

國立東華大學教學卓越中心
114-1IDEAS 教學課程計畫成果報告書

計畫主持人:林念臻
單位:教育行政與管理學系

目錄

壹、114-1 期末成果報告確認-----	2
貳、執行成果總報告-----	3
參、附件-----	9

**國立東華大學-IDEAS 教學課程計畫
114-1 執行成果報告書確認表**

課程/學程名稱：生涯規劃與職業教育訓練		
授課教師：林念臻		
服務單位：教育行政與管理學系／助理教授		
班級人數:33		
勾選	繳交項目	說明內容
<input checked="" type="checkbox"/>	本確認表	請確實填報，以俾利核對
<input checked="" type="checkbox"/>	執行成果總報告表-電子檔 (Word)	字型：標楷體 (中文)； Times New Roman (英文) 行距：單行間距 字體大小：12 號字
<input checked="" type="checkbox"/>	活動記錄表	◎當期程經費支出之活動紀錄，如講座、參訪、期末成發展等 ◎計畫教師參加之 AI 培訓講座

- 繳交期末成果報告時，請確認繳交項目是否齊全
- 本年度所有受補助課程/學程之成果報告，將上述資料匯集成冊(封面、目錄、內容、附件)，做為本期成果報告書
- 若有相關疑問，請與承辦人郭心怡助理聯繫
(#6591；imyeee@gms.ndhu.edu.tw)

IDEAS 教學課程計畫-執行成果總報告

素養導向/AI 應用課程

一、課程內容特色

如何運用 IDEAS 概念-Innovation(創新-PBL、TBL、SBL)、Design (設計)、Explore /Experience (探索/體驗)、A (AI 科技)、S(Skills)等概念規畫在教學上

本課程結合 IDEAS 教學理念，透過數位歷程建置、任務導向學習與多元體驗活動，引導學生進行一學期的自我探索與職涯規劃，強化學生在真實情境中整合知識、技能與態度的能力。

(一) Innovation 創新教學活動

課程以問題導向與任務導向學習為核心，設計一系列的學習任務，讓學生以「自己的人生與職涯」作為真實問題情境：

1. PBL (Problem-Based Learning)：課程以「我想成為什麼樣的人？」、「我希望過什麼樣的生活？」進行反思，學生透過人格測驗、情緒覺察、職涯探索與訪談資料，逐步回應上述問題。
2. TBL (Team-Based Learning)：透過《實話實說》桌遊、小組討論、百工百業小組報告，培養學生在團隊中溝通、協作與整合不同觀點的能力。
3. SBL (Solution-Based Learning)：期末以「個人簡歷三折頁」作為整合性成果，學生根據自己的生涯定位，回應前期探索所發現的自我特質與職涯期待。

(二) Design 設計導向任務

課程採用歷程導向設計 (learning by design)，引導學生於第一週即建置個人 Padlet 數位學習歷程看板，作為整學期自我探索的成果。學習活動以「可回顧、可累積、可反思」為設計原則，讓學生能看見自己在一學期中的變化軌跡。包含：

1. 生活經驗與優勢探索
2. 人格特質與自我反思 (五大人格、周哈里窗)
3. 情緒覺察與同儕回饋 (情緒座標圖)
4. 有效傾聽、人際溝通與同理心練習
5. 生涯規劃與職業探索系列講座 (人生方向鍵：按下屬於你的 Start 鍵；關於當老師這件事；生涯探索與自我發展-在 AI 時代找到自己的最佳解)
6. 《又一年》電影反思 (生命意義與未來生活想像)
7. 深度自我覺察練習 (結合冰山理論認識情緒、渴望、觀點、慣性姿態)

(三) Explore / Experience 探索與體驗

結課程融入探索式與體驗式學習，讓學生透過實際經驗深化理解：

1. 透過桌遊《實話實說》、《尋·嘗日》，在友善互動情境中探索自我、人際與興趣。
2. 透過三場業師講座分享，接觸真實職涯路徑與生命選擇。
3. 透過電影《又一年》的觀影與反思，從生命敘事角度思考生活與生命的意義。
4. 在百工百業報告中，實際訪談從業人員，理解職場現實與課堂知識的落差。

