



第五篇 走出自己的路 ～教育發展與學群、學程

壹、概念說明

「以後我到底要唸什麼？」、「選什麼科系才会有前途？」是許多高級中等學校學生最常問導師的問題，也是許多親師溝通的時候，家長最關切的主題之一。

對高級中等學校學生而言，升高二前的選組就是一個學習領域分流的開端，學生試著從過去對自我的認識及學習歷程的省思，初步決定生涯方向；而普通型高中的類組選擇對應大學學系 18 學群，每個學群下細分的大專校院校系出路與發展方向均不盡相同；對技術型高中學生而言，雖然入學時早已選擇未來三年就讀的科別，但高一的定向適應與高二下學期的統測考科的選擇，也是重新檢視自我生涯發展及選擇未來升學或就業進路的關鍵時刻。

根據史旺 (Swain) 提出的生涯金三角理論來看，做生涯決定要考量「個人因素」、「資訊因素」與「環境因素」三個向度。以大專校院或四技二專多元入學為例 (如圖 5-1)，「個人因素」：指對自我的了解，包含性向、興趣、學業表現、人格特質等。「資訊因素」：指升學資訊的掌握，如了解入學管道與大學學群、校系、未來職場型態與工作發展趨勢。「環境因素」：包含家人及社會的期待、家庭經濟狀況、國內外政治與經濟局勢或未來全球趨勢等。

由於近年來升學管道日趨多元，不同升學管道的選才標準適合不同學習能力與特質的學生，例如繁星推薦主要為實現「高中均質、區域均衡」的理念，增加偏鄉高級中等學校學生進優質大學之機會，因此學生在校成績百分比表現相形重要；個人申請入學著重各科系與學生特質的適配度，其中學生的多元展現是甄選時的重點；考試分發則取決於公平公正的考試原則，學生三年的學科知識掌握度是關鍵，因此，導師在觀察學生的在校表現時，亦可提供學生適切的升學資訊，作為學生生涯選擇的參考。





貳、適性輔導相關活動

- 一、生涯規劃課程：介紹高級中等學校學習內涵、介紹多元入學管道和生涯進路、介紹大學十八學群、學系 / 職業訪談報告、學長姐經驗分享、生涯資訊網站蒐集、興趣、性向、大學學系探索量表測驗施測與解釋。
- 二、校內常見活動：大學博覽會、大專校院參訪、大專校院校系宣導、學程選擇說明會（綜合型高中）、學程試探課程（綜合型高中）、生涯專題講座。

