

淡江大學課程與教學研究所碩士在職專
班 碩士論文

指導教授：張月霞 博士

十二年國教下國中生涯輔導課程
對學生生涯自我探索之研究

**Students' Self-exploration for Career
Development in the 12-year Compulsory
Education: A Study on a Career Guidance
Curriculum Module in Middle School**

研究生：陳珊怡 撰
中華民國 105 年 1 月

謝誌

三年半前，懷著一顆學習的心來到本校就讀，也開啟白天工作晚上進修的學習生涯，在學習的過程中最愉快的事，莫過於和同學一起上課、彼此分享的情形，最煎熬的就是撰寫論文這段時日。如今，這一切將化成回憶與感動。

感謝上帝，從進入研究所到撰寫論文的過程中，一直與我同行，為我預備各樣的資源，照著祂榮耀的豐富，使我一切所需用的都充足。

感謝我的指導教授一張月霞老師，在忙碌的工作之餘撥冗指導，面對一個資質平庸的學生，老師一直以耐心及愛心不斷教導我，使我在研究的進行與省思中，愈來愈能投入論文撰寫的脈絡，也對於自己的研究建構得愈來愈清楚。感謝敬愛的口試委員王玉珍老師和朱惠芳老師，在論文計畫及論文審查期間，不吝給予精闢的見解及寶貴的意見，幫助我釐清盲點，使我的論文更臻於成熟。

在研究所三年半的時間裡，更是充滿了許多值得獻上感恩的身影。感謝課程所的老師們，您們豐富的學養，使得每次上課都是充滿了知識的饗宴。感謝課程所的同學們—惠芸、韻萍、少庭、雅瑩、麗娟、志平、惠敏、靖琪與慧敏，因為你們的激勵與陪伴，使這段求學與論文寫作之路，充滿了溫馨與歡笑。

感謝好友琿惠，若不是你熱情的鼓勵及無私的分享，我不會走上這條收穫滿滿的進修之路。感謝士林承恩堂的弟兄姐妹們，因著你們的代禱，讓我在論文的壓力下，心中仍然充滿喜樂，時時靠主得力。感謝輔導室的同仁們，不斷勉勵我、照顧我，讓我兼顧工作與論文的產出。感謝可愛的學生們，讓研究工作得以順利進行。

感謝我的摯友—佩倫，從準備報考研究所到論文撰寫的期間，你貼心的鼓勵，每每在我煩躁焦急之時，成為我莫大的安慰。更要感謝我的母親，默默地在背後關心我、支持我。讓我在讀書與撰寫論文的過程中毫無後顧之憂。

最後，謹以這本論文，獻給關愛我及我所關愛的每一個人，以這小小的成就、大大的喜悅，與您們共享。

陳珊怡 謹誌

2016.01

論文名稱：十二年國教下國中生涯輔導課程對學生

頁數：198

生涯自我探索之研究

校系(所)組別：淡江大學 課程與教學 研究所

畢業時間及提要別：104 學年度第 1 學期 碩士學位論文提要 研究生：陳珊怡 指導教授：張月霞 博士 論文提要內容：

本研究旨在探討在十二年國教適性輔導的背景下，透過「我的人生方向盤」生涯輔導課程模組，結合運用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，協助學生從課程中進行自我探索，以達生涯探索及生涯覺察之目的。

本研究的有二：(1)發展結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的「我的人生方向盤」生涯探索課程模組。(2)提出如何運用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》於「我的人生方向盤」課程，以做為實務工作之參考。本研究以臺北市某市立國中九年級 90 位學生(男 53 名，女 37 名)為對象。採用質性研究方法，藉由蒐集之資料進行文件分析，以了解學生生涯自我探索之經驗與歷程，並提出對生涯輔導實務工作之建議。

研究結果如下：

- 一、「我的人生方向盤」生涯輔導課程具催化學生自我探索之效果，並有助落實《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的填寫目的。
- 二、開放式問題的學習單有助多元探索並能貼近學生個人生活，有效深化生涯輔導工作的推動。
- 三、運用生涯檔案的概念，結合課本的設計，擴充生涯輔導的角度，落實適性輔導精神。
- 四、本研究回應生涯輔導理論，建議針對我國國中學生之生涯抉擇歷程持續發展後續研究，做為生涯輔導實務之參考。

關鍵字：十二年國教、生涯輔導課程、國中學生生涯輔導紀錄手冊、生涯自我探索

表單編號: ATRX-Q03-001-FM030-02

I

Title of Thesis: Students'
Self-exploration for Career
Development in the 12-year Compulsory
Education: A Study on a Career
Guidance
Curriculum Module in Middle School

Key word: 12-year Compulsory
Education, Career Guidance
Curriculum,
Career Counselling Manual for Middle
School Students
Self-exploration for Career Development

University

Name of Institute: Graduate Institute of Curriculum and Instruction, Tamkang University
Total pages:198

Graduate date: Jan, 2016 Degree conferred: M. Ed

Name of student: Shan-Yi Chen Advisor: Dr. Yueh-Hsia Chang 陳珊怡

Abstract:

This study aims to explore middle school students' self-exploration process and experience for career development in a career guidance course. In responding to the 12-year compulsory education system, a curriculum module, My Life Steering Wheel, which combines the mandatory "Career Counseling Manual for Middle School Students" was designed for the career guidance course.

There are two purposes for this study: (1) to develop the self-exploration for career development curriculum module, which combines "Career Counseling Manual for Middle School Students;" (2) proposing how to apply "Career Counseling Manual for Middle School Students" on the course for the reference of practical work in the field of career development guidance.

90 students of 9th-grade, including 53 boys and 37 girls, in a municipal junior high school in Taipei participated in this study. A qualitative research method is utilized. With the analysis of documents from the gathered data, students' experiences and process of self-exploration of career development are understood and suggestions are made for practical work in the field of career development guidance.

The research findings are as follows:

1. The "My Life Steering Wheel" career guidance curriculum module performed the catalytic effect of students' self-exploration and helped to implement the goal of filling-in the "Career Counseling Manual for Middle School Students".
2. A learning sheet of open-ended questions helped students to explore their career development diversely and let the exploration be part of their personal lives which deepened the promotion of the work of career guidance effectively.
3. Apply the concepts of career profiles, combine the design of textbooks, expand the perspectives of career guidance, and execute the spirit of adaptive guidance.
4. This study responds to the theory of career guidance and gives suggestions for following researches of sustainable development of making career-choice process of junior high school students in our country for the reference of practical work in the field of career development guidance.

表單編號: ATRX-Q03-001-FM031-01

II 目錄

| | |
|----------------------------|-----|
| 目錄..... | I |
| 表次..... | III |
| 圖次..... | IV |
| 第一章 緒論..... | 1 |
| 第一節 研究背景與動機..... | 1 |
| 第二節 研究目的與待答問題..... | 4 |
| 第三節 名詞釋義..... | 5 |
| 第四節 研究範圍與限制..... | 6 |
| 第二章 文獻探討..... | 9 |
| 第一節 國中學 生生涯輔導之探究..... | 9 |
| 第二節 國中生生涯輔導 課程實施現況..... | 27 |
| 第三節 十二年國教政策內涵 與研究..... | 49 |
| 第三章 研究方 | |

| | | |
|-------------------------|-----|---------------|
| 法..... | 63 | 第一節 研究設 |
| 計..... | 63 | 第二節 研究場域及 |
| 參與人員..... | 66 | 第三節「我的人生方向 |
| 盤」課程設計..... | 70 | 第四節 資料蒐集與分 |
| 析..... | 75 | 第五節 資料檢核與研究倫 |
| 理..... | 90 | 第四章 研究結果與分 |
| 析..... | 93 | 第一節 生涯自我探索 |
| 的歷程與助益..... | 93 | 第二節 課程運用「國中學生 |
| 生涯輔導紀錄手冊」的經驗..... | 118 | 第五章 結語與啟 |
| 示..... | 159 | 參考文 |
| 獻..... | 169 | 壹、中 |
| 文部分..... | 169 | 貳、英文部 |
| 分..... | 177 | 附 |
| 錄..... | 181 | 附 |
| 錄一「國中學生生涯輔導紀錄手冊」內容..... | 181 | 附錄二 校 |
| 本位生涯檔案內容..... | 182 | 附錄三「我的人 |
| 生方向盤」課程教學方案..... | 183 | |
| | | I |
| 附錄四 學習單..... | 190 | |
| 附錄五 課程實施紀錄..... | 197 | |
| 附錄六 生涯探索自我檢核與回饋表..... | 198 | |

II 表次

| | | | |
|---|----|---|-----------------|
| 表 | 2- | 1 | 生涯發展教育分段能力指標對照表 |
|---|----|---|-----------------|

| | | |
|---------------------------------|-----|---------------------------|
| | 19 | 表 2- 2 康軒版綜合活動課程「生涯輔導」 |
| 之課程單元 | 28 | 表 2- 3 翰林版綜合活動課程「生涯輔導」 |
| 之課程單元 | 29 | 表 2- 4 研究場域綜合活動領域輔導活動 |
| 科「生涯輔導」之課程單元 | 30 | 表 2- 5 Super 的生涯發展階段與發展任務 |
| 彙整表..... | 33 | 表 2- 6 Swain 生涯規劃模式與國中學生 |
| 生涯輔導紀錄手冊分析對照表 | 41 | 表 2- 7 國中端配合十二年國教改革措 |
| 施 | 53 | 表 2- 8 十二年國教適性輔導相關研 |
| 究摘要表 | 60 | 表 3- 1「我的生涯舞台」第一節課 |
| 教學活動 | 72 | 表 3- 2 資料蒐集表 |
| | 76 | 表 3- 3 文件資料 |
| 編碼系統說明表 | 83 | 表 3- 4「何倫 |
| 碼」的自我分析 | 85 | 表 3- 5「 |
| Holland 生涯類型理論」心得與發現之分析 | 85 | 表 3- 6 |
| 「我的生涯拼圖」質性內容分析 | 86 | 表 3- 7 |
| 「生涯統整面面觀」原因分析 | 87 | 表 3- 8 |
| 「學習, 操之在我」學習優劣勢分析 | 88 | 表 3- 9 |
| 課程心得感想分析 | 88 | 表 4- |
| 1B 班學生七、八年級「自我認識-專長」選填的內容 | 119 | 表 4- 2 |
| 103 學年入學學生「我的學習表現」質性內容 | 142 | 表 4- 3 |
| 「生涯試探活動紀錄」質性內容 | 147 | |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| 圖 2- 1 生涯發展教育組成要素之概念模式 | 17 |
| 圖 2- 2 生涯彩虹圖 | 34 |
| 圖 2- 3 生涯發展拱門模式 | 36 |
| 圖 2- 4 Swain 的生涯規劃模式 | 38 |
| 圖 2- 5 生涯轉換多元三角形模式示意圖 | 40 |
| 圖 2- 6 Holland 的六角形模式 | 42 |
| 圖 2- 7 十二年國民基本教育的願景、理念、目標、方案關係圖 | 50 |
| 圖 2- 8 103 學年度起入學方式示意圖 | 52 |
| 圖 2- 9 全面性適性輔導概念圖 | 58 |
| 圖 3- 1 研究架構圖 | 64 |
| 圖 3- 2 研究流程圖 | 65 |
| 圖 3- 3「我的生涯舞台」學習單第 1-2 頁內容..... | 78 |
| 圖 3- 4「我的生涯舞台」學習單第 3-5 頁內容..... | 79 |
| 圖 3- 5「我的生涯舞台」學習單第 6 頁內容 | 79 |
| 圖 3- 6「學習, 操之在我」學習單內容 | 80 |
| 圖 3- 7「我的人生方向盤」生涯發展課程心得感想 | 81 |
| 圖 3- 8 研究主題之三角檢驗法 | 91 |
| 圖 4- 1 學生生涯自我探索之發現 | 94 |
| 圖 4- 2 國中學生生涯輔導手冊「自我認識」網路填寫頁面 | 119 |
| 圖 4- 3 B 班學生「我的生涯舞台」學習單..... | 120 |
| 圖 4- 4 C 班學生「我的生涯舞台」學習單 1-2 頁 | 121 |
| 圖 4- 5 C 班學生「我的生涯舞台」學習單 3-5 頁 | 122 |
| 圖 4- 6「我的生涯舞台」學習單 | 123 |
| 圖 4- 7 生涯領航儀表板「我的學習表現」網路填寫頁面 | 124 |
| 圖 4- 8 C 班學生「我的學習表現」心得省思..... | 125 |
| 圖 4- 9 A 班學生八年級下學期的學習省思..... | 126 |
| 圖 4- 10「我的學習表現」心得內容-學習分析..... | 127 |
| 圖 4- 11「我的學習表現」心得內容-學習態度與方法..... | 127 |
| 圖 4- 12 A 班學生「學習, 操之在我」學習單..... | 128 |

| | | |
|---|-----|-------------------------|
| 4- 14《國中學生生涯輔導紀錄手冊》中「生涯統整面面觀」頁面內容 | 130 | 圖 4- 15 |
| 「生涯領航儀表板」中「生涯統整面面觀」網頁內容 | 131 | 圖 4- 16 首屆 |
| 十二年國教學生「生涯統整面面觀」紀錄內容 | 132 | 圖 4- 17「生涯統 |
| 整面面觀」學習單-人格特質..... | 133 | 圖 4- 18「生涯統整 |
| 面面觀」學習單-生涯興趣..... | 134 | 圖 4- 19「生涯統整面 |
| 面面觀」學習單-能力表現..... | 135 | 圖 4- 20「生涯統整面面 |
| 觀」學習單-家長態度..... | 136 | 圖 4- 21《國中學生生涯輔 |
| 導紀錄手冊》之「生涯抉擇」頁面內容 | 138 | 圖 4- 22「第一次志願模擬選 |
| 填」省思與回饋 | 139 | 圖 4- 23「學習診斷測驗」自我 |
| 分析 | 141 | 圖 4- 24 103 學年學生「我的學 |
| 習表現」心得內容 | 142 | 圖 4- 25《國中學生生涯輔導紀錄 |
| 手冊》中「我的經歷」頁面內容 | 144 | 圖 4- 26 國中學生生涯輔導手冊「我的 |
| 經歷(幹部、社團)」網路填寫頁面 ... | 145 | 圖 4- 27「我的經歷」幹部其他內容-做事技 |
| 巧..... | 146 | 圖 4- 28「我的經歷」幹部其他內容-待人處 |
| 事..... | 146 | 圖 4- 29 生涯檔案之「學習生活紀錄」 |
| | 149 | 圖 4- 30 生涯檔案之「羅馬競技場」 |
| | 150 | 圖 4- 31 生涯檔案連結《國中學生生涯 |
| 輔導紀錄手冊》 | 151 | 圖 4- 32 生涯檔案-生涯試探活 |
| 動..... | 152 | 圖 4- 33 輔導活動課本結合生 |
| 涯檔案 | 154 | 圖 4- 34《國中學生生涯輔導紀 |
| 錄手冊》結合輔導活動課本 | 155 | 圖 4- 35「學習生活紀錄」內容 |
| | 155 | 圖 4- 36「羅馬競技場」內容 |
| | 156 | 圖 4- 37 生涯規劃書與生涯平 |
| 衡單 | 157 | |

本研究旨在探討十二年國民基本教育(以下簡稱十二年國教)下國中生涯輔導課程對學生生涯自我探索之研究,以做為日後輔導教師協助國中學生適性輔導的參考。本章共分為四節,第一節為研究背景與動機;第二節闡述研究之目的與待答問題;第三節為重要名詞釋義;第四節則說明研究範圍與限制。

第一節 研究背景與動機

教育是推動人類進步的重要工程,是國家發展與社會進步的根本大計;教育政策的改革(以下簡稱教改),是促進社會進步與發展的條件之一。近年來,臺灣陸續出現多項教育政策的改革措施,包括九年一貫課程的實施、一綱多本的教科書開放民營化……等等。其中,最被家長及社會大眾關注的即是 103 學年度全面實施的十二年國教政策。

教改最大的目標,即在透過適當工具或手段,激發學生的學習動機和潛能,幫助學生有效學習,引導學生適性發展。美國哈佛大學心理學家 Gardner(1983, 1999)提出「多元智慧論」中指出:每個人的智慧潛能都會有所差異,沒有人的智能是一模一樣的。在學生學習過程中,老師必須幫助學生多元適性發展,在學習生涯中找到學習的興趣。因此,在十二年國教的推動中,如何從適性輔導的角度,看到學生個人的獨特性;讓學生在現行的教育體制下,真正獲得學習的樂趣,是學校教師值得深思的問題。

壹、落實教育政策的推動

教育政策的推動是否順利,能為社會大眾所接受,除了檢視教育政策的適切性之外,更取決於其政策在教育現場是否得以落實。行政院教育改革審議委員會在 1996 年 12 月的「教育改革總諮議報告書」中,即提出「加強生涯輔導,提供多元進路」的建議,並指出國民教育應配合生涯教育發展,養成學生職業認知、探討職業性向、培養職業興趣,以奠定國民未來生涯規劃之基礎。並加強進路輔導,使學生了解自己的性向與能力(行政院教育改革審議委員會【行政院教改會】, 1996)。教育部也於 1998 年公布「國民教育階段九年一貫課程總綱綱要」,確定「生涯規劃與終身學習」為國民十大基本能力之一;並且召開「九年一貫課程分科綱要小組召集人聯席會」,決議「生涯發展」議題為九年一貫課程重大議題之

方式(教育部, 1998)。後來又於 2001 年月提出「技藝教育改革方案」, 提到「國中階段應重視生涯發展教育, 落實生涯試探功能」, 讓學生藉由各項活動, 有機會深入了解自己的興趣、性向及生涯目標(教育部, 2001)。最後, 更於十二年國教推動時, 基於「適性揚才」的理念, 「落實中學生性向探索與生涯輔導, 引導多元適性升學或就業」的目標, 藉由「落實國中教學正常化、適性輔導與品質提升」的方案, 訂出適性輔導相關措施與具體作法, 以引導學生了解自我的性向與興趣, 發展多元智能, 以能找到適合自己的進路(教育部, 2013a)。教育部為了落實國中學生生涯輔導機制, 協助教師、家長在輔導學生進行生涯規劃時有所依據, 在推動十二年國教之適性輔導計畫中亦著手編製《國中學生生涯輔導紀錄手冊》(內容如附錄一)。此輔導紀錄手冊包括了學生的成長軌跡、各項心理測驗結果、學習成果和特殊表現及生涯輔導紀錄等內容。寄望透過學校的輔導, 幫助學生在進行進路規劃時能有更清晰、明確的步驟和方式。黃怡潔(2014)透過問卷調查新竹縣國中九年級學生在填寫《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的狀況時, 發現協助手冊填寫的主責教師超過 70%是輔導老師, 顯見在國中教育現場, 大多期待由輔導老師協助學生完成手冊的紀錄。在一項針對國中實施適性輔導的研究中發現, 有家長反應學生回家詢問並填寫《國中學生生涯輔導紀錄手冊》中有關「職業與我」之內容時, 並不清楚為何要進行此「作業」? 並且從家長自述的歷程中可以發現「努力完成每一份孩子帶回去的作業以免孩子受罰」是臺灣家長的習性(許瑛珺, 2012)。在大多數的情況下, 學生在填寫手冊如果沒有獲得適時的引導, 他們將因不知為何而寫, 或將手冊的紀錄視為一份「作業」草草完成、敷衍了事。因此, 如果家長、學生以及老師都是以同樣的心態來完成《國中學生生涯輔導紀錄手冊》, 將會喪失協助學生生涯探索之原意。

研究者希望能依據十二年國教的精神, 落實生涯發展教育的理念, 將《國中學生生涯輔導紀錄手冊》結合生涯輔導課程的設計, 再將課程發展中的心得與省思進行整理與紀錄, 以協助學生進行生涯的自我探索, 並將生涯發展的概念結合於生活各項層面, 也有助於孩子在進行生涯抉擇的時候, 能與家長一同藉由個人的特質、興趣與能力, 進行生涯進路的討論。

貳、探討生涯輔導課程的對學生的影響

根據 Super(1953)的說法, 國中階段的學生逐漸了解工作的意義和目的, 認

知到工作所需要的條件與訓練。並且開始考慮個人興趣、需求、能力與機會等，以能作出生涯暫時性的決定，也比較能想像自己從事於某種職業的樣子。而生涯輔導是在幫助學生蒐集、統整各種資訊(包含對自我概念的資訊、對環境認識的資訊、對資源獲得的資訊等)，以利生涯目標的設立與決定；但是有時候因為學生的態度認定，覺得自己不需要這些相關的資訊，而忽略自我探索的重要性。因此，教師必須透過各種方式，協助學生體認生涯探索背後的原因與意義。生涯輔導是輔導老師的本職，在現有的教育環境中，輔導老師們也幾乎都有意願從事這樣的教學，透過課程協助學生了解生涯的意義，並啟發學生探索自我的意願，再結合相關測驗，將有助於輔導老師以系統的概念整理學生的生涯探索結果，並進一步帶領學生參考、運用於生涯抉擇。

生涯發展教育在研究者任教的學校，一直被視為重點教育之一，從早期編寫「生涯探索手冊」、「生活化學習手冊」，幫助一般學科教師在推動生涯發展教育能有所參考與依據。到後來發現學生才是適性輔導工作中的主角，如果學生參與度低、被動又不積極，推動可能有障礙、成效必然深受影響。因此 2003 年開始編製校本位的生涯檔案(內容如附錄二)，將生涯概念融入至學生的各項學習活動、家庭生活及休閒生活之中，讓學生透過持續記錄自己的國中生活，持之以恆的自我探索，並且思考各項活動或表現對自我生涯規劃的意義。除此之外，綜合活動領域內的輔導活動科三年一貫的生涯輔導課程，更是旨在協助學生認識生涯的概念、培養生涯探索的意願及行動；並且因應十二年國教《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，進一步思考如何結合手冊與課程，透過課程的進行，協助學生進行探索與紀錄；甚至回應學生升學的需求，在九年級運用生涯諮商的輔導方式，協助需要「個別進路輔導」的學生進行生涯統整與進路抉擇。

然而，在一項了解國中教師對擴大高中職及五專免試入學政策之看法與態度的研究中提到：國中教師認為學校行政大致已配合擴大高中職及五專免試入學的實施，但不認為學校所提供給學生性向探索的課程，達到足夠的質與量(李靜瓊，2012)。因而帶給研究者對於實施多年的生涯輔導課程進一步的反思，期待了解課程的實施是否真的有助提升學生生涯自我探索的效果。