(四) AI / Technology 科技工具應用

課程運用數位平台作為學習支持，以 Padlet 作為個人數位歷程檔，培養學生資訊整理與反思表達能力，並運用 Canva 進行期末報告與個人三折頁履歷設計，培養學生內容製作與視覺編排能力。強化學生在 AI 時代中與科技協作的的能力。

(五) Skills 就業與未來關鍵技能

透過一學期的任務與活動，學生實際培養的關鍵能力包括：自我覺察與情緒管理能力、溝通表達與人際互動能力、團隊合作與問題解決能力、資訊蒐集、分析與整合能力、職涯規劃與自我行銷能力，最終以「百工百業小組報告」與「個人簡歷三折頁」作為學用整合成果，讓學生將探索歷程轉化為可實際應用於未來升學或就業的產出。

二、課程/學程相關學用趨勢分析

● 分析相關就業/市場趨勢與本課程/學程之關聯性

就業市場快速變動，AI 與數位科技加速重塑產業結構，單一專業技能已不足以因應未來職場需求。自我覺察能力、跨域能力、情緒管理與職涯彈性，已成為青年就業競爭力的重要基礎。本課程回應當前就業與人才發展趨勢進行設計。

(一) 就業市場趨勢分析

當代職涯轉向多重角色、跨域發展與斜槓型職涯。學生未來可能同時具備多種身分（工作者、創作者、進修者），需具備高度的自我定位與生涯調整能力。除專業技能外，雇主愈加重視溝通表達、團隊合作、情緒管理、問題解決與自我調整能力，具備社會情緒能力（SEL）的人才，更能穩定投入工作並持續成長。此外，AI 時代下「人」的價值被重新定義，在 AI 可快速處理資料與技術工作的狀況下，人類在職場中的不可取代性，來自於覺察、價值判斷、創意思考與人際互動能力。學生若缺乏對自身特質與渴望的理解，恐難以在高度變動的環境中做出適切選擇。在製作履歷與面試除了呈現專業技能，更重視個人故事、職涯動機與自我定位，能清楚說明「我是誰、我想做什麼、我為何適合這個角色」，成為職場甄選的關鍵。

(二) 本課程與就業/市場趨勢之對應關聯

本課程以素養導向與歷程導向設計，回應上述趨勢，具體對應如下：

1. 強化自我探索與定位能力：透過人格特質測驗、情緒覺察、價值反思與電影、省思書寫，引導學生理解自身特質與生活期待，培養在不同人生階段中調整方向的能力。
2. 回應軟實力需求：培養社會情緒與溝通能力：課程融入情緒覺察練習、薩提爾冰山理論、人際互動桌遊與同儕回饋活動，協助學生在實際互動中練習自我管理、同理溝通與負責任決策。
3. 回應 AI 時代挑戰：培養不可被取代的人本能力：強調自我理解、價值選擇與行動反思，並引導學生善用科技工具作為輔助，而非替代思考，培養與科技協作的的能力。
4. 強化職涯敘事與實務準備：透過「百工百業」小組報告、職業訪談與個人履歷三折頁製作，讓學生實際理解職場需求，並將自我探索歷程轉化為具體的職涯敘事與求職成果。

整體而言，本課程不僅回應當前就業市場對技能的要求，更著重於培養學生在未來不確定環境中，能持續自我覺察、調整方向並做出合宜選擇的能力。課程設計緊密連結現代就業趨勢與人才需求，亦符合高等教育培育未來關鍵人才之目標。

三、整體活動執行成果效益

主要教學法	課程大綱		學習質/量化成果	對應 UCAN 能力
	學習主題	執行過程		
任務導向教學、TBL	自我探索：人格特質	透過 big 5 人格測驗、周哈里窗、桌遊《實話實說》進行情境互動與自我省思	產出 33 份 big 5 人格測驗、周哈里窗反思學習單、並透過 6 組《實話實說》進行人格特質自我反思。	<ul style="list-style-type: none"> ■ 溝通表達 ■ 問題解決 ■ 人際互動

