

**國民中學
生涯發展教育計畫
撰寫與諮詢輔導
暨
生涯手冊與生涯檔案使用說明**

內容大綱

2

- 一.前言
- 二.生涯發展教育計畫撰寫
- 三.生涯發展教育諮詢輔導
- 四.生涯手冊、生涯檔案、家長手冊使用說明

一.前言

十二年國民基本教育課程綱要

103年11月28日發布之《十二年國民基本教育課程綱要總綱》，規定領域課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、**生涯規劃**、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題（十九項議題）。

各級各類學校之領域/群科/學程/科目課程，應配合各學習階段的重點，規劃連貫且統整的課程內容，並以「啟發生命潛能」、「陶養生活知能」、「**促進生涯發展**」及「涵育公民責任」的總體目標為課程規劃的依歸。

領域「**學習表現**」+「**學習內容**」
議題融入「**學習主題**」+「**實質內涵**」

十二年國教課程綱要生涯規劃教育議題 學習主題與實質內涵

學習主題	議題實質內涵(國民中學)
生涯規劃教育之基本概念	涯J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯J2 具備生涯規劃的知識與概念。
生涯教育與自我探索	涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J5 探索性別與生涯規劃的關係。 涯J6 建立對於未來生涯的願景。
生涯規劃與工作/教育環境探索	涯J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。
生涯決定與行動計畫	涯J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 涯J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。

各年級核心內涵與實施主題

年級	核心內涵	教學主題與活動
七年級	<p><u>生涯規劃教育之基本概念</u></p> <p><u>生涯教育與自我探索</u></p> <p><u>生涯規劃與工作/教育環境探索</u></p>	<p>活動建議：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 班級輔導2. 學生生涯檔案建置及主題活動（建議配合「國中學生生涯發展紀錄手冊」之填寫進行規劃）3. 心理測驗—學業性向測驗4. 小團體輔導5. 參訪活動—產業參訪6. 分站活動—生涯闖關活動7. 親師合作—家長職業分享8. 專題演講及座談<ol style="list-style-type: none">(1)學生：工作世界宣導座談會、職業達人開講等(2)教師及家長：生涯發展教育專題演講及研習活動9. 其他

各年級核心內涵與實施主題

年級	核心內涵	教學主題與活動
八年級	<u>生涯教育與自我探索</u> <u>生涯規劃與工作/教育環境探索</u> <u>生涯決定與行動計畫</u>	活動建議： 1. 班級輔導 2. 學生生涯檔案及主題活動（建議配合「國中學生生涯發展紀錄手冊」之填寫進行規劃） 3. 心理測驗—性向測驗（必要時可增加興趣測驗） 4. 小團體輔導 5. 參訪活動—產業參訪 6. 參訪活動—社區高級中等學校專業群科參訪 7. 職群試探活動（可搭配分站活動進行） 8. 生涯探索營 9. 親師合作—職業訪談 10. 專題演講及座談（含學生、教師及家長相關專題講座及研習） 11. 其他

各年級核心內涵與實施主題

年級	核心內涵	教學主題與活動
九年級	<p><u>生涯教育與自我探索</u></p> <p><u>生涯規劃與工作/教育環境探索</u></p> <p><u>生涯決定與行動計畫</u></p>	<p>活動建議：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 班級輔導2. 學生生涯檔案及主題活動（建議配合「國中學生生涯發展紀錄手冊」之填寫進行規劃）3. 心理測驗—興趣測驗4. 小團體輔導5. 參訪活動—產業參訪6. 升學進路宣導（含學生、教師及家長相關專題講座）7. 生涯博覽會、資料展8. 參訪活動—高中職參訪活動9. 專題演講及座談（含學生、教師及家長相關專題講座及研習）10. 加深職業試探—技藝教育課程11. 技藝教育課程成果展12. 其他

二.生涯發展教育計畫撰寫

(計畫表格化)

貼心服務:

生涯計畫撰寫相關資料均公告於中山國中網站:

- 本市生涯實施計畫基本資料表
- 本市生涯實施計畫範例
- 本市生涯計畫審查評分表
- 範例檔下載

中山國中網站首頁左側選單

12年國民教育/生涯發展

(網址:<http://www.csjh.kh.edu>.)

