：透過價值排序、AI生成語句或故事任務，引導學生書寫出「我想成為的樣子」，凝聚職涯願景，並成為未來抉擇時的內在指南針。
- 生命中的五道光：以圖像繪製與自我對話的方式，引導學生覺察過往重要時刻中的正向經驗與內在能量，找出屬於自己生命歷程中的高光時刻，作為召喚的起點。

在迷惘中找到方向，在互動中發現自己

找到那個閃閃發亮的你

參考吳淑禎教授於113年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（中區）之職輔課程示範教學

Step1：自我介紹

- 向大家問候：大家好，我是○○
- 有沒有哪一次經驗，讓你覺得「我真的很棒」、「我做到了」？
- 現在的你，對未來有什麼樣的期望？
- 向大家道謝：謝謝大家！
- 請真實、簡單、自在地分享你自己。

Step2：聽聲辨人

- 不打斷、不回應，只是聽

Step3：整理核對

- 請寫出「三個形容詞」，來描述你剛剛聽到的這位夥伴的樣貌。

Step4：學習單

- 「我發現自己是個_____的人，這讓我覺得_____，未來我希望_____。」

• 面向一：自我特質

1. 溫暖貼心的
2. 真誠不做作的
3. 開朗有親和力的
4. 感性有共鳴的
5. 靜靜努力的
6. 觀察細膩的
7. 勇於挑戰的
8. 樂觀不放棄的
9. 善於傾聽的
10. 願意陪伴的

• 面向二：思考風格

1. 有創意想法的
2. 喜歡整理思緒的
3. 懂得換角度思考的
4. 為團隊著想的
5. 分析能力強的
6. 腦袋清晰的
7. 善於發現問題的
8. 有原則有邏輯的
9. 願意反思的
10. 敢於表達自己想法的

• 面向三：行動特質

1. 主動積極的
2. 喜歡幫忙的
3. 承諾就會做到的
4. 不怕吃苦的
5. 行動力爆表的
6. 願意協助他人的
7. 很會帶動氣氛的
8. 喜歡完成任務的
9. 能把事做完的
10. 做事很可靠的

當我們學會看見他人的閃亮，也會更勇敢照見自己的光。



走在看不見的路上

參考吳淑禎教授於113年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（北區）之職輔課程示範教學

兩人一組，角色分配

- 一位擔任「引導者」，一位擔任「執行者」。
- 不讓執行者先看到路徑圖
- 執行者必須閉上眼睛或轉身，完全不知道路徑形狀。
- 由引導者單純用口語指示，引導執行者前進。

執行者動作要求

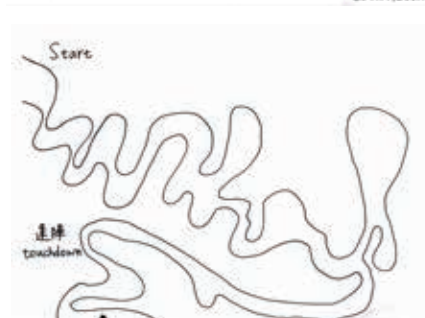
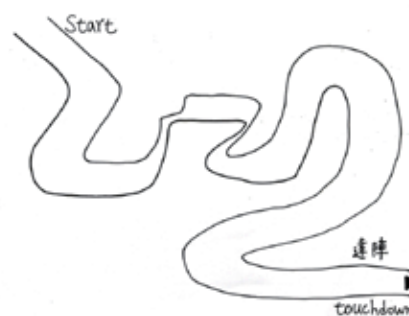
- 手指或筆尖在白紙上移動，根據指令前進。
- 盡可能專注聽覺、冷靜行動。
- 中途情緒覺察，若感覺緊張、挫折、迷惘，請默默記下自己的心情變化。

