



德明科大辦理「我的未來我決定」生涯抉擇班級講座



圖說：講師與學生熱烈地互動



圖說：講師與學生熱烈地互動

夏天的腳步接近，一年一度的畢業季又即將展開。畢業代表的是另外一個新的開始，畢業代表著學子們能夠往夢想的舞台更近一步。然而對於未來的茫然，不知道以後要做甚麼？該如何做抉擇？卻是許多莘莘學子於畢業前，又開心，又茫然不安的心情寫照。為此，德明財經科技大學學生輔導中心學期特別針對大三同學，邀請擁有生涯輔導以及企業訓練背景的丁介陶、吳宛亭及陳安琪 3 位講師，辦理「我的未來我決定」生涯抉擇班級講座，與學生分享暢談如何能在生涯抉擇的十字路口，做下最正確的決定。

一開始，講師提出了個大哉問：大三的你們，走在生涯的確定道路上嗎？清楚未來要去哪裡？還是很茫然，很擔心未來？這些都是大三同學十分切身的議題。接下來，講師引領參與同學探索生涯抉擇過程中，很重要的一環：釐清個人價值。講師利用活動單及影片分享方式，帶領同學探索思考：對個人來說，我最重要的生涯價值是甚麼？我所看重的生涯價值是甚麼？緊接著，講師引導參與同學思考，面對生涯，需要做三件重要的事：1.認識自己：包含能力、興趣、價值觀、性格；2.評估環境：趨勢、資源、社會期待、阻助力；3.了解職業：工作資訊、福利待遇、發展性，等等實質且重要的議題。最後，講師引領同學，探索生涯障礙，掌握自己未來。透由系列問題的反思，講師引導同學逐步地學習生涯如何抉擇，如何結合人生夢想，一步一步踏實地努力。

該校「我的未來我決定」生涯抉擇班級講座，透過講師引導同學思考並釐清自己心中的生涯價值，協助同學了解影響生涯抉擇的因素，解決面對生涯抉擇時的困惑與茫然，進而找到適



合自己的生涯發展方向。透過講座的進行，期盼該校畢業學子皆能發揮自己的專長和潛力，迎接進入社會的挑戰，進而邁向自我夢想的航程。本系列活動從 3 月開始申請到 6 月結束，預計辦理 8 場次，總計能嘉惠約 3 百餘位同學。

聯絡人：學務處學生輔導中心楊慧真主任 聯絡電話：(02) 2658-5801 轉 2230