

附錄一 大學生生涯發展狀況及生涯輔導需求調查問卷（專家效度用）

親愛的同學，您好！

本問卷的目的，是想了解您目前的生涯發展狀況、您需要的生涯輔導需求，以做為學校提供各項生涯輔導方案的依據，協助您在就業、升學等未來發展上，有更順利的學習與準備，使您的大學生活，更加豐富充實。

本問卷所得資料僅供學術研究之用，以及陽明大學就業輔導組業務改進之參考。您的意見十分寶貴，請就您個人之經驗與觀點，依作答說明逐題填寫。敬祝您在陽明的生涯，年年豐收！

國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系學生事務碩士在職專班

指導教授 張雪梅博士

研究生暨國立陽明大學學務處就業輔導組助教 蔡淑芬 謹啟

壹、個人基本資料

一、性別：1.男 2.女

二、年級：1.大一 2.大二 3.大三 4.大四 5.大五 6.大六 7.大七

三、科系：1.醫學系 2.牙醫系 3.醫技系 4.醫放系 5.護理系 6.物治系 7.生科系

四、是否有醫院見實習經驗：1.有 2.無（生科系同學若有參與實驗室研究，視同有實習經驗）

五、家庭社經背景：

(1) 父母親教育程度（請參照下表，填入適當的代碼）：

() 父親教育程度，() 母親教育程度

1	不識字
2	小學畢業或肄業、未上學但識字
3	國中、高中、高職畢業或肄業
4	大學、學院、專科畢業或肄業
5	研究所畢業或肄業

(2) 父母職業類別（請參照下表，填入適當的代碼）：

() 父親職業類別，() 母親職業類別，

例：如父親是農夫，則應填“1”（屬於非技術人員）

如父親是醫生，則應填“5”（屬於高級專業人員人員）

（若雙親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

類別代碼	職業
1. 非技術性工人	工廠工人、學徒、小販、佃農、漁夫、清潔工、雜工、臨時工、工友、建築物看管人員、門房、女傭、服務生、舞

	女或酒女、無業、家庭主婦
2. 技術性人員	技工、水電工、店員、雜貨店老闆、零售員、推銷員、自耕農、司機、裁縫、廚師、美容師、理髮師、郵差、乙等職員、士官、士兵、打字員、領班、監工
3. 半專業人員	技術員、技佐、委任級公務人員、科員、行員、出納員、縣市議員、鄉鎮民代表、批發商、包商、尉級軍官、警察、消防隊員、甲等職員、船員、秘書、代書、演藝人員、服裝設計師、護士
4. 專業人員	中小學校長、中小學教師、會計師、法官、推事、律師、工程師、建築師、薦任級公務人員、公司行號科長、船長、經理、襄理、協理、副理、校級軍官、警官、作家、畫家、音樂家、新聞電視記者、護理師
5. 高級專業人員	大專校長、大專教師、醫師、大法官、科學家、特任或簡任公務人員、立法委員、監察委員、考試委員、國大代表、董事長、總經理、將級軍官

六、家族職業：

您的家族成員中（含直系及旁系親戚），是否有醫療相關從業人員：

1. 是，職稱：_____，您對他／她的稱謂：_____
2. 否

七、您對現在就讀科系的興趣： 1. 非常有興趣 2. 有興趣 3. 普通 4. 不太有興趣 5. 非常沒有興趣

八、您就讀目前科系的最重要原因為（請單選）：

1. 他人的影響或建議（如：父母親友、師長同學） 2. 自己的興趣及志向 3. 入學考試分數落點 4. 未來就業機會及發展潛力 5. 其他：_____

九、您對生涯輔導相關課程或活動的參與度：

(1) 您是否曾修習生涯規劃相關課程（如：生涯發展、全人生涯開展）？

1. 是 2. 否

(2) 您是否曾參加生涯輔導相關活動（如：工作坊、座談演講）？

1. 從未 2. 1~3 次 3. 4 次或以上

貳、大學生生涯發展量表

※請就您對下列各題敘述的同意程度，圈選一個最適切的答案。

	非常同意	同意	部分同意	不同意	非常不同意
一、專業定向					
1. 如果重新選擇，我仍會選擇現在所就讀的科系.....	5	4	3	2	1
2. 為了符合他人期望或考量未來就業出路，我放棄原本希望唸的科系.....	5	4	3	2	1
3. 我已經決定將來要從事的職業，並且很滿意這個決定.....	5	4	3	2	1
4. 我對自己所學專業領域具有使命感、認同感.....	5	4	3	2	1
5. 我以未來將成為所學專業領域的一份子為榮.....	5	4	3	2	1
6. 我肯定自己所學專業領域的價值，並願意在未來投入自己的時間與精力.....	5	4	3	2	1
7. 我希望未來能在自己所學專業領域上有穩定、長期的發展.....	5	4	3	2	1
8. 如果有其他發展機會，我會考慮選擇離開目前的專業領域.....	5	4	3	2	1
9. 我仍不確定目前所唸科系及未來可能的職業發展是否為最佳選擇.....	5	4	3	2	1
10. 我確定目前就讀科系符合自己的特質.....	5	4	3	2	1
11. 我將以目前就讀科系專業領域為未來的職業目標.....	5	4	3	2	1
12. 我對自己所學專業領域感到很有興趣.....	5	4	3	2	1
13. 我可以清楚說出自己未來的職業目標.....	5	4	3	2	1
二、生涯信念					
14. 我相信人可以掌握、創造自己的未來.....	5	4	3	2	1
15. 我不確定自己是否能做出適合的生涯決定.....	5	4	3	2	1
16. 對於自己的未來，我感到猶豫不決、無法做決定.....	5	4	3	2	1
17. 我會擔心自己未來的出路發展.....	5	4	3	2	1
18. 預先規劃未來的方向及目標，對未來的發展會有幫助.....	5	4	3	2	1
19. 我對自己的未來感到樂觀、有信心.....	5	4	3	2	1
20. 不論別人怎麼想，我通常會依照自己的意思做選擇.....	5	4	3	2	1
21. 我認為自己的能力可以勝任未來的工作.....	5	4	3	2	1
22. 我有相當把握，可以在未來達成自己的抱負、理想.....	5	4	3	2	1
三、生涯行動					
23. 我會主動運用各種生涯探索管道，有效蒐集資訊，以幫助自己做決定...	5	4	3	2	1
24. 我會和他人（如：父母師長、同學朋友、輔導人員等）討論將來出路發展的問題.....	5	4	3	2	1
25. 我會探索自己的興趣、能力、價值觀.....	5	4	3	2	1
26. 我會多方充實自己（如：選修相關課程、參加活動、教育訓練、打工等），以具備未來發展所需的知識及能力.....	5	4	3	2	1
27. 我會思考自己喜歡的生活方式及職業型態.....	5	4	3	2	1

