**平衡单选择法实操任务清单**

（一）“选科学习”决策平衡单

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| “选科学习”决策平衡单 | | | |
| 选  科  类  型  选  项  得  分  重  要  性  加  权  值  考  虑  因  素 | |  |  |
| 符合自身兴趣 |  |  |  |
| 有胜任该学科学习的能力 |  |  |  |
| 自己在该学科的学业成绩 |  |  |  |
| 自己在该学科学习的自信力 |  |  |  |
| 今后方便就业 |  |  |  |
| 其他： |  |  |  |
| 其他： |  |  |  |
| 决策项目得分 | |  |  |
|  | |
| 备注：重要性加权值赋值从1到5倍。项目得分（括号前分数）从1到10。 | | | |

（二）“升学道路”决策平衡单

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| “升学道路”决策平衡单 | | | | |
| 升学  学  道  路  选  项  得  分  重  要  性  加  权  值  考  虑  因  素 | | 在省内读大学 | 在省外读大学 | 出国学习 |
| 适合自身兴趣 |  |  |  |  |
| 适合自身气质类型 |  |  |  |  |
| 符合自身能力水平 |  |  |  |  |
| 符合自身价值观 |  |  |  |  |
| 家庭经济能力 |  |  |  |  |
| 就业市场趋势 |  |  |  |  |
| 学业成绩 |  |  |  |  |
| 其他： |  |  |  |  |
| 其他： |  |  |  |  |
| 决策项目得分 | |  |  |  |
|  | | |
| 备注：重要性加权值赋值从1到5倍。项目得分（括号前分数）从1到10。 | | | | |

（三）职业生涯决策平衡单

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 职业生涯决策平衡单 | | | | | |
| 职  型  类  业  职  业  分  得  重  要  加  性  权  值  素  因  虑  考 | | | 职业一： | 职业二： | 职业三： |
| 个人  物质  方面  的得失 | 1.收入 |  |  |  |  |
| 2工作的难易程度 |  |  |  |  |
| 3.升迁的机会 |  |  |  |  |
| 4.工作环境的安全 |  |  |  |  |
| 5.休闲时间 |  |  |  |  |
| 6.生活变化 |  |  |  |  |
| 7.对健康的影响 |  |  |  |  |
| 8.就业机会 |  |  |  |  |
| 其他…… |  |  |  |  |
| 他人  物持  方面  的得失 | 1.家庭经济 |  |  |  |  |
| 2.家庭地位 |  |  |  |  |
| 3.与家人相处的时间 |  |  |  |  |
| 其他…… |  |  |  |  |
| 个人  精神  方面  的得失 | 1.生活方式的改变 |  |  |  |  |
| 2.成就感 |  |  |  |  |
| 3.自我实现的程度 |  |  |  |  |
| 4.兴趣的满足 |  |  |  |  |
| 5.挑战性 |  |  |  |  |
| 6.社会声望的提高 |  |  |  |  |
| 其他…… |  |  |  |  |
| 他人  精神  方面  的得失 | 1.父母 |  |  |  |  |
| 2.师长 |  |  |  |  |
| 3.配偶 |  |  |  |  |
| 其他…… |  |  |  |  |
| 职业类型得分 | | |  |  |  |
|  | | |
| 备注：重要性加权值赋值从1到5倍。项目得分（括号前分数）从1到10。 | | | | | |