校園網路服務			
媒來演去	ischool	709	研習
資訊檔案	教師網頁	708	研習
行事曆	班級網頁	707	教師
暫時區	學生網頁	706	行政
圖書館藏資訊		705	學生
校園空污指數		704	學生
空氣品質監測網		703	行政
自由軟體專區		702	行政
12年國民教育			
課程計畫	公開授課	701	行政
國教院	生涯發展	700	行政
健康促進	網路讀書會	699	行政
環境教育	本土教育	698	行政
交通安全	健康促進	697	行政
CIRN資源整合平台		696	研習
校外人士協助教學活動		695	行政

基本資料表

10

班級數認定請以教務處填報班級員額系統為準，(特教班要放在哪個年級)

【基本資料】

學校班級編制 1. 以111學年度班級數為基準。 2. 含自足式特教班、美術班、音樂班、體育班、舞蹈班、身障班。	年級	班級數	學生數		
	國一(七年級)	班	人		
	國二(八年級)	班	人		
	國三(九年級)	班	人		
	合計	班	人		
年度生涯發展教育經費	來源	地方政府補助 (含國教署)	學校 預算	自行籌措 (如無， 請填「0」)	合計
	學年度				
	110學年度	元	元	元	元
	111學年度	元	元	元	元
技藝教育開辦情形	抽離式技藝教育課程： 班(職群)， 人(次) 技藝教育專班： 班， 人(無辦理者免填)				
學校聯絡人	姓名：		職稱：		
	辦公室電話：		傳真：		
	e-mail：		手機號碼：		
	學校地址：				

實施計畫內容

- 一. 辦理目的
 - 二. 指導單位
 - 三. 依據
 - 四. 辦理期程
 - 五. 實施對象
 - 六. 行政組織與運作
 - 七. 課程規劃
 - (一)生涯規劃教育融入領域教學
 - (二)學校生涯檔案架構及內容
 - 八. 活動進度及資源運用
 - (一)學校生涯發展教育活動實施進度
 - (二)學校生涯發展教育資源運用
 - 九. 經費
 - 十. 預期成效及檢核機制
 - 十一. 獎勵
 - 十二. 陳核
- ※計畫附件

計畫撰寫-計畫名稱

- ▶ 請依本市範例填寫

高雄市立○○國民中學111學年度生涯發展教育實施計畫

111年○月○日工作執行委員會議通過

計畫撰寫-依據

► 請依本市範例填寫

- (一)104年1月14日華總一義字第10400002681號令公布「技術及職業教育法」。
- (二)十二年國民基本教育課程綱要。
- (三)教育部國民及學前教育署補助辦理國民中學生涯發展教育及技藝教育相關經費作業原則（教育部國民及學前教育署107年5月14日臺教國署國字第1070049473B號令）
- (四)高雄市政府教育局111年6月14日高市教中字第11134315500號函。

計畫撰寫—辦理目的、辦理單位

14

辦理目的

學校推展生涯發展教育之教學活動及生涯規劃教育之課程的主要依據，可參酌各校特色撰寫。

辦理單位

- (一)指導單位：教育部國民及學前教育署
- (二)主辦單位：高雄市政府教育局
- (三)承辦學校：高雄市立00國民中學

計畫撰寫-辦理期程及實施對象

15

辦理期程

民國111年8月1日至112年7月31日

實施對象

111學年度全體國中學生
(完全中學請勿納入高中部學生)

計畫撰寫-行政組織與運作

16

生涯發展教育工作執

委員會組織名冊應列有各成員職稱、姓名、工作職掌

組，工作組別至少需要行政組、教學組及活動組，可依實際需求增加，組員可以更動

工作組別	職稱	姓名	工作執掌
召集人	校長		督導全校生涯發展教育之進行
副召集人	教務主任		協助課程規劃及活動企劃
執行秘書	輔導主任		
行政組	Ex：○○主任		1.協助課程及活動之進行
	Ex：○○主任		2.採購、經費核銷及執行成效考核等
教學組	教學組長		1.協助課程及活動之進行
	Ex：○○領域召集人		2.生涯規劃教育融入各領域教學課程規劃與執行
活動組	Ex：○○主任		
	Ex：○○組長		1.協助課程及活動之進行
	Ex：○○導師代表(或級導師)		2.生涯發展教育活動之規劃與執行
○○組			請自行填列