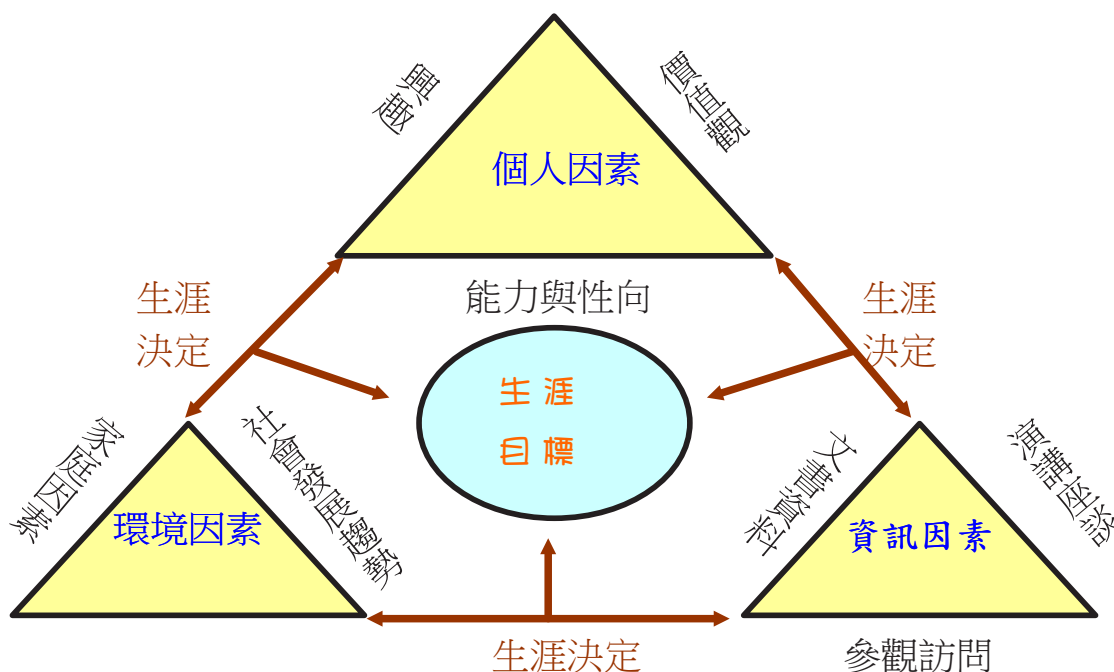


圖 5-1 史旺 Swain (1984) 生涯金三角

資料來源：改自林蔚芳 (2000)。生涯輔導。載於劉焜輝主編，輔導原理與實務。台北：三民





參、具體做法

一、學長姐高級中等學校生活經驗分享

學校：普通型 技術型 綜合型 單科型

年級：高一 高二 高三

方式：班會 早自習 自習課 週記 家庭作業

寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：

時間：20 分鐘

說明：

- (一) 本活動設計讓高一新鮮人針對校園及未來三年學習及生活方式，有初步的認識，並透過同儕方式的學習，提升對環境的認同與參與。
- (二) 可讓班上學生利用分組或個別的方式，邀請 1 位學長姐進行訪談及記錄，並利用班會課時分享或經驗交流。
- (三) 導師亦可視班級屬性，安排合適學長姐至班上進行座談及互動，並藉此觀察學生反應，作為班級經營的依據。
- (四) 訪談（或分享）參考題目如下：
 1. 請問就讀高級中等學校的學習過程中，你學到最重要的東西是什麼？
 2. 關於高級中等學校生活，哪些部分跟你國中的想像是一樣的？哪些是 不一樣的？差別有多大？
 3. 請問你在高級中等學校的生活中，印象最深刻的事是什麼？
 4. 高級中等學校生活中讓你最難忘的學校活動是什麼？
 5. 你如何安排高級中等學校的課業學習？
 6. 高級中等學校的時間規劃是怎麼做的？如何善用課餘時間？
 7. 選組、學程選擇前的準備及需要注意事項？
 8. 給小高一的建議？



二、與自己的約定

學校：■普通型 ■技術型 ■綜合型 ■單科型

年級：■高一 ■高二 ■高三

方式：班會 早自習 自習課 ■週記 ■家庭作業
■寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：

時間：20 分鐘

說明：

- (一) 生涯的願景或夢想往往是驅使學生學習的動力，因此多面向的探索及反思，有助於協助學生再次思考個人生涯歷程及未來方向。
- (二) 導師可於每個新學期利用週記撰寫的方式，了解學生生活狀況與生涯願景，並適時予以回饋。題目的訂定可分為學業、社團、人際、愛情、選課選組、生涯目標等不同向度。週記參考題目如下：
 1. 我的未來不是夢
 2. 個人頭上一片天
 3. 設計一張 20 年後的名片
 4. 矛盾大對決 -- 選課選組初體驗
 5. 小惡魔常對我說
 6. 投資自己
 7. 寫給 10 年後自己的一封信
 8. 與自己的約定
- (三) 導師亦可在徵求學生同意之後，將撰寫之優良作品利用班級交流平台（部落格、Facebook 等）提供於班上同學分享，並可即時邀請學生進



