

新北市青少年生涯探索號

HOPE就學就業關懷計畫

114年度第四梯次生涯課程

一、課程對象：本市15-18歲(未滿18歲)未就學、未就業之青少年。(包含高中中離生、國中畢業生)

二、課程目標：9月以團體輔導為主，主題包含職涯輔導、生涯探索、自我覺察、休閒活動。由輔導員與學員建立信任關係、了解學員需求，並作為銜接後續主要生涯課程之補充。10至11月透過就業輔導、財務教育、藝術治療、戶外體驗、人際互動等生涯課程，以達穩定就學或就業。

三、課程內容：詳見附件1。部分課程仍規劃中，最新課程時間請參考官網QRcode。

四、課程時間：下午13:30至16:30或13:00至17:00，少數課程提早集合出發。詳見附件1。

五、課程輔助：

(一)職涯會談：部分個案由於家庭經濟因素，對於就業有急迫性，無時間參加課程，則進行此項流程，由方案輔導員輔導其就業能力與了解職場現實。詳見附件2。

(二)個別輔導：由方案輔導員與學員另外約會談時間，討論上課或工作體驗狀態、未來生涯目標、執行方法等多項生涯議題，針對個別狀況建立具體且可行之生涯計劃。

(三)工作體驗與就業輔導：若經評估具有工作能力，則進行就業媒合階段，本方案提供工作體驗津貼(時數80小時，基本工資190元/小時)與訓字保，且皆與體驗廠商簽訂單位合作契約以保障雙方權益(一式3份，由淨化社會文教基金會、新北市教育局及廠商各自留存)。工作體驗結束後，提供就業輔導，陪伴尋找合適就業機會並陪同面試。

(四)就學輔導：若學員有升學意願，由本會與新北高工輔導室合作，共同進行學校媒合與就學輔導工作，討論學員合適學校與其相關議題(如半工半讀議題等)。

六、聯絡方式：請洽輔導員，(02)22707889分機116、283、182。

七、上課地點：淨化社會文教基金會淨化大樓五樓圖書室上課(新北市土城區學府路一段23巷21號)。

八、休閒興趣：上課場地支持相關器材，提供羽球、桌球、KTV、圖書館、練舞室、電腦教室、電影賞析等功能；輔導員於團體中蒐集學員之需求，以決定進行之活動，並陪伴發展其興趣活動。

※本方案所有費用由教育部青年發展署補助(包含課程費用、工作體驗津貼、保險費用等)，不足之處由淨化社會文教基金會自籌，故學生與家長不須負擔任何費用。

※提供交通費(上限 100 元)、或餐費(上限 100 元)獎勵金等補助項目，詳情請洽輔導員。

※歡迎學員試聽或家長旁聽，若有需求視學員情況現場適性修正。

※最新課程時間表、學員報名表、轉介單、文宣等相關文件，可掃描QR code自行觀看或下載。

【官網課程表】



【相關表單下載】



9月課程表

9月課程以團體輔導為主(輔導員上課)，預計週一、週三進行團體輔導課程，若學生為中途參與，未參與主題則由個別會談另行輔導；週五預計於土城國民運動中心，運動項目由班級投票決定。包含羽球、桌球、溜冰、游泳、射箭等。

9月(週一、週三)	
原來這就是我！	測驗時間到！透過趣味小遊戲，解鎖專屬你的氣質風格！
翻牌！解鎖小宇宙	每一張牌卡，都是一扇小小的冒險之門，你將看見那個獨一無二、閃閃發光的自己！
我不只是一個人！	學生、孩子、朋友，每天都在不同的角色之間切換，練習從他人的故事看見自己，找出生活中默默影響你的人與事。
連結力開箱所	玩測驗、聊依附，探索關係裡的自己，練習自在相處。
關係互動實驗室	在互動中認識自己，學會建立真誠的人際關係。
選擇地圖冒險王	畫出思考地圖，學習做出更好決定，體驗抉擇與風險挑戰。
給未來的我一封信	情緒不是用來壓抑的，而是你面對世界的訊號。陪你一起整理過去的經驗，並練習未來遇到困境時，如何自我支持。
9月(週五)	
休閒活動	一起共同運動享受樂趣。運動項目由班級投票決定。包含羽球、桌球、溜冰、游泳、射箭等。

