

基督教台灣浸會神學院神學研究所
碩士論文

探索前方路——教會青少年探索未來人生方向聚會設計及施行之研究

Exploring the Way Ahead: A Study on the Design and Implementation of Gatherings for Teenagers in Church to Explore Their Future Life Direction

指導教授：洪詠茹博士

研 究 生：陳主迎

中 華 民 國 一 一 二 年 七 月

中文摘要

論文題目：探索前方路——教會青少年探索未來人生方向聚會設計及施行之研究

校所名稱：基督教台灣浸會神學院基督教神學研究所神道學組

畢業時間：2023年（一一一學年度第二學期碩士學位論文摘要）

研究生姓名：陳主迎

指導教授：洪詠茹 博士

論文摘要：

研究生曾於二〇一二年至二〇二〇年間擔任小學老師，並於二〇一七至二〇二〇年間任職高年級（五、六年級）級任老師，在教學時發現到，現今學生大多不知道自己的夢想，故讓研究生因而思考，學生之所以學習動機低落、對於未知缺乏企圖心，是否是與此有關？而當研究生開始深入觀察此現象，因而感受到，雖然現今的學生受到的各樣刺激較多，但對於未來發展卻缺乏想像，故使研究生開始思考，有沒有合適的教案能幫助學生能開始思考自己的未來？

據研究生觀察，台灣當今的學生大多對未來較無好奇心，但對於自己所經歷過的事物卻有較高的興趣，故研究生將配合「追求幸福人生」這套桌上遊戲，讓學生在遊戲中扮演成人，模擬和體驗人生在工作和夢想間的時間分配與抉擇等等的過程，以此做為起點，設計一套青少年〈探索前方路〉聚會活動教案，引導學生在活動的過程中思想自己的未來方向與追求。研究生期待本教案可達到：

- 一 引發學生開始思想自己的生涯方向。
- 二 引導學生開始探索神在我們生命中的引導。
- 三 學生能明白神對我們生命有美好的計畫，並能活出有使命的人生。

本研究透過教案編寫、執行與分析可知本教案確實能達成上述三點功效，並總結研究經驗提出以下結論：

- 一 桌遊融入教學之使用與成效
 - （一）桌遊能有效引起學生的學習動機
 - （二）引導員的課程進展是教學成敗的關鍵

二 有效刺激學生探索生涯發展

(一) 引發想像創造經驗

(二) 多方向引導學生發展獨特的自我

(三) 回顧過往作為探索未來的基石

(四) 以多元教學方法激發青少年表達的引導反思策略

(五) 運用小團體發表教學法深化學習果效

透過此研究，期待能提供教會青少年聚會活動設計的參考，期待可以幫助各教會團契和輔導機構等，有效地引發學生思考自己的未來與方向。

【關鍵字】 基督教教會、青少年事工、引導反思、生涯探索、體驗教育

目次

論文審定書	錯誤! 尚未定義書籤。
中文摘要	iii
英文摘要	v
謝辭	vii
目次	viii
表次	x
圖次	xi
第一章 緒論	1
第一節 研究動機	2
第二節 研究目的	3
第三節 研究範圍與限制	3
第四節 名詞解釋	4
第二章 文獻探討	6
第一節 基督教青少年生涯探索之基本思想	6
第二節 青少年階段的重要發展	9
第三節 台灣常見的基督教青少年教材	11
第四節 青少年探索人生方向的典型課程及教材	12
第五節 青少年教育與教學方法	16
第六節 台灣碩博士論文相關研究	18
第三章 研究方法	20
第一節 研究設計與研究工具	20
第二節 前導研究	22
第三節 評估方式	24
第四節 研究倫理	24
第四章 探索前方路聚會活動教案設計	25
第一節 教案架構	25
第二節 追求幸福人生	32
第三節 復盤我的真實人生	35

第四節 這是我的家	38
第五節 這是神給的禮物	41
第六節 彩繪我的夢	44
第五章 研究成果	48
第一節 學生 A 的課程學習成長歷程	48
第二節 學生 B 的課程學習成長歷程	50
第三節 學生 C 的課程學習成長歷程	52
第四節 學生 D 的課程學習成長歷程	54
第五節 學生 E 的課程學習成長歷程	57
第六節 統整分析	58
第六章 研究結論與建議	63
第一節 研究結論	63
第二節 研究建議	66
引用書目 專書 中文	69
附錄	73
附錄一 我的夢想藍圖學習單	73
附錄二 復盤我的一生學習單	73
附錄三 人生紀錄表學習單	73
附錄四 復盤我的真實人生學習單	76
附錄五 這是我的家學習單	77
附錄六 這是神給的禮物學習單	79
附錄七 彩繪我的夢學習單	80
附錄八 彩繪我的夢 P P T	82

表次

表 3-1	受訪者基本資料.....	22
表 4-1	「追求幸福人生」教案.....	32
表 4-2	「復盤我的真實人生」教案.....	35
表 4-3	「這是我的家」教案.....	38
表 4-4	「這是神給的禮物」教案.....	41
表 4-5	「彩繪我的夢」教案.....	44
表 5-1	A 生的「夢想藍圖」學習單.....	48
表 5-2	B 生的「夢想藍圖」學習單.....	50
表 5-3	C 生的「夢想藍圖」學習單.....	52
表 5-4	D 生的「夢想藍圖」學習單.....	54
表 5-5	E 生的「夢想藍圖」學習單.....	57
表 5-6	學生參與課程前後對工作的期待.....	59
表 5-7	學生參與課程前後對家庭的期待.....	59

圖 次

圖 3-1	研究流程架構.....	21
圖 4-1	探索前方路聚會活動教案設計架構（1）.....	30
圖 4-2	探索前方路聚會活動教案設計架構（2）.....	31

第一章

緒論

台灣自二〇〇七年多元入學政策推動以來，「智力」的強調和發展已非學生在學期間唯一的發展管道。教育部進行種種的教育改革推動（簡稱教改），期望以多元管道，例如才藝、技能向度的學習，提供更多機會激發學生的潛力，發展個人所長。因此，學生可以擁有多樣的機會與更寬廣的成長軌跡，避免過去高擡「萬般皆下品，唯有讀書高」的舊有觀念。不過，自一連串的教改至今，許多人對於「多元」入學政策提出負面的看法，甚至揶揄其為「多『元（錢）』入學」¹，不但未能達到預期的果效，反而造成教師、學生、家長、學校多方面的負擔。²雖然教改並非本文欲探討之議題，卻是引發研究生進行此研究的重要場域。多元入學的立意是為了給學生們開啟多條賽道，研究生卻看見許多學生似乎對此議題無感，或是迷迷糊糊、不清楚自己的賽道而更加迷惘。肇因之一乃出於整個社會文化深植固有思想、傳統觀念等。根據研究生過去接觸的眾多青少年，發現很多學生對於自己的認知與未來的方向的不明，無法於上場前並明確自己的定位，是造成此現象的原因之一。

青少年正處於發展自我，探索未來人生方向的重要階段，³需要運用各種方式引導他們思考，並且探索前方路。從遊戲中學習就是其中一種方式，藉由在小團體和引導者參與的教育過程中，可以促進青少年彼此分享、聆聽、學習和思考的氛圍。桌上遊戲，係泛指一切在桌上進行的遊戲方式，如象棋、撲克牌等皆在此範疇，而近二十年間，主要興起於德國的各類桌上遊戲，更是大量吸引年輕人的

¹ 吳尚軒，〈多元入學還是多錢入學？研究指沒偏袒有錢人，偏鄉老師嘆：考試才是資本堆出來的〉，2019/06/10，<https://www.storm.mg/article/1356822?page=1>。

² 楊瑪利，〈教改為什麼天怒人怨？〉，2023/2/17，<https://www.cw.com.tw/article/5112741>。

³ 李淑杏等，《人類發展學》（新北：新文京開發出版股份有限公司，2021），320。

目光，許多桌遊更是融入了教育理念，透過桌上遊戲的方式，使遊玩者能從中獲得反思。⁴

研究生期待能透過桌上遊戲並結合教案，使學生能在國高中時期便可探索自己對於未來的期待與定位，好使學生可以對於未來不論是學校選擇、升學管道等等，有更明確的方向與目標。

第一節 研究動機

研究生曾於二〇一二年至二〇二〇年間擔任小學老師，並於二〇一七至二〇二〇年間任職高年級（五、六年級）級任老師，一次在作文課時，派下一個耳熟能詳的作文題目「我的夢想」，邀請該班學生分享自己期待未來能成為怎麼樣的職業、怎麼樣的人。當下學生們的反應卻讓研究生深感震驚，班上二十多位學生中，能說出自己夢想的學生卻不到五人。一年後，研究生擔任另一高年級班導師，再次派下相同的題目，而狀況仍然相同，故讓研究生因而思考，學生之所以學習動機低落、對於未知缺乏企圖心，是否是與此有關？而當研究生開始深入觀察此現象，因而感受到，雖然現今的學生受到的各樣刺激較多，但對於未來發展卻缺乏想像，故使研究生開始思考，有沒有合適的教案能幫助學生能開始思考自己的未來？

研究生很認同謝智謀教授對於體驗教育中「做中學學中做，豐富生活經驗，得到重生的力量」⁵的理念，但大多教會青少年聚會受限於時間與場地的影響，不易安排類似的聚會內容，現今大多數的教會青少年聚會時間在周六晚上兩小時的時間，如何善用這個時間又能達到讓學生「做中學學中做，豐富生活經驗，得到重生的力量」，在多次嘗試後，研究生發現桌上遊戲的體驗，可在室內且有限的時間中，讓學生體驗該桌遊帶來的感受與經驗，對於教會在青少年聚會設計的可行性較高。

⁴ 張益勤，〈學習 30 選 多元能力玩中學〉，2023/2/17，<https://www.parenting.com.tw/article/5067887>。

⁵ 蔡淇華，〈把孩子丟到山裡面，他就能活著走出來〉：自然體驗教育讓他們拋開憂鬱、找到力量〉，2023/5/7，<https://opinion.cw.com.tw/blog/profile/441/article/12448>。

研究生二〇一七年接觸「CV 人生履歷」和「追求幸福人生」兩套桌遊，⁶此二套桌遊皆是透過桌上遊戲的方式，讓玩家能在短短的兩個小時間，體驗活過一生的感覺，每每和同好一起玩完後，都能有很好的反思，故研究生有了將二者融入教案的想法。但若僅有一堂桌遊體驗，僅能作為引起動機之用，若要幫助學生能有系統的開始思考未來，並非單堂課程便能一蹴可幾，需透過後續的課程，從各方面引導學生反思、分享，使學生能明白自己的同時，探索未來的方向。

由於上述的原因以及今教會青少年聚會的限制與需求，激發研究生對於此研究方向的興趣與動機。

第二節 研究目的

據研究生觀察，台灣當今的學生大多對未來較無好奇心，但對於自己所經歷過的事物卻有較高的興趣，故研究生將配合「追求幸福人生」這套桌上遊戲，讓學生在遊戲中扮演成人，模擬和體驗人生在工作和夢想間的時間分配與抉擇等等的過程，以此做為起點，設計一套青少年〈探索前方路〉聚會活動教案，引導學生在活動的過程中思想自己的未來方向與追求。⁷ 研究生期待本教案可達到：

- 一 引發學生開始思想自己的生涯方向。
- 二 引導學生開始探索神在我們生命中的引導。
- 三 學生能明白神對我們生命有美好的計畫，並能活出有使命的人生。

今透過此研究，期待能將此教案完成，並藉由研究參與者之學習歷程及其成效，提供教會青少年聚會活動設計的參考，期待可以幫助各教會團契和輔導機構等，有效地引發學生思考自己的未來與方向。

第三節 研究範圍與限制

本研究之教案操作，將以研究生帶領的學青團契契友為主要參與和訪談的對象。教案實施過程有五位青少年全程參與，年齡分別為兩位國二生、一位國三生、兩位高一生，五位學生皆為自幼來教會參與聚會之青少年，亦為研究生近兩年牧

⁶ 詳見文獻探討本論文第四節。

⁷ Arnold P. Goldstein 等，《青少年行為改變策略》，黃玲蘭譯（台北市：五南，1997）47。

養的學生。此為本研究之研究對象和範圍，也是研究限制，研究對象無法涵括其他不同信仰背景的青少年。

本研究之教案設計，第一堂課需使用二百二十分鐘進行桌上遊戲，讓參與者從容體驗「追求幸福人生」的過程。考量一般教會青少年聚會的時長，其他四堂課程皆以九十分鐘為限。五位參與者不僅全程參加聚會，也全程參與本教案五個課程的實施，因此研究成果無法提供半途參加聚會課程者，或是未能全程參與課程者的回應。