請先依110學年度之人員撰寫，111學年修正後，務必在期初會議中提案追認

※委員人數總和應為奇數

成立「生涯發展教育工作執行委員會」，擬訂計畫

開會時間	建議議題	備註
第1學期期初 (約8月)	<ol style="list-style-type: none">當學年度生涯發展教育實施計畫修正第1學期生涯發展課程及活動規劃討論其他生涯發展教育(含：學生適性輔導)相關議題研討<u>110學年度畢業生升學進路調查統計與分析</u>	計畫追認 可搭課程發展委員會
第1學期期末 (約1月)	<ol style="list-style-type: none">第1學期生涯發展教育實施成效檢討其他生涯發展教育(含：學生適性輔導)相關議題研討	可搭課程發展委員會
第2學期期初 (約2月)	<ol style="list-style-type: none">第2學期生涯發展課程及活動規劃討論其他生涯發展教育(含：學生適性輔導)相關議題研討	可搭課程發展委員會
第2學期期末 (約6月)	<ol style="list-style-type: none"><u>全學年生涯發展教育實施成效檢討(需包含量化檢核)</u>其他生涯發展教育(含：學生適性輔導)相關議題研討 (研議下學年生涯發展教育實施計畫)	可搭課程發展委員會

計畫撰寫-課程規劃

18

➡ 生涯規劃教育融入領域教學

各校請依課發會通過之學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表填寫

➡ **單元名稱**在「學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表」**可以對應**

➡ 學習主題與實質內涵可以相對應

計畫撰寫-課程規劃

19

學習領域	實施年級	教材版本	融入單元名稱	生涯規劃教育學習主題	實質內涵 (參見十二年國民基本教育課程綱要議題融入說明手冊)	備註	
綜合活動	一年級			Ex：生涯教育與自我探索	Ex：涯 J3 覺察自己的能力與興趣。		
	<p>鼓勵融入所有領域，應至少融入綜合領域一、二、三年級，並加上其他至少三個領域各擇一年段融入</p>			<p>應注意學習主題與實質內涵需對應</p>			
00 領域							
00 領域	0 年級						
00 領域	0 年級						
彈性學習課程	0 年級	「彈性課程」無則免填寫，如果有則列入諮詢輔導特色加分					

十二年國教課程綱要生涯規劃教育議題

20

學習主題與實質內涵

議題 學習主題	議題 實質內涵
生涯規劃教育之基本概念	涯J1 了解生涯規劃的意義與功能。 涯J2 具備生涯規劃的知識與概念。
生涯教育與自我探索	涯J3 覺察自己的能力與興趣。 涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯J5 探索性別與生涯規劃的關係。 涯J6 建立對於未來生涯的願景。
生涯規劃與工作/教育 環境探索	涯J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。 涯J8 工作/教育環境的類型與現況。 涯J9 社會變遷與工作/教育環境的關係。 涯J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。
生涯決定與行動計畫	涯J11 分析影響個人生涯決定的因素。 涯J12 發展及評估生涯決定的策略。 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 涯J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。

資料來源：十二年國民基本教育課程綱要—議題融入說明手冊

計畫撰寫-課程規劃

21

- 生涯檔案內容及架構

(請依部定項目填入各校生涯檔案內容)

成長歷程

心理測驗

職業資訊
搜查

自我評估

無須說明生涯檔案檢核方式或評比方式。

計畫撰寫-課程規劃

22

生涯檔案內容及架構

項目	生涯檔案內容	備註
成長歷程		
心理測驗		不宜將智力測驗；賴是人格測驗納入生涯檔案內容
職業資訊搜查		
自我評估		

計畫撰寫-活動進度及資源運用

23

- 學校生涯發展教育活動實施進度

務必**勾選**該年級對應之核心內涵

實施時間撰寫以**月份**呈現即可
(若非持續性，不應再寫「全學年」)

