

目錄

一、 實施計劃與議程

- (一) 高中生涯規劃課程與師資培育研討會實施計畫.....1
- (二) 南區研討會議程表.....2
- (三) 北區研討會議程表.....3

二、 專題演講 A：從教師典範的理念與實踐談高中生涯規劃課程5

- (一) 從教師典範的理念與實踐談高中生涯規劃課程(陳益興)7

三、 主題論壇 A：高中生涯規劃課程與師資培育之檢討與建議.....19

- (一) 高中生涯規劃課程與師資培育之檢討與建議(林清文)21
- (二) 從高中學生生涯發展問題與需求談高中生涯輔導工作所面臨之挑戰-兼談

生涯規劃課程實施之必要性(韓楷樺 蘇惠慈)24

- (三)邁向落實生涯規劃課程之路 (丁原郁).....35

四、 專題演講 B：高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議.....41

- (一) 高中生涯規劃課程綱要的理念與實踐(饒夢霞)43

五、 主題論壇 B：高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議.....53

- (一) 「高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議」討論提綱.....55

- (二) 高中生涯規畫課程與師資培育之檢討與建議(周柏伶).....56

- (三) 生涯的體驗、摸索與開展國立員林高中推動生涯輔導工作經驗分享(趙若男).....60

- (四) 高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議(陳佩琳)66

- (五) 高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議(鄧崇英)67

- (六) 高中生涯規劃課程與師資培育研討會主題論壇(郭祥益)69

- (七) 高中生涯規劃課程與教學之我見(林佳)77

- (八) 成為一個生涯規劃教師(李佩珊)78

六、 參與名單.....85

- (一)與會學者名單87

- (二)與會人員名單88

- (三)任務分組與工作人員.....91

附錄一 普通高級中學「生涯規劃學科」實施現況與師資培育需求調查表.....93

- 附件一：普通高級中學選修科目「生涯規劃」課程暫行綱要.....95

- 附件二：普通高級中學「生涯規劃」專門科目及學分一覽表.....96

高中生涯規劃課程與師資培育研討會

§ 發言和會場規則提醒 §

1. 研習資料於會議當日報到時領取；研習證明於會議結束時以名牌換領。
2. 會議開始時，請將隨身電話等電子用品靜音或關閉，本會場內禁止飲食，場外備有茶水。
3. 研討發言時間：大會備有鈴聲提醒，敬請配合。
 - (1)主持人－主持各場次建議 5 分鐘為原則。
 - (2)主講人－專題演講 A 約有 1 小時；專題演講 B 約有 1 個半小時之演講時間。
 - (3)論壇 A－每位引言人有 25 分鐘時間各自表述，最後則約有 20 分鐘和與會人員共同討論與交換意見。
 - (4)論壇 B－每位引言人有 10 分鐘時間各自表述，最後則約有 30 分鐘和與會人員共同討論與交換意見。
 - (5)與會夥伴發言，請先行報告服務單位、職稱與姓名，發言時間建議以 3 分鐘為原則。
4. 中午 12：00～13：30 午餐暨休息時間，請各位來賓攜帶餐券至初教館一樓教室，教室編號：B104、B105、B106，教室用餐。

高中生涯規劃課程與師資培育研討會實施計畫

壹、計畫背景

教育部中教司為有效因應 95 年 8 月實施之普通高級中學課程暫行綱要，並藉由師資培育大學與學科中心的策略聯盟，期冀能達到強化師資培育的功能、協助順利推動普通高級中學課程綱要、建立雙向互動機制，以提升課程革新的成效，委託台灣師範大學教育研究中心推動「師資培育聯盟實施計畫」。

高級中學生涯規劃學科係由國立嘉義大學輔導與諮商系擔任召集學校，積極尋求與其他師資培育大學及普通高級中學生涯規劃學科中心，以策略聯盟方式建立合作關係。「高中生涯規劃課程與師資培育研討會」目標即在於協助推動「生涯規劃」新課程的落實，促成師資培育課程之修訂與調整；並透過高中生涯規劃學科教師反映教學現場實際需求和意見，以促進各師資培育大學能有效因應高中新課程師資所需之變革。

貳、指導單位：教育部中教司

參、主辦單位：國立嘉義大學輔導與諮商學系

肆、協辦單位：國立台灣師範大學教育研究中心、台北市立教育大學心理與諮商學系、國立嘉義大學師資培育中心、普通高級中學生涯規劃學科中心

伍、參加對象：1. 南北兩場區高中職輔導教師及生涯規劃學科教師
2. 執行高中職生涯規劃課程之教職人員
3. 對高中職生涯規劃課程有興趣的相關科系研究生

陸、研習時間：南區 95 年 11 月 10 日(星期五)，AM9:00~PM5:00

北區 95 年 12 月 8 日(星期五)，AM9:00~PM4:30

柒、研習地點：南區 國立嘉義大學民雄校區圖書館國際會議廳

北區 台北市立教育大學公誠樓二樓第二會議室

捌、參加人數：每場次約 150 人，依報名先後順序，額滿為主。

高中生涯規劃課程與師資培育研討會

南區 議程表

指導單位：教育部中等教育司

主辦單位：國立嘉義大學輔導與諮商學系

協辦單位：國立台灣師範大學教育研究中心、國立嘉義大學師資培育中心
普通高級中學生涯規劃學科中心

研討時間：民國 95 年 11 月 10 日（星期五）

研討地點：國立嘉義大學民雄校區圖書館 3 樓國際會議廳

08:30~9:00	報到
09:00~9:10	開幕典禮 教育部中等教育司 陳益興司長 國立嘉義大學 沈再木副校長 國立嘉義大學師資培育中心 林淑玲主任
09:10~10:10	專題演講 A：從教師典範的理念與實踐談高中生涯規劃課程 主講人：陳益興司長（教育部中等教育司司長） 主持人：沈再木教授（國立嘉義大學副校長）
10:10~10:20	茶敘休息
10:20~12:00	主題論壇 A：高中生涯規劃課程與師資培育之檢討與建議 主持人：陳益興司長 引言人：林清文教授(國立彰化師範大學輔導與諮商系教授) 韓楷樞教授(國立台中教育大學諮商與應用心理學系副教授兼系主任) 丁原郁教授(國立高雄師範大學輔導與諮商所助理教授)
12:00~13:30	午餐休息
13:30~15:00	專題演講 B：高中生涯規劃課程綱要的理念與實踐 主講人：饒夢霞教授(國立成功大學教育研究所教授) 主持人：劉俊豪教授(國立嘉義大學台灣原住民教育及產業發展中心教育培訓及推廣組長)
15:00~15:10	茶敘休息
15:10~16:50	主題論壇 B：高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議 主持人：吳芝儀教授(國立嘉義大學輔導與諮商系副教授兼系主任) 引言人：周柏伶（台中市台中女中主任輔導教師） 趙若男（彰化縣員林高中主任輔導教師） 陳佩琳（雲林縣斗六高中輔導組長） 鄧崇英（南投縣竹山高中主任輔導教師） 郭祥益（高雄市中正高中輔導教師） 林 佳（高雄市新莊高中輔導教師） 李佩珊（高雄市左營高中輔導教師）
16:50~17:00	閉幕

高中生涯規劃課程與師資培育研討會

北區 議程表

指導單位：教育部中等教育司

主辦單位：國立嘉義大學輔導與諮商學系

協辦單位：國立台灣師範大學教育研究中心、台北市立教育大學心理與諮商學系
普通高級中學生涯規劃學科中心

研討時間：民國 95 年 12 月 8 日（星期五）

研討地點：台北市立教育大學公誠樓二樓第二會議室（台北市愛國西路一號）

08:30~9:00	報到
09:00~9:10	開幕典禮 教育部中等教育司 陳益興司長 台灣師範大學教育研究中心 廖遠光主任 國立台北市立教育大學 劉源俊校長
09:10~10:00	專題演講：高中生涯規劃課程綱要的理念與實踐 主講人：鍾思嘉教授(國立政治大學心理學系教授) 主持人：陳益興司長(教育部中等教育司司長)
10:00~10:10	茶敘休息
10:10~12:00	主題論壇 A：高中生涯規劃課程與師資培育之檢討與建議 主持人：金樹人教授(國立台灣師範大學教育心理與輔導學系教授) 引言人：田秀蘭教授(國立台灣師範大學教育心理與輔導系教授) 張德聰教授(國立空中大學生活科學系副教授兼台北中心主任) 林蔚芳教授(台北市立教育大學心理與諮商學系副教授兼系主任)
12:00~13:30	午餐休息
13:30~15:30	主題論壇 B：高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議 主持人：吳芝儀教授(國立嘉義大學輔導與諮商系副教授兼系主任) 林蔚芳教授(台北市立教育大學心理與諮商學系副教授兼系主任) 引言人： 胡敏華(宜蘭縣羅東高中主任輔導教師) 蔡裕婷(台北縣三民高中專任輔導教師) 謝淑萍(台北縣立金山高中專任老師) 葉寶珠(桃園市桃園高中主任輔導教師) 曾淑華(苗栗縣苑裡高中主任輔導教師) 蔡俊良(台東市台東大學附屬體育高中導師) 李家純(台東市台東高中輔導教師)
15:30~15:40	茶敘休息
15:40~16:30	綜合座談： 主持人：吳芝儀教授(國立嘉義大學輔導與諮商系副教授兼系主任) 林蔚芳教授(台北市立教育大學心理與諮商學系副教授兼系主任)
16:30	閉幕

專題演講 A

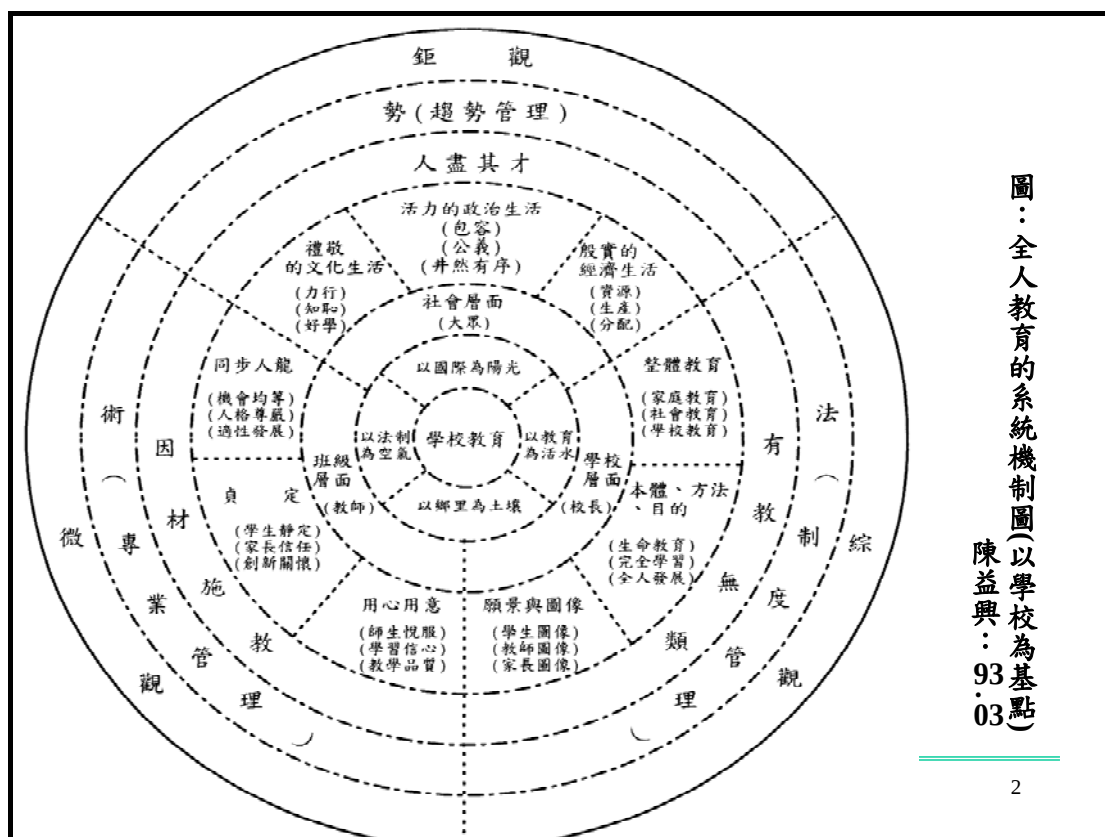
從教師典範的理念與實踐 談高中生涯規劃課程

從教師典範的理念與實踐 談高中生涯規劃課程

中等教育司：陳益興司長
95年11月10日



1



2

壹、教師典範的現象和本質

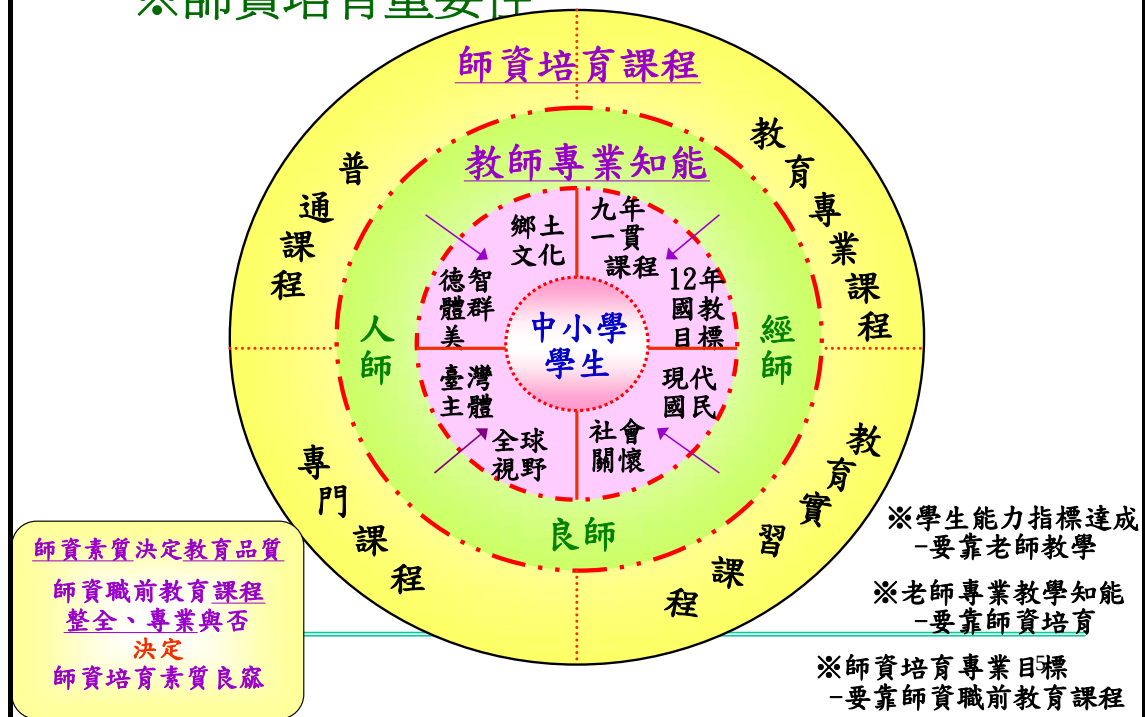
✚經師 v. s 人師 → 良師
✚教學 v. s 教育 → 教育
✚職業 v. s 志業 → 志業
✚行業 v. s 專業 → 專業

