

遠東科技大學職涯輔導講座

新時代下的職涯進路準備

協助大學生體察職業運作現況，對應個人擁有的興趣、價值、技能、知識等條件，掌握職場社會化

今天來和大家談談

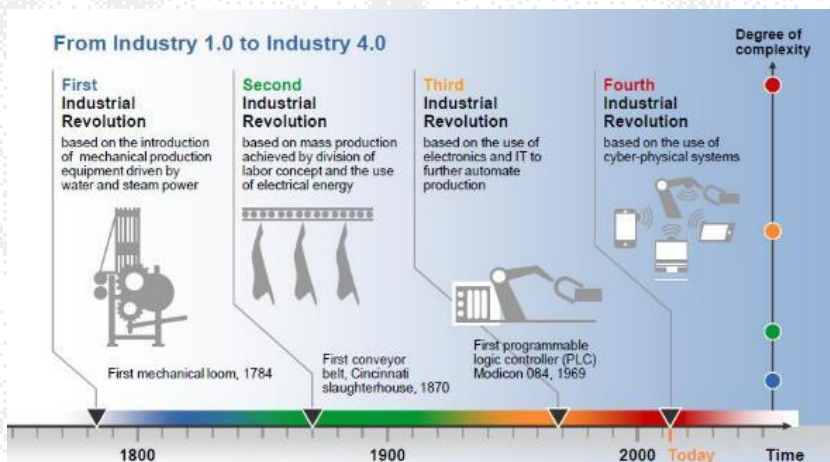
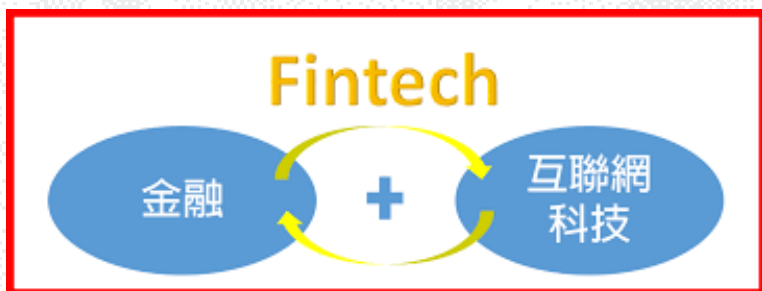
- 青年即將面對的職場趨勢
- 新時代下的職涯進路準備
- Q & A

邱俊介

擺渡系統設計職涯顧問

- 77.09 進入大學
 - 81.06 應用心理系畢業
 - 84.07 輔仁大學應用心理研究所畢業
 - 86.07 明碁電腦(BENQ)
 - 87.03 明碁電腦
 - 89.08 明基(中國)營銷總部
 - 92.06 燦坤3C(中國)
 - 93.02 上海波引特管理諮詢
 - 103.02 康福旅行社(可樂旅遊)
 - 106.07 陶作坊
 - 107.06 人在擺渡...
- 訓練管理師
 - 訓練主管
 - 人力資源經理
 - 人力資源經理
 - 訓練顧問
 - 訓練發展經理
 - 業務專案經理

青年即將面對的職場處境



即將消失的工作

- 我們都已經聽過或看過許多例子了：德國工業4.0、亞馬遜、手術機器人、超市自動結帳、無人超商、財務機器人、精準醫療、無人駕駛車、甚至在南非鑽石礦場中工作的機器人；對此局勢的發展卻有**兩極化的期待**：
 - 我們極有可能是站在食物鏈頂端的最後一批人類
 - 即將出現比人類強十幾萬倍的大腦，用來解決目前所有無解的問題
- **即將消逝的工作**
 - 史丹佛人工智能教授**Jerry Kaplan**統計，美國註冊在案的720個職業，將有47%被AI取代；中國可能高達70%；李開復說99(50)%...**各位認為呢？**

2030年全球勞動市場就業狀況預測

- 因自動化時代的到來，就業市場受衝擊的程度不一
- 屆時全球約40億的就業人口，最高將有8億的人須面對轉換工作的挑戰，平均每5人就有1人將面臨失業的危機；其中1億人發生在中國。
- 以國家來看，日本受到的衝擊最大，將近50%的工作會受到自動化的影響；其次是美國及德國，約有1/3受到衝擊；中國及印度受到的影響比例則相對較低。
- 報告中也指出，2030年的就業市場中，將有50%的工作目前仍無法預測。

