



回首來時路~  
生涯方向探索經驗分享  
夢想之家專業講師

---

**SEP.29**  
**2017**

---

演講廳

1420-1610



# 目錄



- 1. 活動簽呈……01**
- 2. 講師簡介……03**
- 3. 學生名冊……06**
- 4. 講座回饋表…11**
- 5. 活動照片……20**







# 活動簽呈



106年7月13日

# 簽 於輔導室

主旨：擬辦理學生「生命教育暨生涯楷模」專題講座，敬請鑒核。

說明：

- 一、依據本校輔導工作行事曆辦理。
- 二、時 間：106年9月29日（星期五）14時20分至16時10分。
- 三、地 點：本校學生活動中心三樓演講廳。
- 四、參加對象：本校高二每班10人，共約220人。
- 五、活動主題：回首來時路~生涯方向探索經驗分享。
- 六、演 講 者：夢想之家專業講師。
- 七、演講者接待、海報製作、攝影、紀錄安排由輔導室負責。
- 八、經費：為免費之公益講座。（由「夢想之家」贊助）
- 九、敬請設備組協助場地之借用。
- 十、請准予全程參加學生第6、7節核予公假。
- 十一、敬請學活組協助預先於下學期週會時間登錄活動。

擬辦：奉核後，由輔導室處理相關通知聯繫事宜。

敬陳 校長

承辦單位

審 核

決 行

主任輔導  
教 師 趙慧敏

106/07/13 09:59:30

秘書 秦玲美

106/07/19 08:36:51

如擬

擬辦：參加對象修正為高三。

教務處  
主 任 李瓊雲

106/07/19 10:47:09代

主任輔導  
教 師 趙慧敏

106/07/19 08:26:51

敬會

設備組

設 備  
組 長 林彩鳳

106/07/14 08:47:21

生輔組

生活輔導  
組 長 廖貞惠

106/07/14 10:17:16

學活組

暫列入計畫表，如有相  
衝，待行政會議再定奪。

學生活動  
組 長 林文超

106/07/14 09:12:52

教 學  
組 長 劉家欣

106/07/14 08:48:38代

學生事務處  
主 任 吳鳳翎

106/07/17 18:22:13





# 講師簡介



## 中場新人生 盧克文：不斷學習預備更好的自己



基督教論壇報  
www.ct.org.tw

盧克文總經理。(梁敬彥 / 攝影)

### 人物專題焦點見證

記者/作者: [梁敬彥](#) 日期: 2017-02-07

FacebookLineGoogle+TwitterWeChatEmail

【記者梁敬彥台北報導】「在任何職場的位置上，基督徒都要問自己：『主啊！你要我為你做什麼？』」前宏達電子公司御達總經理、宏達電慈善基金會董事盧克文弟兄受訪表示，多數人在職涯中都會面臨「轉職」的決定，他也不例外。對於每年都會出現的年後轉職潮，盧克文鼓勵想在職場見證神、發揮影響力的弟兄姊妹：「無論去留，都要秉持不斷學習的態度，預備自己成為更好的自己」，不要讓自己有限的經歷，限制了神無限的作為。」

#### 不是自己多成功 是幫助多少人

因曾罹患甲狀腺癌及嚴重心臟疾病，讓盧克文思考「職場成功」的意義。他日前在迦南國度協會分享「中場新人生」時，引用管理大師克雷頓·克里斯汀生 (Clayton M Christensen) 「如何衡量你的人生」的話表示：「在你所擅長的領域成功，那並不是衡量你人生的標準，上帝不會衡量，更不會去算數，祂衡量

你是否成功的基礎，是你如何幫助別人成為更好的人，也就是說，上帝是因著那些曾經被你幫助過的人有多少，來衡量你的人生。」

盧克文鼓勵年輕人看重學「力」，預備自己成為更好的人。（盧克文提供）

盧克文給思考轉職者幾個建議：首先，不是想要「逃避」現有職場所面臨到的困難及瓶頸；若是抱著這樣的心態換工作，不管到哪裏都會「撞牆」。他說，不是不能轉換跑道，而是必須要先將原來工作崗位上看似「難解」的問題，試著做處理及交代清楚再離開。

對於因著挖角而有轉職機會的人，有多次轉職經驗的盧克文以過來人分享說，許多看似是「機會」的工作，其實某種程度而言，所面臨的挑戰也更大，基督徒要先確定「自己是否已經做好為主爭戰得勝的預備」？並且神賜下清楚的印證，可以勇往直前。

