

**普通型高級中等學校生涯規劃學科中心**  
**115 學年度「探索未來，安頓內在：掌握工作世界與情緒素養」研習**  
**【南區場次】**

## **壹、計畫依據**

依據教育部國民及學前教育署核定普通型高級中等學校生涯規劃學科中心115學年度工作計畫辦理。

## **貳、目的**

- 一、提升教師對當前職場趨勢的理解，並結合 AI 工具提供具體教學建議與系統化操作工具，強化學生生涯探索的應用。
- 二、透過 104 人力銀行《滑世代焦慮》報告，解析年輕世代焦慮背後的現象成因與心理變化，結合 SEL 培養教師自我覺察與自我照顧知能，並提供教材作為教學素材使用。
- 三、藉由分享與交流激發創新教學策略，透過集體對話拓展思維、促進跨校教師間的經驗激盪。

## **參、辦理單位**

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、承辦單位：高雄市立中正高級中學（普通型高級中等學校生涯規劃學科中心）
- 三、合辦單位：104 人力銀行。

## **肆、參加對象**

具下述身份之教師，按以下優先順序錄取：

- 一、公私立高中職生涯規劃教師、課諮師、輔導老師。
- 二、公私立高中職導師、科任教師。
- 三、公私立國中教師。

## **伍、研習時間、地點與人數**

- 一、研習日期：115 年 8 月 21 日（星期五）09:30~15:30
- 二、研習地點：高雄中正高中－綜合教學大樓 4 樓第三會議室（圖書館樓上）  
高雄市苓雅區中正一路 8 號。
- 三、研習人數：50 人。

## **陸、報名方式**

- 一、全國公私立高中職生涯規劃科教師或輔導教師，請登入全國教師在職進修資訊網報名，研習代碼：5658808。
- 二、報名時間：即日起至 115 年 8 月 10 日（星期一）止。

## **柒、研習流程**

| 時間          | 主題                                      | 主講人                    |
|-------------|-----------------------------------------|------------------------|
| 09:30~09:50 | 報到                                      |                        |
| 09:50~10:00 | 開幕式+拍大合照                                |                        |
| 10:00~12:30 | 看懂產業變化，開啟未來新視野<br>掌握工作世界趨勢，結合 AI 探索生涯方向 | 104 人力銀行<br>王榮春 職涯永續長  |
| 12:30~13:30 | 中午休息                                    |                        |
| 13:30~15:15 | 看見心底的慌，也找到前行的光<br>將 SEL 落實在日常及課堂        | 104 人力銀行<br>劉晨慧 職涯教育講師 |
| 15:15~15:30 | 填寫研習回饋問卷、交流                             |                        |
| 15:30       | 快樂賦歸                                    |                        |

## 捌、研習收穫

一、本研習提供授課引導的教學簡報，協助教師將學習內容導入課堂，減少備課時間。

## 玖、要如何取消報名？

一、為避免報名研習，卻未參加，被在職網系統記錄【曾有「報名但未參與研習」紀錄】，請師長依循下列方式，逕自取消，以免影響日後參加本中心活動資格。

二、取消報名會因時間條件有不同取消方式，請參照以下說明。

(一) 自行取消：

在線上報名開放時間內(8/10，可以直接在「線上報名專區」內，點選「取消報名」，自行取消。

(二) 聯絡開課承辦人取消：

超過線上報名開放時間(8/10)，就無法自行取消。

請聯繫(E-mail 或致電)開課承辦人謝小姐，協助將您的報名資格變更為「審核不通過」，即可取消報名。

來信或來電，請告知您 1.要取消參加研習之日期 2.姓名 3.服務學校，以加速辦理取消作業。

研習承辦人謝小姐電話：(07)7491992 轉 8513

E-mail：[hscr@cchs.kh.edu.tw](mailto:hscr@cchs.kh.edu.tw)

三、研習結束次日，本中心即進行研習時數核發作業，倘若未參加研習，亦未依上述方式取消，導致系統紀錄【曾有「報名但未參與研習」】，則歉難溯及辦理審核不通過。

## 拾、注意事項

一、生涯規劃學科中心不發公文給報名參與者，請各校協助出席教師辦理公(差)假，並協助課務處理。

- 二、南部場(8/21，校內免費提供汽/機車停放，請入校時告知警衛要參加本研習即可放行。
- 三、本次研習提供午餐，請於報名時勾選您的用餐別（葷、素）。
- 四、全程參與者核予全國教師在職進修網研習時數 4 小時。
- 五、研習聯絡人：謝小姐 電話：(07)7491992 轉 8513

E-mail：[hscr@cchs.kh.edu.tw](mailto:hscr@cchs.kh.edu.tw)

本實施計畫公告於國教署普通型高中學科資源平臺-主題增能與培力-學科主題研習  
<https://ghresource.k12ea.gov.tw/nss/main/freeze/5a9759adef37531ea27bf1b0/8WEVEQ56271/6a290db6b9740e76ce404a8f?vector=private&static=false>