

# 明來豐 生涯快報

E-Paper 第184期 2023. 05. 30 出刊



## 《NEWS》

### 生涯導航

畢業後，不知道要做什麼工作？迷惘新鮮人，用 4 步驟釐清你的生涯方向！

### 活動剪影

### 最新活動宣傳

### 職涯輔導相關資訊

### 最新徵才訊息

(含1111人力銀行 2023新鮮人線上就業博覽會資訊)

聯絡我們：(03) 5593142#2615 / 宗山樓2F

# 生涯導航

## 畢業後，不知道要做什麼工作？ 迷惘新鮮人，用 4 步驟釐清你的生涯方向！

新鮮人經歷這個階段很正常，不用擔心還沒有工作的自己找不到喜歡做的事情。如果你是下面這幾種人：

- 沒有興趣和愛好
- 對未來工作迷惘
- 不知道自己的優勢
- 不想繼續走自己科系專業

天無絕人之路，不用擔心找不到事做！整理了四個步驟，教你釐清自己的思緒，想想未來畢業後到底可以幹嘛！

### 解決迷惘第一招：整理大學經歷，列出自己的優勢

大學四年的時間，無論是學校拿到的書卷獎，還是好玩有趣的校園社團，又或是辛苦考到的語言、技術檢定，都是曾經努力過的痕跡！也許你經營過 Facebook 和 IG 的紛絲專頁，這都是良好的經歷！試著把這些大大小小的過程，一一列點寫下，找尋可以琢磨的優點，變成自己獨特的履歷！這份履歷不只能幫助你就業，更能釐清自己具有什麼優勢哦！你可以列下：

- 書卷獎
- 參與過的校內外社團
- 檢定、證照
- 經歷過的活動
- 其他

### 解決迷惘第二招：從網路與書籍，挖掘特質與屬性

認識自己需要花一點時間，透過方便的網路資源、或圖書館的書籍，就能加快了了解自己的速度，避免工作踏進不熟悉又沒興趣的產業，反而浪費了時間，失去幹勁。



# 生涯導航

## 1. 上工作網瀏覽職業條件

認識工作最快的方法，就是求職網看該工作需要的條件或技能。例如：會使用 PS、能 coding 等。

## 2. 參考職涯書籍和雜誌

花點時間去學校的圖書館，看看生涯規劃的書籍，裡面所列出的職業，需要什麼樣性格的人才適合從事。

## 3. 做心理測驗探索人格

在網路上找找著名的心理測驗，填答後參考結果，整理出所擁有的特質，再去篩選喜歡的職業。

### 解決迷惘第三招：與長輩聊天，討論工作的想法

長輩可以是學校的老師、畢業後的學長姐，也可以是家裡的爸爸媽媽、認識的叔叔阿姨。他們都擁有比你豐富的人生經歷，可以提供許多過來經驗。如果真的不知道找誰討論，其實也可以利用學校的資源，去輔導處或生涯規劃中心，和那邊的老師、輔導人員聊聊，他們指點過許多迷惘學生，一定能幫助在職涯大海中迷路的你，指南最適合的方向。

### 解決迷惘第四招：有選擇障礙的你，多嘗試打工實習

好多職業看起來都很有趣，或是完全不知道該做什麼職業嗎？先去實習或打工就對了！實習跟打工都可以幫助自己在畢業前，先接觸想認識的領域。不必再透過網路上的討論區霧裡看花，直接實際勘查喜歡的職業是不是你想的那樣吧！

◎文章來源：<https://www.yourator.co/articles/260>

◎文章擷取時間：2023-05-22

作者：Yourator

# 活動剪影

NEWS

112.5月份

## 「拼出未來的形狀」

心理衛生推廣週

時間：112/5/16(二)-5/18(四)12:00-14:00

地點：明光樓1樓廣場、賈桃樂明新分館

### 活動內容

以生涯探索為主題，透過闖關形式，將在生涯中需要思考的構面傳達給學生，反思個人的生涯需求。

### 參與者回饋

- 1.透過回饋表反映教師都很專業，原本只是想說要拿軟能力，結果收穫滿滿覺得很充實。
- 2.我覺得整體非常舒適，可以讓自己思考未來。能夠找出自己的問題然後提前規劃好目標。