正因為生涯輔導課程行之有年，加上課程的目的，不是讓學生一味接受生涯概念的內容，僅僅了解生涯發展的意義，而是能進一步回歸個人的吸收與消化，

，研究者期待透過研究的進行，整理並分析學生在生涯輔導課程自我探索的歷程及發現，以了解課程帶給學生的影響為何。

綜上所述，研究者期盼運用教育部設計之《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，透過生涯輔導課程的設計，協助學生統整相關資訊並從課程活動中探索自己，以協助學生學習運用生涯規劃的概念，為自己設立生涯發展的目標，並進一步能做出適合的生涯抉擇。本研究的實施對生涯輔導課程在教學現場的實施極具意義。一來，透過課程的設計有助於教育政策在學校教育中的落實；二來，亦能了解課程實施對帶給學生的影響，其中並透過教學行動的設計及實踐，持續修正課程的內容與進行的方式。

第二節 研究目的與待答問題

綜上所述，基於生涯輔導對國中學生的重要性，並呼應十二年國教適性輔導的精神，本研究以結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，設計生涯輔導課程，並透過生涯輔導課程的實施，協助學生從課程中進行自我探索，以達到生涯覺察及生涯探索為目的。茲將具體研究目的與待答問題列於其下：

壹、研究目的

基於上述研究動機，本研究之研究目的為：

- 一、發展結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的「我的人生方向盤」生涯探索課程模組。
- 二、提出如何運用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》於「我的人生方向盤」課程，以做為實務工作之參考。

貳、待答問題

根據以上的研究目的，本研究待答問題如下：

- 一、「我的人生方向盤」生涯探索課程對學生生涯自我探索的歷程與助益為何？
- 二、針對「我的人生方向盤」課程運用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，在課程設計及教學實施的歷程，產生的經驗及提出的建議為何？

茲將本研究所欲探討之重要名詞，分別界定與說明，所列如下：

壹、國中學生

「國中生」意指就讀於國民中學之學生，年齡約在 12 到 15 歲之間者。本研究所指之國中生，係為 103 學年度就讀於臺北市立某國中九年級學生，共三班。

貳、生涯輔導課程

依據「國民中小學九年一貫課程綱要」裡的「生涯發展教育」重大議題，學校生涯發展教育在使學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇。而十二年國教訂定「3-1 國中與高中職學生生涯輔導實施」之配套方案裡所指的生涯輔導，期望透過生涯輔導課程與活動，協助國中學生了解生涯發展的意義、探索與認識自我、認識教育及職業環境、培養生涯規劃與決策能力以及進行生涯準備與生涯發展。

本研究之生涯輔導課程，係結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的內容，發展出「我的人生方向盤」課程模組。此課程模組旨在協助學生了解自己的特質、能力及興趣，以期能進行生涯初步統整與生涯目標的設定；並且透過檢視七、八年級的學期成績，分析個人學習表現的優劣勢及原因，並配合現行升學制度，評估有利的入學方式、選擇適合自己的升學進路。就《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的運用方面，則是在「我的生涯舞台」單元裡以學習單運用「自我認識」及「生涯統整面面觀」的內容；而「我的學習表現」則是在「學習，操之在我」的單元中，讓學生完成自我省思的內容。

參、生涯自我探索

生涯發展與規劃必須奠基在個人對自己足夠的認識與了解(張添洲, 1993)。就 Super 的生涯發展階段的觀點，國中學生在成長期階段會經由與重要他人的認同發展自我概念；然後於探索期階段透過在學校學習、休閒活動等經驗中，進行自我探索。因此，學校生涯輔導課程應該協助學生加強自我認識和自我覺察的能力，以增進其自我了解(吳芝儀, 2000)。

本研究之生涯自我探索是從 Super 的生涯發展階段與任務的概念出發(Super, 1953)，立基於 Swain 的生涯金三角為理論基礎(Swain, 1984)，配合 Holland

生涯類型論的內容(Holland, 1997), 使學生依據過去經驗, 探索個人的特質、能力及興趣, 並從中思索未來的生涯方向及目標。再進一步藉由分析學習的優劣勢及原因, 省思與個人的特質、能力及興趣的關係何在。

第四節 研究範圍與限制

本研究的範圍與限制如下:

壹、研究範圍

本研究以研究者任教之臺北市立某國中九年級三個班學生為研究對象, 此三個班級從八年級起由研究者開始教授輔導活動課, 九年級繼續任教。總共有男生 53 名, 女生 37 名, 共 90 人。

貳、研究限制

囿於研究的時間以及人力, 本研究所面臨的限制如下:

一、研究對象方面

在研究對象的選取方面, 以研究者任課班級為主, 為進一步了解課程前後學生在填寫《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的內容之差異, 選擇八年級開始由研究者接手、九年級繼續任教之班級。受限於主要研究對象僅限於研究者所任教之班級學生, 故研究結果是否適宜未配合輔導活動課實施之學生, 則有待進一步研究之考證。

二、研究內容方面

本研究「我的人生方向盤」課程模組是基於生涯輔導相關理論, 結合十二年國教設計之《國中學生生涯輔導手冊》進行設計, 並針對九年級學生的生涯需求及現況來調整教學目標, 因此若要改以其他領域(科目)進行教學, 或是實施於其他年級之學生, 則需將課程目標與內容做適度之調整, 且成效上亦有待檢核。三、研究實施方面

為了深度了解「我的人生方向盤」課程模組對學生生涯自我探索的歷程, 須詳實觀察並記錄學生上課參與的反應、學習單填寫的內容, 因此決定以課程教學後的學習單及心得等文件進行分析; 同時, 透過回饋問卷的調查, 及學生升學志願選擇的檢視, 以便進行課程實施成效的探討。如欲以其他執行方式, 則仍需再進行相關研究做探討。

四、研究人員方面

因研究場域之輔導活動課程皆由專業輔導教師任教，故研究者不僅具備國中輔導活動教學之專長，有豐富的生涯輔導課程教學經驗，能依教學需要進行相關導引，並視教學現況進行反思與調整。且研究者擔任研究對象之主責輔導教師，與研究對象之間建立足夠之信任感，且對於研究對象亦有相當程度的熟悉與了解。因此若由非輔導活動專長之教師進行教學，宜進一步評估其教學成效。

第二章 文獻探討

本章將針對相關文獻進行探討，第一節為國中學生生涯輔導之探究；第二節為國中生生涯輔導課程實施現況；第三節為十二年國教政策內涵與研究。

第一節 國中學生生涯輔導之探究

由於時代的進步與社會的變遷，20世紀後期開始，接受教育不再是少數社會菁英或優勢階級所獨享的權力，而被視為基本人權之一(教育部，2013a)。隨著國家經濟發展的進步，國民接受基本教育的年限也逐漸延後，國民教育的延長，不僅可以提升國民的基本能力，促進教育機會的均等，更能進而提升國民的素質和國家的競爭力(周祝瑛，2009)。因此，我國的教育政策亦逐步規劃延長受教育的年限，以提升國民的素養。經過長期討論與研究，社會各界已形成推動十二年國民基本教育的共識(教育部，2013a)。

臺灣教育邁入十二年國教的新紀元，乍看之下，似乎面臨一大變革。然而，就國中畢業生而言，不論是九年義務教育還是十二年國教，均須面對「升學高中或高職」的選擇。對他們而言，仍是處於生涯抉擇的十字路口，能否做出合適抉擇的壓力並沒有因此而消失。要升讀高中或職校？要用何種方式入學？進入哪所學校？這些問題依然需要學子與家長費心思量(王玉珍、吳麗琴，2009)。因此，落實國中學生生涯輔導，協助學生進行自我探索與自我認同，並且培養生涯規劃與自我實踐的能力，更是當務之急(徐昊杲、蔡宜穎，2012)。

壹、生涯輔導的定義、內涵與目標

我國的學校生涯輔導工作，主要始自1968年的九年國民義務教育。當時國中學生畢業後的就業問題，成為生涯輔導工作的主要重點。自2004年起，教育部配合技藝教育改革方案的實施，在正式課程之外全面辦理國中技藝教育學程。

藉此技藝教育，讓學生有機會藉由國中與職業學校之間的合作學習一技之長。隨著近年來學校教育的發達，國中甚至高中職畢業學生直接投入就業市場的比例降低，因而狹隘的就業管理逐漸被「生涯發展及進路選擇」所取代(田秀蘭，2012)。

一、生涯輔導的涵義

生涯輔導是一種人對人的服務，其基本條件是整個社會或文化成熟到了具備「對人的尊重」之前提，人之為人的權利是否受到重視，是生涯輔導能否在一個文化中落地生根的一項重要指標(金樹人，2011)。

(一)生涯輔導的定義

林幸台(1987)定義所謂的「生涯輔導」,係指一套有系統的輔導計劃,在輔導人員協助下,引導個人探究、統整並運用下述內涵有關的知識、經驗及價值評鑑的結果:(1)自我瞭解;(2)工作世界及其它有關影響因素(如工作者的態度與訓練);(3)休閒時間與活動對個人生活的影響與重要性;(4)生涯計劃中必須考慮的各種因素;(5)在工作與休閒中達成自我實現所必須具備的條件。林蔚芳(1990)指出上述這些內容在傳統的職業發展觀念中是不存在的,然而隨著時代的變遷,自我的發展,在個人的生涯發展歷程中佔有愈來愈重要的份量,生涯輔導的內涵也逐漸擴大而含涉個人整體生活的發展。田秀蘭(2012)認為以中學青少年而言,廣義的生涯輔導工作可以協助學生在學習及生活角色上發揮其潛能,讓自己在青少年階段能透過學校教育讓個人得到適性的發展,潛能得以發揮,以為個人的未來做最佳的準備。(二)生涯輔導的內涵

田秀蘭(2012)認為中學生的生涯輔導工作,其內涵大致包括認識自我、認識工作世界(高中職及大學科系)、以及針對自我與工作世界之間的配合作成適當的抉擇等三大部分。林蔚芳(2012)則指出自我探索與抉擇能力是國中生自覺最需要的生涯輔導內涵,此亦為學生在瞬息萬變的世界中,生涯抉擇之所依。教育部在十二年國教配套方案中,以國中及高中職教育階段的學生為實施對象,列出生涯輔導之內涵應包括以下五大項(教育部,2013d):(1)了解生涯發展的意義;(2)探索與認識自我;(3)認識教育與職業環境;(4)培養生涯規劃與決策能力;(5)進行生涯準備與生涯發展。

二、生涯輔導的目標

以美國賓州為例,他們對國中階段學生訂定其生涯輔導的目標包括以下幾點(Herr & Cramer, 1996):(1)知道個人目標的成就與其積極的工作及學習態度是有密切關係的;(2)藉由升學或就業的準備,以了解生涯計畫的過程,並體會出改變是個人成熟及因應社會需求的結果;(3)覺察到完成未來的生涯目標之前應完成某一程度的教育訓練;(4)了解到個人興趣、價值觀念、成就、及能力對未來職業選擇的影響;(5)知道非傳統性職業可以擴展自己的生涯選擇機會,同時也了解一位雇主對其員工的期望;(6)學習由配合自己興趣的娛樂活動中滿足自己的需求;(7)了解追求一份工作個人應具備的資格;(8)了解就業資訊,並知道如何申請一份工作;(9)知道社區中有哪些訓練可以增進自己的就業機會;

(10)了解目前所學科目與將來就業或繼續升學之間的關係;(11)知道未來在升學或就業方面有哪些選擇並知道應如何做準備;(12)了解從事非傳統性職業可能要面臨的挑戰、適應及收穫;(13)了解就業市場的發展趨勢;(14)了解影響個人工作表現及成就的因素。

國內學者則有林蔚芳(2014)提出,生涯輔導的目的在協助個體尋找並建構屬於自己獨特生活型態的方式,培養個體的自主性,以促進其生涯發展。田秀蘭(2001)也認為,若以傳統的生涯輔導理論為基礎,做進一步的衍伸,國中學生的生涯輔導目標應涵蓋對自己的認識、對工作世界的認識、以及對決定能力及規劃技巧的學習等三大類。

對國中學生而言,生涯輔導的目標亦應探索和檢驗個人對自我、他人和生涯機會的態度和資訊,因此國中階段學生生涯輔導也應導入:(1)檢視和修正生涯抱負;(2)維持動機;(3)檢證個人對社會現實和體能實況的知識;(4)學習和同儕團體合作愉快;(5)投入於學科、生涯、個人範疇的經驗和機會;(6)運用和檢證個人所習得的技能,並省察其意義;(7)習得和學科課程及生涯選擇有關的生活技能;(8)了解學科課程及未來教育選擇如何和工作之間產生連結;(9)使自我認定和自我效能感更為具體明確;(10)探索和檢證職業技能和偏好等十項目標。

並借重各種方式,如教學活動之進行、小團體輔導方案之實施、多元活動及各種資料的蒐集,協助學生探索自己,且整合其生活各項資源,發展出最可行之生涯策略,成為生涯規劃最具體、最有價值之參考指標,並用以達成生涯發展之階段性指標(教育部,2001)。

同時,在十二年國教「3-1 國中與高中職學生生涯輔導實施方案」中,也明列其目的有:(1)協助國中及高中高職學生了解生涯發展的意義、探索與認識自我、認識教育及職業環境、培養生涯規劃與決策能力以及進行生涯準備與生涯發展。(2)建構兼具彈性與支持力的環境條件,包括:政策制度、教育人員、家長社區、資訊平台等,來協助生涯輔導工作之進行。此係將生涯輔導工作分為兩大實施方向,一方面要促進學生的生涯發展,另一方面則從制度改善、資訊提供及重要他人介入等為學生提供兼具彈性與支持力的環境條件(教育部,2013d)。

三、生涯輔導的內容

如果人們想要發揮個人的生命潛能,以達成自我實現的生涯目標,那麼勢必要先學習如何充分而完整的生涯探索與規劃(曾煥琦,2004)。加拿大政策研究網(CPRN)有一項研究報告也指出:豐富的生涯輔導內容不僅可以降低學生中

輟的比率，也讓學生得以發揮自己的潛力，積極發展個人生涯。可見生涯輔導除了在預防中途輟學有所成效之外，更能引起學生學習的高度動機，為自己選擇一條合適的道路(林佳霖, 2010; 國語日報, 2008)。

小學生、中學生及大學生，因生涯發展階段有別，生涯輔導亦應配合其需要，分別規劃適切其發展的內容。「美國全國職業資訊統合委員會」(National Occupational Information Coordinating Committee)認為中學學生之生涯輔導內容應包括下列三方面的領域：(1)自我知識方面；(2)教育與職業的探索方面；(3)生涯規劃方面(引自吳芝儀, 2000, p.191)。林蔚芳(1990)也認為生涯輔導的概念已由傳統狹兼的輔業安置觀點，擴展為個人一生的生活目標、方式與發展的輔導，以在協助個人進行自我探索、生涯探索、生涯決策和生涯規劃。本研究在國中生涯輔導內容部分，茲就自「自我探索」、「生涯探索」、「生涯規劃與生涯決定」及「生涯適應的追蹤輔導」四方面進行探討：(一)自我探索

自我的認識是生涯發展與規劃的基石，也關係著生涯發展能否成功(張添洲, 1993)。由於青少年學生在社會互動的方式及社會關係，會受到生理、心理的發展和變化而影響，故應協助其探索、評估這些變化的意義和價值，並加強自我知識和自我覺察的能力，以增進自我了解(吳芝儀, 2000; Splete & Stewart, 1990)。自我探索包括對過去經驗的探索(個體自我概念形成的探索)，現在所擁有的職業興趣、能力及人格的探索，個人需求、價值、人生觀及未來期待探索等等。其目的即在協助個體覺知其自我形象，評估自身的能力、成就和興趣，了解自己的優勢與限制，進而能選擇最佳的自我實踐途徑(林蔚芳, 2014; 吳芝儀, 2000)。探索的內容包括個體對自我興趣、能力、性向、工作價值觀的了解，欲了解個體在這方面的發展，可經由：(1)適合的心理測驗；(2)由他人獲知有關的訊息；(3)與輔導老師的個別諮商；(4)團體輔導的過程等途徑達成(林蔚芳, 1990)。(二)生涯探索

生涯探索的目的在增加個體對現實工作世界的了解，包括「個人與環境關係的探索」及「資料探索」兩方面。個人與環境關係的訊息來源包括對社會、經濟發展的了解，可能產生的生涯阻力與助力的分析、家人或重要他人的看法等(林蔚芳, 2014)。而資料探索部分，鄭熙彥(1991)認為輔導工作中的「資料服務」

主要在供給學生或當事人有關周圍環境的資料，以增進其對環境的認識，作為教育及職業選擇的依據，同時增進其職業與生活調適。

有計畫地輔導學生認識社會環境、工作世界，是青少年生涯輔導中很重要的一項工作，學校可以透過輔導學生閱讀刊物、資料；或是邀請專業人士進行職業演講、座談，帶領學生參觀職場等活動來進行(林蔚芳, 1990)。綜上所言，生涯探索包括對社會環境、經濟狀況及工作世界的探索、從中認識自己的生涯阻力與助力，並且探詢家人或重要他人的看法，透過對職業、教育、社會、生活等資料的蒐集與統整，以增進個體對自我與環境間關係的認知。(三)生涯規劃與生涯決定

生涯規劃是「個人有意識的覺察到自己的生活型態」，頓悟了「是自己決定自己的生活」，並且在「貼近自己」的狀態之下，看到了真正的自己與需求，在生命裡自然而然開展出來的行動力量(曾惠貞, 2004)。而生涯決定則是生涯發展歷程中非常重要的一個過程。在個體發展的過程中，無時無刻要為大大小小的事做決定，有些決定影響不大，有些決定卻影響深遠。由於對未來的不可知，有關生涯範疇的決定，常令人不知如何著手。因此培養學生生涯決定的能力，也是生涯發展輔導中重要的一環(林蔚芳, 1990)

「生涯規劃與生涯決定」的輔導層次在於協助學生「培養因應變化的調適能力以拓展生涯發展自信」，而生涯決定的過程即在企圖將外界資訊與個人的標準有系統地進行分析、判斷與整合的過程(林蔚芳, 2012)。然而，輔導學生擬定生涯計劃，首在建立其對生涯計劃正確、合理的觀念。因此，在協助學生進行計劃擬定與目標決策的時候，亦應協助其省察自己是否無形中產生了 Lewis 與 Gilhousen(1981)所提出的三個生涯發展所存有的迷思：(1)人們應有一套清晰、長期的生涯計劃，而興趣測驗等可以幫助我們確定自己適合做什麼。(2)如果我現在延遲做決定，以後可能會做出更好的決定。(3)一旦立定計畫就要勇往直前，按照計畫執行，不容許失敗或改變。

(四)生涯適應的追蹤輔導

隨著國中畢業學生升讀高中、高職的比率大幅提升之後，在國中階段的最後一年，其生涯輔導的重心也移至升學輔導為主。加上十二年國教的實施，如何做出適才適性的選擇，逐漸為大眾所重視。許多家長十分關心，甚至介入孩子的升學選擇，但是在莘莘學子完成升學生涯抉擇之後，對抉擇之後所面臨的生涯適應與挑戰卻鮮少予以關注(王玉珍、吳麗琴, 2009)。

「生涯適應」的概念可由Dawis 與 Lofquist(1984)提出的工作適應理論(Work Adjustment Theory)加以了解，該理論指出個體的價值與需求和工作環境場域的

其表現感到滿意(satisfactoriness)，進而達到良好的工作適應。以此推論，國中畢業生在進入高中職就讀之後，如果個人對於該階段的學校或學習感到滿足並適應良好的話，那麼在學校中的學習成就、師生關係、同儕互動也將有良好的表現。

追蹤輔導的目的即在了解學生在進入下一個生涯階段之後的滿意程度、適應狀況，並進一步協助其了解未來可能遇見的困難，同時做為評估及修正生涯輔導方式的訊息來源(林蔚芳, 2014)。而令人滿意的生涯選擇不見得在決定的當下即能感受到滿足感，而是在決定之後能夠適應這個抉擇，並且不會後悔。王玉珍與吳麗琴(2009)在「大一生回顧升學生涯抉擇與生涯適應之脈絡相互影響模式探究」中發現：升高中的抉擇與適應經驗將影響其升大學時的決定，而大學的決定經驗，又會影響抉擇後的適應。可見，國中的升學決定經驗，會影響其高中畢業時如何抉擇大學與科系；而進入高中之後的適應，也隱約影響了大學入學的適應能力。兩階段抉擇與適應的歷程可說是學習經驗的不斷累積。可見生涯輔導不僅止於生涯決策的完成，更要進一步提升學生對下一階段的適應能力，並幫助學生從適應的過程中，萃取積極正面的經驗與學習。

綜上所述，在現今科技發達、知識爆炸的時代，國中學生首要學習的就是經由自我探索而發現自身的條件，再透過生涯探索對升學與就業的各項資訊進行了解，以作為個人生涯規劃與生涯決策的參考依據。沒有人不希望能夠完全掌握自己的未來，然而未來卻受到無數的變數影響，即使是多麼仔細地計畫或考慮，總是無可避免地會遇到變化或風險。因此，培養因應變化的調適能力，也是使學生能拓展生涯發展信心的重要能力。在學校實施的生涯輔導，也不應狹隘而短淺的侷限在「升學進路輔導」，而是引導學生能夠長時間、深入地探索自己與體驗生命的學習歷程，讓生涯計畫成為個人生涯發展的指引而非限制，將能更有效地掌握自己的生涯發展。

貳、從生涯發展教育看生涯輔導

生涯發展是一個由出生到終老、持續不斷的歷程，隨年齡、身心發展而有所不同，個體在此歷程中，將逐漸發展出獨特的生活方式，以因應社會環境的變遷。生涯教育(career education)是由曾任美國教育署長的 Marland 博士於 1971 年所提出的教改理念，他定義生涯教育是「為全民而非部分人民的教育，是從義務教育開始，延伸到高等及繼續教育的整個過程。它教育下一代在心理上、職業上及

社會上的平衡與成熟的發展，使每一個國民成為自我認知、自我實現及自覺有用的人。」自此生涯教育普受世界各國教育界重視(楊荊生, 2004)。教育部於 1998 年 9 月 30 日公布「國民教育階段九年一貫課程總綱綱要」，確定「生涯規劃與終身學習」為國民十大基本能力之一。並於當年 10 月 17 日召開「九年一貫課程分科綱要小組召集人聯席會」，決議將生涯發展議題增為重要 議題之一，並確認國小至國中學生所應具備之生涯發展核心能力及融入各學習領 域課程之方式(教育部, 2012d)，協助學生做好自我覺察、生涯覺察以及生涯探 索與進路選擇之工作，並達成適性選擇、適性準備與適性發展之生涯目標，讓孩 子在學習與成長的歷程中可以發揮自我潛能並自我實踐，進而創造有價值的人生(徐昊杲、蔡宜穎, 2012)。

教育部在十二年國教所推動的六大目標中，也強調多元適性發展的重要性，故落實生涯發展教育更是重點任務。藉由生涯發展教育的推動，給予學生生涯輔導，幫助學生面對未來在生涯與升學上的抉擇(教育部, 2012c)。因此，在規劃十二年國教各執行方案時，期望透過「3-1 國中與高中職學生生涯輔導實施方案」協助學生了解生涯發展的意義、探索與認識自我、認識教育及職業環境、培養生涯規劃與決策能力以及進行生涯準備與生涯發展；並且，建構兼具彈性與支持力的環境條件，以協助生涯輔導工作之進行(教育部, 2013d)。一、