10、11月課程表

10、11月課程則預計每週一、三、五邀請外聘講師授課，包含咖啡拉花體驗、西點烘焙體驗、藝術療癒活動、射箭射擊體驗、DJ刷盤體驗、塗鴉藝術體驗、活力街舞體驗、人際溝通與互動、勞動權益認識、自我探索測驗等，目前尚在規劃中，詳情請洽輔導員。

10 月	
逆風樓～ 咖啡餐飲體驗	學習餐飲與義式咖啡的概念基礎，以及體驗餐點製作與義式咖啡拉花的實務，了解和看見咖啡及餐飲的樣貌。
勞動權益認識 &面試聊聊	透過老師活潑生動的帶領，了解勞動知識以保障權益，也了解撰寫履歷表、面試技巧與演練，以及職場上相關趣事。
邊玩邊說 勇氣Play	在遊戲裡練習表達，Play出自信，讓勇敢成為你的日常。
尋當日探索	專業諮商師運用尋當日探索生活興趣，認識自我性格與特質，發現不同人格風格。
戀愛必修知能	由專業心理師，帶領學員了解親密關係中如何互動、溝通。
11 月	
友誼練習曲	一起練習交朋友，學會表達感受，找到舒服又真實的人際互動方式。
自我探索測驗	興趣測驗、工作價值測驗、普渡手功測驗、褚氏注意力測驗和個別會談。
烘焙DIY～ 翻糖杯子蛋糕	從認識食材開始，一步步實際操作，感受烘焙之樂趣，體驗自己完成之成就。
玩藝術療心情～ 從玩耍拼貼開始	透過玩塗鴉、拼貼等方式抒發情感、激發創造力、找到適合自己表達的方式，進而探索與整合自我。
街頭藝術體驗	體驗DJ刷盤、塗鴉藝術與活力街舞，玩出青春自信的節奏。
閃亮自信表達	提升表達力，成為自己期待的樣子。
月光族生存戰	模擬支出挑戰，遊戲中體驗存錢與花錢平衡。
我是神射手～ 弓箭與競技射擊體驗	透過射箭、射擊體驗，提升修正自我的勇氣與能力。

附件1-3、第四梯次課程月表

9月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
一	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日
	原來這就是我！	個別會談 (預約制)	翻牌！解鎖小宇宙	個別會談 (預約制)	休閒活動
二	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日
	我不只是一個人！	個別會談 (預約制)	連結力開箱所	個別會談 (預約制)	休閒活動
三	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日
	關係互動實驗室	個別會談 (預約制)	選擇地圖冒險王	個別會談 (預約制)	休閒活動
四	9月29日	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日
	教師節補假	個別會談 (預約制)	給未來的我一封信	個別會談 (預約制)	休閒活動

10月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
五	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日
	中秋放假	個別會談 (預約制)	逆風樓咖啡館1 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	國慶放假
六	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日
	逆風樓咖啡館2 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	勞動權益認識 &面試聊聊	個別會談 (預約制)	戀愛必修知能 (暫定)
七	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
	逆風樓咖啡館3 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	尋當日探索	個別會談 (預約制)	光復節放假
八	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
	逆風樓咖啡館4 —咖啡餐飲體驗	個別會談 (預約制)	邊玩邊說 勇氣Play	個別會談 (預約制)	家庭日

11月課程					
週次	週一	週二	週三	週四	週五
九	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
	閃亮自信表達 (暫定)	友誼練習曲	自我探索測驗	個別會談 (預約制)	月光族生存戰 (暫定)
十	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
	烘焙DIY 翻糖杯子蛋糕	個別會談 (預約制)	玩藝術療心情～ 從玩耍拼貼開始	個別會談 (預約制)	弓箭與競技射擊體 驗
十一	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
	DJ刷盤體驗 (暫定)	個別會談 (預約制)	塗鴉藝術體驗 (暫定)	個別會談 (預約制)	活力街舞體驗 (暫定)

附件2、職涯輔導會談

