

## 單元名稱：L14 打造個人特色

修訂日期：2019 年 9 月 28 日

本單元由青年署研發並授權翻印。

本單元設計者：

管貴貞（中國文化大學心理輔導學系 副教授）

辛宜娟（財團法人張老師基金會台北分事務所諮商 心理師）

引用本單元請依據「創用 CC 公眾授權條款」

（<http://www.creativecommons.org.tw/about>）註明下列兩者之一：

管貴貞、辛宜娟（2019）。打造個人特色。載於何希慧、劉孟奇、劉淑慧、辛宜津、吳淑禎（主編），教育部青年發展署大專校院學生職涯發展教材（2019 版）。

本單元提供搭配使用之數位教材

◎網址：

教師版：<https://youtu.be/RM-1Pfa5OeY>

學生版：<https://youtu.be/32zEgOj9XfQ>

摘要

1. 課程目標：
  - (1) 本課程之設計，期待透過牌卡增進同學對優勢能力的覺察與發現，並協助同學們思考可再增加哪些優勢能力以達到生涯目標。
  - (2) 課堂中運用多元媒材以增添活動之趣味性，增進同學課堂之參與度。
2. 引發動機：透過「斜槓青年」的概念，引發同學們思考優勢能力對於生涯發展之影響，藉以促使同學們思考自己目前所擁有的能力，以及對生涯的期待。

### 3. 「我的公寓」活動

- (1) 運用能力強項卡和學習單，協助同學們發現現有之優勢能力，並透過正向回饋與分享，增進同學們對自我優勢能力之自信。並透過具象化方式，引導同學將所選之能力繪製成具有個人特色之「公寓」形式，運用視覺化的方式，讓同學們能夠更加清楚目前具備哪些能力。
- (2) 運用夢想實踐卡，協助同學們思考生涯所需達成之目標，並透過媒材的使用，以具象化的方式呈現，將其添加至公寓下方，形成具有個人特有之公寓圖案，讓同學們更加清楚自身對於生涯的價值觀與目標。
- (3) 引導同學們思考現有優勢能力與生涯目標之關連性，並思考要實踐生涯目標，尚需增加哪些能力。透過公寓之頂樓加蓋的概念，將所欲增加之能力，添加至現有公寓上方，形成要增強能力的部分。
- (4) 於活動最後，透過對學習單（公寓）的命名，促使同學們對自身優勢能力與生涯目標的統整與連結。並透過同學們欣賞學習單（公寓）增加同學間對彼此優勢能力的肯定與賦能。
- (5) 結語：統整學生看到自己的優勢能力與生涯方向，並引導思考能夠運用哪些方式增加自己需要強化的部分。

4. 課程建議：因期待於課堂中，透過同儕們的正向回饋，增進彼此對自我優勢能力的自信心。故在活動中，建議教師在舉例、說明回應時，能多使用正向語言，提供同學們學習與示範的範本。

一、單元定位

(一) 基本資料

主 軸 與 單 元	<b>L 職涯優勢學習</b>		
	<b>L1 發掘優勢</b> <input type="checkbox"/> L11-乙 1 梳理高峰經驗 <input type="checkbox"/> L12-乙 2 發掘志趣熱情 <input type="checkbox"/> L13-乙 3 掌握才幹資產 <input checked="" type="checkbox"/> L14 打造個人特色	<b>L2 提升優勢</b> <input type="checkbox"/> L21-1-丁 1 多元學習經驗 <input type="checkbox"/> L22-1-丁 2 提升才幹之道_看見變化 <input type="checkbox"/> L22-2-丁 3 提升才幹之道_學習策略 <input type="checkbox"/> L23-乙 5 檢視今日學習 <input type="checkbox"/> L24 服務學習開展生涯	
	<b>P 職涯進路準備</b>		
	<b>P1 體察職業運作</b> <input type="checkbox"/> P11-丙 1 職業 視窗六宮格 <input type="checkbox"/> P12-丙 2 職涯 焦點人物誌 <input type="checkbox"/> P13 三創 打開新視界 <input type="checkbox"/> P14 國際移動 拓展職涯	<b>P2 展現個人競爭力</b> <input type="checkbox"/> P21-新 2 在實做中 統整 <input type="checkbox"/> P22-乙 4 開創未來 工作 <input type="checkbox"/> P23-乙 6 統整理想 現實 <input type="checkbox"/> P24-戊 2 求職與 自我行銷 <input type="checkbox"/> P25 求職心法 show 大亮點	<b>P3 掌握職場社會化</b> <input type="checkbox"/> P31-戊 1 角色脫離-進入 <input type="checkbox"/> P32-丙 3 職場守護 與捍衛 <input type="checkbox"/> P33-1-戊 3 職場 社會化_組織潛規則 <input type="checkbox"/> P33-2-戊 4 職場 社會化_高效習慣 <input type="checkbox"/> P34 職場互動順勢行 <input type="checkbox"/> P35 職場減壓沒煩惱
<b>A 職涯籌劃實踐</b>			
<b>A1 打造希望感</b> <input type="checkbox"/> A11-甲 1 圓滿人生 怎麼過 <input type="checkbox"/> A12-1-己 12 SMART 規劃個人發展 <input type="checkbox"/> A12-2-己 11 打造 未來願景_勾勒圖像 <input type="checkbox"/> A12-3 我的人生製片師 <input type="checkbox"/> A13-己 21 籌劃圓夢行動	<b>A2 提升實踐力</b> <input type="checkbox"/> A21-1-己 22 盤點實踐資產 <input type="checkbox"/> A21-2-己 13 享受意外變動 <input type="checkbox"/> A22-1-己 23 落實實踐之道_回歸圓心 <input type="checkbox"/> A22-2-己 23 落實實踐之道_衝突對話 <input type="checkbox"/> A23-1-庚 1 延伸實踐經驗_製作圓滿 <input type="checkbox"/> A23-2-己 24 延伸實踐經驗_展望未來		
授課 時數	2 節	場地	<input checked="" type="checkbox"/> 一般教室 <input type="checkbox"/> 電腦教室 <input type="checkbox"/> 其他特殊場地: _____
課堂 場景 設定	1. 體驗性活動、創作、對話與反思。		
授課	1. 一般教師具備牌卡使用的基本概念		