#### ☆關卡「價值取捨大考驗」



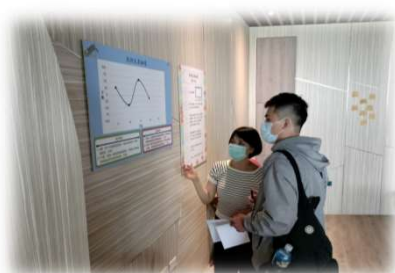
#### ☆關卡「拼出我的Logo」



#### ☆關卡「性格++9」



#### ☆關卡「我的生涯曲線」



#### ☆關卡「霉好人生」



# 活動剪影

NEWS

## 112.5月 相關活動剪影

### 從chatgpt看見AI時代學習力

活動主題：介紹ChatGET崛起的觀察與AI時代下的職涯變化，帶領大家養成AI時代的學習力



#### 參與者回饋：

關於這次的演講十分的貼近社會議題，在過程中讓我多加的了解國際議題，整體以互動的方式進行，在參與其中時就會感覺說的十分貼切，讓我在此次課程精確的學習到重點。團隊合作的重要性，掌握國際議題的關鍵性，看似簡單也看似容易，卻是我個人容易忽視的部分。

### 05/24職涯探索工作坊

活動主題：透過職涯牌卡的運用，探索自己的能力與優勢在哪裡，找尋屬於且適合自己的職涯定位！



#### 參與者回饋：

- 1.透過工作坊可以瞭解自己的特質與興趣，對於自己有更多的認識與瞭解。
- 2.參加這場活動能讓自己更清楚知道對未來職涯的規劃。
- 3.參與這次活動瞭解到自己對哪些職業有興趣，也能掌握自己的特質找到適合自己的工作方向。

# 最新活動宣傳

## 魅力四射 面試技巧

明新科技大學職發展中心

害怕面試嗎? 帶你提升面試表達技巧!

時間: 2023.06.07 13:00-15:00

講師: 郭愛珠

全人文創事業有限公司公關總監&顧問講師

地點: AI應用創客教室



- 即刻報名: 學生報名資訊系統
- 洽詢方式:
- 電話: (03)5593142\*2615/2616
- 地點: 宗山樓2樓職涯辦公室

認證軟能力B-2-13及高教深耕

## 求職履歷表撰寫技巧 分析

明新科技大學職發展中心

撰寫履歷也能變得輕鬆, 不再苦惱



- 時間: 2023.06.07 15:00-17:00
- 講師: 楊亞叡/威斯留學顧問中心負責人
- 地點: AI應用創客教室



即刻報名: 學生報名資訊系統  
洽詢方式:

電話: (03)5593142\*2615/2616

地點: 宗山樓2樓職涯辦公室

認證軟能力B-2-13及高教深耕



## 111-2 諮商輔導暨職涯發展中心 軟能力B-2-10

### 團體心理測驗

# 地點: 宗山樓二樓大會議室

- 03/08 (三) 13:10-15:00 多元智能量表 主講者: 鄭耀州 實習心理師
- 04/26 (三) 15:10-17:00 我的人生量表 主講者: 李冠賢 實習心理師
- 05/31 (三) 15:10-17:00 多元智能量表 主講者: 鄭耀州 實習心理師
- 06/07 (三) 13:10-15:00 我的人生量表 主講者: 李冠賢 實習心理師

報名方式: 請至學生資訊服務系統報名

### 個別測驗暨牌卡服務

若想一對一使用測驗、牌卡服務  
進一步了解自己, 歡迎同學逕行報名

- 你有愛情煩惱嗎? 可適用 ♡ 愛情設計卡
- 你有生涯煩惱嗎? 可適用 ♡ 生涯卡 ♡ 生涯價值觀量表
- 你有人際煩惱嗎? 可適用 ♡ 人際行為量表

報名方式: 至宗山樓二樓諮商中心現場預約

## 繪本閱讀療心會 《我不是懶, 而是在充電中》

112/6/7 (三)

13:10-16:00

明明樓一樓 AI創客教室



我們每天都要面對大大小小的事情,  
一不小心自己的身心電池就低於  
20%,  
讓我們一起跟著作者感受那些  
日常中令人感到沮喪或煩悶的時刻,  
一起學習鼓舞自己的方法,  
恢復電量繼續從容的面對這世界。



蕭珮琳/老師

111-2 諮商輔導暨職涯發展中心



報名方式: 登入學生資訊服務系統, 填寫報名!

