

台灣就業通-Youth 職涯

Youth 職涯，一起 Dream 生涯

「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 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。

本場活動將帶領所有參與的青年朋友透過對 Z 世代職涯價值觀的深度解析，協助參與者縮小理想與現實的認知落差，建立務實且具彈性的職場心態。

二、主辦單位

勞動部勞動力發展署

三、活動資訊

【活動名稱】從學院到職場：Z 世代的轉職攻略

【主講人】張雅期老師 | 擺渡人生設計/產品長

【活動主題】職涯發展

1. Z 世代的職場期待 vs 現實落差
2. 如何把報告、研究、社團經驗變成職場競爭力
3. 職涯探索與定位策略

【活動對象】18~29 歲青年

【活動時間】115/02/07(六) 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】115/02/07 (六) 12:30，額滿截止

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

【活動簡介】

畢業不是結束，而是職涯探索的起點。

你準備好把學校裡的報告、社團、研究經驗，轉化為職場上的亮點了嗎？

這場講座，專為剛畢業、準備踏入職場的你設計，帶你破解學職轉換的三大關鍵：

-  Z 世代的職場期待與現實差距：如何調整心態與策略
 -  學術與社團經驗如何轉化為職場競爭力
 -  職涯探索與定位：找到屬於你的方向與價值
- 不只是找工作，而是打造你的職涯起點。
不只是轉職，而是轉出你的優勢。

【講師簡介】

職涯發展講座- 115 年 02 月 07 日(六)「從學院到職場：Z 世代的轉職攻略」



講師姓名：張雅期老師 | 擺渡人生設計/產品長

- 學歷：
國立體育大學休閒產業經營 碩士
淡江大學教育心理與諮商研究所 碩士
- 經歷：
擺渡人生設計股份有限公司/產品長/112/01~迄今
格瑞斯心理諮商所/兼任諮商心理師/105/11~迄今
台北市立大學/技擊運動學系/兼任講師/100/7~迄今
- 專長領域：
職涯規劃與發展、職場倫理與溝通策略、企業內訓演講、
產業趨勢分析、衝突管理、EQ 心理韌性

【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	Z 世代的職場期待 vs 現實落差	透過深度對話縮小認知鴻溝，幫助你建立正確的職場心理建設，在理想與現實間找到平衡點，減少入職後的挫折感。
13:30-13:55	如何把報告、研究、社團經驗變成職場競爭力	拆解學術與社團經驗中的「隱性技能」，運用職能轉化技巧，將看似平凡的校園表現包裝成企業看重的實戰力。
13:55-14:05	休息時間	
14:05-14:30	職涯探索與定位策略	從自我優勢分析到產業趨勢對接，協助制定具體可行的行動方案。
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，讓大家能更熟悉如何轉職規劃。

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：02-7746-7646

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

02 職涯發展講座

從學院到職場：Z世代的轉職攻略

課網

1. Z世代的職場期待 VS 現實落差
2. 如何把報告、研究、社團經驗變成職場競爭力
3. 職涯探索與定位策略

Youth 職涯

畢業不是結束，而是職涯探索的起點。

你準備好把學校裡的報告、社團、研究經驗，轉化為職場上的亮點了嗎？這場講座，專為剛畢業、準備踏入職場的你設計，帶你破解學職轉換的三大關鍵：

- ✦ Z世代的職場期待與現實差距：如何調整心態與策略
- ✦ 學術與社團經驗如何轉化為職場競爭力
- ✦ 職涯探索與定位：找到屬於你的方向與價值

不只是找工作，而是打造你的職涯起點。

不只是轉職，而是轉出你的優勢。

【活動對象】 18~29歲青年

【活動時間】 115/02/07(六) 13:00~15:00

【報名期限】 115/02/07(六) 12:30，額滿截止

【報名網址】 coach.taiwanjobs.gov.tw

【主講人】 張雅期老師 | 擺渡人生設計/產品長



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