生涯成功密码研习营活动大纲

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|   | 主题 | 重点 | 程序（暂定） | 时数 |
| 第一天  | 简介 | ⮚互相认识⮚期望管理⮚课程内容简介 |   |   |
| 自我认知 | ⮚自我认识  | 1 | My Dream |   |
| 2 | Let it fly |
| 3 | Road block |
| ⮚认识个人取向的方法 | 4 | 性向测量 |   |
| 5 | 价值拍卖 |
| 第二天 | 了解大学生活了解学科专业了解职业世界 | ⮚专家报告 | 1 | 专家报告 |   |
| 2 | 六分钟访谈 |
| 3 | 师兄师姐午餐会 |
| 4 | 小组调研 |   |
| ⮚调研在校师生 | 5 | 参访 |   |
| ⮚参访典型学院 | 6 | 访谈 |   |
| ⮚生涯人物访谈 | 7 | 小组报告 |   |
| 第三天 | 自我管理生涯规划 | ⮚情绪管理⮚时间管理⮚行动计划⮚总结及颁奖  | 1 | 绳 |   |
| 2 | 砌积木 |
| 3 | Give and take |
| 4 | 行动计划 |
| 6 | 个人发言 |   |
| 7 | 总结 |
| 8 | 颁奖 |

课节流程

1 重温上堂要点

2 简介是日程序要点

3 活动推行：

3.1 介绍活动玩法，令学员掌握活动的流程

3.2 说明活动的学习目标

3.3 观察及留意学员在活动过程中的行为表现及互动模式

3.4 记录过程中一些重要的行为及对话，以便解说

3.5 活动解说：

有什么发生🡺感受如何🡺如何回应🡺生活经验🡺如何应用

3.6 总结学习重点

3.7 回馈学员的表现，表扬建设性的行为，鼓励表现未如理想的行为

4 总结是日程序，串连课程重点，令学员知道课程的进度

5 填写「我的学习日志」

6 简介翌日课程内容，提醒学员要注意的事项