行回饋。

三、與學生晤談

學校：普通型 技術型 綜合型 單科型

年級：高一 高二 高三

方式：班會 早自習 自習課 週記 家庭作業
寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：

時間：15 分鐘

說明：

(一) 不論在選組、選學程、選報考類科等，學生都有可能面臨難以做決定或是自己是否適合等狀況，與學生晤談的重點在於理解學生現況及觀察平日表現，做一統整與回饋。

(二) 導師可朝以下幾方面進行觀察或作為晤談切入重點：

1. 學習興趣：學生認為自己最喜歡與不喜歡的科目是哪些？
2. 學習能力：學生容易學習與學習上較有困難的科目為何？
3. 高一各科成績彙整：彙整高一上學期與下學期之月考成績，讓學生比較自己各科之表現能力。
4. 檢視學生平常看哪些課外讀物、參加哪些社團、有哪些休閒活動、印象深刻的快樂事件、從小的志願、願意投入心力的事情、將來職業類別等等生活回顧綜合來討論與哪一個領域 / 類組有相關。
5. 可搭配已施測的性向測驗、興趣測驗相關結果來討論就讀類組。

四、性向與興趣測驗在選課選組上的運用

學校：普通型 技術型 綜合型 單科型

年級：高一 高二 高三

方式：班會 早自習 自習課 週記 家庭作業
寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：





適性輔導 揚才啟航

時間：20 分鐘

說明：

- (一) 可利用班會課，蒐集學生對於選課選組共同性問題，若涉及測驗解釋的部分，可轉介學生至輔導室諮詢，或邀請輔導老師至班上針對共同問題與學生討論。
- (二) 測驗結果不能做為選課的唯一指標，可提醒學生應該再參考其他資料，例如：學業成績、個人興趣、家人期望、個人價值觀…等因素作綜合性考量。
- (三) 協助學生澄清在選課選組上的迷思，能力的考量仍因大於興趣的考量。

欲選文組的同學	欲選理組的同學
<ol style="list-style-type: none">1. 不要因為數理領域較弱而選讀文組，想進入法商學院學習的同學，數學一定也要達到某個層度，才能通過大專校院考試的篩選。2. 文組高二上學期即可計畫複習學測應考的理科科目。3. 文組的性向如果非常明顯，不要因擔心出路便放棄就讀，社會上仍有其工作需求，找出自己的特色和興趣，努力培養自己，才是致勝的關鍵。	<ol style="list-style-type: none">1. 不要因為逃避歷史、地理而就讀理組，每一科目都有需要記憶背誦的部分，文史學科可增加個人的涵養及氣度，就算讀理組也要多充實(推甄面試時就可看出高下)。2. 三類需準備六科，份量較重需衡量自己是否能負荷，勿因可跨組填的科系多而勉強就讀。許多前車之鑑證明，「觀望」會影響學習成果，不如切切實實地衡量興趣和能力，穩紮穩打，才能快樂而平順地考出好成績。3. 不要因科系熱門，就選讀和自己能力、興趣差異極大的類組，一旦在學習上遇到瓶頸時，容易萌生放棄的念頭。越是高深的學問，越要有學習的熱情支持，必須務實地審視自己的條件。





五、生涯進路大解析

學校：普通型 技術型 綜合型 單科型

年級：高一 高二 高三

方式：班會 早自習 自習課 週記 家庭作業

寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：

時間：30 分鐘

說明：

(一) 現行高級中等學校學生生升學進路均採「考招分離」方式，普通型高中生需參加「大學學科能力測驗」、技術型高中生則需參加「四技二專統一入學測驗」作為個人申請的依據。普通型高中生若要參加考試分發，則需參加指定科目考試。

