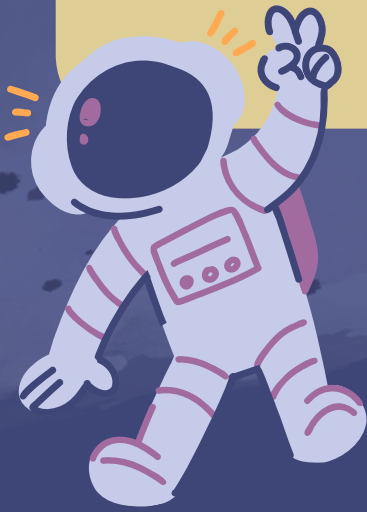


# 112年大專校院職涯輔導心得競賽

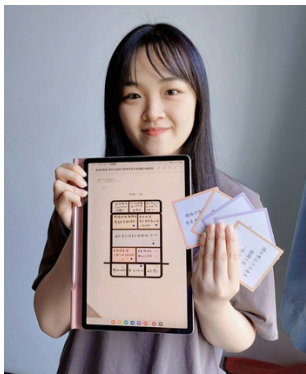
## 《職涯探索之旅》



我喜歡什麼？ / 我擅長什麼？ / 我適合什麼？

即將畢業，面臨進入職場之際，我到底要選擇什麼工作呢？究竟我想要什麼？我適合什麼工作？系上透過一連串的職涯探索歷程，讓我們能夠找到方向，順利著陸！

### 【我的風格 · 我的主場】



▲我與我的夢想公寓及能力強項卡

運用「能力強項卡」發現自己的優勢，並在運用「夢想實踐卡」找出符合自己所想要的夢想卡、如何達成夢想的實踐卡，以及過程中會遇到的風險阻礙卡，完成「我的夢想公寓」學習單，更加明確我的夢想，不論是生活、事業、人際等，也更能分析出我需要加強什麼能力，以達成夢想。

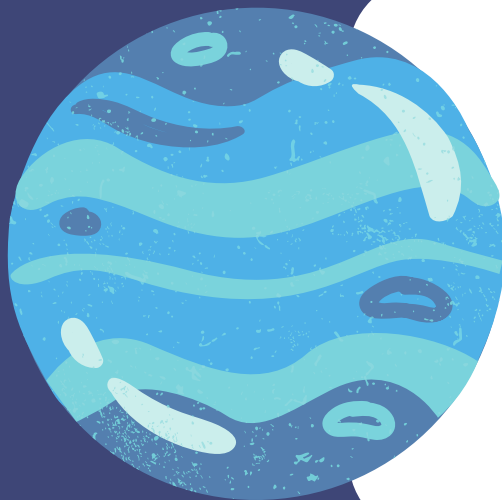


### 【CVHS學職轉銜工作坊】

專業諮商心理師帶領我們，透過CVHS學職轉銜檢測系統施測，根據測驗出的量表，包含興趣、工作價值觀、知識與技能等，配對出適合我的職業，量身打造屬於我的生涯藍圖，展開職涯策略與行動計畫。



▲求職力檢測



## 【築夢人生3D LIFE桌遊工作坊】

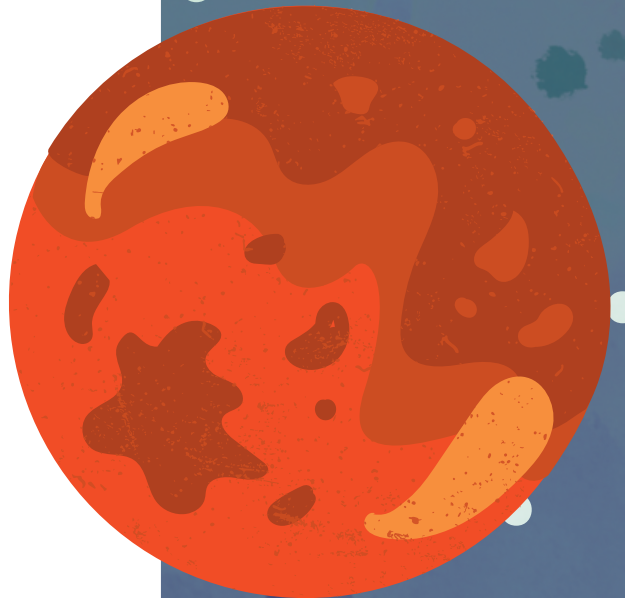
透過人生模擬遊戲，體會人生的道路，運用現在很流行的MBTI人格測驗，先找出屬於自己的人格類型，再設定自己的人生目標種類，在遊戲過程中盡可能地去朝著夢想向前，遊戲中去發現，其實就像人生一樣，不只是按照規劃培養，路途中也有很多難以預測的意外跟驚喜，也在每一輪年齡增長中，伴隨著健康的書退，因此夢想的路上，不僅只是考慮事業，還會模擬出人際、情感及健康等。我從中去找遊戲關鍵所在如何反應在人生中，並展開生涯策略與行動計畫。



▲築夢人生3D LIFE桌遊工作坊遊戲過程

## 【系友分享】

系上邀請學姊們回來母系進行分享，與我們分享他們在學校時的經歷、學習，以及進入職場後的歷程，遇到的困難或機會，以及分享他們的工作內容。有進入紡織公司、公關公司，也有自行創業的學姊，讓我知道未來其實不需要害怕，我們有很多的道路可以去前進，也透過學姊們的分享，讓我更清楚在進入職場前需要做些什麼準備，也更清楚我想走的道路跟職業類型，也留下了學姊們的聯繫方式，未來若有相關的問題，也能夠去詢問學姊們，讓迷茫的我能夠有安心的感覺，不用害怕進入職場後會無助。



## 【履歷競賽】

透過顧問公司專業的履歷老師，教導我們如何寫出能夠抓住應試主管眼球的履歷表，以及面試時該注意的大小事。

經過老師指導後，我也寫出了我的第一份履歷與CV，一份好的履歷不僅是要能展現出自己長處與經歷，重點是要能符合自己所應聘的職位，以及展現想進入公司的渴望與自己就是適合這個位子的人。完成後也有請老師進行建議與我再進行修改。系上也為鼓勵同學們，因此舉辦了履歷競賽，也讓我們可以看看其他同學的作品，並互相學習，讓我們再寫履歷時能夠更加完整。



▲履歷表

## 【求才列車】

系上邀請多家紡織公司到系上舉辦徵才說明會，讓我們有相當多的機會，能夠直接透過說明會對有興趣的公司投遞履歷，擁有比他人更搶先的機會，同時也可以透過說明會了解業界的現況，以及了解職位所需，讓我們提前預備。

透過一系列的職涯探索之旅過後，讓我更清楚自己的性格以及自己想追求的夢想，也更透過桌遊模擬與卡牌，這種有趣且容易理解的方式知道自己需要如何更接近目標，以及實際的去實踐在履歷上，以預備好進入職場，最後更透過直接與業界人士及廠商的接觸，清楚未來道路的需求、目標。

