

人生規劃三步驟學習單

一、確認自己初步的目標

1-1 分類自己的學習歷程：請於下列空白欄位將自己的學習歷程分為 2~3 類，
如：自然 vs 人文

1-2 我的心之所向：請依序寫下下列三個問題

(1) 我的興趣？

(2) 我想要過怎樣的生活

(3) 我的理想報酬（評量現實情況，我應該需要賺多少錢？）

(4) 上面三個面向是否有彼此衝突，若有問題為何？

1-3 套用公式「學習歷程+心之所向的想法＝想要的職業」寫下自己的理想職業

EX：我的學習歷程適合自然類科＋我喜歡數理推算、想要有穩定的生活、一年想賺 200 萬＝我想成為科技業工程師

二、擬定討論計畫書

1. 我將討論甚麼事情
2. 與誰討論這件事情
3. 於何時何地與他人討論這件事
4. 我將用甚麼證據去說明並支持我的目標（包括對心之所向三面向的衝突的解方如何得出）
5. 在遇到對方的質疑時我會採怎樣的態度

三、擬定達成目標的實際作為與時間

1. 畫出目標導向的樹狀圖

2. 列出代辦事項時間軸