朝陽科技大學 091學年度第2學期教學大綱
Career Planning 生涯規劃

當期課號	0659	**Course Number**	0659
授課教師	翁樹澍	**Instructor**	WONG,SHU SHU
中文課名	生涯規劃	**Course Name**	Career Planning
開課單位	生活與生涯類(日)	**Department**	
修習別	選擇必修	**Required/Elective**	Topics in Career and Social Skills
學分數	2	**Credits**	2
課程目標	協助學生瞭解生涯規劃的實質意義,探討生涯中的人生主題,並提供自我探索的機會,使學生瞭解自己的特質及需求,進而建構一個現實與理想兼顧的人生目標,踏實地面對自己的生活並追求自己的夢想	**Objectives**	To assist students in understanding the meaning of career and career planning and accomplishing their career goals. First, to help students assesment their personality,ablity and values for enhancing self-awareness ,and to discuss the issues of career. Finally, students could have their own dreams and pursue their dreams for the meaning of their life.
教材	課堂講授、心理測驗與解釋、影片欣賞與討論、報告撰寫與分享	**Teaching Materials**	explain and discuss evaluate a movie student presentation
成績評量方式	平時成績 30% 出缺席狀況、課堂參與討論、平時作業 期中報告 30% 兩人一組，找一位您們有興趣職業的實務工作者，進行「職業訪查」（格式及內容大綱如附），1200~1500字，第六週繳交，遲交零分。 期末報告 40% 個人的生涯分析及規劃報告（格式及內容大綱如 附），3000字以上，第十二週開始繳交，第十五週截止，準時繳交70分起算，每提早一週加10分，每遲交一週扣10分。	**Grading**	attending and participating:30%, assignments:35%, final report:40%
教師網頁			
教學內容	一、認知方面： 1.「知己」：瞭解生涯發展的定義、生涯輔導的主要理論、藉由生涯發展的各項理論、心理測驗，探索個人興趣、需求、性向、能力、價值觀。 2.「知彼」：透過蒐集各項文書資料、參觀訪問、演講座談瞭解各項教育及職業資訊。 3.「運籌帷幄決勝千里」：結合上述資料，透過平衡單、生涯選擇方格，以及「個人生涯史」期末報告的撰寫統整一個學期所學，作成初步的生涯抉擇。 二、技能方面： 特殊生涯發展課題：探討履歷撰寫、面談要領、時間管理、壓力處理、休閒生活等生涯發展實際課題。 三、情意方面： 透過影片欣賞，反思個人的生涯發展與規劃，做一個事事用心、處處留心的生涯贏家。	**Syllabus**	1.Student could explore their value, ability and interest. 2.Student could plan their life. 3.Student could have a positive attitude for life planning.

尊重智慧財產權，請勿非法影印。