**觀賞YouTube 『TYS職涯軟實力』影片心得感想**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **日期** | **主題** | **心得感想** |
|  | 主題一：生涯規劃的重要與 生涯規劃理論 |  |
|  | 主題二：專業定向生涯規劃的重要（依自己系科專注專業的學習） |  |
|  | 主題三：認識自己的特質及 多元智能 |  |
|  | 主題四：生涯信念/積極正向信念 |  |
|  | 主題五：清楚自己的興趣與優勢（做相關職涯興趣測驗） |  |
|  |  主題六：職涯價值觀（做價值觀測 驗）─為你的夢想而戰 |  |
|  | 主題七：時間管理 （應用在自己的學習與生活） |  |
|  | 主題八：讀書管理/考試方法（訪問系上學長姐/或校友） |  |
|  |  主題九：生涯抉擇行動方案/ 生涯心流 |  |
|  | **相關議題** |  |
|  | 生涯抉擇策略（個人資料夾） |  |
|  | 學習歷程規劃─學涯訪談找學涯顧問 |  |
|  | 職涯敘事訪談─職涯訪談找職涯顧問 |  |
|  | 情緒傷害與生涯規劃 |  |
|  | 男女生涯發展的異同─談男女職涯規劃 |  |
|  | 傾聽內心的呼喚/靈性、信仰與生涯規劃 |  |
|  | 考專業證照的規劃 |  |
|  | 心靈地圖 |  |
|  | 幸運絕非偶然 |  |

**生涯規劃，用自己的速度來生活**

**專業定向生涯規劃，實現專業發展的夢想**