生涯發展教育的意義

教育的目的在於開發個人的生命潛能，達到實現自我的目的。因此，須有完整的生涯探索規劃，而學校教師所扮演的角色便是帶領學生進行探索的引導者，幫助學生充分了解自我性向及各種升學就業的資訊，提升自我認識與自我決定的能力，並尊重其對未來生涯發展所做的抉擇，方能協助學生規劃適性的生涯發展(何美華、何文慶, 2012)。而生涯發展教育(career development education)是全民的教育，從義務教育開始延伸至高等及繼續教育的整個過程，這種教育同時具備學術及職業功能，升學及就業準備，它強調在傳統的普通教育中建立起職業價值，目標在於培養個人能夠創造有價值的人生，這是發揮教育真實價值的整體構想(教育部, 2012d)。

方崇雄(2001)認為生涯教育應該從幼稚園連貫到成人階段，作為教育歷程中不可缺少的一部分。將生涯概念納入現有的學校課程中，一直被認為是協助個人生涯發展的最可行辦法，生涯教育不應只是在傳統的課程中增加一個額外的科目或單元，而應將生涯的理念融入現有的課程中。九年一貫生涯發展課程的融入，

生涯發展課程需活動化、豐富化，使學生了解自己、工作世界和兩者之間的關聯，做好生涯規劃。

顏妙玲、張瓊云(2013)說明生涯教育是用來促進學生，使其更了解自己的自我興趣、生涯興趣，進而學習生涯的規劃與抉擇，利用不同的設計課程，導入正確的生涯規劃課程，更是幫助青少年順利達成生涯發展的方法，所以學校的生涯教育工作，對青少年而言，是一項重大且必要的課題。

王意蘭(2012)認為國中生涯發展教育旨在透過各種課程、活動及輔導工作，協助學生進行自我覺察與探索、生涯探索與生涯規劃，增進其生涯抉擇能力，以適性抉擇其合適的進路。因此，在國中，生涯發展教育是提供學生探索自己與看見未來的機會，在學生心中植入一顆「生涯」的種子，帶著「生涯」的概念，開始進行探索與思考自己適合前進的方向，期待能幫助學生開展優勢與潛能，適性發展(王思惠, 2012)！

綜合上述，實施生涯發展教育，目的是希望能增進學生對自我的探索，了解自己的興趣並認識工作世界，並提升生涯覺察能力，進而發展出適合自己的生涯規劃，做出正確的生涯選擇。

二、生涯發展教育的內涵與方式

國中階段學生的生涯發展，以對自我的了解以及對工作世界的認識為主。在自我了解方面，包括清楚個人的興趣、喜好、能力、價值觀念，以及優缺點等等；在對工作世界的認識方面，以透過職業教育的探索活動，去體會教育與職業之間的關係。國中學生也應當知道如何尋找並運用職業世界的資料，以此知道國家經濟、社會發展、技術進步、與工作之間的關係(田秀蘭, 2001)。Kerka(2000)指出，在中等教育學校裡，生涯教育可以增加對學校課業與工作關聯之體認。實作上可包含一個生涯方向介紹的課程、生涯探索主題整合融入學科課程、一個主題性科際整合課程及建置「生涯發展檔案」。我國生涯發展教育是參考西方國家生涯教育的理論與內涵。課程內涵係參考 Michigan 提出的生涯發展教育組成要素之概念模式(如圖 2-1)，生涯教育的內涵包含生涯發展、生涯準備及人類需求滿足三大概念，而生涯發展包括：自我覺察與評估、生涯覺察與探索、生涯決定與規劃、職業進路安排等幾個階段；生涯準備則含括：學術、休閒生活與職業專門技能的具備；人類需求滿足指的是從幼稚園至成人階段每一個階段的任務與發展的完成及需求的滿足(教育部, 2001)。

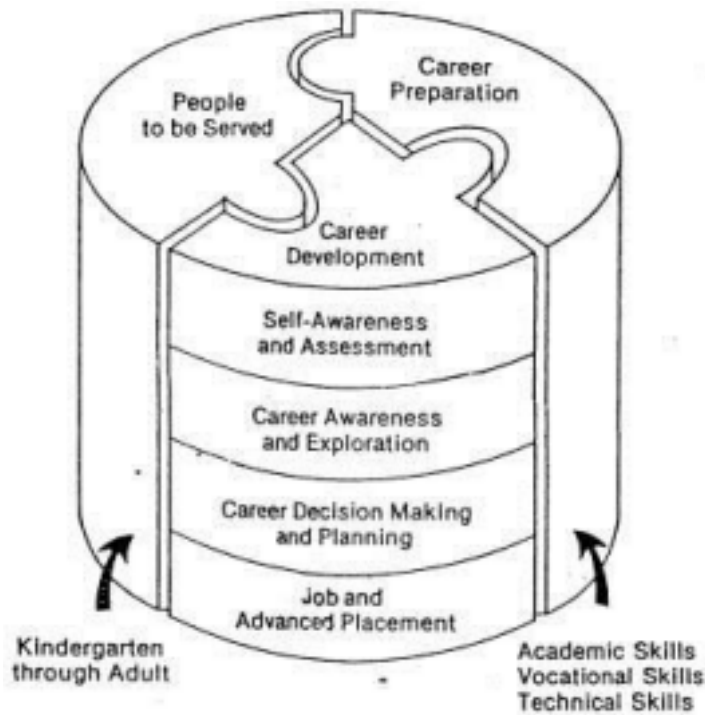


圖 2-1 生涯發展教育組成要素之概念模式

資料來源：引自教育部(2001)。生涯發展教育教學資源手冊(頁 4)。臺北市：教育部。

教育部所訂定的國中生涯發展教育的內容(2002, p.1)：「國中生涯發展教育每年都有不同的學習重點：一年級著重『自我覺察與探索』，主要在幫助同學了解自己的能力、特質、興趣、性向及價值觀，藉由自我探索過程來評估自己生涯發展的基本能力。二年級重點在『生涯覺察與試探』，協助同學認識工作世界，激發對工作世界的好奇心，增進對生涯類群及外在世界的了解；三年級則以『培養生涯規劃能力』為主，透過各項目標訂定與行動方案，來適應社會環境的變遷，並架構生涯發展適合的方向。」可見，九年一貫課程之生涯發展教育，所規劃的三大主題軸「自我覺察」、「生涯覺察」、「生涯規劃」與 Michigan 的生涯發展教育組成要素之概念模式的內涵完全契合。

此外，青少年對於生涯教育的需求，極需藉由多元的管道和資訊的蒐集來了解自我與外在世界，並學習生涯選擇與決定的方法，以提出具體可行的生涯決定(朱惠瓊, 2009)。透過課程傳遞，培養學生自我探索、生涯探索、觀察模仿、模擬概念及實作技巧等五種核心能力，進而建立正確的生涯價值觀及奠定生涯準備的基礎(孟祥仁、陳世盟、汪祖胤, 2011)。

「生涯」指出了我們生命的走向，如同茫茫大海中，當我們知道自己的依歸與方向後，我們就比較能集中精神、全力以赴。國中階段的學生，「自我探索」是其重要的發展任務，因此實施生涯發展教育，可以協助學生積極認識自己，並了解自我概念對個人成長、與他人互動及未來事業發展的影響。一方面培養對學習的積極態度，另一方面也知道如何尋找、評估、並解釋所收集到的生涯資料，提早確立自己的人生方向，進而容易專心學習，減緩青少年期的風暴程度(田秀蘭, 2001; 黃能堂、楊明惠、陳燕君, 2005)。

三、國中生涯發展教育的目標與學習內容

依據「國民中小學九年一貫課程綱要」裡的「生涯發展教育」重大議題，學校生涯發展教育在使學生注重自我覺察、生涯覺察及生涯探索與進路選擇，其目標為協助學生(教育部, 2012d)：

- (一) 了解自己，培養積極、樂觀的態度及良好的品德、價值觀。
- (二) 認識工作世界，並學習如何增進生涯發展基本能力。
- (三) 認識工作世界所需一般知能，培養獨立思考及自我反省，以擴展生涯發展信心。
- (四) 了解教育、社會及工作間的關係，學習各種開展生涯的方法與途徑。
- (五) 運用社會資源與個人潛能，培養組織、規劃生涯發展的能力，以適應社會環境的變遷。

教育部為能確實落實上述目標，九年一貫課程綱要另又架構了「生涯發展教育的重點」以及「生涯發展教育能力指標」，供教師訂定教學目標與教學方向。各分段指標如表 2-1 所示：

根據表 2-1 之分段能力指標，教育部(2012d)亦訂定國中生生涯發展教育之學習內容。與本研究較有相關之能力指標及其內容詳述如下：1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質：

學習目標在：(1)能了解各學科與自己的興趣、性向、價值觀及人格特質之間的關係；(2)思考興趣、性向、價值觀及人格特質對自己生涯的影響。學習主題有「自己的興趣」、「自己的性向」、「自己的價值觀」及「自己的人格特質」。

學習內容以透過量表、測驗、家庭訪問或觀察等方式，協助學生了解自己的興趣、性向、人格特質、價值觀並能接納自己。

表 2-1 生涯發展教育分段能力指標對照表

| | 第一階段(1-2 年級) | 第二階段(3-6 年級) | 第三階段(7-9 年級) |
|----------|--------------|-----------------------------|-------------------------------|
| (1)自我 覺察 | | 1-1-1 養成良好的個人 習意義及社會的 重要性。 | 2-3-3 了解社會發展階段 慣與態度。 |
| (2)生涯 覺察 | | 1-1-2 認識自己的長處 及作的態度。 | 2-2-5 培養對不同類型 工與工作間 的關係。 |
| | | 優點。 | 3-2-1 培養規劃及運用 時 |
| | | 2-1-1 培養互助合作的 生間的能力。 | 3-2-2 學習如何解決問 題 |
| | | 活態度。 | 3-2-2 學習如何解決問 題 |
| | | 1-2-1 培養自己的興趣 、 及做決定。 | 3-3-1 培養正確工作態度 及價值觀。 |
| | | 能力。 | 3-3-2 學習如 何尋找並運用工作世 界的 資料。 |
| | | 2-2-1 培養良好的人際 互 動能力。 | 3-3-3 培養解決生涯問題 及做決定 的能力。 |
| (3)生涯 探索 | | 2-2-2 激發對工作世界 的 好奇心。 | 2-3-1 認識工作世界的類 型及其內 涵。 |
| 與進 | | 2-2-3 認識不同類型工 作 內容。 | 2-3-2 了解自己的興趣、 性向、價 值觀及人格特 質。 |
| 路選擇 | | 2-2-4 了解工作對個人 的 質所適合發展 的方向。 | 3-3-4 了解教育及進路選 擇與工作 間的關係。 |
| | | | 3-3-5 發展規劃生涯的能 力。 |

註:a-b-c, 首碼代表核心能力序號;次碼代表階段序號;第三碼則代表流水號。引自教育部(2012d)。推動生涯發展教育工作手冊(頁 173)。臺北市:教育部。

2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵:

學習目標在:(1)了解工作世界的類型;(2)了解不同工作類型間的差異。學習主題有「工作世界的類型」和「各工作類型的內涵」。學習內容在讓學生了解工作世界就是職業世界,職業世界是由各種不同職業分工而成,各職業類型因工作性質的不同而有不同的教育條件、能力條件等要求。不同的職業類別間,有著不同的工作型態、工作類型,即使是在同一個職業類別裡,也存有不同的工作類型。而不同的工作類型所需的能力有差異之外,工作環境、工作性質與工作待遇也不同。

2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向:學習目標在:(1)認識各行業的工作性質與內涵;(2)了解從事不同行業所需要的興趣、性向、價值觀及人格特質;(3)了解自己適合發展的行業。學習主題有「各行業的工作性質與內涵」、「各行業所需要的興趣、性向、價值觀及人格特質」、「未來可能發展的生涯方向」。學習內容以讓學生能了解各行業的工作

性質與內涵及工作價值觀為主,因為工作價值觀是影響個人工作抉擇或工作判斷的參考指標。並且使學生從不同的行業所需,藉以了解自己的人格特質,在個體外顯行為背後形成個體獨具之人格結構的特徵,例如:內向、外向、活潑、體貼等都是,選擇自己適合的發展方向。

3-3-4 了解教育及進路選擇與工作間的關係：

學習目標在：(1)了解不同行業所需要的學歷與能力；(2)了解不同行業的工作內涵；(3)了解不同的升學管道、進路選擇與進階發展。學習主題在認識「各行各業的工作內涵」、「各行各業的人才需求」以及「升學管道」。學習內容讓學生以討論、資料蒐集或閱讀等方式，了解個人接受教育的機運或境遇。例如國中生畢業後接受教育的機會有高中、高職、綜合高中、五專等，每種機會的受教過程與結果各有異同。選擇不同的教育機會，可能會影響未來的工作選擇；而不同的工作類型，可能也需要接受不同的教育機會。亦讓學生能對後續的教育或就業作出自我的選擇。例如可以選擇繼續升學或就業，而升學進路又可分為選擇就讀高中、高職或五專，高中的教育特性主要在培養後續學術研究的基礎能力，而高職的教育特性則在養成基礎各行各業的技術能力；就業則可分為選擇不同產業別的工作，不同的進路選擇，也可能代表未來不同的工作生涯。

3-3-5 發展規劃生涯的能力：

學習目標在：(1)了解生涯規劃的重要性；(2)能關心自己的進路發展。學習主題在了解「生涯規劃的影響因素」，及分析「國中生的各種進路管道」。學習內容藉由生涯規劃課程設計或各種個人心理測驗量表，讓學生了解：(1)自己的現況與潛能；(2)生活背景與重要他人的想法；(3)職業世界的訊息，嘗試構思

一個自己未來可能發展的方向，並擬訂長、中、短程的具體目標與策略。並且透過課程分析各種進路管道，協助學生了解以國中階段而言，生涯發展的發展重點為了解自己的興趣、性向等個人特質，以做好生涯規劃的準備。並培養學生對後續的教育或就業作出自我的選擇判斷。例如選擇繼續升學或就業，而升學進路又可分為選擇就讀高中、高職或五專，就業則可分為選擇不同產業別的工作，不同的進路選擇，也可能代表未來不同的工作生涯。

生涯發展教育在國民義務教育階段雖以重大議題的方式呈現，但卻是人人都需面對的問題。因此，生涯教育不應只是在傳統的課程中，增加一個額外的項目，而應將生涯的理念融入現有的課程中；藉由融入各領域教學的策略，希望各領域教師正視生涯發展教育之重要性。而各學習領域除了透過主題或融入教學的方式

融入生涯發展教育之內涵之外，亦可就學科屬性，在教學的歷程中適時、適切地介紹相關職業之特性、工作環境與能力需求等，並透過學科之學習，仔細觀察學生之興趣、性向與能力，鼓勵學生依自己的興趣、性向與能力，做好適性選擇、適

性準備與適性發展之工作(方崇雄、周麗玉, 2003;教育部, 2012d)。

參、國中生涯輔導的實施與分析

嚴長壽先生曾說:「如果以主流價值用考試決定能力高下的標準來看, 那他 就是一個失敗者。」如何改變考試定終身的傳統觀念, 讓家長與孩子形成共同進 行生涯規劃的夥伴關係;如何讓家長積極參與學校適性輔導的工作, 改變窄化已 久的傳統升學觀念;如何增加學生對於自我能力與職場適配度的探索與相關知能 的培養, 都是現階段生涯輔導工作推動時須面對的重要課題(郭政源, 2012)。一、國中生涯輔導實施方式與策略

由於生涯輔導的內容相當廣泛, 為確實達到輔導效果, 需要依據輔導的對象 與目標擬定計劃, 並運用不同的輔導策略。田秀蘭(2012)認為, 生涯輔導可以 透過結構化的課程、小團體、生涯主題工作坊、資訊的提供, 以及個別的指導等 方法實施。以下就國中常見的四種生涯輔導策略進行探討。

(一)課程安排:

生涯輔導注重個體的發展, 著重協助個體達成每個階段的發展任務。因此, 將生涯的概念及生涯輔導理論融入課程中, 或依生涯輔導的目標設計相關課程, 都是極佳的生涯輔導實施方法(林蔚芳, 2014)。

生涯輔導課程需有設計理念, 且需符合個體的發展階段。國中階段重視自我 探索及生涯探索。在課程中安排各種探索活動, 協助學生學習如何為自己的生涯 進行規劃, 並且培養學生具備生涯適應的能力(金樹人, 2011; Altkinson & Murrell, 1988)。

以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 生在國中三年裡都有機會接觸生涯方面的知識, 也比較能達成生涯發展方面的 任 務, 也就是說生涯成熟的程度會比較高;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 行方面阻力也可以減少(田秀蘭, 2001)。

(二)生涯團體:

Hoyt(1955)認為, 生涯輔導以團體的形式出現, 功效不遜於個別諮商。生涯

團體的形式又分為「生涯團體輔導」(career group guidance)及「生涯團體諮商」(career group counseling)兩種，具有不同的團體結構與歷程。前者主題由領導員決定，注重知識或訊息的傳遞，內容固定，多為單向的溝通；後者則強調成員之間情緒與經驗的交流，透過互動的方式，彼此學習與成長。生涯團體的功能大致上包括有：(1)資訊的傳遞；(2)情緒的抒解；(3)社會技能的提升；(4)對未來的希望彼此感染；(5)諮商的作用。生涯團體的人數以十人上下為佳，而透過小團體的方式進行生涯輔導，成員彼此間有較多的機會作經驗上的分享，學習效果自然不同於一般班級性的生涯輔導課程(田秀蘭，2001；金樹人，2011)。(三)個別諮商：

「生涯諮商」是針對個人問題與需求，作一對一的討論，特別在處理個人與生涯選擇、發展、適應有關困擾的問題(田秀蘭，2001；Herr, Cramer, & Niles, 2004)。國際生涯發展學會於1988年所公佈之生涯諮商定義是指：具有專業資格的人，對其他人提供一些活動，以協助其解決與生涯發展有關的困擾或衝突(引自金樹人，2011, p.42-43)。

就國際生涯發展學會的定義來看，諮商的重點特別指向個人的生涯難題。然而，也有學者指出，在生涯諮商的歷程中，當事人必須不斷澄清自己的價值，重新評估生活目標，並且學習新的人際關係，增加個人的自信心(Crites, 1981；Yost & Corbishley, 1987)。而國中學生的生涯諮商，常見的議題包含：自我概念、生涯目標、學習方法、親子關係與升學輔導等。因此，金樹人(2011)認為，生涯諮商的焦點不僅在增進生涯發展，也在增進個人發展(personal development)。(四)生涯資訊的提供：

在協助學生生涯探索的過程中，需要大量、正確的資訊來幫助他們作決定，因此，資訊的提供也成為生涯輔導中很重要的一部分(林蔚芳，2014)。獲得資訊的方式，主要有以下三種：

1、心理測驗：

目前用於國中學生生涯輔導的心理測驗，包括興趣測驗、性向或能力測驗、工作價值觀測驗，及人格特質測驗等等(田秀蘭，2001)。

2、書面及媒體資料

通常是在輔導室闢一個資料展示區，蒐集來自政府部門、民間出版機構所出

版之職業簡介，或是各高中、高職、五專所提供的學校介紹，提供學生借閱。在華人的教育環境，當學生主動尋求輔導老師的協助時，仍有被貼上標籤的擔心，資訊提供的服務可以減少這種心理壓力(金樹人，2011)。

3、電腦輔助系統

透過電腦輔助的運用，可以迅速提供適切有效的生涯資訊，學生也能藉由直接在電腦操作的方式中，評量自己的興趣、能力、價值與人格特質；電腦輔助生涯輔導不僅可以立即顯示個人特質的評量結果，並可進一步依據個人特質傾向找

尋最符合個人需求條件的生涯資訊(吳芝儀, 2000)。目前運用電腦輔導系統所設計的心理測驗，有國立臺灣師範大學心理與教育測驗研究發展中心所研發的「適性化職涯性向測驗」及「情境式職涯興趣測驗」；而行政院勞委會委託中國測驗學會編製的「我喜歡做的事」興趣測驗，也從早期的紙本施測，改變為可以在網路進行施測及分析結果。

除此之外，十二年國教在選填志願的操作方式中，不論是免試入學或特色招生，皆擺脫傳統紙本填寫的方法，改以網路選填的模式。臺北市也將教育部編製的《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，設計為電子化的資訊平台，以「生涯領航儀 表板」線上填寫系統呈現。

二、國中生涯輔導相關研究

我國從 1968 年實施九年國民義務教育以後，學校生涯輔導工作也隨之展開(田秀蘭, 2012)。國中生涯輔導實施的方式既多元又彈性，關於生涯輔導的研究也不可勝數。研究者整理近十年內有關國中生涯輔導的研究論文，挑選與本論文較為相關的研究，羅列如下：

(一)以課程安排實施：

陳怡蕓(2007)對花蓮地區國中八年級體育班學生進行生涯輔導課程，發現課程實施後，在「生涯發展概念」與「希望感」兩者均具有顯著的效果。邱圓惠(2008)在自我探索課程對國中生自我效能及生活適應影響之研究中，也得知：自我探索課程有助於提升國中生自我效能，包括「人際效能」、「生涯效能」及「學習表現效能」層面；且能協助提升國中生生活適應，包括「自我定向」、「社會適應」、「學習適應」、「自我意識」、「工作適應」及「自我勝任」等層面。鄭玫芬(2009)在其研究中發現以生涯認知取向的生涯教育課程方案，對於增進國中學生的「生涯統整認知」、「自我認知」、「環境認知」、「生涯資訊來源認知」等方面的程度，不僅具有立即效果，亦具有延宕效果。

顏妙玲(2013)對台南市某國中七年級學生進行生涯發展課程的研究中發現：課程實施之前，學生對於生涯發展概念中，以「自我覺察」的概念最為缺乏。同時透

過研究證明透過生涯發展課程的確有助提升學生自身生涯規劃及生涯發展的能力；並建議學校可積極規劃生涯發展課程，協助學生於生涯方面的各種探索，以利學生早日確定未來的生涯規劃與生涯發展的方向。

林婷婷(2012)則是透過檢核生涯輔導課程搭配職業興趣組合卡測驗的實施效果，證實「職業興趣組合卡」測驗的實施，對低職涯認知之國中技藝教育學程學生不論是「自我覺察」、「生涯試探」或是「生涯規畫」三方面的認知，皆具有顯著提升且持續之成效。

(二)透過生涯團體進行：

林佳霖(2010)在工作場域中看見國中中輟復學生多處於生涯探索階段，且生涯發展過程經常受到害怕失敗的心態影響及有目標設定的困難，因此設計一套國中中輟復學生的生涯輔導方案，期盼能協助更多中輟復學生找到生涯方向，為其生命找到出口。

