



明道大學 學生事務與輔導工作 活動成果 相片黏貼表

活動名稱： 大學圓夢 A 計畫~談學習規劃 編 號： 18-2
活動日期： 103 年 10 月 15 日(週三) 活動地點： 資源教室
主辦單位： 學務處諮商輔導中心 參加對象： 全校學生



開學之初，許多新生進到大學新環境，對於學習以及生涯或許帶有憧憬，也或許仍感到疑惑，這天的活動就要邀請蔡容瑛心理師利用「生涯卡」來帶領同學們審視自己的生涯價值觀。



學生是帶著什麼樣的想法進到教室的呢？講師首先邀請大家自我介紹並說明對今天活動抱持著什麼樣的期待。



明道大學 學生事務與輔導工作 活動成果 相片黏貼表

活動名稱： 大學圓夢 A 計畫~談學習規劃 編號： 18-2
活動日期： 103 年 10 月 15 日(週三) 活動地點： 資源教室
主辦單位： 學務處諮商輔導中心 參加對象： 全校學生



第一個活動，講師以繞圈的方式詢問在坐所有同學，當面對某張生涯價值牌卡時，你的選擇是”留下”或”放棄”?同學們要學習從有限的時間與資源中快速抉擇，並自行承擔抉擇帶來的結果。



快速做完生涯抉擇後，每位同學心中都有著許多疑問與好奇，剛剛那個”有房子有車子”的牌卡我好想要”，那張”什麼事都不用做”的卡片為什麼他不留著?，同學們自然而然開啟了價值選擇的相關話題。



明道大學 學生事務與輔導工作 活動成果 相片黏貼表

活動名稱： 大學圓夢 A 計畫~談學習規劃 編 號： 18-2
活動日期： 103 年 10 月 15 日(週三) 活動地點： 資源教室
主辦單位： 學務處諮商輔導中心 參加對象： 全校學生



接下來，講師發給每人一副完整的生涯卡，讓大家手中有更多可供選擇的牌卡，藉以勾勒出貼近自己的完整生涯價值地圖。



同學們挑選出十張最想要的生涯卡，並將最可能實現的牌卡靠向自己的近側，講師在有限的時間內向每位同學分析屬於各自獨特的價值觀形象，並給予一些對未來生涯追尋有利的指引，讓同學在今天的活動中有所收穫。