

114年大專校院職涯輔導學生心得競賽

我的夢想起步藍圖

：「我不知道自己未來要做什麼。」

雖然已經知道自己想讀設計系，但實際上了大學後仍對未來的方向感到迷惘、也沒有目標不知該如何著手。

這學期學校安排的一系列職涯探索課程，一步步帶我們認識自己，探討不同的時事議題以及現在這個世代的職業趨勢，也開始對未來有了方向跟目標，

我認為是很有趣且收穫豐富的一門課，接下來就來聽聽我在這堂課學到的內容吧！

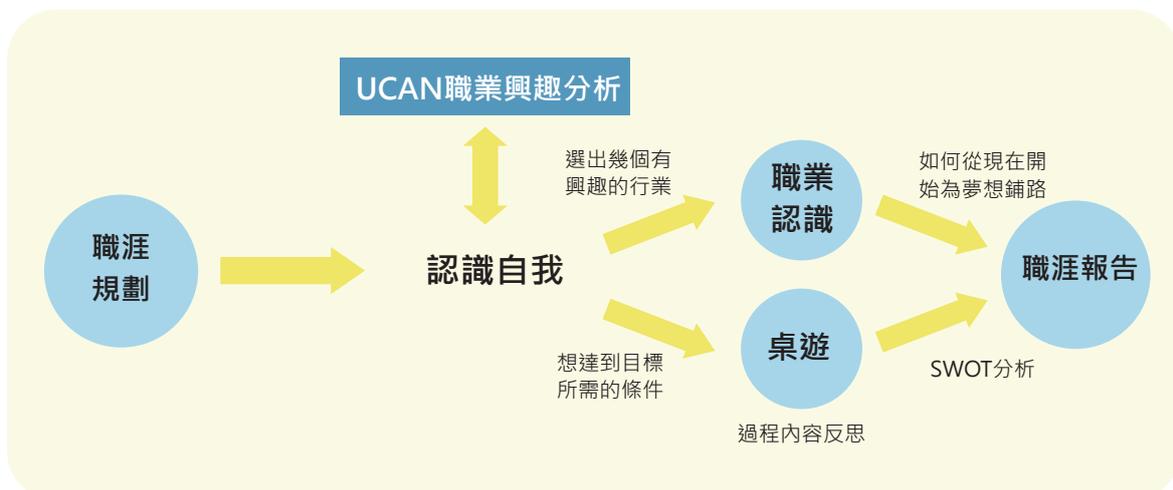


01 從迷惘開始： 走進職涯探索的第一步

原本對未來感到迷惘，甚至不知道自己喜歡什麼、想做什麼，無法想像畢業後的樣子。

我在「產業前景與職涯規劃」這門課學到很多，開始認真思考畢業後的出路，對未來產生好奇，不再只是被動接受資訊，而是想主動了解不同職位的工作內容。

也意識到：「原來現在就可以開始規劃了！」而不是到了大四才慌張準備履歷、面試。



02

打開地圖： UCAN 與職業性格分析

我的職業性格

A

藝術型

藝術型代表熱愛創作與表達；而企業型喜歡進行策畫與領導！

當時講師說了一句話我印象深刻：

「企業型的人未來如果不知道想從事甚麼職業的話，可以試試「銷售」，現在需要很多這樣的人才。」；也要選一份「能讓自己進步的工作」。

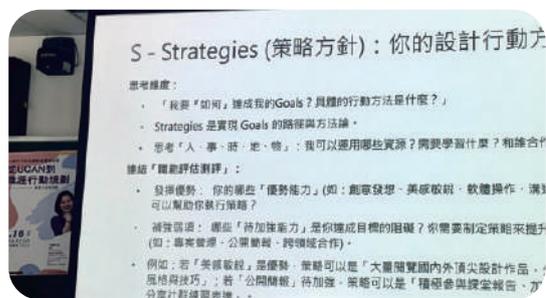
E

企業型

完成「UCAN 興趣診斷」

學校邀請 UCAN 的講師來講解各型性格特質以及指導我們根據結果代碼找到適合的職位。

回家後我開始研究不同職位內容，也因此接觸到「UX/UI設計師」，開始對未來有了具體想像，這樣的過程讓我意識到職涯探索原來這麼有趣。



▲ UCAN演講

03

開拓道路的小幫手： 用AI看見未來，用桌遊認識自己

課堂中我們認識各種 AI 模型工具，也學到了如何用 AI 修改履歷、模擬面試，並認識不同模型的優缺點與適用場景。老師也提醒我們AI的使用規範，最後的責任還是在人手上。