TBL+ 反思活動	自我探索：認識情緒與人際界限	繪製情緒生命曲線圖，撰寫個人界線經驗小故事，小組分享個人經驗故事，並透過便利貼進行同儕回饋	產出33份結合情緒的生命故事，並練習傾聽、友善回饋同儕的生命經驗。	<ul style="list-style-type: none"> ■人際互動 ■溝通表達
任務導向+自我省思	社會情緒學習 (SEL)	以社會情緒學習理念為基礎，結合薩提爾冰山理論，透過為期一週自我覺察練習，項目共有七項，包含：每日覺察提醒、更一致地說話法、辨認渴望、觀點鬆動法、情緒處理法、覺察內在冰山、找出慣性姿態。	產出33份自我覺察練習報告，並透過課堂分享，進行自我揭露、情緒表達練習。	<ul style="list-style-type: none"> ■持續學習 ■人際互動
專題講座+回饋討論	生涯規劃與職業教育訓練系列講座	<p>規劃三場專題講座，邀請來自國小、國中與高中三位教育實務工作者，從不同教育階段出發，帶領學生進行生涯反思與專業想像。系列講座主題如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 臺北市立明湖國中王亭凱輔導組長：「人生方向鍵：按下屬於你 Start 鍵」 2. 臺中市大雅區六寶國小林詩猛校長：「關於當老師這件事」 3. 國立暨南國際大學附屬高級中學林淑芳輔導主任：「生涯探索與自我發展－在 AI 時代找到你的最佳解」 	修課之33位同學撰寫3場講座反思，包含講座內容印象最深刻或最有收穫的三個記憶點，並能進行自我反思。	<ul style="list-style-type: none"> ■問題解決 ■溝通表達
講授+分組活動	有效傾聽與人際溝通	介紹傾聽的層次與技巧、語文式、非語文式的溝通，並透過傾聽練習，二人一組評估傾聽層次。	學生透過傾聽練習，能評估自我傾聽層次，並能反思與他人對話過程中，自己經常犯哪一類狀況。	<ul style="list-style-type: none"> ■人際互動 ■溝通表達
小組報告	百工百業小組報告	分組調查8-10個職業資訊，內容包含工作規範、遴選方式、薪資範圍、核心技能分析，並進行從業人員訪談，瞭解實際工作內容、挑戰與發展。聆聽組別透過123策略提問與回饋（1印象、2優點、3記憶點）	產出6組職業調查報告，並透過提問與反饋進行交流，深化對職業類別的瞭解。	<ul style="list-style-type: none"> ■資訊科技應用 ■溝通表達 ■團隊合作

實作	個人履歷三折頁	請同學對應自己未來的職業志向，整合個人特質、專長、優勢、相關成果等製作一份簡歷三折頁	產出33份個人履歷三折頁，從中能確立或思考未來志向，並整理自己的優勢，同時發揮學生創意，設計屬於自己的履歷。	<ul style="list-style-type: none"> ■ 資訊科技應用 ■ 工作責任及紀律 ■ 創新
----	---------	--	--	---

四、多元評量尺規

以素養導向與任務導向教學為核心，採形成性評量與總結性評量並重的原則，兼顧知識理解、技能實作與態度展現。強調學生參與歷程、反思表現與多元任務成果，具體評量方式如下：

1. 課堂參與 (15%)：課堂出席、準時繳交作業、小組互動積極度、課堂討論表現。
2. 作業成績 (35%)：含五大人格測驗與反思、情緒故事、講座學習單等，彙整成學習歷程 padlet。
3. 小組專題—百工百業簡報 (35%)：以小組方式調查 8-10 項職業資料，完成資訊彙整與口語報告，運用 123 提問策略進行互動與回饋。

評量構面	指標說明	滿分
資訊蒐集與內容深度	每組介紹 8-10 個職業，資料來源多元、正確，能呈現工作性質、職能需求、發展性等	25
資料統整與組織邏輯	依分類方式（如產業別）呈現清楚，圖表設計易讀，具邏輯結構	20
簡報設計與口語表達	視覺呈現美觀，口語報告清楚、有分工、有時間控制	20
團隊合作與互動表現	全員皆參與發表，分工明確，現場互動良好，能回應同儕提問，使用 123 提問策略表現積極	25
創意與亮點設計	可設計互動或主題活動等創新呈現職業資訊	10

