



國資已付
郵資已付

板橋郵局許可證
板橋字第371號
(無法投遞時請免退回)



中華郵政板橋雜字第102號登記證登記為雜誌交寄
中華民國八十五年八月十五日 創刊

第六十期(季刊)●免費贈閱

發行 財團法人友好公益基金會
新北市友好潛能發展中心

發行人 林振木

總編輯 黃麗琪

編輯 董加芳

地址 新北市新店區行政街十巷六號

電話 (02)2912-9222 · 2914-3307

傳真 (02)2917-0975

劃撥帳號 0018040-5

Http: www.tacocity.com.tw/goodwill

E-mail: gwpotent@ms17.hinet.net

【由於您的支持,使我們不斷成長茁壯!】

友好人



結訓學員 羅汶淇

機會是留給準備好的人

很多人都會好奇,視力不好怎麼可能做好需要相當消耗眼力的美工工作,我始終相信「做事找方法」,只要有心想做、就能把事情做好,在「友好」上課時我把握機會儘量向老師請教,把職場上所需要的美工軟體,努力摸熟,希望在結訓求職時,我是已經準備好的。

進入狀況、快速上手

身障者進入職場後,通常都會需要一段時間適應學習,因此一開始,耐心及毅力是很重要的,如果可以盡量把適應學習的時間縮短,畢竟企業需要的都是「即戰力」越快把工作上

我的名字是羅汶淇,我是一名先天性弱視的身障者,從小我就立志要從事美工設計相關的工作,但是在剛出社會時總是因為不熟電腦美工軟體和視力不佳的問題而求職四處碰壁;先天的視力問題,我無法克服,但是後天的美工軟體不熟,不應該成為找不到工作的理由,因緣際會下我在西元2000年參加「友好-廣告設計班」職訓,補足了我職場技能的不足,更了解不同軟體功能可協助「身心障礙者」解決身體功能上的不便。

我目前在楊梅天成醫院擔任美工,已經在這工作任職十年了;以下幾點經驗分享,希望可以讓身心障礙朋友們在進入職場前能有基本的心理建設。

手，除了可以讓企業主看到你的能力，也能讓企業主對你產生信心。

在工作中找到熱情

天底下沒有任何工作的本質，是一直多變有趣的；讓工作維持令人樂此不疲的秘訣，在於自己有能力去覺得工作有意義；我的工作是在醫院美工，但是工作上的創造性不比其他產業的美工設計生動有趣，如何在既定的框架中，找到足以讓自己可以產生成就感的事，是每個人在職場上要做的必修功課。

要有抗壓力，面對它

工作上的壓力是無可避免的，有些壓力來自於上司或同事，更有些是來自於客戶，工作壓力有助於學習成長；如何把工作壓力化做進步的動力，首先就是面對它，不要想逃避，再來就是處理它、超越它；讓壓力變成進步的動力。

要有溝通協調的能力

工作上面對客戶與同事，或多或少都會有意見分歧的時候，身障者要勇於溝通，要懂得如何表達自己的想法，讓自己的想法讓對方清楚了解，當然也要清楚客戶或同事想要表達的是什麼？溝通是雙向的，如果你說服不了對方，那就想辦法協調出彼此都能接受的「點」，讓工作可以順利進行。

會做事也要會做人

做人比做事難，工作職場上什麼人都有，任何人都有可能是你的貴人，身障者在職場上總有需要同事協助的時候，如何讓同事樂於提供協助，就看你平時是如何與同事打好關係了；身障者也不應該在辦公室內搞小圈圈，搞小團體這樣或許迎合了某些人，相對的也得罪了另一群人；保持中立誰也不得罪，「以和為貴」是我認為身障者在職場上安身立命的重要守則。

好還要更好、要精益求精

身障者在企業裡要讓企業主看到你在工作上的用心，身障者在職場工作不應該單單只是要求做完做好，更要做到對，避免同樣的事情一再的重複去做；時常思考如何能夠把工作做的更好，這次要做的比上次好，平常人在工作上只要求70分，身障者如果可以，應該要求自己做到80分，對自己有要求，才能應付別人提出的要求；別人才會放心把事情交給你。

投資自己、不斷進步

如何在職場中不被企業當成可有可無的人力，而是不可欠缺的人才，把自身的工作做好固然重要；然而單一專業的需求已經無法跟上現今職場的快速變動，必須要融合兩項或三項的專長，不斷學習新技能，為自己加分才能在職場上取得競爭優勢，讓企業主看到你的價值。

