

壹、學輔中心介紹





經國管理暨健康學院

Ching Kuo Institute of Management and Health

102 職涯規畫資源手冊

<中心業務簡介>



- **服務時間**：白天：週一至週五 0810~1700 / 週六 0900 至 1200
夜間：週一與週三 1730~2000 (※夜間僅提供諮商服務)
- **中心位置**：德育樓1樓A102
- **電話**：02-2437-2093 分機 320~322
- **Email**：touch@ems.cku.edu.tw



經國管理暨健康學院

Ching Kuo Institute of Management and Health

102 職涯規畫資源手冊

<中心環境簡介>



貳、職涯資源匯整





經國管理暨健康學院

Ching Kuo Institute of Management and Health

102 職涯規畫資源手冊

職涯心理測驗

測驗名稱	測驗目的	時間
生涯興趣量表(大專版)	協助探索、了解自己的工作興趣	約 30 分
大學生學習與讀書策略量表	協助了解個人學習狀況之有利 / 不利因素	約 60 分
生涯信念檢核表	檢視自己生涯決定所抱持的信念為何	約 20 分
青年工作價值觀量表	協助青年瞭解及澄清其工作價值觀，據以與其生涯興趣對照，作為職涯規劃參考	約 25 分
職業組合卡	協助探索職業興趣、瞭解自己在進行職業選擇時的理由與價值觀	約 60 分

職涯書籍

★ 生涯技巧類 ★

編號	顏色	中心編號	書名
1	黃	00085	高效備忘活用術
2	黃	00081	曼陀羅九宮格思考術
3	黃	00113	筆記女王的手帳活用術
4	黃	00111	筆記女王的手帳活用術 2-偷看別人的筆記
5	黃	00112	筆記女王的手帳活用術 3-成功圓夢者的學習筆記術
6	黃	00093	實現一生夢想的筆記本
7	綠	00616	絕對做得到的持續數
8	綠	00581	夢想起飛-全方位大學生活規劃手冊
9	綠	00687	學校沒教的 500 大企業面試技巧

★時間管理類★

編號	顏色	中心編號	書名
10	粉紅	00141	時間管理幸福學
11	黃	00104	時間管理-三十分鐘後，你就會比別人厲害
12	黃	00110	時間管理高手
13	黃	00109	想偷懶，先學會 22 招超強時間管理術

★生涯勵志類★

編號	顏色	中心編號	書名
14	粉紅	00237	人生隨時可以重來-其實，改變是最好的選擇
15	粉紅	00236	但願你 20 歲就懂的 18 件事-大黑小黑有話說
16	粉紅	00235	你的人生沒有不可能！勇敢改變，不要被自己打敗
17	粉紅	00234	扭轉未來-給年輕時的我 9 位最強名師帶你在險峻世界中戰鬥
18	粉紅	000127	最後的演講
19	粉紅	00159	夢象成真
20	粉紅	00137	誰搬走了我的乳酪
21	粉紅	00233	挫折是上帝送給你的禮物
22	綠	00587	玩人生成大器
23	綠	00584	用微笑面對逆境
24	綠	00553	向宇宙下訂單
25	綠	00688	這樣許願就會成功-七大法則讓你精準向宇宙下訂單
26	綠	00643	這輩子，只能這樣嗎？
27	黃	00080	這一生都是你的機會
28	黃	00107	20 不惑-大學校長親授 33 堂生涯必修
29	黃	00106	親愛的畢業生們！

★職業學習類★

編號	顏色	中心編號	書名
30	黃	00052	生涯設計師-15 個最有魅力的行業
31	黃	00094	找出天賦-職涯發展指引
32	黃	00097	找到自己真正想做的工作
33	黃	00103	性別不設限。職涯任我行

★名人傳記類★

編號	顏色	中心編號	書名
34	粉紅	00238	不倒的蘆葦-漸凍英雄蕭建華的生命故事
35	粉紅	00130	1-100 歲的夢
36	粉紅	00211	人生不設限-我那好得不像話的生命體驗
37	粉紅	00123	在另一個世界檢到自己
38	粉紅	00240	告訴世界我是誰
39	粉紅	00239	柔軟成就不凡
40	粉紅	00232	不凡的慷慨-陳樹菊
41	粉紅	00231	新台灣之光 100
42	粉紅	00209	贏得有趣，活得堅強
43	黃	00062	年輕有夢-七年級築夢家
44	黃	00105	人生，我選擇「以上皆是」
45	黃	00108	總裁獅子心

