

宜蘭縣政府「115年度青年職涯發展服務計畫」

壹、計畫目的：

為建構專屬於青年職涯發展服務，青年於國中時期之職涯啟蒙，進而高中及大學時期之職涯探索至社會新鮮人職涯建立，以協助青年職涯定錨與發展，特辦理職業適性診斷服務、職業適性探索工作坊、職人職涯分享講座、職場參訪活動，讓青年透過職涯探索、職涯觀念建立，進行興趣、能力及職業探討，期以提升青年自信及能力，逐步邁向人生職涯的進行式，達到順利就業之目的。

貳、辦理單位：

- (一) 指導單位：勞動部勞動力發展署
- (二) 主辦單位：宜蘭縣政府
- (三) 承辦單位：Career 就業情報

參、服務對象：宜蘭縣國高中職及大專院校學生。

肆、辦理時間：即日起至 115 年 10 月 9 日

伍、承辦單位電話：Career 就業情報 (02)2703-1250 分機 321 林小姐、分機 392 余小姐

※名額及場次有限，請將活動訊息轉知校內老師，**填寫第 5 頁報名表回傳。**

陸、實施方式：

【活動一】、職業適性診斷服務

藉由接受職業適性診斷測驗後，由具備職涯輔導豐富經驗的職涯諮詢師，進行職業評量結果分析、提供輔導服務，並依其個別需求進行深度諮詢，協助求職民眾能夠瞭解本身職場興趣、能力及未來產業發展趨勢等三者之間的關連性，充分瞭解自身其就業優勢與劣勢，評估其能力及提供所需的協助，透過對產業與職場的深入認識，做好就業力準備，以提昇職場知能，適性就業，進而長期穩定就業。

(一)、辦理時間及參加人數

1. 預計辦理時間：**115 年 3~9 月**，依每場次人數安排諮詢顧問。
2. 辦理地點：學校提供會議室或教室

(二)、由各校就輔單位或各科系老師向承辦單位申請為學生統一報名，搭配職業適性診斷工具，讓青年進行施測，再以專業職涯顧問進行一對一諮詢服務，協助青年了解個人的核心職能與適才適所，安排學生進行【簡易諮詢】。

1. 透過職業適性診斷測驗施測，由專業職涯顧問進行測驗結果分析及諮詢，內容包括職業性格、核心職能、工作能力及領導潛能等之分析。
2. 對象：國三(含)以上、高中職、大專青年
3. 時間：每人約 30 分鐘

(三)、申請學校承辦人員須配合事項

- 須配合承辦單位，於活動前讓參與學生進行「職業適性診斷測驗」線上網路施測完畢，學生測驗結果將於活動當天發放。
- 須配合於諮詢前，請參與學生填寫「個人基本資料表」，提供諮詢師服務參考。
- 活動結束後，請參與學生配合填寫「活動滿意度調查」，承辦單位將於進行後續追蹤及關懷。
- 活動場地及硬體設備之安排。
- 須負責學生報名作業，活動當天召集報名學生準時抵達活動現場，以利活動順利進行。

【活動二】、職業適性探索工作坊

針對國高中職學生，以分組方式，透過職涯牌卡操作，帶領學員探索自己有興趣的職業及自身能力強項，針對不同職業更深入探討，讓學員思考自身有興趣的職業及應該具備的專業職能，並了解就業、創業狀況，以利省思未來學習方向與規劃

(一)、辦理時間及參加人數

- 預計辦理時間：115年3~9月，每場次3節(2.5小時)，每場須30人。
- 參加對象：國高中職學生為主
- 辦理地點：學校提供會議室或教室

(二)、課程時間：課程時間可依學校時間彈性調整

項次	時段(預擬)	時間	課程內容	講師
1	09:20-09:30	10分鐘	學員報到	工作人員
2	9:30~11:00	90分鐘	<p>第一階段：生涯探索：認識我是誰 ◆課程名稱：「我是誰？我的生涯價值與角色探索」</p> <p>透過生涯牌卡探索自我價值觀與生涯價值觀，做出生涯選擇對自己有意義與價值的人生新方向</p> <p>第二階段：能力探索：看見我的強項 ◆課程名稱：「點亮我的能力地圖」</p> <p>透過能力牌卡進行個人具備能力與人格特質的探索</p>	專業講師
3	11:00-12:00	60分鐘	<p>第三階段：職業探索：連結未來方向 ◆課程名稱：「我可能走向哪裡？職業世界初探」</p> <p>透過職業牌卡進行個人生涯職業興趣探索。</p> <p>第四階段：成果回饋與結語</p>	
4	12:00		課程結束	

(三)、申請學校承辦人員須配合事項

1. 活動場地及硬體設備(電腦、投影、麥克風、桌椅等)之安排。
2. 須負責學生報名作業，並於當天召集報名學生準時抵達活動現場，以利活動順利進行。
3. 活動結束後，請參與學生配合填寫「活動滿意度調查」。

