桃園市政府就業職訓服務處

111 年度強化社會安全網計畫成長團體課程

簡章

一、 目的：針對就業動機或就業能力不足之個案舉辦 6 場次成長團體課程，並結合本市家庭服務中心、家庭暴力暨性侵害防治中心、毒品危害防制中心等協力單位服務資源共享，協助個案提升就業自信心及各項資源輔助，以順利媒合就業。

二、 主辦單位：桃園市政府就業職訓服務處。

三、 活動日期時間（備有餐點）：

(一) 第 1 場次：111 年 09 月 27 日(星期二) 09：00-12：30。

(二) 第 2 場次：111 年 09 月 29 日(星期四) 09：00-12：30。

(三) 第 3 場次：111 年 10 月 25 日(星期二) 09：00-12：30。

(四) 第 4 場次：111 年 10 月 27 日(星期四) 09：00-12：30。

(五) 第 5 場次：111 年 11 月 22 日(星期二) 09：00-12：30。

(六) 第 6 場次：111 年 11 月 24 日(星期四) 09：00-12：30。

四、 活動地點：

(一) 第 1、3、5 場次：桃園市勞工教育大樓 4 樓 402 教室（桃園市桃園區民生路 650 號 4 樓）。

(二) 第 2、4、6 場次：MK 反轉外語-圖書館風格教室（桃園市中壢區中山路 185 號 4 樓）。

五、 課程人數：每場次 15 名。

六、 報名方式：採線上報名（網址：https://forms.gle/5qHpnPbozDFvArza7）額滿為止。倘有聯繫事項，請洽桃園市政府就業職訓服務處就業促進課 03-3322101 分機 8017 張佩雯小姐。另報名 QR Code 如下：

七、 課程規劃表：

場次	日期	時間	地點	講師	課程主題	課程大綱
1	09/27 (二)	09：00-12：30	桃園市勞工教育大樓 4 樓 402 教室（桃園市桃園區民生路 650 號 4 樓）	林軒如老師	職業生涯規劃：自我探索到職業選擇	1.做自己的「人生設計師」 2 從自我探索到職業選擇 3.如何簡單開始為未來設計 4.分享五個蠻酷又實用的人生設計方法 5.為自己設計最想要的職涯/生涯
2	09/29 (四)	09：00-12：30	MK 反轉外語-圖書館風格教室（桃園市中壢區中山路 185 號 4 樓）	游家瑋老師	夢想領航員-履歷及面試技巧	1.魅力履歷撰寫要點 2.打動心弦的自傳 3.面試成功三要素 4.臨門一腳再爭取一次機會
3	10/25 (二)	09：00-12：30	桃園市勞工教育大樓 4 樓 402 教室（桃園市桃園區民生路 650 號 4 樓）	許澤民老師	與壓力共舞-疫情下的職場抗焦慮指南	1.紓解壓力症狀? 2.辨識自我及他人情緒? 3.覺察壓力想法? 4.將壓力念頭轉化 5.發現自我管理盲點? 6.課程收斂總結
4	10/27 (四)	09：00-12：30	MK 反轉外語-圖書館風格教室（桃園市中壢區中山路 185 號 4 樓）	鄭國鴻老師	求職面談一次就上手！人資告訴你撇步	1.企業人資的期待 2.各類主管的應對 3.回答問題小技巧 4.行為事例面談法 5.常見問題大解析 6.課程回顧與提問
5	11/22 (二)	09：00-12：30	桃園市勞工教育大樓 4 樓 402 教室（桃園市桃園區民生路 650 號 4 樓）	黃宏嶸老師	贏在溝通力：到哪都受歡迎的 4 門溝通課	1 如絕佳球隊般的三大溝通步驟 2.營造良好溝通場域的撇步技巧
6	11/24 (四)	09：00-12：30	MK 反轉外語-圖書館風格教室（桃園市中壢區中山路 185 號 4 樓）	張峻豪老師	時間管理與生涯規劃	1.哈佛四大課題：生涯規劃、時間管理、溝通表達、形象管理 2.高效人是習慣：七大習慣 3.時間管理象限：定位人生方向 4.生涯規劃 VS 職涯規劃 5.互動時間(撕報紙)案例與經驗分享 6.總結與提問

備註：配合防疫政策進出活動場地請配合使用酒精消毒洗手、測量體溫與配戴醫療級口罩，若體溫達 37.5 度，禁止入場。