28. 我會嘗試去了解本系畢業後的出路發展.....	5	4	3	2	1
29. 我會嘗試去了解自己適合從事何種性質的職業.....	5	4	3	2	1
30. 我會嘗試去了解我感興趣的職業所需具備的資格、能力、條件.....	5	4	3	2	1
31. 我會嘗試去了解有何進修管道，以提昇自己的知識及能力.....	5	4	3	2	1
32. 我會主動思考、探索自己的未來，並嘗試訂定人生計畫.....	5	4	3	2	1
33. 我會為自己擬定未來的目標，並以行動來實現它.....	5	4	3	2	1
34. 對於我將來想從事的職業，我很少去思考、探索.....	5	4	3	2	1

參、大學生生涯輔導需求量表

※若學校欲為您提供生涯輔導服務，您對下列各項目的需求程度為何？圈選一個最適切的答案。

	非 常 需 要	需 要	部 分 需 要	不 需 要	非 常 不 需 要
一、自我探索					
1. 了解自己的人格、性向、興趣、能力、專長、優缺點.....	5	4	3	2	1
2. 了解自己的工作價值觀、動機、抱負.....	5	4	3	2	1
3. 了解自己目前生涯發展狀況及成熟度.....	5	4	3	2	1
4. 了解自己適合哪些性質的工作.....	5	4	3	2	1
5. 了解他人對自己的看法.....	5	4	3	2	1
6. 學習建立積極正向的自我概念.....	5	4	3	2	1
7. 學會接納及欣賞自己.....	5	4	3	2	1
二、環境探索					
8. 了解自己未來可能從事的職業（如：工作環境、待遇福利、發展前景）...	5	4	3	2	1
9. 了解外在環境（如：經濟發展、社會趨勢）對自己未來職業的影響.....	5	4	3	2	1
10. 了解國內外升學進修環境及管道.....	5	4	3	2	1
11. 了解主修科系與生涯發展（如：未來的進修、生活型態）的關係.....	5	4	3	2	1
12. 了解與主修科系相關領域的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1
13. 了解主修科系以外其他行業的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1
三、生涯抉擇與規劃					
14. 澄清自己的人生方向及生涯目標.....	5	4	3	2	1
15. 學習做抉擇的技巧、步驟、及應考慮因素.....	5	4	3	2	1
16. 了解如何因應個人的生涯變動（如：轉系、轉學、休學、重考）.....	5	4	3	2	1
17. 學習分析自己未來發展的助力與阻力.....	5	4	3	2	1
18. 澄清重要他人（如：父母親友、師長）對自己人生目標的期待及影響.....	5	4	3	2	1
19. 學會訂定終生的生涯計畫.....	5	4	3	2	1
20. 有效解決就讀科系與自己的性向、興趣不合的問題.....	5	4	3	2	1

四、生涯準備

21. 培養專業倫理、適當的工作態度.....	5	4	3	2	1
22. 了解適應工作的方法、心理調適技巧.....	5	4	3	2	1
23. 學習如何克服工作壓力、職業倦怠.....	5	4	3	2	1
24. 學習職場人際關係的技巧(如：溝通協調、情緒管理、因應人際衝突) ...	5	4	3	2	1
25. 增強個人才能及競爭力(如：語文、電腦、職場人際技巧等)	5	4	3	2	1
26. 學習未來工作所需的專業能力及條件.....	5	4	3	2	1
27. 學習時間管理及自我管理的技巧.....	5	4	3	2	1

五、生涯安置

28. 學習求職技巧(如：撰寫履歷自傳、面試技巧)	5	4	3	2	1
29. 學習升學進修技巧(如：準備考試、寫讀書計畫)	5	4	3	2	1
30. 獲得就業機會的訊息或管道.....	5	4	3	2	1
31. 獲得教育或進修機會的訊息或管道(如：考研究所、出國留學)	5	4	3	2	1
32. 學習有效運用生涯資源(如：學校或政府單位、人力資源機構)	5	4	3	2	1
33. 學習第二專長或其他專業領域的知識技能.....	5	4	3	2	1

※若您認為學校尚應提供其他生涯輔導項目以符合您的需求，請填寫於下：

肆、開放式問題

一、您認為「生涯輔導」對您生涯發展的重要性為何？您認為學校應提供什麼協助以符合您的需求？

二、您是否對自己未來將成為醫療專業人員(或生命科學研究人員)已有了專業承諾及投入的準備？
您對自己將成為此領域專業人員的看法(認知、期許、動機、抱負、價值觀等)為何？

以上感謝您的填答！

壹、個人基本資料

一、性別：1.男 2.女

二、年級：1.大一 2.大二 3.大三 4.大四 5.大五 6.大六 7.大七

三、科系：1.醫學系 2.牙醫系 3.醫技系 4.醫放系 5.護理系 6.物治系 7.生科系

四、是否有醫院見實習經驗：1.有 2.無（生科系同學若有參與實驗室研究，視同有實習經驗）

專家 A：先問「是否有醫院見實習或實驗室研究經驗」，再問是實習或實驗室研究。
 ※本題修正：（本題欲了解的重點是，有無與專業相關的實習經驗，是否會影響學生在未來生涯及職業上的決定）
 四、與所學科系相關的實習經驗：（生科系請填第（1）題，其他系請填第（2）題）
 （1）是否有實驗室研究經驗：1.有 2.無
 （2）是否有醫院見實習經驗：1.有 2.無

五、家庭社經背景：

（1）父母親教育程度（請參照下表，填入適當的代碼）：

（ ）父親教育程度，（ ）母親教育程度

1	不識字
2	小學畢業或肄業、未上學但識字
3	國中、高中、高職畢業或肄業
4	大學、學院、專科畢業或肄業
5	研究所畢業或肄業

（2）父母職業類別（請參照下表，填入適當的代碼）：

（ ）父親職業類別，（ ）母親職業類別，

例：如父親是農夫，則應填“1”（屬於非技術人員）

如父親是醫生，則應填“5”（屬於高級專業人員人員）

（若雙親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

類別代碼	職業
1. 非技術性工人	工廠工人、學徒、小販、佃農、漁夫、清潔工、雜工、臨時工、工友、建築物看管人員、門房、女傭、服務生、舞女或酒女、無業、家庭主婦
2. 技術性人員	技工、水電工、店員、雜貨店老闆、零售員、推銷員、自耕農、司機、裁縫、廚師、美容師、理髮師、郵差、乙等