本次研究教案的執行者為研究生本人，在與學生的默契度和教案的熟悉度上都有較高的基礎，在執行上也較為順暢，也更容易就每個學生的需求給予相關的引導和幫助。且參與教案的學生和執行者對於體驗教育都有一定的熟悉度，故對於情境塑造、引導反思和發表想法都更為容易與順暢，若無相關經驗的團體可能在運行上的成效會有所差異。

第四節 名詞解釋

壹 生涯探索教育

根據《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》對於生涯規劃教育的基本理念提到「生涯發展是指個人一生發展過程中，在家庭、學校、社會等不同場域所從事的工作以及所扮演角色的整合。個人生涯發展，除時空連續及全面生活之特性外，也包括個人獨特、主觀，以及對未來視野的擴展等涵意。因此，個人整體生活品質的滿意及快樂，與其生涯發展有密切的相關。」在協助個人進行生涯規劃時，應當涵蓋對個人特質及興趣的了解，對工作/教育環境的認識與適應，以及對發展過程中重要事件的決定、計畫和行動，並培養學生具備洞察未來與應變的能力。⁸

⁸ 洪詠善等，《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》（新北：國家教育研究院，2019），94。

貳 輔導

本文中之「輔導」係指教會中帶領青少年的人，其年齡通常大於十八歲，不一定是教會的傳道人；主要負責帶領團契聚會，也會和教會青少年進行陪談、關懷等工作，幫助青少年在這個時期不論是在信仰、生活方面都能有一個協助者。

參 青少年

據教育部《重編國語辭典》定義，青少年係指年齡在十二至十八歲，介於兒童、成人間的青春階段；本文中指國小畢業至高中畢業的學生。

肆 桌上遊戲

泛指一切在桌上或是平整平面上進行的遊戲，包含了圖版遊戲、卡片遊戲、骰子遊戲等，可說是為了與其他使用特定器材或是需要一定空間與人數進行的遊戲（如：電子遊戲、團康遊戲）進行明顯區別而形成的。⁹

伍 恩賜

意同「天賦」基督徒用此名詞時更加強調此為神所賜與，並且也應用來回應神的恩典。¹⁰

陸 基督教家庭

指父母皆為基督徒，且有穩定的聚會和教會服事的生活。

柒 青少年聚會

本研究專指教會青少年每周一次的聚會，在教會會以「團契」、「小組」代稱，通常參與的成員為一至三位的帶領者（輔導）與若干的參與者（青少年）。人數約在五至十五人左右，主要幫助教會青少年信仰與靈性成長。

⁹ 吳承翰，《桌上遊戲參與型態對人際溝通改善之研究——以台北地區桌上遊藝專賣店顧客為例》（台北：國立臺灣師範大學碩士論文，2011），6。

¹⁰ 台灣聖經網，〈恩賜〉，2023/5/17，
<https://www.taiwanbible.com/web/word/index.jsp?Date=20131126>

第二章

文獻探討

研究生期待透過了解當今基督教界對於青少年生涯探索教育的教材與現況，結合現有資源，以利研究生在編寫教案時，能達成研究生之期待，並能彌補現有教案之不足。

根據《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》指出，生涯規劃教育之學習目標有三：「了解個人特質、興趣與工作環境」、「養成生涯規劃知能」、「發展洞察趨勢的敏感度與應變的行動力」，其面向包含了解生涯規劃本身的重要性、自我探索、工作與教育環境探索、分析與行動。¹研究生將以此為目標，結合基督教教育作為文獻回顧的方向，以下內容將分為五節。第一節探討基督教青少年生涯發展之基本思想、第二節認識少年階段的重要發展、第三節討論台灣常見的基督教青少年教材、第四節認識青少年生涯探索的重要教材、第五節參考台灣碩博士論文相關研究。

第一節 基督教青少年生涯探索之基本思想

回應《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》中生涯規劃教育之學習目標，研究生再提出三點基督教對於生涯發展之基本思想。

壹 基督徒是被神所揀選的人，神對我們的生命有計畫

願頌讚歸與我們主耶穌基督的父 神！他在基督裡曾賜給我們天上各樣屬靈的福氣：就如 神從創立世界以前，在基督裡揀選了我們，使我們在他面前成為聖潔，無有瑕疵；又因愛我們，就按著自己的意旨所喜悅的，預定我們藉著耶穌基督得兒子的名分，使他榮耀的恩典得著稱讚；這恩典是他在愛子裡所賜給我們的。(弗 1:3-6)²

¹ 洪詠善等，《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》(新北：國家教育研究院，2019)，94。

² 若沒有特別標明，本文所引用的聖經版本皆是《中文和合本聖經》版本。

經文中顯示神在基督徒的生命中，有祂預定的美好計畫，並賜下各樣的福氣，好讓神的兒女能成為更好的人，又藉著神的獨生子耶穌基督，使基督徒能得到神兒女的名份，既然是兒女，神就如同父母一樣，為祂的兒女們預備最好的恩典。

貳 神的兒女是祂所造的傑作

以弗所書第二章第十節，聖經當代譯本修訂版據原文直接翻譯為：「我們是上帝的傑作，是在基督耶穌裡創造的，為要叫我們做祂預先安排給我們的美善之事。」人在神的創造中佔有特別的地位，因為在所有的受造物都是「各從其類」的被造，惟有人受造是「按著神的形象和樣式」而造的，是宇宙中除天使外最高的受造物，因此，我們當知道所有人的生命、才幹、能力都是神所賜，我們不應過度高舉某些人的能力，也不能貶低任何人的才能。³

參 我們的生命有來自神的使命

承接上述經文可以看見我們除了是上帝的傑作外，祂還「預先」安排了美善之事要我們去完成也就是我們所謂的「使命」抑或稱為「呼召」；在聖經耶利米書一章五節中也提到：「我未將你造在腹中，我已曉得你；你未出母胎，我已分別你為聖；我已派你為列國的先知。」這段經文表明，神在我們出生之前就已經認識我們，並且對我們的生命有特殊的計畫。但神同樣賜給人們自由意志，故我們是否願意回應神的使命就反映了基督徒對於這信仰的態度，是否願意將神的心意放在我們的願望與想法之前，去到神為我們預備的地方和領域去服事祂。⁴

結合上述，研究生認為基督徒青少年生涯發展教育應包含「認識神在我們生命中賜下的特質與恩賜」、「探索神在我們生命軌跡中的引導，以此探索未來的發展」、「回應神在我們生命中賜下的使命」。

研究生作為教會青少年輔導至今約有十年的經驗，在國民小學教師的工作亦有七年的經驗，根據研究生之觀察，結合活動前對學生對於未來期待之調查，發現許多青少年對於生涯發展的看法呈現下列幾種狀態：

³ Millard J. Erickson, 《基督教神學 卷二》，郭俊豪、李清義譯（新北市：中華福音神學院出版社，2002），48-50。

⁴ Ravi Zacharias, 《人人擁有神聖的呼召》，杜華譯（台北市：聯經，2015），64。

壹 無需考慮未來

因為大多事物都有成人預備妥當，自己並沒有什麼需求需要努力來滿足，只要照常過每一天就好；研究生觀察這種狀態的青少年多來自於父母事無鉅細的照顧，使青少年在無憂無慮的狀態下也少了爭取的動力。例如，此次參與教案的學生 A（高一，男），自小家庭無憂，物質上也無缺乏，課業上雖沒有花太多心力仍能名列前茅，但在未來期待的工作上卻不知道自己想要的方向。學生 B（國二，男）亦生長於無憂無慮的家庭，父母皆為老師，個性開朗活潑，但當談到未來想做的事情時，也僅想到希望能找到「穩定一點的工作」。

貳 物質取向

大多數的青少年沒有能力賺取足夠的金錢來滿足其物質的慾望，若因此有許多物質的慾望不能被滿足，便會有期待能有能力賺取更多的金錢來滿足自己的缺憾，有如此狀態的青少年，在生涯發展規劃上，多已賺錢的多寡來衡量自己對於未來的期待。⁵例如此次參與研究生之教案研究的學生中，學生 D（高一，女）由於父母沒有常態的給予其零用金，對於金錢有較多的追求，故在期待未來的工作時，選擇了相對收入較高的醫學相關工作。

參 效仿他人

青少年的價值觀建立，易受到親人、同儕、文化的影響，⁶若青少年在本人對自己的興趣、能力等尚未探索與思考的情況下，進行生涯規劃的思考，往往就只能從周遭的人或是所處的文化裡尋找靈感。

如研究者在小學教書時，讓學生習寫作文「我的願望」，二十三 3 位學生中，高達八位學生寫 Youtuber；在此次參與教案研究的學生中，學生 C 性格內向，且對於選擇時常舉棋不定，故在思考「我未來期待的工作」時，他想到親戚中一位同樣安靜的大哥哥是從事美術工作，他也因此寫下了「美術相關工作」。

⁵ 校園福音團契同工，《智慧與身量》（台北市：校園書房，1975），232。

⁶ Michael J. Anthony, *Introducing Christian Education* (Grand Rapids: Baker Academic, 2001), 220.

肆 明確自己的期待

若是青少年能在這個時期便能成功探索到自己的興趣，其對於未來的期待與畫面就會更加明確，在能力上亦能朝此方面更為加強，在興趣與能力逐步提升下，其更會去思考這件事更深層的價值，從而對於自己生涯規畫有更多的期待。如研究生本人自小學三年級始輔導弟弟功課，從而發現到教學的樂趣，在生長的過程中，不斷地增進自己在教學上的能力，小學五年級時便明確自己想當老師的目標，國中時便能思考許多教育行為背後的價值，並逐步實現自己的生涯規劃。在此次參與教案的學生中，學生 E（國三，男）自小對於交通工具有很高的興趣，尤其喜歡地圖與火車，在此次的調查中，他也是最快完成對於自己未來工作想法的參與者。

第二節 青少年階段的重要發展

青少年時期在認知發展的部分，根據皮亞傑（Jean Piaget）的認知發展理論（cognitive development），青少年正處於形式運思期的階段，開始具有歸納與演繹的能力，在思考與認知模式上具有下列四點特徵：

- 一 假設——演繹推理：即青少年時期已能跳脫具體事實，進行抽象性的思考，並能透過蒐集資料、建立假設、歸納、分析，建構出科學型的推理實驗步驟。
- 二 命題推理：此為超越現實的一種思維方式，不一定需要現實的資料作為依據，單靠一個說明即可開始推理。
- 三 組合推理：面對複雜的問題時，青少年已可整合現有資源，對於問題推理出答案。
- 四 自我中心主義：又稱為「個人神話」，青少年認為自己的想法獨一無二，沒人懂他，而這樣的特徵會隨著年齡與社會化的增加而減少。⁷

在心理發展的部分，根據愛利克·艾瑞克森（Erik H. Erikson）的心理社會發展理論（psychosocial development theory），青少年正處於自我認同與角色混淆的發展階段，在這兒童轉換為成人的過渡期中，人們需探索自己所需扮演的角色，

⁷ 李淑杏等，《人類發展學》，八版（新北市：新文京，2021），315-6。

並且統整這些角色來建構自我認同，⁸ 艾瑞克森認為，解決此階段的角色認同危機，最好的方法便是將早期認同、目前價值與未來目標整合為一致性的自我概念。要達成此目標，需經過一連串的質疑、評估與試驗方能達成，若僅處理自我認同的表象問題，可能使青少年更加情緒化、過度熱心的承諾、自我疏離或是耽於嬉戲等反抗行為。在金伯格(Eli Ginzberg)的生涯發展理論(career development theory)中，青少年階段屬於生涯探索期(tentative stage)，具有四個階段的特徵：興趣發展、能力發展、價值觀發展、轉型時期，故若於此時期幫助學生能在興趣、能力、價值觀上找到合適的定位，得以幫助學生在生涯發展上有更明確的規劃方向。⁹

在社會發展層面，青少年多處於「被他人主導」的階段，不論是在時間、金錢、甚至在各樣的選擇上，大多受到父母的支配，但這個階段，人的「自我主導」意識正在發展當中。¹⁰另外在此時期青少年透過社會學習與後設認知，快速的建立自己的能力與價值觀。¹¹Donald E. Super 和 Paul B. Bachrach 認為，青少年在此階段的個人生涯發展，受到以下社會體制的影響，越前項影響力越大，分別為：

