

職涯輔導知能 與輔導技巧

講師：蘇琮瑜

時間：2017年7月12日



蘇琮瑜 老師

展翅職涯管理顧問中心 執行長

職涯輔導經驗：累積近10年

專業認證：

GCDF全球職涯發展師 (GCDF00129-TW)

Career 就業情報職涯顧問 (進證字第1039000037號)

企業內部講師認證 (S1訓-CPCT56594005)

經歷：鼎森製衣 集團人資部 招募訓練專員

東海大學就業輔導老師

學歷：國立彰化師範大學 輔導與諮商碩士 (就學中)

東海大學企業管理學系

【每年職涯演講與諮詢】

平均累計：300 小時

諮詢個案累計：275 ↑ 人次

【專長主題】：

職涯發展與規劃、
個人/團體職涯諮詢與測驗解析、
科系畢業出路/就業市場趨勢、
職場工作態度與倫理、
求職防騙與職缺分辨、
履歷自傳撰寫/面試技巧指導、
履歷自傳健診與面試模擬、
團隊建立與共識、志工服務與訓練



Agenda



認識我們的輔導對象



職涯輔導知能與技巧



職涯規劃四元素和運用工具



to put oneself in someone else's shoes

認識我們的 輔導對象

同理心建立 

諮詢時常見問題

畢業時
發現一切空白

算了
隨便都可以

我可以
做什麼？

做什麼
都不快樂

盲目跟隨
沒有想法

我不知道
該怎麼開始啊！

常見試用期滿即離職的理由

跟我想的
不一樣

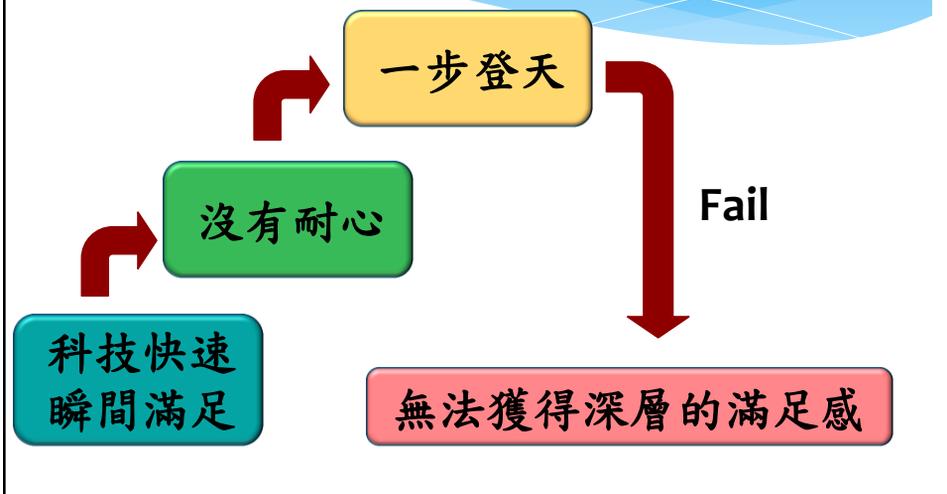
這工作
我沒興趣

工作內容
不好玩

工作好難
我不想做了

沒有我
發揮的平台

世代差距造就了什麼變化



