



國立嘉義大學 100-101 年度 教學卓越計畫

生涯奇幻之旅—— 由生涯卡來看生涯選擇

在尋找人生方向的生涯規劃裡。

有三個最重要元素，分別是「能力」、「興趣」與「價值觀」；

能力指的是「我會什麼」；興趣指的是「我喜歡做什麼」；

而價值觀，就是「我重視什麼」、「沒有了什麼我會不舒服，沒有意義感」。

能力、興趣與價值觀，在人生方向的選擇裡都很重要，

三個能搭配，生涯會很滿足。

少了能力，做起來會辛苦；少了興趣，做起來會無趣；少了價值觀，做起來難持久。



🐾 主辦單位：國立嘉義大學 學生職涯發展中心

🐾 帶領老師：劉慧屏 諮商心理師(台南縣家扶中心諮商心理師)

🐾 活動時間：100/5/28 (六) 9:00-16:00 共計 6 小時

🐾 活動地點：蘭潭校區游泳池二樓

🐾 參加對象：1. 蘭潭校區三、四年級學生 2. 對生涯探索有興趣之學生

🐾 團體規劃：

在這個工作坊裡，我們將透過「生涯卡」，來了解自己人生中最重要價值觀有哪些，並發現自己在生涯方向的選擇上，什麼是讓自己滿足的重要關鍵。同時在分享的過程裡，重新再回味許多深刻的生命故事。歡迎你來玩～

🐾 報名方式：

1. 填妥報名表紙本，傳送至學生職涯發展中心 民雄辦公室(初教館一樓 B104)。
2. 填妥報名表或相關個人資料 mail 至 Eoll6@mail.ncyu.edu.tw
3. 收件截止日：5/20 (五)，額滿為止。

🐾 聯絡方式：05-2263411 分機 1242，陳蕙敏小姐

🐾 備註：當天備有中餐，請著穿起來最舒服、自在的衣服來參與。

✂

生涯探索工作坊 報名表 (歡迎影印)

1	姓名	性別	系級 (註明年級)
	聯絡方式(手機&寢機)		
	Email	午餐(素/葷)	

2	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

3	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

4	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

5	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

6	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

7	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

8	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

9	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

10	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

11	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	

12	姓名		性別		系級 (註明年級)	
聯絡方式(手機&寢機)						
Email					午餐(素/葷)	