

## 主題:就業成長團體:職場回歸—認識自己，準確定位

- 一、課程目標:生涯規劃的價值在於釐清個人願景，有效的認識自己，客觀的認知環境與所需資源，並用合理可掌握的方法，逐步的將其整合，以完成自我發展目標。
- 二、相見歡與小公約:
  1. 說明團體進行方式與自我介紹，訂定團體公約。
  2. 引導挑選最符合自己狀態的Dixit卡，分享回饋。
  3. 發光如星：  
在星星中寫下自己出監後最想做什麼?對自己的期待?對團體的期待?面對就業或創業最大的困難是什麼?
- 三、自我狀態測驗:透過測驗協助學員認識自我特質與優勢，做為日後職業性向選擇之參考，增加對自我的認識與職業選擇。
- 四、測驗結果團體與個別分析:幫助你更了解自己、了解自己在面對各種人、事、物時，習慣用何種模式反應或表現?了解自己的人際互動模式、了解自己的特質、了解自己的特質在生活或職場上有哪些正面/負面影響?
- 五、分享與回饋:回顧團體內容以及分享回饋。