近年影響勞動市場趨勢



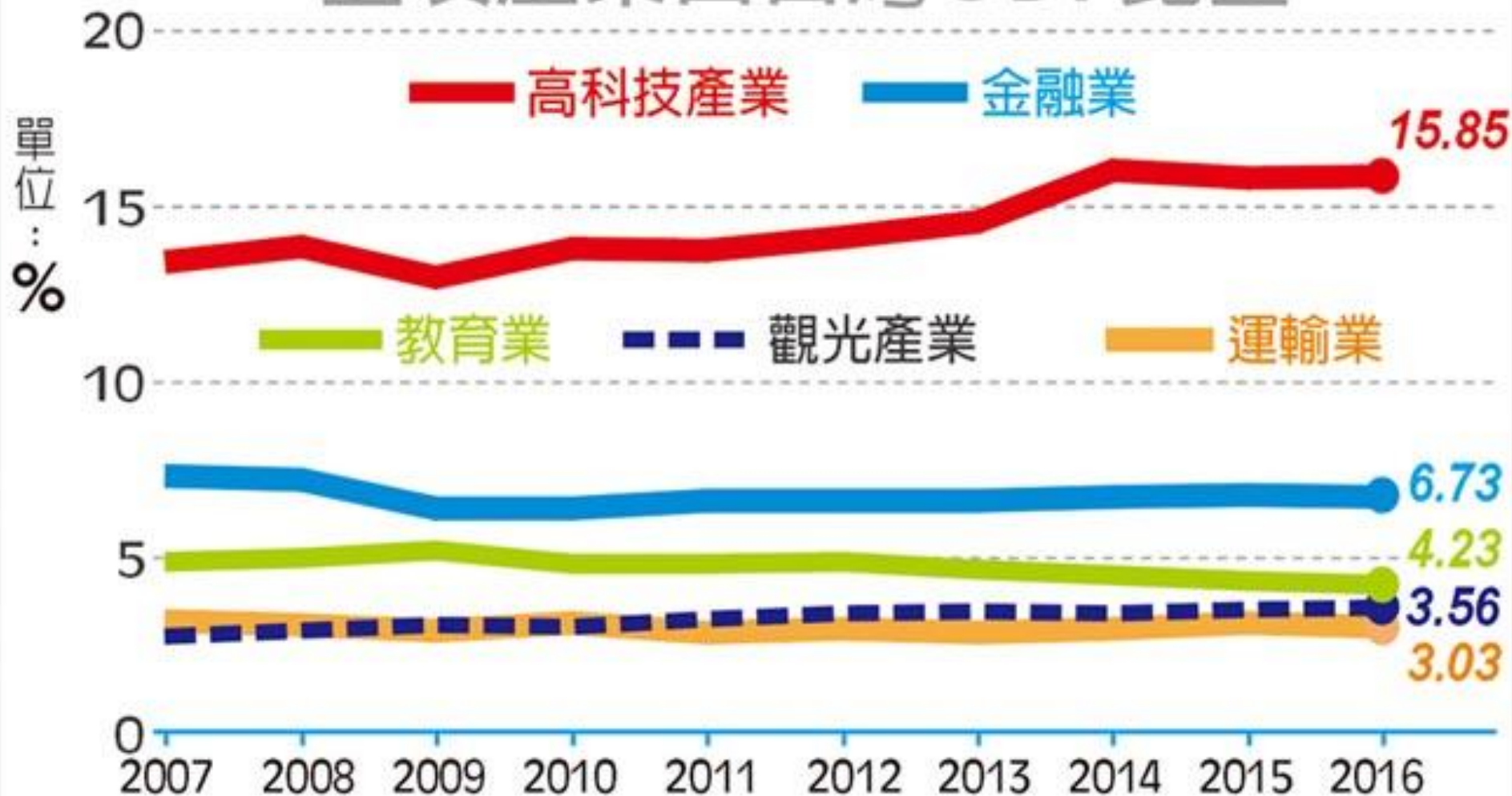
圖表1 5大徵才產業中，電子業最旺

● 職缺數
◆ 年增率



註：職缺含正職及兼差等

五項產業占台灣GDP比重



註：高科技產業為 1. 電子零組件製造業、2. 電腦、電子產品及光學製品製造業、3. 資訊業等三項加總。觀光產業為 1. 住宿及餐飲業 2. 藝術、娛樂及休閒服務業等二項加總

