

職涯教材的運用與實務

林秋松

全球職涯發展師培訓師
澳洲訓練規劃與評量4級

林秋松 (Jerry)

澳洲訓練規畫與評量4級認證資格

教育部青年署諮詢專家

GCDF全球職涯發展師師資國際證照trainer等級

GCDF全球職涯發展師國際證照(台灣)

GCDF全球職業規劃師國際證照(大陸)

GCDF全球職涯發展師國際證照(大陸)

敏捷專案管理助理APMA證照

專案規劃師CPMS證照

專案技術師PMA+證照

專案助理管理師PMA證照

專案特助SPPA證照

BCNA商業溝通談判分析師(Business Communication & Negotiation Analyst)



工學博士
專案管理碩士在職學位學程助理教授與顧問
專案管理與系統思考研究中心顧問



職業生涯理論

職業選擇的三大步驟

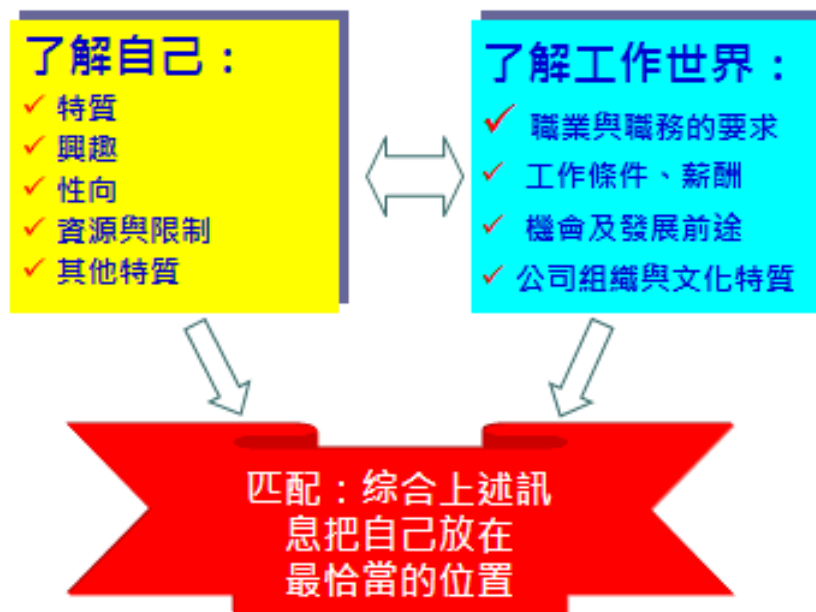
- 認識自我(self-understanding)
了解個人的人格特質、興趣、性向、價值觀念之優勢及限制等等
- 認識工作世界(world of work)
 - ◆ 認識各職務及職業領域所需具備的能力及條件。
 - ◆ 工作環境與組織文化特質。
- 對個人及工作世界的統整(true reasoning)
找出個人與工作世界之間的關係並做適當的配合。



職場與自我的關係



應用： “職業輔導三原則”