【活動三】、職人職涯分享講座

針對國高中職學生，透過職人分享自身職涯與工作經驗，讓學員思考自己有興趣的職業及就業市場現況、相關職業應具備之專業職能，幫助學員省思未來學習途徑。

(一)、辦理時間及參加人數

1. 預計辦理時間：115年3~9月，每場次2節，每場至少30人。
2. 參加對象：國高中職學生為主
3. 辦理地點：學校提供會議室或教室

(二)、課程時間：課程時間可依學校時間彈性調整

項次	時間(預擬)	課程內容	講師
1	09:40-10:00	學員報到及宣導性平防治	工作人員
2	10:00-12:00	主題：職涯冒險家：走進職業世界，探索未來 邀請各產業職人分享主題	專業講師
3	12:00	活動結束	工作人員

(三)、申請學校承辦人員須配合事項

1. 活動場地及硬體設備(電腦、投影、麥克風、桌椅等)之安排。
2. 須負責學生報名作業，並於當天召集報名學生準時抵達活動現場，以利活動順利進行。
3. 活動結束後，請參與學生配合填寫「活動滿意度調查」。

【活動四】、職場參訪活動

為協助 15~40 歲青年提前做好求職前準備，透過實際企業參訪，體驗工作職場概況，以傳達產業及職場實際環境狀況及產業未來發展趨勢、職場環境介紹等，對現實工作環境有基本的認知，進一步提升自我認知，有效促進其就業、個人職涯規劃之效能，以提升學員未來求職時，能更貼近企業徵聘人才條件，順利職場接軌。

(一)辦理時間及參加人數

1. 預計辦理時間：115 年 3~9 月，每場次 2 小時(不含交通時間)，每場須達 30 人。
2. 參加對象：高中職學生為主
3. 辦理地點：縣內企業、青創、在地創生企業為主

(二)活動流程：(以下時間視實際情況調整)

編號	時間(預擬)	活動內容	說明
1	12:30-13:00	學員報到	集合、簽到及發放資料
2	13:00-14:00	職涯啟程(車程)	1. 啟程前往參訪企業 2. 介紹主辦單位、參訪活動細節說明
3	14:00-16:00	認識企業及職場經驗分享	1. 參訪單位介紹(產業現況及未來發展 2. 參觀並了解職場環境 3. 職場經驗分享 4. Q&A、填寫滿意度問卷、大合照
4	16:00~	職涯實踐(返校車程)	賦歸

★注意事項：

1. 每場次提供遊覽車從學校接駁至參訪地點往返接駁及投保 100 萬旅遊平安險。
2. 參訪師生須於活動前提供師生「個人保險資料」，並於當天協助填寫「活動滿意度問卷」。
3. 學校承辦人員須負責學生報名作業，並於當天召集報名學生準時抵達活動現場，以利活動順利進行。
4. 參加人員年齡實歲需滿 15 歲

宜蘭縣政府「115 年度青年職涯發展服務計畫」
報名表

※注意事項

★1. 報名方式：回傳後請來電確認

(1)網路報名為主，掃描右方 QR code 或輸入報名網址 <https://forms.gle/Jf6N6Guthjox5wqZ6>

(2)電子郵件回覆 word 至：julia@career.com.tw

2. 名額及場次有限，請盡速報名，額滿為止，最晚請於 115 年 2 月 25 日周三前回傳。

3. 依報名順序，陸續審核，待審核通過，通知各校辦理。

★4. 辦理日期以 115 年 2~6 月期間優先排程，9~10 月次之。

※報名後請來電確認。

執行單位：Career 就業情報 (02)2703-1250 分機 321 林小姐、392 余小姐

電子郵件：julia@career.com.tw 及 kelly.yu@career.com.tw



學校名稱				單位			
申請人				職稱			
電話				手機			
電子郵件							
申請項目	※若時間暫時無法確定，請先勾選「申請項目」，若有任何問題歡迎來電洽詢。						
<input type="checkbox"/> 參加活動一 (職業適性診斷服務)	場次 1	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
	場次 2	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
	場次 3	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
※一場次建議時間 3 小時，建議人數 36 人。 ※各校不限人數及場次							
<input type="checkbox"/> 參加活動二 (職業適性探索工作坊)	場次	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
	※每場人數須達 30 人，但不宜超過 40 人。※每場 2.5-3 小時。 ※全縣學校僅辦理 4 場次						
<input type="checkbox"/> 參加活動三 (職人職涯分享講座)	場次	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
	※每場人數須達 30 人，每場人數無上限。※每場 2 小時。 ※全縣學校僅辦理 6 場次						
<input type="checkbox"/> 參加活動四 (職場參訪)	場次	日期： 時間：	年級： 科系：		人數：		
	※每場學生及老師人數須達 30 人，不超過 38 人。※每場 2 小時(不含交通時間)。 ※全縣學校僅辦理 6 場次						