▼ 夢想實踐卡



我最印象深刻的桌遊是「夢想實踐卡」。

先思考夢想，並反思想達成夢想前還缺少什麼條件、要怎麼從現在開始準備；

桌遊結束的最後我

們設計了自己的「夢想公寓」，和同學分享並寫下鼓勵對方的話，那天我收到好多來自同學的祝福，也下定決心要好好為夢想而努力。



▲ 夢想公寓 & 同學回饋

04

畫出屬於自己的地圖： 製作職涯規劃書

我從遠程目標（理想職業、夢想生活）開始倒推，思考未來幾年應該完成什麼階段任務。也從《原子習慣》這本書得到啟發：再遠的目標，也能從微小的改變開始實踐。

課程的最後我們做了一張「職涯海報」，把自己的人格特質分析、目標等元素，設計成一張易讀且吸睛的視覺作品。和同學分享、發表的過程我領悟了設計不只是「美感」，也是為了溝通，讀者是誰決定了你要怎麼呈現作品。

未來藍圖·的職涯指南
Designing My Own Light
A journey to becoming the person I've always dreamed of.

一步步將夢想化為可能!

我學到什麼?
SWOT Insights

S 優勢

- 對設計充滿熱情與想像力
- 擅長排版、配色、資料整理
- 樂於學習、上進心強
- 異於文化經驗（接待外賓、參加國際會議）

W 劣勢

- 團隊合作時過於追求完美
- 需提升日文與 UI 工具能力（如 Figma）
- 溝通表達能力待加強
- 學業管理時間

O 機會

- 國際化設計人才需求增加
- 可透過日語與設計連結海外機會
- 線上資源豐富，選擇範圍多元

T 威脅

- 設計領域競爭激烈
- 技術變化快速，需持續學習
- 語言與溝通能力將影響職場適應

我最喜歡的自己：對可以讓消費者作品都全力以赴！
我想進步的地方：學業管理時間

右邊是SWOT分析囉!

自我探索
我是誰?

優勢特質

- 熱愛設計與美感，對排版細節有要求
- 有上进心、責任感、願意持續學習
- 喜歡學習思考、旅行、日韓偶像，從中找到靈感與動機動力

擅長技能、強項

- 印刷製成 乙級
- 視覺傳達設計 丙級（排版、配色、Illustrator、Photoshop）
- 紅十字會證書
- 資料整理與報告撰寫清晰
- 有豐富攝影影片剪輯能力

學習歷程
我是怎麼成長的?

學歷與科系

- 國文學系 廣告設計科
- 台南應用科大 商業傳播設計系

成就亮點

- JLPT N5 - 日本經濟商校國際會議代表
- 高中學業三年英文閱讀前三名
- 國內設計競賽佳作、擔任社團、班級代表
- 電腦繪圖、立體構成表現良好

目標設定
我要去哪裡?

短期目標 (1年內)

- 2025年底通過 JLPT N3
- 學會 Figma 並完成個人作品
- 每天看一張設計作品、分析並記錄靈感

中期目標 (2-5年)

- 擁有參與海外設計或跨國企劃經驗
- 累積專業作品集、參與設計比賽與實際經驗
- 海外留學

行動策略
我該怎麼做?

6-7月 8-11月 12-12月

- 基礎準備期
- 技能強化期
- 成果展現期

每日行動小習慣 (電子習慣)

- 看 5 個日文單字
- 練習 Figma / 線上學習 30 分鐘
- 看一張設計作品、分析排版+配色

姓名: _____
班級學號: _____
MAIL: _____
職涯規劃海報

▲ 職涯海報

05

步上軌道 我正在成為理想中的自己

儘管我對未來仍有許多不確定，但透過這堂課，我開始知道該從哪裡著手。不論是工具使用、職業探索還是自我分析，我都從中得到很多成長與啟發。

每一次探索、每一個反思，都是邁向理想人生的步伐；努力成為理想中的我，不想讓未來的自己失望，所以現在要更努力才行！