

價值觀探索單

C1-6

人的一生中，透過成長環境和家庭教育養成我們的價值觀（重視哪些事情），並在做決定時產生關鍵性的影響，因此了解自己的價值觀是十分重要的。

本表單的目的就是在協助釐清你的價值觀，並幫助你做出抉擇及接受結果。

表單填寫結果

你的價值觀整理表

我重視的生涯價值觀

價值觀	對我的影響性
健康	人生最重要的是健康，所以希望有時間做運動和正常作息，不找常常加班或太晚下班的工作
家庭親密感	我喜歡和家人在一起，希望有時間陪伴家人、和家人一起出遊，需要周休二日和能配合家人時段請長假特休出遊
重視朋友	想找正常時間下班的工作，才有時間和朋友出去玩
成長學習	我喜歡學習新知識，感覺自己進步和有競爭力、不會被社會淘汰，希望任職的公司要有教育訓練和培訓，自己也會安排進修，提升自己的能力
正義	不希望做一些違背良心或違法之虞的事情

我重視的工作價值觀

價值觀	對我的影響性
薪資	我認為給予合理薪資是一種尊重，二萬六的薪資行情是一般價，不能接受薪資二萬六以下的工作
工作保障	家人曾經被裁員，導致家庭經濟壓力大，我希望自己不要遇到這種事，最好能進入像公部門那樣穩定的公司，以公部門、公股、民營化的單位為優先
自主性	我不喜歡工作上被綁手綁腳，希望給我彈性、自主管理，尊重我的決定
成就	在工作上看見成果與得到讚美肯定對我很重要，讓我能夠一直投入工作
升遷發展	不想一輩子都做基層工作，希望升遷發展制度透明公正、有機會升遷

檢視你的想法

項目	我的新發現	我的決定
相輔相成之處	(一) 工作保障、薪資、家庭親密感、友誼、健康：如果能進入公部門相關單位工作，就能符合我的薪資、工作保障、上班時間，也能有時間和家人朋友相處。 (二) 成長學習、成就、升遷發展：透過學習提升自己的能力，能讓工作做得更好、比較快累積成就感，也有助於升遷。	(一) 感覺公部門的職缺蠻適合我，但是職缺競爭激烈，需要花比較多時間做準備與考試，願意給自己兩年時間試試看，並規劃時間念書以通過考試。 (二) 無論公司安排哪些教育訓練，我都要幫自己規劃一些技能學習，在 30 歲前多提升自己。
相互衝突之處	(一) 健康、家庭親密感、友誼 v.s. 成長學習、升遷發展：兩邊都需要時間經營，但是我下班後的時間只有這些，好像很難兼顧、會犧牲掉一部份的價值觀。	(一) 我還是在想 30 歲之前多奠定基礎，但下班後的進修課程不要一次安排超過兩門、漸進式安排課程就好，比較能維持想要的生活。