者	2. 最好能由學輔人員、諮商心理師或具備生涯輔導知能者協同教學。
教師 課前 準備	1. 事先熟悉生涯卡與能力強項卡之操作與帶領方式。
教學 資源 工具	1. 原子筆、彩色筆或蠟筆（至少5色）、便利貼、圓形標籤貼紙（三種顏色）、能力強項卡、夢想實踐卡（沒有此牌卡者，於活動中有替代方案可使用）。
作業	1. 課堂中使用之學習單
評量 方式	1. 課程參與 2. 體驗與創作成品
備註	

## (二) 單元學習目標

與整體架構之對應：

整體學習目標		本單元學習目標
生涯素養	掌控力	覺察與掌握自己的價值觀與能力。
	執行力	藉由對自身能力的覺察，提升其追求理想生涯的自信。
	建構力	覺察自己現有的能力與目標，建構出現在以及期待的自我圖像。
	開放力	透過對自我能力的發現與覺察，提升對自我的相信與自己生涯實現的可能性。
	生命力	理解自己的能力、興趣和目標的關聯性。
生涯發展任務	發掘志趣熱情	透過生涯價值觀與能力的探索，發掘自己所具備之能力與技能。
	建立才幹資產	發掘自己的優勢能力，並覺察自己期待增加哪些優勢能力。
	掌握資源網絡	
	勾勒生涯願景	覺察自己對未來生涯的理想期待。
	實踐理想生活	瞭解自己對生涯的期待。 覺察自己已具備哪些能力足以實踐，以及再增加哪些優勢能力，促進生涯目標的實踐。
	展現行銷自我	
	準備適應職場	
	持續建構調整	

\*表中空白目標欄表示這個項目並非此單元欲注重、凸顯之能力指標。

## 二、授課計畫（含課程進行方式、時間、搭配教材、注意事項）

### （一）引起動機－斜槓青年（5分鐘）

介紹與說明「斜槓青年（Slash）」的概念，藉此引導學生思考自身的能力與特色。

#### 【指導語】

你們有沒有發現到，現在有很多人同時身兼數職，過去我們會說身兼數職是，你可能同時是媽媽、老婆、女兒、同事這樣的多重角色，但現在有很多人他們的身兼數職，就真的是同時具有很多種的職業在身上。像是有些人可能白天是位醫師，但晚上或假日的時間，他可能是一位網紅、Youtuber、部落客、作家等等。這種運用自身專業和才藝，經營多重身分的多職人生，我們把他稱為「斜槓青年（Slash）」。

有些人可能會覺得斜槓青年就是「身兼很多種賺錢的方式」，但其實正確來說，斜槓青年運用不同的管道及方式，將自己所熱愛跟擅長的事情，能夠有機會發揮跟被看見。所以各位同學們，請你們想想看，如果你要成為一個斜槓青年，你覺得自己有哪些特色、專長跟興趣，是有可能讓你成為斜槓青年的呢？

#### 給授課教師的 MEMO:

- 在暖身的過程中，老師可評估學生們的理解狀況，若是在說明時，學生對於「斜槓青年」不太能理解時，可以藉由以下「李俊豪醫師（馬克醫師）」的影片做輔助。
  - 麻疹疫苗 - 麻疹病毒 「馬克醫師健康教室」  
[https://www.youtube.com/watch?v=l9nv\\_RZR4bg](https://www.youtube.com/watch?v=l9nv_RZR4bg)
  - 「中天新聞台」tiktok 抖音 -- 馬克醫師  
<https://www.youtube.com/watch?v=7WBHTB8bKO4>
- 若有進行「乙2發掘志趣熱情」單元，老師可請同學們帶「CCN 職業興趣量表」測驗結果，並與同學們討論興趣與能力的區別及差異。

