

理解層次貫通法在生涯探索上的應用

此刻的我	理想中的我
【系統/願景】我的使命是什麼？我如何對我以外的人做出貢獻？	【系統/願景】我的使命是什麼？我期待如何對我以外的人做出貢獻？
【自我認同】我是誰？我是一個.....的人？	【自我認同】我會是誰？我會是一個.....的人？
【信念/價值觀】我重視的是什麼？我相信的是什麼？	【信念/價值觀】我重視的是什麼？我相信的是什麼？
【能力】我具備什麼能力？	【能力】我將具備什麼能力？
【行為/情緒】我在做什麼？我有什麼情緒感受？	【行為/情緒】我會在做什麼？我會有什麼情緒感受？
【環境】我在哪裡？我的工作環境如何？	【環境】我會在哪裡？我會在什麼樣的環境下工作？