- 一 家庭、學校與教會
- 二 同儕、鄰居與種族團體
- 三 地理區域、社會階層與種族背景
- 四 文化中的價值觀¹²

在靈性方面，根據占姆士·馮勒(James W. Fowler)的信仰發展階段理論(Stages of faith development theory)，青少年正處於綜合群體式信心階段(Synthetic-Conventional Faith)，馮勒認為階段開始，信仰不單是指存在字面上的意義，而是開始懂得抽象的思考與評估。青少年開始整合他們對於世界的認識與

⁸ Charles H. Zastrow, Kaaen K. Kirst-Ashman, and Sarah L. Hessenauer, 《人類行為與社會環境》，溫如慧等譯（台北：東華書局，2019），191。

⁹ 李淑杏等，《人類發展學》，322。

¹⁰ Charles H. Zastrow, Kaaen K. Kirst-Ashman, and Sarah L. Hessenauer, 《人類行為與社會環境》，224-5。

¹¹ Bettina Hohnen, Jane Gilmour, and Tara Murphy, 《不可思議的青少年大腦》，王婉卉譯（新北：橙舍文化，2021），70-4。

¹² 黃德祥，《青少年發展與輔導》（台北：五南，1994），399。

對信仰的理解，努力了去遵守其規範，他們雖未開始批判評估自己的信仰，但是很容易受到同儕所屬群體的影響。¹³馮勒的理論雖然太過侷限，其適用性仍然存疑，但對於進行青少年的靈性教育仍有參考價值。¹⁴

第三節 台灣常見的基督教青少年教材

台灣現有針對基督教青少年的聚會教材種類不多，主題式且有系統性的教案出版品更是寥寥可數。研究生於此節簡述目前已出版、普遍被青少年輔導採用典型的四類課程：《青少年生活系列》¹⁵、《4D 門徒動起來》¹⁶、《道光主日學課程青少級》¹⁷、以及台灣基督長老會總會所出版的青少年教材等。這幾套教材的成書年代較久，皆有良好的口碑，研究生曾部分使用或耳聞一些輔導使用過。以下為教材簡介。

壹 《青少年生活系列》

宗教教育中心編寫出版的系列教材。旨在透過各樣的活動，幫助青少年聯結信仰與生活，落實信仰教育，並且幫助輔導學習如何與青少年對話。此教案設計豐富多樣，內容著重於教導基督徒青少年如何面對「當下」的種種挑戰。關於生涯發展或人生方向的議題，唯有第三冊第二單元的「天生我才」課程，探討神賜予每一個人才能，鼓勵學生挖掘自己的潛能，同時也尊重他人的才幹能力。¹⁸

¹³ James W. Fowler, *Stages of Faith: The Psychology of Human Development* (New York: Harper Collins, 1995), 174-83.

¹⁴ Charles H. Zastrow, Kaaen K. Kirst-Ashman, and Sarah L. Hessenauer, 《人類行為與社會環境》，204-7。

¹⁵ 彭培剛、郭志丕編，《青少年生活系列》（香港：宗教教育中心，1996）。

¹⁶ 洪中夫，《4D 門徒動起來》（新北：校園書房，2018）。

¹⁷ 中國主日學協會，《新道光/青少教材》（台北：中主，2018）。

¹⁸ 彭培剛、郭志丕編，《青少年生活系列 3 導師本》，青少年生活系列（香港：宗教教育中心，1996），17。

貳 《4D 門徒動起來》

洪中夫老師編寫之青少年信仰教育教材，透過關懷造就訓練差遣四個主題流程，幫助學生在信仰上能經歷慕道相信委身門徒四個信仰程度的提升，其內容活潑多樣，唯主題環繞在信仰教育為主，未來探索部分較無著墨。

參 道光主日課程青少級

主要透過每周一至二小時的課程，讓學生能認識聖經，透過聖經的教導，引導學生思考自己的人生與信仰，幫助青少年能從智識上對上帝的認知，轉化為對上帝的真知識。¹⁹透過課程讓學生能精研主要聖經經卷，並能明確的選擇自己的信仰，故本教材多以聖經查考為主，較少生涯探索等主題式內容。

肆 長老教會青少年教材

長老教會總會的基督教教育中心也出版了幾個系列的基督教青少年教材，分為信仰培育篇、聖經導讀篇、互動研經篇和配合兒童主日學的青少年主日學教材，內容主旨在與引導學生認識聖經，並能將聖經中的教導融入生命中。²⁰

第四節 青少年探索人生方向的典型課程及教材

青少年生涯探索已被列入學校教育課程項目之中，坊間也有不少相關教材，期盼通過此類課程的設計和安排，教導兒童青少年認識自己並探索人生的方向。本研究從學校課程、體驗活動與相關桌遊三方面介紹與本研究有重要關聯的教材。

壹 學校課程

根據教育部十二年國教課程綱要，生涯規劃教育分為國民小學、國民中學、高級中等學校三個階段，並分為四大主題，共三十七個項目。本研究針對本文之研究目標之項目加以探討。

一 國民小學

涯 E4 認識自己的特質與興趣。

¹⁹ Richard R. Dunn,《優質心靈捕手——塑造學生屬靈生命的 DNA》，林以舜譯（新北：校園書房，2003），81。

²⁰ 基督教教育中心，〈青少年級教材〉，2023/2/17，http://christed.pct.org.tw/christed_yo.aspx。

涯 E5 探索自己的價值觀。

涯 E6 覺察個人的優勢能力。

涯 E10 培養對不同工作/教育環境的態度。

根據研究生過往七年的國民小學教學經驗，在學校期間，教師確實有機會可以幫助學生認識自己的特質與價值觀，但在一致化的教學當中，能達成上述學習目標的學生約僅占本班人數的三分之一，且多在學校相關課業或是社團中獲得，尤其以學業科目優勢者居多。更具體而言，在學校教育中所能展現的特質與優勢能力主要在於「課業」、「體育」、「藝術（美勞或音樂）」，但其餘能力如電腦、廚藝、設計等，多數只能在學校以外的地方展現出來。這些難以在學校場域發展的領域，如若沒有適當的方式予以加強，學生可能會忽略自己這些方面的優勢能力。

二 國民中學

涯 J1 了解生涯規劃的意義與功能。

涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。

中學時期的青少年面臨課業難度的加增、人際關係網的擴張及對戀愛的嚮往等等因素之挑戰，研究生認為中學生正處於眼界陡然大開的衝擊，故其要面對「當下」已不容易，更遑論對於「未來」的探索。²¹研究生認為此時期應加強學生的自我覺察能力，協助其能有正確的心態面對「當下」的挑戰，並引發其對於「未來」的興趣。

另外，中學時期必須要面對是否要讀高中、高職或就業的選擇。大多數的學生是依據其成績來判斷自己的方向，但若學生能及早展開生涯決定的探索，便可以有更明確的選擇與準備的方針。

²¹ 陳怡嘉，〈升國中絕不是換一套制服而已，多點準備一切都會不同〉，2023/5/17，<https://www.parenting.com.tw/article/5093468>。

三 高級中等學校

涯 U1 從個人生涯發展過程與脈絡理解生涯規劃的意義與重要性。

涯 U2 思考生命與存在的價值，建構個人生涯願景。

涯 U3 分析與統整個人特質、興趣、性向、價值觀、生涯態度，以及信念的能力。²²

高級中等學校對於生涯規劃教育的期待，研究生認為其敘述相當具體，但在實施上卻極難達成，在日本網二〇二〇年的一篇報導中指出，相較於其他經濟成長中的國家，位列世界第三大經濟體的日本，十八歲的青少年較沒有對於未來的夢想，年輕人雖然覺得未來不會變好，但當前也沒有需要去解決的問題，²³而台灣在經濟、生活水準上雖與日本有段差距，但研究生觀察其呈現出來的狀況與其相差不遠，「生命存在的價值為何？」如今相較於上一代的經濟水平，如今的學生可說是豐衣足食，又有何前進的動力？當存在的價值不單只為了生存，其價值又何處？這樣的問題對於當今的國高中生而言似乎既遙遠又沒有立足點，但研究生認為，刺激學生去思考此問題有相當的必要性，這會使學生在實現其生涯規劃上更具備動力。

另外在分析個人特質這方面，從國小、國中、高中階段，學校教育方面都會對學生進行專業的性向測驗，以協助學生探索自我的能力優勢。尤其在高中階段，若學生能認真作答，此類測驗在效度上算是有一定的參考性。除此之外，校方可能較少教導學生如何待人處事；在社交方面的取向測驗，如九型人格、DISC 這樣類別的測驗，研究生認為對於學生也有相當的幫助。

綜觀學校教育在未來探索相關的教育，研究生認為在專業上多有顧及，但在實行上缺乏「開啟」學生思考未來的幫助，一旦學生能有基礎、有方向的去探索未來，則學校的相關教育能給予專業的幫助，反之，若沒有「開啟」學生對於未來的思考，這些資源也較難以被學生有效的吸收。

²² 洪詠善等，《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》，94-96。

²³ 日本網，〈世界第 3 大經濟國的 18 歲少年，不關心社會，腦子裡更沒有夢想和希望！〉2020/4/1，<https://www.storm.mg/article/2417709>。

貳 體驗活動

「Life Game 生命衝擊營」²⁴是由北美伯特利中心（Bethel Renewal Center）開發出的三天兩夜的大型體驗活動，青少年在三天兩夜的營會中，學習體驗活過一生的感覺。學員在白天時會體驗到生命中各樣的階段，如教育、事業、物質、婚姻、信仰等。然而在營會中，每一小時就會增加五歲，學員可能需要面對各樣的問題，如健康、意外、甚至是死亡等挑戰。晚上會藉由晚會和小組的形式，刺激學員思考自己活著的意義，甚至呼召人委身於基督。

但此營會首先在教案上執行較為困難，僅能委請伯特利中心協辦，在參與的人數上必須達到一定數量，才能產生效果。

參 相關桌遊

一 CV 人生履歷²⁵

「CV 人生履歷」遊戲透過卡牌與特殊骰子進行，共分為童年、青年、中年、老年四個階段，每回合透過擲骰子來決定本回合擁有的資源，玩家須透過擁有的資源來換取不論是工作、休閒、物質等等。隨著擁有的越多，資源也就會越多，最後透過各樣的計分方式統整後決定勝利者。

本遊戲透過擲骰子的方式模擬人生中的各種不確定性，透過不斷累積經歷以獲得更多的資源，亦象徵著隨著人生經驗的累積，我們能擁有更多的經驗，有更高的能力可以從事更多事情。

此遊戲在時間、難度上的需求都不算高，唯因遊戲過程大量透過骰子進行，運氣成分過高，且在其主題更多關注在「如何使用資源」這個主題中，在「在人生體驗」上有不錯的體驗度，但在刺激反思上較為不足。

²⁴ Lifeimpactministries，〈生命衝擊營簡介〉，2023/2/17，<https://www.lifeimpactministriesusa.org/lifegame>。

²⁵ Filip Miłunski，〈CV 人生履歷〉（GRANNA，2012）。

二 追求幸福人生²⁶

「追求幸福人生」(二版後改稱「幸福人生」)，係由 David Chircop、Adrian Abela 和 Spyros Alvertis 於二〇一六年設計的桌上遊戲，主要透過「選擇」、「有限的時間」等要素，使玩家透過桌上遊戲，帶入過完一生的體驗感。

本遊戲在計分方式有透過「完成計畫」、「消費」、「婚姻」、「工作」等方式，且每個玩家都有自己的「兒時特徵」與「人生目標」。遊戲進行過程中，多是考驗玩家如何在眾多的選擇中，選擇自己想要的人生，在隨機度上較「CV 人生履歷」要低，對於規劃能力的需求較高。

研究生分析上述兩套桌遊，並且經過多次的實驗，決定以「追求幸福人生」這一套桌遊來作為本研究生涯探索的起始活動。透過遊玩本套桌遊，記錄過程中的想法與「人生變化」，刺激學生開始思考自己的生涯規劃，再透過後續的課程，期待能引導學生開始探索神在我們生命中的引導，從而回應神的呼召，活出有使命的人生。

第五節 青少年教育與教學方法

教學的影響因素主要包括目標、教學者、教材、進度、評鑑、學生、環境、方法，²⁷在目標與進度確定，環境多為室內，而當今教會多為小型教會且國高中生多在二十人以下，青少年輔導在人數與專業上較為不足的情況下，²⁸研究生認為教學方法對於教學的成效影響較為重要，故以下探討青少年聚會設計及相關教學方法。

