

# 協會課程

## 111 年《星兒就業成長友伴團體》

協助您的孩子提升人際互動技巧及職場適應能力，並體驗正向情緒經驗與有效紓解壓力

主帶領老師：簡宏生 督導

副帶領老師：張社工

上課日期：111 年 1 月~12 月，每次 3 小時，共計 12 場(36 小時)

【1/9(日) 2/13(日) 3/6(日) 4/10(日) 5/15(日) 6/12(日)

7/3(日) 8/7(日) 9/4(日) 10/2(日) 11/6(日) 12/4(日)】

上課時間：下午 13:30~16:30

參加對象：(限 12 名)自閉症類群，16~34 歲，即將或已經進入職場者。(接受自閉症類群伴有輕度智能障礙者)

上課地點：本會教室(新竹市東區東南街 142 巷 28 號 2 樓)

費用：\$2,500 元，保證金\$1,200 元(全勤退還保證金)

報名專線：03-5611095，即日起可報名

※注意：需另外參加星兒友伴團體交流活動，活動共 12 場次，

辦理日期會另行通知。

活動內容:(帶領員：張社工)

- 1.討論三天兩夜遊行前準備及出遊
- 2.各式義賣及協會會員大會志工活動行前討論及準備
- 3.學習烹煮家常菜活動
- 4.如何在職場與同事建立關係展開對話練習活動
- 5.如何辨識他人及自己的情緒練習活動
- 6.學習自立生活能力





# 協會課程

## 111 年《星兒就業成長友伴團體》

### 111 年星兒就業適應友伴團體課程(每堂 3 小時)

上課日期

【1/9(日) 2/13(日) 3/6(日) 4/10(日) 5/15(日) 6/12(日)  
7/3(日) 8/7(日) 9/4(日) 10/2(日) 11/6(日) 12/4(日)】

上課時間

下午 13:30~16:30

#### 團體主題

1	認識自己的特質 - 瞭解自己、接納自己
2	生涯探索 - 認識生涯彩虹圖
3	生涯探索 - 建立屬於自己的生活典型
4	社會技巧學習 - 解讀職場對話密碼
5	團隊合作與溝通技巧 - 桌游活動(一)
6	團隊合作與溝通技巧 - 桌游活動(二)
7	戀愛大觀園 - 認識兩性差異及自我保護
8	情緒觀照 - 覺察自己的情緒
9	情緒臉譜 - 解讀他人的情緒
10	我是時間的管理大師
11	金錢規劃能力及管理認知的建立
12	揚帆前行 - 我的職涯規劃

課程備註：每次上課前一小時會固定帶領學員進行體適能強化活動，增強學員動作協調及心肺功能，同時協助養成運動習慣及認知。