	職員、士官、士兵、打字員、領班、監工
3. 半專業人員	技術員、技佐、委任級公務人員、科員、行員、出納員、縣市議員、鄉鎮民代表，批發商、包商、尉級軍官、警察、消防隊員、甲等職員、船員、秘書、代書、演藝人員、服裝設計師、護士
4. 專業人員	中小學校長、中小學教師、會計師、法官、推事、律師、工程師、建築師、薦任級公務人員、公司行號科長、船長、經理、襄理、協理、副理、校級軍官、警官、作家、畫家、音樂家、新聞電視記者、護理師
5. 高級專業人員	大專校長、大專教師、醫師、大法官、科學家、特任或簡任公務人員、立法委員、監察委員、考試委員、國大代表、董事長、總經理、將級軍官

專家 B：參照表是否會太複雜、較難填寫？填答者可能需要看很久，或不太容易歸類。
建議由學生填「職稱」，由研究者自行 coding。

專家 E：建議將選項放入題目中；教育程度分類建議比照相關研究的分類方法，方便將來進一步研究的比較。

※本題修正：維持原狀，不修正。

六、家族職業：

您的家族成員中（含直系及旁系親戚），是否有醫療相關從業人員：

1. 是，職稱：_____，您對他／她的稱謂：_____
2. 否

專家 A：此以醫學相關學生為主體，需注意其他科系學生的感受。可加列：生科研究或教育。

專家 B：(1) 旁系親戚的範圍有多廣？

(2) 也可能受鄰居、朋友等其他入影響；且與「專業定向」中有關重要他人、他人期望的問題有類似重疊之處，可考慮刪除。

試答學生：自己選擇現在的科系，與家族中是否有醫療從業人員無關（不受其影響）。

※本題修正：刪除本題。

七、您對現在就讀科系的興趣： 1. 非常有興趣 2. 有興趣 3. 普通 4. 不太有興趣 5. 非常沒有興趣

八、您就讀目前科系的最重要原因為（請單選）：

1. 他人的影響或建議（如：父母親友、師長同學） 2. 自己的興趣及志向 3. 入學考試分數落點 4. 未來就業機會及發展潛力 5. 其他：_____

專家 D：可能有二個以上的答案，是否要修正為複選？

※本題修正：因複選題較不利統計分析，故不修正。

九、您對生涯輔導相關課程或活動的參與度：

(1) 您是否曾修習生涯規劃相關課程（如：生涯發展、全人生涯開展）？

1.是 2.否

(2) 您是否曾參加生涯輔導相關活動（如：工作坊、座談演講）？

1.從未 2. 1~3 次 3. 4 次或以上

專家 B：是否需考慮各種課程有長有短。

專家 D：可加上「心理相關通識課程」、「職場相關講座」。

專家 E：(1)「是」的部分，可增加所修課程名稱。

(2)若增加修習課程及參加活動的滿意度，或對生涯發展、生涯規劃的助益，更
可讓問卷結果的效益提升。

指導教授：(1)應先考慮統計資料如何處理的問題，亦即如何將此二小題所得答案加以統
整、如何界定「參與度」？

(2)「生涯」、「心理」通識課程內容不盡相同，本研究以「生涯」為主，宜再
思考。

※本題修正：

九、您是否曾修習生涯相關課程（如：生涯發展、全人生涯開展）？

1.是 2.否

貳、大學生生涯發展量表

※請就您對下列各題敘述的同意程度，圈選一個最適切的答案。

非 同 部 不 非
常 分 分 同 常
同 意 意 同 不
意 意 意 意 同
意 意 意 意 意

一、專業定向

1. 如果重新選擇，我仍會選擇現在所就讀的科系..... 5 4 3 2 1
2. 為了符合他人期望或考量未來就業出路，我放棄原本希望唸的科系..... 5 4 3 2 1

試答學生：沒有「放棄」，是考不上原本想唸的科系。

※本題修正：刪除本題。

3. 我已經決定將來要從事的職業，並且很滿意這個決定..... 5 4 3 2 1
4. 我對自己所學專業領域具有使命感、認同感..... 5 4 3 2 1

專家 C：使命感與認同感是否相同？若相同，則不需重複；若不同，則第 5 題已能表示對專業的認同感程度，故建議此題可刪除「認同感」一詞。

※本題修正：我對自己所學專業領域具有使命感。

5. 我以未來將成為所學專業領域的一份子為榮..... 5 4 3 2 1
6. 我肯定自己所學專業領域的價值，並願意在未來投入自己的時間與精力 5 4 3 2 1

專家 B：前後兩句宜分為兩題（肯定專業的價值並不代表願意投入）

專家 E：建議修正為「我肯定所學專業領域的價值，並願意持續投注時間與精力在此專業領域」

※本題修正：我肯定自己所學專業領域的價值（去掉後半句，因後半句與第 7 題類似）。

7. 我希望未來能在自己所學專業領域上有穩定、長期的發展..... 5 4 3 2 1
8. 如果有其他發展機會，我會考慮選擇離開目前的專業領域..... 5 4 3 2 1
9. 我仍不確定目前所唸科系及未來可能的職業發展是否為最佳選擇..... 5 4 3 2 1