輔導他人時的心態建立

輔導者

「**尊重**、**接納**」

「**同理心**」站在對方角度思考

先處理「**情緒**」，再解決問題

適時「**表達**」&「**複述**」

諮詢中的對談技巧

「**引導**」，方向與內容

「**傾聽**」與「**回應**」，適時

「**支持**」，但要

「**給予**」和消化的時間

控制自己的說教慾望



諮詢時的提問技巧

- 開放式問題 VS. 選擇性問題

職涯諮詢的引導方向

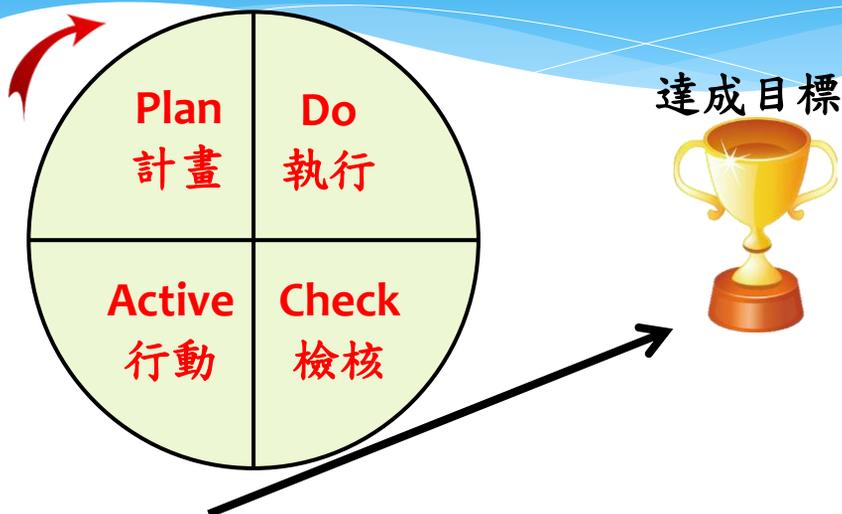
➤ **主動**出擊，建立自我的未來

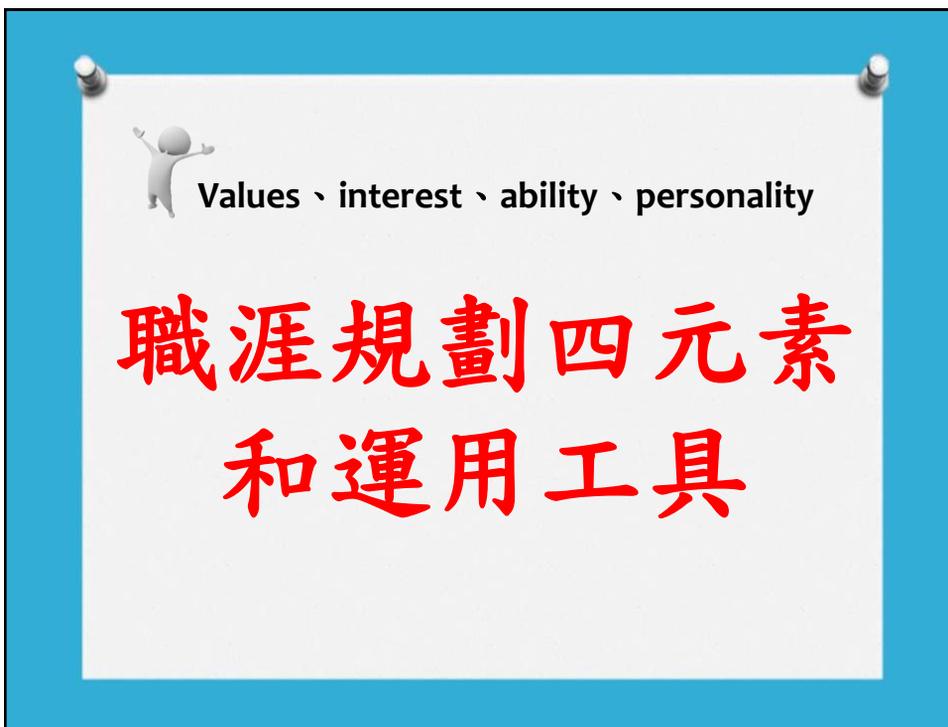
➤ 培養

➤ 專注當下： 規劃

➤ 目標與行動計畫：皆要

