

國立水里高級商工職業學校教職員工出差

研習心得建言表

101 年 11 月 26 日

研習主題：101 年度友善校園學生事務與輔導工作中區教師生涯輔導知能研習			
研習時間	101 年 11 月 23 日	研習地點(單位)	主辦：教育部中部辦公室 地點：彰化田尾 主講：黃素菲教授
<p>一、研習(會議)摘要：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 了解生涯的基本概念2. 生涯敘說實作3. 生涯是自我與未來之旅 <p>二、研習心得：</p> <p>此次的研習，對於生涯有進一步的認識，透過敘事取向的生涯諮商，讓我了解到每個觀點都有價值，不要去爭辯對錯，重點也不是說了甚麼，而是為什麼是這樣。其實生涯是一個光譜，生涯要找能力的地方，不是外在環境認為的地方。我們每個人都是在社會的框架下，去評價所有的事，讓人無法看到自己優秀的地方。所以找出自己的能力(適性)、興趣(解決問題的意願和動機)、性格、目標(存在的主題)、價值(是意義的創造與表達)，把生涯回歸到自己身上，找出自己的價值，自己要的。</p> <p>「願」，是原頁，找到願才能成為一個自性充滿的人，有自性才會有自信。因此，知道妳是誰才會知道你要去哪裡。所以學生的潛能，也是從知道自己的本性開始。</p> <p>另外透過實作，學習可以幫學生做生涯的釐清，找出能力興趣所在，做最好的抉擇。</p> <p>三、建言</p>			
出差(研習)人：陳碧華		單位主管：	校長：