「敬業樂群」是身障者在職場上最基本應有態度，讓自己用心工作、樂在工作；言行舉止能夠對公司發揮正面影響；有了這樣的表現相信到那，都會是企業主喜歡的員工。

身障者在職場上做好自己應該做的事，為自己的工作盡責、這樣也是為自己的人生負責。





本中心黃主任代表「友好」接受
由連主席代為頒贈「婦聯關懷專案」補助款合影。



大事紀剪影



**一〇三年一月十六日（星期四）**

廖老師參加新北市政府勞工局及經濟部舉辦之「商工電子公文交換服務系統」及「跨平台公文製作模組」推廣說明會。

一〇三年一月廿日（星期一）

黃主任、廖老師前往新北市政府勞工局辦理103年度身心障礙者職業訓練議價簽約手續。

一〇三年一月廿三日（星期三）

新北市新店區公所工作人員暨文山社福中心主任一行人至本中心致贈103年度春節慰問金、由黃主任代表「友好」接受，並回贈感謝狀。

一〇三年一月廿四日（星期四）

陳老師、賴老師及游老師帶領日托班學員至新店家樂福進行社區適應活動。

一〇三年二月廿二日（星期六）

三重高中前來中心帶領日托班團康活動。

一〇三年二月廿五日（星期二）

新北市政府勞工局陳菁菁小姐、新店職業重建中心王督導、黃主任、董行政組長、羅社工員、游老師共同召開103年度身心障礙者職業訓練錄訓評估會議。

一〇三年三月八日（星期六）

黃主任、羅社工員參加財團法人中華民國婦聯社會福利基金會舉辦國際婦女節慶祝大會暨「婦聯關懷專案」捐贈，由黃主任代表「友好」接受，並回贈感謝狀乙幀，以示謝忱。

陳老師、游老師參加台北市立文山特教舉辦103年度「應屆畢業生轉銜安置機構巡禮」。

一〇三年三月十一日（星期二）

召開第十七屆第十一次董事會議，假新店「友好潛能發展中心」由林董事長振木主持。

一〇三年三月十三日（星期四）

羅社工員參加新北市政府勞工局舉辦之「103年度新北市身心障礙者就業基金專業輔導團聘任暨與受委託單位代表座談會」。

一〇三年三月十九日（星期三）

陳老師、賴老師及游老師帶領日托班學員至臺北市立動物園進行社區適應活動。

一〇三年三月廿一日（星期五）

游老師參加社團法人臺灣防災教育協會舉辦之「防火管理複訓」研習課程。

一〇三年三月廿五日（星期二）

羅社工員參加新北市政府勞工局舉辦之「103年度新北市身心障礙者第一次就業轉銜聯繫工作會報」。

一〇三年三月廿七日（星期四）

陳老師、賴老師及游老師帶領日托班學員至中正紀念堂進行社區適應活動。

一〇三年三月卅一日（星期一）

廖老師參加衛生福利部社會及家庭署舉辦之「社會福利補助經費申請、執行及會計作業研習課程」。

捐款徵信

(103.1/1~3/31)



捐款芳名錄

財團法人友好公益基金會

劉文欽.....	3,000
林伯堅.....	3,000
陳芳富.....	2,000
潘鵬宇.....	1,000
高 平.....	1,000
彭明汝.....	1,000
李玉滿.....	1,000
喻宗明.....	1,000
鄭詠秀.....	1,000
洪坤男.....	500
黃郁婷.....	500
李彩雲.....	300

新北市友好潛能發展中心

杜鈞懿.....	10,000
郭楊代珍.....	8,000
陳履凱.....	6,000
陳美智.....	5,000
黃志傑.....	3,000
林益豐.....	3,000

實物徵信

(103.1/1~3/31)



捐贈芳名錄

新北市友好潛能發展中心

劉先生..... 書籍13本



※ 成人日間服務（人際溝通、社會技能、居家生活、休閒生活、社區生活、實用學科、健康維護、工作人格、工作技能……等）凡16歲以上，生活能自理之智、多障等身心障礙朋友，歡迎加入友好“日托班”！

※ “志工招募”～歡迎對美勞、園藝、團康……學有專長之熱心人士、團體加入服務行列。



想起我第一份正式的工作是電話客服員，跟以往所學習的相差甚遠，可以說毫不相關。有些人可以將自己的興趣學以致用於工作上，但多數人都從事跟自己興趣無關的工作，而我也是多數人之一。從離開「友好」到之後的求學過程中，一直以「美編及文書處理」的方向學習技能與知識，從沒想過有一天會因為環境限制而被迫接受截然不同的工作領域，讓我領悟到現實總是凌駕在理想之上，讓人常常不得不低頭；不得不接受。