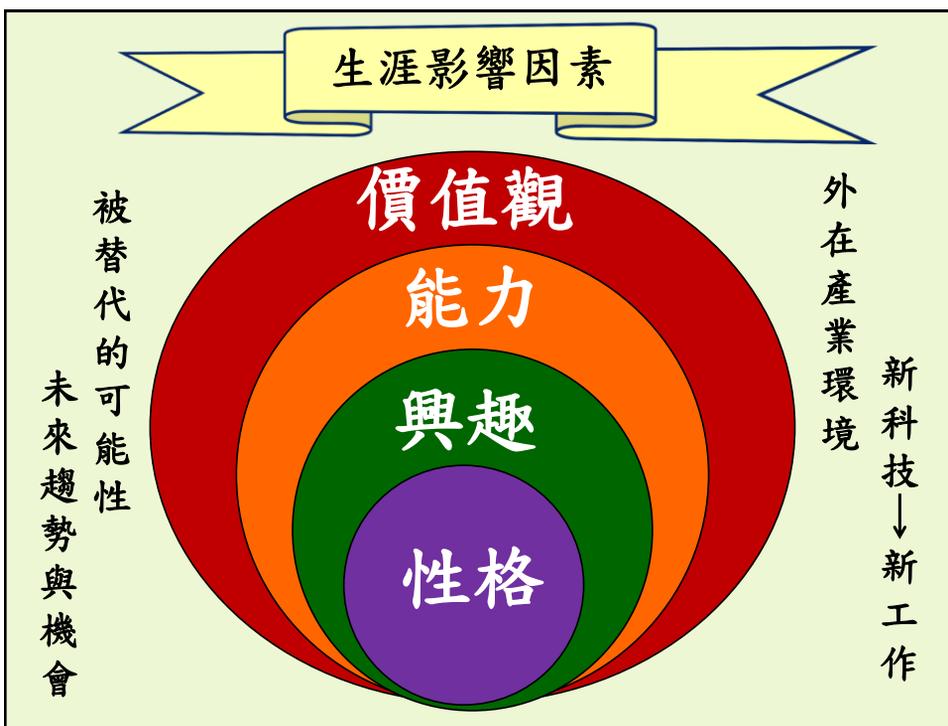
將『PDCA』運用在職涯計畫

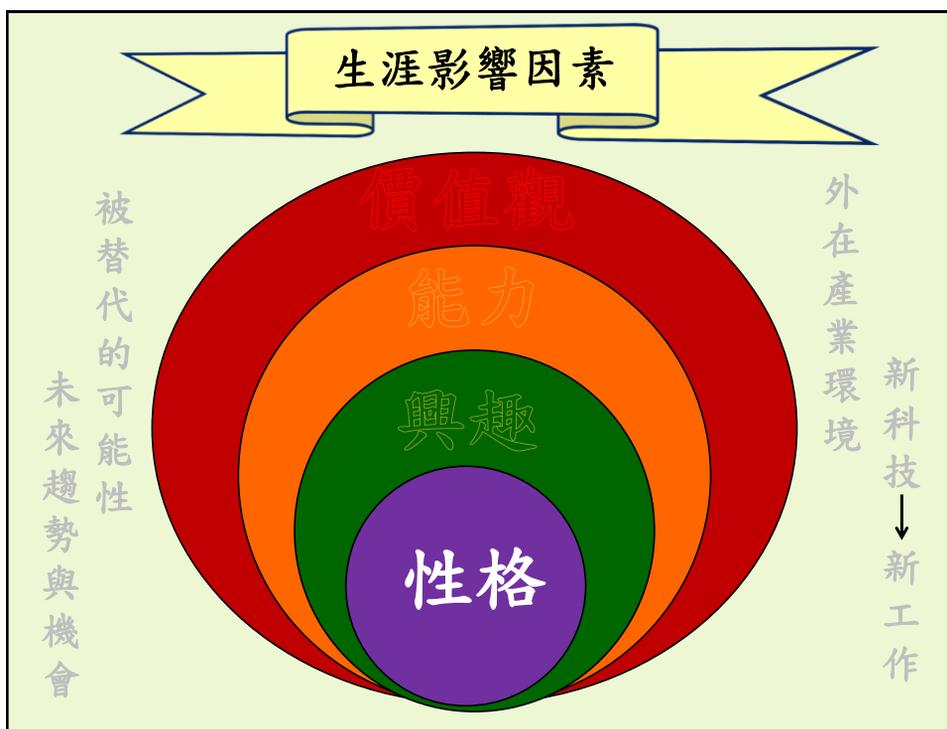




Values、interest、ability、personality

職涯規劃四元素 和運用工具





【性格】與生俱來的天性

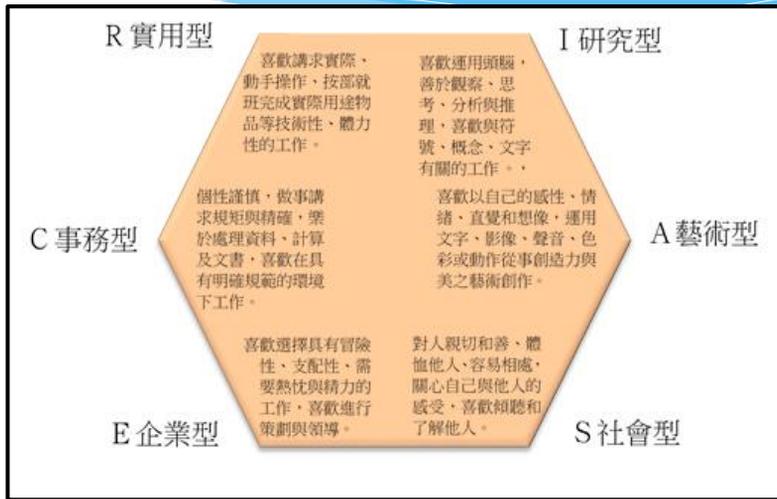
特色：較難有改變

找到適合自己的路

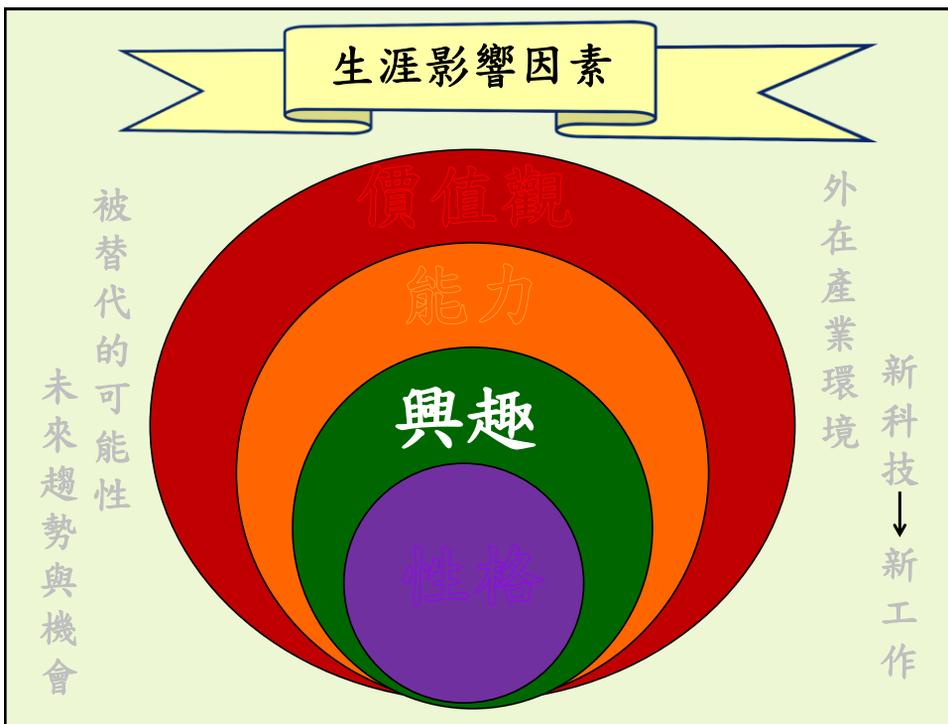
- 了解自己：
發揮優點、掌控缺點
- 了解他人：
增進溝通技巧
- 個案描述
- 觀察與提問
- 測驗
UCAN Holland code、Cpas、PODA、DISC... 等

