

新竹市立培英國民中學 105 學年度生涯發展教育活動

- 小團體輔導實施計畫

一、依據

- (一) 教育部國民中小學九年一貫課程綱要重大議題(生涯發展教育)。
- (二) 技術及職業教育法。
- (三) 教育部國民及學前教育署補助辦理國民中學生涯發展教育及技藝教育相關經費作業原則。
- (四) 本校生涯發展教育實施計畫。

二、目的

- (一) 協助學生探索與瞭解自己，開發潛能，培養生涯發展各項基本能力。
- (二) 透過課程與活動，發揮生涯輔導的功能，增進學生良好適應能力。
- (三) 藉由團體輔導觀察，肯定自我價值，賦予未來展望，協助學生做好生涯抉擇的準備。
- (四) 透過輔導人員專業協助，提供學生個人適性的生涯發展規劃及諮詢，引導學生適性選擇生涯進路。

三、辦理單位

- (一) 主辦單位：輔導室
- (二) 協辦單位：教務處、各班導師。

四、辦理時程：105 學年度。

五、實施對象：8 年級學生。

六、實施方式

小團體輔導由活動與討論交互建構達到輔導目標，實施方式因學生特質、能力、問題及輔導人員而有不同的課程安排。活動方式可分為靜態(資料收集、繪畫等)與動態(體驗、遊戲等)進行，而討論為輔導重要部分，可使團體成員建立關係、表達意見、釐清觀念等，本次小團體採用實施方法臚列如下：

(一) 共同座談法

輔導員(領導者)將生涯發展議題的範圍與性質，先作扼要說明，然後讓學生對議題自由發表意見，並作成結論。

(二) 腦力激盪法

輔導員引導成員對問題加以思考，不批評別人的意見，並立即給予正向的回饋，可激發個人的靈感，同時，在小團體中共同思考，比單獨思考要更有創造力，心智活動在競爭情況下，較能專注，心理動機亦較強。

(三) 其他：媒體運用、閱讀討論、探索體驗、經驗分享、角色扮演、價值澄清、腦力激盪、自由聯想、問題解決、回饋活動等。

七、生涯發展小團體方案設計

- (一) 活動名稱：讓心飛揚—情緒生涯成長團體。
- (二) 參加對象：本校 8 年級學生 6~8 名。
- (三) 遴選方式
 - 1.由導師推薦，經家長同意，領導者面試後確認。
 - 2.參加名單確認後，個別通知該生、導師以及該時段任課老師。
- (四) 團體類型
 - 1.成長型團體。
 - 2.結構性團體（成員固定、事前排定課程）。
- (五) 團體領導者
 - 1.領導者：輔導室吳克振老師（輔導教師）。
 - 2.協同領導者：輔導處室彭鈺湄老師（實習輔導教師）。
- (六) 活動課程表：如附件。

八、經費來源及概算

- (一) 經費來源：教育部補助款、教育局（處）補助款、學校預算經費及自籌經費、家長會補助等。
- (二) 經費概算：依「教育部國民及學前教育署補助辦理國民中學生涯發展教育及技藝教育相關經費作業原則」編列。

九、本計畫經輔導處（室）務會議討論，陳校長核可後實施，修正時亦同。

新竹市培英國中 105-2 團體方案計劃

一、團體名稱：讓心飛揚—(情緒與生涯團體)

二、團體目標：

(一)提升自我情緒探索與覺察

(二)協助成員覺察自己的情緒表達

(三)找到陪伴與支持自己情緒的力量

(四)協助成員找到屬於自己的特質與能力

三、團體性質：成長性結構團體

四、團體對象：國中八年級學生(具認識情緒與生涯有興趣者)，約 6-8 人

五、團體時間、次數：每週一次。4/13(四)、4/20(四)、4/27(四)、5/4(四)

共四次。一次兩節課(午休至第五節)。總計 8 節課

六、團體地點：培英國中團體輔導室

七、成員招募及篩選方式：採自願或各班推薦，人數超過則進行面談篩選(各班報名最多兩名)。

八、領導者：吳克振(培英國中輔導室)

九、報名與面談篩選時間：報名即日起至 4/6(四)。人數如超過則 4/6(四)開始進行面談篩選。

十、團體方案概要內容(詳見團體歷程摘要)：

次數	時間	單元名稱	單元目標	活動內容摘要
一	4/13	第一次接觸	1. 使團體成員彼此熟識，增加信任感、熟悉團體。 2. 澄清個人在團體中的目標，並了解參加團體可達到的目標和團體進行的方式。 3. 建立團體規範。 4. 辨識情緒	1. 故事接龍 2. 我們的規範 3. 與情緒對話
二	4/20	讓心飛揚	1. 對情緒有初步概念，了解情緒狀態 2. 學習如何因應情緒困擾	1. 搭上心情列車 2. 支援線上
三	4/27	我的未來我做主	1. 了解自己各方面的價值觀。 2. 了解並探索自己的需求與生涯目標	1. 發想高手 2. 成功事蹟大車拚
四	5/4	回顧與展望	1. 能說出在團體中的體驗及收穫。 2. 培養當面表達正向關懷的能力。	1. 回憶點滴 2. 我的祝福 3. 友誼的禮物

培英國中 105-2 團體輔導報名表

班級：	姓名：	座號：
參與團體輔導的想法 或班級推薦理由 (簡要描述)		
	家長簽名：	導師簽名：
以下由專輔老師進行填寫		
參與團體與否	專輔老師簽名：	

註：報名表完成後請在 4/2 前交給輔導室克振老師(分機 14)，以利後續作業