貳、教師典範形塑與展現場域

✚培育的大學
✚經營的班級
✚服務的學校
✚教導的學生

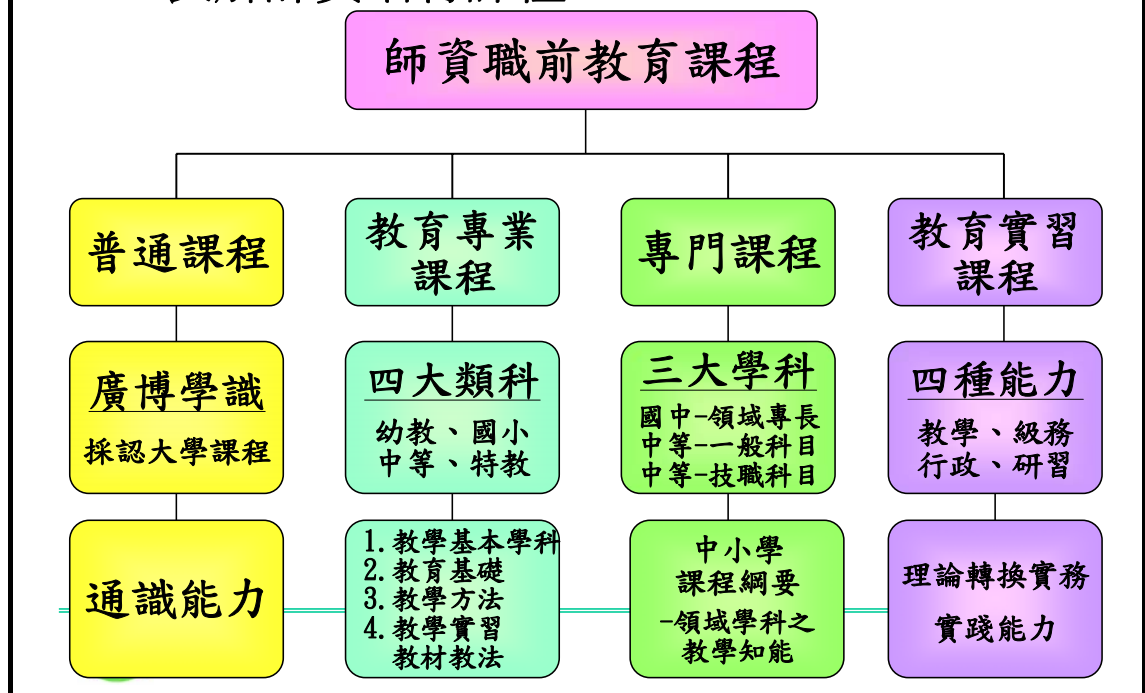
參、教師典範實踐的途徑1-職前培育課程

※師資培育重要性



參、教師典範實踐的途徑1-職前培育課程

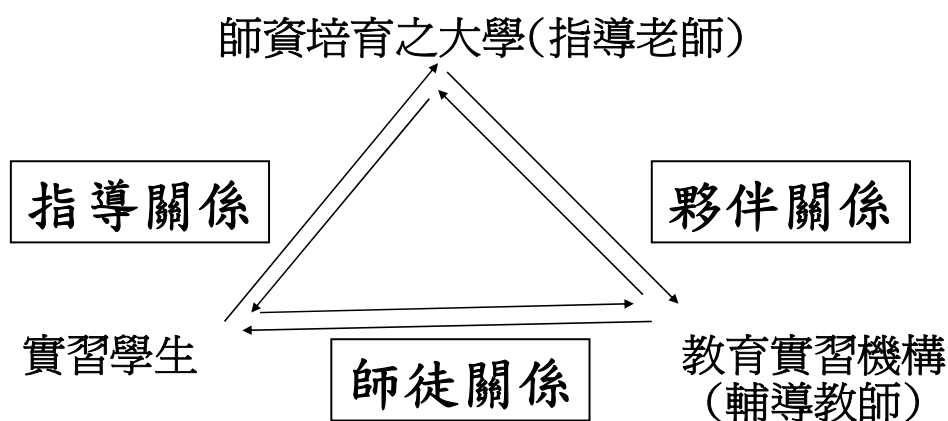
※表解師資培育課程



參、教師典範實踐的途徑1-職前培育課程

※教育實習課程

- 一、發布「師資培育之大學辦理教育實習作業原則」，確立教育實習三聯關係



參、教師典範實踐的途徑1-職前培育課程

※教育實習課程

二、策辦教育實習三獎

- (一)指導教師典範獎(5名)
- (二)輔導教師卓越獎(20名)
- (三)實習學生楷模獎(20名)
(實習教師)

肆、教師典範實踐的途徑-2

■班級經營

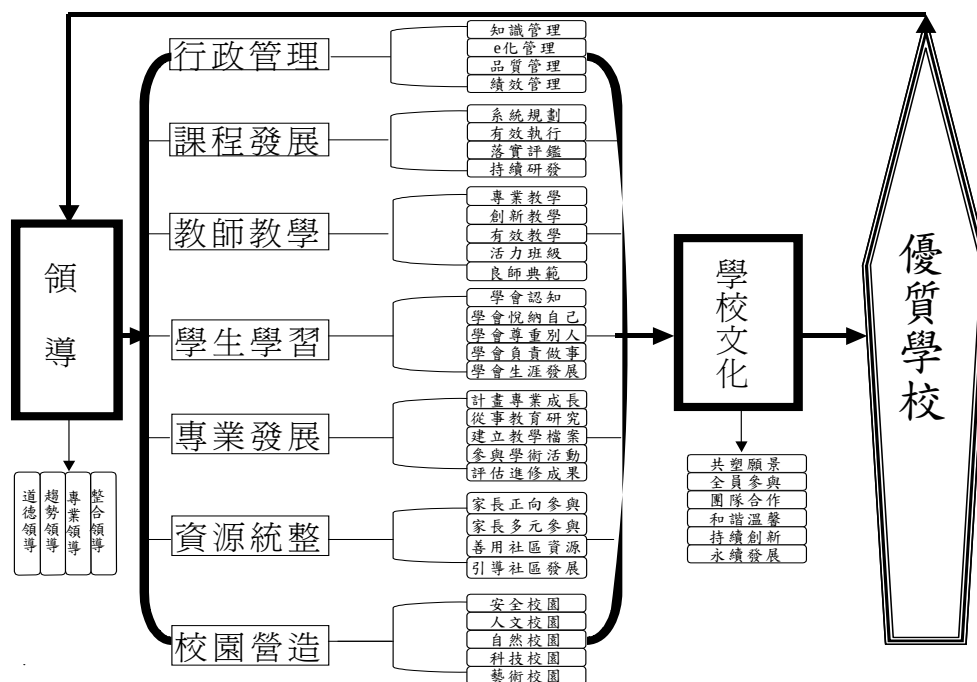
良師典範→活力班級→
有效教學→創新教學→
專業教學。

伍、教師典範實踐的途徑-3

■服務學校：

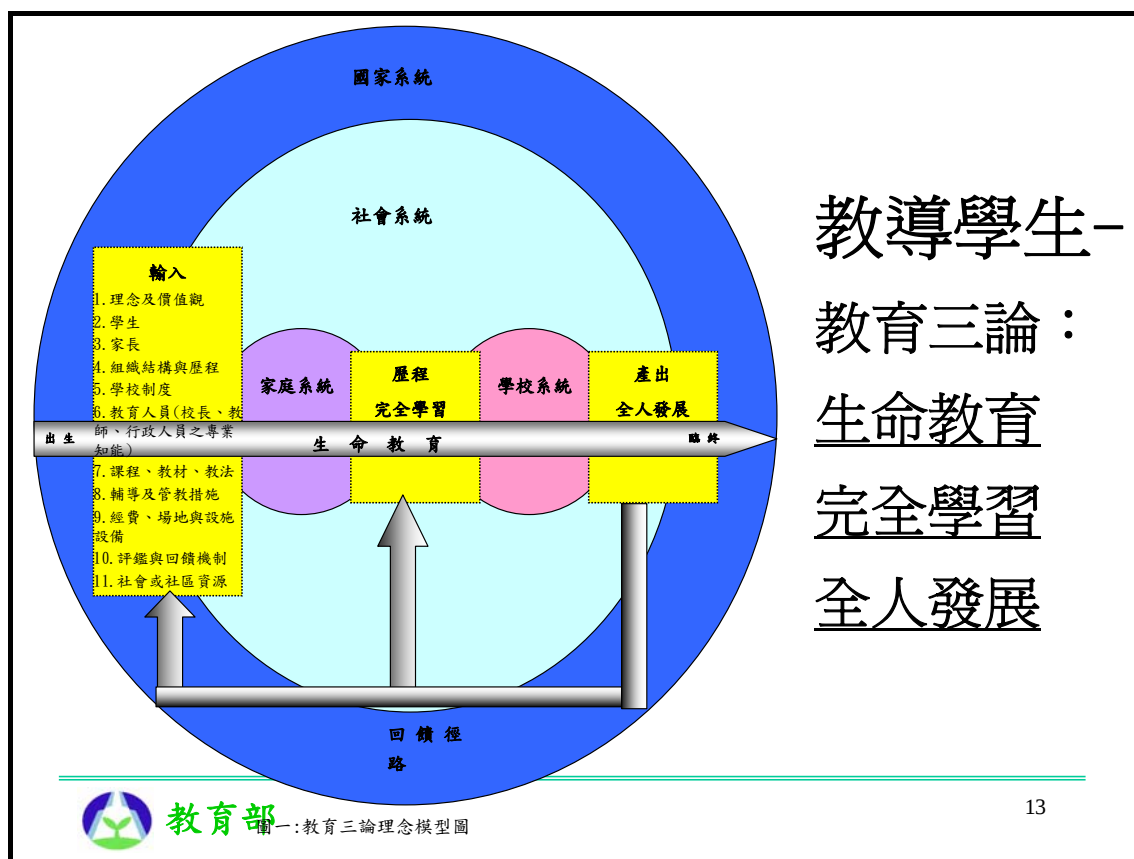
■優質學校的共識、
共力、共行者。

服務學校—優質學校指標



陸、教師典範實踐的途徑-4

- 教導學生：
- 以生命教育為本體
- 以完全學習為方法
- 以全人發展為目的



13

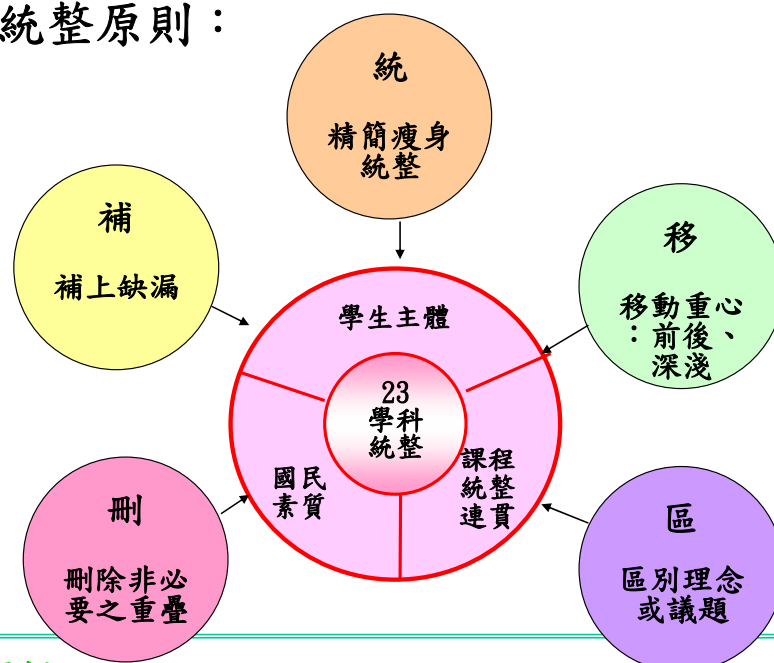
陸、高中新課程政策方向

95年10月26日函頒「中小學一貫課程體系參考指引」，作為國民中小學及後期中等教育各學習階段課程修訂之參考，加強課程縱向連貫。

組織「普通高級中學課程綱要跨學科整合小組」，檢視高中課程綱要各學科間內涵，進行新課程之橫向統整。

14

統整原則：



工作成果：

95年8月至9月召開「普通高級中學課程暫行綱要跨學科整合研討會」，將23學科分5大類進行整合：

1. 語文史地類(國文、歷史、地理、英文)
2. 藝術生活類(音樂、美術、藝術生活)
3. 生活領域類(生活科技、家政、資訊)
4. 數、理領域類(數學、物理、化學、生物、地球與環境、地球科學)
5. 公民與社會以及生活領域(家政、生命教育、國防通識、體育、綜合活動、健康護理、生涯規劃)

生涯規劃科與相關學科之檢核工作：

- 於8月完成與公民與社會、生命教育、資訊科技概論之比對(如附件1)。
- 於9月完成與公民與社會、健康與護理、家政之比對(如附件2)，並建議：高二正值試探與分化的輔導關鍵期，是最重要也最適合實施生涯規劃課

高中新課程修訂原則

- 高中課程適度分級與適時分化是世界主流。
- 分級主要係針對核心課程（英文、數學、物理、化學），實施時機以高二為宜。
- 應以適性學習、適時分化之「多元選修」，取代以升學為導向之「固定分組」。
- 加強課程縱向連貫與橫向統整，減少不必要之重複學習。

柒、生涯規劃學科課程

 高中課程綱要總目標：需從生活素質、生涯發展、生命價值三層面輔導學生達成課綱總目標。

 生涯規劃課程目標：

1. 瞭解個人發展與生涯規劃的關係
2. 增進學生生涯相關資源與生涯規劃基本技能。
3. 引導學生進行個人與生活環境探索與決定。
4. 培養宏觀及具前瞻性的生涯態度與信念。

 生涯規劃科學科中心：於94年3月成立本科學科中心，由高雄市中正高中擔任。

 配合95年新課程生涯規劃科學科中心工作項目：

1. 利用e-mail、線上論壇、問卷、座談會...等方式蒐集新課程相關意見，作為修正新課綱之參考。
2. 持續與策略聯盟大學合作，進行專業資源開發與專業諮詢。
3. 定期電子報發刊，分享專業資源與資訊，建立教師溝通平台。
4. 成立學科中心諮詢委員會，促進中心功能發揮。
5. 成立教學資源研發推動小組，研究規劃編訂並推廣生涯規劃學科九大主題研習教材教案。
6. 協助分區輔導學校辦理研習或相關活動。

分區輔導學校	活動名稱	期程
臺北市 大理高中	教案研發工作坊	95年9月-96年1月
	生涯規劃學科課程精神推廣及教案資源研發成果研習	96年3月-4月
	創意教案甄選比賽	96年6月
	生涯實察營	96年12月
高雄市 前鎮高中	高中生涯規劃課程教材教法研習	95年10月、11月、12月（共計3場）
	高中版職業組合卡的理論與實施工作坊	96年3月
中辦 屏東高中	高中生涯規劃課程教材教法研習	95年10月-12月、96年3月-5月（共計7場）
	高中版職業組合卡的理論與實施工作坊	96年6月

捌、結語一

- ✚ 大師→大樹→大樓
- ✚ 大師培育大師
- ✚ 每位師資生都立志成為良師
- ✚ 每一間教室都有良師
- ✚ 每位學生都遇得到良師

捌、結語二

- 一、21世紀知識分子的風範與修持
 - 風範：方向感、開創性與執行力
 - 修持：營造高度人生的六大條件
- 二、課程良窳決定教育成敗
 - 課程穩實或動盪影響學習優劣
 - 課程素質決定教育的素質

主題論壇 A

高中生涯規劃課程與師資
培育之
檢討與建議

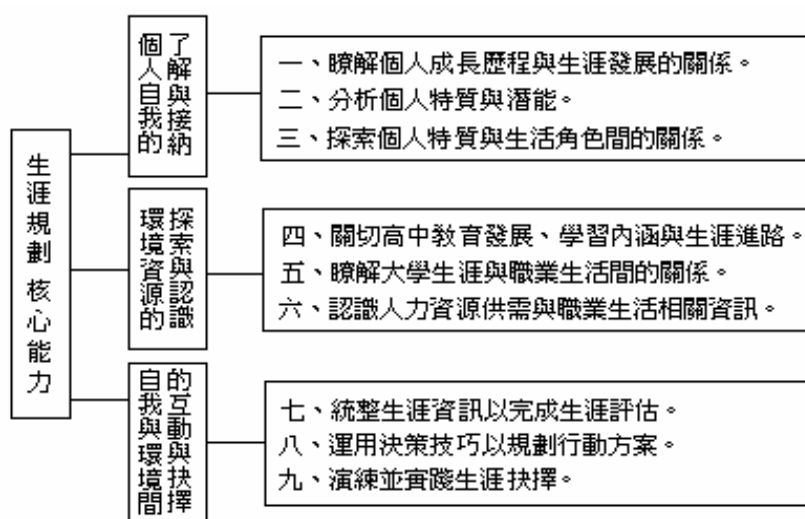
高中生涯規畫課程與師資培育之檢討與建議

林清文

國立彰化師大輔導與諮商學系教授

中學階段的啟蒙是個人終身生涯發展的基礎，高中生的生涯規畫與發展具有奠基和引領的樞紐關鍵地位。高級中學課程暫行綱要已將與生涯規畫列為選修科目類別。

生涯規畫的目標在促進學生：1. 瞭解個人發展與生涯規畫的關係；2. 增進學生生涯相關資源與生涯規畫基本技能；3. 引導學生進行個人與生活環境探索與決定；4. 培養宏觀及具前瞻性的生涯態度與信念。其所訴求培養的學生核心能力可歸納為「個人自我的了解與接納」、「環境資源的探索與認識」以及「自我與環境間的互動與抉擇」三個主軸，包括：



生涯規劃課程欲培養之核心能力

課程綱要「肆、教材綱要」列述的九個主題，可分別歸屬在前述三大主軸之下。各主軸下包括的主題和其主軸焦點可歸納如次：

生涯規劃主軸 焦點/目的	主題
個人自我的了解與接納主軸 以個人探索為焦點	成長歷程與生涯發展 特質與潛能 生活角色與生活型態
環境資源的探索與認識主軸 以生涯資源的認識 與掌握為重點	教育發展與大學學群 大學生涯與職業選擇 職業生活與社會需求
自我與環境間的互動與抉擇主軸 以透過實際的行動連結 個人與環境為目的	生涯資訊與生涯評估 決策風格與技巧 生涯行動與實踐