## (二) 我的能力與強項 (10-15 分鐘)

運用「能力強項卡」幫助學生們全面性的思考自身現有的能力、專長與強項，並協助學生們將現有的能力做區分，找出自己的精熟能力與強項的部份。

### 【指導語】

請同學們將能力強項卡全部攤開在桌上。等一下我要請大家看看桌上的牌卡們，請想一下下，在這些牌卡中，有哪些能力是你現在有的，並將他用手機拍下來。（時間約 5-10 分鐘）

請每個人拿一張「我的風格●我的主場學習單」（附件一），等一下我會請你們看一下手機裡剛才所拍下的牌卡，我要請你們思考一下，如果只能從這裡面挑選出，你最擅長的五個能力，你會挑出哪五個？然後請你把他填寫在學習單上方的能力強項卡的部分，也請你們看一下牌卡上的圖片，請你對照學習單上的編號，填寫進學習單裡。（時間約 5 分鐘）

### 給授課教師的 MEMO:

- 工具：能力強項卡、「我的風格●我的主場學習單」（附件一）。
- 若牌卡的數量足夠每位同學進行操作，則每人一副牌卡；若是不夠全班每人一副使用，則以分組的方式進行，並將桌子並排成小組形式，以便牌卡可攤開放在桌面上。因牌卡須全部攤開置在桌面，建議擺放牌卡的桌子桌面需大一些。
- 關於學習單的寫法，可參閱「學習單範例—我的風格●我的主場學習單」（附件二）。
- 延伸課程內容：帶領學生查看所選之卡片背後的類別，分類整理出自己擁有哪些類別的能力，並請小組同學們彼此分享在生活中，各類別是如何表現與呈現的（20 分鐘）。

### (三) My 公寓, My style (20 分鐘)

透過具象化的呈現方式，幫助學生們更加能夠清楚自己所擁有的能力，以及對於各能力的多寡有較多的覺察。

#### 【指導語】

每位同學手上會拿到一張「公寓」的學習單（附件三），大家仔細看一下，這棟公寓有分成三個部分，上、下面那格比較短，中間面那格比較長。有沒有發現這個很像我們常常會看到的一些公寓，就是公寓本身，還有頂樓加蓋跟地基，我們這個公寓的學習單，就是仿造這個概念。

大家手上的這棟公寓，代表的就是我們自己，等一下要請大家把你剛才所選出自己擁有的五個能力，劃進這個公寓裡中間那格比較長的裡面。要怎麼畫呢？大家知道室內設計圖嗎？就是一個空間會區分成好多的小間，可能這間是臥室，另一間是廁所這樣，所以要請大家先想一下下，如果你要把自己有的這些能力畫在你的這棟公寓裡，你會如何畫呢？那當然，如果你覺得你的某個能力很厲害、很擅長，或是你覺得你擁有的這個能力特別多的話，那麼你就可以把他畫的大格一點，至於要擺在哪邊，要放高、低、左、右，你可以自己決定。我們運用空間的概念，來呈現出我們所擁有的這個能力的大小跟多寡。

當你畫好以後，請你對照一下剛才的「我的風格●我的主場學習單」（附件一）裡面的「圖編號」，請把有相同編號的格子畫上相同的顏色。（時間約 12 分鐘）

請兩個兩個同學分享，哪些是你覺得自己擁有特別多或是特別強的能力？以及你覺得這些比較突出的能力，能夠在生活上、課業上或是未來的工作上帶給你什麼樣的幫助？負責聽的夥伴，在聽完以後，要給予對方一句鼓勵的話，並且把這句話寫在便利貼上交給對方。（分享時間約 8 分鐘）

#### 給授課教師的 MEMO:

- 工具：公寓（附件三）、便利貼、彩色筆或蠟筆（至少 5 色）。
- 關於公寓學習單的畫法，可參閱「學習單範例一公寓」（附件四）。
- 延伸課程內容：若時間允許，可再請同學們以小組為單位，針對精熟能力的部份多加細緻的分享與討論，藉以賦能同學們對自我的肯定。分享的內



容可為「該能力在生活中出現的頻率；最喜歡哪個能力的出現；這些能力如何幫助目前的生活更加順利；有哪些能力是會同時出現的，當同時出現時會有什麼情況發生」等（20分鐘）。

#### (四) 教師總結 (5分鐘)

由老師帶領學生們統整自己的優勢能力與強項，並說明找出優勢能力的重要原因。

#### **【指導語】**

請大家把能力強項卡收過來給我。剛才我們運用了能力強項卡，找出了每個人特有的能力與強項，其實這些能力我們一直都有，只是有的時候我們沒有發現到，原來自己擁有這些能力與強項。但就像前面跟大家分享斜槓青年的這個概念，其實在現在這個時代裡，已經不像過去那樣，每個人只能做一個事情跟一個職業而已，而是每個人都可以有很多樣的經營，但是想要多樣化的經營，必須要先知道自己到底具備哪些能力跟優勢，所以今天希望透過這樣的活動來幫助大家更了解自己的優勢能力跟強項在哪裡。