4. 個人履歷設計任務 (15%)：製作個人簡歷，整合人格特質、職業志向與自我推薦內容。

評量構面	指標說明	滿分
內容完整性	包含基本資料、人格特質說明、目標職涯與自我推薦語等關鍵內容	25
職涯敘事邏輯	履歷內容具前後連貫性，能從過去經驗連結未來目標，展現自我成長與選擇邏輯	25
視覺設計與排版	版面清晰、有主視覺、配色恰當、圖文搭配良好，適合職場使用	25
創意與個人特色	呈現獨特風格，能有效表現個人特質與價值主張，吸引閱讀者注意	25

五、學生整體意見與回饋 (整體活動滿意度、文字意見回饋等)

- 可善用卓越期中回饋意見調查取得學生質性/量化意見，做為未來課程改進與精進依據。

(一) 整體活動滿意度分析

本課程在期中回饋意見各面向平均分數均落在 4.6~4.8，顯示學生對課程設計、教學互動、學習成效等有不錯的學習體驗。首先，在教學策略與教材準備方面，平均約 4.6，學生普遍認為課程內容能與生活經驗連結，且能符合教學目標。其次，師生互動是平均較高的項目 (M=4.81)，課程中鼓勵同學表達，積極營造平等與開放的學習氛圍，並於第一節課告知同學們我們共同建立一個友善分享的環境，願意秉持開放、友善的心進行分享，並對夥伴隱私完全保密，對於夥伴的分享，我們也都予以尊重，並能做出友善回饋。評量方式方面，學生普遍認為評量方式清楚 (M=4.67)，且能反映學生的學習情形。學生自評學習成效上，體驗與探索是自評最高的項目 (M=4.5)，學生大多認為自己樂於嘗試新的事務，並在探索與實踐中不斷學習與成長，同時能將不同領域的知識與經驗，應用於課堂學習與生活中。

(二) 文字意見回饋

學生最喜歡的課程部分包括：課堂氛圍、新穎的教學內容、有趣的測驗與桌遊、情緒的認識等，舉例而言，同學們提及：

「校外講師來向我們演講，讓我們收穫頗豐」

「在課堂之間交換彼此的經驗是我覺得最有意思的地方」

「喜歡情緒管理與情緒覺察相關的課程內容。因為我們平常其實不太會正視、分析自己的情緒，而這堂課就讓我們練習覺察日常生活中發生了什麼事情，產生什麼情緒，進而了解每個情緒的價值以及我們該如何應對。」

「我很喜歡老師讓我們可以自由的表達自己的想法，就算不願意也不會強迫我們！」

上述的回饋恰符合課程設計之目標，能在一個友善、尊重的環境下進行自我探索，同時透過教育實務工作者的職涯分享，促進對未來職業的認識與想像，同時能反思自己的職涯規劃。

學生建議的部分包括：「有些同學因此在底下聊天，若能再多調整一點規矩，學習效果也許會比較好！」、「理論可在更深入」。在營造友善氛圍同時，也應顧及班級秩序，提醒同學們尊重每一位同學的發言，未來會針對學生的建議精進，同時更深化相關理論知識。

