

2018 逆風少年大步走

「青雲職上 點食成金-生涯外展輔導暨就業力培訓計畫」

生涯團體課程大綱

主辦單位：社團法人宜蘭縣得安家庭關懷協會

人數：預計安排 4 梯次，每梯次 10 人，預計服務學生人數：40 人。

預計期程：107 年 3 月初至 6 月中

一、計畫目標：

- (一)學習自我認識與成長：生涯團體以輕鬆、自在與愉悅的氣氛，並透過團體之動力引導學生探索自己的性格、價值，促進自我認識。
- (二)培養生涯規劃能力：透過活動帶領與量表檢測分析，讓學生能夠以數據來增加對興趣取向的瞭解，促發學生對自我生涯的思考能力，並鼓勵學生多方嘗試與探索，培養生涯規劃的能力。
- (三)學習以正向態度解決問題：在面對規劃自己的未來時可能產生的疑惑，或面臨家人的期待有所差異時，學習面對問題的因應策略，提升學生問題因應及解決的能力。
- (四)對職業的認識：藉由帶領學生職場參訪，實際的去觀察、發掘、去詢問此職業的工作內容、流程及相關發展，期更能深入了解，以作為生涯規劃之參考。

二、計畫內容：

經由本會聘請專業講師針對高中職有興趣探索生涯規劃的學生辦理生涯團體，引導高中職生自我探索與生涯規畫，此探索團體分為室內課程與職場體驗參訪。針對高中職學生的概況設計生涯團體內容，讓參與之學生以多元的方式探索自我，對自己的興趣取向更加的瞭解，協助對生涯規畫有較具體的想法與安排。

期程	課程內容	
	活動名稱	預期效益
(時間預定與學校承辦老師協調確定)	自我探索課程	1. 協助成員了解自己的人格特質、情緒、溝通模式、價值觀等，增進對自我的認識。 2. 協助成員接納肯定與欣賞自我，學習從多元角度探索與覺察自我。

	性向測驗	1. 透過測驗了解自己職業性向、興趣、人格特質等等，讓學員更了解未來職涯方向，並能加以規劃及準備。
	體驗活動	1. 強化負責合作與解決問題之能力 2. 引導成員自我覺察反思，進而產生學習和應用。
	職場趨勢分析	1. 協助成員分析探索自身具備的技能、興趣職業與所需特質。 2. 掌握市場動向，以經驗分享的模式，加深成員的吸收與理解力，並完成生涯規劃書。
	生涯統整決策	1. 協助成員統整團體對自己生涯的影響與決策，並進一步分析未來可能的職涯發展。
當日或其他日期 (時間預定與學校承辦 老師協調確定)	職場參訪課程	1. 參觀職場的實際運作，藉此帶給成員不同於學校教育的學習經驗。 2. 拓展成員職場視野。
備註：		
1. 午餐便當由專案經費支出，請代為訂購(80元/個)，附收據(得安協會統編：30112777)。		
2. 職場參訪課程，學員出外的保險費由專案經費支出，請先提供學生姓名、出生年月日、身分證字號等資料，以便辦理投保。		

報名、聯絡方式：

◆社團法人宜蘭縣得安家庭關懷協會：

269 宜蘭縣冬山鄉得安村下湖路11巷131弄112號

◆電話：(03)968-0543 傳真：(03)968-0885 聯絡人：林子瑄社工

◆電子信箱：dafamily97@gmail.com