



前言

勞動部所進行的「15-29歲青年勞工就業狀況調查」報告顯示，青年學子在初次進入職場的求職過程當中，所遭遇到的困境主要包括了「經歷不足」和「不知道自己適合做哪方面工作」這兩方面。而青年勞工們回想過去求職過程所獲得的協助當中以「面試或求職技巧」和「就業市場與情勢分析資訊」對他們的求職歷程幫助最大。為了協助大專院校學生在求學階段就能做好職涯探索並提供就業前準備等服務，本公司規畫本次課程，希能協助學員在就業前探索自己及了解自己，認識自己個性與興趣，能精準在未來求職找到符合自己興趣的職業。並藉由此課程與活動灌輸學員工作倫理、團隊精神及責任心等職場必備的工作心態，在未來進入職場後能適應職場環境與要求。



目的



透過世界級測評工具(SHL的動機量表及OPQ32人格特質測評工具)，協助學員了解個人的工作動機與性格特質，找到未來求職的方向



協助學員了解職場成功必備的條件，為將來的職涯預做準備



強化學員職場應有的精神與態度:團隊精神、工作倫理、責任心



協助學員了解自我，精準就業



課程與活動設計邏輯

課程活動 (兩天)

- 透過動機量表與職業性格測驗及課程活動使學員更深層認識自己，在未來職涯規劃上發揮自己的強項並提早培養自己相對較弱的職能
- 以團隊體驗學習方式帶領學員探索職涯成功必須具有的心態與習慣



營隊的課程及活動融入團隊精神、工作倫理、責任心



課程與活動時間

第一天

主題	邁向職場從了解自己開始
時間	活動內容
8:30-9:00	報到
9:00-9:30	開幕式
9:30-12:00	一、相見歡 ● 我們是一夥的 ● 你我的約定 ● 原來團隊是這樣建立的 二、心的方向 1. 夢想離我有多遠? 2. 從夢想到職業 ● 人格特質與職涯成功的關係 ● OPQ 32 介紹
12:00-13:00	午餐/休息
13:00-17:00	二、心的方向 2. 從夢想到職業 ● 人格特質與職業類別的配適 ● 從OPQ學習自我覺察與自我鍛鍊 3. 從職業到志業 ● SHL MQ(動機)介紹 ● 報告解讀與分析 ● 探索自我的志業 三、職場必備的軟實力 職場溝通術 ● DiSC介紹 ● DiSC在人際關係與溝通上的應用



課程與活動時間

第二天

主題	職場究竟長什麼樣子
時間	活動內容
8:30-9:00	報到
9:00-12:00	四、你準備好了嗎? 履歷撰寫與面試技巧 ● 模擬情境:挑履歷 ● 履歷架構 撰寫技巧 ● 履歷診療室 ● HR主管的獨家解密
12:00-13:00	午餐/休息
13:00-17:00	五、職場成功的心法 體驗活動一:團隊精神與工作倫理 ● 團隊疊疊樂 體驗活動二: 責任心 ● 循環迷宮 六、建構未來的職涯願景 ● 我的未來職涯願景 ● 引導與討論 ● 撰寫行動計畫
17:00-17:30	結業式 賦歸



課程與活動介紹

相見歡

相見歡:任務說明: 藉由團隊形成的活動，使學員熟悉彼此，並從建立團隊互動默契的過程中體驗團隊精神。

課程目標:學員可以學到



- 團隊形成的過程
- 個人角色與團隊任務
- 個人職責與紀律

課程特色



- 體驗活動，團隊形成與規範制定
- 將團隊精神、工作倫理及責任心設計到活動與競賽規則中

課程綱要:

- 我們是一夥的
- 我們的精神象徵
- 原來團隊是這樣建立的



宏基老師為台灣第一位取得WIAL行動學習教練，並將WIAL行動學習引進台灣。他擅長協助企業活用團隊引導技巧於團隊共識建立、人才發展計畫、年度策略規劃等方面，進而提升企業人才與決策素質。他結合主管才能訓練、團隊引導技巧及行動學習(Action Learning)，為企業規劃與執行人才發展計畫，透過主管才能訓練提升主管管理能力，輔以團隊引導技巧與行動學習規劃，確保主管的管理能力能落實在工作當中。