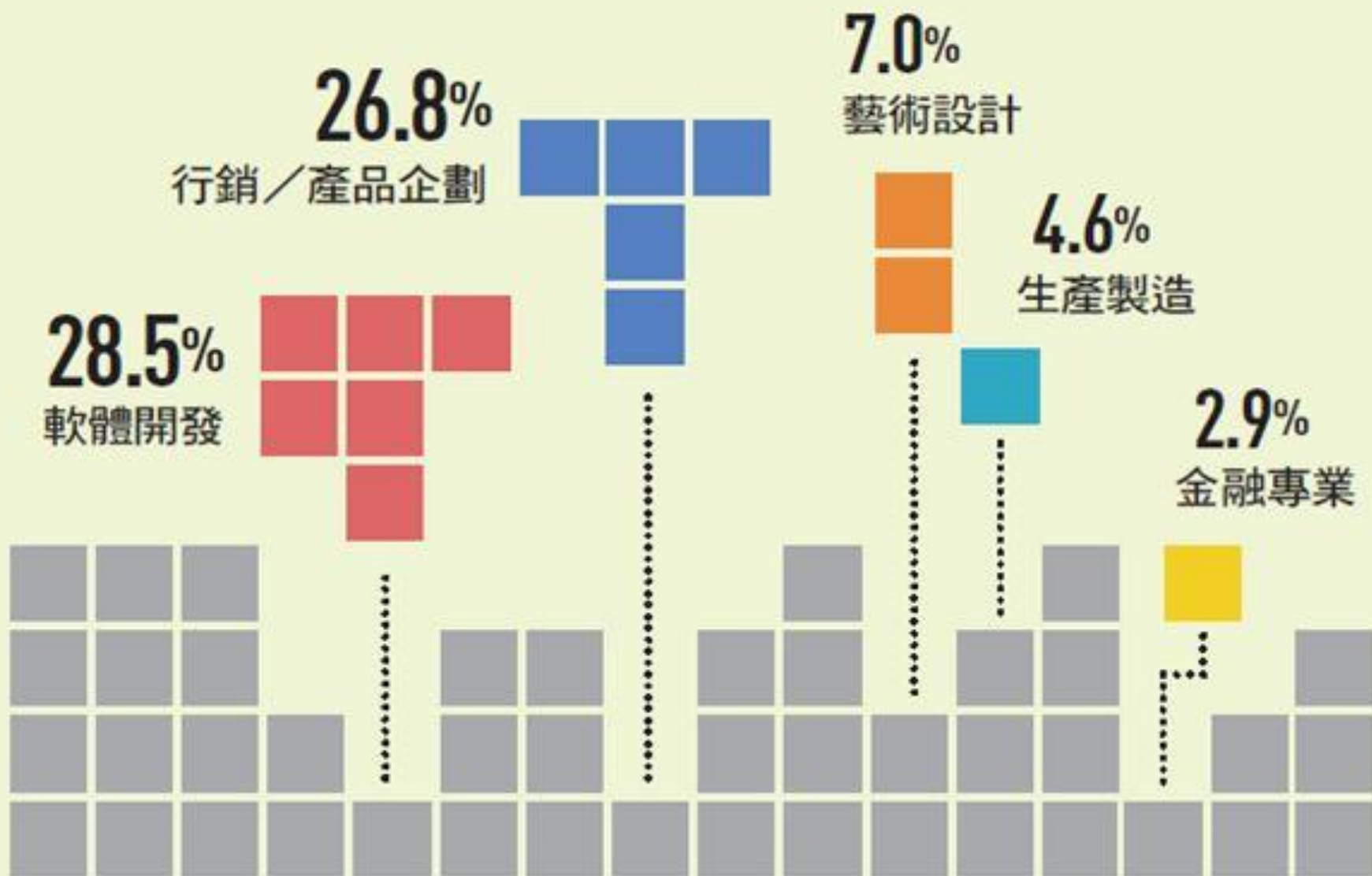
資料來源：陳聖德演講簡報

整理：陳碧芬

繪圖：王英嵐

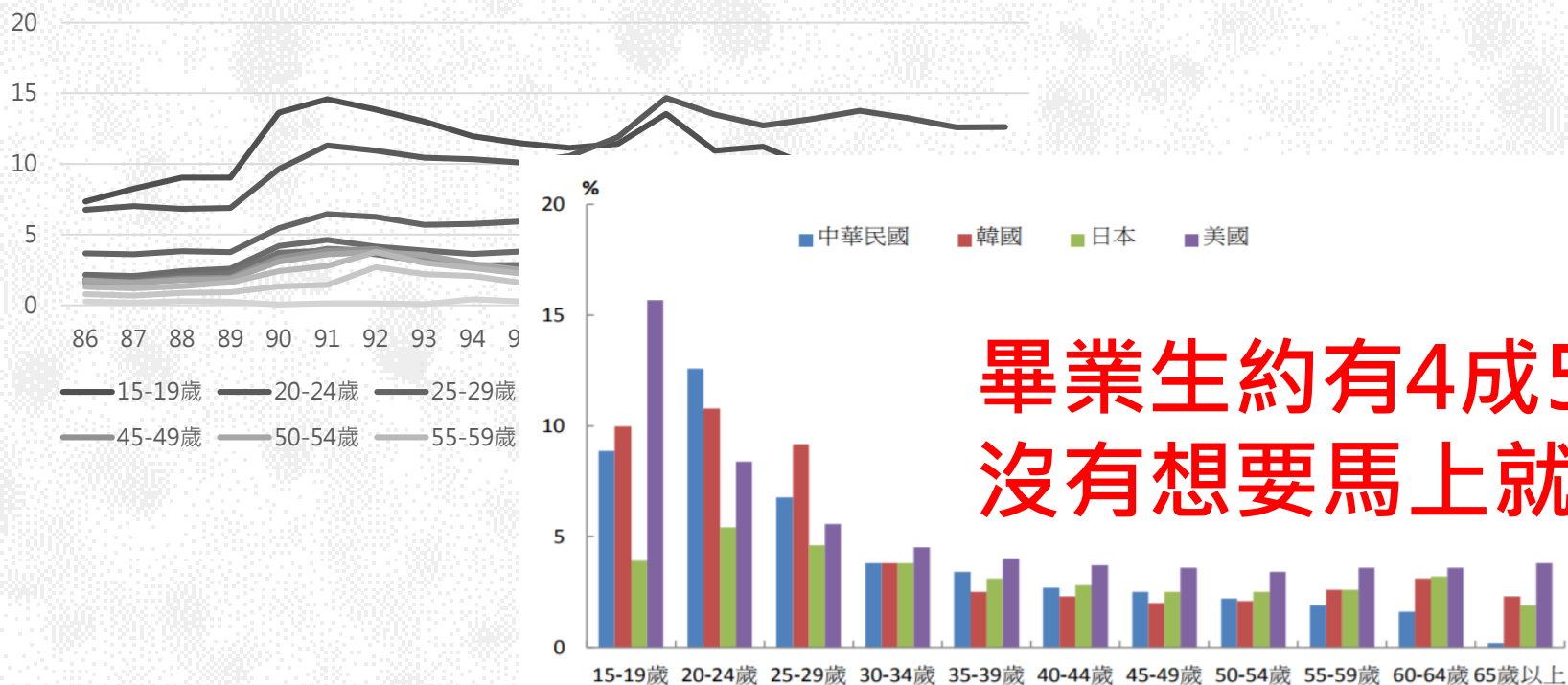
圖表3

軟體、行銷企劃是新IT人才大缺口



20-24歲青年族群就業力不足

不同年齡層失業率



**畢業生約有4成5
沒有想要馬上就業**

說明：美國為16~19歲。

104求職網站統計

2019.03

總職缺數約為⁵⁰72萬

求職人數約為21萬

人均3.42職缺數

2.38

政府資料開放平台

2019.02

新增職缺數約18萬

新增求職數約10.5萬

人均1.7職缺數

目前台灣失業人數近43.3萬

產業發展的五大趨向



智慧化



綠色化



服務化



數位化



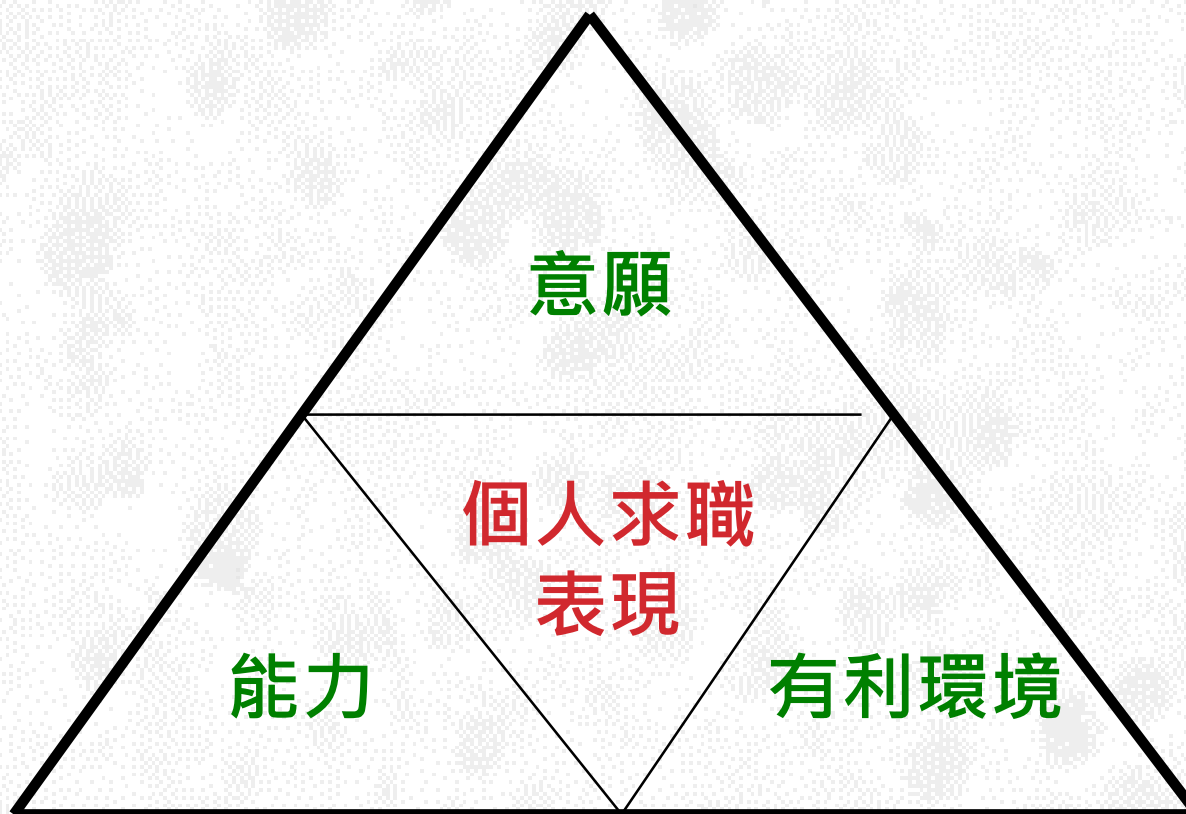
高齡化

三大類型的工作後勢看俏

- 創意、創新類
 - 文創、戲劇、音樂、藝術、研發...
- 資訊、教學、創業
 - 數據應用、知識傳遞、事業經營...
- 健康照顧
 - 大健康產業內相關工作，AI精準醫療、長照、生技...

