

# 教育部學生輔導諮商中心基隆區駐點服務學校 112 年度

## 人生設計卡基本操作與實務運用

### 研習計畫

#### 一、 依據：

112 年度教育部國教署學生輔導諮商中心基隆區駐點服務學校實施計畫及 112 年度下半年服務實施計畫辦理。

#### 二、 目的：

- (一) 認識《人生設計卡》設計背景理論與基本使用方式。
- (二) 運用《人生設計卡》協助學生探索職業生涯方向，釐清學生的興趣、價值與優勢能力。
- (三) 帶領學生設定生涯方向，建立具體行動計劃。
- (四) 學習《人生設計卡》在個別諮商與團體課程的運用。

#### 三、 辦理單位：

- (一) 指導單位：教育部國民及學前教育署
- (二) 主辦單位：教育部學生輔導諮商中心基隆區駐點服務學校
- (三) 承辦單位：國立基隆高中

#### 四、 研習時間：112 年 10 月 05 日(星期四)，上午 9 點至下午 4 點。

#### 五、 研習地點：本校群英樓二樓團輔室(基隆市暖暖區源遠路 20 號)。

#### 六、 參加人員：

- (一) 基隆區公私立高中職校輔導主任、輔導教師，或專業輔導人員，請各校薦派人員參加。
- (二) 有興趣之基隆區國中、小學校輔導教師、助人工作相關人員，歡迎自由報名參加。
- (三) 報名時間與方式：

1. 請於全國教師在職進修網報名，課程代碼〔4004468〕。總人數上限合計 25 人。
2. 本案即日起開放線上報名，額滿即止。於 112 年 9 月 20 日(星期三)進行報名審核，審核優先序為：1. 高中職輔導教師及輔導人員優先通過。2. 國中小輔導教師及其他單位輔導相關人員，依照報名時間先後，依次審核通過。審核結果將以電郵通知。
3. 本案於 9 月 27 日(星期四)後截止線上報名。倘嗣後欲參加本研習，請逕電本校洽詢(02-24582052#273)。
4. 案內預計於 9 月 28 日(星期五)寄發行前通知，請再查收。

#### 七、 授課講師：盧美姩諮商心理師

- (一) 學歷：國立臺灣師範大學 教育心理與輔導學系 碩士  
國立臺灣師範大學 教育心理與輔導學系 學士
- (二) 證照：諮商心理師  
美國職業生涯諮詢師
- (三) 現職：人生設計心理諮商所 共同創辦人 / 諮商心理師  
ACDC 亞洲職業生涯發展中心 諮詢總監

八、 實施方式及課程大綱：

時間	內容	主持人
08：45-09：00	報到與開幕	國立基隆高中鍾定先校長
09：00-12：00	1. 認識《人生設計卡》設計背景理論與基本使用方式 2. 運用《人生設計卡》探索職業生涯方向釐清興趣類型	盧美奴諮商心理師
12：00-13：00	午餐、休息	
13：00-16：00	1. 運用《人生設計卡》協助學生確立最重要的生涯價值 2. 運用《人生設計卡》探索學生的天賦優勢能力	盧美奴諮商心理師
16：00~	頒發感謝狀及賦歸	國立基隆高中鍾定先校長

九、 經費來源：本研習經費由教育部學生輔導諮商中心基隆區駐點服務學校經費支應。

十、 備註：

- (一) 參加人員請予以公差假登記，並請協助課務排代，往返差旅費依各校規定報支。
- (二) 本校停車位有限，請參加人員多利用搭乘大眾運輸工具，欲開車學員請將愛車停至學校左側教職員工停車場，不便之處敬請見諒。
- (三) 依行政院環保署 110 年 9 月 29 日環署基字第 1101133967 號函，自 111 年 11 月 1 日起，須實施減少使用免洗餐具及包裝飲用水，敬請與會人員自行攜帶環保餐具、杯具。

十一、 本計畫簽奉核可後實施，修正時亦同。