

進入職場的靜心準備

導師能引導同學了解一切的學習皆是為了畢業後的就業預做準備，透過自我統整的檢視方式，導師能幫助同學了解自我，讓同學能好好運用優勢，從現在開始多準備幾把刷子，刷亮自己的未來。

大學生的職前準備

在高學歷高失業率的現代，大學生面對未來職場生態，免不了會有些許的擔憂。有些同學可能會為了延緩投入就業市場而選擇繼續念研究所。然而，無論最高學歷為何，我們最終仍需面對就業市場的嚴峻考驗。因此，大學生何不從現在開始做好準備來投資自己呢？現在開始，永遠不會太遲。投資自己絕對是最佳選擇，這不僅擁有最高投資報酬率，而且投資自己也就等同於投資未來啊！

機會永遠留給準備好的人，導師能協助同學及早準備，讓同學在校期間好好運用大學校園中的各項資源來充實自己。

職前準備大探索

導師能幫助班上同學了解如何在職前進行準備，才能讓自己在未來就業市場中成為新寵兒。

1. 維持正面積極肯學習的心態

首先要永遠保持正面、樂觀、積極的態度，那是最受人歡迎的關鍵之一。大家都喜歡接近充滿陽光、有朝氣的人，這是趨吉避凶的道理，畢竟，沒有人會喜歡接近負面、悲觀、消極而一天到晚哀聲嘆氣的人。成功人士大多具有開朗樂觀的人格特質，對於未來也一定會有宏大的願景。正向積極的人不會對未來充滿悲觀的想像，對於職場中的同事相處、上級交辦、工作處理等，也較不會有負面的解讀。

其次是維持旺盛的學習心。大學生在校期間需不斷自我探索，了解自己的興趣方向或專長領域，努力尋找人生目標與生命意義。這些探索的過程，都需要不

斷地學習與累積。人生要學的事情很多，我們不可能全知全能，惟有透過不間斷地學習新的知識、創新的方法或技能，才能跟得上瞬息萬變的時代趨勢。如此一來，我們才能對學業，甚至是未來的工作保持著一份持續燃燒的熱情，讓自我不斷精進，迎接每一個挑戰，不斷自我超越、自我實現。

2. 找到興趣來充實自我能力

現在的大學生，普遍有「對自我興趣或嗜好很模糊」的現象，當大學生被詢問興趣為何，可能會茫然地回答：「不知道。」或許有可能因為他們不太能理解何謂興趣。簡而言之，興趣即是喜歡做的事，例如：唱歌、聽廣播、畫畫、彈鋼琴等。同學了解自己的愛好與興趣之後，就能針對不足的部份加以學習，全面發展自己的興趣成為專業。因為，一旦同學確立了自我興趣，就能思考：「這樣的興趣能否成為未來生涯發展中的職業選擇之一呢？」此時，多方面地進修、學習與充實相關技能，就顯得格外重要了。

舉例來說，喜歡唱歌的同學，在校期間能透過社團或其他相關研習營等，學習發聲方式及歌唱技巧，未來職涯便能考慮往專業演唱歌手方向邁進。聽說流行歌手林宥嘉大學時期常在宿舍學習與練唱，然而，當時技藝不純熟的他，竟曾遭隔鄰室友投訴。由此可知，成功絕非一蹴可幾，它需要不斷地學習累積啊！以喜歡廣播的同學為例，他們可以在校內選修口語表達或正音等相關課程，多多參加廣播主持培訓課程，甚至還可以找機會實際參與廣播節目的錄製等。如此一來，同學在校時的累積，就變成未來就業時有利的相關經歷了啊！

同學們也能運用系上畢業學長/姐的資源，當學長/姐回校分享就業經驗時，能多方地向學長/姐請教。同學也能向學長/姐探問同時期畢業的其他學長/姐目前所從事的行業別，這樣就不難發現，有些學長/姐畢業後的工作並不一定跟大學所念科系完全相關，這其中還牽涉到所學科系是否與自我興趣相符的問題。但真正的關鍵所在，在於同學是否能多方創造自己的被利用價值呢？職場上的老闆，除了會考量用人的專業能力外，大部份也偏好錄用多才多藝的人才，因此，大學生如何從自己的興趣著手，多方面地培養自己的專才，將有利於未來求職的發展。

3. 加強自我外語能力

地球村的時代來臨，語言溝通成為未來職場上必備的利器。大學生在校期間，能好好運用校內各項語言檢定考試的相關培訓課程，充實自我外語能力。最好能在英文之外，另修習第二外國語言。多為自己準備幾把刷子，相信同學的未來，不論走到何處，都能用這幾把刷子行遍天下喔！