壹 以目標為導向

在教會青少年牧養不能期待一蹴可幾，需考量學生的個別狀況(如上文所述)，當今教會青少年平均人數並不多，故若能針對每個學生的個別狀況與比例來決定

²⁶ Alvin, 〈[介紹+規則] 追求幸福人生 The Pursuit of Happiness〉, 2023/2/17, <https://nscchen.pixnet.net/blog/post/214907381-%5B%E4%BB%8B%E7%B4%B9%2B%E8%A6%8F%E5%89%87%5D-%E8%BF%BD%E6%B1%82%E5%B9%B8%E7%A6%8F%E4%BA%BA%E7%94%9F-the-pursuit-of-happiness>。

²⁷ 沈翠蓮,《教學原理與設計》(台北:五南,2001),9。

²⁸ 駱玫玲,《牧養主的 YOUNG》(台北縣:華神出版社,2008),123-25。

內容深度為佳) 並以大多數學生的程度與需要為主，訪問雖有些青少年基督教教育教材，但輔導應以目標學生的程度作選擇與改動，並針對學生族群的特性訂定教學方式，不能對於教材完全照單全收。²⁹

貳 教導者(輔導)應具備態度

黃月英博士在《牧養職青的態度與具體策略》中提到了牧養職青(在職青年)的一些態度，雖是針對職青而言，但研究生認為其中的觀念亦符合青少年輔導之需求，分別為：

- 一 謝絕「一代不如一代」的心態。
- 二 尋找、認識他們這一代人的獨特性。
- 三 幫助他們活出這代人的精采和信仰見證。
- 四 建立危機感與使命感，但不是加強恐懼感。
- 五 幫助他們活出信仰群體相連的力量。³⁰

根據上述要點，研究生認為，好的基督教信仰教學態度，並非一味地將教學者自身認為好的觀念灌輸與學生，而是透過學生群體的方式，引導學生得出自己的答案，過程中輔導必須去認識、欣賞學生的獨特性，並可以建立其對目標的使命感或危機感，但不需過度加強其恐懼。

參 引導反思

此為透過問題引發學生思考的教育模式，在傳統的教育中常用於戶外教學、體驗活動、藝術欣賞等領域中，但其實此模式適用於各種教育，英國學者羅貴榮(Roger Greenaway)提出「動態回顧循環」(Active Reviewing Cycle)，以系統性的方式促進孩子提升對興趣、能力、價值觀的認識，又名4F，分別指的是：事實(Facts)、感受(Feelings)、發現(Findings)及未來(Future)。³¹透過將發生的

²⁹ 洪中夫，《牧養策略力》(新北市：校園書房，2017)，120-34。

³⁰ 李耀全編，《再思青少年牧養：現況、理念與策略》(香港：崇基學院神學院，2011)，171-3。

³¹ FUN 電星球編輯部，〈引導思考是什麼？〉2021/6/28，
http://fundeplanet.com.tw/article_detail.aspx?id=7。

事實陳述後轉為自身的感受，從而透過思考發現新知，引此引發對於未來的想法，研究生認為此模式對於引發學生思考未來方向應有較大的助益。

肆 教學方法

教學方法眾多，各類書籍在分類、命名方式上亦有所不同，研究生依據國立台東大學教務處網站所給予的分類與依據，共分為十二類，分別為講述法、觀察法、示範教學法、協同教學法、討論法、問題教學法、價值澄清教學法、合作學習教學法、角色扮演教學法、欣賞教學法、發現教學法、探究教學法、發表教學法。³²本文以此作為教案編寫的教學法分類之依據。

第六節 台灣碩博士論文相關研究

研究生使用「台灣碩博士論文知識加值系統」以關鍵字「青少年」與「生涯探索」查詢，所得結果有三十六份論文，其中研究青少年生涯發展相關的論文多以弱勢生，如燒燙傷生、自閉生、偏鄉生等為主要研究對象，共約十五份論文。另有研究青少年自我認同的論文，共約十五份。輔導方式的研究約十七份，例如攝影、運動、訪談等。上述有論文在研究內容上有相互包含之處，故研究生在統計上有重複計算，其中可以看出弱勢學生的生涯探索教育已受到重視，但一般生的生涯探索課程並未受到特別的關注。另外，基督信仰的青少年生涯探索教案研究則較缺乏，其中「桌遊」被使用於生涯探索課程的論文僅有一篇，得見此主題和教學方式的研究較少。

研究生彙整上述青少年生涯發展的相關研究，歸納出下列幾項重點：

壹 透過活動可能達成之目標

對生涯議題有所覺察、接納過去，更珍惜所擁有、對未來的目標或方向較為明確等成果。³³

³² 國立台東大學教務處，〈教學方法介紹〉，2021/7/5，<https://aa.nttu.edu.tw/p/412-1002-7513.php?Lang=zh-tw>。

³³ 顏幸如，〈攝影育療團體對燒燙傷青少年生涯探索之影響：以「2017 浴火天使成長營」為例〉（台北：臺北市立大學碩士論文，2018），125。

貳 影響青少年生涯探索的因素

- 一 外在環境的形塑，如家庭、學校、同儕等。
- 二 個人內在資源，如 Malin 調查近千位國中生後發現：正向的思考能力使學生更能找到生命中的意義感與目的感。
- 三 其他因素，如文化、現實、機緣等，都為青少年生涯探索帶來影響。³⁴

參 透過桌遊形式的青少年輔導方案具有效果，但因對象不同，立即性輔導效果與延宕輔導效果會有所差異。³⁵

肆 不同的年齡、性別、地區、社經地位，青少年在生涯感受、探索、態度、計畫、行動上都有顯著的差異。³⁶

伍 國內青少年所知覺的自我概念程度，經研究顯示為中等且正向，然而離理想之自我概念狀況仍有一段差距。³⁷

³⁴ 王玉珍等，〈邁向志向之旅——青少年生涯目的感發展之歷程研究〉《國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教育心理學報》52，2（2020）：265-6。

³⁵ 陳貞竹，〈桌遊媒材融入優勢力團體方案對人際困擾青少年之輔導效果〉（台南：國立臺南大學碩士論文，2021），89-90。

³⁶ 蘇鈺婷，〈在學青少年生涯發展之相關因素研究〉（台南：國立成功大學碩士論文，2002），3。

³⁷ 陳玲玲，〈青少年自我概念因應與其憂鬱之相關研究〉（高雄：國立高雄師範大學碩士論文，2007），125。

第三章 研究方法

本章說明本次教案研究的研究方法，包含研究設計、研究工具、前導研究、評估方式與研究倫理。

第一節 研究設計與研究工具

壹 研究架構與流程

研究生長期在教會擔任青少年輔導的角色，並於寒暑假會參與聯合的青少年營會，接觸各樣的青少年活動及相關教案，故深感若青少年未能開始思考自己的生命和未來的方向，對於其生命教育、信仰教育等皆有窒礙難行之感。研究生近年來使用桌遊帶領青少年思考、探討許多議題，成效頗為顯著，也因為個人接觸了幾套關於生涯發展、人生規劃的桌遊，自己遊玩後也受益良多，故以「追求幸福人生」為基礎，加上後續的加強課程，設計此套教案。

研究生會透過一次的約四小時聚會，與連續四次的一個半小時聚會為框架，依照回顧→認知→展望的模式，設計教案，並於每次實施後進行自我評估。評量聚會活動的時間掌控、信息傳達是否有達到預期的效果，了解參與者的經驗與收穫後，再修正教案並調整下一課的教案設計，直到完成整套課程的實施。研究生不僅在活動過程中與參與者保持對話，此套課程實施結束再與參與的學生進行一對一訪談，了解此教案完成後的成效，並提出建議與結論。

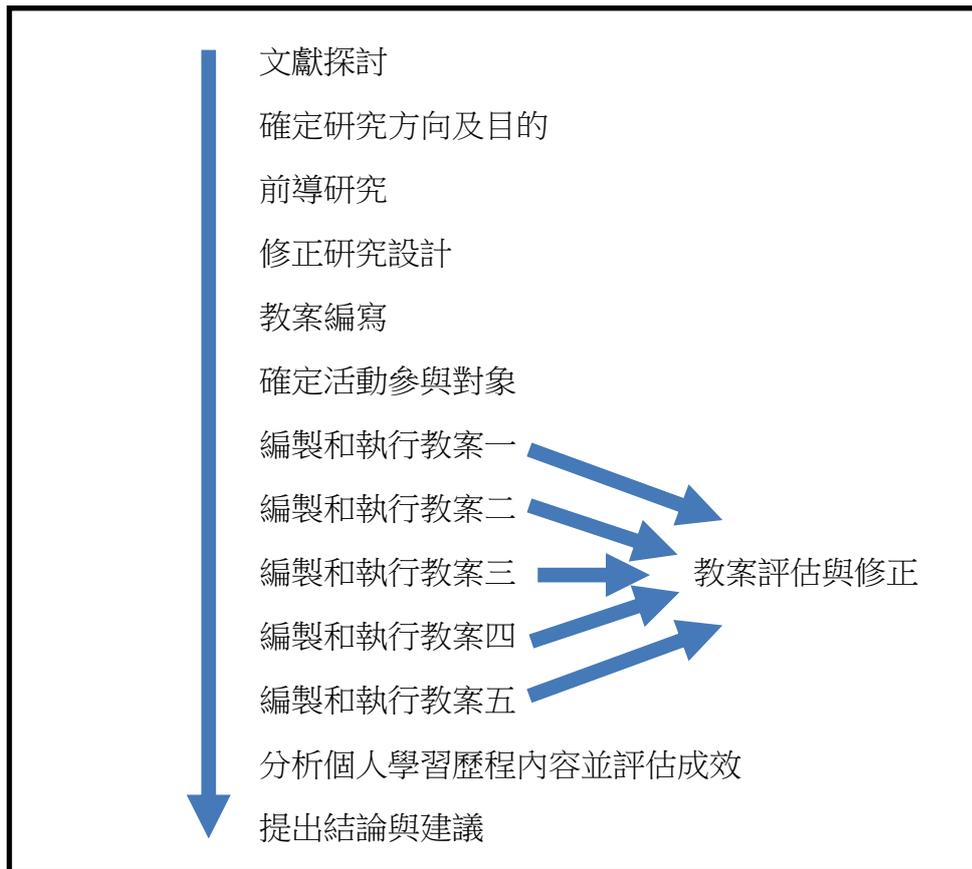


圖 3-1 研究流程架構

貳 研究生

在研究中，研究生是主要的研究工具，研究生對本研究所需能力（如活動編寫與帶領、桌遊引導、體驗活動、小組教學）、知識（如基督信仰中關於神對人的計畫、生涯規劃教育、青少年發展特徵、桌遊規則與玩法）、參與對象等，已經具備足夠的經驗、能力與高度的認識。另外，研究生需掌控每次活動的氛圍與體驗感，並能在每次的活動中，透過過程中與學生的對話，評估是否能達成活動的目標，並作出適當的修正。

研究生曾經接受與本研究主題相關的教育訓練，過去曾經從事小學教師工作七年，擔任教會青少年輔導十年、高中基督教社團輔導三年、青少年營會輔導十數次，曾經接觸幾百位青少年。雖然已熟悉青少年的行為、動作與身心發展狀況，但在研究的過程中本人仍抱持謹慎與研究的心態，避免讓個人主觀經驗影響研究內容，以取得好的研究成果。

參 參與者相關資料

本研究的參與者皆為研究生在帶領之青少年，且都是自幼在教會成長，家庭健全之青少年，家境皆為小康家庭。且由於研究者常帶他們玩桌遊，所以非常熟悉桌遊活動。其中學生 A 與學生 D 為姊弟關係，學生 C 的父親亦為教會青少年輔導。

表 3-1 受訪者基本資料

學生	A	B	C	D	E
年級	高一	國二	國二	高一	國三
性別	男	男	男	女	男
手足	1 妹	1 姐 (學生 D)	1 姐	1 弟 (學生 B)	1 弟 1 妹
個性	冷靜、思考 分析能力 強	慢熱，熟悉 後熱情	害羞、選 擇困難	冷靜大方	冷靜大 方、有領 導力
桌遊理解力	快	慢	極慢	快	普通
活動參與度	極高	高	普通	普通	極高

學生的年紀或年級不同，在學校教育接受的生涯發展課程便有所不同，且在思想上接受的刺激也不一樣；另外由於本研究所要探討的主題包含家庭分子的組成，以及對我們的影響，故特別列出五位學生家中的手足狀況。