#### **給授課教師的 MEMO:**

- 回收能力強項卡。

## (五) 我的夢想與目標 (5-10 分鐘)

引導學生思考自己的夢想與目標，並透過具象化的呈現方式，幫助學生思考生涯的夢想、目標與優勢能力之間的關聯。

### 【指導語】

在人生的各個階段，我們總是會有想要達到的目標、方向跟期待，當我們知道自己的目标跟方向的時候，就會開始去思考，要達到這些目標跟方向，可能會需要哪些能力。就像是如果你想成為一位律師，那麼你就會很努力的學習跟法律有關的知識；或是你想要成為一位 Youtuber，你可能就會去思考，自己是不是個喜歡跟人分享事情的人，或者是你對於影片的製作、編排、內容的構思等等，自己是不是具有這些能力。所以這些目標就像是我們蓋房子的地基一樣，我們先有了地基，然後再往上去增加我們需要的建築材料。所以現在就要請同學們來思考一下，你的這棟公寓底下的地基是什麼。請大家想一下，對你來說有沒有什麼夢想跟目標是你想要實現跟想達到的。

#### 1. 方法一—有夢想實踐卡

##### 【指導語】

請同學們將夢想實踐卡裡面「夢想卡」的部份全部攤開在桌上。等一下我要請大家看看桌上的牌卡們，請想一下下，在這些牌卡中，有哪些夢想跟目標是你想要的，請選出十個，並用手機拍起來。

現請大家思考一下下，如果剛才你所選的那些夢想跟目標，只能從這裡面挑選出三個你覺得最重要的，你會挑出哪三個？或者你也可以參考「我的風格●我的主場學習單」（附件一）下半部的「我的生涯夢想與目標」的舉例，想想看有哪些是你覺得很重要的，也可以寫進去，請你把他寫在公寓（附件三）最下方的地基部份。

#### 2. 方法二—沒有夢想實踐卡

##### 【指導語】

請同學看一下「我的風格●我的主場學習單」（附件一）下半部的「我的生涯夢想與目標」，這裡面有六個類別跟舉例。請同學們看一下這些類別跟舉例，思考看看對你來說，你對自己有沒有哪些夢想、目標跟期待，請你把他寫在公寓（附件三）最下方的地基部份。

**給授課教師的 MEMO:**

- 工具：夢想實踐卡（其中的「夢想卡」部分）、我的風格●我的主場學習單（附件一）、公寓（附件三）。
- 有夢想實踐卡，則可採「方法一」進行；若沒有夢想實踐卡，則採「方法二」進行。
- 若牌卡的數量足夠每位同學進行操作，則每人一副牌卡；若是不夠全班每人一副使用，則以分組的方式進行，並將桌子並排成小組形式，以便牌卡可攤開放在桌面上。
- 關於公寓學習單的畫法，可參閱「學習單範例一公寓」（附件五）。

## (六) 生涯目標與優勢能力的關聯 (20 分鐘)

帶領學生們思考，目前所擁有的優勢能力與生涯目標之間的關聯性。並引導學生們思考，可以再增加哪些優勢能力，幫助自己離生涯目標與方向更靠近。

### 【指導語】

請大家看看自己的這棟公寓，剛才前面有說，這棟公寓代表的是我們自己跟能力，而公寓最下方代表的是我們這個人的地基，也就是我們對於生涯的目標與期待。

請大家看一下你這棟公寓的地基，也就是你的夢想跟目標。其實這些目標跟能力都是有關連的，就像是你要用電腦打報告，「打出報告」就是你的目標，那麼為了完成這個目標，首先你一定需要有「電腦、滑鼠、鍵盤」這些工具跟能力來做基礎，不然你沒有辦法打出報告來；或者是你像要做出一個蛋糕，那麼為了實現「做出蛋糕」的這個目標，你就會需要「麵粉、蛋、牛奶」這些必備的材料與能力，才能夠順利完成蛋糕。

請你們思考一下下，在你的這些生涯目標中，這三個目標跟你目前所擁有的這些能力，有哪些已經有的能力是可以幫助你實現這些目標的。舉例來說，你的生涯目標是「工作表現出類拔萃」，那麼你的能力中「擅於掌握人心/能夠影響別人/說服別人」、「擅於整合不同意見/協調大家/一起工作」、「用心投入/能主動發現問題並協助解決」，這三個能力你覺得有符合，那你就在這個目標還有三個能力上面貼上相同顏色的圓形標籤貼紙。

現在請大家來對照看看，你每一個生涯目標與價值觀，有哪些能力是可以做到的，並在這些能力上面貼上圓形標籤貼紙，有可能同一個能力上面會有很多張圓形標籤貼紙。（時間約 10 分鐘）

在剛才的過程裡，可能有些同學會覺得說，好像自己的能力還不太夠，如果要實現自己的目標跟夢想的話，可能還會需要加強跟補足很多的能力。現在要請大家再想想看，你覺得可以再加強哪些能力，讓自己可以離目標跟夢想更靠近，然後請把你想到的能力加在我們公寓上頂樓加蓋的部份。當然，你可以想要加強或是增加很多的能力，但也同樣的，如果你覺得這個能力需要很多，就請把這個能力的格子畫大一點。（時間約 10 分鐘）

### 給授課教師的 MEMO:

- 工具：圓形標籤貼紙。
- 關於「圓形標籤貼紙的黏貼方式」、「頂樓加蓋」的部份，可參閱「學習單範例－公寓（附件六）」。
- 延伸課程內容：針對學生欲增加之能力的部份，可帶領學生思考針對該能力可以再如何精進與學習，使其達到自己預期的精熟程度與目標。同時，也可依照「時間向度」來擬定計劃表，該計劃表可以為半年、一年、五年或十年，可由教師或學生自行決定。並依據計劃表來規劃預計在什麼時間內習得該項能力。並帶領學生思考在學習與獲得該能力之過程中，可能會遇到哪些阻礙、困難與挑戰，引導思考在此過程中可運用哪些資源幫助自己，以期在計畫的時間內習得該項能力（30 分鐘）。

### (七) 給公寓取名 (10 分鐘)

藉由對公寓的命名，引導學生對自我的優勢能力與生涯目標的統整與連結。

#### **【指導語】**

每個人的公寓都已經蓋好了，那麼我們就要來幫自己的這棟公寓取名字。你可以稍微看一下，公寓裡面有我們現有以及想要增加的能力，公寓下面有我們的生涯目標與方向，如果整體來看的話，你覺得可以幫這棟公寓取什麼名字呢？這個名字不一定要像「帝寶豪宅」、「薇閣大廈」這種一般我們常見的住宅的名稱，你可以用一段描述來幫你的公寓取名字。像是你覺得自己擁有的能力其實很多，而且這些能力也跟你的目標有關，那麼或許你可取「神力女超人的窩」；或是你覺得自己擁有的能力是很多人都沒有的，而且你覺得自己的生涯目標有很多種不同的類型，那麼或許你可以取「多啦 a 夢的抽屜」之類的名字。現在要請大家幫你的公寓取名字，取好後寫在紙上的空白處。

請兩個兩個同學分享，介紹你的公寓內部、地基、頂樓加蓋、名字。負責聽的夥伴，在聽完以後，要給予對方一句鼓勵的話，並且把這句話寫在便利貼上交給對方。

#### **給授課教師的 MEMO:**

- 工具：便利貼。

## (八) 公寓鑑賞 (10 分鐘)

透過觀賞與見證彼此公寓的過程，藉以增加同學們對自我優勢能力之肯定。

### **【指導語】**

接下來我們就會開始欣賞每個人的公寓，要請大家把自己的公寓貼在牆上 / 放在桌上 / 上傳到雲端，等一下我會給大家一點時間，自由走動 / 線上觀看每個人的公寓，如果你對這棟公寓特別感興趣，你可以多停留一點時間。希望大家可以互相欣賞每個人的公寓，看看每個人不同的能力、夢想跟目標。

大家都看完了彼此的公寓，看完了大家的公寓，不知道你們有沒有什麼新的發現、感想跟想法呢？請兩個兩個同學討論，分享一下你的想法跟感想。

### **給授課教師的 MEMO:**

- 老師可視教室場地、動線、便利性，考量學習單（公寓）呈現的方式。
- 建議可請同學現場將學習單（公寓）上傳至教學平台，增加彼此觀賞的便利性，以及有更多的時間能夠仔細的閱覽同學們的內容。透過觀賞與見證彼此之公寓，藉以增加同學們對自我優勢能力之肯定。



### (九) 教師總結 (5 分鐘)

由老師帶領學生們統整自己的生涯目標、期待與優勢能力的關聯，並引導思考如何給予正向回饋與鼓勵。

#### **【指導語】**

請大家看一下自己的這棟公寓，公寓裡面的是我們現有的能力，而公寓底下的是我們對於生涯的目標與方向。雖然現在我們可能有些能力，還不足以讓我們去實現這些目標，或是我們未來想要從事的工作，但我們可以不斷的增加新的能力與技能，幫助我們離這些目標更加的靠近。

請大家把剛才夥伴們給你的鼓勵便利貼，貼在你的公寓四周，然後也請你給自己一句鼓勵的話。在未來我們努力實踐目標的時候，希望夥伴們跟你自己這些鼓勵的話，可以帶給你一些支持。

### 三、參考資料（依照 APA 格式、中華輔導與諮商學報撰寫體例）

麻疹疫苗 - 麻疹病毒 「馬克醫師健康教室」, 取自:












[https://www.youtube.com/watch?v=l9nv\\_RZR4bg](https://www.youtube.com/watch?v=l9nv_RZR4bg)

「中天新聞台」tiktok 抖音 -- 馬克醫師, 取自:

<https://www.youtube.com/watch?v=7WBHTB8bKO4>

「能力強項卡」之圖文, 取自: 健康卡片發明家

(L14) 附件一、學習單：我的風格•我的主場













能力強項卡					
A	B	C	D	E	F
操作能力	表達能力	文書能力	基本工作 能力	數與分析 能力	執行力/完 成力
					
G	H	I	J	K	L
人際親和 力	問題解決 能力	美感/藝術	創意/發明	管理/領導	勤奮/持續/ 動機強
					

圖片/文字引用：健康卡片發明家

	圖編號	名稱
1		
2		
3		
4		
5		

我的生涯夢想與目標		
1	生活	Ex.生活開心自在、有良好的運動習慣、可以做自己、有自由的時間、有健康的身體...
2	願景	Ex.有自己的夢想、擁有安全無虞的人生、回饋社會...
3	經濟	Ex.收入管道多元、錢夠用、當包租公/婆、擁有權力地位...
4	能力	Ex.理財能力、會用智慧解決問題、擁有正向思考、有自信、電競能力...
5	人際	Ex.擅於溝通、懂得傾聽、有知心好友、好人緣、找到理想中的愛情關係...
6	事業	Ex.工作表現優異、擁有穩定的工作、可以掌握自己的工作節奏、成為網紅、開一家咖啡廳...