當前的困擾



職涯規劃



職涯目標



探索自己的方法



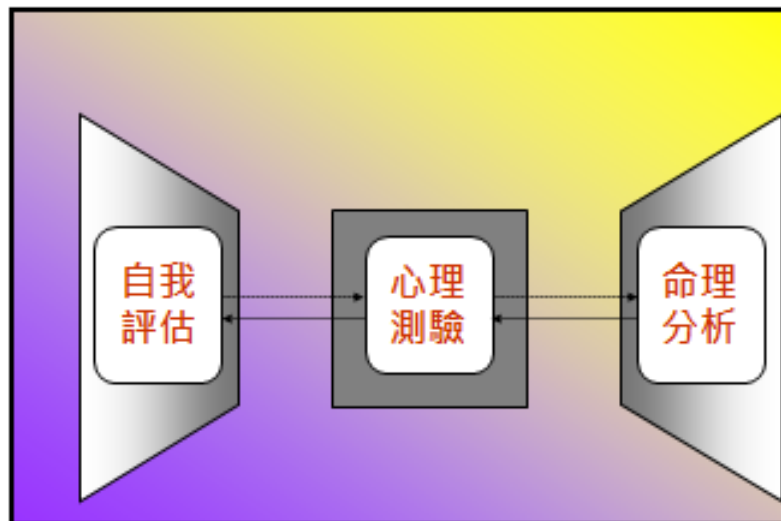


11/122

完整的個人自我探索四因素



了解自己有三種方法



認識自我三大基本步驟

- 1.回顧自我的過去
 - (1)誠實地面對過去，繪製人生曲線圖
 - (2)分析與了解過去的經驗(成敗)
- 2.尋找自我的特質
 - (1)生理的我
 - (2)心理的我
 - (3)現實的我
 - (4)社會的我
 - (5)理想的我
- 3.肯定自我的價值
 - (1)不要羨慕別人而忽略自己優點長處
 - (2)珍惜肯定自身的獨特價值而發揮機會

自我評估



自我評估

心理測驗

各項職業性向量表

- 大專校院就業職能平台(Ucan)
- 職場能力-性格系統(CAPS)
- 職涯適性測驗(性格測驗)
- 興趣量表
- SWOT自我分析量表
- 複合向度性格測驗(MAPA)
- 人格特質檢核表
- 自我概念量表
- 基本人格量表
- 柯氏性格測驗
- 高登人格量表
- 賴氏人格測驗
- 艾得華個人興趣量表



大專校院就業職能平台 (UCAN)



1007ucan01

職場能力-性格系統(CAPS)

<https://cpas.career.com.tw/>

CPAS人才測評網
Career Personality Aptitude System

測驗簡介 - 個人專區 - 校園專區 - 企業專區 - 諮詢服務區 - 簡體中文 - English - 首頁

發現性格天賦
成就非凡職涯

成功的職涯，從發現自己開始

個人專區 · PERSONAL

校園專區 · CAMPUS

企業專區 · CORPORATE

訊息快速 | News

企業說明會

名人比一比

Copyright © 2017 就業情報資訊股份有限公司 All Rights Reserved.
服務電話：0800-712-712 傳真：(02)7703-9828 E-mail: cpas-test@career.com.tw
閱讀本站請使用IE5.0以上版本的瀏覽器；建議最佳瀏覽器版本900x600

Career 就業情報

PODA人格特質測評

<http://www.aak.com.tw/poda/ipoda.php>

「PODA職涯規劃評量」，以老虎、海豚、企鵝、蜜蜂及八爪魚等五種動物做為象徵，施測時間10分鐘，施測結果生動有趣，期藉此提升同學參與意願。



「個人優勢特質探索系統」(PPSS)

關於PPSS

<https://www.360d.com.tw/index.html>

應用於招募徵選的心理測驗，多半是以生涯發展、職業興趣、性向、以及工作價值觀等四種測驗最常見，較少有針對工作性格所編制之測驗工具。實際上，一個人在工作上的表現，除了專業與才能之外，更應重視性格特質的搭配，蓋因能力是可以被訓練的，興趣是可以培養的，但性格卻是根深蒂固，不易改變的。因此，心理學界認為性格測驗是協助瞭解個人性格特質的重要途徑之一。

