116年青年生涯領航計畫
【青年撰寫企劃書重點】

桃園市立平鎮高中
曾露瑤

壹、六六大順─有哪些體驗學習類型？

貳、申請自傳，到底怎麼寫？

參、輔導過程，學員常見的問題

肆、Seeing is not believing.

AGENDA

壹、有哪些體驗學習類型？

青領計畫：六大體驗學習類型

1. 職場體驗



- 進入真實職場
- 學習專業技能
- 釐清職涯方向

2. 志願服務



- 參與國內外服務
- 關懷弱勢
- 探索自我價值

3. 國內外壯遊探索



- 跨文化探索
- 訓練獨立生活
- 提升適應力

4. 達人見習



- 向專家拜師
- 學習深度技藝
- 傳承職人精神

5. 創業見習



- 參與新創運作
- 產品開發
- 學習創新思維

6. 社區見習



- 深入地方社區
- 理解公共議題
- 建立土地連結

體驗類型

職場體驗

依自身興趣和專長，
自行尋求國內職場體驗的機會，
在真實場域中實踐，
累積職涯經驗，
培養韌性與未來力。

青年發展署 職場體驗　台灣就業通　YOUTH職涯

體驗類型

志願服務

至國內外機關、 機構、
學校、法人或非營利組織
等，從事志願服務。

青年發展署 志工服務　青年發展署 海外志工

體驗類型

創業見習

至國內外新創公司見習，
學習產業運作方式與了解
市場生態。

青年發展署-創新創業

體驗類型

壯遊探索

至國內外各地長時間遊歷，
與深度互動交流，了解各國
文化、風土民情，並賦予自
我新的挑戰。

壯遊體驗學習網

青年發展署-青年壯遊點

體驗類型

達人見習

選定國內外之機構，
向達人學習特有的技藝，
增進個人文化素養或技術
涵養。

青年發展署 職場體驗

RICH職場體驗網

體驗類型

社區見習

至國內外社區組織見習，
認識社區文化及在地產業
資源，學習社區營造、
永續發展與地方創生。

青年發展署 社區參與

貳、申請自傳，到底怎麼寫？

青年體驗學習計畫 - 個人探索與成長企劃

壹、自傳與成長背景



成長簡述：注重自主思考與實作，培養好奇心與獨立解決能力。

高中歷程：自主學習組長、文化專題研究優等、積極志工。

個人專長：專案規劃、數位媒體創作、基礎數據數據分析。

自我期許：打破框架，理論轉實務，成跨域整合行動者。

貳、申請動機與探索脈絡



為什麼想參加：
大學前釐清生涯方向，透過真實社會體驗，透過真實社會體驗尋找熱情。

影響我的探索：
工作坊發現課本與實務落差，促使跨出校園。

基礎深化與成長：
深入不同產業與工藝，深化實務與人際網絡。

參、企劃主題與執行方法



核心探索：
傳統工藝現代轉型、在地方創生實踐。

兩年時程：
1-6月:創生團隊職場體驗
7-12月: 工藝師傅拜師見習
13-18月:全台壯遊田野調查
19-24月:成果整合展覽製作

執行記錄：
影音Vlog、田野筆記、實體/線上作品集。

肆、預算規劃與資源配置



經費預估(總計約42萬元):
- 交通壯遊 8萬
- 住宿生活 20萬
- 學習材料 10萬
- 保險雜項 4萬

籌措方式：
- 獎金補助 28.5萬
- 職場/打工收入 10萬
- 個人儲蓄 3.5萬

伍、預期學習成果與成長指標



硬實力：
- 考取證照(1~2張)
- 完成紀實作品集及成果展
- 掌握工藝工序與行銷工具

軟實力：
- 獨立解決問題能力
- 跨文化溝通與專案協調能力

教育部青年生涯領航計畫體驗學習企劃書（參考格式）


Q & A

Q1：計畫申請好像沒聚焦，妥當嗎？

A1：未來規劃欲與「海洋法」領域相關，大學就讀科系亦為此，惟先藉由傳教充實個人見識、增進與他人互動溝通之口表能力、勇氣...。故建議計畫鋪陳與說明須明確聚焦於此加以說明。