李蕙芳(2014)也針對雲林縣國中學生進行生活物件導向生涯小團體，在團體活動中，領導者幫助成員有效了解 Holland 職業類型論。且研究中得知：生活物件導向協助團體成員了解個人的特質與生涯興趣，有效協助成員了解生涯方向並提升職業認知。然而，也從研究中發現生活物件導向對於生涯定向的學生能有顯著影響；反之，對於生涯未定向者則無顯著影響。

李佳諭(2012)則針對高中女生進行「優勢取向生涯探索團體」，以了解優勢取向生涯團體對高中女生生涯議題之助益。在研究中得知：優勢取向生涯探索團體對高中女生之「幸福感」與「生涯自我效能」皆有立即輔導效果，在「生涯自我效能」亦備追蹤輔導效果。同時，由質性資料中發現：成員能覺察自己的優勢力量，並將其運用於自我、生活與生涯中；並且透過團體能提升自信心、正向情緒，進而對生涯有開展作用，並且達到增加生涯行動力的效果。

(三)介入其他資源：

丁慧汶(2014)在運用「TED」生涯故事講座介入國中學生生涯自我概念之教學實驗研究中，透過「TED」與「TEDx Taipei」生涯故事講座，導引國中學生認清自我生涯概念。並且得到：接受「生涯自我概念」課程方案的實驗組學生，在「生涯自我概念量表」的後測得分顯然高於控制組學生，並且在實驗結束後三週的追蹤測驗，顯示仍有持續性的輔導效果。此外，實驗組學生在「生涯自我概

念」各分量表生涯興趣、生涯評價、生涯調適、生涯認識、生涯抱負、生涯能力、生涯價值之後測整體分數表現皆高於控制組學生。

而徐維隆(2010)也藉由部落格輔助國中生涯發展課程的實施,並在課程中協助學生建置電子化的生涯學習檔案;從過程中探討生涯發展課程對學生生涯成熟度的影響,及網路自我效能對生涯發展課程成效之影響。研究結果顯示:生涯發展課程確能提昇學生生涯成熟度,且網路自我效能並不會影響生涯課程學習成效。此外,部落格輔助課程相較於一般課程,更能增進學習動機與同儕互動,建立電子化生涯學習檔案時也能提供更多資源與資訊。

除了上述三種方式進行的相關研究之外,也有一些探討國中學生生涯相關概念的研究,如:雷麗陵(2012)分析臺北市有參加技藝教育學生的國中生其學習滿意度(分為課程內容、教師教學、學習環境、人際關係、學習成果五個層面)與生涯自我效能(分為自我評價、蒐集資料、目標選擇、訂定計畫、解決問題五個層面)之間的相關性。陳筱婷(2013)探討可能自我在青少年良師與生涯成熟間的中介效果,並且了解有無良師及不同性別青少年在可能自我與生涯成熟度之差異;詹茗芸(2014)探討國中技藝教育學程學生學涯決策影響因素,並分析不同學生背景變項之學生對學涯決策影響因素之差異情形。

三、國中生涯輔導實施現況

現行國中之生涯輔導依據教育部 2003 年公布的國民中小學九年一貫課程綱要,共有兩大執行系統:其一,由具備專業知識之輔導教師規劃並實施生涯輔導課程,通常於綜合領域(包括輔導、童軍、家政)之輔導課程裡進行;其二,將

生涯發展教育融入各學習領域,由其他領域教師進行主題融入式教育或由學校規劃如社團活動等潛在教育(教育部, 2013d)。

另外,為了提供對技藝學習有興趣的學生,教育部在正式課程之外規劃「技藝教育學程」。針對職業性向明確、對技藝學習有興趣之學生,於九年級以選修學程方式參加技藝教育課程。透過加深職業試探教學,提供技能學習之職場經驗,使學生能在生涯發展規劃過程中,親身體驗技能行業之職場環境與特質。並且向下銜接八年級之生涯輔導,讓學生及早認識工作世界所需知能。鑑於九年一貫課程對「生涯發展教育」的重視,且時值「技藝教育改革方案」,教育部為全面輔導國中落實生涯發展教育課程,協助學生多元、適性發展,於 2001 年編印之《生涯發展教育教學資源手冊》,其內容中針對「國中生涯檔案」提供相關資訊,也成為各縣市國中在協助學生建置「生涯檔案」時主要的理念

來源及參考依據(王思惠, 2004)。此外,十二年國教的推動,為落實國中學生生涯輔導機制,教育部更著手設計《國中學生生涯輔導紀錄手冊》,透過當中的「生

涯發展規劃書」，幫助學生在進行進路規劃時有更清晰、明確的步驟和方法（顏妙玲、張瓊云，2013）。

儘管國中生涯輔導的整體規劃十分完善，可惜目前教育現場在推動生涯輔導工作時仍面臨以下四點困境：(1)升學主義對家長、學生、社會環境乃至於學校政策，仍偏重學科成績與升學，致使生涯輔導受到考試科目之排擠，僅佔學校整體課程之小部分；(2)生涯資訊(包括升學科系與職涯資訊)之彙整欠缺立即與完整的管道，且升學制度修正頻繁，造成生涯資訊正確性的混淆；(3)生涯輔導工作的推動常被誤解為是特定人員(如：輔導教師、輔導室行政人員...)的職責，忽略導師與其他教師對學生的重要影響力；(4)國中專業輔導教師人力不足，無法滿足學生對生涯諮商、升學諮詢以及參與生涯小團體的需求(教育部，2013d)。

生涯發展教育在國中的推展已超過十年的時光，卻受限於「考試分數」決定生涯的價值觀，導致多數家長、老師、學生仍是汲汲於考試科目的學習，因此生涯發展教育的推展，往往落在承辦該業務的輔導室教師身上，經常是學校辦理了多元的試探活動、輔導教師也評估了孩子適合的發展方向，卻不敵考試分數的結果、選擇高中優於高職的迷思，或是家長對於要讓孩子就讀熱門科系的一句話。換言之，生涯輔導在國中校園的推展仍有孤軍奮戰的挫敗感，家長與導師不一定認同自我探索的價值，也就不鼓勵孩子依個人興趣參與試探。畢竟在「考試分數」決定未來的時代，「試探」常意味得犧牲部分學科的學習時間(王思惠，2012)。期盼十二年國教，面對免試入學的多元性與不確定，或許正是落實生涯輔導的最好時機，畢竟如何「成就更多的孩子」正是十二年國教與生涯發展教育推展的積極目的！

肆、小結

生涯發展是個人生命歷程中不可或缺的一環。國內生涯輔導的學者們認為，對於生涯輔導的重視，是回歸教育本質的一種思考。而且透過生涯輔導的實施，不僅可以協助學生在學習及生活角色上發揮其潛能，更能經由學校教育幫助個體適性發展、發揮潛能，為未來做最佳的準備(金樹人，2004；田秀蘭，2012)。

個人對自我的認識是生涯發展與規劃的基石，關係著生涯發展能否成功。而自我探索則包括對過去經驗的探索，以了解自己的興趣、能力、性向、工作價值

觀等(張添洲，1993；吳芝儀，2000)。生涯教育就是在運用不同的設計課程，促進學生了解自己的自我興趣、生涯興趣，進而學習生涯的規劃與抉擇，(顏妙玲、張

瓊云, 2013)。

田秀蘭(2001)指出, 以課程安排進行生涯輔導, 一來可以使每個學生都有機會接觸生涯方面的知識, 較能達成生涯發展的任務。二來則是藉由正式課程實施生涯輔導, 幫助學校行政人員及任課老師接受生涯輔導對學生的重要性。

因此, 本研究藉由學校裡的正式課程—輔導活動, 進行生涯輔導課程, 以幫助學生自我探索、自我認識, 進而規劃個人未來的生涯, 並且為自己在國中階段的生涯抉擇做好準備。

第二節 國中生涯輔導課程實施現況

儘管生涯輔導的方式相當多元, 各種方式也確實能達到輔導的效果, 但是如果要有系統性又全面地引導學生自我探索並發展生涯規劃的概念, 正規的課程的確能發揮最大的功能。藉由課程的安排, 學校更能接受生涯輔導對學生的重要性; 在課程中安排各種探索活動, 再從學生在探索活動中的反應, 有助學校了解他們在生涯輔導方面的需求, 能更深入協助學生學習生涯規劃, 並培養學生生涯適應的能力(田秀蘭 2001; 金樹人, 2011)。這也是本研究採以課程實施而非生涯團體的方式進行的主因。

我國自 1968 年實施九年國民義務教育起, 於國中設置「指導活動科」起, 學生輔導工作即開始在國中紮根發展, 並於 1983 年更改名稱為「輔導活動科」。期間歷經數次的課程規劃與修訂之後, 訂定輔導活動課程三大主軸為「生活輔導」、

「學習輔導」與「生涯輔導」(教育部, 2013e)。即使 2001 年推行九一貫課程, 國中在既有的學科架構下, 將「輔導活動」、「家政教育」及「童軍教育」同時納入「綜合活動領域」, 生涯輔導仍然是綜合活動領域內持續進行的課程之一。以下就國中生涯輔導課程實施現況進行探討。

壹、課程架構與內容

我國自 1996 年開放國小自行選書的權力之後, 更於 1999 年修改國民教育法, 在法制上確立「審訂為主, 國編為輔」的規定。自此, 教育部開放廠商自行編寫教科書, 教育部只負責設定課程大綱, 及審查廠商出版的教科書內容, 將選擇教科書的權力交給各國中與國小自行決定, 輔導活動課本也以「康軒」、「張老師」

及「仁林」三家版本為主。及至九年一貫課程實施之後, 綜合活動課本逐漸以「康軒」與「翰林」兩家出版社為主。本研究的研究場域—研究者任教之學校, 不論是

「輔導活動科」或是「綜合活動領域」素來皆以自編教材為主，針對社區學生特性，規劃並設計符合學生特質與需求的課程架構及內容。

以下就康軒、翰林及研究場域三個版本，課程架構中生涯輔導的部分進行分析與探討。

一、康軒版本

康軒版本綜合活動領域中，含有生涯輔導涵義之課程整理如表 2-2。

表 2-2 康軒版綜合活動課程「生涯輔導」之課程單元

實施年級 單元名稱 教學目標

七年級 知己之道 1.了解認識自我的重要性及方法，以增進自我概念。2.選擇合宜的自我了解管道，探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。

我的多元面貌 1.藉由相互回饋獲得完整的自我概念。

成長的軌跡 1.了解自我概念與生涯的關連，並將相關資訊彙整，建立生涯檔案。

2.協助學生有系統的整理個人學習與成長紀錄。

我的學習寶藏 1.協助學生認識多元學習能力，了解自己的優勢能力。

2.覺察自己的學習風格，運用在學習上以增進學習成效。

3.統整個人的多元學習能力及學習風格，運用相關資訊擬訂策略，解決學習的問題。

八年級 職業萬花筒 1.初步探索並認識職業世界的類型及其內涵。2.學習從未來趨勢預見日後職業的新興與衰退。

3.學習如何尋找並運用職業世界的資料

我的生涯密碼 1.了解進行生涯決定時，自身條件應考慮的向度。

2.了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。

3.發現個人未來升學、就業適合發展的方向。

九年級 蓄勢待發 1.初步探索並認識國三的生活及其任務，學會以合宜心態與行動面對三年級的生活。

2.覺察自己的壓力狀態，運用合適的方法紓解壓力、調適身心。

高校情報站 1.增進對高校生活的認識。

2.思考高校生活的重要主題。

3.增進對各類型高校生活的了解。

4.做好銜接高校生活的準備。

(續下頁)

(續)表 2-2

實施年級 單元名稱 教學目標

- 九年級 開啟升學大門
- 1.認識各類型學校的特色及內涵, 蒐集運用資源, 做為升學選校 參考。
 - 2.探索國中畢業生的生涯進路發展及其內涵。
 - 3.認識多元入學管道, 整合各項升學資訊, 為自己的升學做準備。
- 全面啟動
- 1.學會以正向態度擬定目標與行動計畫。
 - 2.針對行動計畫執行後的成效, 進行檢核與修正。
- 抉擇時刻
- 1.了解生涯抉擇的因素, 覺察個人升學選校的考慮因素。2.透過平衡單實作, 對個人的生涯選擇進行評估。
 - 3.升學備忘錄實作, 學習自我負責, 掌握重要升學行事。
- 預見未來
- 1.思考自己在高校生活中要發展的能。
 - 2.了解未來所需面對的世界及所需具備的競爭力。
 - 3.能訂出自己的夢想清單及實踐計畫。
 - 4.統整活動所得, 自我承諾在現在為未來所做的準備。

資料來源:康軒文教網 2015年7月20日取自

https://www.945enet.com.tw/Main/JuniorHighSchool.asp?U_BC=COM&U_CCG=A&U_CC=03

二、翰林版本

翰林版本綜合活動領域中, 含有生涯輔導涵義之課程整理如表 2-3。

表 2- 3 翰林版綜合活動課程「生涯輔導」之課程單元

實施年級 單元名稱 教學目標

七年級 生涯交響曲 藉由展現個人興趣和專長的活動, 以及互相回饋的過程, 帶領 同學進行自我探索。並透過生涯檔案的建構, 將自我探索與國中生涯結合, 奠定生涯輔導的基礎觀念。

智慧知多少 透過多元智慧、創造力與學習風格的體驗與探索, 彙整自我多元 優劣勢能力的具體內涵。

| | |
|--|---|
| <p>九年級 生涯航海家 經由資訊蒐集與分享活動, 讓學生發掘個人的興趣、特質, 學習掌握工作世界的資源管道, 對職業有一定的認識與了解, 並有能力預測未來的工作世界。</p> | <p>自 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值 觀及人格特質。 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值 觀及人格特質所適合發展的方向。3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的 能力。</p> |
|--|---|

資料來源:翰林文教網 2015年7月20日取

<http://www.worldone.com.tw/etest.do?ecId=65&etId=1143>

三、研究場域版本

就研究者所任教之學校，係就社區學生特質，思考需要進行的課程，並且結合輔導活動的內涵－生活輔導、學習輔導及生涯輔導三個面向，進行課程架構的規劃與內容設計。其輔導活動課程在生涯輔導面向的架構，如表 2-4 所示。

表 2-4 研究場域綜合活動領域輔導活動科「生涯輔導」之課程單元
實施年級 單元名稱 教學目標

| | | |
|-----|---------|--|
| 七年級 | 生涯是啥米？ | 1.認識生涯發展任務。 2.介紹「國中生涯輔導手冊」-生涯領航儀表板系統。 |
| | 多元智慧大體驗 | 1.認識與體驗多元智慧。 2.了解自己的優勢智慧。 |
| | 興趣解碼 | 1.了解自己的興趣。 2.培養好的興趣。 |
| | 學習診斷測驗 | 1.了解學習各個面向的表現。 2.分析學習的優弱勢及成因。 |
| | 生涯起步走 | 1.介紹校本位生涯檔案-學習生活紀錄與羅馬競技場。 2.整理七年級自我探索結果，並填寫生涯領航儀表板及生涯檔案。 |
| 八年級 | 生命心電圖 | 1.整理自己成長的故事 2.覺察成長事件對自己的影響 |
| | 追夢向前走 | 1.認識生涯金三角的概念，並運用此概念進行生涯探索整理。2.分享「暑期生涯日」-職業探訪的內容與心得。 |
| | 學校型態 | 1.學校類型介紹 2.職業類群介紹 |
| | 多元性向測驗 | 1.透過性向測驗認識自己八種面向的能力表現。 2.解釋性向測驗結果與未來就學進路的關係。 |
| 九年級 | 我喜歡做的事 | 1.了解自己的興趣類型。 2.認識興趣類型與未來升學進路、就業選擇的關係。 |
| | 我的生涯畫像 | 1.認識「何倫碼」。 2.我的最愛－興趣篇 3.戰國風雲－能力篇 4.獨一無二－特質篇 5.心中一把尺－價值觀篇 6.我的人生舞台－整合篇 |
| | 生命轉彎處 | 1.探討個人的生涯憧憬 2.學習化阻力為助力的方法 |

(續下頁)

(續)表 2-4

實施年級 單元名稱 教學目標

- 九年級 學習大檢核 1.檢視自己的學習狀況
 2.擬定會考衝刺期的學習策略
 3.針對行動執行後的成效, 進行檢核與修正。
- 考場求生術 1.考前的準備與致勝錦囊
- 升學進路輔導 1.認識入學管道及相關規定
 2.我的生涯規劃書

註:「生涯領航儀表板系統」係為臺北市教育局就《國中學生生涯輔導紀錄手冊》之內容, 設計為網路線上填寫平台。資料來源:修改自天母國中(2014)。生涯領航員 VS輔導課程架構。臺北市:臺北市立天母國民中學。

比較三種版本之課程架構, 可以發現:翰林版本的生涯輔導課程在八年級幾乎沒有著墨, 就其綜合活動領域全領域之課程架構進行比對, 可以得知其課程設計以「主題」式進行, 整學期扣緊一個主題, 進行深入的課程教學;然其主題獨立的设计方式, 學生不易將不同主題之間的相關性進行連結。而康軒版本則是類似主題的方式進行, 只是觸及的內容不似翰林版深入, 但是依據三個年級不同的發展需求, 採漸進的方式設計教學內容;學生三年皆有機會接觸生涯發展的議題, 然而各年級之間連結性不強, 學生是否能將三年課程串連, 有待進一步了解。研究場域版本則是與康軒版本較為類似, 從七年級至九年級, 由淺入深地介紹生涯發展與規劃的概念, 國中三年採取系統性的課程規劃—配合學生發展需求, 介紹一個生涯輔導理論;再配合該理論, 當學年課程設計相關課程, 以期結合理論與實際探索, 幫助學生有全面性的生涯規劃概念;其優點在於不致讓學生感到認知性內容太多, 配合探索活動連結於該理論, 學習較為深刻, 但缺點在於下一個年級時, 教師需先喚起學生的先備知識, 以能有效幫助學生將不同的理論及每一年的探索回歸個人進行反思與統整。

貳、生涯輔導課程相關理論介紹

以下就國中生生涯輔導課程所介紹的生涯理論進行介紹。

一、Super 的生命全期論

Super 的理論係以「自我概念」為核心, 認為生涯發展乃是發展和實現自我概念的過程(余鑑譯, 1999)。Super 指出生涯發展是在眾多個人因素和社會因素之間不

斷交融與相互影響的動力性歷程，而個人的「自我概念」則扮演著居中調

31

節的角色。此一動力性歷程的發展結果，決定了個人在不同生涯階段中所選擇扮演的重要生涯角色。個人在各種角色之間的選擇，影響其一生發展至為深遠(吳芝儀, 2000)。

Super、Starishevsky、Matlin 與 Jordaan(1963)也對「職業自我概念」(vocational self-concept)有所定義：職業自我概念是指個人所知覺和職業有關之自我屬性的「集合體」(constellation)。而所謂自我屬性則是指個人的興趣、能力、價值觀、及人格特質等，也就是說職業自我概念是指個體對自己與職業有關之興趣、能力、價值觀、及人格特質的知覺與看法。此外，Super、Savicks 與 Super(1996)進一步提到生涯自我概念理論(career self-concept theory)著重在與個人生涯相關之能力、興趣、價值和選擇以及如何將他們融入生涯中。

Super 的生命全期論有以下幾個重要的概念：

(一)生涯發展階段與任務：

Super(1953)採用 Havighurst 的發展任務觀點，認為生涯發展在個體早期生活即開始，而且是隨著年齡和經驗不斷成長的。人生不同的階段，各有其不同的發展任務，而且前一個發展任務達成與否，關係著後一個階段之發展情況。人的一生依年齡可將生涯發展分為成長期(growth)、探索期(exploration)、建立期(establishment)、維持期(maintenance)與衰退期(decline)共五個階段，並提出各階段的發展任務(林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰, 2003)。關於生涯發展階段與發展任務，於下頁表 2-5 中列出。

就 Super 之生涯發展階段來看，國中階段的學生正橫跨成長階段的後期與探索階段的前期，此為生涯發展的關鍵時期。隨著年齡的增長，逐漸走出兒童時期不真實的幻想，發展出自我概念，並開始了解工作的意義及對工作世界有正確的態度，以作為職業試探與職業偏好。此時，個人若能藉由參與學校的活動、休閒活動與各種實務兼差工作經驗中，知覺自己適合扮演的角色，則愈能在日後滿意其工作的角色，有助其未來的生涯發展(王思惠, 2004)。

表 2-5 Super 的生涯發展階段與發展任務彙整表

| 階段 | 次階段 | 年齡 | 發展重點 | 發展任務 |
|----------------------|----------------------|----|-----------------|--------------------------------|
| 成長期: | | | 受專業訓練, 更重視現實考量, | 的挑戰。 |
| 經由重要他人的認同 | 結果發展 | | 有特定 | 穩定期 ²⁵⁻³⁰ 尋求安定, 從經驗 |
| 自我概念。學習行為隨著年齡增 | | | 的選擇, 企圖實現自我概念。 | 與訓練中統整工作能力。 |
| 長而出現, 社會參與及現實考 | 試驗期 ²²⁻²⁴ | | 初步確定職業選擇 | 晉升期 ³¹⁻⁴⁴ 致力於工作上的穩 |
| 驗逐漸增, 興趣與能力也逐漸 | | | 並試探其成為長期職業的可能 | 固。大多數人處於具創意、 |
| 重要。探索期: | | | 性。 | 資深、顛峰的狀態。 |
| 在學校、休閒活動及打工經驗中 | 1.發展自我形象 | | 2.發展對工作世 | 身負重責大任, 輩份攀 |
| , 進行自我探索、角色試探與職 | 界的正確態 | | 度, 並了解工作的意義與目的。 | 升, 表現勝任愉快。 |
| 業探索。 | | | | |
| 幻想期 4-10 | 以需求為主, 熱中於 | | | 維持期 ⁴⁵⁻⁶⁴ 1.維持既有的成就 |
| 幻想遊戲中的角色扮演。 | | | | 與地位, 持續建立階段性 |
| 興趣期 11-12 | 興趣、嗜好為嘗試 | | 1.職業偏好逐漸具體化。 | 工作成果。 |
| 各種活動的主要考量。 | | | 2.職業偏好特定化。發展一個符 | 2.成功者逐漸傳承經 |
| | | | 合現實的自我概念。 | 驗, 尋覓接替人選。 |
| | | | 3.學習開創更多的機會。 | 1.找到機會從事想做的事。 |
| | | | 建立期: | 2.學習和他人建立關係。3.尋求 |
| | | | 確定適當的職業領域, 建立穩固 | 專業的紮實與精進。 |
| 能力期 13-14 | 能力的重要性逐漸 | | 的地位以提高升遷和晉級的能 | 4.確保一個安全的職位, 並在穩 |
| 增加。了解工作的意義和目的, | | | 力。工作可能變遷, 但職業不太 | 定的位置上安定的發展。 |
| 開始考慮 | | | 會改變。 | 1.接受自身條件的限制。2.找出 |
| 工作所需要的條件與訓練。 | | | | 在工作上的新難題, 並發展新技 |
| 試探期 ¹⁵⁻¹⁷ | 考慮興趣、需求、 | | 維持期: | 巧。3.維持在專業領域中既有的 |
| 能力與機會, 作暫時性的決定, | | | 在職場上嶄露頭角, 全力穩定現 | 地位與成就。 |
| 並在想像、 | | | 有的成就與地位, 逐漸減少創意 | |
| 討論、課業和工作中嘗試。 | | | 的表現。 | |
| 轉換期 ¹⁸⁻²¹ | 進入就業市場或接 | | 面臨新進人員 | (續下頁) |