對轉職者而言，新的職務和薪水固然是很重要的考量；但盧克文鼓勵大家要做熱愛的事情，去做了之後才能發揮生命的影響力。

### 人生每個選擇都像一塊拼圖

談到時下年輕人頻繁換工作，甚至率性離職，盧克文觀察，一個對別人無所謂的人，對自己的生涯規劃也常是如此。一個會率性離職的人，通常只定睛在「自己的不舒服（委屈）」，這表現出來的是耐壓性很差，對長遠的職涯發展而言是不利的。千禧世代之後出生的年輕人，面對挫折和壓力的能力，是很大的挑戰，特別是受到「喜歡快速成功」的價值觀影響，這是造成容易轉換職場的因素。盧克文建議職場工作者，當職場面臨委屈或不公義的對待時，先退一步去思考，在這個職位上，神對你的託付是什麼？要學習的委身又是什麼？讓這個職場，因著你在這裏，能成為祝福的出口而非苦毒的散播者。

他勉勵職場工作者，面臨是否轉職的決定時，要把主權交託給神。人生中的每個選擇都像一塊拼圖，重要的是，最終完成了一幅怎樣的圖畫。「每一塊拼圖，都是關鍵，都是神的帶領和工作。」他說。

文章來源：基督教論壇報 <https://www.ct.org.tw/1302402#ixzz5Se4uN7XU>



# 學生名冊



**臺北市立士林高商**  
**106 學年度第 1 學期**  
**高三各班參加「生涯專題講座」報名名冊**

製表：吳佳珊 日期：106.09.29.

班級	學號	姓名	備註	班級	學號	姓名	備註
301	1040111	葉禹辰		304	1040401	江浩煒	
	1040107	紀彥亨			1040402	汪辰恩	
	1040112	盧德中			1040410	黃承澤	
	1040120	周育晴			1040416	朱庭澄	
	1040122	林家妤			1040422	徐鈺涵	
	1040124	邱盈臻			1040425	陳芷琳	
	1040128	陳可芳			1040426	陳佩君	
	1040134	游詰云			1040430	賴俐吟	
	1040135	巫德元			1040432	簡婕	
	1040115	李孟璇			1040436	蘇彥瑜	
302	1040218	周春伶		305	1040505	張承恩	
	1040210	鄭歡容			1040507	許朝陽	
	1040205	林育禾			1040509	蔡建宣	
	1040225	許嫚嫻			1040516	侯秀玲	
	1040212	韓霏清			1040517	洪立臻	
	1040211	謝永昌			1040522	莊郁庭	
	1040202	朱威誠			1040523	連紘慧	
	1040234	吳紹君			1040529	董芷莘	
	1040207	陳廷宇			1040530	潘奕融	
	1040227	楊子蓁			1040533	陳虹伶	
303	1040304	張晉瑜		306	1040604	高至均	
	1040303	呂振圻			1040620	林千容	
	1040306	許皓惟			1040624	連珮雯	
	1040312	鄧正昇			1040628	陳俐仔	
	1040314	王彥淳			1040612	王亭茵	
	1040316	吳旻蓁			1040619	沈穎君	
	1040317	吳忻珽			1040625	陳沛心	
	1040319	金佩筠			1040623	高子晴	
	1040324	陳盈妤			1040601	李建緯	
	1040329	劉青青			1040610	顏碩志	

班級	學號	姓名	備註	班級	學號	姓名	備註
307	1040701	毛崧宇		310	1041020	陳玟伶	
	1040702	吳尚達			1041011	呂依璇	
	1040703	林佑勳			1041002	吳仁鈞	
	1070704	韋冠廷			1041006	馮家豪	
	1070705	翁子歲			1041008	吳明媛	
	1040706	張家祐			1041032	鍾佳妤	
	1070708	陳枝佑			1041031	謝沛妤	
	1040709	陳冠勳			1041030	賴宜均	
	1070710	陳琮翰			1041033	吳尚豪	
	1040711	萬力睿			1041017	林莉芳	
	1040712	沈彥辛		311	1041133	賴佳敏	
	1040713	林珈沂			1041108	甘欣玉	
	1040714	陳品秀			1041124	陳翊云	
	1040715	謝安瑜			1041122	許琬貽	
308	1040809	林家禾			1041121	梁容	
	1040807	李唯正			1041101	田則安	
	1040831	黃佳儀			1041102	卓勁宇	
	1040819	何美慧			1041103	林辰瑋	
	1040827	潘蕊潔			1041106	黃韋翰	
	1040826	楊斯媛			1041114	洪暘	
	1040823	張珍綾		312	1041213	吳歡庭	
	1040824	曾楷庭			1041224	郭芷伶	
	1040829	蕭酈馨			1041226	陳靜	
	1040801	董品賢			1041229	董湘芸	
309	1040911	王鈺瑀			1041204	高嘉佑	
	1040928	謝旻臻			1041227	曾嘉敏	
	1040931	蘇妍心			1041222	張潔馨	
	1040902	何律霆			1041211	吳沁蓁	
	1040903	吳碩彥			1041208	王翊萱	
	1040919	郭雅緹			1041210	余汶柔	
	1040912	江佩君					
	1040930	簡寧昱					
	1040904	梁傑奕					
	1040905	陳俞碩					