UCAN職業興趣診斷

【Holland code】



生涯影響因素



【興趣】熱情的來源

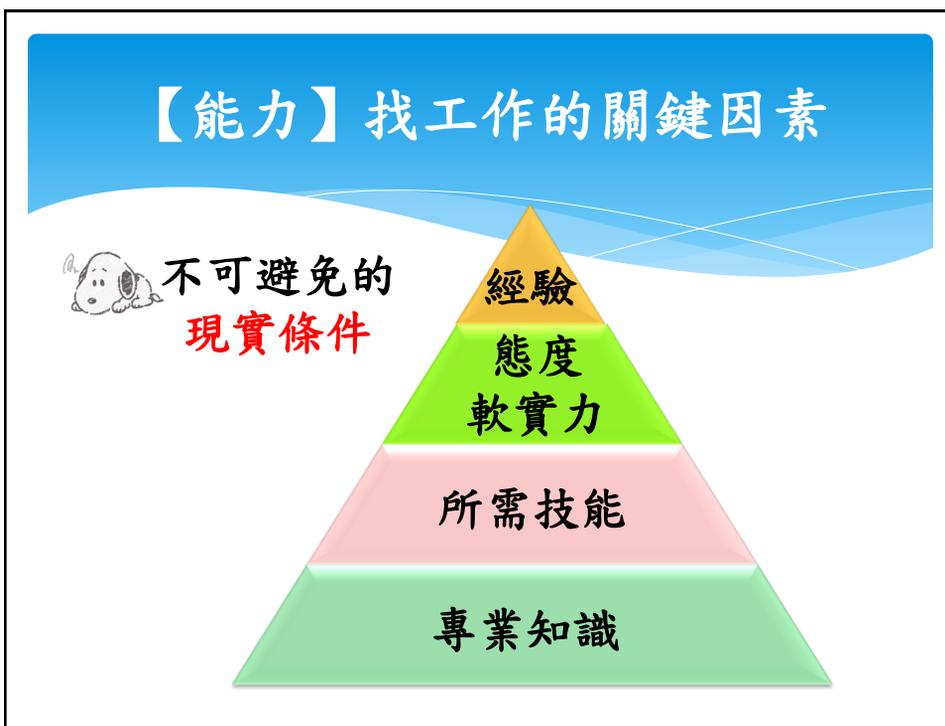
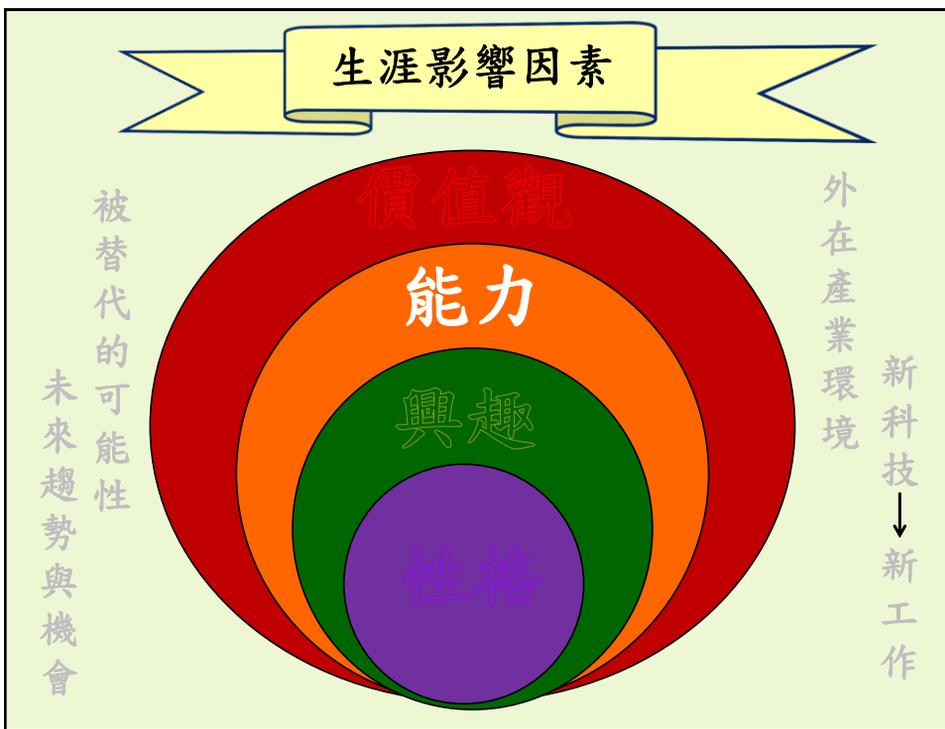
興趣 是工作 卻是重要參考依據