新時代下的職涯進路準備

影響個人求職表現的三個條件



卡住的世代

根據擺渡團隊成員自2006年起迄今，擔任各地就業中心督導、職涯諮詢師、青年求職團體帶領者等，大致歸納出目前的青年工作者常面臨的問題如下：

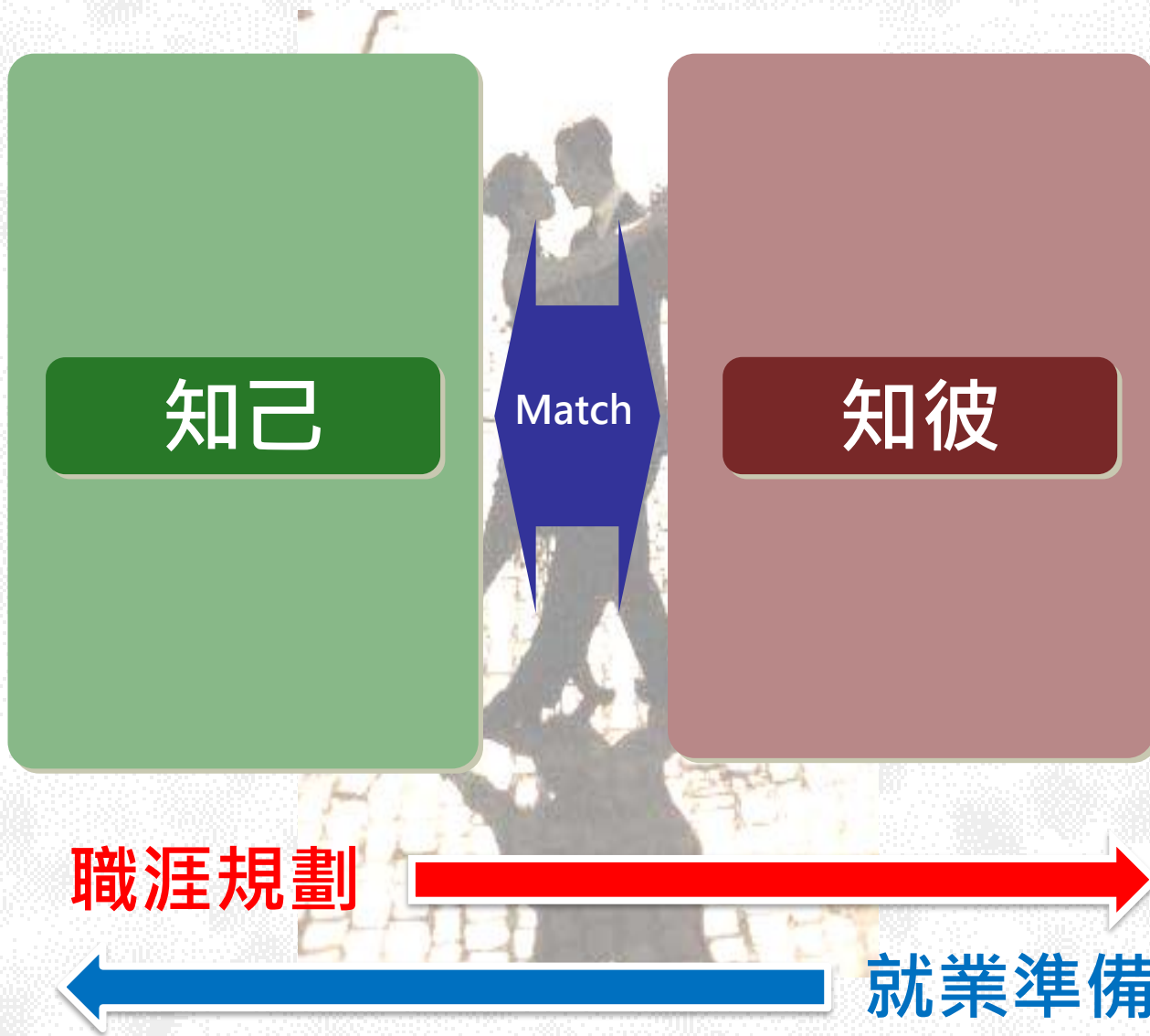
1. 不知道自己到底遇到什麼問題
2. 求職意願與動機低落
3. 不清楚就業目標與職涯發展方向
4. 不了解工作內容與勝任條件
5. 不確定何種企業或公司適合自己
6. 不知道如何展現有效的求職行為
7. 不知道如何妥適經營人際關係
8. 找不到適當的工作職缺
9. 家庭或經濟因素

