

# 內湖國小 110 學年學生生涯規劃團體輔導活動計劃

(一) 名稱：班級團體輔導活動

(二) 目標：輔導六年級學生學習認識自己，給一個夢想和生命的方向，共學會修正和努力開創美好人生。

(三) 實施對象：

六年級學生全班同學，與綜合課程教師合作教學。

(四) 問題類型：

1. 引導學生建立正確的人生觀。
2. 學習認識自己的興趣和性向。
3. 了解做好生涯規劃的重要性並學習立定志向。
4. 學習如何踏實的完成或修正生涯規劃。

(五) 採行策略：

1. 運用閱讀治療的理論，以繪本導讀的方式，讓學生從繪本中學習與人相處的藝術。
2. 從他人的經驗學習與認識自己，開始建構自己的人生藍圖。
3. 透過學生分享，了解各種不同解決問題方式，並學習用最適當的方式解決問題。

(六) 活動方式：

1. 由班級老師提出班級問題或學校提出需協助的班級，再由輔導教師安排時間和輔導課程到班級上進行活動。
2. 利用班級的綜合活動課或彈性課程。
3. 輔導老師與該課程老師配合協同教學或由輔導教師設計課程教學完成活動。
4. 輔導課程的活動時間，以授課教師的所能提供時間為考量，輔導課程的活動設計於 2 節課以內完成，不佔用該課程一學期的上課時間數。

(七) 課程名稱：

## 生涯輔導活動設計方案

次數	活動名稱	活動方式	讀物名稱
1	認識自己	1. 以影片引導 2. 認識自己能力和趣興。 3. 探索自己的性向	成功者的生命歷程
2	我的未來不是夢	1. 雪花人導讀 2. 給自己一個夢想 3. 為自己訂一個未來計劃	雪花人

(八) 經費：辦理本項工作所需經費，學校得視有關經費項目支出。

(九) 本辦法呈請校長核准後實施，修正亦同。

承辦人：

教導主任：

校長

## 內湖國小學生輔導活動設計

活動名稱	1.認識自己	自編教材		活動時間	40分	活動日期	
活 動 流 程	活動內容						資源
	<p>暖身活動</p> <p>一、認識自己</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 找一找、猜一猜有多少人-請學生找圖片中有多少人 了解自己的身上有需多特質</li> <li>2. 請學生思考我是誰?誰是我?</li> <li>3. 影片--認識自己的成功者</li> </ol> <p>發展活動--九宮格自我認識</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解有哪些要素構成我。 外表、個性、習慣、態度、才能、興趣、好惡、行為。</li> <li>2. 了解自己的個性、能力和興趣，九宮格活動。</li> <li>3. 和同學一起完成個性、能力和興趣，九宮格。</li> <li>4. 分析自己的性向星座圖。</li> </ol> <p>綜合活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生分享志向星座圖</li> <li>2. 師生給分享者建議</li> </ol> <p>教師說明「志同道合」的內涵，讓學生明瞭有相同興趣的朋友，因為有共同喜好或目標，相處起來會格外的有默契！而且，未來的職業若能與興趣結合也會勝任愉快。</p>						

姓名		
	個性	

姓名		
	興趣	

姓名		
	能力	

姓名		
	個性	

姓名		
	興趣	

姓名		
	能力	



## 學習活動教案設計和學習單

### 內湖國小學生輔導活動設計

活動名稱	2.我的未來不是夢	自編教材	繪本雪花人	活動時間	40分	活動日期	
活動流程	活動內容						資源
	<p>暖身活動</p> <p>一、興趣、職業、夢想?</p> <p>1. 教師播放「我相信」這首歌，讓學生感受歌曲的熱力，並說明只要肯努力付出準備，夢想就有機會成真。並引導學生思考興趣、職業與夢想之間的關係。(現在的興趣可能會影響未來職業類型，而未來的職業也將有可能會影響著你的夢想)</p> <p>發展活動</p> <p>一、興趣→職業→夢想</p> <p>1. 教師播放自製的故事繪本「雪花人」簡報(小男孩從小的興趣就是收集雪花，並在顯微鏡下觀察各式各樣的雪花形狀，之後他也成為一位自然科學家，完成自己小時候的夢想-雪花形狀的蒐集)，讓學生了解職業若能與興趣結合，將更能獲得工作樂趣與熱誠。</p> <p>2. 教師說明成功並非偶然，有興趣但若沒有行動、沒有投入，有可能讓機會或資源在不知不覺中錯過，因此必須要善用自身的資源，有計畫地逐步建構出自己的未來。</p> <p>3. 教師帶領學生思考針對自身目前的興趣，我們擁有哪些資源(家庭、學校、社會)或機會，可以讓興趣有所發揮或精進?</p> <p>綜合活動</p> <p>一、我的未來計畫</p> <p>1. 教師請學生針對自己目前的興趣來發展一個可行的未來計劃表，可以學習階段(國小、國中、高中、大學、工作)或年(每5、10年)為區隔，為自己的未來擬定理想中的計畫表。</p>						
							
	<p>2. 教師邀請學生上臺分享，讓學生互相學習，也可以讓台下學生提出更多可行性建議，協助學生建立對自身未來的憧憬。</p>						