生涯規劃的主軸與主題

生涯規畫課程的實施不同於一般學科，而更著重於學生個人探索的啟發和經驗統整。在課程實施過程中，可以注意下列的原則：1. 以生涯抱負和生涯型態偏好，引發學生的生涯自主和責任意識；2. 引導學生自我探索，發展自我探索的參考架構；3. 透過實地的生涯資料訪查活動，促進生涯資料收集、歸類與整理能力；4. 鼓勵學生更積極面對生涯資源的建立；5. 透過決策風格與問題解決模式的自我覺察活動，促進決策模式的學習與決策能力的培養；6. 提供「正向的不確定」與「計畫的遇合」的觀念，鼓勵以開發的心胸面對生涯發展；7. 將生涯規畫課程的重點置於規畫觀念、模式和能力的啟發與練習，而不是「完成」規畫。

高中生涯輔導工作的落實是大學及成人階段生涯輔導的基礎。中學生的生涯規畫課程實施尤應注意學生生涯自主與責任覺察的啟發與操作，不要以過於高深的材料，阻抑其探索啟蒙的動力。如何以「不深奧的材料和方法」來引導中學生的生涯覺察、探索與統整，有賴具備完整師資培良，豐富學養的專科教師的努力。

高中生涯規畫科目師資培育的相關議題應包括：1. 生涯規畫科目師資職前教育課程規畫；2. 生涯規畫科目師資與輔導教師功能的互補與區隔；3. 現有師資轉任第二專長訓練與新進師資的培育；4. 生涯規畫課程教材開發與生涯輔導研究等

議題。

就生涯規畫科目師資職前教育課程規畫言，我們不只要考慮「專門科目應修科目與學分表」(專長認證)的規畫，大學校系更要考慮要如何完整培育生涯規畫教師，以及學系學程分化的必要趨勢。就生涯規畫與輔導教師功能互補與區隔言，兩者各有職司，似不必強求要兼具雙專長，然而透過學校的輔導工作委員會可能強化生涯規畫課程與學校學生輔導工作功能的整合。就課程的長期發展而言，現有教師的轉移和第二專長訓練固有其現階段的必要性，但教育行政主管可以更進一步鼓勵大學校系規畫開辦「生涯規畫師資學程」，以長期供應並提昇生涯規畫科目師資。生涯規畫就高級中學學生而言，不只是備列一格的選修科目，而更是奠基和引領其終身生涯發展的關鍵課題。生涯規畫的實施要結合生涯輔導工作的落實發展，生涯規畫的輔助媒材、自我探索與評量工具評，以及更種實徵方案等都需要透過實務專長和學者共同努力研究發展。

從高中學生生涯發展問題與需求談高中生生涯輔導工作所 面臨之挑戰-兼談生涯規劃課程實施之必要性

韓楷樺¹ 蘇惠慈²

台中教育大學諮商與應用心理學系¹

台中縣立后綜高中²

壹、前言

以生涯發展的觀點而言，青少年一方面要瞭解自己的需求、興趣及能力；另一方面則藉由參與各種活動和嘗試打工機會，對自己的興趣、能力、角色及社會需要，做一番探索，並進一步發展所需能力及技術，選擇日後就讀的學校方向或工作領域，以期發展個人獨特性。高中階段的學生正面臨著升學方式變革、多元開放之時，除了應考之外，更需對自己做更深入的了解，探索自己的態度、角色、價值觀、興趣和各種專長等自我相關訊息，以評估自我與環境的關係；另一方面也嘗試由實際執行決策過程及結果的經驗中，蒐集、運用相關資訊，以獲得修正並釐清目標的機會，藉此統合與未來方向有關的資訊。然而許多高中生對於自己的未來生涯和抉擇感到困惑，而對生涯輔導有高度的需求。其中反應在所面臨的生涯發展問題上，包括：高一選組（鄧志平，1996）、擔心考不上理想的大學（康素蓉，2003；蔣桂嫻，1993）、對於未來選系的生涯方向不清楚（區雅倫，1993；劉鳳珍，2005）、對未來前途的擔心（林瑞欽，1999；康素蓉，2003；莊慧秋，2000）、缺乏完善的生涯規劃（楊百川，2003；蘇鈺婷，2002），以及資訊不足、猶豫或決策焦慮特質（吳怡君，2000）。例如鄧志平（1996）的研究發現，有接近半數（47.3%）的高中生尚不能確定未來所要就讀的大學科系。吳怡君（2000）

也發現大台北地區約有三分之一的高中新生都有相當高的「生涯困擾」，其中以資訊不足、猶豫或決策焦慮特質的困擾最嚴重。

另者劉鳳珍(2005)在 Cheers 雜誌所做「2005 高中生就讀大學意向調查」，顯示將近 45%的高三考生，對於未來選系的生涯方向「不清楚」或「非常不清楚」；98%的學生把原因歸咎於時間都用在考試上，因而沒時間探索與外部資訊太少；超過一半(52.3%)的高三學生，把念大學視為未來就業保障。這些研究反應國內高中生對自己的興趣、性向與大學科系的學習內容，缺乏充分認識，也顯示其對生涯輔導需求甚為殷切，極需藉由多元的管道和資訊的蒐集來瞭解自我與外在世界，以期做出明確而具體可行的生涯決定。

爰此，高中的生涯輔導除了學生將面臨的選組選系的升學課題外，對於建立生涯規劃的概念、探索生涯發展的方向和瞭解環境等，均應是生涯輔導的重點。而學校生涯教育工作者除了應以更負責任的態度，提供學生大量、有品質的生涯相關資訊，並有計劃地提升學生對生涯的自信、培養學生生涯決策的能力(林幸台，1993；吳怡君，2000)之外，也不得不思考高中生涯輔導工作亦應配合其生涯發展上的任務、需求及行為，規劃最為適切的生涯輔導工作內涵，以提高學生對生涯輔導工作的滿意度。

貳、高中學生生涯發展問題與需求

在生命各個階段，人們難免會遭遇到許多問題及困擾。尤其是處於青少年時期的學生，因身心發展的快速、社會的變遷，以及來自家庭、學校等各方面的壓力和衝擊，難免會產生許多困擾及輔導上的需求。高中階段的學生正面臨升學方式變革、多元開放之際，複雜的升學管道與考試型態使他們對於自己的未來生涯準備和抉擇感到困擾，也顯示其對生涯協助的需求，更需要專業生涯人員的介入與輔導。類如林幸台(1992)以自編「高級中學生生涯輔導具體措施意見調查表」對 2033名高中學生對生涯輔導具體措施之需求進行問卷調查的研究中，整體而

言，學生在問卷上對於每項生涯輔導措施的評分都在四點量尺計分上「3 需要」的層次以上。其中對於三十項生涯輔導具體措施之需求，學生表示高需求的前十項，依序為：「根據能力、性向、性格及興趣選擇院校及科系」、「瞭解在高一選組時應考慮的因素」、「瞭解高中畢業後可能有的升學途徑與升學方式」、「根據能力、性向、性格及興趣做好選組的最後決定」、「探索科系選擇時應考慮的因素」、「評估自己的能力、性向、性格及興趣」、「瞭解科系選擇與生涯發展的關係」、「瞭解選組與生涯發展的關係」、「瞭解學業性向與升學的關係」，以及「瞭解如何探索適合自己的生涯方向」等，從中不僅反映學生重視的是與目前學習情境及未來升學有關的題項，也可推知高中生對生涯輔導的殷切。然而，大體而言，高中學生在學校中經常要面臨的生涯發展問題，包括：高一不確定自己要讀的類組（鄧志平，1996）、擔心考不上理想的大學（康素蓉，2003；蔣桂嫻，1993）、對於未來選系的生涯方向不清楚（區雅倫，1993；劉鳳珍，2005）、生涯發展或對未來前途的擔心（林瑞欽，1999；康素蓉，2003；莊慧秋，2000）、缺乏完善的生涯規劃（楊百川，2003；蘇鈺婷，2002），以及資訊不足、猶豫或決策焦慮特質（吳怡君，2000）。相較於國外學生所關注的重點則有所不同，如 Hoyt 與 Lester（1995）報告美國生涯發展協會（NCDA）Gallup調查的結果，指出有 64% 以上的男女學生對於「安置中輟學生和畢業生進入工作」未給予足夠的關注；55% 以上的男女學生認為在「發展工作技能和面試技巧」上需要更多協助；因此，該研究強烈建議高中應對生涯發展給予更多關注，幫助所有學生規劃生涯、發展工作技能、找尋工作等（引自 Zunker，2002）。

綜上所述，得知高中生所面臨的問題與困擾很多，其中有關生涯發展的困擾、問題及需求情況，占有相當重之比例，實不容忽視，也顯示高中階段的青少年對生涯輔導的需求甚為殷切，極需藉由多元的管道和資訊的蒐集來瞭解自我與外在世界，並學習生涯選擇與決定的方法，以做出具體可行的生涯決定。在這當中也發現學校輔導室是學生心目中最重要資訊來源，學生經由輔導室獲得大學多元入學方案的相關資訊（莊珮真，2003；康素蓉，2003）。因此，如何配合其生

涯發展上的任務，規劃最為適切的生涯輔導工作內涵，以滿足學生生涯協助需求，應該是高中生涯輔導工作刻不容緩的重點。

參、從高中、大學生的生涯決定狀態反思高中生涯輔導工作

所面臨之挑戰

就國內的教育體制而言，大學生絕大多數都是由高中，少部分由高職或其他管道，經由多元入學管道而來。目前高中職所設有之輔導室及專任輔導教師，均會在學生進入大學之前為學生進行分組及選填志願的輔導。理應目前所選擇的科系即應符合自己原先的分組，也是經由自我的了解與生涯的充分探索之後所作的生涯抉擇。這樣的科系選擇，也代表了未來職業的選擇，可是在金樹人、林清山、田秀蘭（1989）的研究中發現國內大學生僅有 27% 的生涯決定情形明確而自主，「探索性未定向」則佔 40% 以上。紀憲燕（1994）對大三及大四學生的調查研究結果顯示尚有 61.19% 的高年級大學生也許是生涯未決定，也許對自己的決定狀態不滿意。林清文（1994）對大一至大四學生的研究發現，大學生的生涯決定程度屬於中等而略顯不足；總括來說，生涯目標不確定者（含很不確定者）佔了所有人數的 32.5%，生涯目標明確者（含很明確者）只佔所有人數的 18.3%，其中更有 17.2% 的大學生既缺乏明確的生涯目標而且為此感到茫然徬徨。而金樹人教授於 2000 年 6 月，在一項針對十一所公私立大學，有效樣本為 1116 人的「二〇〇〇年大學畢業生生涯規劃問卷調查」研究中亦顯示：有近四成的大學應屆畢業生，不知道個人未來五年的計劃；有五成五不確定未來的職業方向；有五成則不知道生涯規劃的步驟（林立豐，2000）。成功大學柯慧貞教授連續於 2004、2005 年所做的調查顯示，全國大一至大四學生有近半數認為所唸科系與興趣不符合（蔡宗明，2006）。由上當可推知，相當多數的大學生在其高中階段有關生涯探索的活動可能遭受較多的限制，導致生涯探索經驗普遍不足，對自我特質及工作世界未有明確的認識，甚至對生涯發展抱持著錯誤的觀念，只依據社會價值觀或

分數的安排進入某些科系，而完全漠視自己特質與興趣的嚴重情形，連帶著使其在大學時期的生涯決定任務更加困難（吳芝儀，1991）。此一發現，似乎美國也不例外。平均而言，有百分之八的大學生因為不確定自己未來的生涯徑路，宣稱尚未決定主修科系；更有甚者，有些大學則多到百分之二十至百分之六十的大學生不確定自己的職業方向（Petrik, 2002）。而從歷年行政院青輔會所做的調查研究中可以發現：大專學生畢業後一年內轉換工作的比例之高，在在意味著我國青年的生涯發展有嚴重遲緩的現象，原應在求學期間進行生涯試探的工作，卻挪到進入社會後才在社會上進行試探。此類頻頻換工作的現象，事實上卻是以自己的青春歲月做遲來的試探，教育工作者或教育當局不僅不能不重視此問題的嚴重性與所代表的意涵（林幸台，1992）。

若將場景回溯至高中階段，亦有不令人意外的發現。像莊珮真（2003）在其高中生因應大學多元入學方案生涯決策的研究中即發現，學生面對多元入學方案，在整個的決策歷程中所遭遇的困難分別為：自我認識不足（56.3%）、對大學校系不夠瞭解（48.3%）、不知如何選擇參加的方案或校系（47.5%）、面對落榜或尚無錄取校系的心理壓力（47.4%）、自我的想法與家人社會期許有落差（46.7%），以及沒有充分的了解與決定（42.3%）。超過四成的學生在決策歷程中遭遇到上述的困難，其中五成以上的學生是自我認識不足。而學生面對多元入學方案，在整個的決策歷程中希望輔導室提供的服務與協助則分別為：提供大學招生資訊（76.9%）、協助校系志願選擇（73.3%）、介紹大學校系（71.8%）、辦理模擬面試（61.5%）、協助備審資料準備（57.4%），以及提供個別生涯諮詢（55.5%）。此外，尚希望學校輔導室能提供心理測驗資料、協助心理壓理調適、辦理方案說明會、辦理專業講座與校友座談等，以協助他們進行多元入學方案之決策。學生主要藉由學校輔導室與平常課堂上，獲得多元入學方案的資訊，輔導教師是高中生認為最重要的資訊提供者。

話說高中輔導室、輔導教師雖是高中生心目中重要資訊的來源與提供者，然而，前述高中生面臨層出不窮的生涯抉擇問題，則或有可能因為在高中階段學校

所推展的生涯輔導工作不夠落實，實施成效有限，或可謂提供的生涯服務、生涯活動或生涯探索課程不足，而影響其大學主修、生涯決定或其他領域的發展。

回顧過去舊學制中，高中生需選擇自然組或社會組作為日後就讀大學校系的依據，主要升學的管道為聯考，即使學生缺乏生涯發展方面的資訊及相關學習課程，仍可在聯考後依分數高低比照過去入學分數排行榜，依樣畫葫蘆決定就讀學校及科系。時至今日，面對如此多元化複雜性高的入學方式與考試型態，高中生無法只著重讀書考試，由聯考分數高低決定一切，而需早日考量升學的路徑、可能就讀的學校和科系招生方式，提早面臨生涯抉擇的挑戰，與因應之道的考驗。而高中所實施的生涯輔導工作，大致也配合聯考的變革，而有所著重。其中包括新生始業輔導、實施高一性向及興趣等測驗、高一選組輔導、舉辦生涯規劃講座、大學推甄甄選說明會、大學科系介紹、大學參訪活動、生涯輔導刊物編製、校友返校座談會、大學選填志願等。而其目的主要在協助學生認識各類組課程內容、教育訓練與社會工作環境之間的關係，在自我探索中，瞭解本身之人格特質、興趣、能力、性向及價值觀與未來生涯發展之間的關係，提供資訊讓學生認識課程內容、升學進路等職業知識，有效協助學生做好為扮演不同角色及選擇適切的職業與生活方式而預作準備與規劃。然而，在即實施過程中，則切勿因過於著重升學、科系選擇與未來職業生涯的關係，而誤導學生對於生涯應有的正確觀念，甚至阻礙其探索生涯的學習動機。

肆、生涯規劃課程實施的效益與必要性

為達上述生涯輔導工作的目標，有賴於透過不同的生涯介入策略與具體輔導措施（服務方式）的提供。一般而言，生涯輔導進行的方式有個別生涯諮商、團體生涯諮商、生涯輔導模式與生涯規劃課程等四種。然為克服個別與團體生涯諮商的限制，以符合多數學生的生涯輔導需求，並提升輔導工作在發展性與成長性功能的效益，生涯輔導計畫有走向生涯輔導模式及生涯規劃課程的趨勢（金樹人