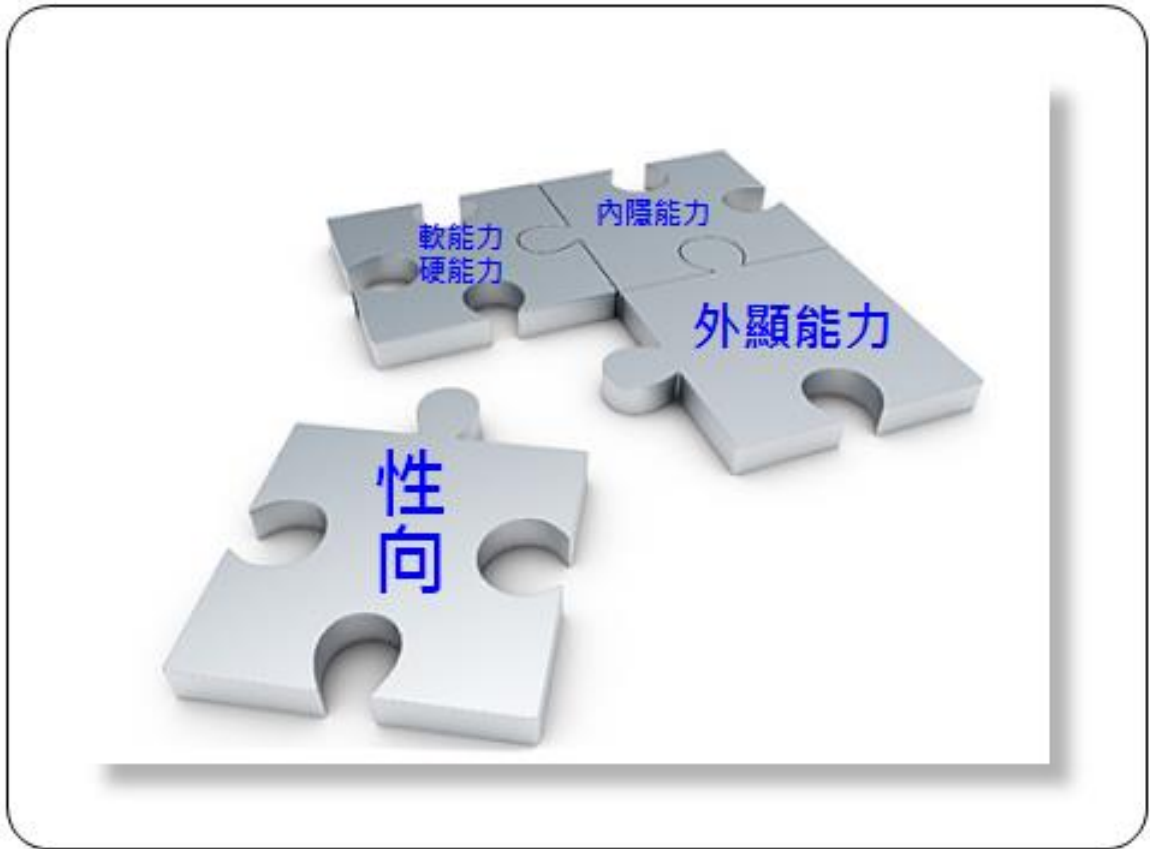
若員工具有良好的學歷與專業技能，但卻缺乏良好的工作態度和適配的性格特質，可能會影響到工作目標的達成，使個人績效無法完全展現。若是在招募過程中，只注重到應徵者的學、經歷等外在條件，而疏於瞭解應徵者的內在的人格與動機，則容易選到不適任的人才。因此，360d才庫人力資源所研發的「個人優勢特質探索系統」(Personal Personality Searching System, 簡稱PPSS)，主要目的就是協助企業提升面試的成功率，並同時降低錄取到不適任人才的風險。

chalin@fcu.edu.tw

「職務性格需求分析」(WPNA)

關於WPNA

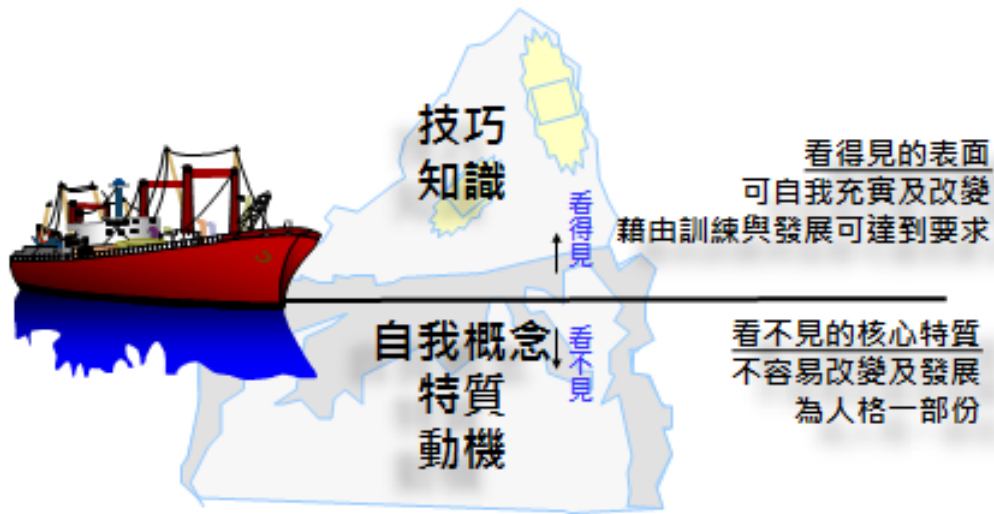
成「適才適位，360dsp才庫人力資源研發「職務性格需求分析」(Working Personality Needs Analysis, 簡稱WPNA)，來協助企業瞭解職位的工作性格需求，將不易釐清的企業文化、主管領導風格、職位招募需求標準等概念，明確地建立出依循之標準。同時，更可進一步與「個人優勢特質探索系統」(PPSS)搭配，透過科學性的分析比對後，瞭解人才與職務需求的相匹配程度，期望能協助企業甄選出適合的人選。



