



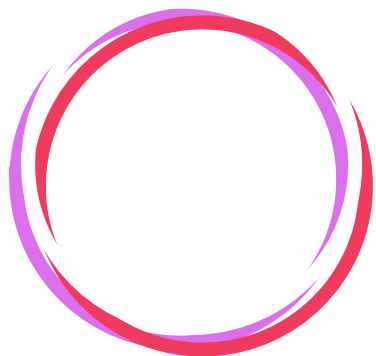
教育部青年發展署
106 年度大專校院職涯
輔導成果評選實施計畫

職涯輔導學生心得

參賽學校：中州科技大學

參賽學生：張妤瑄

指導老師：陳怡靜 助理教授



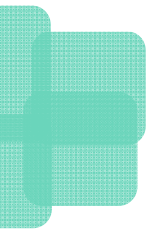
目錄

CONTENT

01 自我介紹

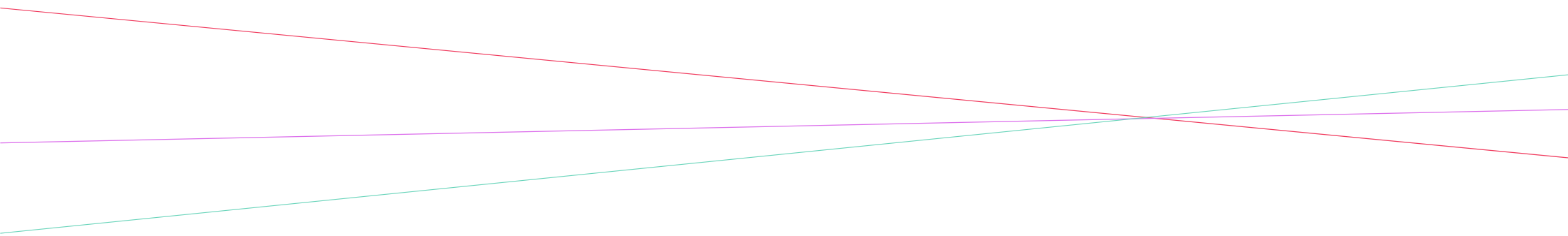
02 接受職涯輔導活動
過程與心得

03 未來努力方向



Part 1

自我介紹



張好瑄



教育部
青年發展署
Youth Development Administration
Ministry of Education

校內工讀

校外工讀



我

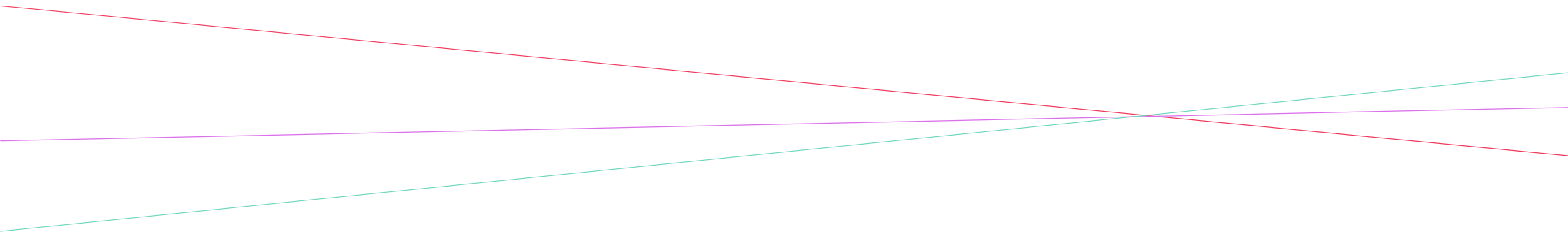
校內工讀

在104學年度上下學期以及105學年度上下學期，擔任資管系陳怡靜老師的工讀生，過程中，接觸到教育部青發署、勞動部、彰化縣政府勞工處計畫舉辦的很多職涯系列活動，自己除了是參與者，也是協助陳怡靜老師辦理這些職涯系列活動的工讀生。