，1989)。類此 Herr、Cramer 和 Niles (2004) 則認為高中生涯輔導的實施，可分為下列四種方式進行：(1)課程、講習會及研討會方式：主要是藉由小型的短期研習課程，或有學分的生涯發展課程等方式，提供學生生涯發展的相關知能；(2)生涯團體諮商方式：主要是以團體諮商的方式，進行生涯輔導；(3)個別生涯諮商方式：以個別諮商的方式，處理個人與生涯選擇、發展、適應有關困擾的問題；(4)其他電腦輔助系統或職業資料、測驗資料等自助式的輔導：提供個人在生涯探索領域中多元的選擇途徑。國內高中生涯輔導實施方式，可分為結構式的課程安排、團體諮商、個別諮商、主題工作坊、評量工具的使用、電腦輔助輔導系統、升學或職業資訊的提供，以及就業計畫與安置方案等八種方式（林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰，2003）。而金樹人（1997）則依據輔導人員涉入的程度（involvement）為指標，將生涯輔導的服務方式分為資料提供、自助式活動、工作坊、生涯課程、團體諮商，以及個別生涯諮商等六種方式。從中發現多位學者對生涯輔導實施方式的觀點頗為類似。雖然相關的研究，大都以生涯成熟或生涯決策、生涯選擇、生涯規劃、職業自我概念等不同的生涯層面為其評量生涯輔導課程實施成效的標準；大體而言，選修「生涯規劃與發展」課程有助於改善生涯輔導的需求（韓楷樺，1996）。

若就不同生涯輔導實施方式間的比較，整體而言，課程安排方式進行生涯輔導有兩個優點，第一，藉由正式的課程，每個學生在高中三年裡都有機會接觸生涯方面的知識，也較能達成生涯發展方面的任務，也就是說生涯成熟程度會較高；第二，藉由課程的安排，學校的行政人員及任課老師可以接受生涯輔導對學生而言的重要性，也可以藉由學生的反應了解他們在生涯輔導方面的需求，而且有正式的課程實施生涯輔導，在輔導工作的推行方面阻力可以減少（林幸台等，2003）。但是當初在立高中相關法規的時候，就很清楚的界定「專任輔導教師」以不上課為原則，而目前國內高中教育課程安排緊湊，並未安排固定的生涯輔導課程，輔導教師可用於生涯輔導課程的時間有限，只能到處借課，或利用暑期輔導課的部分時間來實施生涯輔導課程。到了高三面臨複雜的入學管道，輔導教師

面對大量需要協助的學生，常常忙到人仰馬翻，沒有固定課程時間是目前各高中普遍遭遇的最大困難。在這樣的環境限制下，要對高中學生進行發展性的生涯輔導，在上述的實施方式中，團體輔導是高中生涯輔導最常見的策略，內容與一般的生涯課程相似，唯其方式較強調小團體式的互動過程，因而也只能為少數學生提供協助，殊屬可惜。

原本升學方式多元開放的立意在於使學生的選擇更具彈性，但在高中學生課業學習的壓力並未減輕，又缺乏明確的自我生涯概念，只求通過考試這一關的升學心態，加上成績決定出路的想法下，家長或學校協助學生進行生涯規劃時，往往僅依照社會發展趨勢提供意見，而較少實際瞭解學生本身的興趣與能力。在這種環境下成長的學生似乎較忽視生涯發展觀念與能力的培養；殊不知升學僅是整體生涯發展中的一環，畢業之後仍需面對生涯抉擇的問題，而這種抉擇在往後的生活、工作或其他角色上，必將不斷出現。因此，如何給予適當的協助為一不可忽視的問題。再者，由於高中輔導教師為「專任」無須授課，即將於 95 學年實施的高級中學課程暫行綱要，將「心理、社會與文化」納入「公民與社會」範疇，由公民科教師負責授課；選修科目「生涯規劃」很可能配給導師負責授課。這可由現行高職與綜合高中課程中屬於必修科目的「生涯規劃」，亦多非由輔導教師擔任，即可略知一二（吳芝儀，2005）。這些生涯輔導相關課程與專業脫勾，以致雖有課程名稱，但實施內容及方式能否達成課程目標、滿足學生生涯發展上的需求，著實令人懷疑！

伍、結語

高中時期各項特質之發展已漸趨於穩定，對未來升學或就業途徑之規劃需要更具體的引導，無論採取課程教學、班級輔導、個別諮商、團體諮商、電腦輔助系統等方式，高中在協助高中學生達成其生涯發展階段任務、建立生涯發展觀念，使個體具備對自我、職業世界與生涯相關資訊的充分認識，以及環境因素之充

分掌握，高中生涯輔導工作具有不可取代的功能與效益。雖然大學多元入學方案已施行多年，而且教育當局一直在宣導並落實生涯輔導工作的推展觀念，但目前高中所推動的生涯輔導工作似乎等於升學輔導，而甚少從長遠的角度來思考未來的發展方向與應做的規劃與準備，這也是目前高中學校生涯輔導工作所遭遇的最大困境。因此，如何將高中生涯輔導工作的內容擴延到協助學生對個人內在的興趣、價值觀、能力之探索，以及對外在職業、大學科系等資訊之蒐集，進而了解外在環境是如何影響自己的選擇，再據以研擬具體可行之生涯輔導措施，實為學校輔導工作者不能不重視的課題。當然，生涯規劃課程的師資也應審慎規劃，以免重蹈高職與綜合高中「生涯規劃」的覆轍。

參考書目

- 吳怡君（2000）。高中新生的生涯困擾與實施團體輔導之改變效果。國立政治大學心理學系碩士論文，未出版，台北。
- 吳芝儀（1991）。五專五年級學生生涯決定信念、情境-特質焦慮與生涯決定行動之研究—以國立台北商專五年級學生為例。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 吳芝儀（2005）。我國中小學校輔導與諮商工作的現況與挑戰。教育研究月刊，134，23-40。
- 林幸台（1992）。高級中學生涯輔導具體措施。台北：教育部。
- 林幸台（1993）。高中生涯輔導工作現況與需求之探討。輔導季刊，29(4)，8-16。
- 林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰（2003）。生涯輔導。台北：國立空中大學。
- 林立豐（2000）。「辦」臉籌畫「願景」—金樹人淺論大學生之生涯規劃。張老師月刊，274，104-107。
- 林清文（1994）。大學生生涯發展問卷編製及大學生生涯決定狀態調查研究。輔導學報，17，175-255頁。

- 林瑞欽 (1999)。高中生的心理困擾與求輔意願、態度調查研究。**教育研究資訊雙月刊**，7 (3)，132-159。
- 金樹人 (1989)。象牙塔中的生涯探索與定向——大專院校生涯規劃課程初探。**學生輔導通訊**，2，7-13。
- 金樹人 (1997)。**生涯諮商與輔導**。台北：東華。
- 金樹人、林清山、田秀蘭 (1989)。我國大專生生涯發展定向之研究。**教育心理學報**，22，167-190。
- 紀憲燕 (1994)。**大學生生涯決定類型與生涯決定信念之研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 康素蓉 (2003)。**綜合高中學生輔導需求評估之研究——以一所私立商業職業學校轉型綜合高中為例**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 莊慧秋 (2000)。青春的心，苦澀？**張老師月刊**，268，91。
- 區雅倫 (1993)。推薦甄選的諮詢與選系輔導。**選才**，14，35-38。
- 楊百川 (2003)。**高中生心理需求困擾之評量與調查研究**。國立成功大學教育研究所碩士論文，未出版，台南。
- 蔡宗明 (2006，10月)：近半大學生自覺唸錯系。**聯合報**，教育4C版。
- 鄧志平 (1996)。**高中生選擇大學主修科系決策歷程之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 蔣桂嫻 (1993)。**高中學生生活壓力、因應方式與身心健康關係之研究**。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 劉鳳珍 (2005)。16萬考生的心事：分數、學費、就業。**Cheers雜誌**2005年最佳大學指南。2005年6月30日，取自<http://www.cheers.com.tw/content/college2005/c2005024>
- 韓楷樞 (1996)。**我國空中大學學生生涯輔導需求及其輔導方案建構之研究**。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文，未出版，彰化。
- 蘇鈺婷 (2002)。**在學青少年生涯發展之相關因素研究**。國立成功大學教育研究

所碩士論文，未出版，台南。

Herr, E. L., Cramer, S. H., & Niles, S. G. (2004). *Career guidance and counseling through the lifespan: Systematic approaches* (6rd ed.).

Boston: Allyn and Bacon.

Petrik, J. (2002, July). Meeting the need for student career development, *USA Today*, 56-57.

Zunker, V. G. (2002). *Career counseling: Applied concepts of life planning* (6rd ed.). Pacific Grove, CA : Brooks/Cole.

高中生涯規劃課程與師資培育之檢討與建議—

邁向落實生涯規劃課程之路

丁原郁

國立高雄師範大學輔導與諮商所助理教授

緣起

自從教育部公布了「普通高級中學課程暫行綱要實務工作手冊」以來，生涯領域的學者專家們參照統整各個主要的生涯理論，並融合英、美、加三國所施行的生涯輔導課程目標，編定多種版本的「生涯規劃」課程教材。其中融合的多種生涯理論含 Holland 的生涯類型論，Super 的生活—生涯發展理論，特質因素論，Erikson 的人類發展模式，與 Roe 以兒童成長經驗為主體的心理需求階層理論。不僅如此，生涯決定的相關理論如社會學習取向的生涯決定論，社會認知取向的生涯決定論，與資訊處理的生涯決定論中所提及的各個影響生涯抉擇的因子也納入教材的內容。而性別教育，生命教育，情緒管理，自傳與面試的技巧亦在教材的編列中。豐富多樣的「生涯規劃」教材已由不同的圖書公司出版，可供教授之老師選擇，以協助學生瞭解自己，認識職場，掌握生涯相關資訊，進而面對與處理生涯歷程中的挑戰。

看到這些有理論根據且印刷精美的「生涯規劃」教材，想著一個課程要成功推展需有學校課程行政上的配合，專業生涯教師參與教學，和想要瞭解自己生涯規劃的學生。在師資的培訓方面，根據生涯規劃學科中心業務推動計畫（教育部中等教育司，2006），生涯規劃課程綱要之 Q&A 已於 94 年 6 月底完成，且生涯規劃課程教師之基礎研習於 94 年 9 月中完成，其進階研習訂於 95 年 2 月結束。在生涯課程的內容方面，吳芝儀（2000）亦已提出高中職學生生涯課程之內涵。在師資培訓後之課程施行方面，依教育部之「普通高級中學課程暫行綱要」（教

育部中等教育司，2004)，現今 95 學年度為逐年實施生涯規劃課程之第一學年度。在坊間教材無虞且需逐年實施的情況下，筆者想明瞭目前生涯規劃課程的施行之狀況為何？於是自本學年度開始，每見到一位高中職專任輔導老師就詢問：「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」截至目前為止，共詢問了 10 位來自不同學校的專任輔導老師，2 位任教於私立學校 8 任教於公立學校位，以下是我們部分的對話內容（註 1）。

對話內容整理

雖然筆者開始詢問時總是以同樣的一句開放型問句「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」為開端，但老師們的回應有著先述及「開課行政」而後「課程內容」的順序。如果此輔導老師任教之學校為沒有開生涯規劃課，或配課給非輔導老師比例偏高時，輔導老師一聽到這開放型問句，立即的反應總是開課的行政議題。如果此輔導老師所任教之學校有開生涯規劃課程，且大部分或所有的任課老師為輔導老師時，他們的回答皆聚焦於教材的內容。而在此次的詢問歷程中，有 4 位老師專注在教材內容上的探討。四位當中有兩位肯定教材的內容，並明確指出學生在上生涯規劃課時反應良好，學生可以得到他們所需要的生涯輔導的相關協助。

在先論及「開課行政」的輔導老師中，有部分的對話令我印象深刻。略述對話內容如下：

輔導老師甲

Q：「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」

甲：「我們要不到那個課。」

Q：「什麼叫做——我們要不到那個課？」

甲：「就是生涯課會配給其它老師超鐘點，但是就是不會給我們（輔導老師）上。」

Q:「等一下，我聽不懂，這個意思是說，如果國文老師授課基本時數已經達到了，而輔導老師現在是 0 時數，妳/你的學校還是會排給那個國文老師？」

甲:「對，沒錯，我們反應好幾年了，都沒辦法。他們說我們是 0 鐘點，所以不排給我們。」

輔導老師乙

Q:「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」

乙:「配課，配給了社會科老師，三名主義啊，歷史啊。」

Q:「那他們怎麼上的？」

乙:「有些老師唸課本，有些老師用自己的方法教，還有些做別的事。」

輔導老師丙

Q:「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」

丙:「沒開。」

Q:「什麼？沒開？」

丙:「對呀，它是選修啊，學校開了 7、8 個選修課讓學生選，這個課沒開。」

Q:「妳/你的意思是說它（學校）有開給學生去選，結果沒人選。還是說它（學校）根本沒開給學生選？」

丙:「沒有開給學生選。這次學校搞不清楚可以開給學生選，看下次的開課了。」

輔導老師丁

Q:「妳/你學校的生涯課上的怎麼樣？」

丁:「我的學校是由輔導老師去教。」

Q:「很好啊，這是怎麼辦到的？」

丁:「學校原來也不是給專業的輔導老師教，我就去爭取。結果有一天，XX 主任就在大辦公室當著大家的面，為這件事，對我罵了十幾分鐘，我也不回應，

就讓他罵，罵到最後他也接不下去了。我就態度好好地跟他說——就像主任以前所說的，要尊重專業，所以請回歸專業。說完，我就走了。然後，生涯課到了下學期就變成輔導老師上了。」

此次的訪問中，輔導老師們在「開課行政」上的回應，與生涯規劃學科中心實施成果報告（教育部中等教育司，2006）中之學員省思與建議相吻合。選修與必修課之議題，生涯課程成為配課之可能性皆在此次的訪問中明確呈現。唯學員之省思與建議之報告於教師研習 95 年 2 月時完成，而此訪問為 95 年 9 月與 10 月間進行。其結果之一致性高，顯示此現象為普遍而急需面對的狀況。

在此次的詢問歷程中，有 4 位老師專注在教材內容上的探討，並指出他們的教學環境中沒有「開課行政」的困擾。兩位任職私立學校的輔導老師皆在此四人之列。由此次訪問 10 位輔導老師（8 位公立，2 位私立）的情況看來，似乎私立學校比公立學校更傾向於聘用專業的諮商輔導老師教授生涯規劃課程且較無配課情形。然日後需增加受訪人數並持續追蹤以確認此公私立學校之差異。

這四位立即回應「課程內容」的輔導老師中，有兩位老師肯定生涯規劃教材的內容，並明確指出學生在上生涯規劃課時反應良好，且學生可以得到他們所需要的生涯輔導的相關協助。另外兩位輔導老師因其教學的對象為非主流特殊教育之學生，兩者皆表示目前之生涯規劃教材無法非常適切地提供以「生存」為主要前提者的生涯規劃需求。其中一位老師指出，當她相信她的學生畢業後很有可能因迫於經濟因素將無法顧及個人的興趣，而選擇最快得到或最高經濟效應的工作時，她反思且感受到非主流學生與目前生涯教材間的「不搭」與隔閡。當「生存」成為選擇工作時的首要甚至唯一的要件時，這生涯決定歷程呼應了現實治療學派所提出的理論——「生存」為人首先需滿足的需求，在此基本需求滿足後，人才有能力顧及人的層面（Wubbolding, 2000）。對於教授經濟環境不佳學生時的教材困境也記錄於生涯規劃學科中心實施成果報告中（p. 212，教育部中等教育司，

2006)。

而另一位教導非主流學生的輔導老師告訴我，她所在的學校根本建立了一套「自立自強」的生涯課程教材編輯系統。在她的學校中，所有的生涯教材皆為授課老師自編而成。編列的過程中，兩位輔導老師為一組，一起腦力激盪出適合他們學校學生特質的生涯課程。在每個學期結束時，輔導老師將學期中的生涯教材編輯成冊存檔，以利未來的老師參考。當詢問她是否願意與他人分享他們所發展出來的課程時，她的回答是願意，但不知可以去哪裡發表或分享。

結論與建議

在此次的 10 位高中職輔導老師的訪問中得知，生涯規劃學科中心實施成果報告（教育部中等教育司，2006）所提出的「學員省思與建議」在 95 學年度生涯規劃課程逐步實施時具體呈現。建議對「學員省思與建議」所提出的困境與疑慮逐條深入討論，並提出具體而有建設性的處理方式。而創意的生涯教學方案亦可借由輔導年會或教育會議有教學實務發表與互相觀摩的機會。教育部或許可考慮明確訂定生涯教學課程設計與實施的績優教師獎勵方式，以鼓勵百忙之中的老師或相關專業人員在生涯課程的領域中繼續努力。

參考書目

吳芝儀（2000）。*生涯輔導與諮商*。嘉義：濤石。

教育部中等教育司（2004）。*普通高中課程暫行綱要九十五學年度實施*。教育部

新聞稿：

http://www.edu.tw/EDU_WEB/EDU_MGT/HIGH-SCHOOL/EDU1185001/importance/930615-2.htm?FILEID=106588&open

教育部中等教育司（2006）。*普通高級中學課程生涯規劃學科中心實施成果報告*。高雄：高雄市立中正高級中學。

Wubbolding, R. (2000). *Reality therapy for the 21st century*. Philadelphia, PA: Taylor & Francis.