(二) 一般大學校院繁星推薦或技專校院繁星推薦則以在校成績及表現成果為推薦依據。

(三) 詳細詳細的生涯資訊網站參考如下：

1. 大學入學考試中心 <http://www.ceec.edu.tw/>
2. 大學招生委員會聯合會 <http://www.jbcrc.edu.tw/index1.htm>
3. 漫步在大學 <http://major.ceec.edu.tw/search/>
4. 大學網路博覽會 <http://univ.edu.tw/>
5. 技專校院入學測驗中心 http://www.tcte.edu.tw/page_new.php
6. 技專校院招生委員會聯合會 <https://www.jctv.ntut.edu.tw/>
7. 技訊網 <http://www.techadmi.edu.tw/search/>
8. 技職博覽會 <http://www.techadmi.edu.tw/search/>
9. 全國技術士技能檢定 <http://www.techadmi.edu.tw/search/>
10. 國軍人才招募中心 <http://rdrc.mnd.gov.tw/rdrc/index.aspx>

升學進路簡表如下：



適性輔導 揚才啟航

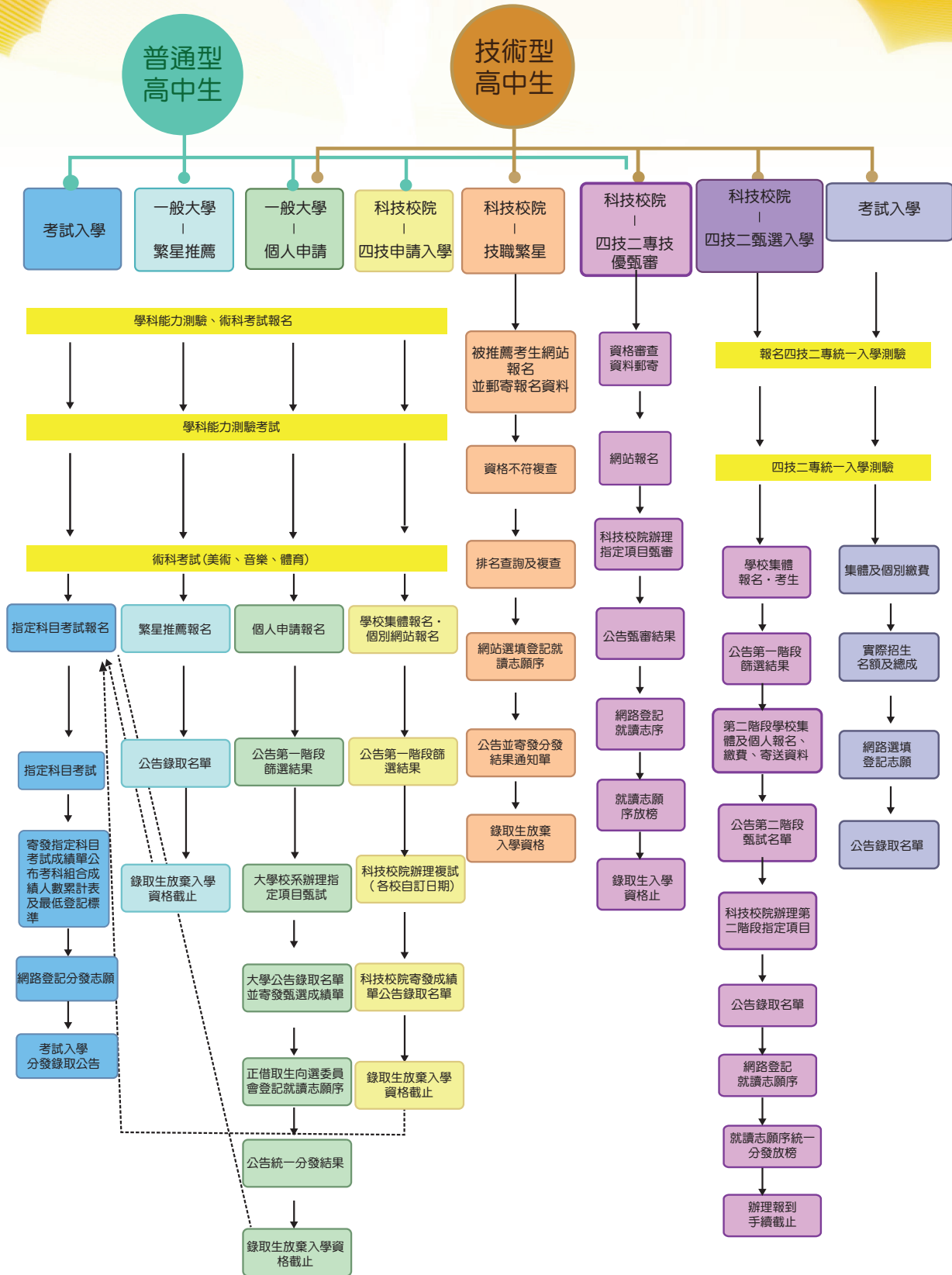


圖 5-2 高級中等學校升學進路簡表

資料來源：修改自探索與成長 青少年生涯規劃小百科 (2012) P80、81



六、說明高級中等學校三年的學習任務

學校：普通型 技術型 綜合型 單科型

年級：高一 高二 高三

方式：班會 早自習 自習課 週記 家庭作業

寒暑假作業 個別談話 融入課程 其他：

時間：15-20 分鐘

說明：

(一) 高級中等學校階段和國中的學習任務相當的不同，可藉由此表讓學生對三年應該要學習的內涵有所認識與了解，知道每一個年段該讓自己達成哪些學習目標。並可於每學期或每學年期末讓學生自我檢視自己達成的學習任務有哪些，哪些仍需持續累積等。

(二) 各年段生涯發展目標如下：

表 5-1 高級中等學校學生之生涯發展目標

時 段	生涯發展目標	課程活動	延伸活動