個人優勢

職業性向之分析與瞭解

甚麼是職能



Spencer & Spencer的職能概念(1993)資料來源：才能評鑑法建立卓越績效的模式

職能(Competence)

「**職能**(Competence)」或稱「**工作能力**」的定義，是指「對一個人擔任某一種職位的一組**標準化的能力要求**，用以判斷或評鑑擔任該**職務**的人是否稱職。

「標準化的能力要求」則包括其

1. **知識**、2. **技能**、3. **工作態度**、4. **行為**、5. **人格特質**等五種要求是否均能配合那份工作所應具備的條件。

職能定義

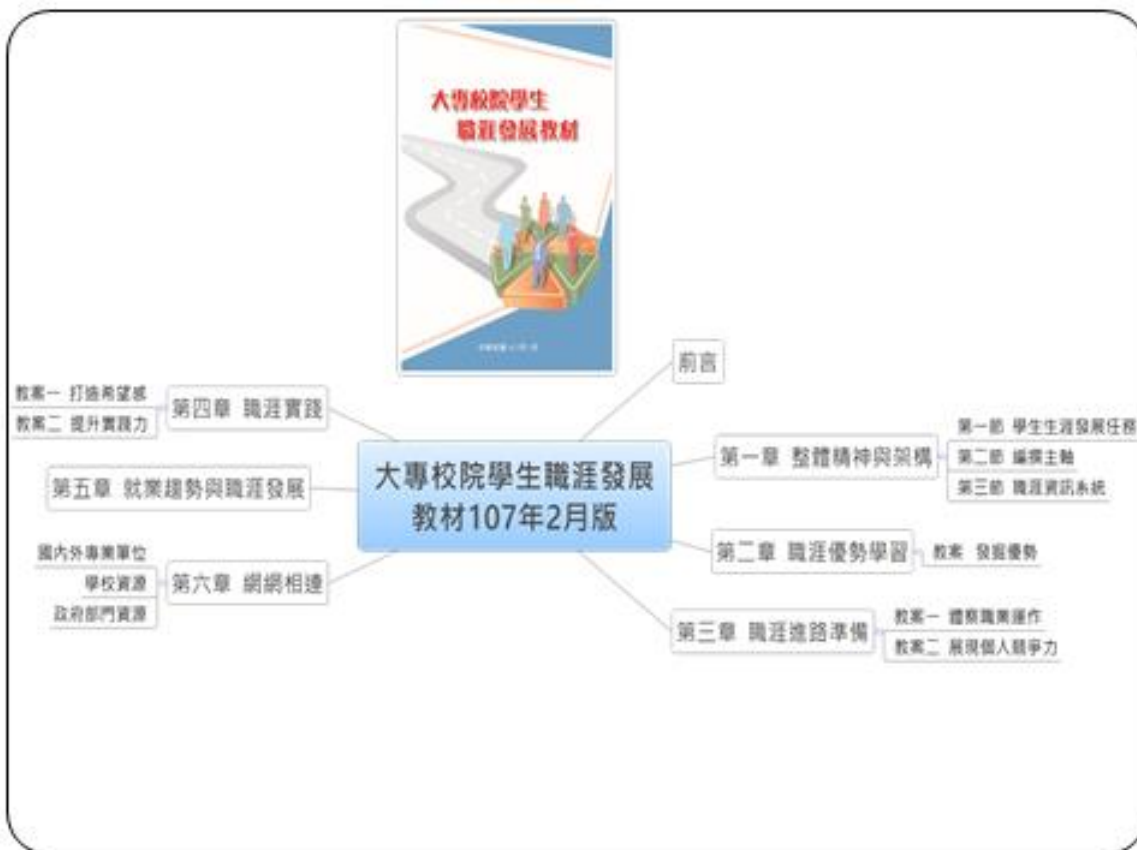
職能(Competency)指成功完成某項工作任務或為提高個人及組織現在及未來績效所應具備之知識、技能、態度或其他特質之能力組合。

