

# 南臺科技大學 106 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	1MD02A01
課程中文名稱	生涯發展與規劃
課程英文名稱	Career development & planning
學分數	2.0
必選修	自選必修
開課班級	法政與社會類
任課教師	鄭美麗
上課教室(時間)	週五第 5 節(T0113) 週五第 6 節(T0113)
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	本課程的設計，以建構生涯發展的基本架構與提升對自我與職業世界的認識，引導學習者透過探索自己的人格特質與職業興趣，研究可能的職業選項，進而對職涯方向作出決策，並據以規劃進一步的學習與發展路徑。學習者透過本課程的實作、討論、體驗與分享，可以學會運用理性思考方法、決策能力、問題解決、履歷撰寫、自我行銷等技巧完成個人的生涯歷程檔案，進而提升生涯競爭的能力。
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 ----- 1.能運用就業資訊及測驗增進對自我生涯規劃的了解。(B2), --, 2 資訊能力 2.能探研究生涯發展歷程，提升個人生涯競爭的能力。(E2), --, 5 整合創新 3.透過各項生涯議題的討論及分享，訓練學生展現自我優勢的能力。(G3), --, 7 表達溝通 4.能建立團隊合作，榮辱一體、主動積極的職場精神，以符合職場所需。(H5), --, 8 敬業合群 5.形塑正確工作價值觀，以提升就業能力。(I6), --, 9 人文與倫理素養
中文課程大綱	1. 生涯規劃的內涵：生涯規劃的本質、生涯規劃的重要性。 2. 生涯發展的歷程：探索家庭、性別對生涯發展的影響與不同人生階段的生涯發展重心與意義。 3. 自我認識與探索：探索自我的人格特質、職業興趣、職業能力、工作價值

	<p>與生活形態對職業選擇的影響。</p> <p>4. 職業世界的認識與發展趨勢：最新的職業發展趨勢以及所需之職能。</p> <p>5. 生涯決策與準備：從了解自我與職業世界之後，為自己找到適合的生涯類型。</p> <p>6. 生涯發展的迷思與困境：生涯發展的迷思、風險管理及可能的突破方法。</p>
英/日文課程大綱	
課程進度表	<p>單元、課程介紹生涯發展與規劃</p> <p>單元、生涯規劃的意涵</p> <p>單元、生涯規劃扮演的角色</p> <p>單元、生命教育與生涯規劃</p> <p>單元、認識自我真相</p> <p>單元、價值澄清</p> <p>單元、工作的意義</p> <p>單元、認識各行各業</p> <p>單元、職場大觀園</p> <p>單元、生涯發展的意涵</p> <p>單元、生涯發展的任務</p> <p>單元、生涯經營的理念</p> <p>單元、生涯教育與訓練進修</p> <p>單元、生涯能力的培養</p> <p>單元、生涯能力的內涵</p> <p>單元、生涯能力的發展</p> <p>單元、生涯抉擇的意義</p>
教學方式與評量方法	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>能運用就業資訊及測驗增進對自我生涯規劃的了解。(B2)，課堂講授，筆試</p> <p>能探研究生涯發展歷程，提升個人生涯競爭的能力。(E2)，啟發思考，日常表現</p> <p>透過各項生涯議題的討論及分享，訓練學生展現自我優勢的能力。(G3)，啟發思考，日常表現</p> <p>能建立團隊合作，榮辱一體、主動積極的職場精神，以符合職場所需。(H5)，啟發思考，日常表現</p> <p>形塑正確工作價值觀，以提升就業能力。(I6)，課堂講授，筆試</p>
指定用書	<p>書名：生涯規劃與人生發展</p> <p>作者：鄭金謀 邱紹一</p> <p>書局：新文京開發出版股份有限公司</p> <p>年份：2007</p>

	ISBN： 版本：第二版
參考書籍	生涯規劃 新文京開發出版股份有限公司 林滄霽 2008
教學軟體	
課程規範	請準時上課 平時分數佔學期成績 40%（出席率及參與率） 期中考分數佔學期成績 30% 期末考成績在學期分數 40%