例: 111年12月

相同年級之活動請依**時間序**列出

計畫撰寫-活動進度及資源運用

24

學校生涯發展教育活動實施進度

年級	核心內涵	生涯發展教育活動	實施時間	備註
一年級	<input type="checkbox"/> 生涯規劃教育之基本概念			
	<input type="checkbox"/> 生涯教育與自我探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯規劃與工作/教育環境探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯決定與行動計畫			
二年級	<input type="checkbox"/> 生涯規劃教育之基本概念	Ex：二年級社區高級中等學校專業群科參訪	Ex：111年12月	
	<input type="checkbox"/> 生涯教育與自我探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯規劃與工作/教育環境探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯決定與行動計畫			
三年級	<input type="checkbox"/> 生涯規劃教育之基本概念			
	<input type="checkbox"/> 生涯教育與自我探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯規劃與工作/教育環境探索			
	<input type="checkbox"/> 生涯決定與行動計畫			

各年級重點有所差異
請記得勾選核心內涵

計畫撰寫-活動進度及資源運用

25

- 學校生涯發展教育資源運用

人力(邀請講師)

物力(邀請合作單位擺攤)

財力(非教育主管機關補助經費及設備)

其他(非上述項目)

計畫撰寫-活動進度及資源運用

26

學校生涯發展教育資源運用

資源類別	資源名稱	支援活動項目	備註/聯繫方式
人力 (邀請講師請填此欄)	Ex: OO工商	Ex: 二年級社區高級中等學校專業群科參訪	Ex: OOO組長 07-0000000
物力 (邀請合作單位擺攤請填此欄)			
財力 (非教育主管機關補助經費及設備請填此欄)			
其他 (非上述項目請填此欄)			

※須與前項「生涯發展教育活動」搭配填列

計畫撰寫—經費

27

經費

本計畫所需經費共計新台幣○○○元整，由教育部國民及學前教育署，與高雄市政府教育局專款補助，經費不足部份由學校自籌

全校班級數*3,000+二年級辦理專業群科參訪活動班級數*3,000+20,000

(倘僅部分班級參與非規劃全體學生者不核予2萬元補助經費)

計畫撰寫-預期成效及檢核機制

28

成效說明

類別	說明	備註
質的成效	1.Ex：三年級學生參與技職博覽會，增進學生對各高中職校之瞭解，以做適切之升學抉擇。(可呼應計畫辦理之目的) 2. 3.	
量的成效	1. Ex：二年級社區高級中等學校專業群科參訪參與率100%。(說明一下參與人次或是場次) 2. 3.	

計畫撰寫-預期成效及檢核機制

29

➡ **量**的成效請明確敘寫

相關場次/人數(次)/百分比

其中……

- 1.表格名稱，不可更改，且文字說明須在表格內
- 2.量的成效需與附件一計畫實施檢核表互相對應

二年級專業群科參訪

國中學生生涯發展紀錄手冊

生涯檔案

應達100%

計畫撰寫-獎勵、陳核

30

獎勵

辦理活動人員依「高雄市立各級學校及幼兒園教職員工獎懲標準補充規定」敘獎

陳核

本計畫經學校生涯發展教育工作執行委員會討論，經學校校長核可，函送高雄市政府教育局轉陳教育部國民及學前教育署核定後實施

計畫撰寫—附件

31

附件一

計畫實施成效檢核表(請以量的成效撰寫，如範例所示)

附件二

二年級社區高級中等學校專業群科參訪實施計畫(無須檢附經費概算表)

附件三

課發會通過之學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表(請以學校提供之原始文件呈現)

附件四

111學年度辦理生涯發展教育經費概算表

附件一：計畫實施成效檢核表

請以**量的成效**撰寫，如範例所示：

量化成效項目	檢核指標	執行成效	辦理情形檢核（請打V）		
			已達成	未達成	未達成者，敘明理由
二年級學生社區 高級中等學校專 業群科參訪	參與率 100%	參與率 98%		✓	1. 八年級部分學生參訪當日請假。 2. 已請輔導教師協助請假學生認識相關專業群科。