(續)表 2-5

| 階段 | 次階段 | 年齡 | 發展重點 | 發展任務 |
|-------------------|--------|-------|-----------------|------------------------|
| 衰退期: | 減緩期 | 65-70 | 工作速率減緩, 職 | 是兼差。 |
| 身心狀況逐漸衰退老 | 化, 原工作 | 務或 | 工作性質改變以符合逐 | 1.發展非職業性質的角 色。 |
| 停止, 發展新的 角色, 尋求不同 | 衰退的身 | 心狀態。 | | 2.學習適合於退休人士 的運動。 |
| 的滿足方式以彌補退 | 休的失落。 | 退休期 | 71-- 停止原有工作, 轉移 | 3.減少工作時數, 做以前 一直想 做的事。 |
| | 精力至 | 志工、 | 休閒活動或 | |

資料來源:整理自Herr & Cramer, 1996;吳芝儀, 2000;林幸台, 1987;金樹人, 2011;洪淑娥, 2009;張添洲, 1993;覺淑君, 2009。

(二)生涯彩虹圖:

Super(1990)從社會角色的角度來拓展生涯發展理論,提出了一個兼具個人生活廣度(life-span)與生活空間(life space)的生涯發展觀點,並描繪出「生涯彩虹圖」(life career rainbow)(如圖 2-2);在這個圖形中指出人生的整體發展是由三個層面所構成,分別是(李茂興譯, 1998;羅文基、朱湘吉、陳如山, 1992) 1、時間:亦即一個人的年齡或生命時程,分為成長期、探索期、建立期、維持期和衰退期。

2、廣度或範圍:係指一個人終生所扮演的各種不同的角色,例如:兒童、學生、公民、休閒者、工作者或家長等(即圖2-2中每一條弧形)。3、深度:乃是一個人扮演每個角色所投入的程度(圖2-2每條弧形陰影的部分),弧形中的陰影部分愈多,就表示在該階段這個角色愈重要。



圖 2-2 生涯彩虹圖

資料來源：引自吳芝儀(2000)。生涯輔導與諮商〈理論與實務〉(頁40)。嘉義：濤石文化。

34

根據 Super 的看法，一個人一生中扮演的許多角色，就像同一條彩虹同時具有許多的色帶。在生涯彩虹圖中，每一個階段都會有一個「顯著角色」(role salience) 要去扮演，在成長期是兒童；探索期是學生；建立期先是家長，後是工作者；維持期學生的角色可能再度出現，以致工作角色中斷，公民與休閒者的角色份量則逐漸增加。生涯彩虹圖融合了生活廣度與生活空間兩個向度，強調生涯是個人因素與社會環境交互作用的結果(林志忠, 2008)。黃天中(1996)認為 Super 的生涯發展理論加入「時間」的向度，透過時間的透視，將過去、現在、未來都考慮在內，並將生命角色的觀念融入，無形中擴展了生涯輔導的空間。(三)生涯發展的拱門模式(archway model)：

誠如前面所言，「自我概念」可謂為 Super 生涯發展理論的核心。Super 認為自我概念理論可分為兩部分：(1)個人或心理的，專注於個人如何選擇，及如何調適其選擇。(2)社會的，重點是個人對其社經情況及與工作和生活有關之當前社會結構之個人性評價(金樹人, 2011)。

Super(1990)也透過「拱門模式」來說明其理論中的自我概念，如圖 2-3 所示。在這個拱門模式中，底層最基礎的部分有三：左邊是生理基石(biographical segment)，主要是個體的生理遺傳基礎；右邊的是地理基石(geographical segment)，主要是個體成長的環境，特別是出生的祖國與原生家庭。中間則是這兩個基石延伸交互鑄鑄的地基(金樹人, 2011)。

生理基石支持了個人的心理特質，如興趣、價值、需求、特殊性向、智力，這些因素構成一個人的人格傾向，並導向個人的成就表現。地理基石則包括了家

庭、學校、社區、同儕團體、經濟資源、勞動市場等社會範疇，這些因素影響了社會政策及就業標準。連結左右兩大基石的拱形，則是由生涯發展階段與自我概念所串連而成，主導個人的生涯選擇與發展。一個人成長的過程中，社會性因素與個人生理、心理特質會產生交互作用，形成個人的自我概念，它是影響整個生涯發展重要的因素(Sharf, 2006)。

Super 經歷長期的觀察與研究，提出了生涯發展的觀點，為生涯輔導奠定穩固的基石。其理論以自我概念為核心，而自我概念是個體發展過程中一個重要的因素，它是人格建構的重要核心，也是影響個體行為表現的決定性因素。對於正值追尋自我認同階段的青少年而言，自我概念更是發展的重要向度。根據 Erikson (1963)的發展理論，青少年面臨自我認同與角色混淆的危機，如果個體對自我認識深刻、了解個人所扮演的角色，將有助個體具有生涯目標、做出生涯決策。

35

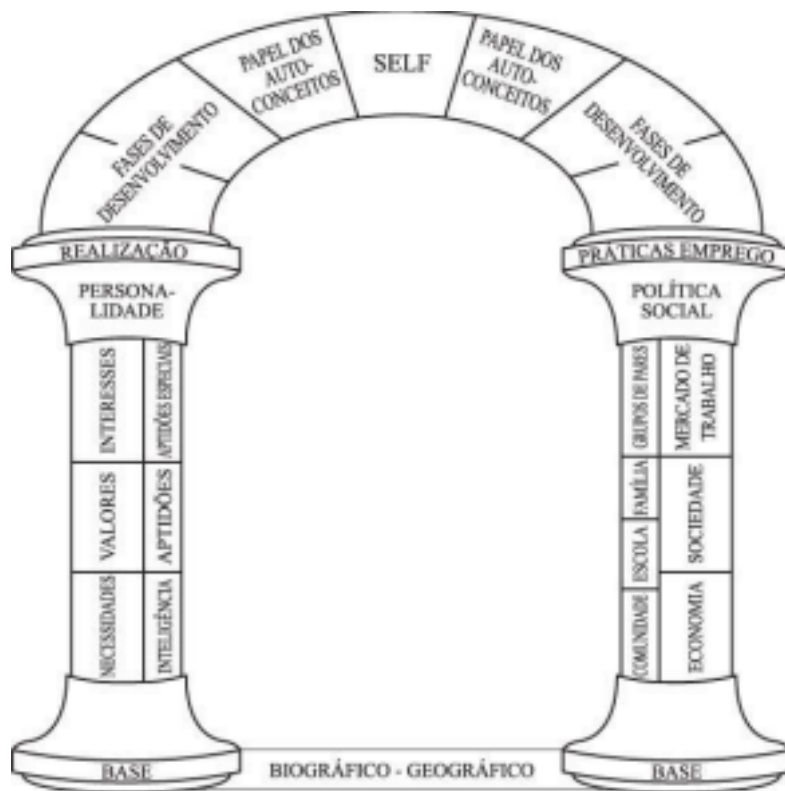


圖 2-3 生涯發展拱門模式

資料來源: Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In .D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), Career choice and development: Applying contemporary theories to practice (2nded., p.200). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Super 更指出：生涯是一個人人在整體生活中，所面對一系列的發展任務，以及試圖掌握這些任務，使得個體能夠成為其所想要成為的人(余鑑譯, 1999)。而生涯自我概念是指在生涯發展歷程中，個體對與生涯有關之興趣、能力、價值觀、及人格特質的知覺與看法。個體對這些特質的認知愈清晰明確，表示其生涯自我概念愈清晰(覺淑君, 2009)。因此，教師協助青少年、提供資源並進行自我探索以順利發展此階段的生涯任務是必要的。

二、Swain 的生涯金三角理論

(一)理論概述：

生涯金三角理論是美國伊利諾大學的教授 Swain(1984)所提出的生涯規劃模式，此理論認為生涯規劃應該包涵「個人」、「個人與環境的關係」及「教育與職業資料」三足鼎立的「金三角」關係(林蔚芳, 2014)。

生涯金三角的生涯規劃模式，主要結合以下的思想和理論(引自顏妙玲, 2013, p.45)：

- 1、工作和生活計劃貫穿人的一生。教師教導學生有關的技巧，使學生能夠計劃自己的生活，解決自己的問題，以達成為自己發展負責的目標。
- 2、因著每個人的價值觀不同，每個人的生涯計劃也並非一樣。
- 3、依據生涯發展的社會學理論，強調個人與環境的關係，環境包括家庭、同儕關係、社會價值、科技、政策、經驗等。

Swain 指出個人、個人與環境的關係、教育與職業資料是個體生涯決定的三種訊息來源，將複雜的生涯理論，以簡單明瞭的圖形呈現出來(如圖 2-4)，使得生涯規劃有架構可循(方崇雄、周麗玉, 2003)：

- 1、個人：主要指一個人的自我特質、技能、興趣及價值觀。
- 2、個人與環境的關係：包含了家庭、學校(師長)、社會經濟、社會環境與發展趨勢，及這些環境所形成的助力或阻力。
- 3、教育與職業資料：即生涯選項的了解與資訊收集，主要是升學管道、學校科系的資訊、職業探索等資料，是開啟個人對教育與職業探索的窗口。此一模式，目標的決定是三角形的核心；考慮因素中，首先是個人自己，因為決定的對錯、成

敗，最終都要由自己來承擔，所以應先考量自己的需要；同時，個人所做的決定如果可以得到客觀環境的支持，並且以完整的資料、訊息做為後盾，則生涯目標的完成，亦將更為順利及簡單。並且因著對不同訊息來源的主觀判斷及不同輕重的考量，所形成的生涯決定與生涯目標，也會具有個人的獨特性與原創性(方崇雄、周麗玉，2003；陸啟超，2008)。

從生涯金三角理論看見，生涯發展與計劃的模式，應該包括三個重點：個人特質的澄清與了解、教育與職業資料的提供、個人與環境關係的協調，如果當中缺少了某個環節，將使個體在決定生涯發展上遇到困難。所以，Swain 認為要透過認識自我、了解社會環境因素、蒐集教育與職業資料三個向度來進行生涯規劃，並藉由決策技巧來達成個人的生涯目標(Yeager, Bundick & Johnson, 2012)。

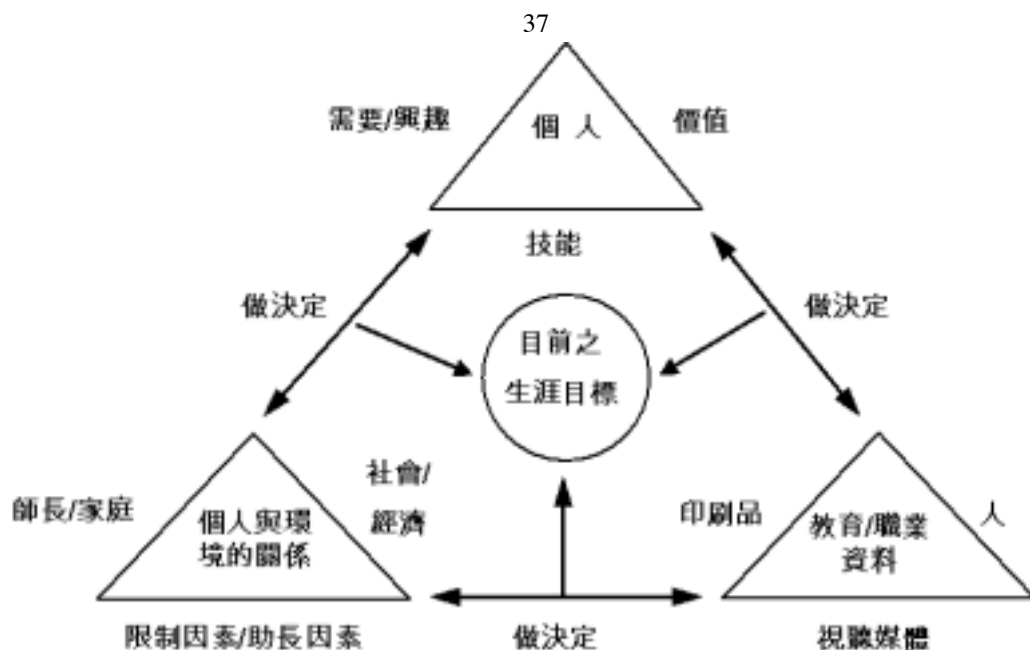


圖 2-4 Swain 的生涯規劃模式

資料來源：林蔚芳(2014)。生涯輔導(三版)。載於劉焜輝(主編)，輔導原理於實務(頁 150)。台北：三民書局。

(二)理論延伸—生涯轉換多元三角形模式：

張德聰(2006)參考 Swain 的生涯金三角概念，結合其生涯轉換研究及諮商實務經驗，歸納與生涯轉換之有關面向，並加以擴大發展為「生涯轉換多元三角形模式」，如圖 2-5 所示。包括：

- 1、「自我」面向：探索自我的個人特質、性向、興趣、價值觀、身心健康有關之因素。

- 2、「生涯環境」面向：覺察個人的生涯環境，如家庭、工作及社會環境中助力及阻力。其中家人、朋友的支持或社會資源之了解與善用，皆是生涯環境的重要助力；而工作環境的氣氛、組織文化、管理方式等與個人工作生涯亦有密切相關；社會環境則包括社會經濟景氣、社會危機事件衝擊等。
- 3、「生涯資訊」面向：生涯資訊管道包括與閱讀與生涯有關之平面媒體、蒐集網路之生涯資訊、了解生涯相關人力資源，檢視個人專業的相關資訊、整理過去體驗的生涯經驗，以及相關社會資源之整合與運用。
- 4、「生涯發展時機」面向：與生涯發展有關時機層面，如社會之變遷、個人生涯發展階段任務達成情形，或是在生涯發展的過程中家庭的配合。

38

- 5、「生涯實踐」面向：包括個體由過去生涯轉換的成功經驗，發展出之後生涯轉換的因應方式，以及由探索自我、生涯環境、生涯資訊及生涯轉換之好時機，形成適切的「生涯決定」，並據此設定「生涯目標」，建構周延且具因應社會變遷及適合個人生涯發展的「生涯規劃或轉換計畫」努力執行。
- 6、生涯決定：在自我生涯目標的決定即「生涯決定」，此架構亦可做為個體生涯轉換之自我診斷及輔導架構，分別由「自我」、「生涯環境」、「生涯資訊」、「生涯發展時機」及「生涯實踐」等各層面分別與當事人探討有關影響生涯發展或生涯轉換的因素，並綜合探討當事人之「生涯決定」、「生涯目標」是否得當？以及於擬訂可行、適合的「生涯計劃」及執行能力的輔導。當個人遇及生涯困境或危機時，其因應方法之培養及過去正向成功經驗的探索，皆為生涯規劃與轉換必須考慮之因素。同時綜合考量上述各項因素，讓自我決定人生之生涯目標，並付諸行動。在生涯轉換多元三角形模式中，張德聰(2006)提出值得注意的五項議題：1、第一個三角形的「自我」包括對自身之興趣、性向或專長及價值觀之探索與覺察，此部分對生涯轉換方面是十分重要的，換言之即「自我了解」。因為一個職場的游牧民族，不斷轉換工作的原因即可能為興趣不合、自知不明，能力不足或學非所用，也可能是工作價值觀的問題，均會導致在工作職場上適應不良。
- 2、當個體有充分的自我了解並確立生涯目標之後，如何克服環境的困境、利用環境的有利因素，實現自己的生涯轉換就業計畫即是「生涯實踐」的執行。而「生涯發展時機」與「生涯實踐」有密切的關係。
- 3、家人、學校師長及同學、朋友均是「社會支持」的一環，除此之外，對於相關社會資源如職訓局、

各地職訓中心，就業服務站或公民營之就業服務網站的了解與善用，皆是生涯環境之重要助力。

- 4、「自我信心」及「自我掌控」均與個體是否有自知之明，有否生涯轉換的成功經驗，或有效調適失敗的生涯轉換，並且能否妥善規劃生涯計畫、善用資源，以及付諸實現的行動均有相關。
- 5、生涯計畫的建立，此為生涯決定的向度，包括個體對生涯環境的探索與了解、生涯資訊的充足及善用與否密切相關。

39

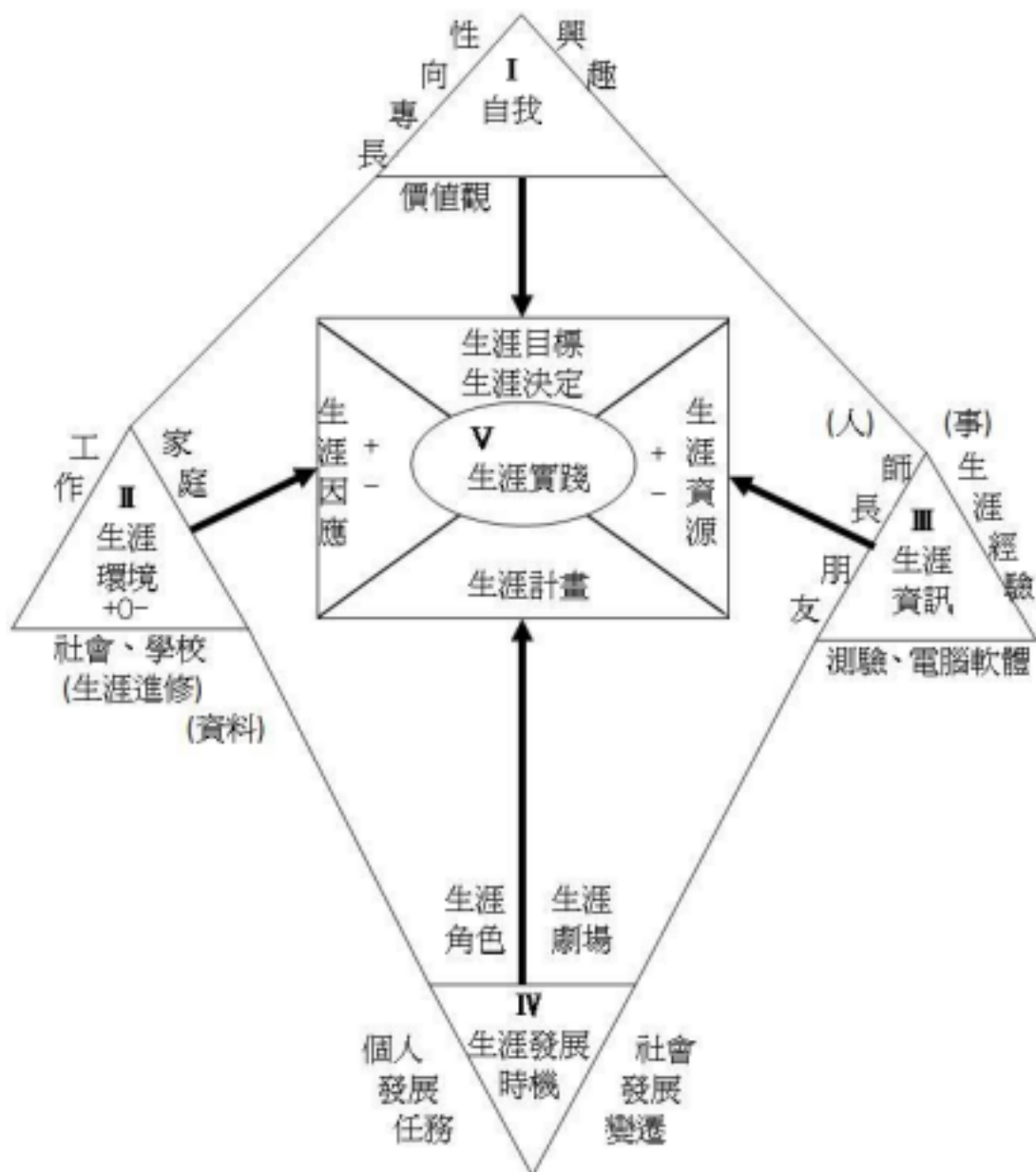


圖 2- 5 生涯轉換多元三角形模式示意圖

資料來源：張德聰(2006)。開展自我生涯的黃金多角型。2014年7月24日取自空大

(三)生涯輔導之應用：

Swain 的生涯金三角理論常被運用為生涯規劃課程設計的依據,《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的規劃架構即是參考 Swain 的生涯金三角理論建構而成(張添洲, 1993)。手冊內容涵括我的成長故事、各項心理測驗、學習成果及特殊表現、生涯統整面面觀及生涯發展規劃書等。手冊內容與 Swain 生涯規劃模式分析表 2-6 所列。

40

表 2-6 Swain 生涯規劃模式與國中學生生涯輔導紀錄手冊分析對照表 Swain 生涯規劃模式 國中學生生涯輔導紀錄手冊內容 個人特質的澄清與了解 自我認識、各項心理測驗、我的學習表現、我的經歷、各項競賽成果 教育與職業資料的提供 職業與我、生涯試探活動、生涯輔導紀錄、生涯諮詢紀錄、家長的話 個人與環境關係的協調 職業與我、我的學習表現、我的經歷、各項競賽成果、服務學習紀錄、生涯統整、家長的話、生涯發展規劃書

資料來源:羅珮瑜(2012)。為孩子的生涯導航--《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的認識與應用。教師天地, 177, 31。

運用生涯金三角的規劃模式於生涯輔導,其重點有以下三面向(洪寶蓮, 2004):

- 1、個人的探索:幫助學生能自我覺察,當個體釐清自身的本質與環境的關係後,才能具體規劃未來。其方向包括:(1)認識自我職業概念、能力、興趣、特質和價值;(2)了解工作與個人的關係。
- 2、資訊的提供:資訊的提供有助學生生涯覺察,清楚認識工作世界,在生涯決定時,能不侷於好高騖遠。生涯覺察的內涵包括:(1)工作世界的類別與工作角色;(2)教育、訓練機會與工作間的關係;(3)社會發展、國家經濟、科技進步與工作關係。
- 3、生涯規劃:能夠清楚自己並認識工作世界,則可以務實的規劃自己,其內涵大致有:(1)形成生涯信念、(2)建立正確生涯態度、(3)開展發展生涯途徑與方法、(4)時間的規劃、(5)角色分配、(6)問題解決、(7)生涯決定。