# 職涯輔導相關資訊

## 賈桃樂明新分館

拓展學生就業與職涯輔導資源，本校與勞動部勞動力發展署桃竹苗分署合作，設立**賈桃樂學習主題館明新分館**（位於明光樓1樓），集結校友與業界力量提供學生學習探索、實習平台、打工媒合、職缺資訊及創業資源等，做為提供學生職涯探索的學習場域，並進而讓同學能提前做好職涯規劃與準備。

明新分館規劃場館七大區域，內部設施包括：

演講區



科技探索區



VR體驗區



職涯諮詢區



小型會議室



履歷製作區



彩妝區及攝影棚



## 賈桃樂學習主題館 參訪·體驗·展業趨勢

職入夢想·業界探索

探索自己發現未來

★本學期自由導覽開放時間：  
4-6月每週三中午12點-13點

賈桃樂明新分館  
班級預約導覽資訊



## 5/16前進宜特科技股份有限公司- 活動剪影



# 職涯輔導相關資訊



## 今年應屆畢業生問卷已開放填寫 鼓勵同學提早填寫，提前完成本中心的離校手續

畢業生離校問卷填寫步驟：

- 1、登入學生資訊服務系統。
- 2、選擇左側『資料維護與申請』。
- 3、點選『畢業生』→『填寫應屆生問卷』。
- 4、登入『畢業生流向與雇主滿意度調查平台』。
- 5、完成帳號：學號、密碼：身分證字號、驗證碼，輸入完成後點選登入，並依序填報相關問題即可。

參考圖區：



日期	主旨
> 2020/06/10~2020/06/27	手機版問卷點選右上角登入即可登入填寫108年應屆畢業生問卷。(帳號:學號 密碼:身分證字號)
> 2020/06/09~2020/12/31	應屆畢業生流向問卷操作說明
> 2020/05/29~2020/06/16	考選部訊息: 109年外文、國際經濟商務、民航、原住民族特考報名、自



洽詢方式03-5593142  
分機2615-2616



# 最新徵才資訊



## 【1111人力銀行 2023新鮮人線上就業博覽會】

踏入職場的你，準備好開啟夢想航程了嗎？別錯過這場一年一度的盛事！

我們誠摯邀請你參加1111人力銀行舉辦的2023新鮮人線上就業博覽會，給予你最新的職涯契機！

各知名企業工作機會一網打盡！無論你的專業領域是科技、金融、服務、製造或醫療，都能在這裡找到理想的工作環境和職位。

詳細資訊  
這裡有



# 最新徵才訊息

公司名稱	安搏生股份有限公司
公司地址	新竹縣竹北市
聯絡窗口	郭金德 Email : <a href="mailto:jjin@ambersan.com.tw">jjin@ambersan.com.tw</a> 電洽 : 03-6126688#10 · #12
工作職稱/職類	軟體程式工程師
公司名稱	方俊工程有限公司
公司地址	新竹市科學園區(竹科台積電)
聯絡窗口	吳先生 Email : <a href="mailto:b59007916@gmail.com">b59007916@gmail.com</a> 電洽 : 035833339
工作職稱/職類	電力工程師/學徒
公司名稱	精英人力資源股份有限公司
公司地址	新竹 ( 近新竹馬偕醫院 )
聯絡窗口	陳先生 Email : <a href="mailto:benson.chen@imc.com.tw">benson.chen@imc.com.tw</a> 電洽 : 25782420
工作職稱/職類	招募專員

其他職缺可參考

台灣就業通 : <https://www.taiwanjobs.gov.tw/home109/index.aspx>

RICH職場體驗網 : <https://rich.yda.gov.tw/richCandidate/>

明新科大諮商暨職涯中心/職涯發展網站/找工作 : <http://questionnaire.must.edu.tw/>

