

# 新北市青少年生涯探索號

## HOPE就學就業關懷計畫

### 114年度第二梯次生涯課程

- 一、課程對象：本市15-18歲(未滿18歲)未就學、未就業之青少年。(包含高中中離生、國中畢業生)
  - 二、課程目標：本次課程以團體輔導為主，主題包含職涯輔導、生涯探索、自我覺察、休閒活動。由方案輔導員與學員建立信任關係、了解學員狀態，作為銜接後續主要生涯課程之補充，並了解學員需求，以達穩定就學就業。
  - 三、課程內容：詳見附件1。
  - 四、課程時間：下午13:30至16:30或13:00至17:00，少數課程提早集合出發。詳見附件1。
  - 五、課程輔助：
    - (一)職涯會談：部分個案由於家庭經濟因素，對於就業有急迫性，無時間參加課程，則進行此項流程，由方案輔導員輔導其就業能力與了解職場現實，如附件2。
    - (二)個別輔導：由方案輔導員與學員另外約會談時間，討論上課或工作體驗狀態、未來生涯目標、執行方法等多項生涯議題，針對個別狀況建立具體且可行之生涯計劃。
    - (三)工作體驗與就業輔導：若經評估具有工作能力，則進行就業媒合階段，本方案提供工作體驗津貼(時數80小時，基本工資190元/小時)與訓字保，且皆與體驗廠商簽訂單位合作契約以保障雙方權益(一式3份，由淨化社會文教基金會、新北市教育局及廠商各自留存)。工作體驗結束後，提供就業輔導，陪伴尋找合適就業機會並陪同面試。
    - (四)就學輔導：若學員有升學意願，由本會與新北高工輔導室合作，共同進行學校媒合與就學輔導工作，討論學員合適學校與其相關議題(如半工半讀議題等)。
  - 六、聯絡方式：請洽輔導員，(02)22707889分機116、283、182。
  - 七、上課地點：淨化社會文教基金會淨化大樓五樓圖書室上課(新北市土城區學府路一段23巷21號)。
  - 八、休閒興趣：上課場地支持相關器材，提供羽球、桌球、KTV、圖書館、練舞室、電腦教室、電影賞析等功能；輔導員於團體中蒐集學員之需求，以決定進行之活動，並陪伴發展其興趣活動。
- ※本方案所有費用由教育部青年發展署補助(包含課程費用、工作體驗津貼、保險費用等)，不足之處由淨化社會文教基金會自籌，故學生與家長**不須負擔任何費用**。
- ※提供交通費(上限 100 元)、或餐費(上限 100 元)獎勵金等補助項目，詳情請洽輔導員。
- ※歡迎學員試聽或家長旁聽，若有需求視學員情況現場適性修正。

附件1-1、第二梯次課程時間表

周次	日期	星期	時間	小時	課程講題	講師	課程概述
一	5月5日	一	13:30-16:30	3	財務與生涯發展1 —跟錢成為好朋友	許秀玲	認識錢從哪裡來，學習跟錢成為好朋友。
	5月7日	三	13:30-17:00	4	多媒體與遊戲設計 &金工手作	龍華科技大學	體驗科系特色、未來出路，了解產業實際專業與工作需求。
	5月9日	五	13:30-16:30	3	心輔犬療癒體驗	暫定	認識心輔犬的背景、訓練與應用。體驗互動遊戲，感受心輔犬帶來的情緒安撫與提升學習動機的力量。
二	5月12日	一	13:30-16:30	3	財務與生涯發展2 —我與金錢的關係	許秀玲	透過金錢卡認識我與金錢的關係。
	5月14日	三	09:00-16:00	6	高低空繩索體驗	張智勝	1. 團體互動-人我合作、表達溝通。 2. 繩索課程-超越自我極限。
	5月16日	五	13:30-16:30	3	自我探索測驗	呂仲平	興趣測驗、工作價值測驗、普渡手功測驗、褚氏注意力測驗和個別會談。
三	5月19日	一	13:30-16:30	3	財務與生涯發展3 —我的夢想實踐計畫	許秀玲	擬定我的夢想實踐計畫，養成存錢習慣。
	5月21日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆1 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好表達：怕講錯話？破除對失敗的恐懼，建立說話的自信與安全感。
	5月23日	五	13:30-16:30	3	藝遊未盡 —玩創意、說故事	蔡宜芳	透過玩塗鴉、捏塑想像、自由書寫等方式抒發情感、激發創造力、找到適合自己表達的方式，進而探索與整合自我。
四	5月26日	一	13:30-16:30	3	財務與生涯發展4 —健全財務原則與行為	許秀玲	認識健全的財務原則與行為。
	5月28日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆2 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好同理：怕勾點別人？學會即興YES, AND技巧，聊天聊不完。並且擁有聆聽技巧，給予滿滿情緒價值。
五	6月2日	一	13:30-16:30	3	財務與生涯發展5 —金錢任務挑戰	許秀玲	建立財務安全與財務健康概念。
	6月4日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆3 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好關係：怕打壞關係？練習先接住再反應、先連結再溝通，提升與他人維繫關係並合作的能力。
	6月6日	五	13:30-16:30	3	勞動權益認識 &面試聊聊	黃榆絮	透過勞動基礎知識課程，保障自我權益，並安排履歷表撰寫技巧和面試演練。
六	6月9日	一	13:30-16:30	3	自我探索 及自信表達	劉姿君	1. 認識自己儀態和練習禮儀。 2. 學習自信表達肢體。
	6月11日	三	13:00-17:00	4	塞可斯桌遊 —談性說愛	江欣怡	由專業心理師，帶領學員了解家庭、親密關係等如何互動、溝通與相處。
	6月13日	五	13:30-16:30	3	YouTuber職涯分享 &手機攝影剪接	莫娜	安排YouTuber現身分享職涯故事，並實際體驗如何運用手機剪輯短影片。
	6月16日	一	13:00-17:00	4	逆風樓咖啡館1 —咖啡餐飲體驗	劉宗政	學習餐飲與義式咖啡的概念基礎，以及體驗餐點製作與義式咖啡拉花的實務，了解和看見咖啡及餐飲的樣貌。
	6月18日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆4 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好同理：怕勾點別人？學會即興YES, AND技巧，聊天聊不完。並且擁有聆聽技巧，給予滿滿情緒價值。

