

## 價「職」人生 學習單

班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

你會不會...常常覺得別人好像都很清楚自己在乎的和想要的是什麼呢？因此，在面臨人生重大抉擇時，如升學、就業時，他就比自己多了一份自信。現在讓我們透過認識生涯價值觀，找出自己重視的，為我們的未來找到適合的新方向吧！

### ➤ 價值觀是什麼...

※指的就是你對於人、事、物的看法或原則，也就是心中的那把尺，決定你要什麼、不要什麼。

※會影響一個人面對重大決定時的想法。

→ 一個清楚自己價值觀的人，他常會去思考「我喜歡...」、「我在乎...」、「我認為...比較重要」等的問題。

### ➤ 生涯價值觀是什麼...

※會因自己的價值觀，影響自己在\_\_\_\_\_與\_\_\_\_\_的選擇。

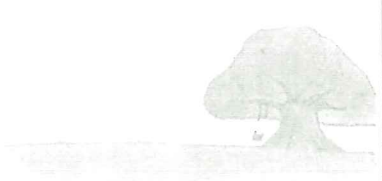


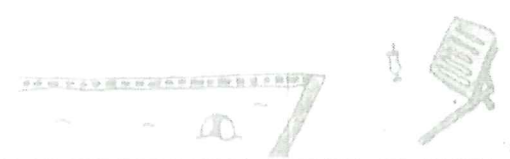
### 『生涯價值抽抽樂 卡片選項』

1. 持續的自我探索/ 認識自己 (T)	2. 對別人有影響力 (T)	3. 安全感 (T)
4. 有專業能力 (T)	5. 欣賞美的事物 (T)	6. 心情平靜 (T)
7. 用心/盡力 (T)	8. 努力認真/腳踏實地 (T)	9. 為夢想目標努力 (T)
10. 冒險與刺激/接受挑戰 (T)	11. 自信/展現自己的能力 (T)	12. 有創意/發揮創造力 (T)
13. 穩定的互作 (S)	14. 錢夠用 (S)	15. 有社會地位/有名 (S)
16. 身體健康 (S)	17. 會賺錢/有錢 (S)	18. 有房子/有車子 (S)
19. 親密的家庭 (P)	20. 孝順父母 (P)	21. 美滿的婚姻 (P)
22. 讚美、鼓勵別人 (P)	23. 幫助別人/做好事 (P)	24. 有親近的好朋友 (P)
25. 和一群人一起做喜歡的事 (P)	26. 旅行看看這個世界 (L)	27. 持續的學習/吸收新知 (L)
28. 做喜歡的事 (L)	29. 休息與放鬆 (L)	30. 接近大自然 (L)
31. 平凡單純的生活 (L)	32. 享受獨處 (L)	33. 豐富有趣的生活 (L)
34. 規律的生活 (L)		

➤ 在機會交換之後，請看看自己手上的卡，分出想要的和不要的。

寫下十張想要的價值卡~~(可以寫代碼)

### 『生涯價值分類帽』

大樹代表_____	風車代表_____
T有_____張	S有_____張
	
小朋友代表_____	游泳池代表_____
P有_____張	L有_____張
	

➤我的 TOP3 生涯價值卡：在做生涯選擇時，我最重要的考量點、選擇點

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

生涯小語



沒有方向的船是遇不到順風的。  
價值觀的澄清有助於大家找到自己的動力，讓生命的活水源源不絕...

➤心得分享：(1. 你對自己的價值觀有什麼新的發現嗎？ 2. 你對這堂課有什麼想法？)

## 「紙籬斜塔」的挑戰

班級：      座號：      姓名：

大家分組合作完成一座高塔，這座高塔代表我們生命中的夢想，由於現實環境的限制，各組只有一疊報紙和一捲膠帶。為了達成目標，大家必須全力以赴，克服困難，建造離地面最高的塔。

- 一、**任務**：將分配到的紙張任意剪裁後，過程只能用膠帶，不可使用其他工具或材料，並且不可以倚靠其他東西。（但允許底座可以貼地板或桌面）
- 二、**測高**：有 20 分鐘的製作時間，製作完成後，必須直立 15 秒以上，並且呼喚美麗的老師來幫忙測量高度，在 20 分鐘結束後，採最高一次的紀錄。
- 三、**得獎的是...**：組別賽採「最高紀錄組」以及「最有創意組」；個人賽則是活動單最精彩者。

👉 請畫出你們組別的「紙籬斜塔」。

👉 在過程中你們面對到什麼困難？

👉 剛剛過程中你有什麼心情？(至少寫出兩個情緒)

👉 在面對現在的目標，有什麼是你的阻礙？你會想要如何克服它呢？

👉 在小組活動中我覺得我扮演的角色是.....因為.....(寫出原因)

※上天完全是為了堅強你的意志，才在道路上設下重重的障礙。※

**繪本閱讀耕心田**(綜合領域)(題目由黃愛玲老師設計)

《現在工作中》 班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

- 一、看完了這本書，你最感興趣的工作是什麼？  
這項工作吸引你的原因是什麼？(亦可畫圖表示)



越智登代子著  
小魯文化

- 二、承上，你認為這項工作需要具備什麼特質(至少寫3項)，分別敘述為什麼這些特質需要具備？

- 三、這個工作有什麼辛苦的地方？需要怎麼克服？(至少寫2項)

- 四、將來若從事這個工作，你認為現在國中階段，需要培養什麼能力？  
(至少寫2項)

- 五、將來若想從事這個工作，那國中畢業後該選擇什麼科系？  
有什麼學校可以選擇？

- 六、若有機會遇到這個工作的現職人員，你想問他什麼問題？(至少寫1項)

## 與三年後的自己相遇

### 試鏡小活動



### 屬於我的微電影

每個人對自己未來都有一幅遠景，這幅遠景就像是我們實現夢想的藍圖，或是玩遊戲後破關卡會到的小小中繼站。在那裡，正有美好的未來等待著我們～

你/妳的生涯故事就如同一齣電影，片名就是「與三年後的自己相遇」，這齣關於未來生活藍圖，充滿期待微醺的微電影，有哪些畫面？請將你/妳想要的畫面記錄下來：

三年後，我\_\_\_\_\_歲了，這時候我在哪裡？\_\_\_\_\_

正在做什麼？\_\_\_\_\_，我的打扮是什麼呢？\_\_\_\_\_，

身旁的人都叫我\_\_\_\_\_，他們會跟我說些什麼？\_\_\_\_\_，

我的生活是什麼樣貌？\_\_\_\_\_，

每天會做哪些自己喜歡的活動？\_\_\_\_\_。

1. 這些畫面中，讓你印象最深刻的是什麼？

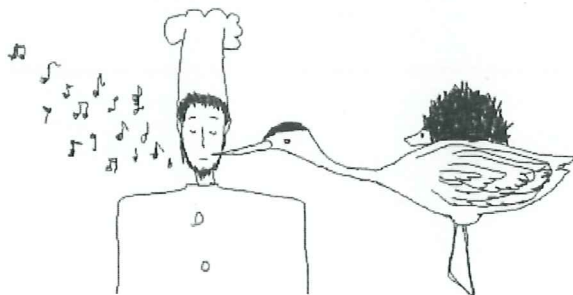
---

2. 這些畫面中，讓你最想完成的是什麼事呢？

---

3. 畫面中，你可以最先完成的或是可以做到的的是什麼呢？

---



**生命中最大的禮物，  
就是我們擁有產生夢想的能力！**

每個人都是自己生命的主宰者，

自己決定你的電影如何演繹，

你的未來操之在己！