有 _____、_____ 才會知道喜不喜歡

- **Just Do It** (Nike廣告)
- 沒做・不會怎樣，做了・很不一樣 (純喫茶廣告)
- 失敗了你可能會很失望，但不嘗試你將注定敗亡 (Beverly Sills)

鼓勵同學充實專業知識外

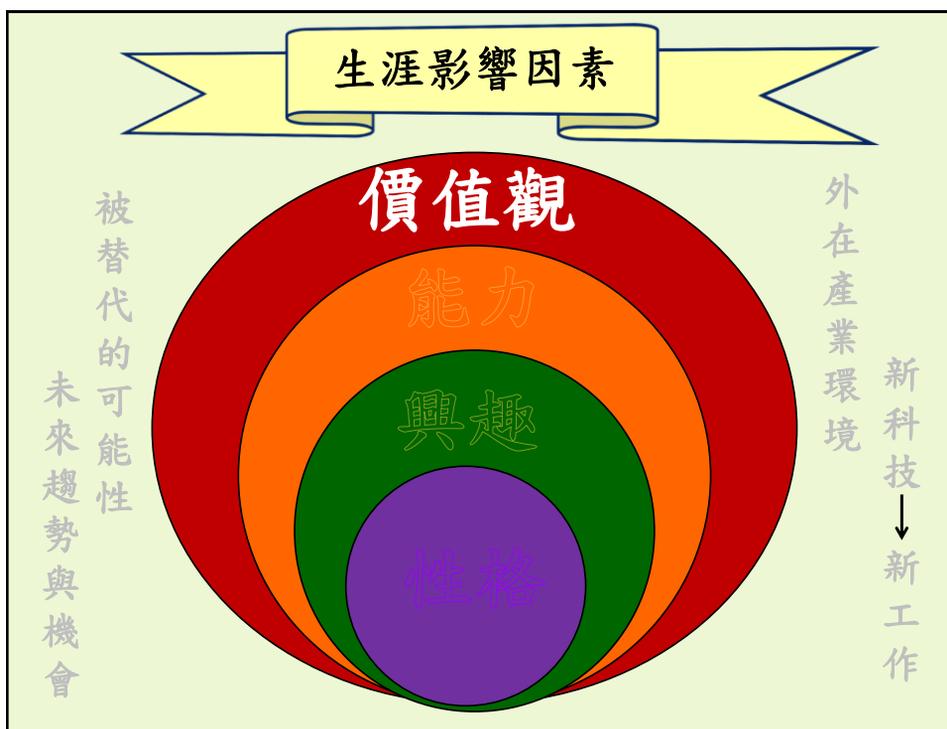




『能力』與『職場』相聯結

- ✓ 人力銀行職缺-**工作內容與工作條件**
- ✓ i-Cap職能發展應用平台-**職能基準查詢**
- ✓ 能力強項卡

The screenshot displays the i-Cap Competency and Application Platform website. At the top, there is a navigation bar with links for 'Home', 'Site Navigation', 'Contact Us', and font size options (Small, Medium, Large). The main header features the i-Cap logo and the text '職能發展應用平台' (Competency and Application Platform) and 'Integrated Competency and Application Platform'. Below the header, there are four main menu categories: '職能資源專區' (Competency Resources), '認證專區' (Certification), '輔導資源專區' (Guidance Resources), and '知識指引專區' (Knowledge Guidance). A search bar is located on the right side of the menu. The main content area is divided into four sections: '職能基準查詢' (Competency Standards Query), '職能資源專區' (Competency Resources), '認證專區' (Certification), and '知識指引專區' (Knowledge