課程與活動介紹

心的方向

心的方向: 本單元藉由影片的啟發，引導學員思考人生使命，讓學員對其人生的目的進行初步探詢。

課程目標:學員可以學到



- 了解自己內心想要的理想職業樣貌
- 了解自己的價值觀與激勵動機

Part 1 : 夢想離我有多遠

課程特色

- 採用國際級且具高信效度的價值觀測評工具，讓學員了解自我
- 運用最新討論手法(焦點討論法)協助學員釐清心中的想法



課程綱要:

- 影片欣賞
- 個人夢想描繪與分享

Part 2: 從夢想到職業

課程特色



從測評中了解自我職業性格特質傾向



藉由討論與同儕分享，更清楚的了解工作屬性，與未來職涯準備方向



課程綱要:

- 人格特質與職涯成功的關係
- OPQ 32 介紹
- 從OPQ學習自我覺察與自我鍛鍊



課程與活動介紹

心的方向

Part 3: 從職業到志業

課程目標:學員可以學到



- 了解自己的價值觀與激勵動機

課程特色

- 採用國際級且具高信效度的價值觀測評工具，讓學員了解自我
- 運用最新討論手法(焦點討論法)協助學員釐清心中的想法



課程綱要:

- SHL MQ介紹
- 報告解讀與分析
- 自我探索與實踐



本單元宏基老師以影片的方式邀請學員思考對影片的看法以及從影片當中得到的啟發。並使同學思考，對自己而言未來內心真正想從事的工作是什麼。

接著宏基老師藉由實際的案例，與學員分享如何將夢想職業與自身特質做結合，並帶領學員思考夢想中的職業所需的人格特質與自身所具備的特質差異，進而找到未來努力的方向。

最後藉由價值觀測評結果的分享，讓學員清楚的知道自己內心當中所重視的是什麼，並與自己想要的未來工作進行連結，勾勒出每位同學未來職涯的輪廓與樣貌。



課程與活動介紹

職場必備的軟實力

職場的軟實力的根基是溝通與自我察覺與成長，本單元藉由溝通風格及人格特質測評，讓學員從了解自我開始，進而學習如何調整自我，與人建立良好的職場關係。

課程目標:學員可以學到



- 從人際關係、思考模式與情感情緒等三大構面瞭解自我
- 在了解自我之後，分析個人與自己想要的工作所需特質的差異，進而發揮優勢、補強待加強的能力

Part 2:OPQ 32(人格特質) 解讀與探討

課程特色



從測評中了解自我職業性格特質傾向



藉由討論與同儕分享，更清楚的了解工作屬性，與未來職涯準備方向

OPQ32
SHL

課程綱要:

- 人格特質與職涯成功的關係
- OPQ 32 介紹
- 從OPQ學習自我覺察與自我鍛鍊



宏基老師取得了國際人格特質測評 SHL OPQ32的講師認證，對於人格特質與職涯發展有獨到的見解，藉由多年帶領討論的實務經驗與方法，將協助學員探索自我與未來工作，找到適合自己的職涯方向。



課程與活動介紹

職場必備的軟實力

職場的軟實力的根基是溝通與自我察覺與成長，本單元藉由溝通風格及人格特質測評，讓學員從了解自我開始，進而學習如何調整自我，與人建立良好的職場關係。

Part 1: 職場溝通術

課程目標: 學員可以學到



- 團隊中不同類型的人格特質
- 欣賞與尊重團隊中不同類型的人
- 運用在人際關係與溝通上的技巧

課程特色

透過



測
評



活
動



案
例

強化學員對人格類型的敏感度



課程綱要:

- DiSC介紹
- DiSC在人際關係與溝通上的應用



林鈺欽老師在台灣和中國擁有20年的人力資源管理經驗。他的專長是通過利用人力資源幫助組織厚實領導能力和人才管理能耐及建構配適性的管理制度與流程。他熟習各種人格特質測評工具，並有豐富的經驗與專業知識為客戶提供設計高績效人力資源實踐課程與諮詢輔導，林老師也常到大學對學生分享職涯規劃與求職的經驗，其經驗的分享與實用性深獲好評。