- 本表請列入期末生涯發展教育工作執行委員會檢討
- 須對應計畫之「預期成效及檢核機制」之成效說明

附件二： 二年級社區高級中等學校 專業群科參訪實施計畫

無須檢附經費概算表



附件三:高雄市議題融入課程計畫規劃檢核表

34

高雄市111學年度國中學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表 (教務處協助彙整)

項次	議題名稱	融入課程	單元名稱	呈現學期-週次-時數	完成	未完成	備註
1	生涯發展教育(含職業試探、生涯輔導課程)			範例:若為第一學期第3週1小時,請寫作「一-3-1」 「特別說明: 一、綜合領域如備註欄說明需為四碼。 二、需與生涯發展教育實施計畫內七、課程規劃相呼應。」	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	生涯發展教育諮詢輔導應檢附佐證資料: 1.綜合領域三個年級之教案各1份及其學習成果。 (此項呈現方式請特別註明「年級-學期-週次-時數」) 2.其他三個領域各1份教案及其學習成果。 3.學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表。
2	性侵害防治教育課程				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年至少4小時
3	交通安全教育				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年至少4小時
4	反毒認知教學				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年至少1小時
5	家庭暴力防治教育				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年4小時以上
6	家庭教育				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年4小時以上
7	海洋教育				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年至少1次
8	兒童及少年性剝削防制教育				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每學年辦理教育宣導至少3場次(含以上)
9	環境教育課程				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每年4小時以上
10	低碳環境教育課程				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	每年至少2小時

附件四：生涯發展教育經費概算表

35

高雄市立 OO 國中 111 學年度辦理生涯發展教育經費概算表

項目	單位	單價(元)	數量	金額(元)	備註(說明)
鐘點費	節	2,000			外聘講師 用途說明(如:OO 講座/主題、對象及時間)
鐘點費	節	1,000			內聘講師 用途說明(如:OO 講座/主題、對象及時間)
鐘點費	節	400			外聘講師 用途說明(如:OO 講座/主題、對象及時間)
場地佈置費	場				用途說明： 上限 2 場次，單價 2000 元/場
學生生涯檔案(含資料夾與內頁印製)	人				用途說明： 上限 120 元/份
教材及資料印製費	人				用途說明： 上限 50 元/份
活動材料費	份				用途說明： 上限 200 元/份
短程車(船)資及運費	輛				用途說明： (如係離島或偏遠地區，得說明後核實列支)。
全民健康保險補充保費	式				依衍生補充保費之業務費經費項目，乘以補充保費費率(2.11%，小數點無條件捨去)為編列上限。
雜支	式				1.活動總經費*5%以內。 2.本案必要辦公事務費用(如：文具用品、紙張、資訊耗材、資料夾、郵資等屬之)
合計	新臺幣 000 元整 (全校班級數__班*3000 元+二年級社區高級中等學校進行專業群科參訪__班*3000 元+每校 20,000 元，總計 000 元)				一年級：__班 二年級：__班 三年級：__班，共計：__班

承辦人

輔導主任

會計主任

校長

附件四：生涯發展教育經費概算表

36

鐘點費.2000元

外聘講師，針對**全校性/全年級/跨班級之學生講座**活動。單位「節」需於備註欄說明鐘點費用途(如:○○講座/主題、對象及時間)。

鐘點費.1000元

內聘講師，針對**全校性/全年級/跨班級之學生講座**活動。單位「節」需於備註欄說明鐘點費用途(如:○○講座/主題、對象及時間)。

鐘點費.400元

外聘講師，為**高級中等學校教師、家長**擔任班級生涯講座。單位「節」需於備註欄說明鐘點費用途(如:○○講座/主題、對象及時間)。

場地佈置費

每場**2000元為上限**，編列至多2場。

學生生涯檔案(含資料夾及內頁印製)

學生生涯檔案費用(120元)