淺白說法：

可勝任工作，持續自我提升的能力

大專校院學生 職涯發展教材

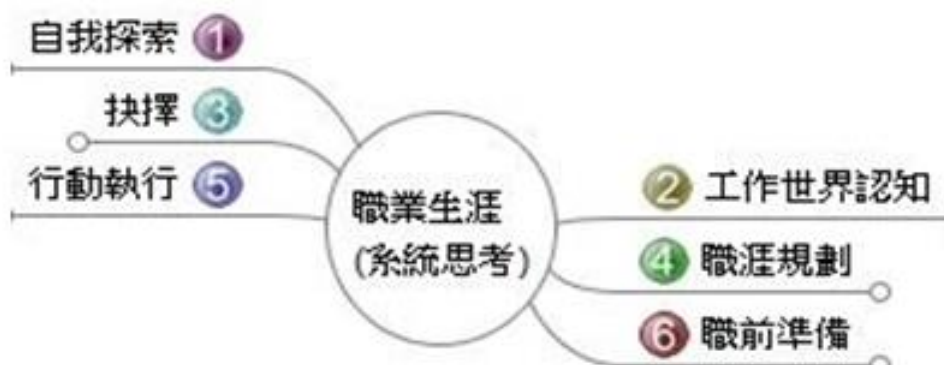




目錄 CONTENTS	1	前言
	9	第一章 整體精神與架構
	9	第一節 學生生涯發展任務
	11	第二節 編撰主軸
	13	第三節 職涯資訊系統
	17	第二章 職涯優勢學習
	18	教案 發掘優勢
	85	第三章 職涯進路準備
	87	教案一 體察職業運作
	107	教案二 展現個人競爭力
	127	第四章 職涯實踐
	129	教案一 打造希望感
	147	教案二 提升實踐力
	169	第五章 就業趨勢與職涯發展
	183	第六章 網網相連
	183	國內外專業單位
	187	學校資源
	189	政府部門資源

107年2月版

職業生涯系統思考



目 錄	1 前言	
	9 第一章 整體精神與架構	
	9 第一節 學生生涯發展任務	
	11 第二節 編撰主軸	
	13 第三節 職涯資訊系統	
	17 第二章 職涯優勢學習	自我探索
	18 教案 發掘優勢	
	85 第三章 職涯進路準備	學職轉換 職涯探索 職前準備
	87 教案一 體察職業運作	
	107 教案二 展現個人競爭力	
	127 第四章 職涯實踐	工作世界認知 抉擇、行動執行
	129 教案一 打造希望感	
	147 教案二 提升實踐力	
	169 第五章 就業趨勢與職涯發展	工作世界認知 職涯規劃
	183 第六章 網網相連	
	183 國內外專業單位	
	187 學校資源	
	189 政府部門資源	