綜上所述,Swain 所提出的生涯金三角形理論,強調個人(能力、性向、興趣、需求、價值觀)、個人與環境的關係(家庭、學校師長、社會、經濟環境),及教

育與職業資料(求學、閱讀、視聽媒體等)是影響個人做生涯決定的三類重要訊息。個體對自己的個人特質、職業與教育環境及資料進行生涯探索,掌握環境資源,以逐漸發展個人的生涯認同,並建立生涯目標;在面對各生涯抉擇時,針對各種資料和機會進行評估,以形成生涯選擇或生涯決策;進而以「擇其所愛、愛其所擇」的心情,投注其生涯決定,承擔生涯角色,將以獲致生涯適應和自我實現(林清文, 2000)。

三、Holland 的生涯類型論

John Holland 的類型論源自於人格心理學的概念(李茂興譯, 1998)。Holland 的觀點是:生涯的抉擇與生涯的調整代表了一個人的人格之表露,而職業之選擇行為是人格特質的延伸。個體透過在其工作選擇和經驗中表達自己、個人興趣和價值。而職業興趣為人格於學業、工作、嗜好、休閒活動中的表現。Holland 主要想找出實用又簡單的方法,以幫助人們選擇工作、更換工作,以及得到工作上的滿足感(Holland, 1997)。因此,以此理論所發展出來的職業興趣量表實為一種人格測驗,從職業興趣量表上,可以反應個人的自我概念、生活目標、乃至創造力等人格特質(林幸台, 1992)。

(一)何倫碼(Holland Code)－六大人格類型:

在 Holland 的理論中,他假設人們對於工作的一般印象和通則,也就是他所稱的刻板印象(stereotype),通常都是很準確的,於是 Holland 藉著研究這些刻板印象,將人與工作領域區分為六個特定的類型(李茂興譯, 1998)。這六大類型,並按照一個特定的順序排成一個六角形:RIASEC(見圖 2-6)。

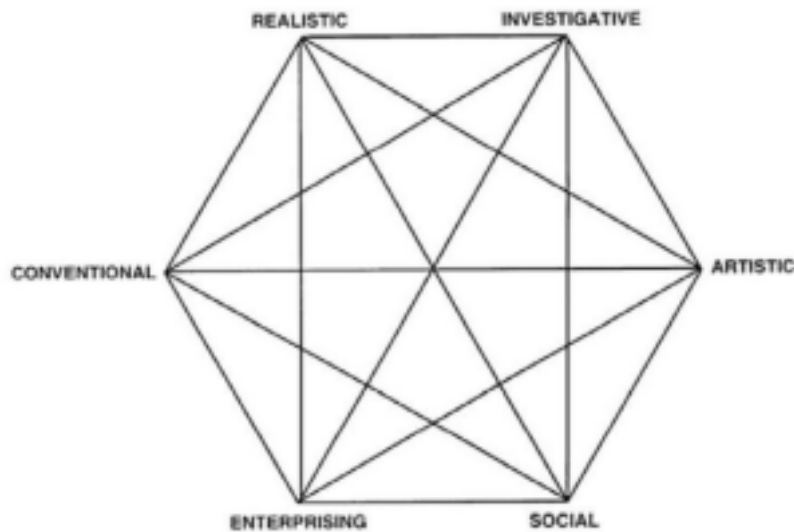


圖 2- 6 Holland 的六角形模式

資料來源: Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. (3rd ed., p.6). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

42

何倫碼係指六類型前三個字母組合而成的代碼, 例如: SEA, 用以代表一個人、一個科系或一個職業的特性。以下就六個類型進行詳述(整理自李茂興譯, 1998; 金樹人, 2011; 吳芝儀, 2000):

1、實際型 (Realistic type)

實際型人格: 通常情緒穩定、有耐性, 給人的印象是坦誠直率、腳踏實地, 願以行動代替言語, 重視現在勝於未來。喜歡實務性的課程, 對抽象概念或理論學科較不感興趣。對於運用工具或機械、修理儀器等需要技術的活動表現出濃厚的興趣, 喜愛從事講求實際、具體明確、需要動手的工作; 他們傾向在機械、電子、建築、農事或其他技術行業中找到可以發揮才能的一片天地。通常, 他們會直接切入問題, 態度都很實際, 一心只尋求問題的解答。比較不重視人際關係, 不喜歡需要社交、與人接觸的活動。

實際型環境: 工作場所多與工具、機械或動物為伍, 工作者要有敏捷、強壯的身體以能實際操作機器。需要具備一定程度的技能或運用到某些特殊的技術, 以便進行機械修理、電化設備維護、車輛駕駛或動物豢養等工作。在這類的工作環境,

處理事物的能力比待人接物的能力更為重要。工作環境也比其他工作容易造成生理傷害或意外事件，例如：高樓建築工地、管線裝設、戶外油漆等。2、

研究型 (Investigative type)

研究型人格：個性謹慎、善於觀察、思考理性。喜歡學習，經常閱讀和討論有關科學性的議題；擅長運用符號、概念從事與抽象思考有關的活動。分析、推理與邏輯表現優異，並對解決科學或數學難題的能力充滿自信。對於未知問題的挑戰充滿興趣，慣於「打破砂鍋問到底」，直至找到滿意的答案。做事時，能提出新的想法和策略，但對實際解決問題的細節較無興趣。他們不是很在乎別人的看法，喜歡和有相同興趣或專業的人討論，並且尋求獨立解決問題的工作機會；不喜歡別人給他指引，不希望工作有很多規矩和時間壓力。較不喜歡領導、競爭等需要企業能力的工作，因為不喜歡督導其他人或直接去處理與人有關的問題；但是樂於分析人類心理問題或尋求該問題的解答。

研究型環境：在這些領域裡，重視的是謹慎和小心求證的態度，工作者通常必須具備謹慎縝密和批判性思考、邏輯思考的能力。在此一情境中，工作者被鼓勵運用複雜和抽象的思考模式，採用科學或數理方面的知識、能力，以尋求某些問題創造性的解決方案。這類的環境不特別需要處理複雜的人際關係，大多數的情況下，必須獨立解決工作上所發生的問題。

43

3、藝術型 (Artistic type)

藝術型人格：個性熱情、衝動，直覺敏銳，有豐富的想像力並善於創新。喜歡以自在不拘泥的方式，藉由文字、聲音、動作或色彩來表達創造力和美的感受；重視作品的原創性和創意。喜歡情感性表達，而非邏輯性思維；所以，拿作品的

多寡來評斷他們是一件非常不敬的事情。他們認為生活的目的就是創造不平凡的事物，強烈渴望抓住靈光乍現的一剎那。不喜歡受人支配，希望獨立作業，在無拘無束的環境下工作效率最好。比較不喜歡從事文書處理方面較為傳統的工作，即便是和朋友的關係也比較隨興。

藝術型環境：相當自由、開放，非常鼓勵創意和個人性的表達。此領域提供了開發新產品與創造性解答的自由空間，使工作者能自由創作其作品或尋找答案。工作環境也鼓勵感性與情緒的充分表達、不要求邏輯形式，完全可以顛覆傳統、發揮創意。允許工作者隨心所欲地穿著打扮，安排時間，沒有上下班時間的束縛。

4、社會型 (Social type)

社會型人格：對人和善、容易相處、樂於助人。交友廣闊，關心自己和別人的

感受，甚至關心人勝於關心工作。喜歡傾聽和了解別人，能敏銳察覺別人的感受，也願意付出時間和精力去解決別人的衝突。通常具有較佳口語能力和社會技巧，樂於與人合作，喜歡從事與人接觸的活動。他們不愛競爭，喜歡大家一起作事，一起為團體盡力，並且喜歡經由討論、團隊工作來解決複雜問題。對於教導人們、協助人們解決問題並幫助他人成長感到興趣。希望藉由教育、宗教、政治、或社會服務等方式協助人們，本質上具有倫理或理想主義色彩的利他傾向，關注對社會的貢獻勝於個人的經濟成就。

社會型環境：鼓勵人和人之間和諧相待，互相幫助、和睦相處。這類領域中，人們藉由協助他人解決個人或生涯問題、教導別人、在心靈上影響他人以及負起社會責任等方式與他人產生合作關係。工作場域充滿有教無類的經驗指導與交流，心理的溝通，靈性的扶持等。工作氛圍強調理想、友善、慷慨等人類核心價值，而這些理想多半存在於教育、社會服務和心理健康等專業領域。

5、企業型 (Enterprising type)
企業型人格：精力充沛、生活緊湊、好冒險競爭，個性積極，且做事有組織、有計畫，喜歡立刻採取行動。企業型的人多充滿自信、社交能力強，且相當果敢；是溝通協調的高手，喜歡和人相處，以運用口語技巧來說服他人。在工作上表現出強烈的野心，努力晉升至領導地位，希望擁有權力去改善不合理的事。希望自

44

己的表現被他人肯定，並成為團體的焦點人物。不以現階段的成就為滿足，也要求別人跟他一樣努力，希望領導人們達成工作目標。喜歡從事管理、銷售、司法、政治等方面的工作，但是不喜歡花太多時間做科學研究。

企業型環境：工作場合常常促使工作者能管理或說服他人，以達成組織或個人的目標；非常強調自信、社交手腕與當機立斷。工作場域中充滿了權力、金融或經濟的議題，甚至為了達成預期的績效，有時需擔負必要的風險。企業型的工作氛圍重視升遷、績效、權力、地位和財富，這個領域的工作包括了企業經營、保險業務、政治活動、證券市場、公關與行銷等。

6、事務型 (Conventional type)

事務型人格：個性保守謹慎、注意細節、有責任感，做事按部就班、講求精確。給人的印象是有效率、仔細、可靠而有信用。他們的生活哲學是穩紮穩打，喜歡安定，不喜歡改變、創新或冒險。傾向在別人的領導下工作，樂於配合和服從；偏好在有清楚規範和明確指示的環境下工作。這類的人擅於掌控情勢，不耐

處理模糊不清、曖昧不明的要求。他們和人的關係多傾向於任務的交辦完成，以及針對問題建立有條理的對策。喜歡從事銀行、金融、會計、秘書等相關工作。事

務型環境：組織與規劃最適合用來描述此類型的工作領域。大多數事務型工作場域包括了辦公室的基本工作，如檔案管理、資料記錄、進度管控等；諸如秘書處、人事部門、會計部門、總處部門等，都是此領域的典型部門。此領域所需要的能力，包括了辦事技巧、組織能力、可靠度以及聽命行事的能力等。

(二) 衍生概念：

從Holland的六角形模式中，可以看出RIASEC這六個類型之間的相對位置，也表現出類型與類型之間的心理相似的程度。

1、一致性(consistency)：

指的是類型彼此之間的相似程度，如果分數最高的兩個類型(即前兩碼)，在六角形上的位置是「相鄰」的距離，例如社會型(S)和藝術型(A)，即表示其心理上相似的程度最高，一致性較高。反之，如果前兩碼的相對位置是「相對」(對角線的兩端)的，如藝術型(A)和事務型(C)，則生涯興趣的一致性顯然較低。因為藝術型的人喜歡自由不受拘束地展現其創意，偏好變化和彈性；但事務型的人喜歡按部就班或循規蹈矩，重視秩序(吳芝儀，2000)。也許有人會擔心一致性低是否表示內在興趣有衝突，但是就榮格(Carl Gustav Jung)的概念來解釋，相對應的類型並非截然的二分，而是要看一個人對這兩個

45

類型使用量的多寡而定。以此類推，何倫碼是取排列分數最高的前碼三，故其所呈現出來的是三個強勢的類型，表示這三個類型較常被使用。相對的，其他三個類型並不是不重要，而是較少被使用(金樹人，2011)。因此，從一致性的角度來看，類型與類型之間並無衝突可言，只是個體在使用這些興趣的強度上，有弱勢與強勢之別。

此外，如果能巧妙地運用組合類型的特性，將可能創造出另一番不同的生涯選項。例如某個醫生(顯著類型是I)的人格類型也有企業型(E)的類型，可以透過擔任醫院行政管理的工作或是協助醫院基金的籌募，充分發揮兩個看似相對的類型的特徵，並使之結合地非常完美(李茂興譯，1998)。

2、分化性(differentiation)：

分化性係指類型間強度差別的程度：分化性愈高，表示有的興趣組型特別突出，意指個體可能對某些特定類型的職業活動顯現高度興趣，對其他類型的職業活動則興趣缺缺；分化性愈低，表示個體可能對大部分的職業活動都表示喜歡，或者大部分都不太喜歡，以至於六大類型的生涯興趣就顯現不出太大差異(

Holland, Poweell, & Fritzsche, 1994)。

分化性不高的人，在面對生涯抉擇的問題時，困難較多。此時，更應透過生涯輔導

深入探討他們的興趣、價值觀和經驗等，以便幫助其找出自己的新生涯目標(李茂興譯, 1998)。分化性高者，興趣趨向明顯，對於選擇從事的職業也較能樂在工作。金樹人(2011)認為，一般而言，探索中的青少年，其興趣分化的程度較低；而興趣發展較為穩定的成年人，其分化程度通常會比較高。3、

適配性(congruence)：

適配性指個人類型與環境特性間的符合程度。具有社會型的人格特質者，對於職業活動或職業環境的偏好程度也以社會型最高，則其人境之間具有高度的適配性。反之，人格類型和環境類型的何倫碼之間，相同的代碼愈少，其相容性就愈低。根據 Holland 的假設，適配性的高低可以預測個人的職業滿意度、職業穩定性以及職業成就。適配性高者，對於選擇從事的職業較能如魚得水(吳芝儀, 2000)。

適配性的概念對生涯輔導來說是很重要的，因為進行生涯抉擇時，個體當然希望能找到一個和其人格類型相容的工作環境(李茂興譯, 1998)。因此，協助學生了解自己的人格類型，有助其設定生涯目標的方向。

46

4、認同性(identity)：

認同性包括個人認同與環境認同兩類。個人認同(personal identity)係指個人在生涯目標、興趣及能力各方面的清晰度與穩定性。環境認同(environment identity)則指某一類的環境或職業是否有清楚的目標、任務與報酬(金樹人, 2011)。Sharf(2006)指出，認同性可說是生涯輔導裡一個很重要的目標，當適配性的目標完成之後，認同性的目標也可能隨之完成。

(三)Holland 概念之研究與應用：

Holland 本身對研究調查的提出和編纂，一直很有影響力，他的著作就是研究工作的延續指標，每一本的內容都是前一本的修訂版及補充版。而其他針對 Holland 生涯類型理論的研究也衍生超過 500 種以上的研究(李茂興譯, 1998)。適配性是 Holland 理論中最重要的一環，也是研究最廣泛的一個項目。舉例來說，Brown 與 Gore(1994)評估了 10 種不同方法，用來測定人格類型與就業環境間適配性的議題。而 Camp 與 Chartrand(1992)則檢驗了 13 種方法，把適配性和重要的變數相連結，這些變數包括了壓力、工作滿意度和人格上的變數等。Spokane(1985)更回顧了 63 種研究，這些研究都指出適配性和工作滿意度有一些規律的關係存在。Tranberg、Slane 與 Ekeberg(1993)在其研究結論中提出：對社會型領域的工作滿意度來說，適配性是非常重要的；但是對於實際型和事務

型來說，就比較不那麼重要。Sutherland、Fogarty 與 Pithers (1995) 則發現適配性和壓力之間的一些微小關連性。

國內的研究則有金樹人(1991)針對高職三年級男女學生，探討 Holland 生涯類型論中的六種職業興趣與人格之間的關係，發現「成就需求」與「順從需求」幾乎對六個職業興趣均有顯著的預測力。田秀蘭(2000, 2003)也分別探討大專男女學生生涯阻礙等因素與職業選擇行為適配性之間的關係，以及高中學生職業自我效能、結果預期、職業興趣、及職業選擇行為之間的關係。王春展(2004)探討專科學生情緒智慧、人境適配度與生涯阻隔狀況，以及不同背景變項在情緒智慧、人境適配度與生涯阻隔上的差異現象。何俐安、林俊彥、郭宗賢與郭彥谷(2006)也以臺灣技職校院學生為研究對象，探討如何以自我評估為起點，並作妥適之生涯規劃。區雅倫、翁儷禎與李庚林(2012)隨機抽樣受測「大學入學考試中心興趣量表」的高中生，探究臺灣高中生的興趣測驗資料，能否同時具有 Holland 的環狀結構與 Gati 的階層模式，且找出階層模式分群方式。

47

而根據 Holland 的理論所編製的測驗，諸如：1953 年出版的「職業偏好量表」(VPI)，用來測驗六種生涯興趣類型。1989 年青輔會委託中國測驗學會進行研究的「職業探索量表」(SDS)，並編擬符合國情的職業索引。或是包含九個分量表，分別測量工作滿意度、工作投入度、技能發展、主導風格、生涯憂慮、人際困擾、家庭承諾、冒險風格，以及地理障礙的「生涯態度和策略量表」。在校園中最常使用的則有「大學入學考試中心興趣量表」、「生涯興趣量表大專版」、「國中生涯興趣量表」、「生活彩虹探索」及「職業興趣組合卡」，都是依據 Holland 生涯類型理論進行編製的(吳芝儀, 2000)。

在生涯的困擾問題中，我們常見的是個人與職業之間適配的問題，這也是生涯發展領域最古老的話題。金樹人(2011)也認為，職業不僅是一個人「安身之處」，也是一個人「立命之所」。

Hollan 的生涯類型論之所以吸引這麼多研究有其原因，其專有名詞定義清楚又簡單，根據該理論所編製的測量工具省時又好用，且大多數探討此理論的研究不需要有縱度或廣度的後續研究來支持(李茂興譯, 1998)。一般來說，Holland 理論研究提供生涯輔導實務者很大的信心，他們相信 Holland 的類型說是有價值的，並且可以直接運用在諮商輔導上。可見，Holland 的生涯類型理論在理論整合、研究發展和諮商實踐三方面，開展出無遠弗屆的影響力。

參、小結

我國國中學生輔導教育以心理學相關理論為根基，在課程實施方面，歷經從「指導活動科」至「輔導活動科」再到「綜合活動領域」，儘管名稱與實施的方式一再調整，但是「生涯輔導」一直是存在於課程中的重要議題之一。而「生涯輔導」課程的重心也從早期的職業輔導，到後來的自我探索；甚至再結合「學習輔導」的內容，協助學生從學習狀況進行自我檢視，並參考選擇有利的升學方式；並且呼應「生活輔導」層面，幫助學生學習適應環境的變動，在生活中實現自我價值感。正如我國生涯輔導教育的巨擘—金樹人老師所言：生涯輔導係由輔導人員結合不同心理學科的方法與技術，提供一套有系統的計畫，用來幫助個人了解自己與環境，並經由生涯決定的能力，促進個人生涯發展、選擇適當的生活方式、增進個人的幸福，進而謀求社會的福祉。成功的生涯輔導，更能協助學生達成自我期許，並且激發個人突破困境的信心與行動(周談輝, 2003)。

48

至於個體在生涯抉擇的過歷中，則表露出了一個人的人格特質。就 Super 的生命全期論觀點，生涯發展是自我概念實現的過程，而 Swain 的生涯金三角理論認為，生涯規劃必須統整「個人」、「個人與環境的關係」以及「教育與職業資料」三種訊息，來設立生涯目標。因此，個體如何依據其自我概念及獲取的訊息，找出最適合自己特質的生涯方向，不僅是 Holland 生涯類型論關注的焦點，也是生涯發展中一項重要的議題。

人生在不同的階段，有著不同的發展任務；前一階段的發展任務達成與否，將影響著下一階段之發展情況。國中學生橫跨成長階段的後期與探索階段的前期，需要充分自我探索及培養個人生涯覺察，透過各種活動，認同與找出自己的興趣，開展自己的潛能，培養對未來生活及工作基本認識與知能，做為生涯規劃的準備。學校若能全面落實生涯輔導課程，帶領學生透過活動進行自我探索、提供生涯資訊以幫助學生覺知自己生涯的角色與現狀，將有效協助學生達成生涯發展任務。

第三節 十二年國教政策內涵與研究

我國自 1949 年開始實施六年國民義務教育，到後來 1979 年頒布「國民教育法」確定九年國民教育為義務教育，並規定 6 至 15 歲學童全面強迫入學(教育部, 2013a)。隨著臺灣社會與經濟發展，近年來普遍設置高中職，使得國中畢業生自

2001 年以後升學率皆超過 95%；但是國中畢業生欲進入高中職就讀，仍需透過升學考試，故長期以來，在升學的緊箍咒之下，教學難以正常化，學科考試以外的學習，及配合學生生涯發展、性向興趣的適性輔導長期被忽略漠視(張文昌, 2011)。

在家長團體對「降低國中升學壓力」的訴求下(張文昌, 2011)，教育部於 2001 年開始委託進行「延伸國民基本受教育年限規劃研究」，透過十二年國民教育的理論基礎、辦理模式、教學資源及課程與教育經費需求推估等四項議題的研究，積極規劃延長國民教育的可行性；並於 2007 年成立「十二年國民基本教育工作小組」、推動十二項前置準備措施及完成「十二年國民基本教育規劃方案」(教育部, 2013a)。

壹、十二年國教政策內涵

十二年國教是在既有之九年國民義務教育的基礎上進行修正與推動，基於三大願景、五大理念、六大目標、七大面向及二十九個方案，其系統架構示意圖如

49

圖 2-7，目的在於幫助學生適性學習，找到適合自己的興趣與性向，並為國家培養具有競爭力及創造力的學生(教育部, 2012b)。



圖 2- 7 十二年國民基本教育的願景、理念、目標、方案關係圖

資料來源：十二年國民基本教育網站 2014年7月8日取自

http://12basic.edu.tw/File/Levelimg_230/s_blue_3.png

一、政策目標與實施內涵

教育部積極推動十二年國教，其目的在能提升國民素質，增進國家競爭力；

促進教育機會均等，以實現社會公平正義；縮小教育落差，以求城鄉均衡發展；並舒緩升學壓力，引導學生適性發展(教育部, 2007)。

陳清溪(2007)指出，十二年國教欲達成之目標分成四個層面：(1)個人層面：舒緩升學壓力，導引學生適性發展；(2)社會層面：促進教育機會均等，實現社會公平正義；(3)國家層面：提升國民素質，增進國家競爭力；(4)世界層面：拓展學生國際視野，培育世界公民。