第二節 前導研究

研究生在進行研究初期，以非正式的方式訪談了十數位教會青少年輔導，其中三位超過十年的教會青少年輔導經驗，也有數位從教會青少年一路成長為青少年輔導。在詢問其對現有教會青少年教材、學生對於未來的想法、聚會設計等的看法。訪談過程發現下列幾項重點：

壹 教會青少年教材在生涯發展教育的素材稀少且常常聚焦於「順服神的引導」這個議題。

貳 多數受訪的教會青少年輔導表示，他們牧養的學生大多較少思考自己未來的人生方向，以及想從事的行業或婚姻家庭，例如升學填寫志願時，大多憑自

己的「成績」填寫相對排名可被率取的學校，而非出於自己對未來人生的期待。

參 桌遊在青少年的聚會活動中被接受度相當高，大多數的學生都能積極參與桌遊活動。

以上由前導研究蒐集而得的資訊讓研究者看見發展青少年探索未來方向教案的缺乏，在聚會活動中帶領青少年思考未來人生方向的重要性。故此，研究者採用「追求幸福人生」作為刺激青少年思考此主題的入門活動。這套桌遊屬於供人擺放類型的遊戲，以擺放象徵時間的沙漏指示物等進行遊戲體驗，直到遊戲腳色生命結束為止。遊戲難度和建議年齡為十二歲以上。為了加深帶領此桌遊的經驗和技巧，研究生自二〇二二年六月起，分別引導三群人遊玩此套桌遊：

第一群：時常玩桌遊的青少年輔導五位。

第二群：時常玩桌遊的非基督徒國中生五位。

第三群：很少玩桌遊的青少年輔導五位。

研究生觀察所有的參與者遊玩的過程，並於結束後邀請參與者分享感受，得到以下資訊：

壹 有桌遊經驗的成人能夠很快地在遊戲中規劃自己的人生，並能制定計劃且執行，平均遊戲分數也較高。

貳 有桌遊經驗的青少年雖然理解遊戲的進行方式速度較快，但因為人生閱歷較少，在進行遊戲的過程中要花很多時間做決定。

參 沒有桌遊經驗的成人雖在理解遊戲規則上需要多花一些時間，但能夠很明確地作遊戲中的人生規劃，也能很容易地融入遊戲中的角色扮演。

肆 雖然此桌遊建議遊戲時間為九十分鐘，但對於第一次玩的青少年而言，在不熟悉規則加上對於人生規劃沒什麼想法的情況下，平均遊戲時間應為兩百分鐘左右比較合適。

上述經驗都幫助研究者更好地預備自己從事此研究。

第三節 評估方式

研究生首先透過「我的夢想藍圖」¹了解學生對於「工作」、「家庭」、「信仰」、「人生價值」的想法，從而知道每一個參與者的現況；在每一課實施後，透過學習單的呈現、學生的分享内容並與學生的非正式訪談，反覆確定學生在學習單中所表達的內容，以此建構學生在此次活動中的學習歷程，觀察其在活動中的改變與收穫，再整合五位學生的成果歷程，以研究目的中的三個指標來評估本教案是否有達成其效度。

第四節 研究倫理

本研究涉及活動參與者之個人隱私，故研究者在發放學習單、與參與者一對一訪談時，皆遵守「知情同意原則」與「保密原則」。

壹 知情同意原則

研究者在參與者填寫學習單、接受訪談前，已詳述這些內容在研究中的應用，並在其同意的情況下進行。參與者在活動進行中，如有不願意參與之處，訪談時不想回答的問題，甚至想要退出本研究，研究者完全尊重對方的意願。

貳 保密原則

研究者必須保護參與者的隱私，因此本研究使用匿名化的方式，使他人無法辨別參與者的身分。研究過程中本人謹慎保存所有蒐集得來的資料，學生在課程中完成的學習單、繪圖作品等，以及訪談紀錄等內容，全部予以加密保存，僅供研究生研究使用。

¹ 請參照〈附錄一〉。

第五章 研究成果

研究生在帶領五位學生進行完所有活動後，結合其學習單、分享和追加訪談內容，將每位學生的成長歷程從活動開始前直至活動結束後一一整理，後再統合五位學生的成長歷程整合分析本教案對於本次參與研究的學生之影響。

第一節 學生 A 的課程學習成長歷程

初始狀態（A 生的夢想藍圖學習單）

表 5-1 A 生的「夢想藍圖」學習單

工作	家庭	信仰	人生價值
不知道	幸福的	合神心意的	福音的果子

A 生起初參與本課程時表示自己很少思考人生的方向，提及家庭、信仰的個人期待時，都以模糊籠統的敘述回覆，例如：家庭是怎樣的「幸福」？信仰如何「合神心意」？A 生無法提出具體的描述。

壹 追求幸福人生

A 生在進行桌遊活動時，很快就了解遊戲中的角色之能力——容易組建家庭。A 生很快地訂定出人生目標（組建家庭），但在遊戲的過程中卻花費很多時間去完成其他更吸引他的任務，直到遊戲結束，A 生不僅沒有完成組建家庭的目標，甚至未曾結交異性，完全沒有發揮其角色的天賦能力。A 對自己遊戲中的人生的評價為：終其一生為了追求分數（獲取高分），最後卻落得「無事業」、「無感情」。他不知道自己究竟在做甚麼？

在後續的分享中得知 A 在遊戲中完全沒有發揮其角色能力的經驗，給他帶來相當大的衝擊，也讓他更進一步思想真實的人生 A 與家人良好的關係和互動讓他對未來組建家庭有美好的期待，但他發現若是自己沒有更具體的規劃，誤以為自己正努力往目標前進，實則漸行漸遠，將來可能會如遊戲中的角色，最終成為一場空。

貳 復盤我的真實人生

首輪分享是針對上一堂課桌遊的個人體驗之後續思考，A 生再次提到了人生軌跡在非受迫的情況下，竟無法完成年少時的憧憬之打擊。雖然 A 的遊戲角色能力具有順利進入家庭的特質，一生卻為了分數汲汲營營，竟然至死都沒有認識任何異性，未能收穫令他滿意的回報。

A 生的生命曲線圖著重於描述人際關係的變化，如在國小階段結交了好友，或是遇到大考時雖然壓力大，但有好友的陪伴等，也因著這些交友的變化讓他在能力、個性上都有所改變，也成就了現在的自己。

參 這是我的家

A 生描述自己現在擁有溫暖幸福的家庭，他特別強調家中的和樂與父母對他的尊重與陪伴，並且強調自己的家是一個基督化的家庭；另外，妹妹的存在也提升他的包容力。父母的價值觀、生活態度都帶給 A 生深遠的影響，使他以原生家庭為藍圖，期待將來建立一個與現在相似，一家四口幸福快樂的基督化家庭。

肆 神給的禮物

A 生在第二課和第三課中回顧自己過往的生命軌跡，並且發現自己重視的事物。A 生察覺「神所賜予他的禮物」是「有愛的家庭」，個人傾向「喜歡與人相處」。好好地發揮自己喜歡與人相處的優勢，即是他「要給神的禮物」。

伍 彩繪我的夢

在二十年後的照片之活動，A 生分享了兩個重要的元素「幸福的家庭」與「團契」，期待自己也能建立如同現在般幸福的家庭，也能善用自己喜歡與人相處的恩賜，透過團契的方式活出基督的香氣。A 生寫下的墓誌銘是：「一位熱心服務，對人溫柔的旅行家。」研究者整合 A 生於前幾課的分享，發現「熱心服務，對人溫柔」應該是源自他的恩賜和自我期待善。

陸 課程對 A 生的影響

研究生觀察 A 生的起始狀態、參與活動的狀況，至整套課程分享的脈絡，發現本教案對於 A 生有以下幾點影響。

一 開始思考自己未來的方向

A 生原本對自己未來的方向非常模糊也很少思想，透過這五堂課的刺激與引導後，開始思考自己未來可以從事何種工作，在哪一些事工服事神等等問題。A 生在第五課時分享自身從第一課玩桌遊開始，刺激他去思想自己未來的人生方向，經過這一系列的課程學習，他自己在回顧與整合的過程中更了解自己的恩賜，幫助他萌生許多對未來的想法。A 說：「未來也許可以成為一位學生團契輔導。」

二 A 生對家庭的期待

活動開始前的「我的夢想藍圖」學習單中，A 生希望能建立一個幸福的家庭。當研究者進一步詢問：「何為幸福的家庭？」當時 A 生無法提出較為具象的答案。進行到第三課時，A 生才了解自己想要建立的「幸福的家庭」就是自己現在所處的家庭模式。

三 開啟更多的可能性

A 生在第五課的墓誌銘學習單上，天外飛來一筆地寫了「旅行家」。他提到這並不在他原來的想法中，但透過這一系列的課程，開啟他對自己興趣的探索，於是在思考墓誌銘這題時，突然想要加入這個角色。這一個嶄新的人生方向，也許會開啟他的視野，讓他的未來方向更加豐富。

第二節 學生 B 的課程學習成長歷程

初始創態（B 生的夢想藍圖學習單）

表 5-2 B 生的「夢想藍圖」學習單

工作	家庭	信仰	人生價值
穩定一點	幸福的三人家庭	對神很有信心	認識神，信靠神

B 生是此次五位參與者中年齡最小的學生，卻是在本課程起始之時對未來人生擁有最多想法的青少年；除了對工作方向概念模糊，在家庭、信仰與人生價值層面，都已構思出清楚的藍圖，在分享中可得知在信仰部分，由於小學時的兒童主日學老師以時常刺激他們思考信仰對生命的意義，故其對神的信心與渴望較其他人更多；在家庭方面，雖然出生於五口家庭，除父母外還有一位長自己兩歲的姐姐和一位小自己十歲的妹妹，但 B 生本人卻希望未來能建立一個三人的家庭。

壹 追求幸福人生

B 生積極地參與桌遊活動，但是研究者發現他在遊戲過程行動缺乏規劃，也不關注任務之間的關聯性，其行為模式反映出他的隨興，能做什麼就做什麼，總積分是五位學生中最低分者。遊戲角色作人生最後的盤點時，B 生最後才坦言說：自己到快死亡了，才了解這個遊戲的玩法，因此他的人生都朝往錯誤的方向發展。

貳 復盤我的真實人生

B 生在首輪分享個人於上一次桌遊課程的體驗時，再次提到他的懵懵懂懂，因為沒有了解遊戲的規則和玩法，只是覺得哪個行動有意思就做那個行動，直到遊戲快結束了還問：「所以我們比的是什麼？」最終自然以低分收場。輔導也藉機會補充，真實的人生也是這樣，誰先思考生命的意義並且有所規劃，誰就更有可能拿到高分。

B 生分享自己的生命曲線圖時，是以人生經歷的各個階段作為述說的節點。他描述自己經歷這些節點時的心路歷程，大多是一開始採取抗拒的態度，不過後來接受後，多能得到好的結果。他在這個歷程中了解到雖然許多事情的發生是身不由己，但大多是對我們有益的。

參 這是我的家

B 生在描述自己現在的家庭時，描繪了家中每個成員所擅長的科目與在家中的地位，特別的是在圖中畫了一個大十字架，並且有耶穌將整個家環抱起來，以此強調這是個有耶穌保護的家。B 生分享家人對自己的影響，多以課業為主，這可能是由於其父母都是學校老師的原因。

對於未來家庭的想像，B 生畫了四個人，但卻強調第四個可有可無，可能是因為了解手足的重要，也可能是因為他的姐姐坐在他旁邊，但特別注意到的是家中也有個大十字架，也表示對 B 生而言，基督化的家庭是不可或缺且占有很大的重要性。

肆 神給的禮物

B 生在「神給我的禮物」活動中共列出超過十三個項目的恩賜與興趣。他的興趣雖然多以休閒娛樂的項目為主，卻在盤點的過程中發現：「原來我有這麼多的

興趣與才能！」而後，B 生表示自己要把這些興趣與才能作為「給神的禮物」，他想到自己可以帶領營隊的才藝班，也希望將來有更多服事的方向。

伍 彩繪我的夢

B 生在「二十年後的照片」活動中，再次畫上巨大的十字架，強調信仰在他生命中的重要性。B 生在圖畫中展現了自己對未來組建家庭的期待，其中較特別的是他開始思考未來的職涯，他希望將來可以從事科技相關工作；這個想法出現於第一課的桌遊課程結束後。