角色交換

- 完成一輪後，交換角色，讓雙方都體驗引導與被引導的情境。

課後反思學習單

- 我發現自己在遇到不確定時會_____
- 我學到一件事：_____可以幫助我穩定自己
- 我未來希望自己在團隊合作中能_____



當我看不見路，我選擇相信聲音；當我心裡慌張，我選擇安靜前行。

當我帶領別人前行，我才明白語言也可以成為一種溫柔的依靠。

我想成為什麼樣子的人

心中對話

- 選擇一張喜歡的小卡片
- 請閉上眼睛，想像幾年後的你，在一份你熱愛的工作上，你是怎麼與人互動的？你帶給別人的感覺是什麼？那個人，是什麼樣子的人？

許下對未來自己的承諾

- 完成這段敘述，越具體越好：我想成為一個_____的人

分享與回饋

- 可選擇與同組同學分享願景，彼此給予一句「鼓勵或肯定語」，並展示在願景板上。

引導句

- 我希望成為一個一直願意學習、不怕問問題的人，因為我曾經因為不敢問而錯過很多機會。我想要變得更勇敢、更願意嘗試，不怕丟臉。
- 我還不知道未來想成為什麼樣子，但我希望自己永遠是一個真誠、願意傾聽、持續前行的人。
- 我想成為一個能自在表達、敢於分享想法的人，不再害怕在大家面前講話。有一天，我希望我也能站在台上，用我的聲音影響他人。
- 我想成為一位溫暖的幼教老師，可以陪伴孩子成長，幫助他們喜歡自己、喜歡學習。我希望孩子記得我的溫柔，也學會照顧自己。

當你能說出想成為的樣子，你就開始走在那條路上了。



生命中的五道光

你可能不知道，你影響了我！

課程理念與設計背景

- 設計靈感源自《在天堂遇見的五個人》(Mitch Albom)，以敘事方式引導學生回顧生命中對自己產生深遠影響的五位人物，進行自我歷程與價值的重構與覺察。為避免死亡議題可能引發的情緒壓力，本課程轉化為「我生命中的五道光」，聚焦於個體與重要他人間的正向連結與深層意義。
- 透過具體、引導性且具創意的方式，協助學生辨識個人成長歷程中的關鍵他人，發展職涯自我概念與生命敘事，進而提升其自我認識、人際理解與職涯意義感。

課程目標

- 回顧並書寫生命中五位重要人物對自己的影響，提升自我理解與價值覺察。
- 透過敘事與比喻，建構「我是如何成為現在的我」的生命故事。
- 強化人際覺察與感恩能力，並思考「我想成為他人生命中怎樣的存在」。
- 在自我敘事中發展職涯方向、影響力認知與意義感。

學習成效

- 能反思「我想成為怎樣的人」，並提出個人未來的角色想像與價值定位。

「你可能不知道，你影響了我」- 生命中的五道光

人物姓名	我是他的什麼身份？	他/她如何影響了我？	對我產生什麼影響？
姓名	「我的什麼身份？」	當我遇到他/她，他/她對我產生什麼影響？	讓我知道我的生命意義

本單元為「生命意義與價值觀」。

第一階段：回顧生命中五位重要人物對自己的影響。

第二階段：透過敘事與比喻，建構「我是如何成為現在的我」的生命故事。

遇到什麼困難？如何解決？



AI如何幫助學生成為更理想的自己？

讓AI陪你一起看見自己，也讓你被世界理解



AI教學四階段





AI職涯探索系統

讓 AI 陪你看見自己，從價值出發描繪職涯藍圖

研發動機

- 在永續與AI浪潮下，學生面對快速變遷的職涯世界，亟需更個人化、可自我對話的探索工具。
- 傳統職涯測驗結果易流於分類與建議，缺乏情感溫度與敘事深度，難以喚起學生內在行動力。
- 本系統希望透過生成式AI與價值語言的結合，引導學生從內在價值出發，描繪生命方向與職涯圖像。

設計理念

- 全人職涯觀：整合六大生命面向（物質、身心、職涯、人際、靈性、學習）作為探索架構。
- 價值驅動探索：學生從每一面向選出代表性價值詞彙，並賦予權重。
- 語意生成回應：AI據此輸出個人化的生命敘事、職涯建議與激勵語句，輔助學生深度覺察。
- 融合SEL元素：融入情緒支持與自我肯定語句，強化社會情緒學習。