最恐怖的是
不知道為什麼要工作



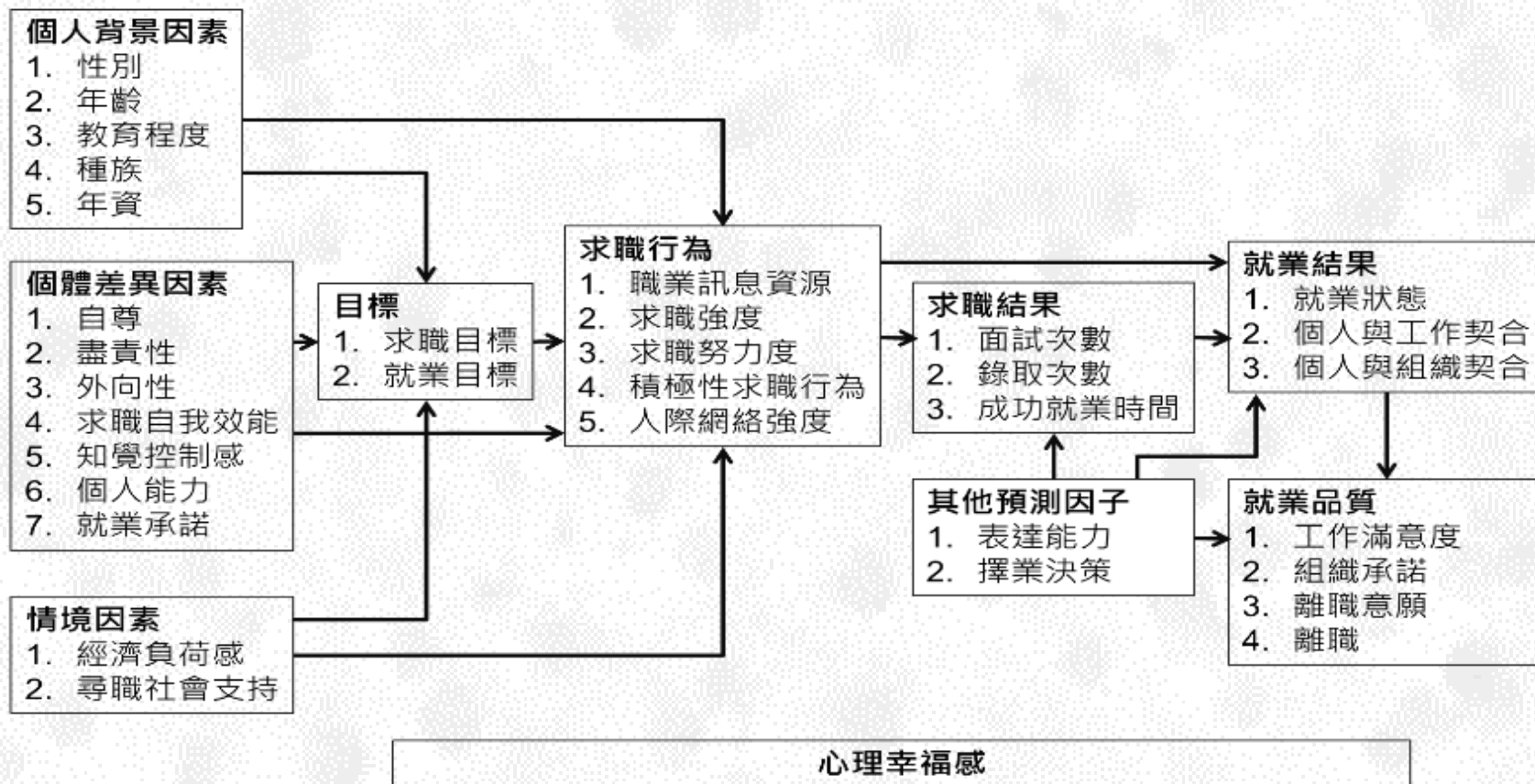
更普遍的是
不知道
以後要做什麼？

職涯規劃與就業準備



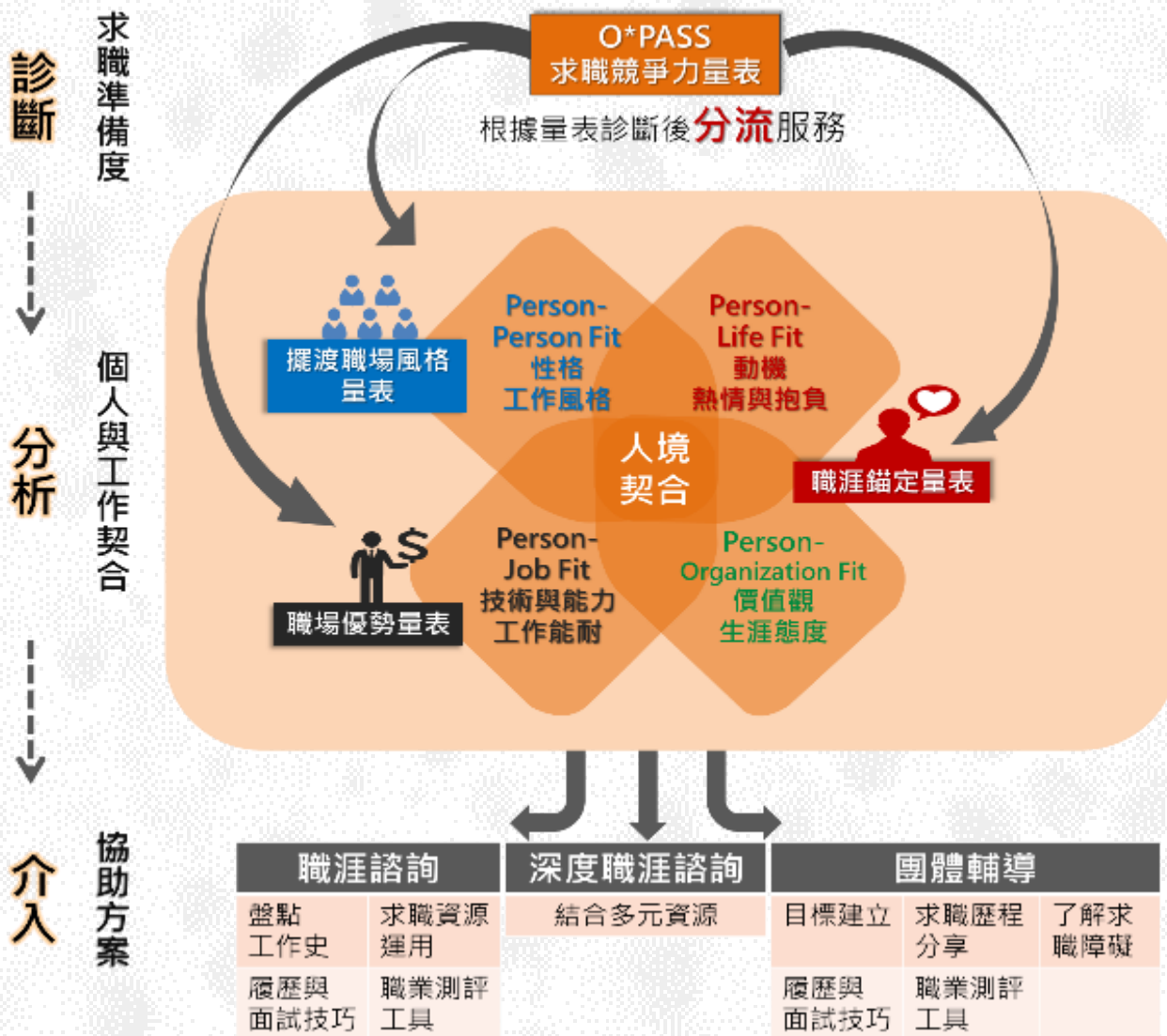
就業諮詢、問題診斷與需求評估

求職是一個關乎自我條件探索分析、職業目標認識與設定、求職行為投入及工作環境適應等一連串活動的歷程，甚至這整個過程還會影響到每一位求職者的身心健康與幸福感。

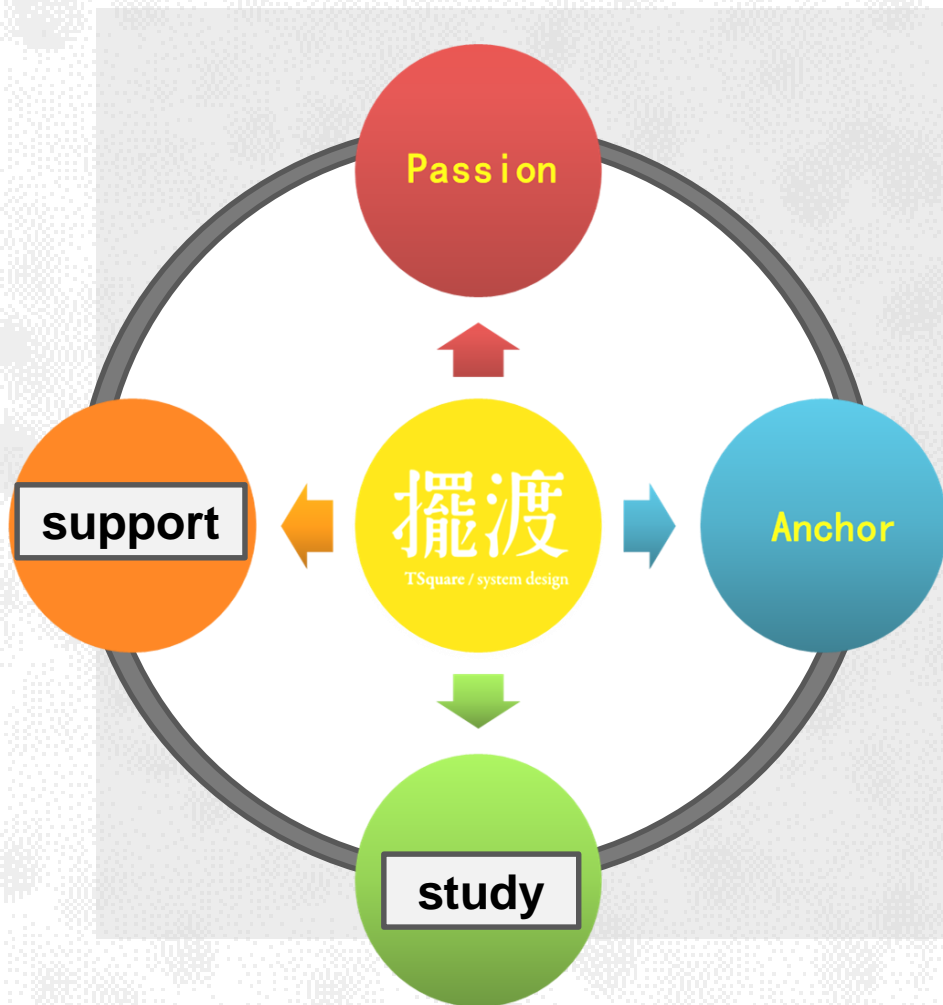


求職問題迥異，需分流問題、促進成效

擺渡服務介入架構



擺渡O*PASS原則 - 四大構面



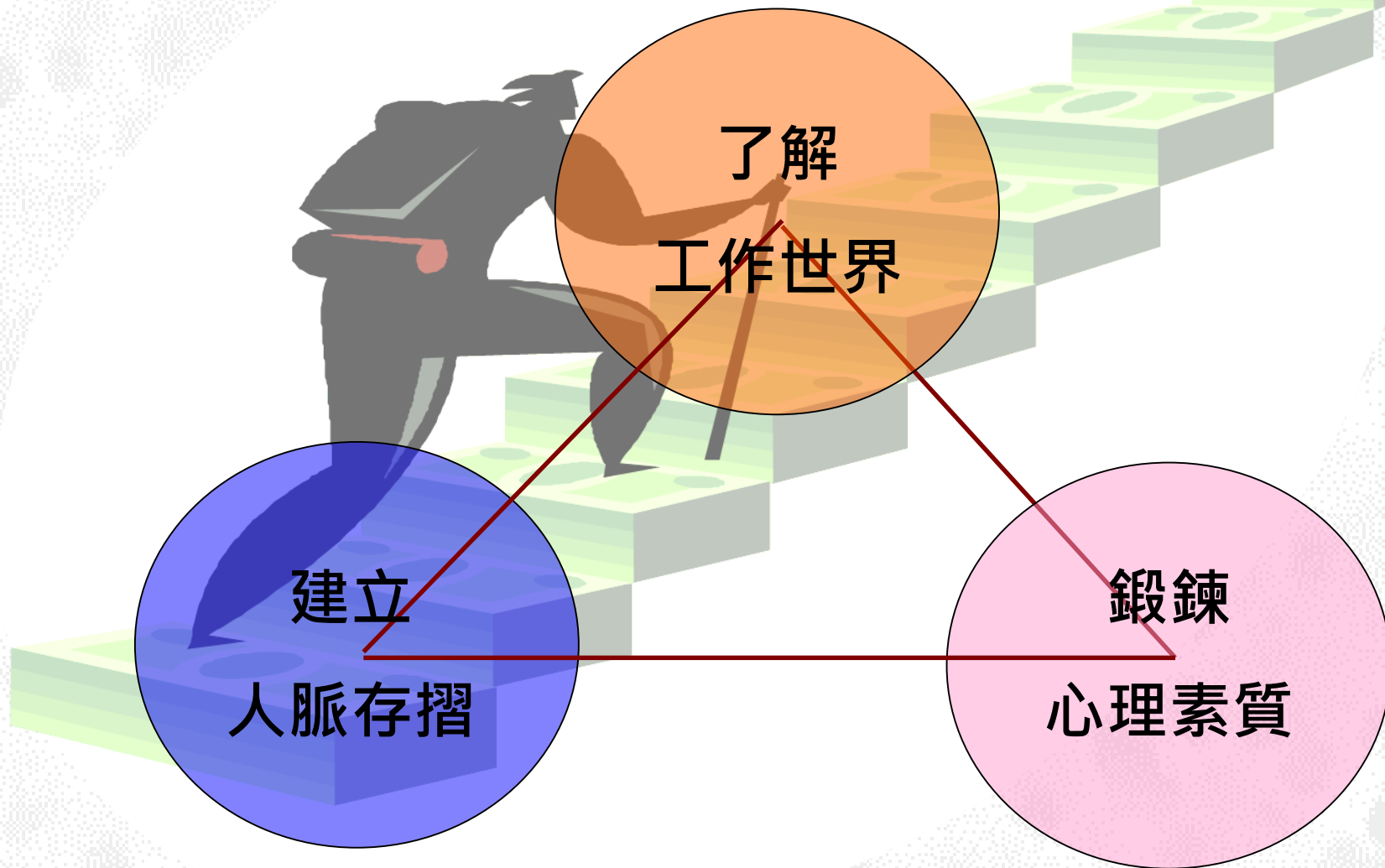
P 探索個人全方位的優勢亮點
燃起心理志業與熱情

A 設定個人目標，為個人錨定
具體方向

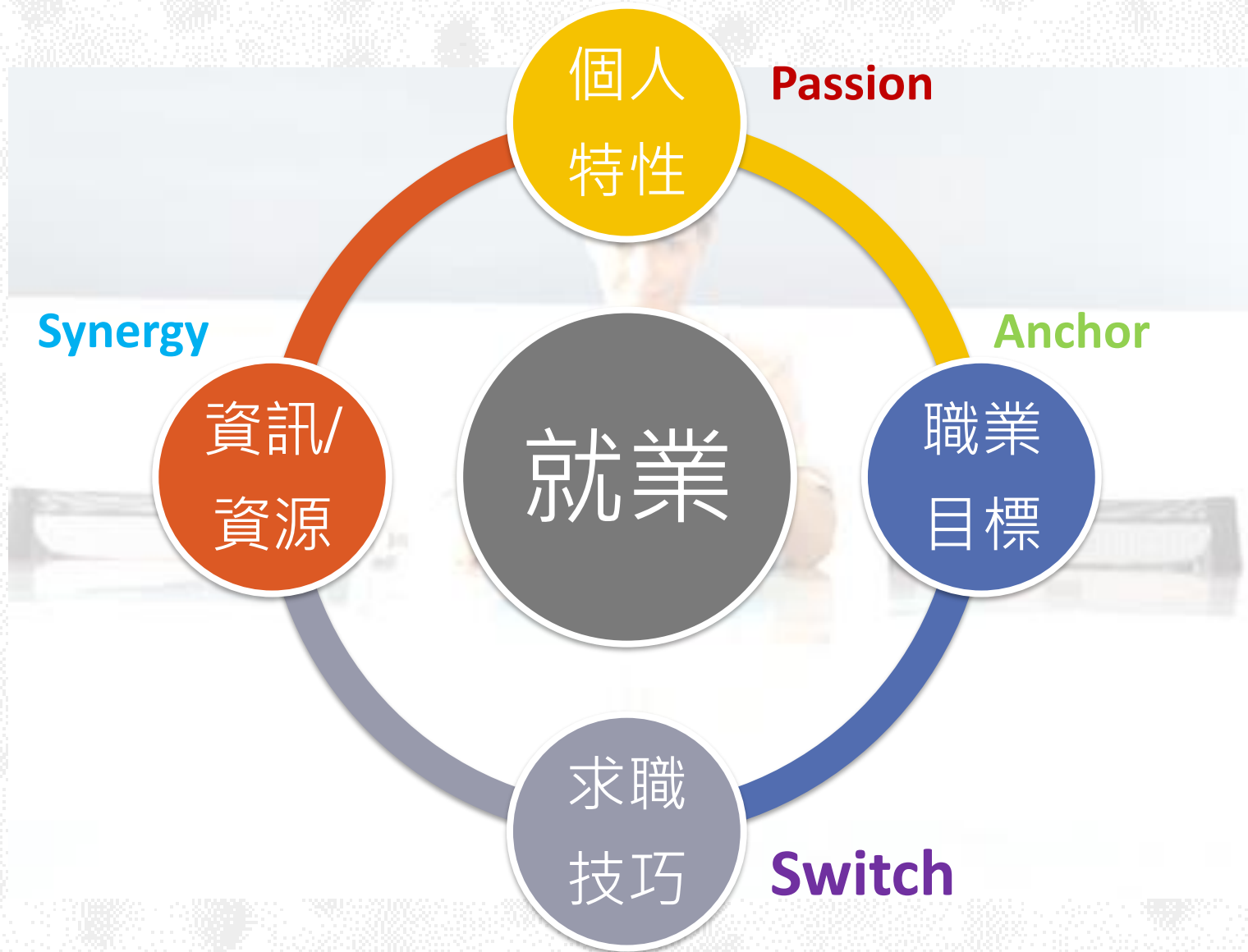
S 學習卓越求職方法及習慣
養成，落實正確求職行為

S 多層次資源整合，促進職業探
索更上層樓

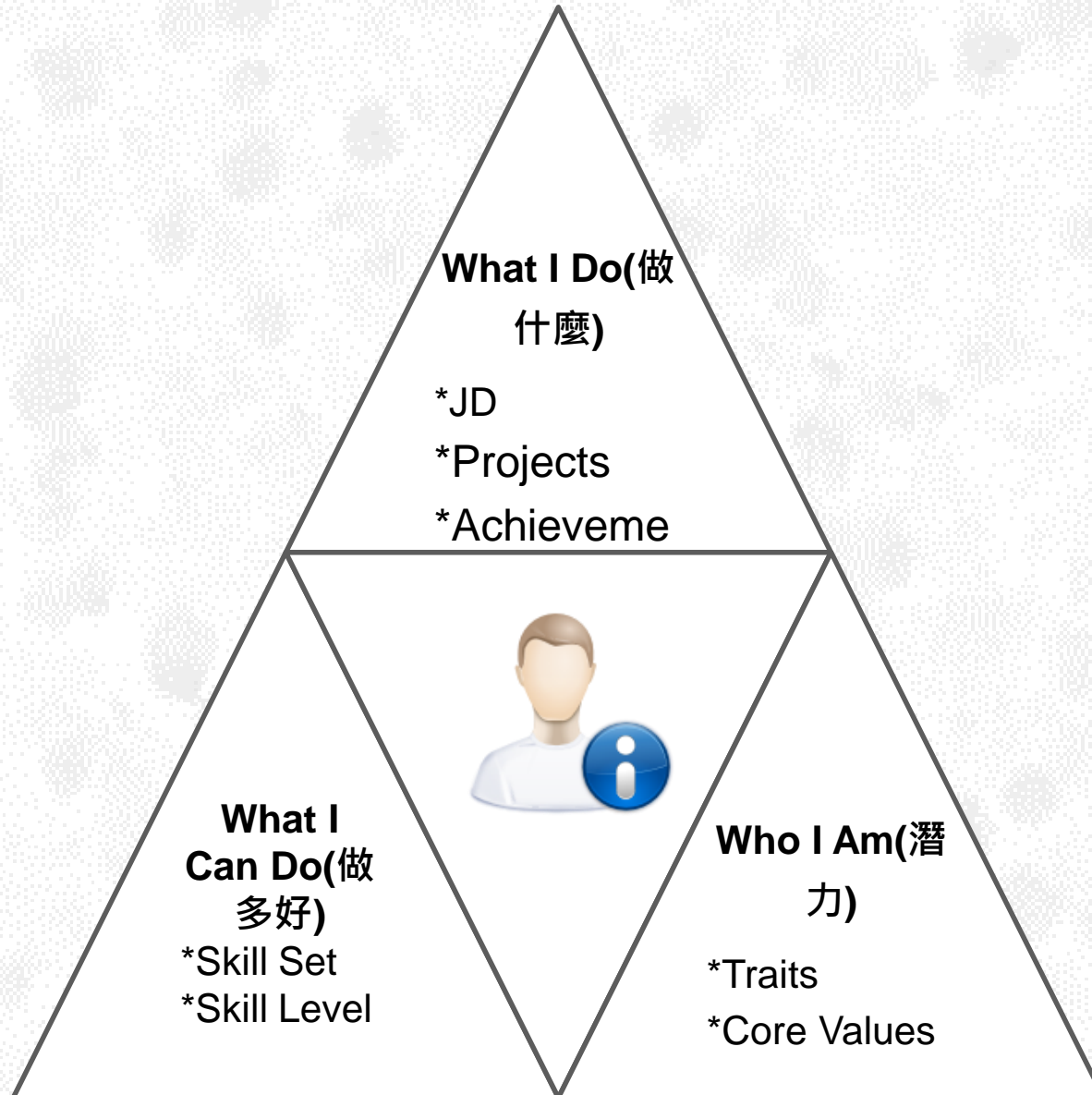
三管齊下提升職場競爭力



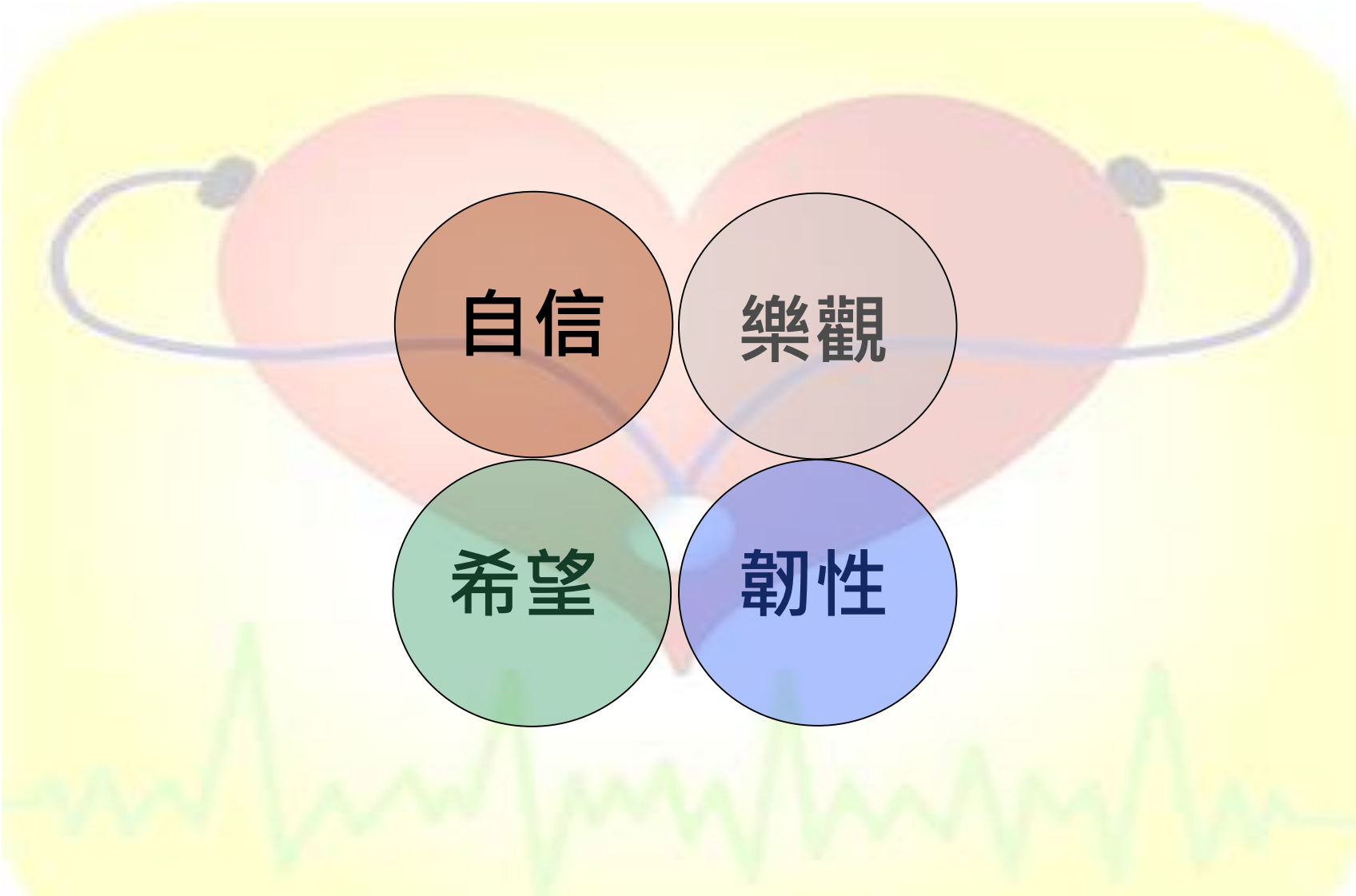
企業徵才四個重點



職場中的能力適切性比對



心理資本的內涵(Luthans 等人,2007,2015)

