

臺南市私立慈濟高級中學 110 學年度生涯發展教育活動

一 國二生涯探索小團體輔導實施計畫

壹、依據

一、十二年國民基本教育課程綱要(生涯規劃教育)。

二、本校 110 學年度生涯發展教育實施計畫。

貳、目的:藉由小團體活動進行，讓學生更加了解自己，發揮潛能，培養良好的表達、溝通能力、問題解決能力。

參、辦理時間：110 年 10 月 30 日(六)9:00~16:00。

肆、實施對象：本校國中二年級學生，人數 6-10 名。

伍、參加方式：

一、由國二導師、綜合活動課老師推薦及學生自由報名，經輔導室審核錄取後參加。

二、為鼓勵學生勇於探索興趣與了解自我，全程認真參與小團體活動的國二學生核予嘉獎一支。

陸、團體帶領人：

一、團體領導人為臺南大學諮商與輔導學系四年級實習生。

二、團體領導人不支領鐘點費，於活動結束後頒發感謝狀。

三、輔導室老師全程陪同小團體活動進行。

柒、活動地點：本校行政大樓三樓大團體輔導室。

捌、活動內容：詳如附件一。

玖、經費概算：本項活動經費預算為貳仟壹佰貳拾元整，由本年度輔導室所編預算 110712050-06-05 項下支出，經費概算表詳如附件二。

拾、本計畫陳校長核准同意後實施，修正時亦同。

附件一-小團體活動課程表

時間	單元名稱/主要帶領者	單元目標	單元內容名稱
09:00-09:35	很高興認識你 (吳承)	1. 說明團體性質及目的，使成員了解團體目標。 2. 使成員認識彼此，建立正向團體氣氛。	<ul style="list-style-type: none"> 同學你哪位？ 破冰九宮格
09:35-10:05	與夥伴的約定 (吳承)	1. 建立團體規範，使成員了解規範之重要性。 2. 使成員能遵守規範並尊重和包容彼此發言。	<ul style="list-style-type: none"> 動腦想一想 團體小議會
10:05-10:10	休息一下		
10:10-10:45	生涯知識+ (旻祐、家豪)	1. 協助成員對於生涯有基本概念。 2. 協助成員了解影響生涯形成的因素。	<ul style="list-style-type: none"> 試試水溫 生涯小學堂 生涯隨堂考
10:45-11:35	島嶼郊遊趣 (家豪)	1. 協助成員瞭解自己的興趣類型，並介紹 Holland 的六種人格類型，及其相應工作類型和職業。 2. 幫助成員瞭解不同的興趣偏好，會影響自己發展不同能力及專長。	<ul style="list-style-type: none"> 行前規劃 在旅行的路上 星夜呢喃
11:35-11:40	休息一下		
11:40-12:15	給十五歲的你 (旻祐)	1. 使成員思考未來生涯發展和職業的方向。 2. 協助成員探索生涯目標。	<ul style="list-style-type: none"> 影片賞析 影片反思 夢想你我他
12:15-13:20	午餐及午休		
13:20-14:10	生涯價值尋寶記 (吳承)	1. 協助成員覺察自己所重視的生涯價值觀。 2. 讓成員了解生涯價值觀對生涯抉擇的重要性。	<ol style="list-style-type: none"> 價值放大鏡 生涯卡不卡 生涯價值知識王
14:10-14:20	休息一下		
14:20-15:10	生涯藍圖設計師 (家豪)	1. 引導成員想像自己的生涯願景，進而將想像到的畫面呈現出來。	<ol style="list-style-type: none"> 生涯望遠鏡 我的未來不是夢 分享與討論
15:10-15:20	休息一下		
15:20-16:00	心的旅程 (旻祐)	1. 透過回顧活動複習團體內容，進行生涯統整。	<ol style="list-style-type: none"> 生涯回憶錄 夢想啟程

附件二-經費概算表

項目	單位	單價	數量	合計	說明
活動器材費	批	1000 元	1	1000	依實核銷
膳費	個	80 元	14	1120	師*4、生*10
總計				2120	1、活動費用由輔導室所編預算 110712050-06-05 支出。 2、各項經費視實際需要相互勻支。

臺南慈濟高中 110 學年度第 1 學期生涯探索小團體輔導報名表

「我的生涯探險記」－國二生涯探索小團體

你想要更認識自己的特質、興趣和生涯價值觀嗎？
小團體不同於一般上課的形式，透過體驗活動、分享，來學習和探索自己喔！
歡迎你一同踏上這次生涯探險的旅程吧！

- 招募對象及人數：臺南慈中國中部二年級學生，8~10 人
- 活動時間：110 年 10 月 30 日（六）9：00~16：00
- 活動地點：臺南慈中大團輔室
- 團體帶領者：國立臺南大學諮商輔導系四年級實習生 莊旻祐、陳吳承、戈家豪
- 團體內容概覽



	活動名稱	活動概述
上午	生涯知識+	1. 協助成員認識生涯概念、影響生涯的因素 2. 帶領成員探索個人特質、興趣及擴展對工作世界的視野。
	島嶼郊遊趣	
	給十五歲的你	
下午	生涯價值尋寶記	1. 協助成員認識其生涯價值觀 2. 引導成員探索生涯願景，作為未來生涯規劃的開端及參考。
	生涯藍圖設計師	
	心的旅程	

✦ 「我的生涯探險記」－國二生涯探索小團體報名表 填寫日期：110 年 10 月 ____ 日

班級：	姓名：	生理性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
請勾選參加此團體的動機或原因（可複選）		你期待在這個團體有何收穫呢？
<input type="checkbox"/> 對主題有興趣 <input type="checkbox"/> 好奇 <input type="checkbox"/> 想進行生涯探索		
<input type="checkbox"/> 想認識同學和朋友 <input type="checkbox"/> 剛好有時間		
<input type="checkbox"/> 想找人說說自己的想法 <input type="checkbox"/> 經老師推薦		
<input type="checkbox"/> 其他：_____		
導師簽名：		家長簽名：

謝謝你協助填寫此回條，讓我們可以依同學需求進行課程調整，讓活動進行更順利唷！