專家 C：題目不易了解，建議可修正為「我仍不確定目前所唸科系之未來可能的職業發展是否為最佳選擇」。

※本題修正：刪除本題。

10. 我確定目前就讀科系符合自己的特質..... 5 4 3 2 1

專家 A：將「符合」改為「適合」。

※本題修正：我確定目前就讀科系適合自己的特質。

11. 我將以目前就讀科系專業領域為未來的職業目標..... 5 4 3 2 1

專家 E：建議修正為「我未來的職業選擇將以目前所讀科系的專業領域為主要選擇」。

※本題修正：「主要選擇」的敘述亦生混淆、不明確，故本題不修正。

12. 我對自己所學專業領域感到很有興趣..... 5 4 3 2 1

13. 我可以清楚說出自己未來的職業目標..... 5 4 3 2 1

※有關「專業定向」整體

專家 A：整體而言，所測量的建構相當清楚。等其他分量表題目修正後，可整體考慮是否要保留所有題目，或更精簡。

※「專業定向」修正：去掉意義重複的題目，將 13 題減為 10 題，刪除第 2、9、13 題。

第 2 題：學生個人狀況不一，有些人難以回答本題；且要測的概念與第 1 題類似（即是否喜歡現在唸的科系）。

第 9 題：與第 10、11、12 類似（皆要測量學生對所唸科系、未來發展的確定性）。

第 13 題：仍在學的學生（尤其低年級），恐怕較難清楚說出自己未來的職業目標。

二、生涯信念

14. 我相信人可以掌握、創造自己的未來..... 5 4 3 2 1

15. 我不確定自己是否能做出適合的生涯決定..... 5 4 3 2 1

16. 對於自己的未來，我感到猶豫不決、無法做決定..... 5 4 3 2 1

17. 我會擔心自己未來的出路發展..... 5 4 3 2 1

18. 預先規劃未來的方向及目標，對未來的發展會有幫助..... 5 4 3 2 1

19. 我對自己的未來感到樂觀、有信心..... 5 4 3 2 1

20. 不論別人怎麼想，我通常會依照自己的意思做選擇..... 5 4 3 2 1

21. 我認為自己的能力可以勝任未來的工作..... 5 4 3 2 1

22. 我有相當把握，可以在未來達成自己的抱負、理想..... 5 4 3 2 1

專家 C：「抱負、理想」二者意義重疊，可刪其一。

※本題修正：我有相當把握，可以在未來達成自己的理想。

※有關「生涯決定信念」整體

專家 A：本量表如果要求出總分，必須先回答這些問題：

(1) 得分高表示什麼意思（建構）？代表自信？代表規劃？（生涯一定要規劃？）

(2) 答“5”的人，一定比答“3”的人更有合宜的信念嗎？（如：第 14、19、20、21、22 題）

故此分量表可再重新思考。

※「生涯決定信念」修正：刪除第 14、19、20、21、22 題（有關個人信心的部分），改為下

列題目：

- 14.當我要實際確定我畢業後的下一個人生目標時，我會感到煩惱
- 19.我期待在未來的職業上有好的發展
- 20.對於未來的職業目標，我怕會做出錯誤的選擇
- 21.我是一個不太會做計畫或訂目標的人
- 22.我希望由他人來為我做生涯決定

三、生涯行動

- | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 23. 我會主動運用各種生涯探索管道，有效蒐集資訊，以幫助自己做決定... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 24. 我會和他人（如：父母師長、同學朋友、輔導人員等）討論將來出路發展的問題..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 25. 我會探索自己的興趣、能力、價值觀..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 26. 我會多方充實自己（如：選修相關課程、參加活動、教育訓練、打工等），以具備未來發展所需的知識及能力..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 27. 我會思考自己喜歡的生活方式及職業型態..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

試答學生：不太了解題目的意思。

※本題修正：刪除本題。

- | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|
| 28. 我會嘗試去了解本系畢業後的出路發展..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----------------------------|---|---|---|---|---|

專家 A：將「畢業後」改為「畢業生」。

※本題修正：我會嘗試去了解本系畢業生的出路發展

- | | | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 29. 我會嘗試去了解自己適合從事何種性質的職業..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 30. 我會嘗試去了解我感興趣的職業所需具備的資格、能力、條件..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 31. 我會嘗試去了解有何進修管道，以提昇自己的知識及能力..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 32. 我會主動思考、探索自己的未來，並嘗試訂定人生計畫..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 33. 我會為自己擬定未來的目標，並以行動來實現它..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 34. 對於我將來想從事的職業，我很少去思考、探索..... | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

※有關「生涯行動」整體

專家 A：整體明確達意，必要時可精簡。

※「生涯行動」修正：去掉意義重複的題目，將 12 題減為 10 題，刪除第 27、32 題。

第 27 題：試答學生表示不太了解題目的意思。

第 32 題：與第 34 題意思類似（一為正向題，一為反向題），且與 33 題問的「擬定目標」類似。

※有關「大學生生涯發展量表」整體

專家 A：第一及第三分量表明確達意、合理；第二分量表可再思考其建構。

※「大學生生涯發展量表」修正：第一、第三量表題目再精簡；第二分量表的題目再修正。

參、大學生生涯輔導需求量表

※若學校欲為您提供生涯輔導服務，您對下列各項目的需求程度為何？圈選一個最適切的答案。

	非常需要	需要	部分需要	不需要	非常不需要
一、自我探索					
1. 了解自己的人格、性向、興趣、能力、專長、優缺點.....	5	4	3	2	1
2. 了解自己的工作價值觀、動機、抱負.....	5	4	3	2	1
3. 了解自己目前生涯發展狀況及成熟度.....	5	4	3	2	1

專家 C：建議可考慮刪掉「成熟度」。

※本題修正：了解自己目前生涯發展狀況

4. 了解自己適合哪些性質的工作.....	5	4	3	2	1
5. 了解他人對自己的看法.....	5	4	3	2	1
6. 學習建立積極正向的自我概念.....	5	4	3	2	1
7. 學會接納及欣賞自己.....	5	4	3	2	1

二、環境探索

8. 了解自己未來可能從事的職業（如：工作環境、待遇福利、發展前景）	5	4	3	2	1
9. 了解外在環境（如：經濟發展、社會趨勢）對自己未來職業的影響.....	5	4	3	2	1
10. 了解國內外升學進修環境及管道.....	5	4	3	2	1
11. 了解主修科系與生涯發展（如：未來的進修、生活型態）的關係.....	5	4	3	2	1
12. 了解與主修科系相關領域的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1
13. 了解主修科系以外其他行業的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1

專家 A：以上似乎以就業為唯一出路，是否可調整較多種可能性？

※「環境探索」分量表修正：

第 9 題：了解外在環境（如：經濟發展、社會趨勢）對自己未來職業及生涯發展的影響

三、生涯抉擇與規劃

14. 澄清自己的人生方向及生涯目標.....	5	4	3	2	1
15. 學習做抉擇的技巧、步驟、及應考慮因素.....	5	4	3	2	1

專家 C：將「做抉擇」改成「做生涯抉擇」。

專家 E：句子中的「做」及「應」可刪除。

※本題修正：學習做生涯抉擇的技巧、步驟、及應考慮因素

16. 了解如何因應個人的生涯變動（如：轉系、轉學、休學、重考）..... 5 4 3 2 1
17. 學習分析自己未來發展的助力與阻力..... 5 4 3 2 1
18. 澄清重要他人（如：父母親友、師長）對自己人生目標的期待及影響... 5 4 3 2 1
19. 學會訂定終生的生涯計畫..... 5 4 3 2 1
20. 有效解決就讀科系與自己的性向、興趣不合的問題..... 5 4 3 2 1

