




# 命运大转盘

初一心理课（生涯探索活动）

- 
- **命运将重启……**
  - **请领取你重启前的物资**
  - **重要物资，请勿让他人看见**
- 
- 

**在课室里走动，与另外一个人进行一局“剪刀石”头布，胜者可以查看败者的所有命运卡并从中拿走一张自己想要的，同时也要退给对方一张自己的命运卡牌。所有人的命运卡牌都要始终维持在5张。**

- 1、当他人发起挑战时，你不能够拒绝。
- 2、不用太急，多点时间思考什么对你是最重要的。
- 3、每个人都要参与猜拳，直到时间结束，最后每个人手上都要有5张牌。
- 4、猜赢的一方，有绝对的选择权，猜输的不可异议。

- 活动准备：
- 请助手随机将命运卡牌发到每个人手上，自己保护好不要被别人看到。
- 每个人把所分配的卡**按“对自己的重要性”排序，并记录在活动纸上**，并按自己的满意度打星，非常满意是**5星**，非常不满意是**0星**。

# 思考+讨论

- 小组内谁最满意现在的卡牌？
- 小组内谁最不满意现在的卡牌？
- 有没有一些卡牌，你一看到就想要？
- 有没有一些卡牌，是别人舍弃的，而你却喜欢的？
- 当你最宝贝的卡牌被人拿走时，你的心情如何？

# 生涯探索相关提问

- 通过游戏来联系生活，那些东西是你渴望拥有的，这些东西和你的生涯价值观有怎样的联系？
- 在现实生活中，如果你遇到努力但得不到，或最后得到却失去的情况，你会怎样去面对呢？