Q2：我只知道想壯遊 (或職場體驗)，但地點還有細節都還沒有頭緒~

A2：(1)現階段雖尚未知可傳教之地點、時間，亦可先參考過往教會傳教人士之實例、經驗，約略模擬規劃出計畫表。另關於「海洋相關場所」壯遊部分，盡可能具體說明哪些地點 (2)若欲進行職場體驗，請簡要說明欲見習之單位，或告知現階段已查詢或接洽的單位有哪些 (WHERE / HOW / WHY)。

Q3：檔案一看，就好像是chat gpt AI 生成？

A3： 企劃書內用字需調整（EX：說白了就是傳教以後，不一定會一樣）；企劃書內避免出現與本計畫無關之說明 (EX ：「選擇本科系」)

Q4：計畫出現「講座學費」？

A4：學習費用部分，申請費用有一項（參加講座），建議應說明實體或線上講座，又為何估價4000元？現階段已搜尋還有規劃哪些講座課程，可作增列。

Q5：計畫出現「交通費」？

A5：交通費（火車來回）部分，5000若以「台中—台北」自強號來回一趟1000元預估 (暫定5趟)，也可說明為何是以台北為交通費暫定地點？是和參加講座有關？又或和什麼規劃相關？建議可在計畫中增補說明。

Q6：想要邊探索未來，邊考證照！

A6：(1)申請者應較具體告知為何考證照不以邊唸大學(例如財經等相關科系)邊考證？若修習課業過程感非興趣之所在，亦可藉由轉系考等方式轉換跑道 (2)學習簡報能力如欲藉由網路資源為之，亦可藉由唸大學期間同步為之。故建請計畫內增補說明需要申請此計畫加強此能力之必須。

Q7：我想創業~真的不想領人薪水！

A7：計畫可增補說明「創業計畫」之簡版
(讓委員們更有感你的決心和計畫)

Q8：我計劃的學習與打工多為短期、實作導向，通常需要接近時間才會知道是否有職缺.....

A8：職缺雖計畫以短期、實作為主，需近打工前方可確定，然因壯遊仍有生活開銷等需求，因此建議更具體的先將「可能」申請的職缺 (包含哪些網站有參考之訊息、可能打工的類型、工作內容、可能收入等...)簡扼說明。避免自己到異地後才開始找尋打工機會，致使職場體驗之目的無法聚焦、實現。

Q9：皇上，臣妾似乎做不到啊~~~

A9：多領域探索之念想非常好，然申請者須考量可行性 (即壯遊時間、地點、生活開銷支應等...)，而非過度理想化之規劃。例如申請者欲前往尼泊爾體驗「冥想」課程，經諮詢後確定申請者欲藉報名當地「冥想課程」體驗，又該課程多以英文為之，對此諮詢委員便希冀申請者聚焦「若英文能力尚堪不足，如何能基礎體驗此課程」？申請者對此表示自己在前一年半左右時間，已於「澳洲、歐洲」等國壯遊，因此英文能力多有增進 (對此，諮詢委員較擔憂若澳洲打工之性質為農場，增進英文之空間有限 / 又申請者表示假日時段多有旅遊等況，諮詢委員則較擔憂如何達成計畫書中「藉由澳洲打工存錢，俾存前往歐洲之生活開銷、支票費用)。

參、輔導過程，學員常見的問題

常見問題

Problem

① 委員我可以換「體驗類型」嗎？頭洗一半了，有點尷尬？
② 「6小時職前課程」遲遲未做？(職場體驗必要條件)。
③ 進度似乎原地踏步？怎麼辦？
④ 幾乎學員都未有「短程、中程、遠程」規劃。

常見問題
Problem

⑤ 醉翁之意不在酒？前幾個月我有經濟壓力，所以我需要先賺錢...。

⑥ 月誌流水帳，較不見彙整力、不具脈絡和邏輯性。月誌是AI好朋友？(可以用AI嗎？)

⑦ 檢視自己，又進步了些什麼？(有哪些進度和上階段不同？有達成目標嗎？)

⑧ 如果壯遊前，我仍在學習語言的路上.....這條路我怎麼紀錄？

肆、Seeing is not believing.


感謝

🖤💜💙💚💛🧡❤️🤍