如何實施

- 價值選擇與加權：學生從每個面向選擇一個價值詞（如「信任」「創造」「安穩」等），並給予1-5分權重。
- AI生成探索報告：系統根據價值組合，生成個人化職涯語句、目標建議、行動提示與心靈小語。
- 進行回饋與反思：學生可針對AI回應進行標註、補充與修正，形成自己的「職涯說明書」（幸福生涯藍圖）。
- 作為教學與輔導應用素材：教師可依據生成結果，引導學生進一步描繪未來願景、設計實踐行動或發展履歷內容。

應用亮點

- 可納入「職涯定錨」、「價值澄清」、「目標行動設計」等課程模組，深化自我探索與內在驅動力。
- 搭配 SEL 教學與生涯召喚活動，引導學生整合情緒、價值與願景，強化行動力。
- 協助教師進行個別化職涯輔導、提升學習歷程檔案的深度與生命感。
- 可應用於大一職涯定錨課程、實習準備課程等不同階段。

AI職涯預測系統

讓 AI 帶你看見未來，洞察職場變化與方向趨勢

研發動機

- 在AI快速演進與產業劇變的時代，學生不僅需要理解現在的職業選項，更需要預見未來、調整方向，才能提升競爭力與職涯韌性。本系統協助學生以AI為工具，進行未來行業趨勢預測與自我定位。

設計理念

- 未來導向學習：結合AI與產業資料，訓練學生對未來工作世界的敏銳度與反思力。
- 系統思考能力：透過提問、預測、推論與策略設計，培養學生跨領域的決策與調適能力。
- 強化自我覺察：結合職涯價值探索與AI互動輸出，幫助學生辨識自身定位與潛能。

如何實施

- 先建構系課程、活動、職能、發展資源等資料。
- 輸入產業類別與興趣領域：學生指定行業（如幼教、設計、電商、長照等）。
- AI預測行業變動：系統生成未來10年可能出現的職能轉變與關鍵技術。
- 互動問答探索關鍵能力：學生詢問AI產業內所需軟硬實力、職場特質。
- 個人定位與職涯建議：系統根據對話結果，協助學生形成策略與自我發展圖像。
- 生成未來職涯藍圖：輸出包含目標方向、行動策略與所需學習建議的個人化報告。

應用亮點

- 可納入「職涯規劃」、「校系探索」與「學程設計」等課程活動。
- 跨領域整合職涯輔導與數位素養，增強AI時代學生的生涯適應力。
- 促進教師與系所反思未來產業走向，檢視人才培育機制。



永續職涯輔導

讓職涯教育成為一種能長期滋養學生發展的力量



永續職涯輔導概念

永續職涯輔導，是一場正在萌芽的教育實踐創新，嘗試從價值觀與召喚感出發，培養學生的方向感、韌性與社會貢獻力，為未來的人生旅程奠基。

何謂永續職涯輔導？

- 永續職涯輔導是一種以「全人發展」與「價值召喚」為核心，強調持續性、自我更新性與社會貢獻導向的職涯教育實踐。它不同於傳統僅聚焦於升學、就業與履歷的短期協助，而是一種能在學習歷程中長期陪伴學生發展的系統策略。

核心理念與內涵

- 職涯是一段生命歷程，不是一場單次抉擇。
- 永續職涯輔導不強調「選對科系、找對工作」，而是協助學生從探索到行動，逐步建構意義與召喚。
- 以價值為起點，以召喚為方向。
- 協助學生認識自身價值觀，發展願景，進而找到願意長期投入的生命工作。
- 融合AI、SEL與SDGs觀點。
- 職涯歷程四階段：定錨 → 扎根 → 深化 → 銜接 → 永續。
- 搭配模組化課程、實習場域與反思機制，系統性引導學生向未來跨越。



實踐亮點

- 打造AI職涯探索系統與價值驅動式生涯說明書，讓學生不只是得到建議，而是被理解、被召喚；實現個人化回應與情感共鳴的職涯輔導樣貌。
- 融合職涯教材與實踐場域，推動課程職涯輔導化、實習場域化、教育場域職涯化，透過跨域共備與教學轉化，實現教學即職輔的願景。
- 學生從「我想做什麼」轉向「我為何而做」，在探索中連結價值，在實踐中看見召喚，培養內在驅動力與社會貢獻感。
- 實踐人生不是為了走上某條道路，而是為了準備自己活出理想與幸福的樣子。