六、檢討與建議

- 本期活動的執行困難處及問題
- 對教學過程有何改善或精進之處，調整課程或教學目標。

當前困難/問題	未來改善/精進
<p>依據《技術及職業教育法》之規範，職業教育與訓練、生涯規劃相關科目應納入師資職前教育課程。本課程修課學生組成包含師培生與非師培生，其中師培生約佔三分之一，其未來多將進入教育現場，需具備引導中小學生進行職業探索與生涯規劃之能力；然課程中亦有約三分之二為非師培生，其修課動機與未來發展方向較為多元。</p> <p>在此情況下，課程設計面臨教學目標應著重於學生自身的生涯與自我探索，抑或進一步引導學生練習「如何帶領他人（特別是中小學生）進行探索」。使課程在內容深度與取向上需有權衡。</p>	<p>針對前述困難與回饋，經反思後認為，本課程可視為具有雙層意義的學習歷程。首先，無論學生未來是否投入教職，自我探索與生涯覺察本身即為重要的終身能力；其次，對於師資培育生而言，唯有先完成自身的職業與生命探索，未來進入教育現場時，方能更真實、具體地引導學生進行探索與思考。在課程實施上，感謝教學卓越中心之資源挹注，使課程得以邀請三位教育實務工作者進行分享，協助學生連結課堂學習與實際職業情境，提升課程的實務性。</p>
<p>針對學生於課程回饋中提出建議，如：「有些同學在課堂中聊天，若能再多調整一點規矩，學習效果或許會更好」、「部分理論內容仍可再加深」。顯示在營造開放、友善與安全的課堂氛圍之同時，仍需進一步兼顧班級秩序與學習專注度，並強化理論與實務之間的連結與深度。</p>	<p>針對學生所提之建議，未來課程將於維持開放對話與友善氛圍的同時，適度強化課堂規範與討論秩序，引導學生尊重他人發言，提升整體學習品質；同時，亦將持續精進理論層面的教學設計，特別是在社會情緒學習（SEL）此一新興議題上，透過更多研究素材與案例，引導學生進行更深入的理解與應用。整體而言，未來課程將在「自我探索」、「師培專業銜接」與「理論深度」三者之間，持續進行調整與優化，以回應多元學生背景與當前教育發展趨勢。</p>

七、與本課程相關成果報導、競賽獲獎或研討會發表

- 與課程相關成果發表相關報導或者競賽獲獎事蹟，作為教育部深耕計畫亮點成效，以利爭取經費。
- 運用 IDEAS 課程投稿相關研討會發表

新聞發布日期	新聞標題	新聞網址
2025/12/22	東華教行系辦理「生涯規劃與職業教育訓練」系列講座，引導學生自我探索，奠定未來教育專業基石	https://www.ndhu.edu.tw/p/406-1000-252244,r4956.php?Lang=zh-tw

活動紀錄表

活動主題	人生方向鍵：按下屬於你 Start 鍵
活動日期	114 年 10 月 14 日
活動地點	Google Meet
演講者	臺北市立明湖國中輔導組長 王亭凱
參與人數	31
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>(請敘述本次講座或活動之活動／講座目的，內容與重點、進行方式／流程簡述、其他可供他人了解本次活動進行與內容之資訊)</p> <p>本次講座旨在協助學生透過生涯敘事與自我反思，重新檢視自身的人生方向與職涯定位。配合課程前段所進行人格特質與情緒覺察單元，透過業師分享其生命歷程與生涯抉擇經驗，引導學生理解：生涯並非一次性的選擇，而是一個持續探索、修正與行動的歷程。同時，亦期望學生能思考在不確定的環境中，如何為自己按下屬於自己的「Start 鍵」。</p> <p>講者以自身生命經驗為主軸，結合圖像與故事，引導學生從以下幾個面向進行反思：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.生涯並非他人給予的答案，而是持續探索的過程：講者提到「我是誰」並非外界期待的角色，而是在探索中逐步形成的真實自我，鼓勵學生接納尚未確定的狀態。 2.拼湊自我的多重面向：講座以「價值觀、興趣、能力與特質、人際關係、個人故事」等面向，引導學生理解生涯選擇背後的多重因素。 3.從困境與停滯中重新啟動行動力：透過具體案例說明，當人陷入迷惘或停滯時，往往是忽略內在需求與渴望所致，唯有回到自我覺察，才能找到新的行動方向。 4.活在當下，為自己的選擇負責：講者強調生涯規劃並非等待完美時機，而是在現有條件下做出選擇，並在行動中修正。
活動回饋與成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>(內容可包括此活動對與會者之實際助益、與會者分享交流之重點摘錄、其他意見與回饋...等)</p> <p>本次活動後，課程引導學生針對講座內容進行反思，聚焦以下兩項問題：(1) 提出三個印象深刻的記憶點；(2) 回顧自身求學或生活經驗中，曾感到成就、迷惘或挫折的時刻，思考是否有某一個事件是自己最想感謝「當下的自己」，包含所做出的決定或對情緒訊號的覺察與回應。</p> <p>多數學生回饋表示本次講座對其生涯思考與自我覺察具有實質助益。學生普遍提及，講師分享的求學歷程與大學時期主動參與校外活動、拓展自我視野的經驗，讓他們印象深刻。特別是在面對家人期待、社會價值與自我追求之間的拉扯時，講師所展現的調適與</p>