四、生涯準備

21. 培養專業倫理、適當的工作態度..... 5 4 3 2 1
22. 了解適應工作的方法、心理調適技巧..... 5 4 3 2 1

專家 C：建議改成「學習職場心理調適技巧」。

專家 E：「、」改成「與」或「及」

※本題修正：學習職場心理調適技巧

23. 學習如何克服工作壓力、職業倦怠..... 5 4 3 2 1
24. 學習職場人際關係的技巧（如：溝通協調、情緒管理、因應人際衝突） 5 4 3 2 1
25. 增強個人才能及競爭力（如：語文、電腦、職場人際技巧等）..... 5 4 3 2 1
26. 學習未來工作所需的專業能力及條件..... 5 4 3 2 1
27. 學習時間管理及自我管理的技巧..... 5 4 3 2 1

專家 C：建議改為「學習自我管理（如：時間管理、情緒管理）的技巧」，因「自我管理」所涵蓋範圍較廣。

※本題修正：學習自我管理（如：時間管理、情緒管理）的技巧

※有關「生涯準備」整體

專家 A：整體達意明確，但多以就業為唯一生涯方向。

※「生涯準備」修正：將第 25 題修改為「學習升學進修所需的心理準備及能力充實」，以增加升學進修部分（且第 25 題原內容可分屬第 24、26 題）

五、生涯安置

28. 學習求職技巧（如：撰寫履歷自傳、面試技巧）..... 5 4 3 2 1
29. 學習升學進修技巧（如：準備考試、寫讀書計畫）..... 5 4 3 2 1
30. 獲得就業機會的訊息或管道..... 5 4 3 2 1
31. 獲得教育或進修機會的訊息或管道（如：考研究所、出國留學）..... 5 4 3 2 1
32. 學習有效運用生涯資源（如：學校或政府單位、人力資源機構）..... 5 4 3 2 1

專家 C：「生涯資源」所指意思不清楚，是指「機構」？建議改為「學習有效運用與生涯相關的機構資源（如：學校或政府單位、人力資源機構）」

※本題修正：學習有效運用與生涯相關的機構資源（如：學校或政府單位、人力資源機

構)

33. 學習第二專長或其他專業領域的知識技能..... 5 4 3 2 1

※有關「生涯安置」整體

專家 B：(1)可再調整題項順序安排（將「獲得...」、「學習...」等類似性質的問題放在一起）。
(2)應分清楚想問的是：「獲得...的訊息、管道」，或「學習...的知識技能」。

※「生涯安置」修正：本分量表題目順序調整如下：

- 28.獲得就業機會的訊息或管道
- 29.獲得教育或進修機會的訊息或管道（如：考研究所、出國留學）
- 30.學習求職技巧（如：撰寫履歷自傳、面試技巧）
- 31.學習升學進修技巧（如：準備考試、寫讀書計畫）
- 32.學習有效運用生涯資源（如：學校或政府單位、人力資源機構）
- 33.學習第二專長或其他專業領域的知識技能

※若您認為學校尚應提供其他生涯輔導項目以符合您的需求，請填寫於下：

試答學生：想不出來還有什麼其他的「生涯輔導項目」，且以上已經列出很多了，故可刪除。

※本題修正：刪除本題。

※有關「大學生生涯輔導需求量表」整體

專家 A：可考慮除立即就業以外，是否有其他生涯方向。

※「大學生生涯輔導需求量表」修正：增列就業以外的其他生涯發展方向。

肆、開放式問題

一、您認為「生涯輔導」對您生涯發展的重要性為何？

專家 A：可考慮用 5 點量表。

※本題修正：刪除本題。

您認為學校應提供什麼協助以符合您的需求？

專家 A：太多了，是否要用「最優先」之類的用語。

※本題修正：刪除本題。

二、您是否對自己未來將成為醫療專業人員（或生命科學研究人員）已有了專業承諾及投入的準備？

專家 A：去掉（），以增加生科系學生的主體性。

專家 B：(1)問法「是否……」，並非開放式問題。

(2)學生是否了解「專業承諾」所指的意義？且與「專業定向」第 4、6 題重疊。

※本題修正：刪除本題。

您對自己將成為此領域專業人員的看法(認知、期許、動機、抱負、價值觀等)為何？

試答學生：需要思考、不易回答、不知道要填寫什麼，故可能會傾向跳過不填。

※本題修正：刪除本題。

※有關「開放式問題」整體

專家 D：不需做開放式問題，可考慮用選項方式代替。

專家 E：在問題的最前面增加一小段指導語，讓填答者清楚知道如何回答下面的問題。

試答學生：開放式問題很難回答，大部分的人可能都會空著不填，而且與前面的問題有重複之感。

※「開放式問題」修正：刪除開放式問題，原因如下：

1. 學生填寫率低。
2. 與「大學生生涯發展量表」、「大學生生涯輔導需求量表」所問的內容頗多重複。
3. 開放式問題不便於統計分析。

附錄三 大學生生涯發展狀況及生涯輔導需求調查問卷（預試問卷）

親愛的同學，您好！

本問卷的目的，是想了解您目前的生涯發展狀況、您需要的生涯輔導需求，以做為學校提供各項生涯輔導方案的依據，協助您在就業、升學等未來發展上，有更順利的學習與準備，使您的大學生活，更加豐富充實。

本問卷所得資料僅供學術研究之用，以及陽明大學就業輔導組業務推展之參考。您的意見十分寶貴，請就您個人之經驗與觀點，依作答說明逐題填寫。敬祝您在陽明的生涯，年年豐收！

