

## 壹、開課建議

這套教材可以透過不同單元組合開設跨系所選修的通識課程或針對單一系所或同質系所（例如學院）的專屬職涯課程。授課教師可以綜合考慮單元組合比例建議和跨主題單元組合建議來挑選單元，並針對學校或系所特色、學生需求、教師風格來調整課程設計。此外，有鑑於開設學分課程需要通過正式的課程發展機制，不見得所有學校都能夠在現階段實施，也建議針對特定系所的在學學習與未來升學就業脈絡，透過不同單元組合開設給提供序列性工作坊或營隊。

就單元組合比例來看，通識開課和系所開課的差別在於：通識課程開放跨系所學生選修，因此著重在提升普遍性生涯發展能力的生涯發展，系所課程則可以深入探索跟個別院系所特色相關的細節，因此除了職涯探索主題可以特別針對系所出路之外，學涯發展或學職轉換也會深入探討系所的課程地圖或學用連結。至於高低年級的差別則在於：低年級以學涯發展為重，也就是著重在學期間的學習經驗之規劃，高年級以學職轉換為重，也就是為轉換在學所學並為未來進入職場做準備。

有關跨主題單元組合的建議（參見圖 1），主要是幫助授課教師瞭解跨主題單元彼此之間的關聯脈絡，以方便授課教師挑選出關聯性較強的單元以形成較具統整性或聚焦性的課程設計。生涯理念和自我探索兩個主題的 7 個單元組合可幫助學生從多元面相完整開發自我；釐清生涯理念、剪輯未來理想、宣告未來故事、享受生涯變動等 4 個單元組合可幫助學生學會籌劃未來的關鍵態度與方法；敘說往日生涯、發掘志趣熱情、勾畫圓夢計畫、盤點生涯資產、落實實踐之道、延伸實踐經驗、展開未來行動等 7 個單元組合可幫助學生在實際展開圓夢行動中學習；掌握才幹資產、檢視今日學習、多元經驗、看見變化的樣子、學用關係與學習策略等 5 個單元組合可幫助學生周延規劃大學的學習；開創未來工作、統整生涯願景、工作視窗六宮格、職業訪談報告等 4 個單元組合可幫助學生具體瞭解職業世界；開創未來工作、職業訪談報告、職業停聽看、角色脫離-進入、求職與自我行銷、職場社會化、職場高效習慣等 7 個單元組合可幫助學生深入瞭解職業世界並預做準備。

以下以一位學生傑之為例，說明學生應用這些課程進行探索學習的經驗。在大一修生涯發展時，在生涯願景的選擇上，傑之藉由「L11-乙 1 梳理高峰經驗」、「L12-乙 2 發掘志趣熱情」、「L13-乙 3 掌握才幹資產」，傑之有系統而深入地瞭解自己長久以來的興趣、價值觀、才幹、知識，藉由「P22-乙 4 開創未來工作」，他創意組合了生物興趣和電機工程專長而形成醫學器材研發的夢想職業，並進一步發現生物醫學工程師這個職業跟他夢想中的工作很接近。他非常具體地瞭解到生物醫學工程師最主要的工作任務是「開發與提供技術協助殘疾人士」、「利用工程

與行為原理，設計與開發醫療診斷和臨床診斷儀器、設備和流程」、「與生命科學、化學、醫學人員一同進行人類與動物生物系統方面的工程研究」，其次是「針對儀器的臨床應用，提供諮詢與協助」、「開發能源的新用途，例如將核能運用於生物醫學工程」、「安裝調整維護修理，或提供生物醫療設備技術上的協助」；最需要精熟的知識是「工程與科技」、「生物學」、「數學」，其次才是「電腦與電子科技」、「精密技術之設計」。而他最需要仰賴的技能是「運用科學方法」、「閱讀理解」，其次是「運用數學方法」、「批判性思考」、「積極學習與運用」；其中，他滿有興趣與信心學習大部分的知識與技能以及執行大部分的任務，但他對自己的「批判性思考」、「積極學習與運用」沒有信心，對於自己的人際溝通技巧也沒信心，擔心自己無法跟不同專業的人共同合作，或者無法提供好的諮詢服務。透過「P11-丙1 職業視窗六宮格」和「P12-丙2 職涯焦點人物誌」，他深入瞭解生物醫學工程師的甘苦、挑戰與生活型態，也瞭解醫療圈的生態與生存之道，他覺得這工作真的很吸引他，因此透過「P23-乙6 統整理想現實」建構出一個以「用生醫工程專業助人離苦」為核心、以「用誠懇踏實達成溝通合作」為助力的生涯願景。

