

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

生涯穿越 助力唤醒自己

在每个人小的时候，内心都有这样的梦想，长大了我想当什么。但随着年龄的增长，求学之路的延长，二十年之后，你是否依然会坚持个人的梦想？你会过着什么样的生活？现在，请同学们选择一个最舒服的姿势，放松下来，我们一起开始一个生涯小游戏穿越，看看二十年后的自己。

坐上时空穿梭机，你穿越到了二十年后的世界。先算下，这时候你几岁了？外表有什么变化？请同学们尽力现象二十年后的情形。

早上睁开眼睛，跟平常一样，你缓慢睁开眼睛，此刻时间是？你在哪里？又听到看到了什么？现在，你打算起床上班了。经过一番梳洗过后，你走到衣柜面前换衣服。今天你打算穿什么样的衣服外出？换好衣服，你到了餐厅，早餐吃什么？跟谁一起用餐？又跟他们交流了什么？

接走，你走出家门，准备到公司上班。走到外面，你可以回头看看自己的家，它有几层？你选择了什么交通工具出行？当你快到上班的地方时，看看这个地方怎么样？碰到同事打招呼时，他们如何称呼你？你还留意到有哪些人出现这里，正在做什么？

接下来，你正式开始一天的工作了。今天的工作具体内容是什么？跟什么人一起工作？午饭时间到了，你会去哪里就餐？公司有食堂吗？跟谁一起？

很快到了下班的时间点，你会直接回家吗？还是跟朋友一起到哪儿去放松放松？直接到家的话，家里有哪些人？回家后你需要做家务吗？吃晚饭了？你会在哪儿用餐？又和谁一起用餐？晚餐过后，你又会做什么？跟谁在一起？

转眼之间，又到了休息时间了。回想下今天的工作跟生活，过得开心愉快吗？希望每天的生活都是这样吗？

生涯穿越先到这里，同学们可以重新回到现在的课堂上，跟老师同学们在一起。现在请同学们马上回味下生涯穿越过程中的情景，思考并跟同学们分享下面这些问题。

二十年之后：

你设想自己从事的职业是什么？

这份职业的日常工作内容都有哪些？

你的工作职位到了哪个级别？

你住在哪里？有几个家庭成员？

你经常交往的朋友，以及主要的娱乐方式是？

51 选校网生涯规划教育系统一生涯先行，升学无忧！

在想这些问题时，也思考下自己穿越后的角色跟现在对比有什么差距？要实现这样的角色，自己又要去准备什么？相信同学们通过这样的生涯穿越，会找到一个令你满意的自己。

51选校网首文