註 1 在詢問時並未錄音，此非錄音後之逐字稿。其對話內容是依筆者記憶，將其內容盡可能如實呈現。

專題演講 B

高中生涯規劃課程綱要
的
理念與實踐

高中生涯規劃課程綱要的理念與實踐

饒夢霞

成大教育研究所教授

一、前言：

由“教育投資報酬率”的三個低數據談起

二、師資培育政策與規劃內涵

三、「教師生涯規劃」之省思與「高中生涯規劃」之實踐

四、核心思想

我是誰（Who am I）及我為何在（Why do I exist）

五、融入式高中生涯教育課程之必要性

六、輔導與生涯教育之目標

七、結語：

當下每一份努力，即是為未來生涯發展做準備

普通高中 「生涯規劃」課程



成功大學教研所
饒夢霞教授

生涯規劃的三大主題

向內看 $\longleftrightarrow$ 向外看



做決定

向內看：深入且透徹 —
知己者明

你是怎樣的人？

你希望成為怎樣的人？

你的才能和可能的限制為何？

向外看：寬廣且前瞻 —
知彼者智

這個世界需要什麼？

這個世界存在哪些發展的
機會？

最具潛力之行業？

做決定：比較利弊得失 —
知時者得

把你自己放在世界上最
恰當的位置；

擇汝所愛、愛汝所擇

生涯規劃的理論一

艾瑞克森（Erikson）的人類發展模式

1. 人格發展受到先天與社會交互作用影響
2. 每項發展與全部的人格與一生都有關連，之後仍會受到先前的影響。
3. 高中屬於發展期中的認同或混淆時期，建立統整的自我概念是此期的重要任務

生涯規劃的理論二

荷倫（Holland）的類型論

1. 人的行為決定於人格與環境的交互作用
2. 職業的選擇是人格的一種展現
3. 人會尋求可以發揮專長，展示態度與價值、以及能勝任愉快於其中的問題與角色的環境
4. 多數的人可區分為實際型（R）、探究型（I）、藝術型（A）、社會型（S）、企業型（E）、事務型（C）等六類

生涯規劃的理論三

舒伯（Super）的生涯發展與角色扮演

1. 人扮演許多角色，如同彩虹的色帶
2. 主要角色包括兒女、學生、休閒者、公民、工作者、配偶、家管人員、父母及退休者等九項
3. 主要舞台在家庭、社區、學校及工作四個人生場所
4. 高中階段的主要角色包含學生與為人子女，並逐漸接觸與瞭解工作世界，為工作者的角色準備

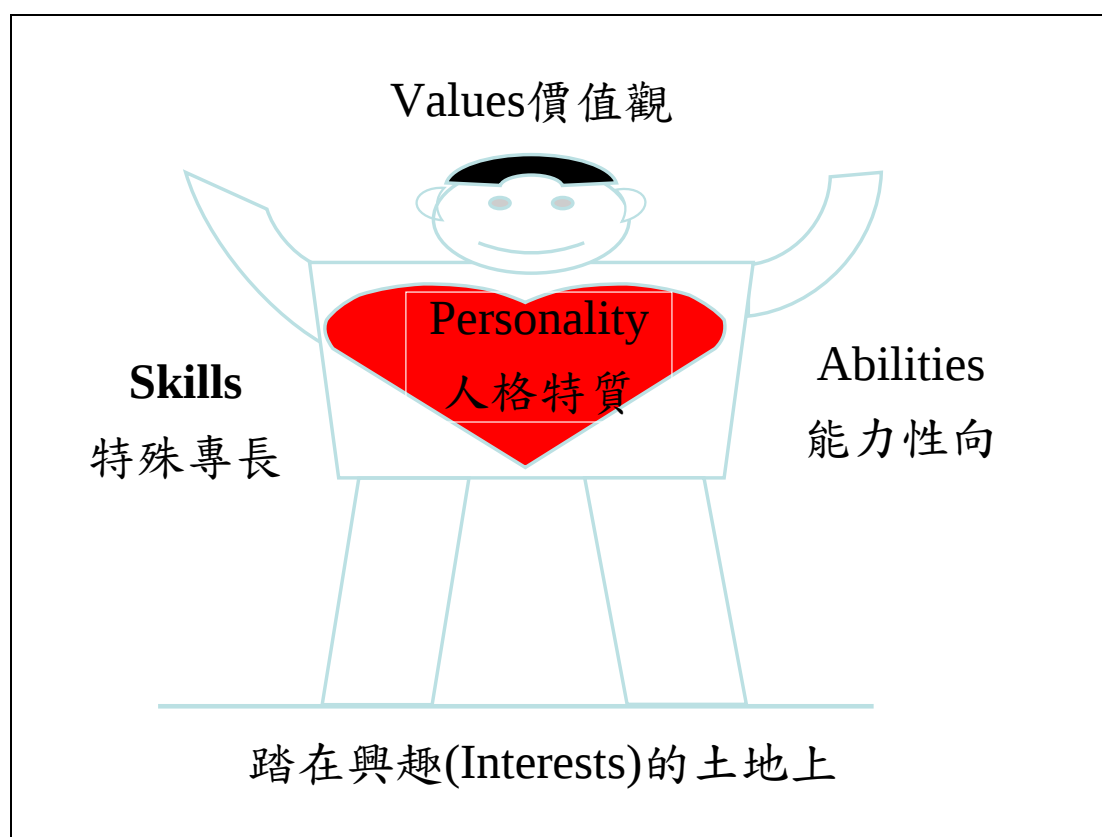
認識自我

高中生應由認識自我做起

- 1.了解優點，發覺的長處
- 2.了解的缺點，加以改變
- 3.了解的不足，不斷學習
- 4.了解不能抗拒的缺點，
自我悅納

人形探索圖

在價值觀的引領下
以人格為中心
帶著專長與能力
在興趣的土地上
耕耘人生的夢想



高中時期生涯發展特色

1. 自我的覺醒：

自我觀念與自我認同的困擾

2. 個人地位的追尋：

角色衝突

結論

- ❖知道“我是誰”？並勾勒未來藍圖
- ❖建立正確的生涯價值觀念與態度
- ❖以十項生活信條和十帖良方做個生涯贏家

十帖良方

- | | |
|--------|---------|
| 1.精益求精 | 2.全力以赴 |
| 3.保持本色 | 4.堅守原則 |
| 5.推陳出新 | 6.了解全局 |
| 7.說做就做 | 8.樂在其中 |
| 9.把握機會 | 10.生活平衡 |

生活信條

- 一.今天我開始一個新的生活，我的腦子充滿了好的想法。
- 二.我要以愛來迎接今天。
- 三.我會堅持到成功為止，我是天生贏家。
- 四.我相信我自己，我天生是創造奇蹟的。

- 五.我要把今天當成最後一天來過
- 六.我要成為自己感情（情緒）的主人
- 七.我會對這個世界大笑，不把其他人或事看得太嚴肅/重
- 八.今天我會擁有多元的價值觀
- 九.我會立刻行動，不會拖延
- 十.我會祈禱/請益，為了請求得到指導（主動性）

感謝您的
聆聽



主題論壇 B

高中生涯規劃課程與教學
的
檢討與建議

主題論壇 B：高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議

討 論 提 綱

◎論壇時間：民國 95 年 11 月 10 日（星期五）15：10～16：50

◎論壇地點：國立嘉義大學民雄校區圖書館 3 樓國際會議廳

◎論壇流程：主題論壇時間為下午 15:10 至 16:50，共計 100 分鐘。

參與主題論壇引言人共有七位老師，故每位老師有 10 分鐘時間各自表述，最後則約有 30 分鐘和與會人員共同討論與交換意見。

◎討論提綱如下：

1. 高中「生涯規劃」課程與教學的實施現況？
 - 在課程學分安排方面
 - 在教材選擇呈現方面
 - 在教學活動設計方面
 - 在教師資格條件方面
2. 高中「生涯規劃」課程與教學所遭遇的困境？
3. 高中「生涯規劃」課程與教學的改進方向與建議？
4. 對於 95 年高中「生涯規劃」課程暫行綱要的檢討。
5. 對於 98 年高中「生涯規劃」課程綱要的建議。

高中生涯規畫課程與師資培育之檢討與建議

周柏伶

台中市台中女中主任輔導教師

一、高中「生涯規劃」課程與教學的實施現況？

1. 課程學分：本校生涯規劃課程開設於高一，學分數為一學分，屬於校必選，奇數班級安排在上學期上課，偶數班級則安排在下學期上課，生涯規劃課每班人數約 22-23 人，上課地點在輔導專科教室。
2. 教材選擇與教學活動設計：本校生涯規劃課採自編教材，課程大綱請參見附件一，包含：單元活動主題、學習目標、融入之重要議題、相對應能力指標等。
3. 教師資格條件：生涯規劃課由本校輔導老師擔任，皆為合格輔導教師；尚未取得生涯規劃合格教師認證。

二、高中「生涯規劃」課程與教學所遭遇的困境與建議？

1. 請參見「普通高級中學課程生涯規劃學科中心意見調查結果分析」之內容（郭祥益，民 95）。
2. 高中「生涯規劃」課程的重要性？每一位高中生必須修習或是可以依照個人興趣選擇？

請參見教育部 93.8.31 公佈之「普通高級中學課程暫行綱要總綱」：精神、目標與實施通則；輔導專業知識與實務工作經驗……等，本人認為應將「生涯規劃」課由選修改列必修，安排在高一，上、下學期各一學分。

三、對於 95 年高中「生涯規劃」課程暫行綱要的檢討：

整體而言，對於生涯規劃 95 暫綱之內容表示認同，包括：目標、核心能力、時間分配、教材綱要、實施方法等。然而，目標二「增進學生生涯相關資源與生涯規劃基本技能」與核心能力三「探索個人特質與生活角色間的關係」之內容，由於高中階段青少年扮演的重要角色包括：學生、同儕等，建議納入青少年常見問題與因應技巧之探討，增進青少年適應，例如：學習輔導、心理健康等議題。

教育部公告 95 暫綱總綱之實施通則部分，針對課程設計的第四項「生命教育、性別平等教育、法治教育、人權教育、環保教育、永續發展、多元文化及消費者保護教育等重要議題宜納入相關的課程中，以期讓學生在不同的科目脈絡中思考這些議題，以收相互啟發整合之效。」因此，在生涯規劃 95 暫綱之實施方法「教材編選」部分，宜納入上述相關概念。

在教學評量部分，除了教師他評之外，建議納入學生自評向度，以期學生學習自我管理與負責。

附件一：國立台中女中九十五學年度生涯規劃課程及教材大綱

單元	活動主題	學習目標	融入之重要議題	相對應能力指標	備註
一	生涯規劃概說	1. 了解生涯規劃的意義與方法 2. 了解生涯發展階段與任務	生涯規劃	瞭解成長與發展的重要性，以及生涯規劃的方法	
二	我是誰	1. 以多向度增進對自我的瞭解 2. 學習探索自我的方法	生涯規劃	瞭解認識自我與個人生涯發展的關係	
三	精采過一生	1. 瞭解生命的獨特性與存在價值 2. 檢視生命歷程，並建構生涯的目標	生命教育 生涯規劃	瞭解個人成長歷程與生涯發展的關係	
四	時間管理高手	1. 瞭解時間管理在生涯規劃的重要性 2. 學習時間管理的方法與技巧	生涯規劃	瞭解並運用時間管理技巧修正個人之生涯行動	
五	壓力調適	1. 增進對壓力的自我覺知與了解 2. 增進對壓力的因應能力	心理健康	展現有效處理壓力的健康方法	
六	向憂鬱症 Say No !	1. 瞭解憂鬱症的相關概念 2. 增進憂鬱症的防治能力	心理健康	展現個人心理健康的維護行動	
七	送你一輪明月	1. 探索並瞭解自己，肯定自我的價值 2. 增進對生活與學習的積極態度	學習	以正向觀點與積極態度面對生活與學習	
八	學習目標與價值	1. 檢視個人的學習狀況 2. 提升學習的動機與效果	學習	展現與學習有關的正向思考與積極行動	
九	學習方法與策略	1. 瞭解影響個人學習效果的因素 2. 探討有效的學習方法與策略	學習	展現有效的學習行動，並改進學習的困擾問題	
十	情緒管理	1. 增進對自我負面情緒的覺	心理健康	運用正向的思考	

		察力 2. 增進處理負面情緒的方法		及行動來處理負面的情緒	
十一	認識同性戀	1. 探討同性戀議題，澄清誤解或迷思 2. 培養對同性戀的接納與尊重態度	性別平等教育	展現對同性戀尊重且接納的態度與行動	
十二	性騷擾、性侵害的認識與因應	1. 瞭解性騷擾性侵害的內涵與層次 2. 增進對性騷擾性侵害的因應之道	性別平等教育	展現維護人身安全的正確態度與行動	
十三	認識大學學群	1. 增進對大學學群系組的整體性概念 2. 瞭解學群內涵與生涯發展的相關性	生涯規劃	瞭解大學學群內涵，並思考個人的生涯進路	
十四	認識職業與工作世界	1. 瞭解不同職業的特性與生活型態 2. 提升生涯的競爭力與職場的適應力	生涯規劃	瞭解外在環境的資訊，並思考個人的生涯願景	
十五	認識大學多元入學管道（一）	1. 認識高中的升學進路 2. 增進積極的學習態度與升學準備	生涯規劃	統整生涯資訊，並規劃個人生涯進路與行動方案	
十六	認識大學多元入學管道（二）	1. 認識高中的升學進路 2. 增進積極的學習態度與升學準備	生涯規劃	統整生涯資訊，並規劃個人生涯進路與行動方案	

生涯的體驗、摸索與開展

國立員林高中推動生涯輔導工作經驗分享

趙若男

國立員林高中 主任輔導教師

壹、前言

本校於 90 學年度由教育部指定辦理教學、訓導、輔導三合一整合實驗計畫時，選擇以「生涯輔導」作為主題式方案。一開始，我們把生涯輔導的目標窄化成升學輔導與考試的準備對策，因為高中教育重視升學績效，加上大學多元入學方案即將於 91 年度實施，當時入學制度的設計繁複，令人眼花撩亂難以理解，教學上也面臨一綱多本的衝擊，師生都處於面對多元的未知與不安。輔導室利用一整年的時間，在學校生活與學習的不同領域苦思竭慮試著把生涯的概念帶給懵懂的學生，包括設計生涯輔導系列活動、週班會專題演講與討論、利用寒暑假輔導課加開生涯規劃課、拜託學科老師設計融入式教學、請導師分享他利用班會時間有系統的實施生涯輔導等。一年下來雖然成果豐碩，遺憾的是這些如同嘉年華會式的活動卻無法於隔年複製。我們更需要常態式、能行之久遠發揮持續影響力的生涯輔導模式。

貳、生涯規劃課程在本校推動實況

高中課程 95 暫綱當中雖然明列生涯規劃等選修課程，然而學校實際開設選修時，也理所當然會考慮其他學科（尤其國英數理化）共同感受教學時數不足的壓力，如何折衷因應考驗著各校辦學的魄力與智慧。有一次在類似的研討會上聽聞北部某女中主任說：她們學校是在各科老師尤其是導師的強力要求下開設生涯規劃課的。本校在最艱困的時期是連作測驗與解釋都必須向老師借課，或用自修課、週班會、週六返校自習等任何可利用的空白課程，那種不畏艱辛疲於奔命的

付出，實在是對輔導工作的執著堅持與使命使然。

一、摸索實施的課程綱要

課程名稱	學習目標	實施年級	備註
我是誰	幫助學生了解生涯規劃的意義與重要性	高一	新生暑期輔導
我的說明檔	幫助學生熟習建立學習檔案的方法	高一	新生暑期輔導
輔導夏之旅	幫助同學認識環境，了解輔導室的服務與資源	高一	新生暑期輔導
人格大偵測	協助學生探索自己的人格特質	高一	新生暑期輔導
價值大挑戰	幫助學生瞭解價值觀的意義與重要性	高一	新生暑期輔導
工作價值面面觀	幫助學生檢視個人的工作價值觀	高一	新生暑期輔導
彩繪學群	幫助學生認識大學十八學群	高一	寒假輔導
實施興趣量表	幫助學生認識自己的興趣類型	高二	暑期輔導
漫步在大學	幫助學生認識生涯資源的蒐集與運用	高二	暑期輔導
校系萬花筒	協助學生認識大學校系	高二	暑期輔導
興趣盎然——興趣量表解釋	幫助學生認識自己的興趣類型	高二	暑期輔導
大學多元入學的認識與準備	幫助學生認識多元入學管道與考試	高二	寒假輔導