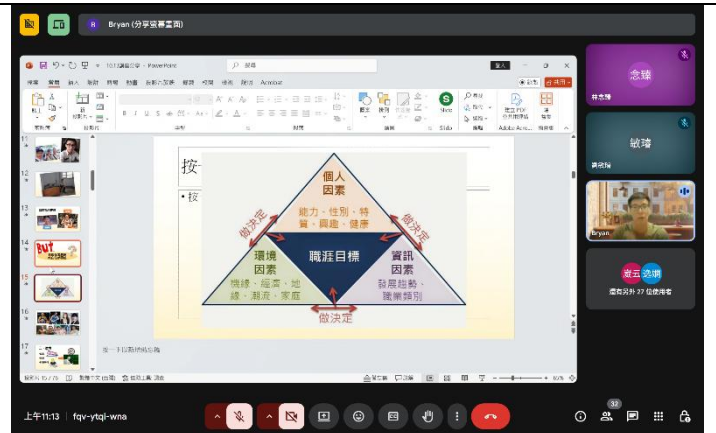
因應方式，讓學生感受到生涯選擇並非單一路徑，而是一個需要持續平衡與調整的歷程。在第二題的反思中，多數學生皆能具體指出一段最想感謝自己的經驗，例如：在壓力情境中選擇持續努力、不輕易放棄；在感到迷惘時願意停下來傾聽內在情緒；或是在不確定中仍嘗試為自己做出選擇。學生普遍表示透過此次反思，更能看見自己過去的努力與成長，並重新肯定在回應家人、師長與社會期待時所付出的心力。

整體回饋顯示，本活動不僅促進學生對生涯方向的思考，也強化其對自我價值與情緒覺察的認識，使學生能在理解外在期待的同時，也能看待自身的選擇與行動。

活動剪影(請檢附一至二張活動照片，並予以簡述)



介紹講師



講師介紹職涯目標的影響因素

活動紀錄表

活動主題	關於當老師這件事
活動日期	114 年 11 月 18 日
活動地點	Google Meet
演講者	臺中市大雅區六寶國小校長 林詩猛
參與人數	32
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>(請敘述本次講座或活動之活動／講座目的，內容與重點、進行方式／流程簡述、其他可供他人了解本次活動進行與內容之資訊)</p> <p>本次講座以「關於當老師這件事」為主題，邀請現任臺中市大雅區六寶國小校長林詩猛校長，透過其完整且橫跨教學、行政與校長職涯的實務經驗，引導學生深入理解教師專業的面向，協助修課學生進行教師職涯探索與生涯規劃。</p> <p>講座主要目的在於：(1) 協助師資培育生與非師培生認識教師工作的真實樣貌，釐清對「當老師」的想像與現實差距；(2) 透過教育制度、相關法規與教師專業責任的說明，提升學生對教師角色、使命與專業倫理的理解，培養負責任的職涯決策能力。</p> <p>講座內容依據教師職涯歷程與制度脈絡，重點包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師職涯探索與規劃：講師分享自身投入教職的動機與抉擇，並引導學生思考。 2. 教師生涯發展與甄試現況：說明教師資格考試、教師甄試流程與近年教甄趨勢，協助學生建立對教師職涯進入門檻與競爭現況的現實認識。 3. 教育制度與教師相關法規：介紹教師聘任及《教育基本法》、《教師法》、《國民教育法》等重要法規，強化學生對教師權利義務與制度規範的理解。 4. 教師專業與職責：從教學、班級經營、親師溝通、行政配合到專業成長，說明教師在校園中的角色與實際工作內容。 5. 教師使命與價值：強調教師應具備的關懷、尊重、公平、專業與終身學習精神，並鼓勵學生思考是否願意長期陪伴學生的成長。
活動回饋與成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>(內容可包括此活動對與會者之實際助益、與會者分享交流之重點摘錄、其他意見與回饋...等)</p> <p>本次講座對修課學生具有實質助益，多數學生回饋表示講師能以貼近學生生活經驗的語言，結合自身與家庭成員的真實故事，協助學生理解「當老師」這件事，不僅深化對教師職涯的認識，也促進個人生涯與職業選擇的反思。</p> <p>多數學生提及講師真誠分享自身與子女的成長經驗，讓學生感受到教師角色並非完美無缺，而是在陪伴中與學生共同成長，進而鬆動一定要什麼都很會，才有資格當老師的既定想像。對教師職業</p>