回應生命召喚

從探索價值到實踐意義的職涯旅程



職輔教材結合AI的教育意涵

從「學科本位」走向「跨域整合」

- 將職涯輔導教材融入專業課程，結合AI、SEL、ESD與Calling等多元觀點，以素養導向的方式培養學生的統整能力、適應力與未來職涯的跨域實踐力。

從「工具應用」邁向「價值引導」

- 不再只是提供AI工具進行職涯預測或履歷撰寫，而是引導學生從價值澄清與生命故事出發，生成具有個人意義的職涯藍圖與行動策略。

從「就業導向」提升為「生命實踐」

- 職涯發展不再侷限於找工作，而是協助學生連結內在動機，回應生命召喚，打造一條能持續投入且願意貢獻的實踐歷程。

從「短期協助」擴展為「長期陪伴」

- 職輔工作強調歷程性與系統性，設計分階段課程模組與學習任務，從定錨、扎根、深化到銜接，持續陪伴學生認識自我、預見未來。

從「知識傳授」轉為「能力生成」

- 透過AI生成、價值選卡、行動反思與同儕回饋等活動，讓學生實際操作與內省，建構面對不確定未來所需的自我理解力與適應能力。

從「教育創新」邁向「實踐探索」

- 我們正處於教育革新的起點，透過AI與職涯教育的結合，嘗試打造一種更貼近學生生命脈動的教學實踐。這不是終點，而是一段不斷修正與共學的歷程，期待與教育現場攜手，探索出更有溫度與意義的職涯教育模式。



遇到選擇時，你會怎麼做？

- 學生不只是需要一個答案，而是需要一套能陪他們一起找出屬於自己的答案的「探索系統」。
- 教師的角色，正從「提供職涯資訊」轉變為「陪伴生成人生方向」的引導者。
- AI可以協助產業預測與履歷撰寫，但無法代替學生面對選擇與回應召喚。
- 真正的職涯選擇，來自學生的主體探索、價值覺察與生命故事的書寫。
- 我們希望讓學生學會問問題、思辨選擇、善用AI，為自己創造可能，而不是等待標準答案。



教育的價值，是在選擇路口陪你一起想。



駕馭AI，引導學生走出屬於自己的生命路徑

- 生涯發展不該是「計算最佳選項」，而是陪伴學生發現最適合自己的方向。
- AI能分析未來趨勢、建構可能路徑，但真正的選擇仍需學生用腳丈量、用心感受。
- 教育的價值不在指引最短捷徑，而是陪他們走上屬於自己的旅程。



這不只是一條上山的路，更是一場成為自己的旅程。

這座山不在遠方，而在每一位學生心中。













教育部青年發展署
Youth Development Administration, Ministry of Education



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；
利用權勢性騷擾他人者，依法得處新臺幣6萬元以上，60萬元以下罰鍰；
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

請撥打本單位聯絡電話：**02-7736-5595** 手機：**0978-605-300**

電子郵件：**gender@mail.yda.gov.tw**

打工小心毒品危機，守護青春不迷失！

預防 打工涉毒

提高警惕， 避免運毒不自知！

凡出現出國帶貨或應徵外送員等
職缺要小心！
避免成為販毒或運毒的工具而不自知

結伴打工，相互關照

與可信賴的朋友或家人
一起打工，相互照應

遇疑找求助

遇到可疑情況，立即向父母、
老師或警察求助

安全場所，合理薪資

選擇合法、有登記、環境明亮不隱蔽的工作
場所，不被高薪誘惑當小蜜蜂運毒而犯法！

家長的陪伴與支持

家長經常與孩子溝通
了解他們的打工情況和交友圈子



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



教育部防檢司
毒品防檢科



教育部防檢司
毒品防檢科

廣告

北 區

5.23

職輔教材運用－初階工作坊

問 卷 調 查 表





Career
Development

114 年大專校院職涯輔導

種子 CAREER COUNSELING 教師培訓



主辦機關：



教育部青年發展署

承辦學校：



中信科技大學