二、95 學年度生涯規劃課程綱要（如附件一）

參、高中「生涯規劃」課程與教學所遭遇的困境

生涯規劃課教什麼？該怎麼教？由誰來教？是我們關注的焦點：不過，在

95 新課程暫綱中生涯規劃應列為必修課或選修課卻牽涉太多的考量。本校雖開設有生涯規劃選修課，實際上學生並沒有選的機會，在教務工作便利考量以及升學導向思維下，也沒有選修的機制。實際上開設為必修課或選修課，也一定會相對排擠其他輔導工作的時間，高中輔導老師的編制基本上是不必授課（零鐘點），以本校為例，一個年級有 17 個班級，3 名輔導教師，除非 3 個老師同時排課，否則就衍生鐘點的問題。如果不排在正式課程，改以輔導課的時段實施，雖然減除鐘點超支的問題，普遍在第八節上課，對輔導老師來說也是不公平的。

肆、高中「生涯規劃」課程的改進方向與建議

一、列為高一「必選課」：

1. 雖然 94 年全國教育發展會議決議中建議將生涯規劃課於 95 課程暫綱中列為必修課，但實際上課程時數是牽一髮而動全身的，考量對其他學科所造成的相對排擠效應，以及各校所存在的師資結構差異，貿然行之未必有利。
2. 如果列為選修課程，但責成各校考量實際情況列為必選，由各校的课程發展委員會通盤討論後，議定出各校的開課模式，以保有適度的彈性，也能呼應新課程的立意發展出學校本位的特色。

二、增設專科教室與軟硬體設施：

1. 生涯教育不同於其他學科，除了必要的講述之外，上課方式活潑多元，運用媒體媒材輔助教學非常普遍，一般教室在資源上的使用不便。若能設立專科教室，在教學活動的安排上更能得心應手。另外，分組活動式的課程也可免除座位搬動的麻煩與難以避免的喧鬧對其他班級上課造成干擾。
2. 政府結合學界與實務工作者，開發好用、活潑、符合需求的影片、powerpoint 投影片等輔助教學的工具。

3. 坊間的教材在實際使用上太偏向生涯教育理論的敘述或講述，比較符合學生需求的應該針對高中生及多元入學類似工作手冊的教材，採活頁的設計，讓學生藉以累積三年學習過程時的重要檔案，作為重要生涯決定時可參酌資訊。

三、教師資格條件以現任輔導教師為主：

1. 針對教材實際內容調訓現職輔導教師或其他有興趣的相關師資，師資的培育除了閱讀必要的文獻之外，觀摩教學、媒材製作與操作、測驗解釋與運用、生涯諮詢示範、以生涯為焦點的諮商模式…等主題，或許較符合現職教師的工作需求。
2. 生涯輔導很重視資料的管理與運用，但學校輔導室的定位仍然模糊；包括輔導工作的內涵、輔導教師的角色以及輔導室的組織編制仍然未受到應有的重視。要讓輔導工作專業受肯定並發揮最大的功能，學校輔導工作需要更多資源協助。

附件一：

國立員林高中 95 學年度【高一生涯規劃課程綱要】

【高一寒假】新生入學

依據 Swain 的生涯規劃模式，以「個人」、「環境」與「資訊」三個向度作為生涯規畫的內涵與課程設計。

一、了解生涯規劃的意義

- (1)生涯金三角：介紹 Swain 的生涯規劃模式
- (2)彩繪生命線：回顧與展望個人學習經驗

二、認識校園環境與資源

- (1)員中搜查線：以小組競賽方式回關於學校環境的各向問題
- (2)認識輔導室：實際參訪輔導室環境與設備

三、瞭解高中生活的內涵

- (1)精采過生活：提供學長姐製作的大學甄選入學備審資料，幫助高一新生瞭解高中生可以參與的活動與學習經驗。
- (2)掌握未來：簡介認識多元入學「甄選入學」與「考試分發」兩種管道。

【高一寒假】

一、多因素性向測驗

- (1)於學期中實施多因素性向測驗，配合選組輔導進行測驗解釋

二、選組輔導

- (1)認識學群：提供類組抉擇表請學生將個人高一上的成績與相關活動經驗加以整理，配合學群的認識與選組。

員林高中 95 年度高二暑期生涯規劃課程綱要

一、實施大考中心興趣量表

1. 經由測驗協助同學了解不同類型職業的工作與活動，自己喜愛或宴主動參與的程度。
2. 做為幫助同學選組、升大學選系等生涯輔道之參考。

二、漫步在大學

1. 介紹漫步在大學之網站，教導同學學習經網路資訊蒐集大學校系資訊。
2. 鎖定單一學系後作校際的比較。

三、校系萬花筒

1. 協助同學認識大學校系，進行個人之生涯探索與規劃。
2. 實際校系採訪與報告。

四、興趣測驗解釋

1. 六型分數
2. 興趣代碼
3. 抓週三碼
4. 諧和度
5. 區分值
6. 學類扇形區域

高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議

陳佩琳

雲林縣斗六高中輔導組長

本校生涯規劃課只有高一上學期開課，故我們將課程重點放在下列項目：

一、個人特質與潛能之探索、瞭解與澄清

- 1、能力與興趣
- 2、性格與價值觀
- 3、生涯信念與自我肯定

二、高中學習內涵與生涯進路

三、個人特質與大學學群/學類

四、探索生涯相關資源—大考中心、漫步在大學、青輔會等網站，另有

2006 最佳大學指南、Career 就業情報等書面資料。

五、甄選入學簡章說明與備審資料的學習檔案製作

六、職業生活與社會需求

- 1、市場變動與人力供需
- 2、工作世界分析
- 3、職業生活及工作倫理

因高一的選修只有三節，很多科都希望能排進去，因此本校只能開一學期幫助高

一同學做生涯探索，以上報告請輔導界先進多多批評指教。

高中生涯規劃課程與教學的檢討與建議

鄧崇英

竹山高中輔導主任

一、高中「生涯規劃」課程與教學的實施現況？在課程安排、教材選擇、活動設計、師資方面。

生涯規劃課程乃學校實施生涯輔導的一部份，茲將本校（竹山高中）實施生涯輔導的重點工作略述於下：

（一）目的：藉由生涯規劃的課程、活動及說明會，讓學生瞭解未來的進路及如何做選擇，除了讓高中三年的生活過得多采多姿，學生的未來也能走得更順暢。

（二）主辦單位：輔導室。

（三）協辦單位：教務處、學務處、總務處。

（四）實施對象：本校全體學生。

（五）實施內容：

高一學生

1. 安排生涯規劃課程，讓學生瞭解學校所辦理的每一個學程及未來出路。
2. 辦理每月輔導主題，搭配各項學習活動。
3. 推廣學習檔案的建立，讓學生及早做好未來的準備。
4. 辦理服務學習活動競賽，培養學生服務學習概念。
5. 其他如：服務學習卡、服務團隊、服務學習活動競賽成績、志工服務隊。

高二學生

1. 辦理畢業學長、姊經驗分享，讓同學及早做好升學準備。
2. 辦理選修課程說明會，使學生了解如何針對所修的學程來選擇課程。

3. 週三班級團體輔導擴充同學的學習層面。

高三學生

1. 辦理大學及四技二專多元入學方案說明會。
2. 邀請大學或技術學院教授到校宣導，做校系說明。
3. 指導第二階段指定項目之各項複試工作。
4. 辦理大學及四技二專甄選之模擬面試工作。
5. 辦理就業輔導活動。

二、高中「生涯規劃」課程與教學所遭遇的困境？

- (一) 學校缺乏合格「生涯規劃」教師，授課教師常因不諳教材教法而改授其他課程，損及學生受教權益。
- (二) 常藉由生涯規劃課為學生施以各項心理測驗，因本科授課教師所學背景分歧不一，致影響協助施測意願及結果說明之專業性。
- (三) 本課程學習評量方式雖然較有彈性，卻反而造成授課教師之壓力與負擔，目前除了學習單以外，本校之評量多以學習檔案之製作內容為主。

三、高中「生涯規劃」課程與教學的改進方向與建議？

- (一) 值得欣喜的是，本課程之教學目標已漸由生計輔導趨向生涯規劃，擺脫昔日以工作或職業為主的生涯規劃課。
- (二) 近年來教育當局已函示將性別平等教育、生命教育、家庭教育、服務學習——等議題融入各科之教材教法中，且每學期必須施以相當時數的宣導或研習，但是確有其難行之處，宜有統一之規劃。

高中生涯規劃課程與師資培育研討會主題論壇

郭祥益

高雄市中正高中輔導教師

一、生涯規劃學科中心工作重點：

(一) 第一期工作計畫重點

1. 建置生涯規劃學科中心網站，作為與外界溝通交流之平台。
2. 編制生涯規劃學科中心人員執行相關業務。
3. 建構生涯規劃學科諮詢委員會及校內行政支援體系。
4. 完成教育部、生涯規劃學科中心及三所生涯規劃輔導團中心學校（台北市立大理高中、中辦國立屏東高中、高雄市立前鎮高中）之全國生涯規劃學科行政體系。
5. 師資培育大學（嘉義大學）策略聯盟。
6. 參與生涯規劃學科教材審查。
7. 辦理校長、主任及輔導教師研習，增加生涯規劃科開設可行性。
8. 辦理或參與生涯規劃學科座談（專家、家長）等活動，對外說明課綱精神。
9. 添購生涯規劃學科中心空間布置及器材設備，並建檔管理。
10. 撰寫生涯規劃學科中心第一期成果報告書。

(二) 第二期工作計畫重點

1. 協調三所生涯規劃輔導團中心學校辦理生涯規劃學科研習及適合各地區實際需求之相關研習活動。
2. 成立生涯規劃學科教學資源研發推廣小組，以為期九個月的時間進行研習教材之編制與擔任研習講師。

3. 持續進行 98 新課綱意見蒐集、推廣、研發及服務功能。
4. 組織生涯規劃學科新聞議題回報機制系統。
5. 持續與嘉義大學進行策略聯盟各項合作事宜。

二、 高中生涯規劃課程與教學的實施現況：

就目前高級中學課程發展圈在「生涯規劃科」開設情況（如附表），相關意見如下：

1. 全國完全中學、普通高中共計 316 所，完全中學 67 所，13 所開設，占 19.4%；普通高中 249 所，24 所開設，占 9.64%，總計 11.7%。另外綜合高中 142 所，19 所開設，占 13.3%。
2. 課程學分安排：目前有 2 學分、1 學分、甚至 0.5 學分皆有，分別在上、下學期各開，或與他科合開成為 0.5 學分。
3. 課程名稱：大多數為「生涯規劃」，另有部分為「生涯輔導」、「職業試探與生涯規劃」，仍不一致。
4. 教材之選擇上：目前綜合高中及普通高中各有一本教科書通過教育部審核，另外普通高中尚有二本審核中。然而目前坊間有許多相關版本，各校使用狀況不一，有些學校則有自編教材。
5. 生涯規劃學科為選修科目，各校執行情況有些全部必選，有些則採由學生自由選修。
6. 教學活動設計大部分由學校輔導老師進行設計，過去其教學內容常依據學校實際需求進行，並不完全符合課綱內涵，目前高一課程處於剛開設階段，是否依照課綱精神要領進行，仍需進一步瞭解。
7. 教師資格上，大部分為學校輔導老師進行教學，有些學校為配合課程時數規劃，會安排相關科系之行政人員或教師擔任。在師資培育上可能要涵蓋普通高中、完全高中、綜合高中及職業學校之「生涯規劃」師資。

三、 高中「生涯規劃」科課程與教學所遭遇問題：

1. 學校校內課程發展委員會上，是否有「生涯規劃」師資代表。
2. 學校校內「生涯規劃」教學研究會，是否落實。
3. 學校校內是否有完備「生涯規劃」專科教室及設備器材。
4. 「生涯規劃」科課程校際間教學分享需加強。
5. 各校「生涯規劃」相關教案與教學內容本源涉及智慧財產權，學科中心蒐集較困難。

四、 高中「生涯規劃」科課程與教學改進方向與建議：

1. 建議落實校內「生涯規劃」教學研究會，並參與校內課程發展委員會，爭取開設可能，並取得學校共識。
2. 生涯規劃學科中心第二期計畫研討「創意教案」活動，鼓勵輔導老師參與。
3. 本學科中心持續積極邀稿，並給予作者稿費以資獎勵。
4. 密切與生涯規劃學科教學資源研發推廣小組合作，進行研習教材研發工作，並至全國各區擔任研習講師，進行教學經驗分享。
5. 協調輔導團中心學校研擬並辦理適合各地區師資需求之生涯規劃相關研習，以發展地方特色。

五、 對於 95 年高中「生涯規劃」課程暫行綱要之檢討：

1. 目前有職業學校、綜合高中、普通高中三種「生涯規劃」課綱，職業學校、綜合高中為必修，普通高中為選修。
2. 高中 95 暫綱之精神與內涵，生涯規劃是其主要之特色與發展目標，然而礙於學校人員結構、升學主義、課程安排等因素，列為「選修」，實在無法展現此次課程改革的真正精神與目的。

3. 「生涯規劃」學科師資登記，涉及師資培育中心大學之規劃，需儘速進行。
4. 「生涯規劃」課程名稱之統一。
5. 「生涯規劃」專科教室設置依設備標準進行規劃購置。
6. 鼓勵教師自編教材，並參酌教育部審查通過之教材，以符合生涯規劃課程綱要之精神與內涵。

六、對於 98 年高中「生涯規劃」課程暫行綱要之建議：

爭取選修改為必修。目前生涯規劃在 95 課程暫行綱要中列為選修，然而從教育改革、課程革新、95 暫綱目標、精神等來看，要使本次修訂的課程綱要令人耳目一新，展現改革創新的新氣象，未來實有必要在 98 課程暫綱將「生涯規劃」學科列為「必修」，以符合本次修訂的課程綱要的目的。把生涯規劃選修改列為必修之原因，經瞭解 95 的課程暫綱、專家學者與實務者討論的意見如下：

1. 展現 95 的課程暫綱的精神，落實 95 課程暫綱的目標。

普通高級中學教育，除延續國民教育階段之目的外，並以提升普通教育素質，增進身心健康，養成術德兼修之現代公民為目的。從生涯發展層面輔導學生，以期達到增強自我了解及生涯發展的能力的目標。可以說是本次修訂暫綱的主要內容與特色之一，因此在實施通則特別提到課程設計要重視學生生涯發展，並顧及學生個別差異與發展，希望能延續七大學習領域，提升生活素養，作為生計發展之基礎，並能著重輔導學生培養自我學習的能力及終身學習的態度，培養自我了解及生涯規劃的能力。重視課程適性化，切合學生之性向、興趣與能力，並配合學生生涯發展之需要做規劃設計，發揮課程修正的主要精神，如果生涯規劃列為選修，將失去本次修訂暫行綱要的目標，無法展現修訂暫行綱要精神與特色。

2. 符應學校生涯規劃教學之需要，協助學生生涯發展。

目前普通高級中學除了有正式開課的學校之外，幾乎各校的輔導老師也必須

擔負起生涯規劃的責任，有人要想其他老師借課，有人與其他學科融入，既損及其他學科的專業性，受到輕視之外，又無法完整落實生涯規劃的一系列活動的參與，對學生產生深遠的影響，使生涯規劃的學習效果大打折扣，不利於學生生涯發展。

3. 改善輔導教師實施生涯規劃課程的困境，展現課程改革決心。

目前普通高級中學要開設成功必須要先經過學校課程發展委員會的審核通過，然而，人單勢薄，在升學導向的趨勢上，要通過學校課程發展委員會這一關，縱然是校長與教務主任的支持，仍會受到其他學科教師的非議。因此，如果要展現課程改革的決心，突破目前輔導老師的窘況，增加生涯規劃的效果，必須在未來 98 暫行綱要總綱中規定生涯規劃學科為必修學科，以展現課程改革的決心。

4. 落實生涯規劃完整教學，促進學生生涯抉擇。

生涯規劃是有一系列的探索規劃活動，以便於高中生能夠瞭解自我、環境變化與其互動關係，作為自己未來生涯抉擇依據，影響其未來生計與一生的生活，如果只是透過簡單的測驗、大學生生活的探索與瞭解，仍不足以對高中生產生深遠的影響，片段的學習無法串起連續的回憶與未來生活的抉擇，從原生家庭的探索與未來生涯的抉擇，是需要有完整一系列的創意學習活動，讓學生去體驗與探索，才有未來明確的目標。

5. 促進全校師生重視生涯規劃，重視全人發展目標。

生涯規劃教學活動，如果能過透過這次 95 暫行綱要的修訂，未來規劃為必修的科目，讓學生親身接受一系列的探索與體驗，不僅學校教師能夠感受到教育部教育改革的決心，也能進行課程的改革，加速全校師生淡化升學導向的學習，充實生活其他智能，增加生活的體驗，重視全人發展，成為未來大學通識課程實施基礎。

