

桃園市立東興國民中學一〇五學年度生涯探索成長團體實施計畫

106.2.13

一、依據：

本校一〇五學年度輔導工作計畫。

二、目的：

以發展性團體諮商之形式達到以下目標：

- (一) 透過各項自我探索活動及測驗使學生能瞭解自身的生涯性向、興趣、價值觀以及決策風格，以達到適性揚才。
- (二) 經由探索活動以及小組回饋分享使學生能瞭解如何面對生涯困境，以及因應生涯中的變動。

三、實施對象及人數：

- (一) 對象：本校學生，對於生涯探索有興趣且能承諾全程參與者，採自由報名，並由帶團教師篩選。
- (二) 人數：8-10人。

四、實施地點：本校團體諮商室。

五、實施內容：

- (一) 團體內容採暖身活動、角色扮演、小組活動、心得分享以及藝術媒材等方式辦理，整體團體內容詳見附件一。
- (二) 團體帶領者：本校專任輔導教師陳頤穎老師擔任帶團教師。
- (三) 團體時間：3/20、3/27、4/10、4/17、4/24、5/1 週一午休及第五節自習課。

六、本計劃陳校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

輔導組長彭欣茹

輔導主任：

輔導室主任葉文華

校長：

東興國民中學校長周素娥

「生涯進行曲」－生涯探索成長團體 團體內容總表

團體次數	時間	團體目標	團體內容
一	106.03.20 (一) 12:25~13:45	1. 團體形成。 2. 澄清團體目標，訂立團體規範。	1. 自我介紹 2. 承諾樹
二	106.03.27 (一) 12:25~13:45	瞭解生涯特性，並探索自身面對生涯抉擇的態度以及習慣。	1. 暖身活動 2. 生涯變奏曲
三	106.04.10 (一) 12:25~13:45	催化學生認識自身生涯價值觀。	1. 暖身活動 2. 人生棋盤
四	106.04.17 (一) 12:25~13:45	協助學生瞭解自身的生涯性向及興趣。	1. 暖身活動 2. 星星知我心
五	106.04.24 (一) 12:25~13:45	1. 促使學生整合自身各項特質。 2. 使學生瞭解團隊合作之重要性。	1. 暖身活動 2. 英雄聯盟
六	106.05.01 (一) 12:25~13:45	1. 催化學生發現自身面對生涯困境時的正向資源。 2. 回顧與展望。	1. 開展未來 2. 結束活動