職涯影片

中心編號	片名	級別	片長(分鐘)
020	髮膠明星夢(公播版)	普遍級	116
025	不老騎士(公播版)	普遍級	50
026	岡男孩(公播版)	普遍級	104
040	夢想起飛的季節	保護級	99
042	扶桑花女孩(公播版)	普遍級	109
049	逆轉人生(公播版)	保護級	112
054	陣頭(公播版)	保護級	123
055	倒帶人生(公播版)	輔導級	139
067	窮得只剩下錢(公播版)	普遍級	104
00472	想飛的鋼琴少年	普遍級	117
00479	深夜加油站遇見蘇格拉底	保護級	121
00492	送行者	保護級	130
00548	聽說	普遍級	109
00554	享受吧 一個人的旅行	輔導級	140
00572	給未來的我	普遍級	89
00594	杜拉拉升職記	普遍級	105
00616	人生決勝球	保護級	111

職涯圖卡



職業憧憬卡



能力強項卡



生涯卡



哇卡



生命故事卡/哇卡2



漣漪卡



珍愛卡



OH卡

職涯網站

網站名稱	網址	網站內容
RICH 職場 體驗網	https://rich.yda.gov.tw/richCandidate/	提供求職資訊(一般工讀、青年暑期社區工讀、經濟弱勢青年工讀等)，以及職場達人系列文章
職涯互動網	http://www.myjob.org.tw/	提供求職求才、就業服務中心站台之課程開設、進修學習等眾多服務
UCAN 大專校院 就業職能平台	https://ucan.moe.edu.tw/	結合職業興趣探索及職能診斷，以貼近產業需求的職能為依據，增加對職場的瞭解，並透過職能自我評估，規劃自我能力養成計畫
職訓 e 網	http://www.etraining.gov.tw/	提供各項職訓課程及相關知識，以及就業情報站(包含職缺、就業資源、在校生見習與培訓、青年就業創業、檢定證照等資訓)
全國就業 e 網	http://www.ejob.gov.tw/#&panel1-10&panel2-4	提供求職履歷範例、打工職缺、青少年與新鮮人專區、求職秘笈、職業興趣探索等各項豐富資源
富邦青少年 職涯網	http://fubon.career.com.tw/CareerGuide/FrontShow/index.aspx	提供職缺機會、探索講座、生涯門診服務、職涯大補帖等資訊



經國管理暨健康學院

Ching Kuo Institute of Management and Health

102 學年度職涯諮詢服務

對於生涯你是否總是有很多疑惑.....?

不瞭解自己的興趣及能力?? 不知道自己什麼要什麼或不要什麼??

到底該怎麼去探索自我生涯?? 也擔心未來找不到想做的的工作??



不論是什麼樣的煩惱，關於生涯與探索自我的議題都可以帶來諮詢唷!!

歡迎同學可至學生輔導中心(德育樓A102)預約諮詢時間

會有專人一對一為您服務喔

CHING KUO INSTITUTE OF MANAGEMENT AND HEALTH

經國 102年 北區技專院校教學資源中心

LEADER 計畫

不知道興趣和工作可以怎麼結合嗎?

畢業後該如何選擇工作?

什麼工作才適合我?

不想一畢業就失業嗎?

對於未來感到迷惘嗎?

想要工作該怎麼辦才好?

102學年度

職涯諮詢服務

歡迎至學輔中心洽詢

地點 / 校內德育樓1樓A102

經國管理暨健康學院 學務處學生輔導中心 | 分項計畫(一)建構全生涯發展計畫

102年

教育部青年發展署

經濟弱勢青年工讀計畫

公營企業、公股銀行、
更多公部門工讀職缺 歡迎應徵！

● 職缺特色：

- ▶ 具備學習性與安全性的暑期、長期工讀機會
- ▶ 全程關懷輔導，感受社會溫馨情
- ▶ 線上職前講習，打造職場競爭力

● 應徵資格：

中華民國國民，16歲至29歲低收入戶、中低收入戶
或曾獲就學貸款之高中職以上在學青年

● 應徵方式：

4月1日起至RICH職場體驗網 rich.yda.gov.tw
線上應徵



主辦單位：教育部青年發展署

承辦單位：Career 就業情報

服務專線：0800-005880（鈴鈴我、幫幫您）

Facebook粉絲團：www.facebook.com/rich.gov

或搜尋 RICH職場體驗網

廣告



經國管理暨健康學院

Ching Kuo Institute of Management and Health

未來的我，沒有極限！

♥學生事務處學生輔導中心♥

CKU Student Counseling Center

地點：德育樓 1 樓 A102

電話：02-24372093 * 320~322

傳真：02-24376756

E-mail：touch@ems.cku.edu.tw