國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系學生事務碩士在職專班

指導教授 張雪梅博士

研究生暨國立陽明大學學務處就業輔導組助教 蔡淑芬 謹啟

壹、個人基本資料

一、性別：1.男 2.女

二、年級：1.大一 2.大二 3.大三 4.大四 5.大五 6.大六 7.大七

三、科系：1.醫學系 2.牙醫系 3.醫技系 4.醫放系 5.護理系 6.物治系 7.生科系

四、與所學科系相關的實習經驗：（生科系請填第1題，其他系請填第2題）

（1）是否有實驗室研究經驗：1.有 2.無

（2）是否有醫院見實習經驗：1.有 2.無

五、家庭社經背景：

（1）父母教育程度（請參照右表，填入適當的代碼）：

（ ） 父親教育程度

（ ） 母親教育程度

1	不識字
2	小學畢業或肄業、未上學但識字
3	國中、高中、高職畢業或肄業
4	大學、學院、專科畢業或肄業
5	研究所畢業或肄業

（2）父母職業類別（請參照下表，填入適當的代碼）：

（ ） 父親職業類別（若父親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

（ ） 母親職業類別（若母親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

※例：父親是農夫，則應填“1”（屬於非技術人員）

父親是醫生，則應填“5”（屬於高級專業人員）

類別代碼	職業
1.非技術性工人	工廠工人、學徒、小販、佃農、漁夫、清潔工、雜工、臨時工、工友、建築物看管人員、門房、女傭、服務生、舞女或酒女、無業、家庭主婦

2.技術性人員	技工、水電工、店員、雜貨店老闆、零售員、推銷員、自耕農、司機、裁縫、廚師、美容師、理髮師、郵差、乙等職員、士官、士兵、打字員、領班、監工
3.半專業人員	技術員、技佐、委任級公務人員、科員、行員、出納員、縣市議員、鄉鎮民代表，批發商、包商、尉級軍官、警察、消防隊員、甲等職員、船員、秘書、代書、演藝人員、服裝設計師、護士
4.專業人員	中小學校長、中小學教師、會計師、法官、推事、律師、工程師、建築師、薦任級公務人員、公司行號科長、船長、經理、襄理、協理、副理、校級軍官、警官、作家、畫家、音樂家、新聞電視記者、護理師
5.高級專業人員	大專校長、大專教師、醫師、大法官、科學家、特任或簡任公務人員、立法委員、監察委員、考試委員、國大代表、董事長、總經理、將級軍官

六、您對現在就讀科系的興趣：1.非常有興趣 2.有興趣 3.普通 4.不太有興趣 5.非常沒有興趣

七、您就讀目前科系的最重要原因為（請單選）：

- 1.他人的影響或建議（如：父母親友、師長同學） 2.自己的興趣及志向 3.入學考試分數落點 4.未來就業機會及發展潛力 5.其他：_____

八、您是否曾修習生涯相關課程（如：生涯發展、全人生涯開展）？

- 1.是 2.否

貳、大學生生涯發展量表

※請就您對下列各題敘述的同意程度，圈選一個最適切的答案。

	非 常 同 意	同 意	部 分 同 意	不 同 意	非 常 不 同 意
一、專業定向					
1. 如果重新選擇，我仍會選擇現在所就讀的科系.....	5	4	3	2	1
2. 我已經決定將來要從事的職業，並且很滿意這個決定.....	5	4	3	2	1
3. 我對自己所學的專業領域具有使命感.....	5	4	3	2	1
4. 我以未來將成為所學專業領域的一份子為榮.....	5	4	3	2	1
5. 我肯定自己所學專業領域的價值.....	5	4	3	2	1
6. 我希望未來能在自己所學專業領域上有穩定、長期的發展.....	5	4	3	2	1
7. 如果有其他發展機會，我會考慮選擇離開目前的專業領域.....	5	4	3	2	1
8. 我確定目前就讀科系適合自己的特質.....	5	4	3	2	1
9. 我將以目前就讀科系的專業領域作為未來的職業目標.....	5	4	3	2	1