課程與活動介紹

你準備好了嗎?履歷撰寫與面試技巧

你準備好了嗎: 履歷的撰寫與面試是求職的關鍵活動，本單元藉由經驗豐富的人資主管與學員分享在此兩項關鍵的求職活動所需注意的要點與訣竅，讓學員在未來的求職路上得心應手。

課程目標:學員可以學到



課程綱要



課程特色



透過情境模擬，體驗挑履歷的過程

拆解履歷架構，剖析每個環節撰寫技巧和小撇步

履歷診療室，學以致用。HR獨門解密職場面試

管麗娟



我是Jessie，竹科HR資歷超過20年。從外商轉戰本土企業；從員工萬人的成熟公司跳槽不到百人筚路藍縷的新創公司。面試過無數工程師也面試過總經理人選，曾遠征美國矽谷、新加坡、上海招聘人才，曾主辦過跨集團的聯合招募活動。擁有豐富的職場實戰經驗。

世界瞬息萬變，網路訊息眼花撩亂，有人迷失，有人徬徨，有人錯失良機，有人誤踩地雷。Jessie 願意將30年職場經驗，萃取精華滴灌給職場新鮮人。陪伴幫助你找對方向，成為得利部屬，有朝一日你也可以成為一位稱職的好主管。



課程與活動介紹

職場成功的心法

職場成功的心法: 本單元透過體驗學習活動的實作與反思，讓學員認知在職場當中應有的工作價值觀、與當責心態。

課程目標:學員可以學到



- 了解職場當中設定目標與貫徹執行的意義，從而培養良好的習慣。
- 體驗高績效團隊所需具備的當責元素-了解彼此、優勢互補、互相提醒…等。

課程特色



從體驗中得到反思，從反思中形塑觀念，化觀念為具體行動



課程綱要:

- 團隊疊疊樂
- 循環迷宮



魏大統老師從事體驗式培訓長達10餘年，近年頻繁往返兩岸，為企業提供團隊與組織文化形塑之相關培訓。大統老師擅長透過活動的帶領激發團隊的能量與士氣、於活動後的引導啟動思考與自我覺察；大統老師以豐富的實戰操課經驗，運課幽默生動又能引人深思，使培訓中的反思能延續到培訓後的行動。



課程與活動介紹

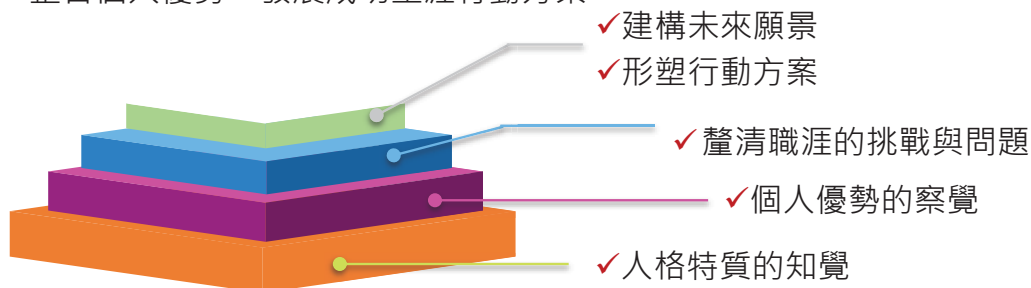
建構未來職涯願景

建構未來職涯願景:本單元透過手動的活動，讓學員根據前兩天所覺察的個人志向與特質，勾勒出屬於個人的職涯方向與願景。

行動計畫:在學員完成職涯方向與願景之後，由學員發想在未來的一年內，自己可以做些什麼來往未來的願景邁進。

課程目標:學員可以學到

整合個人優勢，發展成功生涯行動方案



課程特色



課程綱要:

- 手繪活動勾勒未來職涯願景
- 引導與討論
- 撰寫行動方案



魏大統老師從事體驗式培訓長達10餘年，近年頻繁往返兩岸，為企業提供團隊與組織文化形塑之相關培訓。大統老師擅長透過活動的帶領激發團隊的能量與士氣、於活動後的引導啟動思考與自我覺察；大統老師以豐富的實戰操課經驗，運課幽默生動又能引人深思，使培訓中的反思能延續到培訓後的行動。