(L14) 附件二、學習單：我的風格•我的主場（範例）

能力強項卡					
A	B	C	D	E	F
操作能力	表達能力	文書能力	基本工作 能力	數與分析 能力	執行力/完 成力
					
G	H	I	J	K	L
人際親和 力	問題解決 能力	美感/藝術	創意/發明	管理/領導	勤奮/持續/ 動機強
					

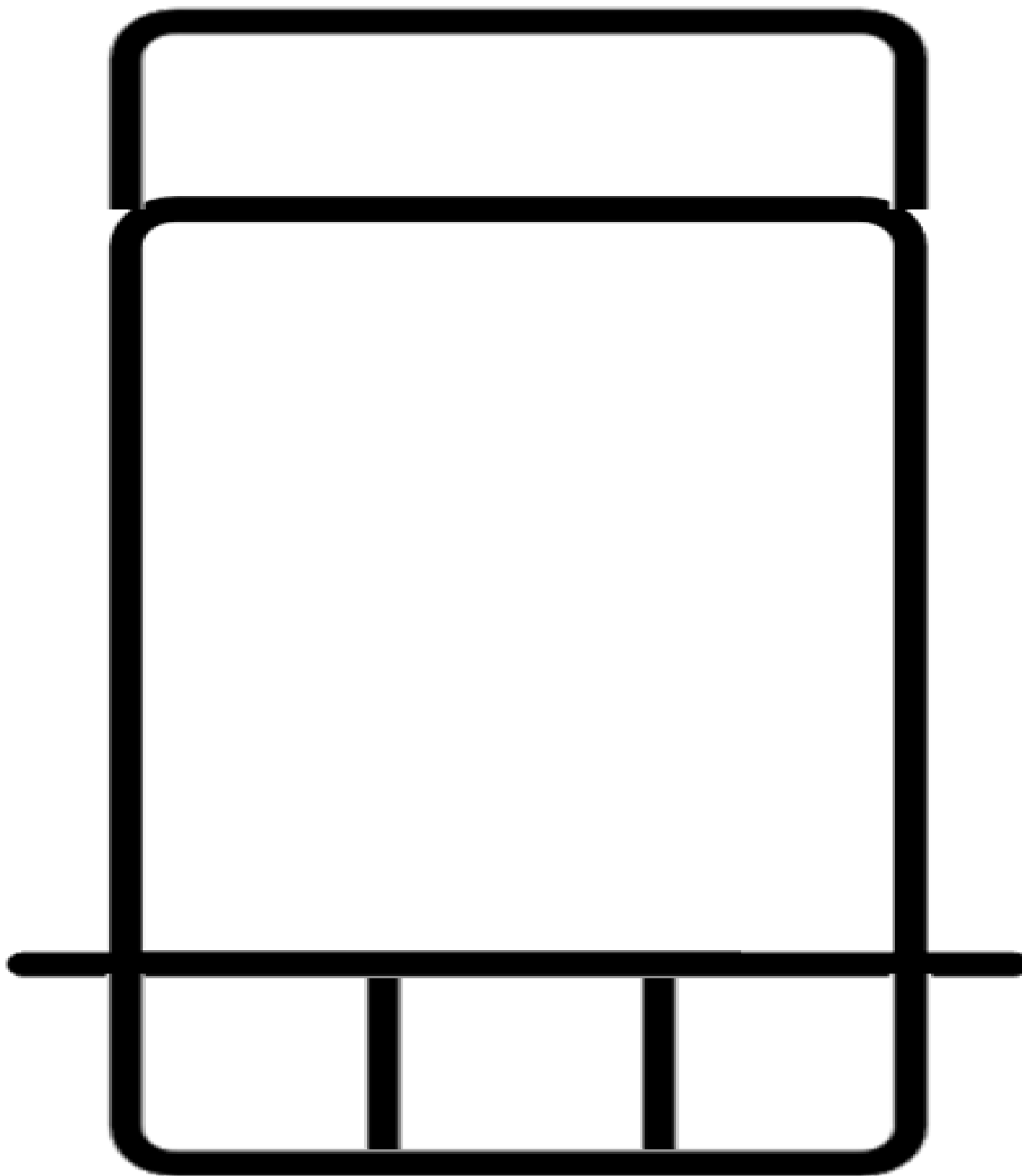
圖片/文字引用：健康卡片發明家

	圖編號	名稱
1	K	擅於掌握人心/能夠影響別人/說服別人
2	K	擅於整合不同意見/協調大家/一起工作
3	K	能提倡或推動一個人願景，使人願意跟隨
4	B	善於表達自己或別人內在真實的感受
5	L	用心投入/能主動發現問題並協助解決

