



## 認識自己與職涯規劃

黃衣莉

yilihuang1222@gmail.com

2017.07.13

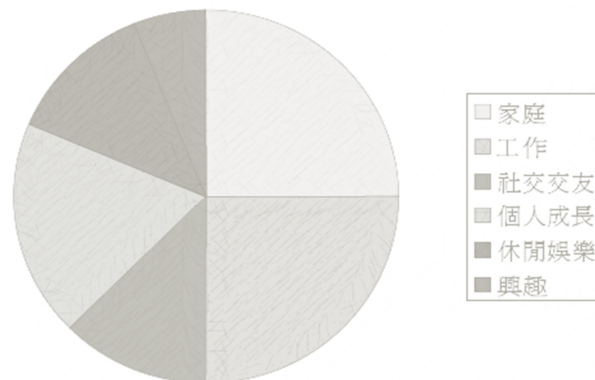
1

## 從人生規劃談起



2

## 檢視生命目標與比例分配



3

## 再談職涯規劃



4

## 前程發展的定義

個人根據其特質、興趣、技能、經歷、經驗與動機，確立其相關工作目標，擬定未來的行動計畫，以達成既定目標的歷程

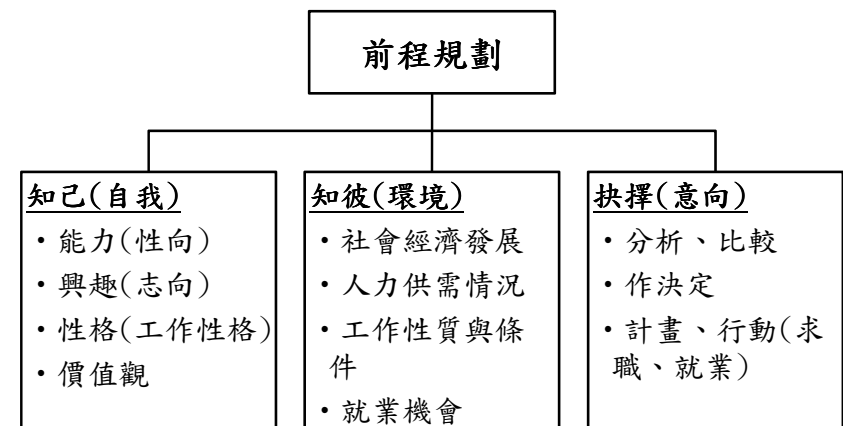
5

成長階段	探索階段	建立階段	維持階段	衰退階段
0~14歲	15~24歲	25~44歲	45~64歲	65歲以上
角色扮演 *自我觀念的認同 *初步興趣和能力	各種職業知識	嘗試期 (25至30) 穩定期 (31至35) 危機期 (36至44)	定位 維護	調整 退休

6

## 個人職涯發展策略型態

- 個人生涯發展策略型態
  - 穩定型：個人極少更換工作
  - 技術型：個人對專業有興趣
  - 組織型：個人對組織職位有興趣
  - 啟發型：個人對升遷感興趣



前程規劃三要素

# 你是誰?



## 專業基礎

建築營造	製造	科學、技術 工程、數學	物流運輸
天然資源、 食品與農業	醫療保健	藝文與 影音傳播	資訊科技
金融財務	企業經營 管理	行銷與銷售	政府公共 事務
教育與訓練	個人及 社會服務	休閒與 觀光旅遊	司法、法律 與公共安全

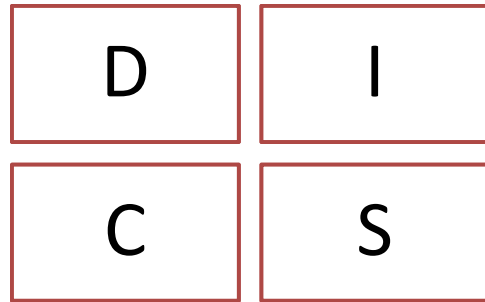
## 擅長能力

溝通表達	問題解決
持續學習	創新
人際互動	工作責任及紀律
團隊合作	資訊科技應用

## 工作條件要求

利他主義	美的追求	創造發明	智性激發
獨立自主	成就滿足	聲望地位	管理權力
經濟報酬	安全穩定	工作環境	上司關係
同事關係	多樣變化	生活方式	

## 個人特質



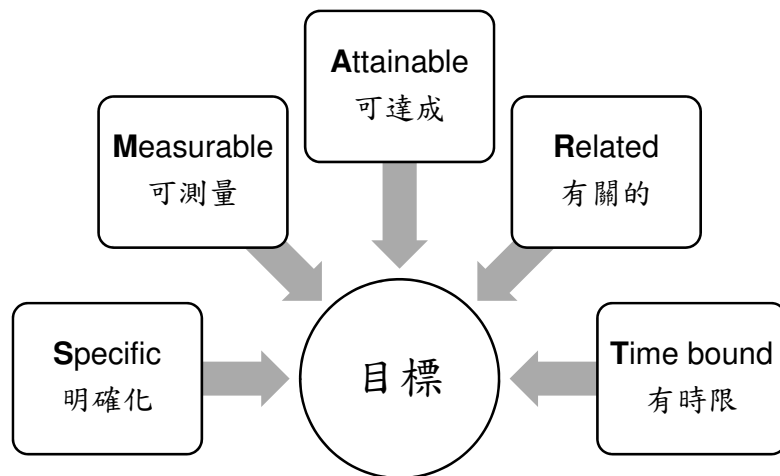
13

## 目標與規劃



14

## 目標設定原則



15