七	6月19日	四	13:30-16:30	3	創意繪畫體驗	楊子新	藉由沈浸於音樂中在紙上揮灑創意的過程，將各種情緒轉化為動力，發現不同創作方式的可能。
	6月20日	五	13:00-17:00	4	西點烘焙體驗	陳心悅	從認識食材開始，一步步實際操作，感受烘焙之樂趣，體驗自己完成之成就。
八	6月23日	一	13:00-17:00	4	逆風樓咖啡館2 —咖啡餐飲體驗	劉宗政	學習餐飲與義式咖啡的概念基礎，以及體驗餐點製作與義式咖啡拉花的實務，了解和看見咖啡及餐飲的樣貌。
	6月25日	三	13:30-16:30	3	和諧粉彩療癒 —想飛的心	蘇貞	不須任何繪畫基礎，運用手指調和粉彩的獨特方式，彩繪出內在心情，從中感受和諧、喜悅和平靜。
	6月27日	五	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆5 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好關係：怕打壞關係？練習先接住再反應、先連結再溝通，提升與他人維繫關係並合作的能力。
九	6月30日	一	13:00-17:00	4	逆風樓咖啡館3 —咖啡餐飲體驗	劉宗政	學習餐飲與義式咖啡的概念基礎，以及體驗餐點製作與義式咖啡拉花的實務，了解和看見咖啡及餐飲的樣貌。
	7月2日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆6 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	「鬆動框架」、「人際互動賦能」，以及「重新找到對學習的興趣」。
	7月4日	五	13:00-17:00	4	相模工房 —手作保險套	江欣怡	深度認識保險套與常見使用錯誤原因。體驗手作早期保險套人工製作的方式。
十	7月7日	一	13:00-17:00	4	逆風樓咖啡館4 —咖啡餐飲體驗	劉宗政	學習餐飲與義式咖啡的概念基礎，以及體驗餐點製作與義式咖啡拉花的實務，了解和看見咖啡及餐飲的樣貌。
	7月9日	三	13:30-16:30	3	溝通好輕鬆7 —即興說話不當機	陳譽仁 何培申	即興好表達：怕講錯話？破除對失敗的恐懼，建立說話的自信與安全感。
	7月11日	五	13:30-16:30	3	人際溝通 與家庭關係	吳佩炫	1. 學習適當人際互動技巧。 2. 學習適當的情緒管理。

附件1-2、第二梯次課程月表

5月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
一	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
	財務與生涯發展1 —跟錢成為好朋友	個別會談 (預約制)	多媒體與遊戲設計 &金工手作	個別會談 (預約制)	心輔犬療癒體驗 (暫定)
二	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日
	財務與生涯發展2 —我與金錢的關係	個別會談 (預約制)	高低空繩索體驗	個別會談 (預約制)	自我探索測驗
三	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日
	財務與生涯發展3 —我的夢想實踐計	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆1 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	藝遊未盡 —玩創意、說故事
四	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日
	財務與生涯發展4 —健全財務原則與行為	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆2 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	端午放假

6月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
五	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日
	財務與生涯發展5 —金錢任務挑戰	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆3 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	勞動權益認識 &面試聊聊
六	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日
	自我探索 及自信表達	個別會談 (預約制)	塞可斯桌遊 —談性說愛	個別會談 (預約制)	YouTuber職涯分享 &手機攝影剪接
七	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日
	逆風樓咖啡館1 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆4 —即興說話不當機	創意繪畫體驗	西點烘焙體驗
八	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日
	逆風樓咖啡館2 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	和諧粉彩療癒 —想飛的心	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆5 —即興說話不當機

7月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
九	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
	逆風樓咖啡館3 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆6 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	相模工房 —手作保險套
十	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
	逆風樓咖啡館4 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆7 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	人際溝通 與家庭關係

附件2、職涯輔導會談



- 提供一對一會談，包含青少年本人與親職諮詢
- 透過會談與測驗，了解個案目前功能以建立目標。
- 釐清個案生活狀況、興趣、就業傾向，並協助個案擬定生涯計劃。
- 以財務為切入點，協助個案擬定具體而可行之短期生涯計畫。
- 包含職場現況、面試模擬與就業媒合等。
- 提供親職諮詢，以系統合作方式協助家長減緩教養壓力並給予支持。