



## 德明科大資源教室舉辦「實習/就業前能力準備講座」



圖：講師帶領學生討論何謂工作



圖：講師與學生討論其所規劃的日常開銷

德明財經科技大學學務處學生輔導中心資源教室為協助特教學生在即將面臨實習或進入職場前，能夠提早做好準備、了解求職流程並強化就業自信，於 11 月 19 日辦理「實習／就業前能力準備講座」。邀請台灣職能治療協會章伯睿職業輔導評量員擔任講師，以專業職能觀點帶領學生深入認識求職前的重要能力。

講座從「實習與就業的實務流程」開始，辨識實習與就業的差異，帶領學生了解求職過程常犯的錯誤與因應之道，接著講師提到除應持續累積知識與技能外，「基礎能力」始終是決定職場穩定度的重要關鍵。就業前應檢視自身日常作息、外表儀容、時間管理、金錢使用、情緒調節、體力與耐力等面向，才能更接近理想的職涯方向。

活動結束後，多位學生分享了自己的心得，內容反映出本次講座對學生帶來深刻的影響。有學生表示「我對實習與就業的方向更了解了，至少知道該從哪裡開始準備。」另一位學生坦言「自己在基礎能力上仍有不足，例如打字速度、文書操作、時間管理及衛生習慣等，這些能力缺乏讓他在找工作時感到困難。講座讓他更清楚需要改善的項目，並且更願意積極練習。」更有同學分享「今天我終於了解到父母所說的『辛苦』是什麼，也知道工作為什麼是無法避免的。我想要增強我的表達能力，讓自己能更勇敢面對工作生活。」相信藉由活動學生不但開始檢視自身就業準備狀況，也開始建立職涯責任感與自我期許。



聯絡人：學務處學生輔導中心黃振芳主任，聯絡電話：(02)2658-5801ext:2230