

如果我是一本書

我的生命線範例

如果我是一本書報告:內文

詳細報告內容請參閱講義

- 第一章自序(課後作業)
- 第二章內文：繪製我的生命線(如簡報步驟一說明)
- 第三章反思(課後作業)

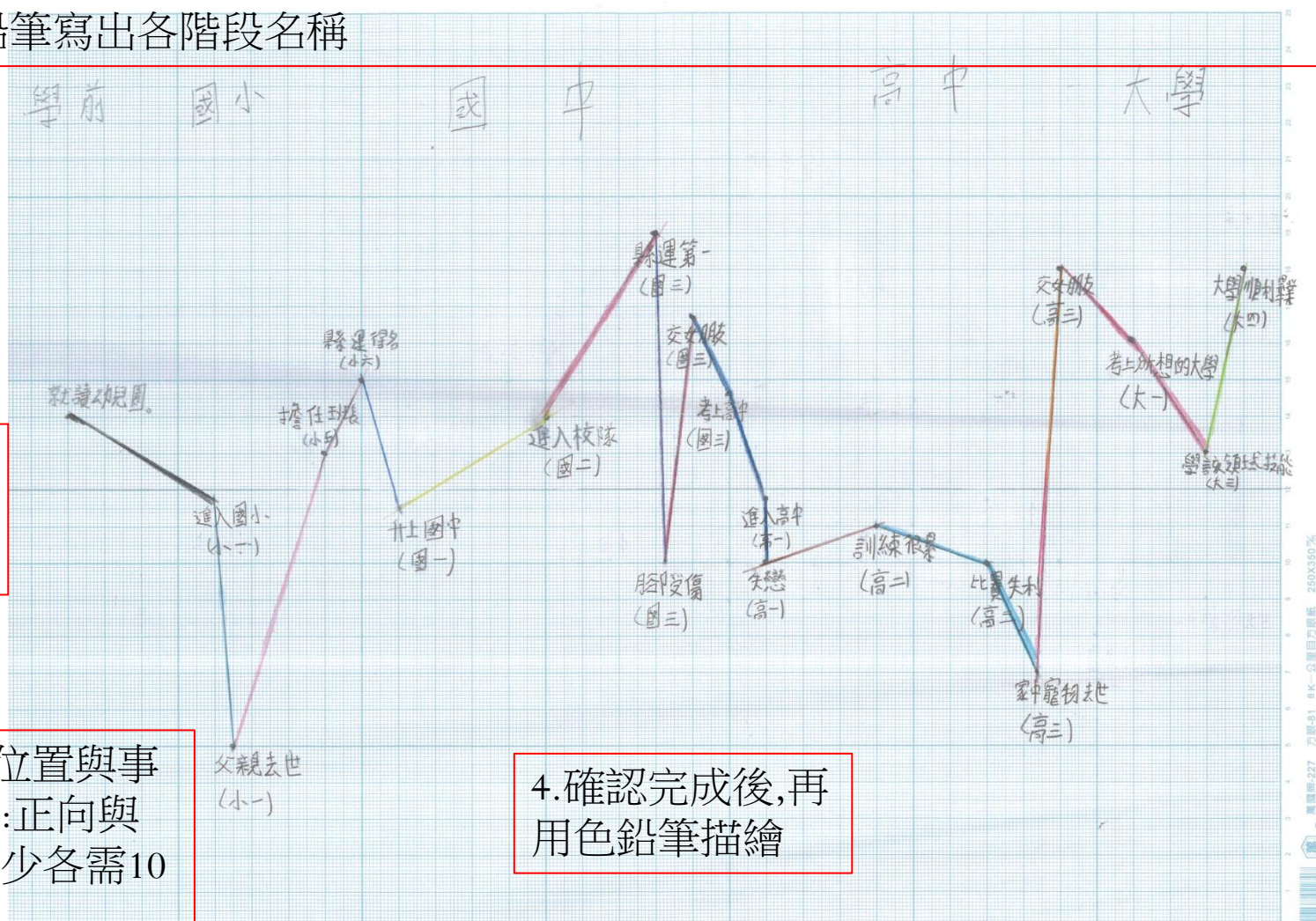
步驟說明(繪製在方格紙上)

1.用鉛筆寫出各階段名稱

2.劃出基準線

3.標出位置與事件名稱:正向與負向至少各需10個

4.確認完成後,再用色鉛筆描繪



正向、負向的事件與情緒 (寫在方格紙背後)

請選擇五個事件，
參考以下說明，
進行完整的陳述
與省思

- 正向、負向的事件與情緒，列出至少各10項(繪製出高峰、低谷後，在旁邊列出事件名稱)必須包括以下內容

家庭：參考內容如下

- 家庭成員有哪些人、我來自怎麼樣的家庭環境、父母親從事的職業為何、父母親的教養態度是什麼?對我產生什麼影響?我最親愛的家人為何?我和他的關係如何?他們如何影響我，讓我成為現在的自己.....

學校生活：幼稚園、小學、中學等，參考內容如下內容

- 學習階段中，我的學習歷程，成功、失意的事件，例如競賽、成績
- 我和師長、同儕關係，我和00人的互動關係如何?00如何影響我?我們有哪些共同的回憶、從這個經驗當中對我的影響是什麼?

生命經驗：回顧成長歷程中，自己印象深刻或是具有影響力的事件

- 例如：天災人禍、家庭成員變動、自己學習環境的調整等.....

五個事件範例

- 1.國小時參加縣運得名,開啟了我未來想要繼續朝體育班前進,雖然訓練的過程很辛苦,但是因為當時對讀書也沒有很大的興趣,加上念體育班或許會有錄取國立高中職學校的機會,因此做了這樣的選擇
- 2.高一年的時候,我遇到心儀的女孩,因此展開追求,開啟了我人生當中的第一段青澀的戀情.平時練習很辛苦,晚上還要和女朋友熱線,其實白天上課都沒有什麼精神,這樣的日子持續了一段時間,相處後發現彼此的興趣不合,慢慢疏遠關係也就變淡,協議分手,但彼此還是朋友

第三章反思(寫在圖畫紙上)

- 從這個製作過程裡，我對自己的發現是什麼?
- 我學到那些東西?
- 我想要再突破或是改進的地方是什麼?
- 我想要迎接的挑戰是什麼?
- 如果可以重來，我希望哪個部分可以改寫?
- 或是想感謝的話語?我對未來的期許等....