信仰方面，B 生表示他希望能夠投入更多的服事中，也不會排斥任何事奉。B 生在墓誌銘強調「相信」相信自己、相信神。

陸 課程對 B 生的影響

研究生觀察 B 生參與活動的狀況，以及其分享的內容和脈絡，發現本教案 B 生有以下幾點影響。

一 更清楚思考和提出未來的工作方向

B 生在進行教案前已經對自己的未來有一些期許，但在參與課程的過程中作出更進一步的選擇：從事科技行業。B 生在最後一堂課時才表示：自己從第一課時就開始思考這個問題，直到此刻才提出這個人生方向。

二 以自己的興趣和專長服事神

B 生是此次參與者中信仰最堅定的一位，不論是信心的表現或服事的委身，都優於其他四位學生。他在課程的實施過程中意識到自己的喜好和興趣竟然是神賜予的禮物，也能用來服事神，此種刺激擴展了 B 生對服事上帝的想像。

第三節 學生 C 的課程學習成長歷程

初始創態（C 生的夢想藍圖學習單）

表 5-3 C 生的「夢想藍圖」學習單

工作	家庭	信仰	人生價值
美術設計	和睦	不知道	過了很久後仍能被人記得

C 生和 B 生為此次年紀較輕的參與者，且在性格上 C 生最為內向且不善於表達。C 生嚮往美術設計的工作，但目前尚未具備相關能力。C 生提及自己從來沒有思考過未來的家庭和信仰狀況，其低調害羞的個性在團體中很容易被忽略，因此他很希望自己能夠被人記住。

壹 追求幸福人生

C 生在桌遊體驗中的角色呈現中規中矩的人生表現。學生時期他按部就班地求學，成年後尋覓了一個工作並以此終老，其分數也是穩穩上升。不過，C 生在遊戲結束後表示：從頭到尾他都不知道自己在做什麼！只想著、該工作了就去工作，然後維持自己不被老闆開除即可。

貳 復盤我的真實人生

C 生分享上一次的桌遊體驗，認為自己在遊戲中的角色遵照大家的常規活了一生，雖然沒有大問題，但卻令人感到無趣。他覺得生命的歷程似乎需要創造一些事情能夠讓別人記住。C 生的角色似乎是現實生活中自己的投射，他常常按著世界的標準行事，該做什麼就去做，平凡的自己沒有留下令人印象深刻的事跡。

C 生在生命曲線圖的分享中表示，自己的成長歷程沒有太多讓他感到印象深刻的事。由於 C 生是家族同輩中年紀最小者，他總是安穩且低調地成長，唯一讓他感到難過的事就是疫情的衝擊，導致小學未能舉辦畢業旅行和畢業典禮。不過，去年暑假第一次參加教會舉辦的短宣，對他而言是一大突破，除了擴展自己的眼界，同時感受到自己似乎在某方面成長了。

參 這是我的家

C 生描述現在自己的家庭有五個人，除父母外還有一位姊姊和奶奶。但他只畫出三位成員（自己、媽媽、奶奶），姐姐雖然住在家中，卻彷彿住在另一個空間裡，與家人的關係較有距離，爸爸則時常在外工作，在這幅圖畫中，C 生特別強調了家中有許多的家事，都是由自己來負責完成。

因此在對於未來家庭的想像中，C 生畫出一家四口圍在一張桌子旁邊吃飯的畫面，且家裡乾淨整潔，沒有蟑螂。這一幅圖畫似乎反映出他不滿足目前的家庭現況，因而期待未來能建立和睦的家庭。

肆 神給的禮物

在「神給我的禮物」中 C 生僅在恩賜欄上寫了「深思熟慮」一項，是五位學生中寫得最少的，他在自述時提及自己從來沒有思考自己究竟有什麼優勢這一個問題。在第三課分享個人興趣時，C 生發現由於自己常在家裡負責做家事，他不僅喜歡整理工作，從現實的房間到設計 P P T 的版面，都會讓他感到快樂，並且期待自己可以在這方面來服事上帝。

伍 彩繪我的夢

C 生只在二十年後的照片中畫了一個人騎腳踏車的畫面，墓誌銘上也只寫了「有毅力」，但研究者通過他的分享，觀察到 C 生過去只想按部就班地生活，但從第四課開始，C 生開始察覺和面對自己的興趣與自己所想要的事物。在信仰方面，C 生期待自己能真實的與神對話，而不是從別人的口中了解上帝。

陸 課程對 C 生的影響

從 C 生的起始狀態與他在每堂課分享的脈絡，本課程幫助 C 生從盲從到探索自己。C 生在家中和家族中是最年幼的，已經習慣他人安排的方式，很少機會表達自己的想法，因此習慣了隨從安排的模式。但 C 生在第一課的遊戲意識到自己的一生，若是一直盲從大眾，不但沒有顯出生命的特色，而且價值也不高，故而開始探索自己的需要。第五課 C 生畫出一人騎腳踏車的圖畫是他開始直面自己需求的寫照。

第四節 學生 D 的課程學習成長歷程

初始創態（D 生的夢想藍圖學習單）

表 5-4 D 生的「夢想藍圖」學習單

工作	家庭	信仰	人生價值
醫學相關	沒有小孩	不知道	照片

D 生與 A 生同為高一生，是 B 生的姊姊，也是參與本課程唯一的女學生。D 生表示自己從事醫學相關工作的理由是：「不知道，應該是因為薪水高吧！」由於 D 生時常需要照顧家中年幼十多歲的妹妹，所以她常說自己不喜歡小孩。雖然她生長於基督教家庭，但相異於信仰堅定的弟弟 B 生，D 生對於信仰還抱持著懷疑

的態度，也沒有想過自己究竟要成為何種基督徒。最後，她認為人生最重要的是要留下美麗的照片和記憶就好。

壹 追求幸福人生

在進行桌遊體驗時，D 生是唯一一位根據自己所擁有的資源來制定行動方案的人，從頭到尾都專注於制定計畫與完成，完全沒有考慮工作，就連談戀愛也是為了讓自己能更順利完成種種的計畫，所以在遊戲結束後，D 生獲得全場最高的分數，遊戲結束後，D 生總結了自己獲勝的幾個要素分別是「資源合理運用」和「目標方向明確」。

貳 復盤我的真實人生

首輪分享對於上一堂課桌遊的體驗時，D 生覺得她在遊戲中的模式與自己在現實中很像，對於各樣的選擇都會評估其意義性，不會盲目的隨波逐流，而在遊戲中不斷地完成各項任務讓她感受到了很多新鮮感，連接回到現實生活讓她更願意去嘗試各樣新的事物。

D 生在生命曲線圖的分享中，盤點了從幼稚園到高中的各個時期，曾因為討厭的老師而不開心，也曾因為遇到好的朋友而感到幸福。但 D 生也提到，因為有這些討厭的老師的要求，自己才能擁有各樣不同的技能，特別是幼稚園到小學四年級，遇到的老師都很可怕，但她學習到的能力也是最多。

參 這是我的家

和弟弟（B 生）不同，D 生在描繪自己家庭時只簡單分享家庭成員，圖中出家中成員外只畫了一台鋼琴和一台電腦，在 D 生的分享中鋼琴與電腦也是家中的成員，前者是她的興趣，後者可幫助她學習；D 生認為自己在個性、思維上受到父親的影響，情緒則受到母親的影響較多，弟弟與妹妹對她的影響一開始是說想不到，但後來也承認自己因為弟弟和妹妹而有不少能力的提升。

因此在對於未來家庭的想像中，D 生原本只畫了她要嫁一個 180 公分以上的丈夫，後來又畫了一個小孩（只是後來又上了括號，表示可有可無），表示雖然她不太喜歡小孩，但有個孩子感覺也不錯。

肆 神給的禮物

在「神給我的禮物」中 D 生列舉出了許多的方向，對於自身有的能力與興趣有相當的了解，在思想的過程中，D 生特別注意到自己對於英文、學習新知、演說有特別的熱情與專長，比起之前因為薪水而想要往醫療發展，D 生注意到也許自己更適合在英語、演說方面有更多著墨。

而在「我要給神的禮物」中，D 生期待自己能發揮自己的學習熱情，學會更多東西來去教別人。

伍 彩繪我的夢

在二十年後的照片中 D 生畫了自己在中間，四圍則有自己重視的事物，特別注意到當中出現了十字架與飛機兩個元素，D 生分享到，透過這五堂課程，她認知道在人生路上，神的引導與陪伴相當重要，雖然自己仍然沒有完全相信神，但她願意更多嘗試，另外在上一堂課的分享中，她意識到自己很喜歡英文和演說，希望未來可以到世界各處去演講。

墓誌銘的部分她用英文寫了樂觀、勇氣與信心，比起一開始只期待被別人記得自己的樣子，現在她期待自己擁有這三個特質，而且被人記住。

陸 課程對 D 生的影響

從 D 生的起始狀態，每一堂課分享的脈絡和呈現，本課程對於 D 生的影響羅列如下。

一 意識到自己未來可以發展的方向

D 生一開始因為薪水的緣故期待自己能從事醫學相關的工作，但在課程的施行過程中發現了自己的學習能力較強且也喜歡學習的優勢，並能在高中時期透過社團、上網學習等方式更精進和發展自己的能力。

二 對於信仰的期待

D 生從小來到教會長，在第一課開始時對信仰沒有太多想法，不論在生命曲線圖、家庭的描繪中都沒有提及信仰的元素，但到了最後一課，她願意更積極的去認識這個信仰，期待成為一個完全相信神的基督徒。

第五節 學生 E 的課程學習成長歷程

初始創態（E 生的夢想藍圖學習單）

表 5-5 E 生的「夢想藍圖」學習單

工作	家庭	信仰	人生價值
鐵路相關	一般小家庭	不知道	不知道

E 生從小就喜歡「交通」相關領域的事物，對於鐵路的研究更是如數家珍，更希望以此作為未來工作的方向。他期待將來能夠組建一般小家庭，E 生回答研究生：「不知道，總之就很一般。」，也就是除了理想工作外，E 生對於其他方面沒有太多想法。

壹 追求幸福人生

在進行桌遊體驗時，E 生在每個行動前都很認真地研究，並且參考他人的行動進行遊戲中的人生，但常常出現中途轉向的情況，如計畫制定後卻未完成、工作無法維持而失業等。E 生傾向選擇當下的喜好，比較沒有為未來作規劃，直到遊戲中的晚年來臨時，才意識到為時已晚已來不及挽救自己的人生了。

貳 復盤我的真實人生

E 生於首輪分享上一堂桌遊的體驗，他惋惜地表示：若是自己能更早開始規劃遊戲中的人生，而不是僅僅享受現有的資源，自己肯定能有更高的分數。E 生分享自己的生命曲線圖時，較重視校園生活中人際與課業的感受，個人的成績表現和人際狀況都會深深影響曲線的高低起伏。

參 這是我的家

E 生繪製的家庭藍圖構圖非常簡單，圖中描述家中有五人（本人、父、母、弟、妹），在圖畫中向著中心圍圈，表示家人的向心力很強。雖然圖畫呈現的元素不多，但 E 生特別提到自己與媽媽很能夠聊天，與爸爸則有共同的興趣，雖然與弟弟妹妹的年紀相差近五歲以上，但兄妹三人相處融洽、仍能一起嬉鬧。因此 E 生所繪的未來家庭藍圖中也出現三個小孩，希望家人有共同的愛好，不過他希望未來兒女的性別排序與現在的自己不同，順序是女→男→女。

肆 神給的禮物

E 生對於神給自己的恩賜與興趣都有相當程度的了解，在作答時也不需花太多時間思考。E 生在「資源」的項目中寫下「基督教家庭」，此為 E 生第一次在課程中提到信仰在自己生命中的影響。此外，E 生期待自己能夠發揮恩賜與興趣作為「我要給神的禮物」，特別希望能發揮他在交通領域的知識，協助規畫各種戶外活動。

伍 彩繪我的夢

在二十年後的照片中，E 生畫了自己期待的工作、興趣還有五口的家庭，都反映出之前個人的分享。E 生期待自己能開始主動認識神，脫離目前對信仰不冷不熱的狀態。E 生在墓誌銘這方面的呈現較為特別，期待他人給予的評價是「壞壞的好人，不用太認識」。在之前的課程中 E 未曾分享過這方面的想法，也許 E 生從小到大都是屬於長輩心目中的「乖孩子」，但他的心裡還有其他想要展現自我的想法。