的正反面剖析，包含教師待遇、工作壓力、班級經營、家長溝通與制度規範，使學生能更務實地理解教育現場的樣貌。整體而言，講座結構清楚、層次分明，從個人生命故事出發，逐步延伸至教師職涯探索、相關法規、教師甄試與口試準備，語言貼近學生背景，使整場講座節奏流暢。

綜合學生回饋，本次講座不僅提供教師職涯的制度性知識，更重要的是，透過真實生命故事與反思引導，協助學生建立對自我、職業與未來選擇的整體理解，強化其自我覺察、職涯探索與負責任決策能力，亦呼應本課程以素養導向與生涯發展為核心的教學目標。

活動剪影(請檢附一至二張活動照片，並予以簡述)



講師介紹分享大綱



講師分享身為教師的使命

活動紀錄表

活動主題	生涯探索與自我發展－在 AI 時代找到你的最佳解
活動日期	114 年 12 月 9 日
活動地點	花師教育學院 B124
演講者	國立暨南國際大學附屬高級中學輔導主任 林淑芳
參與人數	30
活動內容	<p>● 活動或講座進行方式與內容</p> <p>(請敘述本次講座或活動之活動／講座目的，內容與重點、進行方式／流程簡述、其他可供他人了解本次活動進行與內容之資訊)</p> <p>本次講座回應 AI 與跨域快速發展的時代背景，協助學生重新思考自身在未來職涯與人生規劃中的定位。講座旨在引導學生理解生涯是一個在個人價值、能力強項與現實環境之間，不斷調整與平衡的動態最佳解，進而培養學生在不確定時代中進行自我覺察、負責任決策與持續成長的能力。</p> <p>在內容設計上，講師以「探索現狀、連結強項、展望未來」為主軸，結合互動式活動，帶領學生逐步梳理當下的生涯考量。首先透過「六個角落」暖身活動，引導學生思考理想工作中最重視的因素，讓學生意識到價值選擇的多元性。接著以「兩個真相、一個謊言」活動，鼓勵學生大膽描繪自己的生涯夢想，並在分享與互動中反思自身對未來的期待與不安。</p> <p>接續，進一步透過「尋·嘗日」桌遊，引導學生盤點自身能力、興趣與過往經驗，嘗試將零散的自我特質整合成具個人特色的生涯敘事。講座後段則聚焦於 AI 時代的趨勢分析，說明機器取代重複性工作的同時，人類更需發揮創造力、複雜問題解決與情感連結等不可被取代的核心能力，並提出跨域與成長心態的重要性。</p> <p>整體而言，本次講座緊扣課程「生涯規劃與職業教育訓練」之學習目標，結合素養導向與體驗式學習，協助學生在 AI 與高度不確定的時代中，看見自身的獨特性，並建立持續探索與自我發展的行動意識。</p>
活動回饋與成效	<p>● 意見與回饋</p> <p>(內容可包括此活動對與會者之實際助益、與會者分享交流之重點摘錄、其他意見與回饋...等)</p> <p>多數學生回饋指出本次活動能重新認識自己，首先，在價值排序與移動式互動活動，因為需立即做出生涯價值選擇，過程中不僅保持專注，也能看見同儕在工作意義、生活平衡、成就感與人際關係等面向的不同優先順序，進而反思自身價值觀並理解選擇的多樣性。其次，「尋·嘗日」桌遊與卡牌探索，多位學生表示，卡牌活動能具體連結自身感受、興趣與過往經驗，幫助其辨識人格特質與職涯傾向，甚至與高中時期的生涯測驗結果產生呼應，讓學生重新肯</p>