班級	學號	姓名	備註	班級	學號	姓名	備註
313	1041315	鄭學謙			1041638	陳珽銘	
	1041331	曾妮			1041623	秦佩嘉	
	1041323	周詠嫻			1041629	黃念晴	
	1041325	洪郁淳		317	1041708	黃學澤	
	1041327	殷名慧			1041712	王靖雯	
	1041311	許聖彥			1041713	吳至婷	
	1041321	李昱慧			1041715	李宛璇	
	1041330	許婕妤			1041716	李倍瑄	
	1041333	楊靖玟			1041717	林依庭	
	1041324	林舒芸			1071718	林詩軒	
314	1041405	陳俊瑞			1041720	陳又瑄	
	1041406	陳韋劭			1041728	廖品函	
	1041412	葉子濬			1041730	蔣宜均	
	1041414	魏子晴		318	1041803	李明陽	
	1041415	吳芃萱			1041802	朱一靈	
	1041422	邱紫婷			1041804	林致瀚	
	1041424	姜品妤			1041811	吳倍瑄	
	1041425	洪儷恩			1041814	林俐紋	
	1041426	曹雅婷			1041827	葉姿亮	
	1041427	許景存			1041817	奚清琳	
315	1041505	馬兆麟			1041818	張芝瑋	
	1041508	陳品翰			1041806	范祐豪	
	1041509	陳昱昕			1041835	張立彤	
	1041510	陳峰凡		319	1041928	蔡其彤	
	1041512	黃柏菱			1041914	周佳潔	
	1041513	蔡承祥			1041926	黃怡瑄	
	1041517	吳曉禪			1041921	徐瑞渝	
	1041518	李佳螢			1041925	陳富婷	
	1041536	賴柔君			1041933	謝欣汝	
	1041537	謝昀蓁			1041904	林楷巖	
316	1041624	張邑甄			1041905	唐皓誠	
	1041617	林昱慈			1041919	胡家瑜	
	1041625	陳怡玟			1041931	蘇品芸	
	1041618	林宸安		320	1042029	湯欣穎	
	1041602	王鴻喆			1042004	許祥軒	
	1041635	賴亭廷			1042006	陳軍瑋	
	1041639	唐于晴			1042007	黃昱晨	

班級	學號	姓名	備註	班級	學號	姓名	備註
	1042009	劉永祺		322	1042236	劉明琪	
	1042010	賴宏恩			1042205	彭家駒	
	1042012	王孝瑄			1042233	陳沛儀	
	1042019	侯怡安			1042218	李珈萍	
	1042032	黃資茵			1042226	張靜文	
	1042037	盧嫻蓉			1042225	高婉瑛	
321	1042109	羅劭璋			1042221	邱盈之	
	1042108	鄭家桐			1042202	陳彥璋	
	1042136	蕭婕			1042229	許郡恬	
	1042117	林祐禎			1042209	鄭宇辰	
	1042121	姜錦蓉					
	1042105	陳禹丞					
	1042102	周靖堯					
	1042110	王泊勻					
	1042132	黃筠婷					
	1042106	陳霆軒					

※1.時間：**106.09.29.【五】**下午第**6~7**節（**14：20~16：10**）。

2.地點：**學生活動中心3樓演講廳**。



# 講座 座 回 饋 表



# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

實施班級：301 班

主題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：職場品格與競爭力 — 盧克文



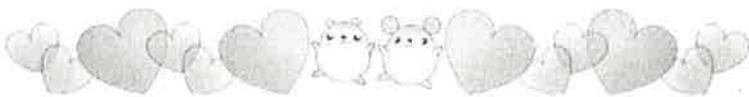
種下思想，收穫行動；種下行動，收穫習慣；種下習慣，收穫品格；種下品格，收穫命運。

無論你是誰都需要自信。同樣角色當自己的成果讓自己有自信，更努力去完成每一件事情。在職場上不仅需要自信，更需要對責任的工作的責任，把公司裡的工作當作一回事，公司是個團隊，不是完成上級要求事項就好，而是懂得顧及公司的其他東西。成為一個老闆，公司重視你的員工，無論是學習能力、謙虛等等。"比你的競爭對手更快學習你的對手" ~~這個~~