十二年國教以向下延伸與向上延長並進的做法，主要內涵如下(林嘉慧, 2013；教育部, 2013a)：

- (一)普及：針對15歲以上之國民，提供均等之教育機會。
- (二)自願非強迫入學：提供足夠且多元就學機會，但尊重學生與家長的教育選擇及參與權，不強迫入學。受教育，是學生的權利而非義務。
- (三)一定條件免學費：高職全面免納學費，高中依一定條件免學費。
- (四)公私立學校並行：採公立學校(國立、直轄市立、縣市立)與私立學校並行。對於獲學費補助私立學校，與公立學校之辦學需同受嚴格監督與評鑑，以確保教學正常與辦學品質。
- (五)免試為主：國中畢業生75%以上免試入學進入高中、高職或五專，但主管教育行政機關得保留招生區內少部分(0~25%)名額，以供學校採特色招生方式，經考試分發入學(學科測驗)或甄選入學(術科測驗)。
- (六)學校類型多元：學校類型包括高中(含實驗高中、完全中學、綜合高中)、高職、五專前三年、特殊學校及進修學校，另允許辦理非學校型態實驗教育。
- (七)普通與職業教育兼顧：十二年國民基本教育重視以學生中心的教學，高級中等教育階段將提供國中畢業生依其性向、能力和興趣，升入高中、高職或五專之分流選擇，並分別施予適性課程和教學，以使每個學生潛能都能獲得開展。

二、入學方式

本於多元適性的精神，在既有的多元入學基礎下，教育部(2013b)研擬「高中高職及五專免試入學實施方案」，自 103 學年度起，國中畢業生升學方式整合

為「免試入學」及「考試入學」兩種管道。75%以上全國國中畢業生得免試入學 升入高級中等學校(高中、高職或五專)，各招生區仍得保留小比率的入學名額 採特色招生。入學方式示意圖，如圖 2-8 所示。

高中、高職、及五專多元入
學管道

特色招生(0~25%)
甄選入學 考試分發入學

免試入學(75%以上)

圖 2- 8 103 學年度起入學方式示意圖

資料來源:教育部十二年國民基本教育實施計畫(2013 年 3 月 1 日)

(一)免試入學:

1、取消原本之「基本學力測驗」,亦不採計國中學生學習領域評量,即可升入高中、高職或五專。各學校辦理免試入學,亦不得訂定登記條件。2、若申請登記某校的人數未超過該校核定之招生名額,就全額錄取。但是當登記人數超過招生名額,各學校依該免試就學區作業要點訂定比序條件進行「超額比序」,且比序條件應符合「公平性」、「教育性」及「可操作」原則,並應於前一年公告。

3、「比序項目」包括學生志願序、就近入學、扶助弱勢、學生畢結業資格、均衡學習、適性輔導、多元學習表現(含獎懲、品德、體適能、服務學習、擔任幹部、社團表現、競賽成績、技職證照或資格檢定)及國中教育會考等(教育部, 2012a)。

(二)特色招生:

1、少部分學生透過考試分發入學(學科測驗),或甄選入學(術科測驗),進入獲准辦理特色招生之高中、高職或五專就讀。

2、各學校依其課程辦學特色需求向主管教育行政機關提出申請,經主管教育行政機關審核通過後即可辦理特色招生。

3、經核定採特色招生之學校,未招滿之特色招生名額不得辦理續招,且其

名額不得流入其他入學管道。

三、國中端配合十二年國教之措施

「國民教育法」第一條已簡要揭櫫了教育目的在養成德、智、體、群、美五育均衡發展的健全國民。就國中教育端而言，教育之實施，應本有教無類、因材施教之原則，致力開發個人潛能，協助個人追求自我實現，方能夠因應學生需求，提供適性輔導，達成個體自我實現的理想(教育部，2013c)。因此，國中教育應關注於如何培養五育均衡發展的國民；使學生解自己，充分開發個人潛能，以達自我實現的目標；並且建立學生基本學力的把關機制，確保學生在每一階段的學習歷程中有良好的學習品質。為了達成以上目標，國中教育應落實教學正常化、推動適性輔導，並提升教育品質。就上述三項，國中端具體配合措施如表 2-7。

表 2-7 國中端配合十二年國教改革措施

| 配合項目 | 具體措施 |
|---------|---|
| 落實教學正常化 | <ol style="list-style-type: none">1.提升教師專長授課比率2.規劃建置全國中小學教師員額系統3.辦理偏遠國中增置專長教師方案，改善各學習領域(學科)師資4.提供教師第二專長進修機會，辦理教師專長加科登記5.修訂「國民教育法」及訂定加強國民中小學教學正常化實施要點。 |
| 推動適性輔導 | <ol style="list-style-type: none">1.規劃建立國中適性輔導制度2.成立縣市學生輔導諮商中心3.發展學生適性輔導工具，鼓勵學術單位及民間出版社研發及修訂心理測驗4.提供學生認識現行高中職彈性就學轉換制度之管道5.加強辦理多元入學及生涯進路等宣導 |
| 提升教育品質 | <ol style="list-style-type: none">1.研發國中學生學習成就評量標準與實作程序2.辦理國中生補救教學3.修訂國中及國中學生成績評量準則4.推動教師專業成長 |

資料來源：劉佳欣(2014)。十二年國教改革教師工作壓力、工作價值觀與組織承諾之關係研究(未出版之碩士論文)(頁 14)。聖約翰科技大學，新北市。

貳、適性輔導

十二年國教適性輔導的推動主要是基於適性揚才、多元進路理念(教育部，2013c

)，因此必須透過適當有效的輔導措施，協助學生探索與認識自我，了解教育與職業環境，培養生涯決策能力，以進行適性的升學與就業之進路選擇。

對國中學生而言，人生第一次的升學決定，是很大的挑戰，從如何統整學習？如何考試？到如何選校？都是新的學習課題。除此之外，不論是在考試過程中面對挫折的情緒適應上，或是一旦對錄取學校的不滿意，在取與捨之間，都除了課業的學習以外，所需因應的挑戰與壓力。也因此，在此長久的壓力之下，國中階

段的生涯輔導幾與升學指導劃上等號(何美華、何文慶, 2012; 林蔚芳, 2012; 洪寶蓮, 2004)。

升學選擇乃是多種因素交互影響的複雜歷程，在面對升學抉擇時，國中生通常考量個人的能力、興趣，重要他人的意見以及參考環境條件後做成升學的決定。然而，國中生對於這三類影響因素的探索與了解是否充份且足夠客觀？又是否具備理性取捨抉擇的能力？是為適性輔導的關鍵(林蔚芳, 2012; 黃雅琇, 2005)。如果學校能夠及早重視學生的適性教育，提供多元的生涯探索課程或活動，針對學生個性特質，給予機會和幫助，使其適性揮灑潛能，並且針對學生的生涯抉擇提供諮詢輔導，應可幫助學生知道如何為自己做最好的選擇，學以致用，肯定會有較好的生涯發展和競爭力，成就美好的人生(徐美鈴, 2012)。

一、適性輔導的理念

就教育本質的角度，適性輔導係指學校和教師依據學生的能力、性向和興趣，提供適切的教育內容和方式，以激發學生潛能並促進學生健全人格發展(吳清山、林天祐, 2006)。

就生涯輔導的角度，所謂適性輔導，意指透過適當有效的輔導措施，協助學生了解自身的特性(如性向、興趣、價值觀念等)及外在世界(如職業內涵或升學進路等)，且透過適當的媒合機制與相關制度的建立，幫助學生進行適性的升學與就業之進路選擇(何秀珠, 2012)。

就教學方法的角度，適性輔導主張所有的學生都能學習，都各有所長，但也都有其待加強的領域；每一個學生的思想有如指紋般獨特，因為每個人的經驗背景不同，故以不同的情緒、情感和態度面對學習，學習的模式也不盡相同(Gregory & Chapman, 2007)，若是班級內有身心障礙的特殊學生，其差異性更大，更需要學校或教師運用不同的課程或教學方法，提供適合其能力的教學(吳清山、林天祐, 2006)。

不論從哪個角度切入，適性輔導所強調的是個人的獨特性，以及因應其獨特性而提供適合的服務。其理念與美國心理學家 Gardner 所提出的「多元智慧論」不謀而合。

54

Gardner(1983, 1999)認為人類智能至少可分八種智慧：

- (一)語文智慧：能有效運用語言和文字表達自己想法和了解他人。
- (二)邏輯數學智慧：能有效運用數字和推理的能力。
- (三)空間智慧：能以三度空間來思考，準確地感覺視覺空間，並把內在的空間世界表現出來。
- (四)肢體動覺智慧：善於運用肢體來表達想法和感覺，運用身體的部分生產或改造事物。
- (五)音樂智慧：能察覺、辨別、改變和表達音樂的能力。
- (六)人際智慧：能覺察並區分他人情緒、動機、意向及感覺的能力，即能察言觀色、善解人意。
- (七)內省智慧：能正確地自我覺察，即自知之明。
- (八)自然觀察者智慧：具有對生物分辨觀察的能力、對自然景物敏銳的注意力、對各種模型的辨別力。

Gardner 也提出每個人都有上述之八項智慧，只是各項智慧之組合不同，因而有的人具語文優勢，卻在肢體動作呈現弱勢；有的人肢體動作智慧強，但邏輯數學智慧較弱。但是只要提供適切的學習情境，這些潛能終將獲得開發。多元智慧論的觀點可說擴展了傳統個別差異的視野，使得適性教育的內涵也更為寬廣（黃政傑、張嘉育，2010）。

目前教育改革的目標重視每一位孩子的受教機會與學習品質，期使每位孩童都能接受適合其特質的教學，發展適性適才的教育，為的就是「把每一個孩子帶上來」（行政院教改會，1996）。而適性輔導的教育理念為重視孩子的獨特性，了解其多元智慧的優勢，並採用多元的教學方法與教材，讓孩子能順著自己的性向，充分發揮多元智慧，在學習上獲得成就感，進而達到自我實現、人盡其才的理想（王為國，2002）。

二、十二年國教適性輔導之推行

教育部(2013a)為因應 103 學年度首屆十二年國教學生進入高中階段就讀，於 2013 年底配合「高級中等教育法」之公布條文，視實際情形不斷精進調整實施

計畫, 預定工作要項裡, 其中一項即為「適性輔導與品質提升」, 其主要內容 為「落實國中教學正常化與適性輔導及品質提升」。

在「5-1 落實國中教學正常化、適性輔導及品質提升方案」中, 也明言「教育之實施, 應本有教無類、因材施教之原則, 致力開發個人潛能, 協助個人追求

55

自我實現, 才能夠因應學生需求, 提供適性輔導, 達成個體自我實現的理想。」因此在此方案, 教育部(2013c)推動適性輔導的措施有:(1)規劃建立國中適性輔導制度;(2)成立縣市學生輔導諮商中心;(3)發展學生適性輔導工具, 鼓勵學術單位及民間出版社研發及修訂心理測驗;(4)提供學生認識現行高級中等學校彈性就學轉換制度之管道;(5)加強辦理多元入學及生涯進路等宣導。傳統智育至上觀念的影響, 抹殺了學生的個人差異及未來生涯發展的可能性, 也造成國中學生不知為何而學、為誰而學的態度, 甚而導致國中學生的學習動機低落(郭政源, 2001)。透過「教學正常化」的策略, 提醒教育者最重要的是要協助學生們學習捕捉自己的感覺、引導學生「覺察」自己的生活型態、幫助他們從更宏觀的視野去感受生活, 培養柔軟、寬容的一顆心, 長出自信與自尊。而這些能力將會引領他們活出屬於自己獨特的生命姿態(曾惠貞, 2004)。此外, 教育部多年來致力推動國中生涯發展及技藝教育, 期望協助學生了解自身的特性及外在世界, 落實國中學生適性發展。也透過適當的媒合機制與相關制度的建立, 讓學生能適性選擇、找到適合自己的進路, 以便順利升學(教育部, 2014)。

為能達到資源整合, 教育部也明訂各縣市在原「學生輔導諮商中心」之下, 成立了一個「適性輔導組」, 結合學生心理諮商中心的專業諮詢顧問以及特殊教育、衛生醫療、社區、社福警政等資源系統, 直接督導各國中所設置的「生涯發展教育工作執行委員會」, 推動並落實國中適性輔導工作。適性輔導組規劃了六大工作範疇, 分別為:(1)統籌適性輔導事務;(2)督導各國中生涯發展教育之實施;(3)督責學校充實適性輔導專業人力;(4)增益學校教師適性輔導功能;(5)國中畢業生進路追蹤與分析;(6)學校轉介個案之諮商輔導及處遇;(7)建立家長、社區團體及企業單位參與適性輔導之管道(王意蘭, 2012)。唯有國中正常教學、均衡五育發展, 並落實生涯輔導, 以協助學生進行自我認識、自我探索以及自我認同, 才能幫助學生提升學習動機, 積極培養個人學力, 得以有效舒緩過度的升學壓力(徐昊杲、蔡宜穎, 2012)。如何讓學生將眼光放遠, 兼顧學習及生活角色, 不致淹沒於沈重的升學壓力, 是生涯輔導工作可以著重的層面(田秀蘭, 2012)。

三、適性輔導下的生涯輔導

所謂的「適性輔導」，其實並非新名詞。適性輔導推動的信念是：每一個學生有其「獨特性」，並且相信「天生我材必有用」。而主要目的在於：(1)引導學

56

生學生了解自己的興趣、性向及能力；(2)升學時提供進路選擇的建議；(3)協助學生升學之後的生涯適應。這些信念與目的，事實上都和過去國中所推動的生涯發展教育以及輔導工作相當一致(王意蘭, 2012)。

教育部在推動學生適性輔導工作中，提出以下具體工作內容(教育部, 2013c)：

- 1、修編《國中學生生涯發展教育工作手冊》，提供各縣市教育局及學校參考運用。
- 2、編製《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，協助學生記錄個人生涯規劃相關資料，以利九年級時進行升學進路選擇。
- 3、建立生涯發展教育輔導訪視機制，培訓並提升相關人員專業知能。
- 4、透過學生輔導諮商中心，整合相關輔導人力提供學校諮詢及輔導。
- 5、加強國中多元入學及生涯發展進路宣導，以使學生就其未來之進路選擇能有完善之認識與了解。
- 6、鼓勵相關單位進行研發或編修適合我國學生使用之測驗，供學校運用。
- 7、整合建置生涯輔導資訊平台，提供各種生涯輔導資訊。

教育部明訂國中端應透過《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的運用，協助學生進行生涯試探活動；並且設計每學年家長、教師及學生對話的機制，以利學生生涯輔導工作的進行。同時規定學生於九年級下學期四月底前，須整合三年之輔導資料及相關心理測驗等，綜合家長、導師、輔導教師及學生的意見，完成生涯發展規劃書。各免試就學區也可因地制宜，規定是否將此紀錄手冊列為免試入學超額比序項目。

許瑛珺(2012)認為，若將適性輔導之焦點著重在協助學生選擇高中職的生涯輔導歷程，只偏重於蒐集生涯歷程檔案，恐將影響未來國中輔導工作的走向。故建議可擴展適性輔導之概念，以學生個別化發展需求為核心，提供全面性的生活輔導、學習輔導以及生涯輔導(如圖 2-9 所示)，以協助學生進行自我認識、探索及認同自己的選擇。

十二年國教中的「適性輔導」，事實上與過去的生涯發展教育及生涯輔導工作，在

精神、目的與範疇上差別不大。最大的差別在於，過去學生升學大部分是以「分數分流」為主，學校所進行的種種「生涯輔導」，在遇到學生升學輔導時，不可諱言仍必須以升學考試或在校成績為最主要的考量。但是在十二年國教中，因著多元化的超額比序項目，國中學生升學朝向「自主分流」的方向，必須就個

57

人的人格特質、價值觀、性向、興趣、乃至於對高中職學校的資訊掌握情形，以及將來個人生涯的願景等因素，進行生涯探索及升學決策。因此，在適性輔導下的生涯輔導，在實務工作的方法上必須更形專業與細膩(王意蘭, 2012)。而學生除了能夠自我了解並據以選擇適合自己的學校之外，還能具備相當的彈性以因應「機會」因素帶來的變數，不致於從一次不如意的選擇結果中挫敗，都是適性發展所需要培養的能力，也是合宜的生涯輔導需加以提供與協助的(林蔚芳, 2012)。

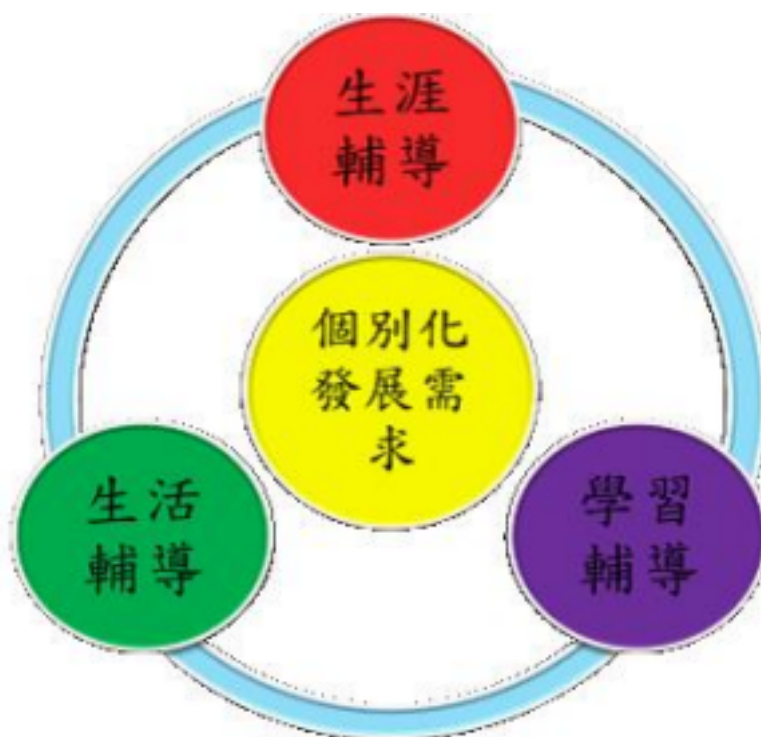


圖 2-9 全面性適性輔導概念圖

資料來源：許瑛珺(2012)。國中實施適性輔導之現況與未來展望—從十二年國教的影響談起。載於銘傳大學主辦之「2012年十二年國民基本教育研討會」會議手冊暨論文集(頁123)，台北市。

參、十二年國教相關研究

自 2011 年 9 月第一屆適用十二年國教學生進入國中階段起，形同十二年國教政策正式起跑，除了相關教育單位積極研擬政策因應的具體作法之外，相關的研究也如雨後春筍般地大量進行與產出。研究者透過臺灣博碩士論文系統搜尋與十二年國教有關的研究論文，即達百篇以上。

一、相關研究類型

研究者就蒐集到的研究，進行分類整理，以下將分別論述。類別包括：(1) 十二年國教政策的認知程度與意見，如陳雅文(2014)民眾對十二年國民教育的認知程度之研究、戴瑞宏(2013)藉由訪談 15 位首屆十二年國教學生，探討其對政策的了解程度與感受為何；(2) 針對十二年國教推行後的認同度或滿意度之調查，如郭盈伶(2012)十二年國民基本教育免試入學方案政策之認知與滿意度研究、陳信宏(2012)國中學生、家長與教師對推行十二年國民教育意見之調查研究；(3) 對十二年國教推動後所產生的效應與因應之道，如田孟婷(2013)十二年國民基本教育政策對國中教育影響之研究、霍志明(2014)國中教師對十二年國教升學制度與考試方式的因應策略分析；(4) 在十二年國教效應下，針對「升學決策」的文獻也順應而生，如曾榆薰(2014)以新竹地區的學生為研究對象，了解其對高中職及五專免試入學方案的認知，進而探討其認知對於國中學生進入下一個學習階段，選擇學校的影響因素。(5) 在十二年國教下，對國中生的「學習態度、課業壓力」有無影響之探究；(6) 因應十二年國教而發展的課程設計或創新的教學方式。

也有從十二年國教實施方案的角度切入，進行較詳細的探討。包含以下幾類：(1) 就「免試入學」超額比序項目的研究，徐志寧(2014)就免試入學的制度下，綜合活動—童軍科的分數納入升學比序之一，探討對於國中童軍教育的影響為何，並思考童軍教育實施的發展策略、高誌隆(2015)針對學生及其家長對於免試入學超額比序項目作為入學依據之適切性之看法，是否符合教育內在價值、教育正義等概念加以探討；(2) 針對「補救教學」部分，許育豪(2014)研究發現數學科補救教學多採用資源班模式進行，在教學策略方面，則先以直接教學法教導學生記憶事實，學習動作技能，以及簡單的讀、寫、算技能，再運用合作學習法幫助學生精熟學習內容。

各類論文研究中，以「對十二年國教推動後所產生的效應與因應之道」及「了解學生學習態度、課業壓力」為最多；其次則是「對政策的認同或滿意程度」及「因應十二年國教而發展的課程設計或創新的教學方式」。此外，研究對象以「教師」及「家長」最多，「學生」才為其次。而研究方法中，以「問卷調查法」為最大宗，「訪談

法」次之；較為特別的是王潔穎(2014)運用建制民族誌的觀點，透過國中導師敘說其日常工作發生的真實經驗，探討十二年國教的實施如何對於國中導師的工作影響為何。

二、適性輔導研究

在蒐尋十二年國教相關論文之研究中，研究者亦特別將與本研究相關度較高之「適性輔導」方面的研究挑選出來。相關研究整理結果如表 2-8 所示。

表 2-8 十二年國教適性輔導相關研究摘要表

| 論文題目 | 研究者(年份) | 研究目的 |
|--|---|--|
| 陳淑女(2013) 臺北市公立國民小學教師適性輔導與創意教學關係之研究 | 十二年國民基本教育適性揚才政策理念及政策推動之研究 | 旨在建構國中適性輔導評估指標，在十二年國教的推動之中，落實學校的適性輔導工作。 |
| 林嘉慧(2013) 桃園縣國民小學教師覺知十二年國民基本教育政策與適性輔導能關係之研究 | 問卷調查法/ 100 學年度桃園縣公立國小正式教師 | |
| 吳函靚(2014) 十二年國教國民中學適性輔導推動之研究 | 問卷調查法/ 102 學年度臺南市公立國中正式教師 | |
| 林光偉(2014) 桃園縣國民中學適性輔導評估指標之研究 | 問卷調查法/ 桃園縣政府教育局行政主管、輔導與諮商中心專業人員、國民中學校長、主任及教師 | 探究屏東市國中教師落實十二年國教「適性輔導」專業成長需求的內涵與建議。 |
| 張敏蘭(2014) 屏東市國中教師落實十二年國教「適性輔導」專業成長需求之探究 | 問卷調查法/ 新竹縣 9 年級學生行動研究法/ 花蓮縣某私立中學七、八年級學生 | 探討新竹縣國中九年級學生在使用學生生涯輔導紀錄手冊之成效以及滿意度情形。 |
| 黃怡潔(2014) 新竹縣國中推動學生生涯輔導紀錄手冊之滿意度研究 | 問卷調查法/ 103 學年度宜蘭縣溪南地區公立國民中學編制內教師訪談法、文件分析法/教育部十二年國教諮詢委員會成員、屏東縣新埤國中師生 | 探討「生涯輔導紀錄手冊結合綜合活動領域」的教學課程，實施的問題及解決方法，並評估學生的學習表現。 |
| 余美其(2015) 國中學生生涯輔導紀錄手冊結合綜合活動領域之教學設計與實施 | 關係，以及不同背景變項下，國小教師適性輔導與創意教學的差異情形。 | 探討宜蘭縣溪南地區國民中學教師對十二年國教免試入學方案中適性輔導成效之感受、比較不同背景變項所產生的差異、分析國民中學教師認同十二年國教適性輔導成效認知 |
| 陳麗馨(2015) 國中教師對十二年國民基本教育實施適性輔導成效之感受以宜蘭縣溪南地區國中為例 | 探討桃園縣國民小學教師覺知十二年國民基本教育政策與適性輔導知能之現況。 | 認同度與執行後的滿意度之相對情形。探討十二年國教適性揚才政策理念及政策推動情形。 |
| 林純真(2015) | 探討臺南市國民中學教師覺知十二年國教適性輔導推動與教師適性輔導知能之現況。 | |