定自己一路走來的選擇；亦有學生指出活動促使其誠實面對內在模糊、矛盾與尚未被說出口的渴望。最後，講師個人生命歷程的分享講師分享自身在偏鄉教育現場的投入，以及「為所選擇的道路賦予意義」的生命態度，深深觸動學生。學生提及講師能走出鄉村、看見更大的世界，最終選擇回到偏鄉陪伴學生拓展眼界，展現教育工作者以生命影響生命的實踐精神，令其感到敬佩與感動。

此外，從尋·嘗日學習單與書面回饋中可見，學生普遍能進行具深度的自我探索，包括重新理解自身性格特質、釐清興趣與優先價值、確認未來可能的生涯方向，或更誠實地看見自己尚未準備好、仍需探索的狀態。

活動剪影(請檢附一至二張活動照片，並予以簡述)



學生透過卡牌進行自我探索




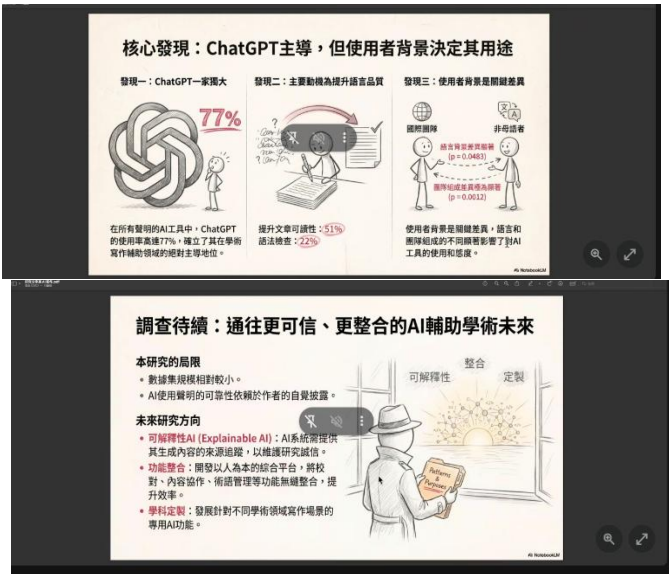
大合照

AI 培訓講座證明

114/8/1~115/1/16 參加證明(可直接貼上)或 AI 活動紀錄表(擇一即可)

活動主題	特教課堂實驗資料分析與追蹤資料研究之分享與 AI 協作經驗交流
活動日期	114 年 11 月 28 日
活動地點	Google meet
主辦/承辦單位	台灣統計方法學會
演講者	洪兆祥/漫話科技課程總監/國立臺灣藝術大學通識中心兼任助理教授 陳嘉成/國立臺灣藝術大學教授兼副校長
活動內容 與 學習收穫	<ol style="list-style-type: none"> 1. AI 工具於教育、心理輔導、學術寫作上的應用。 2. AI 的角色是增強，而非取代輔導老師的專業，它能重複性任務、提供數據洞察，讓老師能將更多時間和心力投入人性關懷。 3. AI 應用於研究與寫作，可從定義研究問題、尋找相關文獻、總結文獻、可視化想法到倫理標準，惟確保品質仍為作者的工作。 4. 目前對於 AI 的學術應用，使用這界線尚模糊，全球僅 24% 頂尖學術出版商提供 AI 的使用指南，整個學術界對此尚未有共識。 5. 呼籲研究機構或教育工作者，將 AI 納入課程，系統性且合乎倫理地使用多種 AI 工具，並培養批判性思維，強調評估 AI 輸出可靠性的能力，以及理解倫理責任。

活動剪影(請檢附一至二張活動照片，並予以簡述)

 <p>講師分享透過 AI 輔助日誌結合輔導工作</p>	 <p>講師分享 ChatGP 運用學術的核心發現及未來方向</p>
---	--

AI 培訓講座證明



國立暨南國際大學
National Chi Nan University

活動參與證明書

暨校通字第 114498 號

茲證明

國立東華大學 林念臻 於 114 年 12 月 3 日參加本校

114 學年度第 1 學期辦理之「通識講座：AI 畫圖、報

告生成也可能侵權？你一定要知道的著作權知識！」

活動，共計 2 小時。

特此證明



中華民國 114 年 12 月 16 日