心得與建議：



藉由這次的講座得到了很多以往不同的學習，收穫。"成為一個公司、老闆重視你，需要你的員工，~~不要~~勇於學習，文品不代表一切，而是帶著自己的信念努力去完成自己的工作，那過程中即使辛苦，但必然我們也從中學到別人未必能獲得的經驗。一個人的成功與否，並不是文品，而是自己是否能堅持著信念努力下去。"



記錄人簽名：周育晴

# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

實施班級：302 班

主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

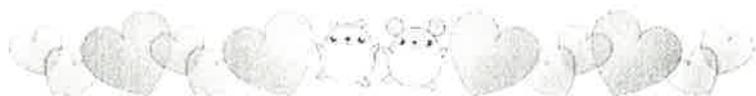
實施內容：

 讓人覺得你是值得的，你的價值不取決於學歷，而是他人如何看待你的！如何讓你的薪資遠遠超越其他人，甚至比自己的上司還要高呢？如何讓許多公司不惜一切代價，拚命調高薪資只為了讓你加入他們公司呢？一切都取決於你是否是值得投資的！文憑，證照不代表一切，努力提升自我價值才是真正重要的！

品格決未來	帶來的成果比賣命所換取的更有價值。
種下思想，收穫行動。	自信會給人們帶來截然不同的人生。
種下行動，收穫習慣。	努力不一定會成功，但會積累個人實力。
種下習慣，收穫品格。	好的品格會使你的人生更加順遂。
種下品格，收穫命運。	學習能力是不可獲缺的一項技能。

心得與建議：

 今天的講座讓我受益良多，一昧的追求文憑是徒勞無功的，它只能證明你的過往，對你個人的證明，但這並不意味著什麼，你的謙虛決定你的高度，你的品格決定他人對你的態度，你的勤勉，向學決定你學會東西的多與少，你的努力決定你的實力的深淺，你的一切都取決在於你自己，想要成為怎樣的人就要有著同樣的行動，今日講師講述著他人生經驗，給我們帶來良好的啟發。



記錄人簽名：周春伶

# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日 第 6、7 節

實施班級：307 班

主題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：

1. 講員簡介：盧克文

2. 品格與未來

3. 招聘新職員的五大標準

4. 2015. Jan 哈佛商業評論 HBR

5. 做好員工活 (影片)

6. 挫折及逆境 (木幾會)

7. 品格的形塑 (生命道路. 真理)

安璞拉連克沃斯博士

心得與建議：

覺得這個講座還不錯，講的很深刻，了解的好多好多事情，對

我在找工作方向，最近超煩心的。自己在找方向好煩惱！

關於升學方向很難會找到想要的～。在職場的態度要出來，

除非自己的工作有責任感帶任的工作，主管才會要你。

提問是很重要的不問會後悔。上課 and 工作要有態度出來。

記錄人簽名：陳冠勳

1040709

# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

實施班級：309 班

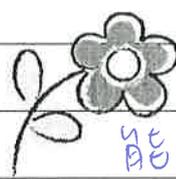
主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

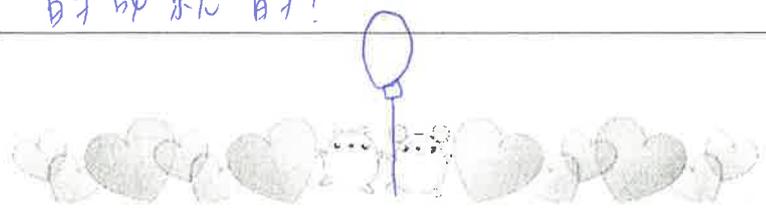
實施內容：

 今天邀請一位偉大的人物演講給我們聽，跟我們說了公司要請人的 5 種標準：1. 學習力 2. 領導力 3. 謙虛 4. 主人翁意識 5. 專業知識，這些不只有 google 公司需要，以後去任何地方都要這樣才能受到主管的青睞，要懂得活到老學到老的精神，永遠都要比對手更加的努力，自己才會更上一層樓，在我們現在能辛苦時，不要選擇安逸，走出舒適圈，找出屬於自己的一片天！人生怎麼苦也要走過，今天聽了很多社會成功人士的例子，要成功就要堅持下去，或許路途上會有很多絆腳石，但最後的成集將會是屬於自己的。



心得與建議：

 在高三這年，似乎沒有任何事情比讀書重要，現在的我們每天都在用功，好言囊之後填志願能毫無畏懼的填上第一志願，之後進入社會，主管們在看履歷時才能展現我們亮眼的學歷，書日讀得好很重要，做人更重要，有好的學歷不一定就能有好的成績，要時時增強自我，不要只會死讀書，擁有一謙虛的心，以後的道路還很長，一定能有好的成就的！



