

台灣就業通-Youth 職涯

Use Youth 讓你求職 Yes!

「職涯發展」線上團體諮詢講座-活動簡章

一、活動目的

勞動部勞動力發展署台灣就業通網站「Youth 職涯」，自今（111）年 7 月起採用線上 1 對多視訊課程方式，辦理「職涯發展」與「產業趨勢」2 類主題講座，其中「職涯發展講座」內容將挑選熱門諮詢求職議題，如自我探索、履歷撰寫、面試技巧、壓力調適等議題進行團體諮詢課程規劃。而「產業趨勢講座」則擇定熱門產業並邀請產業專家分享產業現況與發展，帶領求職者認識產業與職場，有助於青年朋友尋職與規劃職涯。

本次期望邀請大家一同面對求職季，與青年們在職涯講座中瞭解自身壓力來源，以及學習如何因應與調適自身壓力，建立適合自己的求職壓力因應策略與入職後壓力處遇模式。

二、主辦單位

勞動部勞動力發展署

三、活動資訊

【活動名稱】描繪生涯藍圖

【主講人】于亦知 | Youth 職涯／職涯諮詢師

【活動主題】職涯發展

1. 職涯規劃是什麼？
2. 每個階段的職涯規劃策略
3. 開始自己的職涯規劃第一步

【活動對象】18~29 歲青年

【活動時間】111/11/27(日) 13:00~15:00

【活動方式】需事先報名，並於「台灣就業通-Youth 職涯」／團體諮詢講座／線上課程直播

【報名期限】111/11/27(日) 12:30，額滿截止

【報名網址】<https://coach.taiwanjobs.gov.tw/>

【活動簡介】

不論是求職中、剛入職、有一定工作經驗的您，有想過自己的生涯是可以規劃的嗎？好的規劃可以讓自己更充實，可以讓您活出自己！

【講師資訊】

職涯發展講座-111.11.27(日) 描繪生涯藍圖



講師姓名：于亦知

- 學歷：國立中山大學企業管理所碩士
- 經歷：KPMG 安侯企管 數位轉型經理、藝珂人事顧問公司 顧問、花旗銀行儲備幹部、面試輔導經驗超過 1000 場、履歷健檢超過 500 封、人力招募經驗 6 年以上經驗
- 專長領域：職涯輔導、人力招募、教育訓練、履歷健檢、數位轉型、客戶體驗、設計思考、活動主持、媒體公關

【活動流程】

時間	項目	內容概述
12:30-13:00	簽到	登入「台灣就業通-Youth 職涯」／團體諮詢講座」即完成活動簽到。
13:00-13:30	職涯規劃是什麼？	職涯規劃是生涯中很重要的一件事，但這件事在求學過程中一直比較少被提起，讓我們一起認識職涯規劃。
13:30-13:55	每個階段的職涯規劃策略	人生各階段的職涯規劃策略有哪些？每個階段常見的職涯規劃策略有哪些？讓我們一一簡單分享。
13:55-14:05	休息時間	
14:05-14:30	開始自己的職涯規劃第一步	當我們認識了職涯規劃的輪廓後，該是輪到我們自己為自己規劃了，在這與您分享如何開始自己的職涯規劃。
14:30-15:00	青年問答 Q&A	通過互動解答青年朋友的問題，回饋職涯講師的輔導經驗與建議，讓大家能在壓力調適與因應上能有更充足的認識與準備。

四、活動注意事項

1. 本活動參加對象為 18-29 歲青年。
2. 系統將於線上諮詢講座開始時間前 1 天，再次寄送「線上諮詢室連結」至已報名者之電子信箱。
3. 參加活動者可提早於活動開始前 30 分鐘，依系統發送之「線上諮詢室連結」或登入「台灣就業通-Youth 職涯」網站，進入諮詢室。
4. 請依照活動日期及時間，準時前往線上諮詢講座報到、上課，請勿遲到或早退。
5. 請於課程結束後，協助回填「滿意度調查表」。(參加課程如據以申請相關補助時，「滿意度調查表」為學習時數認證)
6. 「台灣就業通-Youth 職涯」保留修改活動與細節權利，以網站公告為主。

【勞動部勞動力發展署-台灣就業通-Youth 職涯】

客服電話：02-2394-0238 #205

客服信箱：youthsquare@gmail.com

客服時間：週一至週五 08:30~20:30



台灣就業通
TaiwanJobs

Youth 職涯

描繪生涯藍圖

課網

- 1 認識生涯規劃的概念
- 2 瞭解自己及企業求職要求

Youth 職涯

職涯發展 線上講座

不論是求職中、剛入職、
有一定工作經驗的您，
有想過自己的生涯是可以規劃的嗎？
好的規劃可以讓自己更充實，
可以讓您活出自己！

- 【活動對象】 18 ~ 29 歲青年
- 【活動時間】 111/11/27 (日) 13:00~15:00
- 【報名期限】 111/11/27 (日) 12:30 , 額滿截止
- 【報名網址】 coach.taiwanjobs.gov.tw
- 【主講人】 于亦知 | Youth職涯 / 職涯諮詢師



勞動部勞動力發展署
WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR