

# 職業生涯教練計畫 課程花絮

## 第八屆培訓活動

職業生涯教練計畫  
Career Coaching Program



結束長達一個月的學員報名及甄選活動後，有高度興趣報名活動的同學相信已順利取得參與計畫和教練互動的入場卷，而計畫的第一項重要活動，第八屆學員培訓便在12月暖冬的第三個週末早晨展開了。上午場次為小(副)組長培訓，由岱稜科技的妙莉、兩倩教練和 8th 學生執行團隊共同主持，期望讓擔任小(副)組長的同學們能更快進入狀況，順利帶領小組完成後續活動；下午場次則是全體學員培訓，由主辦單位邀請了優秀的講者來和同學們分享有趣的講題並接著由主辦單位和同學說明計畫開始後的各項時程及規範。

一開場，主持人先帶領同學們進行簡單的小遊戲，協助大家分組，醒醒腦、暖和身體，更熟悉一下待會要同桌討論的夥伴。為激勵分組過程中動作稍慢的組別，主持人特別邀請了這些擔任小組長的同學們一起拍攝了一支小小的聖誕MV，要送給大家當耶誕禮物呢！～而過去擔任計畫小組長、副小組長的學生團隊也和大家分享了過去跑 coach 帶小組和教練互動之經驗，而妙莉教練、兩倩教練則引導各小組進行了案例討論，從案例中學習。看著小組長們認真的表情，相信大家都有滿滿的收穫。

下午的場次，主辦單位特別邀請到了「那些電影教我的事」的水尤來做為培訓開場講者。演講中，熱愛看電影的水尤分享了和水某在看了《一路玩到掛》後，一起列出了想要完成的人生遺願清單，其中一項便是「啟發人心」，於是開啟了一步步建立起「那些電影教我的事」，透過社群網站，藉由文字傳達出許多電影帶來的感觸；也經由不同方式，來完成他們啟發人心的夢想，例如「解憂電影院」便是藉著推薦電影，協助大家解決煩惱。看似一些不起眼的小舉動，但卻能積沙成塔，講者正一點一滴朝著自己的夢想前進，也鼓勵同學們應該勇敢努力追求和實踐自己的夢想；演講中水尤舉例不少電影，給現場的學員們帶來許多不一樣、屬於自己的感想和觸動。

演講結束後，主辦單位發放了計畫學員手冊並說明相關重要規範，讓同學們能對於即將展開的計畫更加了解並請小組長和組員們能夠把握機會相互熟悉，期望小組能在開幕式和教練接觸前，就可以初步凝聚小組課程共識，提前提出讓教練參考，使計畫更能回應同學的需求，也讓企業及教練們更了解青年學子們的想法。一天的培訓很快就過去了，也為迎接計畫開幕式前進行了一場有趣的暖場熱身。學員們，就讓我們和教練共同準備展開一趟豐富的探索學習之旅囉。