Part 2

接受職涯輔導活動 過程與心得



接受職涯輔導活動過程與心得

1

協同教學27場次

104年6場與105年15場

2

職涯諮詢27場次

104年8場與105年19場

3

校外參訪5場次

104年2場參訪賈桃樂、台中青年職涯發展中心與
105年3場參訪台中青年職涯發展中心、南投青年職涯發展中心、台積電創新館

4

職涯講座6場次

104年2場與105年4場

5

職涯牌卡工作坊11場次

105年11場

6

PODA職業適性測驗5場次

105年5場

數位媒
體影音
履歷

求職
防詐騙
話劇

模擬
面試

協同教學講座

1. 團隊合作的重要性。
2. 職場上求職防詐騙的小撇步。
3. 履歷自傳的撰寫技巧。
4. 如何增進職場上的溝通技巧。
5. 掌握自我，洞悉未來。



職涯諮詢

親身參與104年的一對一職涯諮詢，由薛人鳳諮詢師諮詢。

一開始迷茫的我，在老師的引導下，開始有了方向，更加努力往自己的興趣下去做發展。



示意圖



校外參訪



職涯講座



職涯牌卡工作坊



1. 了解自我的價值觀。
2. 想要的職業，是否符合價值觀。
3. 尋找能力強項卡。
4. 找出自己適合的職業。



PODA職業適性測驗



數位媒體影音履歷(南開科技大學)比賽



首頁 > 中時 > 生活

即時首頁 | 政治 | 生活 | 社會 | 娛樂 | 體育 | 財經 | 國際 | 兩岸 | 科技

創意影音履歷製作競賽 中州科大張好瑄奪冠

2017年06月01日 23:46 楊麗瑩

分享至Facebook | 分享至Google+ | 分享至Twitter | 分享至Weibo

南開科大與中州科大的從築夢到起飛-生涯輔導、創意影音履歷製作競賽頒獎。(楊樹瑩攝)

南開科技大學多媒體動畫應用系與中州科技大學資訊管理系，為「推動大專校院生涯輔導工作計畫」，今天舉辦「創意影音履歷製作」競賽，下午評審揭曉，由中州科大張好瑄奪冠，並獲頒3000元獎金，讓她喜出望外。

這項創意影音履歷製作競賽，除展現學生創意的發想、展現個人推動影音履歷製作能力，熟悉影音履歷內容的撰寫技巧，並展現自我專業能力，做好就業的準備，提高未來職場就業的競爭力。



獎 狀

南開科大電資院字第 1050008220 號

中州科技大學 保健食品系 張好瑄 同學
於 106 年 6 月 1 日參與 105 學年度「推動大專
校院生涯輔導工作計畫」-『創意影音履歷製作』
競賽成績優異榮獲

第一名

特頒此狀 以資鼓勵

校 長 孫 台 平



中華民國一〇六年六月一日

發現新的自己

舊的我



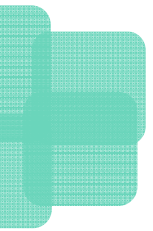
職涯輔導系列活動



新的我

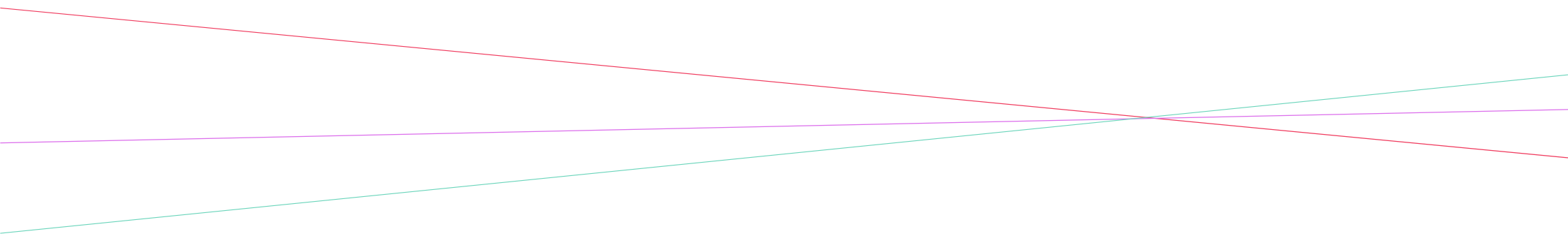


自信大方，對未來更有想法!!



Part 3

未來努力方向





未來努力方向

我想鼓勵其他同學們，都能接受老師辛苦所辦的這些職涯輔導系列活動，因為我跟很多人一樣，都不敢踏出自己的第一步，因為沒有大膽嘗試過改變自己的生活。

利用自己在職涯系列活動所學到的知識及資訊能傳達給其他學生，共同分享，並且使他們能更了解自己到底要甚麼，還有自己適合做甚麼樣的工作。



謝謝您的耐心聆聽