高 一	1. 認識自己 2. 適應高級中等學校生活 3. 認識多元入學 4. 認識大學學群 5. 建立各科學習方法 6. 準備選組、選擇學程 7. 個人檔案整理	1. 測驗 a. 學業性向測驗 b. 大考中心興趣量表 2. 生涯規劃課程 a. 自我認識 b. 選組輔導 c. 學程選擇輔導 3. 生涯探索小團體 4. 高三學長姐入班宣導 5. 職涯講座 6. 大專校院博覽會	△參加社團 △擔任幹部 △參加校內外競賽 △參加大學營 △參加語文檢定 (英文、日文) △參加證照檢定 △參觀大專校院、機構 △上網查詢 (漫步在大學、大考中心、哈學網、技訊網)





高二	<ol style="list-style-type: none"> 1. 適應選組 / 學程學習 2. 個人檔案整理 3. 認識大專校院校系 4. 選擇適性升學管道 5. 準備學測或統測 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯探索小團體 2. 18 學群講座 3. 個別輔導 4. 大專校院參訪 5. 大專校院博覽會 	<ul style="list-style-type: none"> △參加社團 △擔任幹部 △參加校內外競賽 △參加大學營 △參加語文檢定 (英文、日文) △參加證照檢定 △參觀大專校院、機構 △上網查詢 (漫步在大學、大考中心、哈學網、技訊網)
高三	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加學測 (術科)、四技二專統測 2. 甄選入學 (大學、四技) 選填志願 3. 參加甄選入學「指定項目甄試」 4. 參加指考 5. 大學指考選填志願 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 測驗大學學系探索量表 2. 畢業校友入班宣導 3. 18 學群講座 4. 生涯規劃課程 5. 大專校院博覽會 6. 甄選心得彙編展示 7. 校外模擬面試 8. 同學小組面試 9. 大學指考選填志願輔導 	<ul style="list-style-type: none"> △參觀大專校院、機構 △參加語文檢定 (英文、日文) △參加證照檢定 △請益相關師長 △上網查詢 (漫步在大學、大考中心、哈學網、技訊網) △學長姐分享大專校院生活 △職場生活分享

肆、參考資料

丁雅雯等編著 (2013)。102 年度高中選課選組輔導手冊。臺北市：臺北市教育局。

Cheers 雜誌編輯部。(2012) 探索與成長—青少年生涯規劃小百科。臺北市：Cheers 雜誌。

