

新北市青少年生涯探索號

HOPE就學就業關懷計畫

115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：本次課程以生涯探索為主，透過多元活動引導學員認識自我、拓展經驗與提升行動力，主題包含自我覺察、人際互動、藝術戲劇探索、冒險體驗等。過程中由方案輔導員陪伴學員，了解學員需求，協助釐清未來方向，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，部分課程時間為09:00或14:00開始。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。詳見附件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196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182、263、116。
 - 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：輔導員於團體中蒐集學員需求，陪伴其發展興趣活動；結合基金會場地與鄰近土城國民運動中心，進行羽球、桌球、射箭、溜冰、KTV、練舞室、電腦教室等課程。
- ※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**。
- ※提供餐費(上限 100 元)、或交通費(上限 100 元)等補助項目，適用資格請洽輔導員。
- ※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。
- ※最新課程時間表、學員報名表、轉介單、文宣等相關文件，可掃描QR code自行觀看或下載。

【[官網課程表](#)】



【[相關表單下載](#)】



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
	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日
一	個別會談 (預約制)	邊玩邊說 勇氣Play	溝通好輕鬆1 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	SV科學歌唱 (暫定)
	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日
二	個別會談 (預約制)	烘焙DIY —翻糖杯子蛋糕	溝通好輕鬆2 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	藝術可以這樣玩1
	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日
三	個別會談 (預約制)	自我探索測驗	溝通好輕鬆3 —即興說話不當機	個別會談 (預約制)	藝術可以這樣玩2
	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日
四	個別會談 (預約制)		溝通好輕鬆4 —即興說話不當機	高低空冒險體驗	藝術可以這樣玩3

6月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日
五	玩出理財力1		溝通好輕鬆5 —即興說話不當機	愛戀必修知能	個別會談 (預約制)
	6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日
六	玩出理財力2	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆6 —即興說話不當機	情緒導航課1 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	個別會談 (預約制)
	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日
七	玩出理財力3	個別會談 (預約制)	溝通好輕鬆7 —即興說話不當機	情緒導航課2 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	
	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
八	玩出理財力4	情緒導航課3 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	個別會談 (預約制)	打開惠光導盲犬學校	個別會談 (預約制)

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。

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	二	14:00-17:00	3	邊玩邊說 勇氣Play	林晏瑜	在遊戲裡練習表達，Play出自信，讓勇敢成為你的日常。
	5月6日	三	13:40-16:40	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8日	五	13:30-16:30	3	SV科學歌唱體驗 (暫定)	暫定	學唱歌第一件事就是放開吧！ 透過合適的練習，人人都能發掘歌唱基因！
二	5月12日	二	13:30-16:30	3	烘焙DIY —翻糖杯子蛋糕	賴琬茹	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。
	5月13日	三	13:40-16:40	3	溝通好輕鬆2 —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15日	五	13:30-16:30	3	藝術可以這樣玩1	蔡宜芳 心理師	帶著一點好奇一起來玩！透過玩耍、塗鴉的創作方式，看看自己，也看看別人，感受關係中的距離、保護與連結。
三	5月19日	二	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。
	5月20日	三	13:40-16:40	3	溝通好輕鬆3 —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22日	五	13:30-16:30	3	藝術可以這樣玩2	蔡宜芳 心理師	帶著一點好奇一起來玩！透過玩耍、塗鴉的創作方式，看看自己，也看看別人，感受關係中的距離、保護與連結。
四	5月27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28日	四	09:00-16:30	7.5	高低空繩索體驗	李勇進	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29日	五	13:30-16:30	3	藝術可以這樣玩3	蔡宜芳 心理師	帶著一點好奇一起來玩！透過玩耍、塗鴉的創作方式，看看自己，也看看別人，感受關係中的距離、保護與連結。

五	6月1日	一	13:30-16:30	3	玩出理財力1	張森凱	從花錢小白到理財玩家！從花錢、存錢到夢想規劃，一步步升級你的理財技能，長出屬於自己的財務節奏！
	6月3日	三	13:40-16:40	3	溝通好輕鬆5 —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。
	6月4日	四	13:30-16:30	3	愛戀必修知能	江欣怡 心理師	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。
六	6月8日	一	13:30-16:30	3	玩出理財力2	張森凱	從花錢小白到理財玩家！從花錢、存錢到夢想規劃，一步步升級你的理財技能，長出屬於自己的財務節奏！
	6月10日	三	13:40-16:40	3	溝通好輕鬆6 —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。
	6月11日	四	13:30-16:30	3	情緒導航課1 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	林其瑾 心理師	認識情緒地圖： 認識和標記自己的情緒感受，學習情緒穩定的策略
七	6月15日	一	13:30-16:30	3	玩出理財力3	張森凱	從花錢小白到理財玩家！從花錢、存錢到夢想規劃，一步步升級你的理財技能，長出屬於自己的財務節奏！
	6月17日	三	13:40-16:40	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。
	6月18日	四	13:30-16:30	3	情緒導航課2 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	林其瑾 心理師	小心？！這個想法有陷阱！ 認識自動化想法對情緒和行為的影響，並練習辨識和拆解非理性的想法
七	6月22日	一	13:30-16:30	3	玩出理財力4	張森凱	從花錢小白到理財玩家！從花錢、存錢到夢想規劃，一步步升級你的理財技能，長出屬於自己的財務節奏！
	6月23日	二	13:30-16:30	3	情緒導航課3 —看懂自己， 不被情緒帶走的練習	林其瑾 心理師	人際防火牆： 認識自己的人際溝通模式，展現適當的溝通界線。
	6月25日	四	13:30-16:30	3	打開惠光導盲犬學校	惠光 導盲犬 學校	和導盲犬近距離互動，觀摩導盲犬的專業訓練，以及學習幫助視障朋友的方式-人導法。