資料來源：研究者自行整理。

60

綜合整理適性輔導相關的九篇論文裡發現：就研究主題來看，多為針對適性輔導政策推動的評估或是教師知覺或需求的探究，僅有黃怡潔(2014)、余美其(2015)兩篇論文是針對《國中學生生涯輔導紀錄手冊》進行的研究；在研究對象部分，以教師為對象的共有七篇，以學生為研究對象者同樣僅有黃怡潔(2014)與余美其(2015)。而研究方法中又以量化呈現之問卷調查法者高達七篇，以質性研究呈現者也僅有余美其(2015)的行動研究法及林純真(2015)的訪談法各有一篇。

黃怡潔(2014)的論文是針對新竹縣九年級學生在使用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》之後，透過問卷調查了解學生在使用手冊的完成度及滿意度，是以量化呈現為主。

余美其(2015)的研究「國中學生生涯輔導紀錄手冊結合綜合活動領域之教學設計與實施」則與本研究有不謀而合之處。細探其研究發現：在研究者身分方面，皆同為國中學校輔導教師；在研究動機方面，均是從教育現場中看見問題、為解決問題而進行研究；就研究實施的方式來看，均為結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》進行教學活動，唯該研究是將手冊運用在既有之綜合活動課程裡，而本研究則是除了運用在既有課程裡，亦另針對手冊設計新增之教學單元；在教學實施的對象方面，該研究是針對七、八年級學生，而本研究則是實施於九年級學生。另外，從「國中學生生涯輔導紀錄手冊結合綜合活動領域之教學設計與實施」研究與本研究的實施時間進行比對，發現兩項研究進行時間約略相同。研究者綜合整理十二年國教相關的研究論文中發現：有關「適性輔導」的研究不僅可以從政策評估層面，也可以從適性輔導引發的教師教學或專業成長進行探究，更可以了解相關工具運用的情形，可見與本研究有關的議題仍有相當大的探究空間。此外，對於適性輔導的重要工具《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，亦有相關研究進行之，可見本研究在十二年國教的背景下，極具研究價值與空間。

肆、小結

教育部積極推動十二年國教，其目的不僅在於提升國民的基本能力，促進教育機會的均等，更重要的是，期使透過教育的改革，幫助學生找到適合自己的興趣與性向，真正達到適性學習(教育部，2013a)。面對如此重大與創新的教育改革

，社會大眾對十二年國教的接受程度與態度，的確是檢驗教改是否成功的一種 向度。

61

十二年國教有其理想性，也有其目標。十二年國教的設計，是以學生五育均衡發展之全人教育觀點，這種不同以往以學科分數為主的入學方式，必須先調整過去傳統落點分析思維，改變固有的價值取向方能有效落實。

如果，社會大眾和學校教師能夠擺脫升學競爭的迷思，關注每一位學生的特質和潛能，積極推動適性輔導，落實生涯輔導教育，以能引導國中學生覺察自己的興趣和潛能，建立生涯發展的信心而願意學習，進而選擇適合自己發展的生涯進路，使每一位學生都能適性揚才，十二年國民基本教育的目標才能真正達成。

第三章 研究方法

本章共有五節，第一節研究設計說明研究設計與研究架構並簡述研究流程，第二節敘述研究場域及參與人員，第三節介紹「我的人生方向盤」課程設計，第四節則對資料蒐集與分析予以說明，第五節說明資料檢核與研究倫理。

第一節 研究設計

本研究旨在了解「我的人生方向盤」課程的實施，所引發學生生涯自我探索的歷程

為何，並探討教師結合課程實施，指導學生填寫《國中學生生涯輔導紀錄手冊》之成效。以下針對本研究採用之研究方法、研究架構和研究流進行說明。

壹、質性研究的選擇

在社會科學的方法論領域裡，一直存在著「計量」與「質性」兩大研究典範，各依據不同的哲學觀與研究旨趣，發展出觀點迥異的理論建構方式與研究方法。一般而言，量化研究傾向予以統計概念之「普遍原則」來驗證所得資料之可信度與有效性；而質性研究則將關注的焦點放在「事實的建構過程」與「人們特有的經驗和解釋」（胡佑慧，1996）。

以往，在教育方面的研究大多關切某種教學法、教學輔具是否有效，而使用實驗的方式來控制變項進行探究。但是近年來，相關領域研究者紛紛認為，在控制環境中實驗的結果不見得能推及真實環境；加上對學習歷程的逐漸重視，採取質性研究方法的相關研究日漸增加（宋曜廷、廖楷民，2011）。質性研究指的是研究者進入研究場域，以研究對象本身所產生的資料進行架構。其研究結果主要在呈現研究對象對真實世界的解讀及其行為的過程，研究者不做任何的推論與驗證（王文科、王智弘，2006）。質性研究的探究過程是有彈性的，研究者需要在研究場域持續地獲得回饋與線索。而且，質性研究主張以研究者為工具，親自進入研究對象之真實情境脈絡當中，直接從內在觀點來詮釋其所呈現的言語、文字、行為等其背後的用意（歐用生，1992）。高淑清（2008）認為質性研究適用的時機，一般使用以於下情境：（1）研究問題的性質是探索性或發現性的問題；（2）研究問題的焦點在於互動與過程；（3）關心個別化的經驗與結果；（4）對描述性資料感興趣或有其深入的需要；（5）對於可能最重要的互動經歷或變項尚不明確時；（6）當運用自然取向的策略較符合研究目標時。

綜上所述，可知質性研究強調對研究情境脈絡的敏覺，直接在所處的情境中蒐集資料，並將所得的描述性資料整理、歸納、分析，以能深入了解研究對象對事物的不同解釋。

本研究目的之一是探討在藉由生涯輔導課程的實施，學生所表現出生涯自我探索的歷程。而探索的結果，會因為個人經歷與特質，而有不同的解讀。因此，研究者欲透過質性研究的方式，充份尊重研究對象，並秉持尊重研究關係的態度，從研究對象的角度瞭解其經驗與想法，對研究對象的回饋與反應進行較細緻的描述與分析，有助於尊重個別差異並捕捉其生涯自我探索的真實面貌。

貳、研究架構

本研究根據文獻探討，並配合本研究之動機與目的，建構本研究之研究架構如圖 3-1 所示。

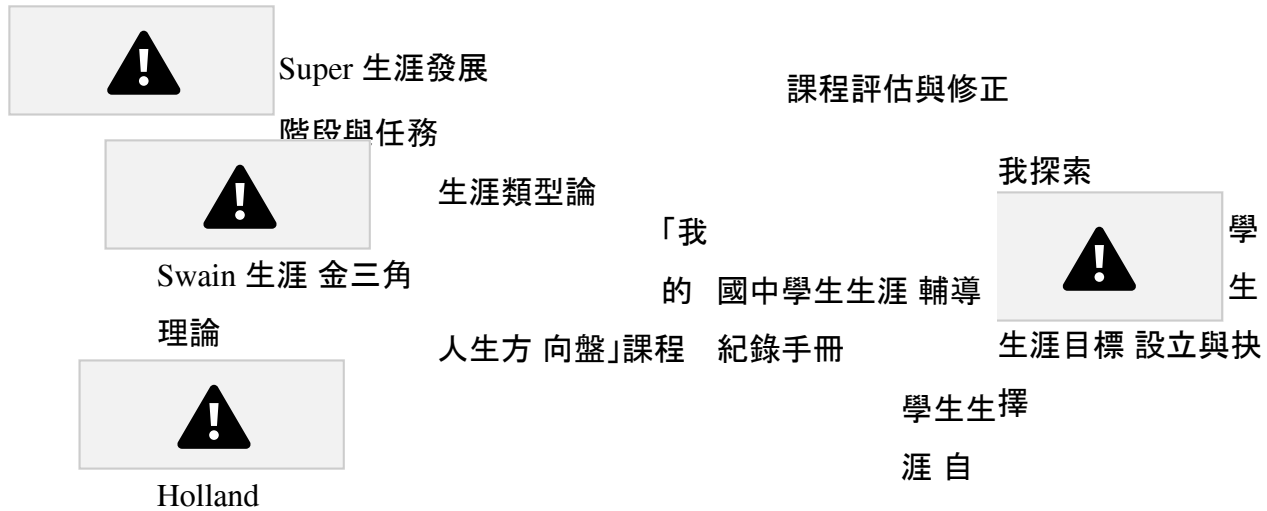


圖 3-1 研究架構圖

參、研究流程

本研究進行的時間為 2014 年 7 月至 2015 年 11 月共計 17 個月。在十二年國教及國中生生涯輔導課程理論基礎下，運用《國中學生生涯輔導紀錄手冊》，設計「我的人生方向盤」課程，並透過課程實施蒐集研究資料，並加以評估實施成效。研究流程圖 3-2 所示，以下針對各階段進行分述。

一、選定研究主題並蒐集與閱讀相關資料：研究者在反思實務工作經驗之後，期許自己藉由課程實施，了解學生學習結果，並落實政策推行。在準備階段，透過蒐集並閱讀相關文獻、與指導教授討論後，訂定研究主題。

64

二、決定研究對象：國中九年級學生即將面對人生第一項重大的決定，研究者長期從事實務工作，深刻體會青少年階段自我探索對生涯決定的重要性，且《國中學生生涯輔導紀錄手冊》在九年級也須針對國中三年的探索進行統整。然而，此屆九年級學生在手冊的紀錄雖已進行兩年的時間，然在填

寫的方式，從未結合課程進行，而是單純就手冊內容進行填寫。故研究者欲透過所設計之課程，協助學生進行生涯自我探索，一方面藉研究進行之際，評估並比較《國中學生生涯輔導紀錄手冊》在結合課程前後，學生的紀錄情形，故選擇九年級學生為研究對象。

三、設計研究教學活動：透過文獻探討，參考研究場域生涯輔導課程架構及生涯輔導紀錄手冊內容，選定內容設計本研究之「我的人生方向盤」課程。四、進行教學並蒐集資料：本課程正式實施時間為 103 學年度第一學期。資料的蒐集為求完整與正確，研究者所授課的班級以錄音的方式，輔以研究者的省思札記做詳實的紀錄；並在課程期間與課程結束後，持續蒐集各類來源資料，以供交叉驗證之用。

五、整理與分析資料，並撰寫研究報告：統整各項資料後加以分析、歸納，形成研究結果並提出建議與可進一步討論之議題，最後撰寫研究報告。



第二節 研究場域及參與人員

本節就研究場域與研究參與者，分別簡介如下。

壹、研究場域

研究場域為研究者所服務之臺北市立某國民中學，為一所中型國中。建校二十餘年。學校處於一個具有多元文化的社區，既中式又西化、既傳統又開放、既人文又科技、在高社經背景中又存在一群需關懷的弱勢族群、在繁華的商業圈中又有山林為傍。社區內文化、學術、醫療等機構林立，人力資源豐富，有國家公園、故宮博物館、日僑與美國學校、亦有特殊機構啟智、啟明學校，還有榮總、陽明、新光等醫院。在這樣一個中西交融、新舊並陳的特殊環境中，逐漸形成一個氣質獨特、價值多元的社區。如果說學校是社區的核心，那麼這所學校在與社區接軌的起始點，便承接了「肯定多元價值、發展多元價值」的教育使命。多年來，學校也確實在「多元價值」這個主軸上努力經營，不僅營造有利的教育環境，讓學生充分探索自我，也提供各種不同型態的教育機會，讓學生肯定自我，並學會欣賞、尊重他人。

學校的經營理念有以下幾方面：(1) 尊重學生的獨特性：從生涯發展的觀點來看，每一個人都是獨特的個體，每一個人天生氣質不同，因此有不同的性向與興趣，而形成有趣的多元世界。在學校裡，重視每一個孩子的存在性，尊重每位學生的獨特性，教育設計上以適性發展為最高準則。(2) 厚植學生的人文性：正因為此社區的孩子得天獨厚，因此更需要善加引導：學習關懷環境、關懷周遭的弱勢團體，學會惜福與分享。為了達到此一教育目標，在教育設計上提供了各種生命體驗的機會。(3) 發展學生的無限性：21世紀最有價值的資產是「創意」，透過創意的表現，期待培養學生的自信。學生的創意可以來自教師的啟迪，也可以來自環境的引發，因此，學校以建立全球視野、營造創新氛圍的學習環境自我期許。(4) 提昇教師專業能力：提升教師的專業，是為了帶好每一位學生。面對知識半衰期、環境快速變遷等問題，期許教師以今日所學、教今日學生、面對未來的生活。

選擇這所學校作為研究場域的原因，一方面是研究者服務的學校，研究者對學校的課程及教學運作模式具有熟悉的優勢，另一方面是學校對於教師多元的教學活動及教育改革充份的鼓勵與支持，使此校的課程設計與發展有其卓越的成果。再者，

自 2012 年開始，輔導室及輔導教師們即針對在十二年國教的基礎背景下，

《國中學生生涯輔導紀錄手冊》如何結合課程來推動，開始進行固有生涯輔導課程架構的檢視與修正，以提升學生生涯探索的品質。因此，在確定研究主題與方向之後，即以研究者自己服務所在的學校作為研究場域。

貳、研究對象

本研究的對象為研究者所任教九年級的三個班級學生，此三個班級從八年級起由研究者開始教授輔導活動課，九年級繼續任教。總共有男生 53 名，女生 37 名，共 90 人。因研究場域採常態分班，故三個班級學生學習表現平均，未來升學目標高中及職業學校均有。三個班級的學生除了學校舉辦全年級的生涯講座或宣導活動之外，對於可以自由報名參加之生涯試探活動均鮮少參與。三個班級的學生就上課時、下課後及作業品質等表現，各具不同特性：A 班學生上課鮮少發表意見，不會公開挑戰研究者，也較少發問問題；但是下課後較容易與研究者就課程內容進行課後討論與心得分享。在作業品質方面則出現明顯兩極化的表現，約有一半的學生作業內容豐富具有深度，但是約有三分之一的學生則抓不到作業重點，容易文不對題，且常常遲交；但是在檢討作業時，全班又多能積極聆聽並了解研究者批改的方向與重點，並想嘗試在下一次的作業中取得高分。

B 班學生動靜皆宜，參與活動熱情十足，但是在研究者講解內容時又能安靜聆聽，如果有不同的意見，均能有禮貌地反應，且能與研究者理性溝通；但下課時與研究者互動的話題多為生活瑣碎小事，較少就課程內容進行意見的交流。作業表現方面

雖然少有遲交或缺交的情形，但豐富度較為普通，多是採取安全過關即可的態度在完成作業，唯有一、兩位學生的內容較具深度。C 班學生則出現明顯的性別差異，男生普遍活潑聰穎，僅有少數幾位安靜少話；女生則剛好相反，多數恬靜乖巧，僅有一位外向活潑。平時上課活潑的男學生常常刻意以有陷阱的問題進行發問藉機挑戰研究者，女生普遍對於課程配合度較高；但是不論在活動進行或是回答問題，活潑的男生較有出色的表現。唯作業的部分，女生均能完成繳交，甚至有幾位在探索的內容中能針對個人其他的想法進行分享；男生則幾乎遲交或是以敷衍的態度完成，甚至有少數幾位作業缺交。在下課後的互動，C 班學生較少與研究者有進一步的討論，唯有幾位生涯方向較為明確的學生，會主動向研究者詢問升學進路的問題，對於升學的準備也有較積極的行動。

研究對象在七、八年級，已透過輔導活動課認識 Super 的生涯發展階段及 Swain 的生涯金三角理論，且已接觸過《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的內容（臺北市教育局設計以「生涯領航儀表板」線上填寫系統呈現）。但因輔導活動課程對研究對象而言，屬於較為輕鬆、非考試科目之課程，故其對所學過的生涯相關理論內容所存記憶不多。而且，生涯輔導紀錄手冊因未曾結合課程進行之，七年

級僅以上課時由老師說明線上填寫方式，故上線完成者幾希；八年級因研究者以作業的方式要求之下，才能陸續完成，但也僅止於研究者有要求的部分，對於未強制要求的部分，僅有少數學生填寫，內容也少有能結合生涯探索之自我省思。唯研究對象在八年級下學期，均已實施「新編多元性向測驗」，並於九年級上學期研究進行之前，再實施「興趣測驗－我喜歡做的事」。因研究者解釋測驗內容時，均結合生涯探索議題及升學進路選項進行說明，且鼓勵研究對象可綜合參考兩項測驗進行生涯目標思索，故部分研究對象對於測驗結果之於生涯探索，較有印象。

除了 90 位研究對象之外，研究者亦蒐集 100 學年及 103 學年入學的兩屆學生在生涯自我探索的部分資料，以作為研究結果比對之用。100 學年入學學生因是第一屆十二年國教學生，對於政策、入學方式乃至於《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的紀錄均屬於「且看且走」的階段，因此就手冊的紀錄方面，未曾結合課程實施進行填寫。而 103 學年入學學生，則在研究者已針對研究對象實施課程之後，採以行動研究之精神，嘗試在現行課程架構之下，融入《國中學生生涯輔導紀錄手冊》的紀錄，同時配合生涯檔案的紀錄，進行更為完整之生涯自我探索。

參、研究者

研究者為輔導活動專長教師，有 14 年教學經驗，歷經輔導活動單科教學、綜合活動合科教學及綜合活動分科教學；熟稔國中生涯輔導，對於學生生涯輔導方面亦有實務經驗。研究者對教學創新有相當興趣，工作之餘利用夜間及週末時間在淡江大學課程與教學研究所進修，修習過課程理論與教學設計及重大教育議題探究，在研究方法方面，學習過行動研究及質化研究，並跨所至教育與心理諮商研究所修習生涯諮商專業課程。

在本研究過程中，研究者扮演的角色是多元的，分述如下：

(一)課程設計者：研究者參酌相關文獻，規劃結合《國中學生生涯輔導紀錄手冊》之生涯輔導相關教學活動。

68

(二)教學者：研究者擔任教師的角色，負責規範活動程序，引導活動進行。

(三)觀察者：研究者置身於教學現場，參與所有教學活動，同時觀察、紀錄學生的學習反應。

(四)資料分析者：研究者蒐集學生學習單、檢核表、手冊填寫情形，及相關紀錄資料，並配合省思札記進行資料的彙整與分析。

(六)報告撰寫者：研究者綜合研究發現，提出本研究的結論與建議，完成論文的撰寫。

教師作為研究者有幾個假設(吳心楷、謝州恩, 2005)：(1)在職教師對學生和教室狀況最了解；(2)在職教師有解決問題的心胸，並歡迎有效的教學改變；(3)容易在該班或學校收集各種資料。但是，教師與研究者兩個角色時常需要協調與反思，才不會使研究有所偏袒或偏見。所以教師在這過程中，要能清楚自己的研究方向，以達到研究的目的。

在本研究中，研究者擔任課程設計、教學實施及資料蒐集及分析的工作。研究者研究過程中，隨時記錄自己的觀察與省思，並以真誠、開放的態度面對研究對象所呈現的資料及透露之訊息；並在分析的過程裡，以好奇、中立的角度欣賞、投入以整體了解資料的內容，期能詳實反映研究對象的經驗與想法。

肆、協同觀察者

協同觀察者與研究者為同校輔導活動專長教師，有 20 年教學經驗。曾擔任高中輔導教師，在國中的教學經驗中與研究者相同，皆歷經國中輔導活動單科教學、綜合活動合科教學及綜合活動分科教學三種教學模式，且考取心理師執照；不僅對於國中生生涯輔導教學有豐富的經驗，對於學生輔導實務工作常常也是研究者諮詢的對象。協同觀察者於 103 學年度與研究者同為九年級輔導活動科任課教師，對於九年級教學內容、生涯輔導工作均有許多共同討論的時間。唯研究者與協同觀察者雖同為九年級任課教師，但因輔導活動課不同於一般學科有具體的考試內容或進度，教師可就課程架構中針對班級特性或其他需求進行教學內容的設計；故協同觀察者任教的班級並未特別針對《國中學生生涯輔導紀錄手冊》結合課程設計讓學生填寫，也能進一步針對各自任教班級學生的生涯輔導工作與手冊填寫情形進行觀察與比對。

第三節「我的人生方向盤」課程設計

本節旨在介紹「我的人生方向盤」生涯探索課程設計的理念與內容，以及教學活動的設計。

壹、能力指標符應

本研究所實施之「我的人生方向盤」課程，是基於生涯輔導相關理論，並結合十二年國教「國中學生生涯輔導手冊」進行設計。課程實施分為「我的生涯舞台」、「學習，操之在我」與「我的抉擇，我的路」三個單元，課程模組符應的能力指標如下：

一、生涯發展教育能力指標

國中生涯發展教育的內容以「自我覺察與探索」、「生涯覺察與試探」與「培養生涯規劃能力」三方面為主，而國中階段學生在生涯自我探索的重點在了解自己的 ability、特質、興趣，並且藉由自我探索過程來評估自己生涯發展的基本能力（田秀蘭，2001；教育部，2002）。

因此，「我的人生方向盤」課程模組在設計教學目標時，對應到「國民中小學九年一貫課程綱要」裡的「生涯發展教育能力指標」的有：1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。

2-3-1 認識工作世界的類型及其內涵。

2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。

3-3-4 瞭解教育及進路選擇與工作間的關係。

3-3-5 發展生涯規劃的能力。

在「我的生涯舞台」單元中，重點在引導學生探索自己的興趣、性向及人格特質，並且綜合了解自己所適合的發展方向，並且透過 Holland 生涯類型論的分類，初步了解工作世界的類型。「學習，操之在我」的單元裡，除了持續探索興趣、性向及人格特質之外，並認識未來的進路選擇，再進一步分析自己的學習表現與升學進路的關係。最後，在「我的抉擇，我的路」單元裡，學生能整理前兩單元及以往生涯探索的活動心得，發展如何生涯規劃的能力。

二、綜合活動領域能力指標

本研究是利用綜合活動領域裡的輔導活動課程進行，而「生涯輔導」是輔導活動課程三大主軸之一（教育部，2013e），故本課程模組在符應綜合活動領域的能力指標有：