6. 了解自我與環境的互動，增進生活適應能力。

高中三年生活正值學生青少年轉入青年期，學生對於自我的價值、興趣、能力、情緒發展等，正需要透過活動去思索與瞭解，而且對於其生理、心理變化與

社會環境的變遷，人際關係的建立與溝通，職場生活的瞭解與探索等，皆有助於其情緒的穩定與未來發展目標的確信，增加自信心，可以增進高中三年的生活適應能力。

為能在 98 課程綱要爭取修正為「必修」，必須採取適當爭取策略與配套措施：

1. 辦公聽會、座談會向家長、校長、主任、教師與行政單位說明，建立共識。
2. 反映蒐集意見至北師大教育研究中心、教育部、高中 95 暫綱課程發展圈，成為 98 課綱修正重要參考。
3. 完成說帖，說明生涯規劃學科爭取必修之理由與重要性。
4. 鼓勵認同之學術機構或民間機構參與，擴大其影響力，協助爭取。
5. 召開學校「生涯規劃」開設說明會，配合「生涯規劃學科中心教學資源研發與推廣小組」成員現場教學示範或經驗交流。
6. 分享「生涯規劃」學科開設成功之經驗，以座談會或電子報、E-mail 等方式進行，增加開設「生涯規劃」的學校數目。。
7. 利用學校各種進修與研習機會辦理教職員「生涯規劃」相關體驗、操作過程，爭取認同。
8. 協調課綱委員召集人或關心專家學者在適當時機發表意見，形成社會輿論。
9. 合格生涯規劃教師之師資培育儘快完成，並考量學校分佈情形與全國不同區域大學開設，方便進修。
10. 已開設學校生涯規劃教學成果能獲得學校行政人員、教師、家長與學生認同與好評。

附表：

95 年「完全中學」生涯規劃科開設情形

學校名稱	科目名稱	學分數		選修或必修
		第一學期	第二學期	
市立大直高中	生涯輔導	0	1	必
縣立來義高中	生涯輔導	1	1	必
縣立旭光高中	生涯發展	1	1	選
國立清水高中	生涯規劃	1	1	必
縣立三重高中	生涯輔導	1	1	必
私立達人女中	生涯規劃	1	1	必
市立忠明高中	生涯規劃	1	1	必
私立正心高中	生涯規劃	0	1	必
私立大華高中	生涯規劃	1	1	選
私立崇光女中	生涯規劃	1	1	必
私立東大附中	生涯規劃	0	1	
國立竹南高中	生涯規劃	1	1	選
縣立永豐高中	生涯規劃	1	1	選

95 年「普通高中」生涯規劃科開設情形

學校名稱	科目名稱	學分數		選修或必修
		第一學期	第二學期	
國立中和高中	生涯規劃	1	1	選
市立高雄女中	生涯規劃	1	1	選
市立中山女中	生涯規劃	1	0	必
縣立三民高中	生涯規劃	1	1	選
市立瑞祥高中	生涯規劃	1	1	必
國立桃園高中	生涯規劃	1	1	選
國立新竹高中	生涯規劃	1	1	選
國立斗六高中	生涯輔導	1	1	選
市立西松高中	生涯規劃	1	1	選
國立台東大學附中	生涯規劃	1	1	必
國立陽明高中	生涯規劃	1	1	選
市立左營高中	生涯規劃	1	1	必
私立祐德中學	生涯規劃	1	1	選
國立花蓮高中	生涯規劃	1	1	選
國立羅東高中	生涯規劃	1	1	必
市立建國高中	生涯規劃	1	1	選

學校名稱	科目名稱	學分數		選修或必修
		第一學期	第二學期	
市立新莊高中	生涯規劃	1	1	選
縣立金山高中	生涯規劃	1	1	必
國立新竹高中	生涯規劃	1	1	選
國立員林高中	生涯規劃	1	1	選
市立永春高中	生涯規劃	1	1	必
市立新興高中	生涯規劃	1	1	選
國立竹山高中	生涯規劃	1	0	必

95 年「綜合高中」生涯規劃科開設情形

學校名稱	科目名稱	學分數		選修或必修
		第一學期	第二學期	
國立南投高中	生涯規劃	1	1	必
縣立新社高中	生涯規劃	1	1	必
國立台東女中	生涯規劃	2	0	選
國立馬公高中	生涯規劃	1	1	選
國立華僑中學	生涯規劃	1	1	必
市立前鎮高中	生涯規劃	1	1	選
私立樂育高中	生涯規劃	1	1	選
市立楠梓高中	生涯規劃	1	1	必
國立竹北高中	生涯規劃	1	1	必
私立靜修女中	生涯規劃	1	1	
國立關西高中	生涯規劃	2	0	必
私立光啟高中	生涯規劃	2	0	必
國立苗栗高中	生涯規劃	1	1	必
私立金甌女中	生涯規劃	1	1	必
私立宜寧高中	生涯規劃	1	1	選
私立立志高中	生涯規劃	1	1	
私立君毅高忠	生涯規劃	1	1	選
私立滬江中學	生涯規劃	1	1	選
私立東海高中	生涯規劃	1	1	選
國立台東高中	職業試探與生涯規劃	1	1	必

完全中學 67 所，13 所開設，占 19.4%；普通高中 249 所，24 所開設，占 9.64%；綜合高中 142 所，19 所開設，占 13.3%。必修選修皆有，尚未一致。

名稱有生涯規劃、生涯輔導、職業試探與生涯規劃(台東高中)等尚未統一

高中生涯規劃課程與教學之我見

林 佳

高雄市立新莊高中輔導教師

本校「生涯規劃」課程與教學的實施現況

因應普通高級中學課程暫行綱要（九五暫綱），本校經過課程發展委員會決議，九十五學年度第一學期高一選修課程的三學分，開設電腦二學分及國文小說一學分，而將「生涯規劃」置於暑期輔導課期間，於高一各班開設兩節課，由輔導教師授課。開課的目的主要在於幫助高一新生適應高中生活，對於高中生的學習方法與心態做些提醒，並介紹多元入學方案，使學生對升學制度有概括性的了解。往後應可固定於高一暑期輔導開設，本校目前亦積極爭取納入高一選修學分當中。

開設「生涯規劃」之困境

無法開設「生涯規劃」課程，相信是許多高中在升學壓力與學生發展的兩難下做出的選擇。每個學科都很重要，而重要的程度端視升學考試所佔的比重，因此，大考不考的科目，很容易被邊緣化、甚至被犧牲。但筆者認為，不考試的科目不等同於不重要，讓學生了解自己、了解身處的環境，能夠健康的全方位發展，絕對比知識的攝取來得更有意義。「生涯規劃」被納入課程是一個很大的進步，但若爭取不到成為必修學分，則新課程所著重的「生活素養」、「生涯發展」、「生命價值」等核心意義，可能就只是流於形式，也是目前遭遇到最大的困境。在教材的選用方面，目前通過國立編譯館審核發照的出版社非常的少，使得授課時的教材選擇也不多，教師們需要多費些心思補充教材及學習單。以筆者與高中

學生接觸的經驗發現，學生們對於職業的認識有限，進而在選填升學志願時經常自我侷限，當然這也與各校的城鄉差距及學生的社經背景有關。因此，「學系交通網」的觀念可能不僅是學生需要了解，其實家長也是需要教育的部分。而身為「生涯規劃」的授課教師，假設大多數是由專業的輔導老師擔任，我們在青少年生、心理發展上的專業能力表現無庸置疑；但對於整個社會環境變遷、產業的轉移等敏感度及覺察可能不若在業界工作者來的深刻，這也是提醒教師應該隨時留意社會的趨勢及脈動，讓學生學習收集資訊及分析的方法。

對於「生涯規劃」師資培育之淺見

最後，對於「生涯規劃」師資培育方面的建議，除了期待盡快在各師資培育中心開設相關學分，使現職教師取得領域專長認證外，亦可藉由這樣的機會，幫助輔導教師在青少年生涯諮商方面更加的精進。因為在輔導教師的養成訓練中，生涯規劃課程較少被突顯，且許多生涯諮商中用到的技術，如「生涯方格」、「職業興趣組合卡」等，都是需要了解設計的理論基礎並操作熟練才能得到較佳的諮商效果，上述淺見，請各位先進不吝指導。

成為一個生涯規劃教師

李佩珊

高雄市左營高中

本校共有三位輔導老師（含主任輔導教師），採年級輔導老師制，從學生入學到畢業，規劃一系列輔導措施。我們在學校扮演多重角色，既是推展初級預防的輔導人員、承包教育局性別教育資源中心及研習業務的行政人員、協助公民課程進行的課程教師、特殊教育的推手，也是學生面臨各種難題時的心理諮商或諮詢人員、轉介社區精神醫療機構的前線、各種申訴案件與校園危機處理的專責單位。

跟許多高中輔導人員面臨的困境一樣，我們只有三個人，卻要做以上所列的所有事情。以選組為例，多年來我們利用班級輔導或週會時間進行興趣及性向測驗解釋，提供洋洋灑灑的選組輔導資料，配合個人成績、家長意見及導師觀察，提出綜合性的參考意見。但是，我們並沒有足夠的時間教導學生該如何進行「評估」與「選擇」，學生們只能在這樣有限的機會裡惶恐而懵懂地摸索著如何釣魚，卻不知該如何善用眼前的釣魚工具，或是好好學習釣魚的方法。

當然，這是教育系統中，對於高中生涯規劃教育這一環缺乏整體規劃所致。

而今，高中生涯規劃課程的執行，提供一種整合的可能性，我們終於可以化零為整，不用再到處借課、透過始業輔導、班級輔導、心理測驗、選組輔導、學習輔導等機會提供學生生涯輔導相關概念，可以轉為更整合的觀點將生涯規劃的觀念傳遞給學生。本校很榮幸能在校長支持及主任爭取之下，成為全國 321 所（註 1）公私立高中裡，少數將生涯規劃課程納入「學年必修」的學校之一。欣喜之餘，卻也為這樣單薄的數字感到擔憂！大學多元入學已行之多年，考招分離制度

一再強調「選擇」與「負責」的重要性，而高中課程卻始終落後於此一制度變革，在依然升學導向的課程規劃中，犧牲了協助學生自我探索、生涯定向與資訊蒐集的機會。

第一年擔任生涯規劃課程教師，我興奮又期待的心情不輸給剛踏進校門的小高一，同時也面臨了教材準備上的一些挑戰。心輔系的背景提供我充實的生涯理論知識，金樹人老師投注生涯教育的熱誠是我學習榜樣，而特教資優輔系的專題課程加強我訓練學生分組或個別作業的能力，良師引導模式訓練培養我規劃探索課程的實驗精神（再繼續寫下去就要謝天了～）。目前比較欠缺的是對大學科系與其相關的工作世界的認識，這一點則暫由青輔會資訊及各行各業好友來幫忙補足。說真的，我們花了相當多的時間進行課前準備，才能兼具理論基礎並貼近學生經驗。所幸，本校三名輔導教師都各有專長：主任是一個很具自然觀察者智慧的前輩，他拍攝的精彩相片是引起學習動機的最佳材料；靜茹老師總能找到很棒的故事跟材料；我則是創意高手，喜歡設計有趣的小活動或學習單。

雖然角色的多重仍令我們時有個案、危機事件、輔導行政或評鑑訪視的壓力，但是學生在課堂中正面的回饋令我對於生涯規劃課程的安排更有信心。目前，在年度的研討會與評鑑項目當中，生涯教育仍是很被忽視的一環，希望未來能有更豐富的議題研討，增加大家交流與對話的機會。

註 1：參考教育部全球資訊網

http://www.edu.tw/EDU_WEB/EDU_MGT/STATISTICS/EDU7220001/data/school/h1.php

1. 高中「生涯規劃」課程與教學的實施現況？

● 在課程學分安排方面

☆ 實施現況：針對高一學生，每週一節課，分上下兩學期進行。

☆ 建議：對高一始業輔導及選組輔導有明顯幫助，但對高三的升學輔導助益不多。故本校於高二升高三的暑期輔導加開一門「升學輔導」課，才能因應多元入學之需。

● 在教材選擇呈現方面

目前採用教材如下：(1) 幼獅版教材 (2) 自編教材 (3) 融入式課程自編教材 (ex：性別刻板印象、生命意義、家庭影響等等)。

● 在教學活動設計方面

20%講述+50%團體活動+20%網路暨多媒體教學+10%創意作業

● 在教師資格條件方面

由專任輔導教師擔任。

2. 高中「生涯規劃」課程與教學所遭遇的困境？

- (1) 因應教學活動多元化，課程實施需仰賴相關軟硬體設備之配合，如：完備的團體輔導室、網路教室、多媒體視聽教材、筆記型電腦等等。
- (2) 95 生涯規劃課程綱要的九大主題中，一般輔導教師對於「五、大學生涯與職業選擇」、「六、職業生活與社會需求」較不熟悉，建議納入師資培育課程，並透過研討、研習、觀摩等方式，充實現有生涯規劃教師知能。

3. 高中「生涯規劃」課程與教學的改進方向與建議？

- (1) 中心學校彙整提供優秀教案及教學活動供各校參考。或是辦理教學活動觀摩活動，以增長教學知能。
- (2) 編製或收集大學 18 學群的學習內容及成功人士系列影片，供高中生對大學及職涯有更具體的了解。

4. 對於 95 年高中「生涯規劃」課程暫行綱要的檢討。

希望將「learn how to learn」的概念納入，針對目前學生最主要的『學習者』角色多加著墨，會比較貼近高中生的經驗。

5. 對於 98 年高中「生涯規劃」課程綱要的建議。

(1) 希望可以納入必修課程，免去學校課務安排的困擾。

(2) 希望可以增加生涯規劃課程教師的培訓課程，以增進課程效益。

【附件】學習單分享：『我是誰？』

我是誰 我是誰 我到底是誰
請再跟我 照著節拍 念一遍

我出現在左中一年 X 班 名叫 XX 傑
我出生在 1990 年代的小村莊裡面
就這樣隨時光一步一步大步向前

你不懂？沒關係
我還會再讓你更深入了解

我在國小智商普普通通真的沒有什麼特別
只是那時間最紅的連續劇也就是流星花園
一群國小傻瓜就這樣也開始學著裡面情節
我也不例外就這樣學戲劇而犧牲我的初戀
而這段期間看到女生讓我覺得尷尬又丟臉
沒什麼 我就這樣簡單的過了我國小六年

到國中期間 講真的我並沒有多大的改變
但是又套用古人的 近朱者赤 近墨者黑
我就這樣傻呼呼的跟著朋友們混了好幾年
而心血來潮有一天 我就想起這所有一切
我突然體會我在這段期間跟國小沒甚差別
我在這段時期只有學壞並沒有學好的一面
我那時開始後悔 決定要把所有情境轉變
來彌補我從小到大從未認真過的所有事件
而就這樣風風雨雨的過了輾轉難眠的一年
我才有今天這個機會坐在左中的教室裡面

曾被稱為陽光男孩 不過我卻沒這樣體會
曾被說過瘋瘋癲癲 這卻是我認同的一點
而跟我鬥嘴 我絕對有辦法讓你落花流水
我要堅持我的風格 活在屬於自我的世界
而我也並沒有想過 要改變這所有的一切
或許你在此會發現 我或許真的很自戀
但我只想平靜的 過完這輩子一天又一天

參 與 名 單

高中生涯規劃課程與師資培育研討會(南區)

◎研習時間：95 年 11 月 10 日(星期五)，AM9:00~PM5:00

◎研習地點：國立嘉義大學民雄校區圖書館國際會議廳

◎與會學者名單(依姓名筆劃排序)：

序號	姓名	服務單位/職稱
001	丁原郁	國立高雄師範大學輔導與諮商所助理教授
002	王以仁	國立嘉義大學副校長
004	吳芝儀	國立嘉義大學輔導與諮商系副教授兼系主任
005	李佩珊	高雄市左營高中輔導教師
003	李明仁	國立嘉義大學校長
016	沈再木	國立嘉義大學副校長
009	周柏伶	台中市台中女中主任輔導教師
006	林 佳	高雄市新莊高中輔導教師
007	林清文	國立彰化師範大學輔導與諮商系教授
008	林淑玲	嘉義大學家庭教育研究所教授兼師資培育中心主任
011	郭祥益	高雄市中正高中輔導教師
012	陳佩琳	雲林縣斗六高中輔導組長
013	陳益興	教育部中等教育司
010	趙若男	彰化員林高中主任輔導教師
017	劉俊豪	國立嘉義大學台灣原住民教育及產業發展中心教育培訓及推廣組長
015	鄧崇英	南投縣竹山高中主任輔導教師
014	韓楷樺	台中教育大學諮商與應用心理學系副教授兼系主任
018	饒夢霞	國立成功大學教育研究所教授