10. 我對自己所學的專業領域感到很有興趣..... 5 4 3 2 1

二、生涯決定信念

11. 當我要實際確定我畢業後的下一個人生目標時，我會感到煩惱..... 5 4 3 2 1

12. 我不確定自己是否能做出適合的生涯決定..... 5 4 3 2 1

13. 對於自己的未來，我感到猶豫不決、無法做決定..... 5 4 3 2 1

14. 我會擔心自己未來的出路發展..... 5 4 3 2 1

15. 我認為預先規劃未來的方向及目標，對未來的發展會有幫助..... 5 4 3 2 1

16. 我期待在未來的職業上有好的發展..... 5 4 3 2 1

17. 對於未來的職業目標，我怕會做出錯誤的選擇..... 5 4 3 2 1

18. 我是一個不太會做計畫或訂目標的人..... 5 4 3 2 1

19. 我希望由他人來為我做生涯決定..... 5 4 3 2 1

三、生涯行動

20. 我會主動運用各種生涯探索管道，有效蒐集資訊，以幫助自己做決定..... 5 4 3 2 1

21. 我會和他人（如：父母師長、同學朋友、輔導人員等）討論將來出路發展的問題..... 5 4 3 2 1

22. 我會探索自己的興趣、能力、價值觀..... 5 4 3 2 1

23. 我會多方充實自己（如：選修相關課程、參加活動、教育訓練、打工等），以具備未來生涯發展所需的知識及能力..... 5 4 3 2 1

24. 我會嘗試去了解本系畢業生的出路發展..... 5 4 3 2 1

25. 我會嘗試去了解自己適合從事何種性質的職業..... 5 4 3 2 1

26. 我會嘗試去了解我感興趣的職業所需具備的資格、能力、條件..... 5 4 3 2 1

27. 我會嘗試去了解有何進修管道，以提昇自己的知識及能力..... 5 4 3 2 1

28. 我會為自己擬定未來的目標，並以行動來實現它..... 5 4 3 2 1

29. 對於我將來想從事的職業，我很少去思考、探索..... 5 4 3 2 1

參、大學生生涯輔導需求量表

※若學校欲為您提供生涯輔導服務，您對下列各項目的需求程度為何？圈選一個最適切的答案。

非常需要 需 部 不 非常
常 分 需 不
需 需 需 需
要 要 要 要

一、自我探索

1. 了解自己的性格、性向、興趣、能力、專長及優缺點..... 5 4 3 2 1

2. 了解自己的工作價值觀、動機及抱負..... 5 4 3 2 1

3. 了解自己目前生涯發展狀況..... 5 4 3 2 1

4. 了解自己適合哪些性質的工作..... 5 4 3 2 1

5. 了解他人對自己的看法..... 5 4 3 2 1

6. 學習建立積極正向的自我概念..... 5 4 3 2 1

7. 學會接納及欣賞自己.....	5	4	3	2	1
 二、環境探索					
8. 了解自己未來可能從事的職業（如：工作環境、待遇福利、發展前景）...	5	4	3	2	1
9. 了解外在環境（如：經濟發展、社會趨勢）對自己未來職業及生涯發展的影響.....	5	4	3	2	1
10. 了解國內外升學進修環境及管道.....	5	4	3	2	1
11. 了解主修科系與生涯發展（如：未來的進修、生活型態）的關係.....	5	4	3	2	1
12. 了解與主修科系相關領域的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1
13. 了解主修科系以外其他行業的就業概況及發展趨勢.....	5	4	3	2	1
 三、生涯抉擇與規劃					
14. 澄清自己的人生方向及生涯目標.....	5	4	3	2	1
15. 學習做生涯抉擇的技巧、步驟、及應考慮因素.....	5	4	3	2	1
16. 了解如何因應個人的生涯變動（如：轉系、轉學、休學、重考）.....	5	4	3	2	1
17. 學習分析自己未來發展的助力與阻力.....	5	4	3	2	1
18. 澄清重要他人（如：父母親友、師長）對自己人生目標的期待及影響.....	5	4	3	2	1
19. 學會訂定終生的生涯計畫.....	5	4	3	2	1
20. 有效解決就讀科系與自己的性向、興趣不合的問題.....	5	4	3	2	1
 四、生涯準備					
21. 培養專業倫理、適當的工作態度.....	5	4	3	2	1
22. 學習職場心理調適技巧.....	5	4	3	2	1
23. 學習如何克服工作壓力、職業倦怠.....	5	4	3	2	1
24. 學習職場人際關係的技巧（如：溝通協調、情緒管理、因應人際衝突）...	5	4	3	2	1
25. 學習升學進修所需的心理準備及能力充實.....	5	4	3	2	1
26. 學習未來工作所需的專業能力及條件.....	5	4	3	2	1
27. 學習自我管理（如：時間管理、情緒管理）的技巧.....	5	4	3	2	1
 五、生涯安置					
28. 獲得就業機會的訊息或管道.....	5	4	3	2	1
29. 獲得教育或進修機會的訊息或管道（如：考研究所、出國留學）.....	5	4	3	2	1
30. 學習求職技巧（如：撰寫履歷自傳、面試技巧）.....	5	4	3	2	1
31. 學習升學進修技巧（如：準備考試、寫讀書計畫）.....	5	4	3	2	1
32. 學習有效運用與生涯相關的機構資源（如：學校或政府單位、人力資源機構）.....	5	4	3	2	1
33. 學習第二專長或其他專業領域的知識技能.....	5	4	3	2	1

以上感謝您的填答！

親愛的同學，您好！

本問卷的目的，是想了解您目前的生涯發展狀況、您需要的生涯輔導需求，以做為學校提供各項生涯輔導方案的依據，協助您在就業、升學等未來發展上，有更順利的學習與準備，使您的大學生活，更加豐富充實。

本問卷所得資料僅供學術研究之用，以及陽明大學就業輔導組業務推展之參考。您的意見十分寶貴，請就您個人之經驗與觀點，依作答說明逐題填寫。敬祝您在陽明的生涯，年年豐收！

國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系學生事務碩士在職專班

指導教授 張雪梅博士

研究生暨國立陽明大學學務處就業輔導組助教 蔡淑芬 謹啟

壹、個人基本資料

一、性別：1.男 2.女

二、年級：1.大一 2.大二 3.大三 4.大四 5.大五 6.大六 7.大七

三、科系：1.醫學系 2.牙醫系 3.醫技系 4.醫放系 5.護理系 6.物治系 7.生科系

四、與所學科系相關的實習經驗：（生科系請填第1題，其他系請填第2題）

（1）是否有實驗室研究經驗：1.有 2.無

（2）是否有醫院見實習經驗：1.有 2.無

五、家庭社經背景：

（1）父母教育程度（請參照右表，填入適當的代碼）：

（ ） 父親教育程度

（ ） 母親教育程度

1	不識字
2	小學畢業或肄業、未上學但識字
3	國中、高中、高職畢業或肄業
4	大學、學院、專科畢業或肄業
5	研究所畢業或肄業

（2）父母職業類別（請參照下表，填入適當的代碼）：

（ ） 父親職業類別（若父親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

（ ） 母親職業類別（若母親職業不在以下說明之內，請詳述：_____）

※例：父親是農夫，則應填“1”（屬於非技術性人員）

父親是醫生，則應填“5”（屬於高級專業人員）

※若父母已退休，請填寫退休前職業

類別代碼	職業
1.非技術性人員	工廠工人、學徒、小販、佃農、漁夫、清潔工、雜工、臨時工、工友、建築物看管人員、門房、女傭、服務生、舞女或酒女、無業、家庭主婦

2.技術性人員	技工、水電工、店員、雜貨店老闆、零售員、推銷員、自耕農、司機、裁縫、廚師、美容師、理髮師、郵差、乙等職員、士官、士兵、打字員、領班、監工
3.半專業人員	技術員、技佐、委任級公務人員、科員、行員、出納員、縣市議員、鄉鎮民代表、批發商、包商、尉級軍官、警察、消防隊員、甲等職員、船員、秘書、代書、演藝人員、服裝設計師、護士
4.專業人員	中小學校長、中小學教師、會計師、法官、推事、律師、工程師、建築師、薦任級公務人員、公司行號科長、船長、經理、襄理、協理、副理、校級軍官、警官、作家、畫家、音樂家、新聞電視記者、護理師
5.高級專業人員	大專校長、大專教師、醫師、大法官、科學家、特任或簡任公務人員、立法委員、監察委員、考試委員、國大代表、董事長、總經理、將級軍官