職前訓練三個月，每天帶著輪椅騎上機車來回往返約快兩小時車程，卻不覺得遠，每一刻都過得戰戰兢兢，深怕跟不上進度，又要再度成為失業份子。到了上機驗收日那一天，我果然還是沒通過，但很幸運的公司給了我一次機會，使我更加努力學習、接受挫折、突破困難，讓自己不落於人後，所以第二次驗收終於通過。但想到未來要從事自己不喜歡的工作，但又能為生活帶來安定，內心百感交集，既高興又哀怨。幾年後幸運之神再度臨幸我，偶然的機緣裡，經朋友介紹轉至學校服務，雖然薪水比電話客服少很多，卻能徹底發揮惜日所學，讓我得到很大的滿足感。

結訓學員 鄭秀如

電話客服時常會影響一整天心情上的好壞，使我無法在這個行業待到退休，但也很感謝有這一段客服經驗，讓我在之後的工作環境中與“人”相處更加融洽，比起一整天的客服電話相比，面對學校同事或家長的抱怨和訴苦，似乎都只是小菜一碟。

每當使用「美編、文書」軟體時，我很感謝「友好」的老師們，因為你們無私用心的教授，讓我擁有技能；每當思考設計時，我很感謝就讀過的學校老師們，因為你們的知識養成，讓我的設計得到養分；每當遇到問題就想辦法克服困難時，我很感謝我的家人，因為你們的信任讓我獨立，因為有你們，才能造就現在的我。我喜歡現在的工作，因為它讓我有時間感覺快樂、品嚐生活的點滴。有時覺得老天頑皮的關了你一扇窗，實際上也在某個地方開了另一扇門，等待時機迎接你。



看到報紙斗大的標題寫著「給魚給竿 拉人一把」蔡衍明愛心基金會送報助街友，基金會無償提供報紙給人安基金會輔導的街友，賣報學習自立。同樣的「友好」；也曾經協助具有就業意願及能力的我，得以提升就業技能、增進勞動參與能力，促進我就業並安定生活。

十多年前因為公司裁減人員，使我失業在家，長達一年的時間，賦閒在家不願再出去找事做，整天無所事事，靠父母微薄的收入生活，本想我會就這樣過一生了。有一天朋友告訴我「友好」，有職業訓練招生的訊息，問我要不要去試試看，心想沒有聽過「友好」這個機構，更不知是什麼性質的機構，職訓課程教些什麼，事事求實的我，決定親自拜訪機構了解，經由社工講解介紹才了解「友好」成立於民國57年，是一個為「身心障礙」朋友提供職業訓練、收容養護的地方，職業訓練課程相當符合「身心障礙者」且專業多元，有「廣告設計」、「影像處理」、「辦公室軟體應用」、「排版實務應用」、「網版印刷」、「鐘錶刻印」等班級。

機構雖小且隱身在新北市新店區公所後一小巷子，但設備完整、服務專業，老師皆是業界實務工作者，從事職業訓練教學多年，所有教學內容都以職場實務為導向，教學方式活潑實用，職

結訓學員 陳淑芬

業訓練不但可以學得一技之長也可以找到一份適性的工作，而且又有生活津貼可以安定目前生活真是不錯。

在一年的課程訓練期間除了有生活津貼外，我接受「友好」董加芳老師耐心教導各種電腦知識，並且學習團體生活。記得董老師最常說的話就是「身心障礙者一定要認清，如果沒有你自己同意，沒有人可以看輕你」，「更要記住"辛苦"是身心障礙一輩子的學習元素」來鼓勵激發人心，更從中學習教導如何成為圓融的人，與若遇到衝突如何檢討自我與情勢來化解危機，老師不只教技藝也教心，相對也慢慢建立我的自信心，讓我可以重新投入社會行列。

結訓一個月後就找到了現在的文書處理工作，剛開始只是登打文書及辦理臨時交辦事項，長官發現我不只可以完成交辦事項外，還能教導同事辦公室各種事務，並且與同事相處融洽，同事及長官都讚許有嘉，每每長官高升與新任長官到任交接時都不會忘記說「她是好幫手」；能受到長官的賞識及同事的讚許，都要感謝「友好」及董老師的用心協助，使我得以提升就業技能，增進勞動參與能力，促進我就業並安定生活。