陸 課程對 E 生的影響

從 E 生的表現和每一堂課的互動和分享中，發現本課程對 E 生產生以下幾方面的影響。

一 對於未來家庭的期待更具象化

E 生在課程之前對自己未來想要建立家庭的想法只是模糊的「一般小家庭」之概念，但到了最後一課時，E 生對未來家庭的圖像更清晰具象。

二 思想信仰對自己的影響

E 生從小在教會長大，對基督信仰似乎習以為常。在生命曲線圖、家庭的描繪中沒有特別提及信仰的元素，直到第四課才開始思想基督教家庭帶給他的幫助，因此期待自己未來可以更主動地進入這個信仰。

第六節 統整分析

研究生一一分析五位課程參與者的心路歷程之後，列出三個教學目標的若干項目，檢視本套教案是否達成本研究之目的。

壹 引發學生開始思想自己的生涯規劃

本目標的關鍵在於引導參與者「開始」思想人生的方向。生涯探索可能是人生不同階段都必須面對和學習的重要功課，本研究期待藉此課程引發學生「開始」思考的契機，不單認識自己，尋求未來的職涯方向，也對未來的家庭藍圖開啟一些想像。

一 開始思考未來的工作方向

表 5-6 學生參與課程前後對工作的期待

	學生 A	學生 B	學生 C	學生 D	學生 E
課程前	不知道	穩定一點	美術設計	醫學相關	鐵路相關
課程後	學生團契輔導	科技相關	版面設計	英文、 演說方面	鐵路相關

從上述表格中可看出，原先沒有思想過或是概念模糊的學生，透過這五堂課程後，不但開始思考自己未來想發展的工作，且結合自己的興趣與恩賜，對未來的發展也有更加具體的想法。

二 開始思考未來想要建立的家庭

表 5-7 學生參與課程前後對家庭的期待

	學生 A	學生 B	學生 C	學生 D	學生 E
課程前	幸福的	幸福的三人家庭	沒有小孩	和睦	一般小家庭
課程後	四人的基督教快樂家庭	三至四人的基督教家庭，最好養隻貓，且家中有許多遊樂器材。	有一個小孩也不錯，有個身高超過 180 的丈夫，夫妻倆常出國旅行	四人共同吃晚飯的家庭	五人且有共同興趣的家庭，一家五口一起養盆栽、玩棒球。

在第三課中，透過思想自己現在的家庭與明白家庭對自己的影響，輔以輔導對於家庭成員影響力的教導，五位學生對於自己所期待建立的家庭都更為具體化，甚至開始思考與期待連家庭成員的人數。

貳 引導學生開始探索神在我們生命中的引導。

整合第二章第一節的文獻研究，研究生認為基督徒青少年生涯發展教育應該包含兩個重要的主題：「認識神在我們生命中賜下的特質與恩賜」和「探索神在我們生命軌跡中的引導作為探索未來的基礎」。故此本課程教案設計了第二課及第四課的內容，幫助學生先探索自己的生命景況，作為探索人生方向的基礎。

一 探索神在我們生命軌跡中的引導作為探索未來的基礎

本教案的第二課以生命曲線圖的活動與分享，引導五位學生回顧自己印象深刻的人生歷程。因為學生大多會以學校年級作為時間的區分段，因此回顧的內容也多以學校中的人際、課業為主軸。每一個參與者都能分享各個回顧節點對他們的意義與產生的效應，即使是讓他們感到不開心的事，也能帶給他們益處。

二 認識神在我們生命中賜下的特質與恩賜

在本課程教案的第四課中，透過「神給我的禮物」引導學生盤點神在生命中給予我們的恩賜與資源。五位學生中，除 C 生要花較多時間思考外，其餘四位學生都能透過引導而很快地進行盤點，如 A 生在第二課時意識到自己很重視與他人的相處，進而發現自己有與人相處的能力，在第四課時也以此為基準，整理出自己有相關的能力與興趣，而 C 生也藉由此活動，開始思想神在他生命中給予的恩賜、興趣與資源。

參 學生能明白神對我們生命有美好的計畫，並能活出有使命的人生

研究生在第二章第一節所歸納基督教的探索人生方向課程的第三個重點是「回應神在我們生命中賜下的使命」，其中包含生命的價值、對神的回應和具體的行動。筆者也從這三個面向來檢視本教案是否達到此目標。

一 能開始思想自己生命的價值

本教案以第一課的「我的夢想藍圖」學習單，引導學生思想「在我過世後，我希望我留下什麼？」延續桌遊中的遺產系統機制去刺激學生思考人生的價值。到了最後一課的撰寫「墓誌銘」，引導參與者思想自己的一生究竟會留下甚麼的討論，確實引起學生開始思考自己生命的價值。雖然學生分享的大多是「信心」、「勇氣」等生命品格的形象單詞，但也開啟了學生的探索之門。

二 願意讓神參與在自己的生命中

學生A與學生B已經認同神參與在他們生命中的重要，也期待未來不論是工作或家庭，都能夠經歷神的同在。從學生D和學生E的學習歷程中，看見他們逐漸意識到信仰的重要性注。兩位參與者不論是盤點過往的經歷，或是對家庭的盤點，都沒有呈現信仰對他們的影響狀況。但在上完這五堂課程後，十字架的元素都出現於他們未來人生的藍圖，及至第五課，兩位都提到願意更主動地去探索與認識這位神。

三 能開始思想自己未來可以如何服事神

透過第四堂課的教案設計引導學生更具體地思考自己與神的關係，可以如何服事神，讓學生主動學習和探索的方式相對於過往只是被動接受輔導安排服事的學生而言，是一個新的思考和行動方向。學生經過課程帶領者的引導後，大多能說出自己的興趣和能力，以及自己可以如何服事上帝。例如A生覺得自己善於與人相處，未來也可以像輔導一樣運用此種能力帶領學生團契。D生也願意發揮自己喜歡學習的特質，學會更多的技能來教導其他人；以認識自我作為開啟，引導學生作更多自我探索，如何貢獻於人群，發現未來人生發展的方向。

肆 小結

研究者以本課程教案的研究目標檢視此套教會聚會活動設計所達致的成效，發現五位學生經過五次探索人生方向的活動體驗後，都開始思考自己未來的人生方向。從第一堂課的桌上遊戲作為引導思考的契機，接著每一堂課程的安排為參與者鋪設學習的階梯，引導他們認識自己，更進一步思想自己未來的方向。

本教案以引發學生的思想作為課程發展的目標，輔以少量的信息教導，從桌遊「追求幸福人生」作為開啟，帶領學生反思過往經歷、家庭狀況、自身優勢，並讓學生思想神再其中的引導，以此為做為思考未來的基礎，在家庭、服事、人生價值等不同層面，幫助青少年探索前方路。從五位參與者的學習單、分享互動、訪談和回饋中發現此教案確實能夠啟發學生開始思想自己的過去，進而引發他們覺察當下，期待未來。

第六章

研究結論與建議

研究生透過本次研究，針對當今許多基督徒青少年「沒有夢想」的問題設計一套聚會活動，期待教會青少年輔導們能有效地運用此套活動教案刺激學生探索未來，盼望透過本研究幫助青少年輔導們引導學生在信仰上思考並知道神在他們生命中有美好的計畫，進而願意探索自己的未來，活出神美好的旨意，以此來榮耀神。

第一節 研究結論

壹 桌遊融入教學之使用與成效

本教案透過桌遊「追求幸福人生」作為教案的骨架，一步步地引導學生思考生涯的規畫、生命的意義、人生的價值與追求等主題，作為本研究的重要教學法。研究生整合歸納此種教學法運用於本教案之要點如下：

一 桌遊能有效引起學生的學習動機

桌遊的設計模式相較於教學功能則更加重視娛樂性，能夠更快速地引起學生參與活動的興趣，但若期待透過桌遊帶領學生做深入的思考，則在時間的長短較難拿捏。引導員須擔任成敗的角色，適當地在遊戲過程中提醒、最終引導參與者進入反思和探索主題。研究生在規劃課程時，原打算每一堂課都輔以一款桌遊配合教學，但在時間與成效的考量下而作罷。最終以這一套桌遊，讓學生體驗活過一生的感覺，激發學生思考人生的追求與目的，而後輔以其他課程內容啟發幫助參與者更進一步地思考。

二 引導員的課程進展是教學成敗的關鍵

學生進行桌遊的過程，大多會將目光放在勝負與其娛樂性，引導員帶領活動時須強調教學主題之元素，才能適當地結合娛樂性於教學目標。研究生採用「追求幸福人生」桌遊帶領學員進行人生體驗時，參與者傾向於注視每張卡片上標示

的代價與可獲得的收益，然而引導員可以唸出這張牌的內容，幫助學生進入情境思考，如「健康飲食」這張計畫卡，學生只留意到這張卡能增加健康值，輔導可唸出上面寫的是一直吃生菜，讓學生想像一直吃生菜的樣子，再決定要不要執行這個行動，促進學生的思考和增加遊戲帶入感。

貳 有效刺激學生探索生涯發展

當今學校教育雖然也有生涯探索相關課程，但本次參與教案的五位學生雖曾在學校接受相關的課程，卻大多對自己未來的方向迷茫，甚至沒有什麼想法。參與本課程的教案實施後，這五位學生確實對於自己未來的方向有更多的思考。研究生在教案施行的過程觀察參與者的互動及回饋，分析歸納出本教案能有效刺激學生思考的幾個重點。

一 引發想像創造經驗

學生對於沒有經歷過的事物較難引發聯想與進一步分享，本研究以「追求幸福人生」桌遊為學生創造了一個「活過一生」的經驗與想像，故學生在後續的課程中更有思考的基礎與較具體的方向。

二 多方向引導學生發展獨特的自我

能夠引發學生思考未來發展的面向及因素多元，除了學校課程特別著墨的工作能力之外，還包含個人興趣、家庭影響、過往經歷、人脈機遇等。故本教案先透過第一課的內容開啟學生的思考後，二到四課分別從過往經歷、家庭、恩賜與資源來引導學生思考，最後透過第五課的總結引導學生思考自己希望留給這個世界甚麼印象或痕跡，幫助學生「以終為始」思考未來、立足現在。

三 回顧過往作為探索未來的基石

研究生在本教案的執行與統整回顧中發現，學生在回顧過往的過程中很自然地就引發了對於未來的想法，神在我們成長的過程中已然留下了探索未來的軌跡，故就本研究的觀察認為，要帶領學生探索未來，需先引導學生認識和發現「過往經驗」這個基石，才能幫助學生更多認識自己，適切地開啟對於未來的探索。

四 以多元教學方法激發青少年表達的引導反思策略

本教案僅有五課，使用引導反思作為核心教學法，結合桌遊、體驗活動、圖畫反思、文字反思等多元方式，引導學員深入探究各個主題。第一課作為課程的開啟，為了引起學生對此方向的學習與思考，透過桌遊的方式使學生有「活過一生」的遊戲經驗。第二課為了讓學生有方向的回憶過往經驗，故輔以「生命曲線圖」的體驗活動。由於家庭中的元素較多，難以用口語輕易表達，所以第三課用繪畫的方式引導學生思考。第四課的內容多要學生「盤點」自己所擁有的，所以使用文字表達的方式讓學生思考過後書寫出來。第五課則以示範、欣賞、分享、彩繪等多種方式，激發學生更深入地反思與分享。

五 運用小團體發表教學法深化學習果效

學校的生涯教育多屬於「大班制」的教學模式，且多以講述教學方式，再輔以相關的性向測驗，雖然能夠確實幫助學生客觀地認識自己的優勢能力，但每一個學生都是獨特的個體，思考方式不同，重視的項目也不同。有一些學生重視自己的能力實現、部分學生重視成就、也有學生重視興趣發展，還許多學生茫然、不知道自己在追尋什麼，需要更細緻和啟發性的引導。本課程透過小團體的型態引發團體動力，輔導可以顧及每一個學生的需要，以最適合的方式協助其探索（如文字、繪圖等）。發表教學法是透過輔導的引導，讓學生發表自己的想法，在群體的效應之下，參與者大多為了有好的發表呈現，更用心投入學習和統整自己的思考，在課程進展的過程中得到更豐富的收穫。相對地，其他的參與者也會互相觀摩、學習或仿效。另外，輔導也可以透過學生的發表，評量學生的學習果效，更有效率地引導學生思考並且推動課程的進展。

六 激發學生思考與想像和創意的課程目標

當我們期待的終點是讓學生達到有限的方向，教師提供學生的引導就會越來越朝向某一個標準答案。本教案提供三個方向讓學生自由發表，沒有限制模式或作太多的示範（有時輔導的示範會帶給學生模仿的作用），對其發表皆予以積極的肯定，學生樂意發揮創意且參與分享，透過分享時的組織與輔導的適時引導，學生得以看見更多未來發展的方向。