高中生涯規劃課程與師資培育研討會(南區)

◎研習時間：95 年 11 月 10 日(星期五)，AM9:00~PM5:00

◎研習地點：國立嘉義大學民雄校區圖書館國際會議廳

◎與會人員名單(依姓名筆劃排序)：

序號	姓名	服務單位/職稱
001	丁凱莉	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
002	王師凱	台中線玉山國中輔導教師
003	王憶秦	雲林縣西螺農工專任輔導教師
004	王明政	高雄縣國立鳳新高中教務主任
005	王孟羚	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
006	王聲偉	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
007	毛雪慧	嘉義市國立嘉義高商輔導教師
008	方將任	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
009	尤淑玲	台中縣華盛頓中學輔導教師
010	白雅雯	雲林縣國立土庫商工輔導教師
011	伍瑞英	台中市衛道高級中學輔導主任
012	吳玟芷	彰化師大輔導與諮商學系碩班生
013	吳少萍	台中教育大學諮商與應用心理學系研究生
014	吳碧鶴	台南縣國立台南高工輔導主任
015	吳香質	雲林縣北港高中輔導教師
016	吳淑琬	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
017	李汶修	屏東縣美和高中輔導主任
018	李旻樺	彰化市國立彰化女中輔導教師
019	何宜純	嘉義市國立嘉義女中主任輔導教師
020	呂坤政	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
021	林梅瑛	高雄市立志中學輔導主任
022	林周宏	台南市國立台南二中輔導教師
023	林梅萍	嘉義市國立華南高商輔導教師
024	林懷禎	嘉義市國立嘉義高商主任輔導教師
025	林淑芳	南投縣國立暨大附中輔導教師
026	林芳寧	嘉義市輔仁中學輔導組長
027	林澤民	彰化市國立彰化師大附中教學組長
028	周傑雄	雲林縣正心中學輔導組長
029	施淑真	雲林縣環球技術學院講師

030	柯盈伶	彰化縣私立精誠中學實習老師
031	徐秀霞	雲林縣大成商工輔導組長
032	徐鳳翎	雲林縣雲林科技大學技術及職業教育所研究生
033	孫中肯	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
034	高儀樺	國立彰化高商教務主任
035	洪志寬	彰化縣私立大慶商工特殊教育教師
036	許鐘元	彰化師大輔導與諮商學系碩班生
037	張玉玲	南投市國立中興高中主任輔導教師
038	張米玉	彰化市正德高中訓育組組長
039	張靜怡	台南縣國立南科實驗高級中學主任輔導教師
040	張政仁	高雄縣私立華德工家輔導主任
041	張東山	台東市國立台東女中圖書館主任
042	張鶴騰	雲林縣大成商工輔導教師
043	張晴雯	高雄師範大學國文系研究生
044	張寶文	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
045	張慧慈	雲林科技大學研究生
046	黃美玉	南投縣私立五育高級中學輔導主任
047	黃立欣	台南市國立台南一中主任輔導教師
048	黃寶萱	嘉義市國立嘉義家職主任輔導教師
049	黃玉湘	彰化縣文興高中訓育組長
050	程雅妤	台中教育大學諮商與應用心理學系研究生
051	邱韻如	嘉義市宏仁女中專任輔導教師
052	曾靜雯	嘉義市新港藝術高中教務主任
053	曾秀芳	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
054	曾柔鳴	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
055	曾彩娟	高雄縣正義中學代理教師
056	楊秀娟	台南市國立台南二中專任輔導教師
057	楊靜芳	台中市私立曉明女中輔導組長
058	楊明杉	嘉義縣國立東石高中導師
059	楊善真	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
060	趙雪伶	台南縣黎明中學輔導室實習老師
061	褚雪梅	高雄縣國立鳳山商工主任輔導教師
062	劉慧玲	台南市六信中學導師兼教師
063	葉麗玲	台南縣白荷商工教師
064	郭素蓉	台南縣國立台南大學附中教師
065	郭德川	國立新化高工主任輔導教師
066	賴宜均	台中市台中高工輔導老師

067	賴麗貞	彰化縣國立鹿港高中總務主任
068	陳惠釗	高雄市明誠中學輔導教師
069	陳淑君	彰化市國立彰化高中輔導教師
070	陳碧霞	彰化縣國立永靖高工專任教師
071	陳麗容	雲林縣雲林科技大學技術及職業教育所研究生
072	陳志恆	彰化師大輔導與諮商學系碩班生
073	陳韋樺	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
074	陳怡婷	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
075	禰宜家	南投縣私立三育高中主任輔導教師
076	潘世毅	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
077	鍾美芳	雲林縣國立土庫商工輔導教師
078	鐘珮慈	高市前鎮高中實習老師
079	蔡珮新	嘉義市私立信義高中教學組長
080	蔡璧娥	臺南縣國立台南啟聰學校輔導主任
081	蔡宜芯	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生
082	蔡淑如	台南縣國立善化高中國文教師
083	謝瑋芸	台中教育大學諮商與應用心理學系研究生
084	鄧柑謀	高雄市左營高中主任輔導教師
085	鄭一勇	高雄縣高苑工商導師
086	魏思琪	台南市國立台南二中專任輔導教師
087	蕭惠萍	雲林縣私立義峰高中輔導教師
088	蘇月鴻	國立內埔農工
089	蘇錦裕	屏東市國立屏東高中主任輔導教師
090	蘇芸仙	國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生

高中生涯規劃課程與師資培育研討會—南區

任務分組及工作人員

指導老師：吳芝儀 主任

組別	工作執掌	組長	組員
行政組	1. 計劃撰寫、申請、經費編擬及公文作業 2. 場地申請借用 3. 召開第 1~4 次籌備會議—任務分組與檢核工作事項與進度 4. 規劃和確定議程、任務分組和各組聯繫協調及統籌 5. 決定宣傳海報、邀請函、會議手冊、資料袋樣式 6. 宣傳研討會資訊，發送宣傳研討會公文 7. 發送演講人、主持人、引言人、評論人、發表人之公文 8. 接受報名及諮詢(作為對外聯絡窗口) 9. 經費預支、控管、結報及核銷	系務助理 陳蕙敏 呂坤政 吳淑琬	系辦工讀生及協助系辦研究生
會務組	1. 演講人、主持人、引言人之邀請及確認 2. 宣傳海報與邀請函印製、張貼與發放 3. 彙整報名資料、製作與會人員名冊及簽到單 4. 製作路標、名牌、桌牌、研習條、餐券、紅布條 5. 製作各場次海報及總議程海報	吳淑琬 蘇芸仙	陳怡婷 丁凱莉 ※大學部支援 3~5 項
編輯組	1. 蒐集彙整研討會論文 2. 會議手冊及論文集之編輯印刷 3. 資料袋準備及裝袋(內含手冊、筆、空白紙或發言條等) 4. 研討會成果報告編輯製作(會後二週內)	呂坤政 吳淑琬	蘇芸仙 ※大學部支援第 3 項
接待組	1. 製作接待事項清單，確認來賓接送時間、地點、人員及方式 2. 貴賓行前聯繫提醒 3. 接待處規劃及設置、受理報到及簽到 4. 大門口停車引導、來賓入場引導、與會人員入場引導 5. 貴賓休息室與會場主持人、引言人等之茶水準備與更換 6. 會場清潔維護、垃圾袋置換及會後海報回收及場地復原 7. 中餐用餐地點之引導與餐後之整理 8. 會後研習條分發並回收名牌(以回收名牌換研習條)	楊善真 張玉薇	潘世毅 王聲偉 蔡宜芯 彭滋萍 ※大學部支援 3~8 項
議事組	1. 會場、接待處及貴賓休息室佈置 2. 與會來賓及人員座位安排(含桌牌放置及更換) 3. 司儀燈光與音響管控 4. 照相及錄影、各場次錄音及會議記錄(含器材借用)	楊善真 張玉薇	孫中肯 張寶文 潘世毅 ※大學部

	與歸還) 5. 各場次時間控制/論文發表時間提示/休息時間控制 6. 各場次海報置換、會後議場整理及復原 7. 議場秩序維持及工作人員調度		支援第 1 及 6 項
總務 組	1. 購置資料袋及飲用杯水、紙杯、茶包、咖啡包、餅乾點心及衛生紙之準備及補充(含會場外及休息室) 2. 茶敘方式及地點安排，茶敘(點心、水果)準備 3. 用餐地點安排，訂購與會人員、工作人員及貴賓中餐 4. 演講費/出席費/交通費等相關領具簽收及發放	楊善真 張玉薇	鐘美芳 王孟羚 曾秀芳

◎大學部工作人員：(15 位)

陳昱潔、張明凱、吳建虹、劉香君、田苑鈞、李佳瑩、呂羿慧、
王怡潔、陳旻哲、詹佳惠、黃怡菁、林郁珊、楊子鐺、劉淑貞、
林玉雯

附錄一

普通高級中學「生涯規劃學科」實施現況與師資培育需求調查表

壹、個人基本資料

一、您的服務單位？

_____縣市_____高中

二、您的學校屬性（可複選）？

- ☐ 普通高中
☐ 完全中學（含高中部、國中部）
☐ 綜合高中（含學術課程、專業課程）
☐ 附設其他學制（可複選，包含：☐ 高中部、☐ 高職部、☐ 國中部、
☐ 小學部、☐ 其他：_____）

三、您所服務的學校規模？

高中部班級數共計：_____班

高一：_____班；高二：_____班；高三：_____班

四、您所擔任的工作（可複選）？

- ☐ 輔導教師 ☐ 輔導組長或_____組長 ☐ 主任輔導教師或輔導主任
☐ 生涯規劃學科教師 ☐ 其他專科教師兼授生涯規劃
☐ 其他：_____

五、您所畢業的科系？

- ☐ 輔導與諮商系所 ☐ 輔導相關系所（教育、心理、社工…等）
☐ 其他非相關科系：_____系

六、您的教育程度？

- ☐ 碩士（含）以上 ☐ 大學 ☐ 專科學校

七、您的性別？

- ☐ 男 ☐ 女

八、您的年齡階段？

- ☐ 21-30 歲 ☐ 31-40 歲 ☐ 41-50 歲 ☐ 51-60 歲 ☐ 61 歲以上

貳、學校開設生涯規劃學科情形

一、您所服務學校開設「生涯規劃學科」的情形（可複選）？

- ☐ 開設選修課（*請續填答下列第二、三題）
☐ 利用彈性課程時間上生涯規劃課程
☐ 利用其他學科時間上生涯規劃課程
☐ 利用寒暑假時間上生涯規劃課程
☐ 為部分學生開辦生涯規劃團體
☐ 完全未開設
☐ 其他：_____

二、您所服務學校開設「生涯規劃學科」時間（可複選，未開設學校免填）？

- ☐ 高一上_____學分；☐ 高一下_____學分
☐ 高二上_____學分；☐ 高二下_____學分
☐ 高三上_____學分；☐ 高三下_____學分

非常感謝您撥冗填答，
並提供寶貴意見！

國立嘉義大學輔導與諮商系敬啟
95.11.10.

三、您所服務學校學生選修「生涯規劃學科」之情形（未開設學校免填）：

☐ 學生一律參加 ☐ 學生自行選修 ☐ 其他情形_____

參、對於教育部頒「95 年生涯規劃課程綱要」之意見（參見附件一）

一、在學分規劃方面：

☐ 應列入「必修」課程 _____ 學分

☐ 應維持「選修」課程 _____ 學分

二、在領域及主題方面：

☐ 仍維持三大領域九大主題，無須修改。

☐ 應部分修改如：_____

三、在主要內容方面：

☐ 九大主題項下之主要內容均稱適當，無須修改。

☐ 應部分修改如：_____

四、在核心能力方面：

☐ 九大主題均能適當對應核心能力，無須修改。

☐ 應部分修改如：_____

五、在參考節數方面：

☐ 九大主題之參考節數均稱適當，無須修改。

☐ 應部分修改如：_____

肆、對於教育部頒「普通高中生涯規劃專門科目及學分」之意見（參見附件二）

一、在必備科目及學分數方面：

☐ 必備科目及學分數規劃均稱適當，無須修改。

☐ 應增加科目如：_____

☐ 應刪除科目如：_____

二、在選備科目及學分數方面：

☐ 選備科目及學分數規劃均稱適當，無須修改。

☐ 應增加科目如：_____

☐ 應刪除科目如：_____

伍、對於師資培育大學開設「生涯規劃」教師在職進修課程之期待

一、期待師資培育大學開設之班別

☐ 第二專長碩士學分班（26 學分） ☐ 第二專長學士學分班（26 學分）

☐ 學科增能碩士學分班（4~6 學分） ☐ 學科增能學士學分班（4~6 學分）

☐ 其他：_____

☐ 無須開設，或不考慮參加。

二、期待師資培育大學開設之時間規劃

☐ 學期中之週一至週五夜間

☐ 學期中之週六、日

☐ 寒暑期之週一至週五夜間

☐ 寒暑期之週六、日

☐ 其他：_____

附件一 普通高級中學選修科目「生涯規劃」課程暫行綱要

本課程二至四學分，各校可分別於適當的年級和學期中，彈性安排授課之學分。

領域	主題	主要內容	核心能力	參考節數
個人方面的生涯探索	一、成長歷程與生涯發展	1.生涯發展階段任務與生涯規劃 2.生命故事／重要事件 3.原生家庭／重要他人	瞭解個人成長歷程與生涯發展的關係	4~8
	二、個人特質與潛能探索、瞭解與澄清之	1.特質與潛能：能力與興趣 2.特質與潛能：性格與價值觀 3.特質與潛能：生涯信念與自我肯定	分析個人特質與潛能	8~16
	三、生活角色與生活型態	1.各種生活角色內涵 2.工作、家庭和生活角色間的互動關係 3.性別角色與生涯發展	探索個人特質與生活角色間的關係	3~6
環境資源的探索	四、教育發展與大學學群	1.高中學習內涵與生涯進路 2.探索生涯相關資源 3.個人特質與大學學群／學類	關切高中教育發展、學習內涵與生涯進路	4~8
	五、大學生涯與職業選擇	1.大學學習領域 2.大學學習型態與生活型態 3.科系／職業選擇的迷思與澄清	瞭解大學生涯與職業生活間的關係	3~6
	六、職業生活與社會需求	1.市場變動與人力供需 2.工作世界分析 3.職業生活及工作倫理	認識人力資源供需與職業生活相關資訊	3~6
自我與環境間的互動與抉擇	七、生涯資訊與生涯評估	1.運用生涯資源統整有效訊息 2.入學管道與個人生涯評估	統整生涯資訊以完成生涯評估	3~6
	八、決策風格與技巧	1.探索／瞭解個人決策風格 2.運用決策技巧擬定生涯目標	運用決策技巧以規劃行動方案	2~4
	九、生涯行動與實踐	1.擬定行動方案 2.實踐行動方案 3.升學及職業選擇之模擬和演練	演練並實踐生涯抉擇	6~12

附件二 普通高級中學「生涯規劃」專門科目及學分一覽表

類別		專門科目名稱	必/選備	學分
必備科目		輔導原理與實務	必備	2
		諮商理論與技術	必備	2
		團體輔導與諮商	必備	2
		生涯與職業資訊分析與應用	必備	2
		生涯輔導與諮商	必備	2
		助人專業倫理	必備	2
		測驗與評量	必備	2
		生涯規劃課程設計與實施	必備	2
選備科目	青少年問題與輔導	青少年心理學	選備	2
		青少年問題與輔導	選備	2
		生涯發展與規劃	選備	2
		人際關係與溝通	選備	2
		情緒管理與壓力調適	選備	2
		網路使用與成癮問題	選備	2
		家庭關係與溝通	選備	2
		性別教育	選備	2
		生命教育	選備	2
		休閒教育與輔導	選備	2
	輔導策略與方法	行為改變技術	選備	2
		學習輔導	選備	2
		學校輔導方案的設計與評估	選備	2
		學校輔導工作	選備	2
		短期心理諮商	選備	2
		藝術治療	選備	2
		婚姻與家庭諮商	選備	2
		社區資源運用與諮詢	選備	2
		人力資源運用與管理	選備	2

說明：

1、必備 16 學分，選備至少 10 學分，合計應至少修滿 26 學分。

2、各各師資培育之大學採認專門科目及學分之原則如下：於 98 學年度「普通高級中學課程綱要」正式實施前，各師資培育之大學所開設與培育本學科（生涯規劃科）任教教師相關專門科目名稱不一致時，由各師資培育之大學自行依 95 學年度實施「普通高級中學課程暫行綱要」之精神為專業審核之認定，惟各校認定之專門課程科目及學分仍應依師資培育法報部核定。

