

【心靈花園】做好準備，迎接生涯的挑戰！

心靈花園

（資料來源／諮商暨職涯輔導組提供）

小時候父母常對我們說：「要好好念書，才能找到一份好工作。」等到上了大學母又會這樣對我們說：「畢業後，找一份穩定的工作就好了！」、「經濟不景氣，有工作就好了，不要要求太多……」諸如此類的話語似乎總是在告訴我們，找到一份好的、穩定的工作就可以存錢買房買車，結婚生子等小孩長大退休養老，如此安安穩穩的度過一生，然而，現實似乎並不是那麼簡單。生活在科技及資訊如此變動迅速年代的我們，似乎沒有一份永久穩定的工作。10年前，從未有人想過直播主、Youtuber等新興職業的出現，而隨著AI人工智慧的出現，將來有許多的工作都可能被取代，另外，我們也總會希望找到一份適合自己、薪水不錯以及工作量不大等各方面完美的「工作」，其實這就像是存在於童話故事中的「真命天子/天女」一樣，幾乎不太可能存在，我們不能抵抗時代的變化，但可以提前為自己做準備，以應對職場工作的變化萬千！

仰賴網路的發達，我們能夠在網路上獲取許多的資源及資訊，諸如104人力銀行的職業適性測驗、1111人力銀行的興趣職能測驗及九大職能測驗等，這些平台能夠透過一些簡單的測驗及分析，幫助了解自我，抑或是從誠品、金石堂等書店、Hyread電子書APP等，透過閱讀來汲取知識，增進專業知能，都是不錯的方法。

此外，校內亦有提供相關的工具，透過此三種資源便能夠幫助我們更加了解自己的興趣、自我專長所在或是進行自我探索等，以下分別介紹：

一、學習風格自我檢測：有時候學習的方式不同，也會影響自己的學習效果，有些科目明明很努力，卻得不到理想的成績獲滿意的成果，透過了解自己的學習風格是屬於哪種類型，便可以找到適合自己的學習方式，以此作為方向增進學習的效能。

二、Ucan大專院校就業職能平台：這是一個線上的測驗平台，UCAN平台主要功能包含：職業查詢、職業興趣診斷、職能診斷等，可以協助你更加了解自己的興趣與專長，確定自己的目標所在。

三、諮商暨職涯輔導組：諮商輔導組及職涯輔導組，分別為位於商管大樓B408及B413，諮商輔導組內針對職涯部分有：生涯興趣量表、生涯信念檢核表及生涯彩虹圖等多種不同的心理測驗，由專業的心理師為學生進行個別測驗的施測與解測，陪伴你

找尋與探索屬於自己的興趣與生涯價值等，另外，職涯輔導組也提供學生個別職涯諮詢、履歷健診等服務，以及辦理許多職涯發展相關講座。

最後，愛因斯坦曾說過：「當你停止學習，你就開始死亡。」學習是成長的良藥，要不被時代所淘汰，也無論時代怎麼變化，不停止的學習絕對是必要的，無論身處校園或職場，國內或海外，持續不斷的學習，能使你不害怕改變和困難，找到自己的發光之道，同時在學習和實踐過程中，無論遇到什麼困難、挫折都不灰心喪氣，也不要輕易改變自己決定的目標，而要努力不懈地去學習和奮鬥，如此不停地朝自己的目標前進，達到人生的夢想所在。

2019/03/24