參 研究者的反思和收穫

研究者將教案編寫與實施過程中的個人省思和收穫摘錄如下：

- 一 青少年的反應充滿未知和創意。即使研究者熟知本次參與教案的五位學生，他們的家庭背景、信仰、成長經歷都很接近，但是他們在課程進展的過程中常常拋出超乎研究生預期的想法或回應。因此，研究者建議教案編製者在設計課程時，除了考慮學生可能會有的反饋，一方面也要讓教案具有相當程度的彈性空間，不僅允許學生有更多言論和發想的空間，並且讓引導員作適當的回應和調整。
- 二 信仰的教導除了理性的知識外，還要創造感性的經驗，內化的過程還需仰賴聖靈的引導。如何落實信仰教育一直是研究生倍感挑戰的課題。由於每一個學生的信仰光景不同，對於神的態度和回應就相當不同，故研究者常常感到自己是有限的。特別在編寫第四課時無法預期學生將會如何反應，只能禱告、倚靠聖靈運行在學生的心裡，祈禱祂在這個小團體中工作。在教案時施的過程中，研究者看見參與者都有正向的收穫，也願意對神有更多的認同與付出，全是出於聖靈的大能。
- 三 研究者整理學生學習歷程的過程能夠觀察到平時不易察覺的面向。研究者以往帶領學生活動時很少會做紀錄與分析，但透過本課程的編寫與研究，不僅發現每一位學生的成長軌跡，也更了解每一位學生重視的事物、信仰狀況和價值觀。例如學生 D 因才幹出眾，在教會參與很多服事，研究生透過整理她的學習歷程才發現目前 D 生的信仰狀況處於「沒有真正相信」的階段。身為輔導的我，才真正明白她的需求，也明白如何在下一個階段引導她信仰生命成長。

第二節 研究建議

本教案的目的在於協助教會輔導幫助青少年開始思考自己的未來，進而認識神創造我們的目的和生命的意義。以下幾個要點為研究生對於想要操作此教案之教會輔導的建議，以及對未來的研究者之建議。

壹 對教案帶領者之建議

- 一 操作本教案的輔導最好對於體驗教育和引導反思提問法具備相當的經驗和能力，才能有效引導學生思考與分享。
- 二 操作本教案的輔導須對「追求幸福人生」這套桌遊有一次以上的遊玩經驗，並熟知規則，能夠掌握基督信仰的核心人生價值。
- 三 為幫助學生能勇於敞開心分享自己比較私密的想法，青少年團契應營造正向且互信的氛圍。
- 四 每次操作前要先為整個活動過程禱告，只有聖靈的引導才能讓學生看見神的指引。
- 五 每次活動後的學習單輔導需要收回保管，並觀察每個學生在參與課程後的回饋及改變。

貳 桌遊融入信仰教學之建議

桌遊融入教學是教會近年來信仰教育的熱門方式之一，透過此次的研究與嘗試，研究生對日後期待設計教案者有以下幾點建議：

- 一 桌遊的選擇特別要考慮遊玩的時長問題，不能只單看遊戲說明書上的時間，還需算上規則講解、學生理解以及遊戲思考時間，大約是說明書上的時間在乘以一點五倍左右。
- 二 學生在進行桌遊至結束的過程，大多會沉浸在遊戲的樂趣中，此時要直接進入反思較為不容易，故建議引導員在遊戲過程提醒和幫助學生紀錄遊戲中重要的歷程，及至高昂的情緒漸趨穩定後再回顧和復盤思考。
- 三 桌遊本身的設計是以遊戲性為主，帶領者需透過引導與情境營造，轉化與結合信仰主題或聖經要義，若有體驗教育和引導反思的相關知能，可以讓活動的體驗更為有效。

參 對未來研究之建議

神對我們的生命有美好的計畫，如何將這樣的真理教導給學生是基督教信仰教育的重要課題，研究生對於將來有意願著墨於此議題的人提供以下幾點建議：

一 教會青少年教育

研究生發現，目前實際接觸的青少年在文字表達的能力上較弱，在口語與圖像表達方面較為擅長。本次教案研究的歷程中看見學生在圖像的表達能力明顯優於文字，而且能夠流暢地使用口語表達更多的想法，這一些現象或許反映出當代青少年的趨勢和狀況，故對於教會青少年教育研究者提出兩點建議：其一為當今教會青少年的引導反思策略中，圖畫表達是否真的優於文字表達？其二為面對青少年文字表達能力較弱的現況，是否需要使用他們喜愛的教學方法讓教學更有果效？是否需要精進學生的文字能力？以上兩個方向提供與後續研究者參考。

二 青少年信仰教育

當今青少年受到傳媒的刺激較過去增加很多，尤其是透過手機與網路，各樣的資訊取得非常容易，似是而非的價值觀也很容易影響教會的青少年。因此，青少年信仰教育工作者必須敏銳當今青少年的文化與習慣，教導的方式不要一味地使用講述法，嘗試把觀念灌輸給學生。青少年正處於形式運思期，批判思考能力漸增，故研究者建議輔導多使用引導的方式，幫助學生探索真理，在聖經、生活、觀念上發展對神、對世界、對自己的正確認知。

三 青少年生涯發展教育

學校教育中不乏生涯探索課程，但在基督教方面的相關課程教材較少，期待日後的研究者能針對當代基督徒學生能設計相關的課程與進行不同層面的研究。其次，就如研究生在本文研究動機中所提出的問題：為何當今有很多學生沒有夢想？若是能探索其原因，或許能在根源上補其不足。另外，面對當今倡導「享受當下」的文化，是否和「放眼未來」的生涯發展教育互相矛盾、衝突？建議未來的研究者能針對這一些議題進行探究。

引用書目

專書

中文

Dunn, Richard R.。《優質心靈捕手——塑造學生屬靈生命的 DNA》。林以舜譯。台北：校園書房，2003。

Erickson, Millard J.。《基督教神學 卷二》。郭俊豪、李清義譯。新北：中華福音神學院出版社，2002。

Goldstein, Arnold P., Robert P. Sprafkin, N. Jane Gershaw and Paul Klein.。《青少年行為改變策略》。黃玲蘭譯。台北：五南，1997。

Hohnen, Bettina, Jane Gilmour, and Tara Murphy.。《不可思議的青少年大腦》。王婉卉譯。新北：橙舍文化，2021。

Zacharias, Ravi.。《人人擁有神聖的呼召》。杜華譯。台北：聯經，2015。

Zastrow, Charles H., Kaaen K. Kirst-Ashman, and Sarah L. Hessenauer.。《人類行為與社會環境》。溫如慧、李易蓁、黃琇櫻、練家姍、溫淑真、吳兆鈺譯。台北：東華書局，2019。

中國主日學協會。《新道光/青少教材》。台北：中主，2018。

李淑杏、莊美華、莊小玲、莊安慧、梁香、黃良圭、趙國玉、梁淑華、金幼婷、陳可欣、王淑真、戴仲宜、黃惠滿、許燕玲、林雪貴、黃琴雅。《人類發展學》。新北：新文京開發出版股份有限公司，2021。

李耀全編。《再思青少年牧養：現況、理念與策略》。香港：崇基學院神學院，2011。

沈翠蓮。《教學原理與設計》。台北：五南，2001。

洪中夫。《4D 門徒動起來》。新北：校園書房，2018。

——。《牧養策略力》。新北：校園書房，2017。

洪詠善、黃政傑、蔡清田、潘慧玲、林永豐、范信賢、李駱遜、蔡曉楓、林明佳、鄭章華、吳文龍、劉欣宜、林佳慧、林佳範、周麗玉、張子超、張嘉育、黃馨慧、瑪達拉·達努巴克、羅綸新、王澄祥、白佩宜、李弘善、李佩珊、李惠芬、林宜亨、吳怡慧、卓耕宇、邱麟媛、姜智瓊、徐枝葦、陳小凰、陳正

昌、陳端峰、陶秀英、連瑜佩、張珍悅、張偉玲、張凱倫、黃鐙寬、廖淑珍、劉宜、龍芝寧、戴佳君、蘇妍、蘇婷玉。《十二年國教課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明課程手冊》。新北：國家教育研究院，2019。

校園福音團契同工。《智慧與身量》。台北：校園書房，1975。

黃德祥。《青少年發展與輔導》。台北：五南，1994。

彭培剛、郭志丕編。《青少年生活系列》。香港：宗教教育中心，1995

——。《青少年生活系列 3 導師本》。青少年生活系列。香港：宗教教育中心，1996。

駱玫玲。《牧養主的 YOUNG》。新北：中華福音神學院出版社，2008。

英文

Anthony, Michael J.. *Introducing Christian Education*. Grand Rapids: Baker Academic, 2001.

Fowler, James W.. *Stages of Faith : The Psychology of Human Development*. NY: HarperCollins, 1995.

文集

王玉珍、曾晴、陳之懷、簡明彥、林欣儀。〈邁向志向之旅——青少年生涯目的感發展之歷程研究〉。《國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教育心理學報》52, 2 (2020): 265-81。

學位論文

吳承翰。《桌上遊戲參與型態對人際溝通改善之研究——以台北地區桌上遊藝專賣店顧客為例》。台北：國立臺灣師範大學碩士論文，2011。

陳貞竹。《桌遊媒材融入優勢力團體方案對人際困擾青少年之輔導效果》。台南：國立臺南大學碩士論文，2021。

陳玲玲。《青少年自我概念因應與其憂鬱之相關研究》。高雄：國立高雄師範大學碩士論文，2007。

蘇鈺婷。《在學青少年生涯發展之相關因素研究》。台南：國立成功大學碩士論文，2002。

顏幸如。《攝影育療團體對燒燙傷青少年生涯探索之影響：以「2017 浴火天使成長營」為例》。台北：臺北市立大學碩士論文，2018。

網際網路文章

Alvin。〈[介紹+規則] 追求幸福人生 The Pursuit of Happiness〉。(網路文章)網址：
<https://nscchen.pixnet.net/blog/post/214907381-%5B%E4%BB%8B%E7%B4%B9%2B%E8%A6%8F%E5%89%87%5D-%E8%BF%BD%E6%B1%82%E5%B9%B8%E7%A6%8F%E4%BA%BA%E7%94%9F-the-pursuit-of-happiness>。查詢日期：2023/2/17。

FUN 電星球編輯部。〈引導思考是什麼？〉(網路文章)網址：
http://fundeplanet.com.tw/article_detail.aspx?id=7。查詢日期：2023/7/4。

Lifeimpactministries。〈生命衝擊營簡介〉。(網路文章)網址：
<https://www.lifeimpactministriesusa.org/lifegame>。查詢日期：2023/2/17。

日本網。〈世界第3大經濟國的18歲少年，不關心社會，腦子裡更沒有夢想和希望！〉。網址：<https://www.storm.mg/article/2417709>。查詢日期：2023/5/11。

台灣聖經網。〈恩賜〉。網址：
<https://www.taiwanbible.com/web/word/index.jsp?Date=20131126>，查詢日期：2023/5/17

吳尚軒。〈多元入學還是多錢入學？研究指沒偏袒有錢人，偏鄉老師嘆：考試才是資本堆出來的〉。網址：<https://www.storm.mg/article/1356822?page=1>。查詢日期：2023/2/17。

國立台東大學教務處。〈教學方法介紹〉。
<https://aa.nttu.edu.tw/p/412-1002-7513.php?Lang=zh-tw>。查詢日期：2023/7/4。

陳怡嘉。〈升國中絕不是換一套制服而已，多點準備一切都會不同〉。網址：
<https://www.parenting.com.tw/article/5093468>。查詢日期：2023/2/17。

基督教教育中心。〈青少年級教材〉。(網路文章)網址：
http://christed.pct.org.tw/christed_yo.aspx。查詢日期：2023/2/17。

張益勤。〈學習30選 多元能力玩中學〉。(網路文章)網址：
<https://www.parenting.com.tw/article/5067887>。查詢日期：2023/2/17。

楊瑪利。〈教改為什麼天怒人怨？〉。網址：<https://www.cw.com.tw/article/5112741>。
查詢日期：2023/2/17。

蔡淇華。〈把孩子丟到山裡面，他就能活著走出來〉：自然體驗教育讓他們拋開憂鬱、找到力量。網址：<https://opinion.cw.com.tw/blog/profile/441/article/12448>。
查詢日期：2023/5/7。