

單元名稱： 我的選擇 (可進行兩節課)			
活動目標： 1. 了解價值觀對個人做決定的影響 2. 了解個人升學選校的考量因素，學習運用平衡單為生涯抉擇進行評估			
課前準備： 我的選校平衡單(p29.30)、竹苗各校簡介與成績補充講義(in 彩繪亮麗人生)、課前學生攜帶彩繪亮麗人生、竹苗各校魚骨講義			
流程	時間	資源	注意事項
<p>引起動機：</p> <p>1. 教師說「上時間管理課」的故事</p> <p>2. 導引： 同學們，哪些是你生命中的鵝卵石呢?哪些是你最在乎的呢?這些你所在乎的就叫做「價值觀」。你有沒有覺得似乎我們無時無刻都要做決定呢?ㄟ..今天下課後要吃什麼晚餐呀?等一下要喝清心還是五十嵐?我等一下補完習要繼續唸書準備明天考試，還是先放鬆一下，看的犀利人妻先?</p> <p>那從我們面對日常大大小小的事情時你會怎麼做決定，就可以看出你所在乎的價值觀如何。例如： A 男跟 B 男同時追求我(裝三八樣)，A 男長相平凡但個性很好，B 男脾氣不好卻是個大帥勾耶..我該如何選擇呢?或者是，我想買新運動鞋，我應該一定要買 NIKE 的，還是覺得舒服好穿最重要?</p> <p>主要活動：</p> <p>1.引言：有些事情做決定不一定需要花費太多時間，但有的事情如果影響層面比較大時，則需要更周密的思考。而如果能夠找出自己看重的部分，將能幫助你做出更適合自己的決定唷!</p> <p>2.那想問問同學，你覺得你決定要念哪些學校，你會考量什麼?(教師將答案寫在黑板上)(小組搶答加分) =&gt;可能的答案：個性、能力(性向)、興趣、家人期待、家裡經濟、朋友影響、未來出路等</p>	5		
	7		

3.詢問學生：若這些價值觀之間有衝突怎麼辦？例如：你很在乎家人的期待和自己的興趣相衝突(家人要我念高職而我想念高中)，那這時你的決定是什麼?甚至可能還有很多要考量，如家裡的經濟不允許我念私立或是同學的意見等等~那這樣決定是不是又變得更加困難?而你會怎麼做決定? (學生自由發表，加分鼓勵)

4. 導引:有沒有注意到我們的決定常常受到自己內在的衡量(自己的個性.能力.興趣.健康等)+外在環境的影響(家人期許.家庭經濟.師長建議.未來出路等)呢!?! 我們常會受到不同價值觀而影響我們的決定，特別又是事情影響層面很大(攸關自己人生的升學選校)又需要更縝密的思考才能下決定。那我們就請同學用你心中的天秤來仔細衡量你所重視的價值觀排出高下，來作出適合自己的生涯決擇吧!

5. (教師在黑板上畫下竹苗各校魚骨的內容)簡略說明竹苗各校的類別，並說明自己所考慮的學校都可以從「彩繪亮麗人生」書中的各校簡介填入~

6. 教師請學生翻開彩繪亮麗人生 P，並發下補充講義(沒有書的同學)，當成平衡單的參考工具

7. 發下選校平衡單，逐一步驟教導學生完成：  
 (1)填入自己考慮念的學校 EX：00 高職餐飲科.00 高職廣告設計科. 00 高商應外科  
 (2)把黑板上自己所重視的價值觀跟因素填 EX:個性.能力. 家人期待.未來環境等列出各項(可能高達 6~8 項不等)  
 (3)按照自己重視這些的程度排出高低(\* 1~5 代表所重視的程度為何) EX：個性\*4.能力\*4. 家人期待\*5 等列出各項  
 (4)依照自己考慮念的學校看是否符合自己重視的價值觀，按符合程度排出高低(\* 1~5 代表符合的程度為何) EX：00 高職餐飲科符合我的個性\*3.能力\*4.家人期待能力\*5  
 (5)依照符合程度及重視程度相乘，做為小計的分數

5

20

彩繪亮麗人生、講義

<p>小計=<u>重視這些的程度加權</u>*<u>符合程度加權</u>  (6)依小計的分數排名(你所做的生涯決定的結果就出爐囉!)</p>			
<p>主要活動二：  1.指導語：每組派代表報告自己的決策平衡單：自己是如何在過程中思考的，為什麼這樣填寫，且最後結果為何</p>	5		
<p>2.小組進行五分鐘決定報告者和報告方式(且報告方式不拘.要用演戲相聲等都無妨)</p>			
<p>3.小組報告</p>	20		
<p>4.詢問學生：這結果跟你原本設定的目標有沒有不一樣?(學生自由發表，小組加分鼓勵)  *學生可能的答案有：符合，因為很清楚自己選擇學校時考慮的因素；不符合，可能列出的考慮因素不夠多，或者對於該校的資訊還不夠清楚，所以沒辦法顯示出分數的差異。</p>	5		
<p>5.詢問學生：有沒有想過除了「平衡單」可以幫助我們做生涯升學的決定，你有發現「平衡單」還有什麼好處嗎？我們還可以把它運用在哪些地方？  (學生自由發表，小組加分鼓勵)  =&gt;幫助我們更周延考慮各項影響做決定的因素，做出較客觀的決定。  =&gt;還可以用在選工作找工作、選擇男女朋友、金錢有限但很多東西購買等。</p>			
<p>6. 引言：透過「我的升學選校平衡單」的評估和討論，你是否更清楚了自己的生涯方向？讓我們藉由「夢想行動宣言」讓自己更有力量的往生涯目標前進！</p>	2		
<p>7.指導語：現在我們根據學生手冊第31頁，請同學們填寫這份「夢想行動宣言」!請你把平衡單的結果填入，並下立下契約，簽下你的大名(立約人)。完</p>			

<p>成後請旁邊的同學當作見證人，請他簽下大名~</p>			
<p>8.進行立約活動(填寫課本 P31)</p>	5		
<p>9 進行宣示活動： 請學生伸出手掌(立誓狀)，自信喊出：「我要讀 00，我一定要做得到!」「我要讀 00，我會努力! 我一定要做得到!」</p>	5		
<p>綜合活動</p> <p>1.最後請拍拍隔壁同學的肩膀，告訴他：你要讀 00 學校，你一定做得到!你沒問題的!</p> <p>2.教師歸納說明： 我們生涯的過程就是不斷的選擇，在做決定的過程中，需要清楚了解自己為什麼會有這樣的選擇，如果能了解自己的需要、清楚自己的價值觀，多方查閱相關資訊，慎重考量，自我省思、審慎評估，才能順利的做出於你自己的決定，並邁向生涯目標前進！</p>	3		