六、您對現在就讀科系的興趣：1.非常有興趣 2.有興趣 3.普通 4.不太有興趣 5.非常沒有興趣

七、您就讀目前科系的最重要原因為（請單選）：

- 1.他人的影響或建議（如：父母親友、師長同學） 2.自己的興趣及志向 3.入學考試分數落點 4.未來就業機會及發展潛力 5.其他：_____

八、您是否曾修習生涯相關課程（如：生涯發展、全人生涯開展）？

- 1.是 2.否

貳、大學生生涯發展量表

※請就您對下列各題敘述的同意程度，圈選一個最適切的答案。

	非 常 同 意	同 意	部 分 同 意	不 同 意	非 常 不 同 意
一、專業定向					
1. 如果重新選擇，我仍會選擇現在所就讀的科系.....	5	4	3	2	1
2. 我已經決定將來要從事的職業，並且很滿意這個決定.....	5	4	3	2	1
3. 我對自己所學的專業領域具有使命感.....	5	4	3	2	1
4. 我以未來將成為所學專業領域的一份子為榮.....	5	4	3	2	1
5. 我肯定自己所學專業領域的價值.....	5	4	3	2	1
6. 我希望未來能在自己所學專業領域上有穩定、長期的發展.....	5	4	3	2	1
7. 如果有其他發展機會，我會考慮選擇離開目前的專業領域.....	5	4	3	2	1
8. 我確定目前就讀科系適合自己的特質.....	5	4	3	2	1
9. 我將以目前就讀科系的專業領域作為未來的職業目標.....	5	4	3	2	1

10. 我對自己所學的專業領域感到很有興趣..... 5 4 3 2 1

二、生涯決定信念

- 11. 當我要實際確定我畢業後的下一個人生目標時，我會感到煩惱..... 5 4 3 2 1
- 12. 我不確定自己是否能做出適合的生涯決定..... 5 4 3 2 1
- 13. 對於自己的未來，我感到猶豫不決、無法做決定..... 5 4 3 2 1
- 14. 我會擔心自己未來的出路發展..... 5 4 3 2 1
- 15. 我認為預先規劃未來的方向及目標，對未來的發展會有幫助..... 5 4 3 2 1
- 16. 對於未來的職業目標，我怕會做出錯誤的選擇..... 5 4 3 2 1
- 17. 我是一個不太會做計畫或訂目標的人..... 5 4 3 2 1
- 18. 我希望由他人來為我做生涯決定..... 5 4 3 2 1

三、生涯行動

- 19. 我會主動運用各種生涯探索管道，有效蒐集資訊，以幫助自己做決定..... 5 4 3 2 1
- 20. 我會和他人（如：父母師長、同學朋友、輔導人員等）討論將來出路發展的問題..... 5 4 3 2 1
- 21. 我會探索自己的興趣、能力、價值觀..... 5 4 3 2 1
- 22. 我會多方充實自己（如：選修相關課程、參加活動、教育訓練、打工等），以具備未來生涯發展所需的知識及能力..... 5 4 3 2 1
- 23. 我會嘗試去了解本系畢業生的出路發展..... 5 4 3 2 1
- 24. 我會嘗試去了解自己適合從事何種性質的職業..... 5 4 3 2 1
- 25. 我會嘗試去了解我感興趣的職業所需具備的資格、能力、條件..... 5 4 3 2 1
- 26. 我會嘗試去了解有何進修管道，以提昇自己的知識及能力..... 5 4 3 2 1
- 27. 我會為自己擬定未來的目標，並以行動來實現它..... 5 4 3 2 1
- 28. 對於我將來想從事的職業，我很少去思考、探索..... 5 4 3 2 1

參、大學生生涯輔導需求量表

※若學校欲為您提供生涯輔導服務，您對下列各項目的需求程度為何？請圈選一個最適切的答案。

	非常需要	需要	部分需要	不需要	非常不需要
一、自我探索					
1. 了解自己的人格、性向、興趣、能力、專長及優缺點.....	5	4	3	2	1
2. 了解自己的工作價值觀、動機及抱負.....	5	4	3	2	1
3. 了解自己目前生涯發展狀況.....	5	4	3	2	1
4. 了解自己適合哪些性質的工作.....	5	4	3	2	1
5. 了解他人對自己的看法.....	5	4	3	2	1
6. 學習建立積極正向的自我概念.....	5	4	3	2	1
7. 學會接納及欣賞自己.....	5	4	3	2	1

二、環境探索

8. 了解自己未來可能從事的職業（如：工作環境、待遇福利、發展前景）... 5 4 3 2 1
9. 了解外在環境（如：經濟發展、社會趨勢）對自己未來職業及生涯發展的影響..... 5 4 3 2 1
10. 了解國內外升學進修環境及管道..... 5 4 3 2 1
11. 了解主修科系與生涯發展（如：未來的進修、生活型態）的關係..... 5 4 3 2 1
12. 了解主修科系以外其他行業的就業概況及發展趨勢..... 5 4 3 2 1

三、生涯抉擇與規劃

13. 澄清自己的人生方向及生涯目標..... 5 4 3 2 1
14. 學習做生涯抉擇的技巧、步驟、及應考慮因素..... 5 4 3 2 1
15. 了解如何因應個人的生涯變動（如：轉系、轉學、休學、重考）..... 5 4 3 2 1
16. 學習分析自己未來發展的助力與阻力..... 5 4 3 2 1
17. 澄清重要他人（如：父母親友、師長）對自己人生目標的期待及影響..... 5 4 3 2 1
18. 學會訂定終生的生涯計畫..... 5 4 3 2 1
19. 有效解決就讀科系與自己的性向、興趣不合的問題..... 5 4 3 2 1

四、生涯準備

20. 培養專業倫理、適當的工作態度..... 5 4 3 2 1
21. 學習職場心理調適技巧..... 5 4 3 2 1
22. 學習如何克服工作壓力、職業倦怠..... 5 4 3 2 1
23. 學習職場人際關係的技巧（如：溝通協調、情緒管理、因應人際衝突）... 5 4 3 2 1
24. 學習升學進修所需的心理準備及能力充實..... 5 4 3 2 1
25. 學習未來工作所需的專業能力及條件..... 5 4 3 2 1
26. 學習自我管理（如：時間管理、情緒管理）的技巧..... 5 4 3 2 1

五、生涯安置

27. 獲得就業機會的訊息或管道..... 5 4 3 2 1
28. 獲得教育或進修機會的訊息或管道（如：考研究所、出國留學）..... 5 4 3 2 1
29. 學習求職技巧（如：撰寫履歷自傳、面試技巧）..... 5 4 3 2 1
30. 學習升學進修技巧（如：準備考試、寫讀書計畫）..... 5 4 3 2 1
31. 學習有效運用與生涯相關的機構資源（如：學校或政府單位、人力資源機構）..... 5 4 3 2 1
32. 學習第二專長或其他專業領域的知識技能..... 5 4 3 2 1

以上感謝您的填答！