在學習職涯的籌劃上，傑之藉助「L21-丁1 多元學習經驗」、「L22-1-丁2 提升才幹之道\_看見變化」，他瞭解到高年級的專題以及參與老師的研究團隊都可以同時磨練「批判性思考」和「運用數學方法」，並刺激「積極學習與運用」，也有助於學習團隊合作、溝通協調，於是就安心了，知道系會提供相關學習機會來幫助他學習到必要職能。更重要的是，經由接連幾個禮拜的學系課程介紹、學長姊學習訣竅分享、校友職場經驗分享，他開始深入而有系統地瞭解電機工程這個領域的學習與工作狀況。因此，傑之透過校內的課程地圖平臺做出四年的修課規劃，雖然知道未來不一定就會照著做，但有個大概框架，他對於自己的未來感覺踏實多了。

在另一方面，經由「L23-乙5 檢視今日學習」，他也發現自己的學習經驗過於局限於系課程安排，無法滿足他未來想投入生物醫學工程領域的願望，在「L13-乙3 掌握才幹資產」和「L22-2-丁3 提升才幹之道\_學習策略」中有關學涯（學習）與職涯（應用）信念的探討，讓他發現自己需要調整信念，好讓自己更加肯定而積極地廣泛地學習不同領域的知識技能，並且做好終身學習的心理準備。他瞭解生物醫學工程師這個職業具有濃厚的跨域性，需要規劃學習電機工程學系沒有教授的「生物學」知識，將來進入職場時，需要憑藉著跨領域的、基礎學理的學習以及職場上的靈活應用，持續學習與適應工作要求與組織文化，才能維持職場競爭力。因而，他除了積極瞭解校內生物系的相關學習方向與經驗之外，也積極主動打聽校外的生物醫學方面的學習機會，做出跨系、跨校的修課規劃。

最後，他還透過「A11-甲1 圓滿人生怎麼過」和「A12-2-己11 打造未來願景\_勾勒圖像」具體勾勒出未來理想生活的樣貌，透過「A12-1-己12 SMART 規劃個人發展」預先構思自己打算如何處理夢想實踐過程需要面對的挑戰，透過「A21-2-己13 享受意外變動」磨練正向積極迎接各種意外變動的態度，並發揮創意善用

意外機緣，創造出更豐富活潑的未來職涯願景與實踐歷程規劃。

大二時，傑之選修通識中心的「生涯夢想實踐」，藉由「A13-己 21 籌劃圓夢行動」、「A21-1-己 22 盤點實踐資產」，在老師和同學的相互幫助與支持下，他找到一群同樣對生物醫學工程有興趣的夥伴，共組讀書會並進行輔助長者步行的自動調整型助步器之專題研究。學期中的「A22-1-己 23 落實實踐之道\_回歸圓心」，幫助傑之通盤檢討夢想實踐狀況，他發現原先的夢想太高太遠，用來做實驗的研究空間和設備經費卻相對太少，因此重新調整該助步器的功能定位，並透過輾轉介紹牽線找到目前正在研發相關產品的產學合作研究團隊，兩邊團隊的相互討論、激盪，大大幫助傑之的團隊突破研發瓶頸。同時，傑之也發現自己的時間管理策略不佳，常常因為突發狀況或個人情緒而延擱原本規劃的研發進度，因此開始有系統地使用「要事第一」原則來幫助自己做好時間管理。到了期末，傑之在「A23-2-己 24 延伸實踐經驗\_展望未來」非常開心地分享自己的成功經驗，也梳理出自己在逐一克服困難的過程中運用了哪些籌劃策略，因而大幅提升未來持續投入夢想實踐的決心和信心。

到了大三，他藉由教學資源中心發現擔任國際交換生的機會，到美國的生物醫學工程學系進修一年。大四那年，就輔組提供的「進軍職場工作坊」幫助他瞭解學校學生與職場工作者的角色差異，並且在盤點自己競爭生物醫學工程師工作的優勢後撰寫履歷，順利地在職業博覽會上找到自己理想中的工作。



圖 1：跨主題之單元組合

資料來源：劉淑慧、陳斐娟、吳淑禎、許鶯珠、洪雅鳳、楊育儀（2014）。知識經濟時代的大專生涯發展課程設計：陰陽調和、頂天立地之道。載於華人生涯研究中心（主編），系所脈絡個人創新大專生涯輔導教材。