

職涯發展小撇步傳授

學聲大代誌

【記者卓琦淡水校園報導】職涯輔導組在10月舉辦4場職涯主題講座，以7日中午的「職涯發展與生涯規劃」講座打頭陣，邀請現任Career職涯輔導諮詢顧問孫榆婷與在場逾50位師生分享相關經驗。

孫榆婷認為，「職涯與生涯規劃不是在選工作，而是經營人生。」並引用美國知名學者唐納舒伯的論點，「生涯發展應加入自我發展的概念，不只應用於職業，更適用於生活角色上，不僅涉及工作，還涉及成長過程、學習經驗及環境變化等多元面向。」

如何營造成功的職涯？孫榆婷提及「從1到100分的專精三部曲」，首先須養成自我覺察力。她分析成功人士通常對未來方向多半比一般人專注且強烈，「要成功必須先清楚知道自己為何而戰。」第二部曲是讓分工漸細。她舉知名作詞人方文山為例，「必須先當專才，才能當通才，如果什麼都會，等於什麼都學不精。」最後，她提醒職人也應當保留自我時間，思考更大格局方向，「每天留一段安靜的時間給自己，幾分鐘都可以，關鍵在拿這段時間調整自己接下來的步伐。」

西語四黃梓昀表示，講座對即將踏入職場的學生來說有很大助益，「提醒我做自己喜歡的事情絕對要保持熱情。」

職場生態中還有哪些注意事項？地雷區是什麼？身為職場小菜菜，除了要帶上新鮮的肝，還要知道面對老鳥前輩應有的尊重，須要拒絕對方時，如何拒絕才不會失禮；如何加速融入公司團體中的小撇步是什麼？進入職場前必須先了解的潛規則，將在13日（週二）的「不能不知的職場潛規則」講座，說給你聽。

創業當老闆是多數人美好的夢想，但築夢需踏實，回歸現實面，15日（週四）「創業二三事」講座，將告訴你創業前的前置作業、創業時需注意的事情，並分享案例。

20日的「產業趨勢」講座，則將分析說明產業發展現況及未來趨勢，期待分享的內容能讓同學更了解各系所出路，及整合運用於未來課程及活動中，以增進同學對產業趨勢的認知與了解，且進一步規劃未來職涯發展方向，提升就業職場競爭力。職涯主題月的講座場場精彩務實，歡迎踴躍參與。

2015/10/11



「職涯發展與生涯規劃」講座中，孫榆婷提醒須養成自我覺察力。（攝影／王政文）