The diagram features a central arrangement of four colored circles: a brown circle at the top-left, a grey circle at the top-right, a green circle at the bottom-left, and a blue circle at the bottom-right. These circles are set against a background of two overlapping pink hearts and a faint green ECG line at the bottom. The entire composition is enclosed in a light yellow rounded rectangle.

自信

樂觀

希望

韌性



建立自己專屬的**黃金**人脈存摺

處境VUCA、職涯無邊界、青年沒定性

集體擁抱模式



一分多面向的工作或事業

工作中領域切換
EX. 健身機構執行長

斜槓模式



兼職+兼職+兼職+-兼職

固定頻率，切換身份

愛因斯坦模式



一份夠好的工作或事業

基本生存先滿足
再追求其他

浴火鳳凰模式



先投入一個再轉換下一個

癡迷、抵達終點、嘗新

四種可能的新型態職涯

應如何看待新型態的職涯發展？

一次性選擇任務



連續性發展任務

協助學生鬆開阻礙探索的心理剎車

ACTION

- 減少加諸自己身上的義務
- 解除對自己的自我設限
- 減輕對他人評價的擔心
- 調整來自他人反對的影響



三層次思考想做的事

- 人生層次的想要(一生)
 - 人生的主題(Life Theme)
 - 未來的形象(時光機想像)
 - 方法：夢想拼貼、人生彩繪
- 生活層次的想要(一年)
 - 工作與學習、金錢與財富、愛情與人際關係、健康、興趣、家庭等
- 日常層次的想要(一天)
 - 食、衣、住、行、育、樂等

美國生涯發展學會(NCDA)制訂的12項職能

1. 助人技巧
2. 尊重多元
3. 專業倫理
4. 生涯理論
5. 測評工具
6. 科技運用
7. 職場趨勢
8. 就業安置
9. 介入準備
10. 方案管理
11. 行銷推廣
12. 督導增能

Q & A

分享與回饋

擺渡

TSquare / life design

找好方向 | 做好工作 | 過好日子



✉ service@tsquare.cc

✉ haohaofansong@gmail.com



☎ 連絡電話 : 02-2394-0238

行職業資訊哪裡找

- 從業人員的口述
- 企業參訪與實習
- 敘說文本（書籍、電影）
- 職業資訊系統





Build your future with O*NET OnLine.

由美國勞工部所規劃設計的一套【職業資訊系統】，用以協助在校學生或社會工作者能快速且有效查詢到各種職業所需的知識、技術與能力等職業資訊。

<http://online.onetcenter.org/>

實務運用一

<http://online.onetcenter.org/explore/interests/Realistic/>

實務運用二

透過華人生涯網，了解職業資料