記錄人簽名：王鈺瑋

十

1040911<sup>15</sup>

可愛的人！

臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

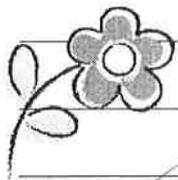
高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

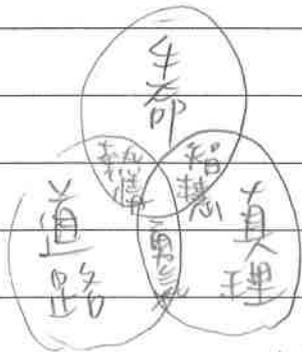
實施班級：311 班

主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：



挫折 + 逆境 = 機會

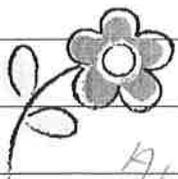


態度決定高度！  
用心

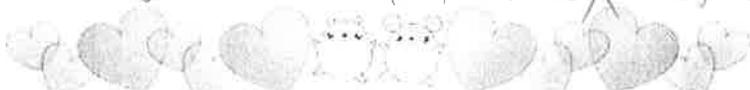
Do the right thing!

Do the thing right!

心得與建議：



企業家分享了許多人生經驗以及許多品格教育的小故事，每個故事都給我們很大的啟發，讓我們面對未來更有信心和方向，激起我們對未來的熱情與渴望！



記錄人簽名：\_\_\_\_\_

# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日 第 6、7 節

實施班級：312 班

主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：

 品格決定未來，不同的思想、品格，影響未來第一份工作的選擇。「你若盛開，蝴蝶自來；你若精彩，~~世界~~ 天自安排。」種下思想，收穫行動，思想是任何行動的根源。

遇到挫折，把握機會，心態改變，建立自信，改變的起點，介紹自己和自身經驗及啟明學習的重要性。

要讓自己有能力，讓企業老闆拿資金來投資你。

在遇到貴人前，要先準備好自己的能力、

有符合到 google 需要的 5 個人特質

王貞治的態度很完美，才能締造奇蹟。

心得與建議：

 聽完了這場演講，獲益良多，希望未來我也能夠很成功。四年後即將步入職場，學習到很多未來會面對的事情，不要輕易放棄，遭遇挫折也要當作人生的一個小過程，不足掛齒。做為一個人，該有的好品德，是會怎麼影響自己的一生。任何事都不該半途而廢，應堅持下去。

不管人生到哪個階段，都要不斷的學習，唯有讓自己不斷學習，才有競爭力。提早讓我們了解社會的競爭力有多大，提早準備自己。爭 我發現不管做什麼都要努力去做。

記錄人簽名：吳歡庭

# 臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

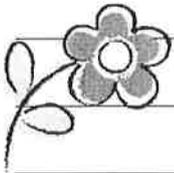
## 高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

實施班級：315 班

主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：



品格決未來，自信同樣，有自信，才能把握住機會

Google 招人的標準：專業、意識、謙虛、領導力、學習的能力

走出舒適圈，找到屬於自己的天賦

心得與建議：



雖說特例不能當通則，但正因如此，我們才應該努力成為那個特例。

本場講座使我收穫最大的，就是得知以目前社會的現況來說，人才的標準為何，同時也給了我一個方向。



記錄人簽名：馬兆麟

臺北市立士林高商 106 學年度第 1 學期

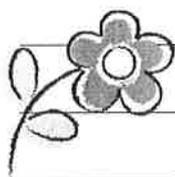
高三週會講座記錄表

實施日期：106 年 9 月 29 日第 6、7 節

實施班級：313 班

主 題：回首來時路～生涯方向探索經驗分享

實施內容：



職場品格 & 競爭力

尋找生命中的樂趣

勇於嘗試

書本推薦：品格決未來

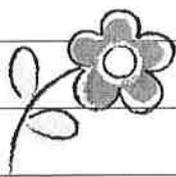
提倡「never give up」

google 聘人的五大標準：專業知識、主人翁意識、

謙遜、領導力、學習能力

挫折 = 機會

心得與建議：



聽完了這個演講之後，我了解到「如果你

想要什麼，你就要朝著想要的方向努力」

盧克先生的演講，讓我看懂了人生該努

力的方向到底是什麼，也提醒了我，不論遇到了任何

事，也都不要放棄



記錄人簽名：鄭學謙



# 活動照片



# 活動照 正



# 活動照片

