

蔡秀娟教你運用牌卡找到職涯方向

學生大代誌

【記者林育珊淡水校園報導】諮商職涯暨學習發展輔導中心4月15日上午9時在HC307，舉辦「職輔教材運用工作坊—牌卡媒材在職涯輔導及課程之運用」，由諮商心理師蔡秀娟介紹牌卡與職涯的運用，透過牌卡讓參與者認識自己、增進職涯輔導知能，計有11位教師參與。

蔡秀娟帶領參與者運用2種牌卡，上午場使用「尋·當日：生活興趣探索卡」，下午為「人生設計卡—職業生涯規劃工具」。「人生設計卡」是由一群諮商心理師和職涯諮詢師，運用職涯相關的心理學理論設計而成，引導受測者思考自己喜歡與不喜歡的職業，探索自己認為最重要的職涯價值觀。蔡秀娟提醒，「職涯輔導的第一步，是讓受測者認識自己，至於受測者的能力則是最後才探討」，並從中找尋並建立職業目標、價值觀和長期規劃，提供方法協助學生擬定職涯目標、實際的建議和策略，鼓勵學生培養能力。

觀光系副教授阮聘茹表示，這次活動是她和同系的助理教授施依萱和英文系副教授齊嵩齡、助理教授王蔚婷，以及諮輔中心共同合作，爭取到教育部青年發展署「113年大專校院推動職涯輔導補助計畫」，希望能協助教師們推動學生的職涯發展。此外，阮聘茹鼓勵學生參加實習、培訓課程和掌握各種機會，吸收知識並提升技能，將有助於職涯規劃和發展成功。

2024/04/20



諮輔中心4月15日舉辦「職輔教材運用工作坊」，由諮商心理師蔡秀娟主講。（攝影／林育珊）