4. 考取專業證照來增加自我優勢

大學校園裡，每一個系所都有屬於該系所的相關專業證照。例如：社工系有社工師證照、觀光系有導遊或領隊證照、會計系有記帳士或會計師證照等。這些證照都屬於專業的象徵，擁有證照的人，比起一般畢業的新鮮人顯得更出色。有了專業證照，說不定還可以加薪喔！

5. 累積工讀/實習/志願服務的經驗

工讀/實習/志願服務等工作，都是大學生能提早離開校園舒適圈，跟外界職場實際且直接接觸的好機會。大學生利用課業閒暇之餘，提早進入職場，學習相關的應對進退、待人接物、處世原則等，這些都是寶貴經驗的學習與累積。

一般而言，職場上的老闆都喜歡晉用有經驗的人才，因為，有經驗的同學會比毫無經驗的同學較快上手，也會比較懂得良好溝通及圓融處事的方法。

6. 積極參加社團活動

大學同學要在各方面不斷更新的領域裡，好好地把握機會學習，鍛鍊自己專業以外的長才。

導師能鼓勵班上同學多多積極參與自己有興趣的系學會、系隊、社團的活動等，甚至也能參加校內各單位所舉辦的各項專題演講、工作坊等活動。透過學會或社團等組織的鍛鍊學習和親身體驗，同學能培養互動溝通的技巧、相互協調的能力、團結合作的要領等。這些寶貴經驗的學習，都是未來就業時的致勝關鍵。

7. 爭取擔任幹部的機會來學習領導技能

大學生除了專心於課業知識的學習外，也應該要多方參加班級組織、學生自治會、系學會、社團組織等的幹部競選，爭取擔任幹部的機會來鍛鍊自己的領導能力。畢竟，擔任幹部時，培養的是一個人的領導、管理、用人的能力。一個好的領導者，就有能力在最少的人事紛爭下，做出最好的業務分工，而且還能知人善任，讓每位夥伴都能在各自分派的崗位中發揮所長。這便是未來就業時，主管會期待的人格特質啊！

8. 結識好友與廣結善緣

導師能貼心提醒同學別忘了在校期間，多多結識志同道合的朋友，大家相互學習，各取所長，補己之短。因為，人脈的经营，就是未來錢財的來源。廣結善緣，讓每一位大學時期的好友，都變成同學未來投入職場時的最佳資源，這些資源將成為你/妳工作時最有力的支援與後盾，甚至是你/妳的智囊團，提供您顧問和諮詢。

9. 探索未來職涯方向

設立未來職涯的目標是非常重要的的一件事。

若同學的短期目標是繼續升學、考研究所，那麼，現在就應該要開始探索、搜集自己想念的系所為何？學校是哪一間大學呢？而且還要開始準備考古題，了解未來想念的系所，所學是否與自己興趣相符呢？

若同學未來的短期目標是考公職，那就可能需投入補習班上課補習，或採自修方式準備考試。

若同學打算畢業後直接進入職場，那麼，想要進入什麼樣的職場？有沒有事前搜集足夠的資訊來幫助自己了解職業生態？有沒有找相關行業的學長/姐請教一下，了解看看投入職場需做哪些準備呢？

確立短期的職涯發展目標，就等於確認接下來計劃要走的路。一旦沒有目標，很可能會像無頭蒼蠅一樣，終日無所事事，最後一事無成。惟有確立目標，才能有方向地聚足自我能力，也才能在就業時，較迅速地融入新的工作環境一展長才。

結語

靜宜大學擁有許多資源，能有效協助同學做好未來就業的職涯準備。導師能鼓勵同學多加運用這些相關單位的服務，例如：校友聯絡暨就業輔導室提供的撰寫履歷自傳的方法、就業輔導與諮詢等。若同學有生涯方面的困擾，也歡迎導師轉介同學至諮康中心晤談。讓我們共同協助同學做好職前準備，發展未來光明的人生職涯。

附件：職前準備大探索

同學能藉由以下 10 個探索，檢視一下自我在校期間做了多少的職前準備工作，是否還有其他需截長補短的地方呢？同學亦能藉此了解與發揮自我優勢，讓未來職涯有更寬廣的拓展空間喔！

1. 我有什麼樣的興趣或專長呢（我喜歡做的事）？
2. 針對自我興趣或專長，我學習了什麼來充實自我能力呢？
3. 我的興趣或專長，未來可以發展成什麼樣的職業呢？
4. 我具有哪些外語能力呢？
5. 在專業能力方面，我考取了哪些證照呢？
6. 在大學期間，我曾經累積了多少工讀/實習/志願服務的經驗呢？
7. 我現在有參加哪些社團活動呢？
8. 我在班上或社團裡，曾經擔任過哪些幹部呢？
9. 我在大學期間結識了多少好友呢？
10. 我未來想從事的工作是什麼呢？