目

錄

CONTENTS

1 前言

9 第一章 整體精神與架構

- 9 第一節 學生生涯發展任務
- 11 第二節 編撰主軸
- 13 第三節 職涯資訊系統

17 第二章 職涯優勢學習

- 18 教案 發掘優勢

85 第三章 職涯進路準備

- 87 教案一 體察職業運作
- 107 教案二 展現個人競爭力

127 第四章 職涯實踐

- 129 教案一 打造希望感
- 147 教案二 提升實踐力

169 第五章 就業趨勢與職涯發展

183 第六章 網網相連

- 183 國內外專業單位
- 187 學校資源
- 189 政府部門資源

第三章 職涯進路準備

- 教案一 體察職業運作
- 教案二 展現個人競爭力

- 第六章 網網相連
- 國內外專業單位
- 學校資源
- 政府部門資源

107年2月版第二章

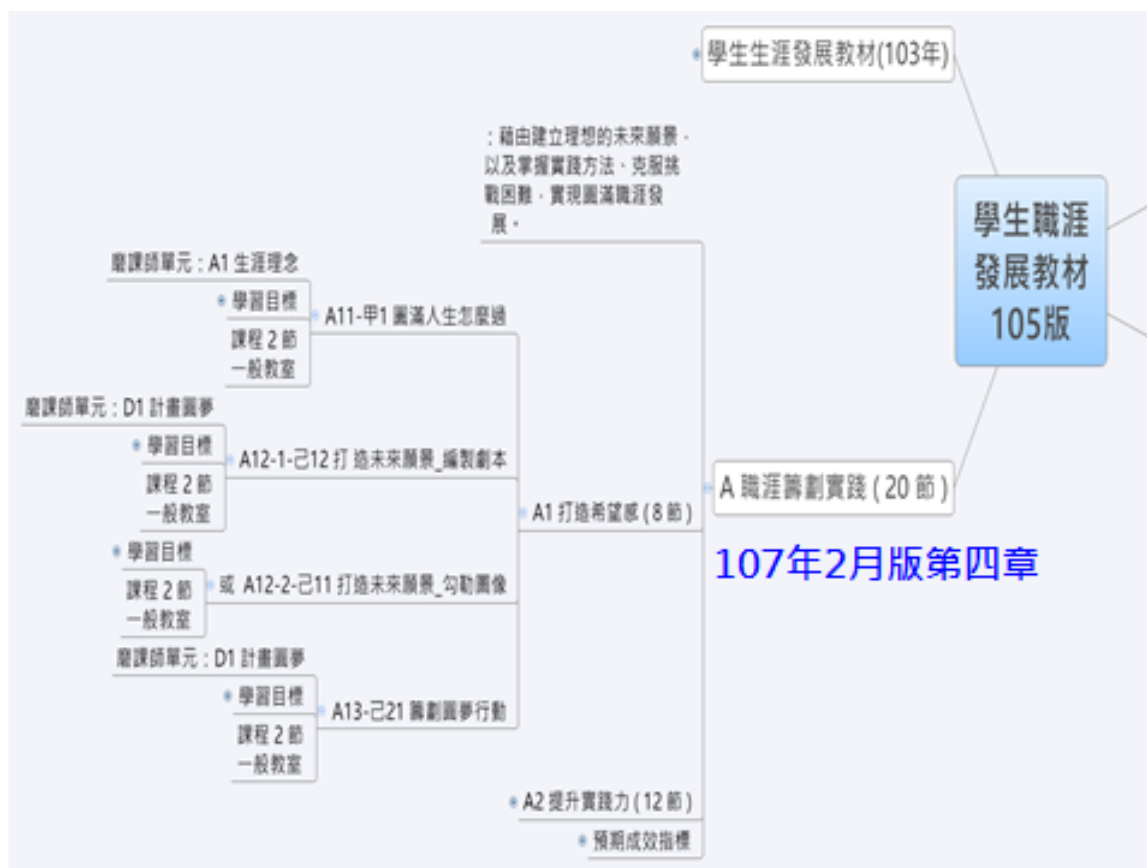
學生職涯
發展教材
105版

L 職涯優勢學習(14節)









職業生涯系統思考-抉擇



chslinfcu@gmail.com

職業生涯系統思考-職場準備



chslinfcu@gmail.com

完整的個人自我探索四因素



46/122



履歷表怎麼寫

國內直式信封書寫範例



履歷表 = 大學4年的所學與歷程

履歷表 = 大學4年的學費



= 40幾萬元

每一顆種籽，都有適合生長的土壤，
端看有沒有播種在適合的土地上，
發芽、茁壯。



50/122

THANK
You!

歡迎提問



chslinfcu@gmail.com

The end

打造未來型團隊 林秋松

M +886-939-988528

P 系統思考、職涯規劃X發展、職能+、
訓練+、評量+、創意、創新

LINE chslin

E chslinfcu@gmail.com