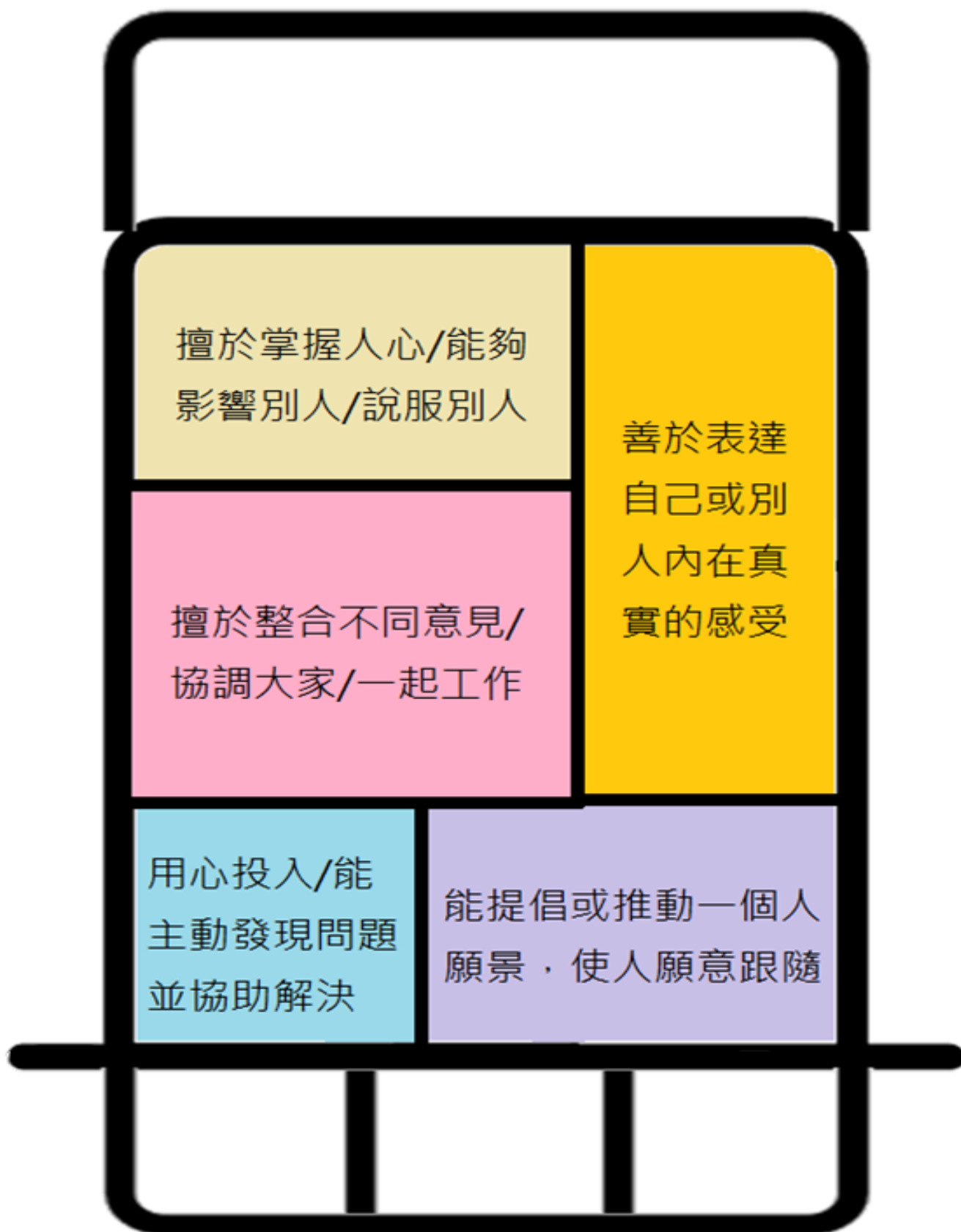


我的生涯夢想與目標		
1	生活	Ex.生活開心自在、有良好的運動習慣、可以做自己、有自由的時間、有健康的身體...
2	願景	Ex.有自己的夢想、擁有安全無虞的人生、回饋社會...
3	經濟	Ex.收入管道多元、錢夠用、當包租公/婆、擁有權力地位...
4	能力	Ex.理財能力、會用智慧解決問題、擁有正向思考、有自信、電競能力...
5	人際	Ex.擅於溝通、懂得傾聽、有知心好友、好人緣、找到理想中的愛情關係...
6	事業	Ex.工作表現優異、擁有穩定的工作、可以掌握自己的工作節奏、成為網紅、開一家咖啡廳...

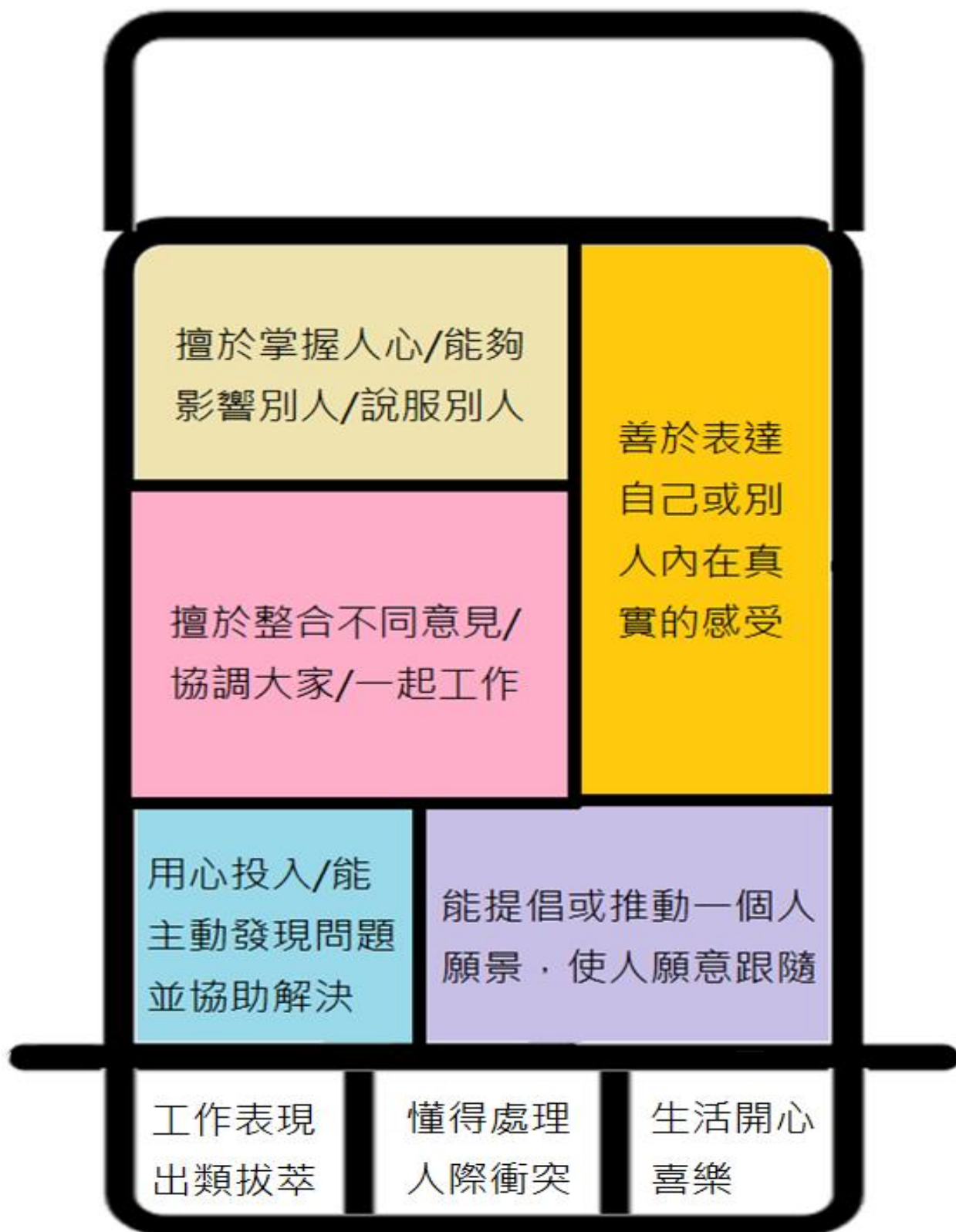
(L14) 附件三、學習單：公寓



(L14) 附件四、學習單：公寓（範例 1）



(L14) 附件五、學習單：公寓（範例 2）



(L14) 附件六、學習單：公寓（範例 3）