兼融理性與直觀之 生涯資訊與輔導系統

這裡，有天，有地，人在其中。

這裡，有理性分析，有無限想像，生命在其中。

邀您，在嘗試、反思、直觀中，活出意義。

● 會員登出 ● 修改密碼 ● 連結openID

專業
交流

自我探索

路徑探索

故事交流

[為確保能以最佳的方式瀏覽網頁，建議您可參考系統Q&A](#)

<http://careering.ncue.edu.tw/>

實務運用三：台灣就業通

- 使用搜尋引擎，如  

輸入：**台灣就業通**

- 直接輸入網址：<http://www.taiwanjobs.gov.tw>

實務運用四：104工作世界

進入工作世界探索頁面

<https://wow.104.com.tw/index/main>



其他相關資源

➤ 教育部Ucan大專校院就業職能平台：

- 就業途徑、職能、相關職業

<https://www.mol.gov.tw/statistics/2475/19284/>

➤ iCAP職能發展應用平台：

- 工作職責、任務、產出、行為指標、職能級別、職能內涵(知識、技能)

<https://icap.wda.gov.tw/index.aspx>

➤ 優質工作 (Good Job) 資訊：

- 職業發展路徑、類似職務

<http://hrd.college.itri.org.tw/TDI/goodjob/GoodJob.aspx>

價值淬鍊

養成高效習慣



擴大認知邊界



突破社交焦慮



學習
如何學習

破解情緒密碼



贏得他人信賴