Guidance). Each section contains a list of related items and links. On the left side, there is a 'Login' section with fields for '帳號' (Account) and '密碼' (Password), and buttons for '會員登入' (Member Login), '加入會員' (Join Member), and '忘記密碼' (Forgot Password). Below the login section is a '服務資訊整合入口' (Service Information Integration Entrance) with buttons for '職能基準' (Competency Standards), '訓練課程' (Training Courses), and '能力鑑定規範' (Competency Assessment Standards).



【價值觀】釐清人生目標

沒有所謂對錯，也沒有正確答案

すべての人生が、素晴らしい。

人生各自精彩

找出自我最重要的事

✓ 使用工具：生涯卡

➤ 具體文字呈現

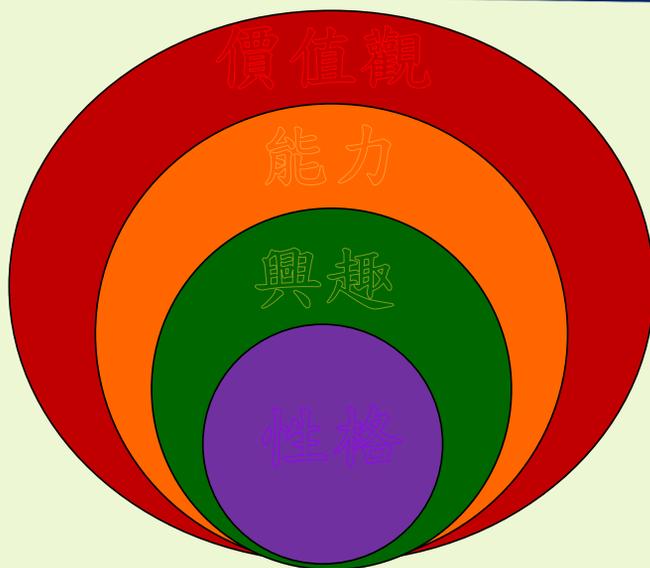
➤ 魚與熊掌不可兼得：

➤ 找出自己**想要**的是什麼：

➤ 最 的 & 最大的

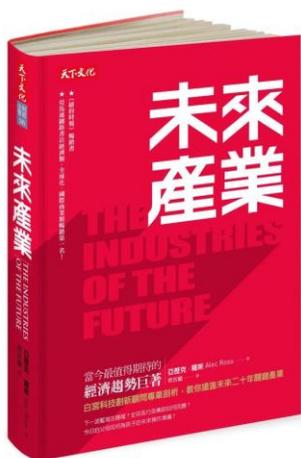
生涯影響因素

被替代的可能性
未來趨勢與機會



外在產業環境
新科技↓新工作

好書推薦



未來產業
The Industries of the Future

原文作者：Alec Ross

譯者：齊若蘭

出版社：天下文化

將所有資訊整合成地圖

	目標	

運用整合地圖的好處

- 視覺刺激，使個案**無法逃避**
- 文字呈現，**邏輯**上可更清晰
- 可自行改變順序、內容增加、延伸... 等
- 幫助**聚焦**

大家一起加油

天色漸漸光 咱就大聲來唱著歌～



石虎抱抱

展望未來·振翅飛翔

Email : 0322cynthia@gmail.com



搜尋 「蘇琮瑜 職涯顧問」



搜尋

「人物」 蘇琮瑜
「標籤」 展翅職涯