活動材料費

材料費上限為200元/份。

雜支

請勿超過活動總經費百分之五，且不得編列獎品及門票。

附件四：生涯發展教育經費概算表

37

本計畫之補助款皆為**業務費**

教材及資料印製費

教材、講義、補充資料及成果檢討報告印製，以全校學生數為編列上限，學生數**無條件進位至十位**，每人50元。

短程車（船）資及運費

用於學生往返職校或職場參訪於市區租車或離島租船之費用。實報實銷。

全民健康保險補充保費

補充保費應為鐘點費的**2.11%**。（無條件捨去，如：346.2元應計為346元）。

不得編列之經費

經費規劃不得包含心理測驗題本添購、測驗閱卷費、測驗卡片…等
不得編列膳費、茶水費或家長教師研習等活動經費

核算生涯檔案數量

核實報支，以國中一年級(七年級)學生數為編列上限，學生數**無條件進位至十位**。如：**493▶500、76▶80、100▶100**

其他

1. 計畫中請勿出現「經費相互勻支」、不需分期列出(第一、二期)
2. 此計畫經費係指規劃辦理正式課程以外之活動方得編列支用

計畫審查-分數計算

38



- 項次一至項次九 每項錯誤扣2分(最高扣**30**分)
- 項次十至項次十二 每項錯誤扣3分(最高扣**9**分)
- 項次十三 每項錯誤扣1分(最高扣**14**分)
本項有誤修正核章後須上傳數位評鑑網重新送審
- 審查委員綜合意見欄每項錯誤扣1分(最高扣**3**分)
- 69分以下 列入優先輔導學校

計畫審查—審查委員綜合意見

1

- 基本資料正確性

2

- 活動規劃合理性

3

- 經費分配合理性

計畫審查-結果

1

- 通過

2

- 依審查意見修正後，送各校生涯發展教育工作執行委員會審議後通過

3

- 依審查意見修正後，送各校生涯發展教育工作執行委員會審議後通過，並列入優先輔導學校



項次十三「經費概算表」未依規定編列，依審查意見修正，修正後經費概算表須核章上傳數位評鑑網重新送審。

重要注意事項:

- 請記得在生涯發展執行工作委員會**期初會議**追認依審查意見修正後的生涯實施計畫。(附件務必記得附上，以利來年輔導訪視檢視)
- 未來一整學年度，建議各校依簡報內的概念如實去執行計畫內容，因為**明年的生涯訪視將會依照今年的計畫內容逐項作檢核**。
- 如果學期中執行生涯計畫有調整之必要時，**請召開生涯發展執行工作委員會，討論並留下會議紀錄**。範例如下:

高雄市立○○國民中學○○學年度第○學期
生涯發展教育工作執行委員會 第○次會議紀錄

時間：○○年○月○日（星期○）上（下）午○○時○○分。

地點：○○○。

主席：○○○

記錄：○○○。

出席人員：如簽到表。

列席人員：如簽到表。

壹、業務報告。

貳、討論事項。

案由一：有關本學期生涯規劃教育議題融入各年級之領域及單元修正一案，提請討論。

說明：1.請重新檢視本學期生涯規劃教育議題融入各年級之領域及單元與已備查之本學年度課程計畫內容是否一致，倘有異動者，請與會人員提出且進行細部討論。

2.本案決議通過後，另送本校課程發展委員會審議。

決議：

案由二：

說明：

決議：

參、臨時動議。

肆、散會（上（下）午○○時：○○分）。

三.生涯發展教育諮詢輔導

生涯發展教育諮詢輔導表 逐年簡化

44

為落實學校行政減量之目標 ➔ **簡化** 檢核項目及佐證資料

108年-四大指標(共13項)

- 行政措施與組織運作
 - 4項，40分
- 課程規劃與教學活動
 - 3項，30分
- 學生學習與輔導
 - 3項，30分
- 學校特色
 - 3分



109年起-三大指標

- 行政措施與組織運作
 - 4項，40分
- 課程規劃與教學活動
 - 4項，40分
- 學生學習與輔導
 - 2項，20分

110年延續 三大指標

行政措施與組織運作4項，40分

- 生涯發展教育工作執行委員會
- 生涯發展教育實施計畫
- 生涯發展教育相關研習
- 資源運用

課程規劃與教學活動4項，40分

- 課程計畫及教師檢核
- 融入課程教學
- 社區高級中等學校之專業群科參訪活動
- 生涯發展教育適性活動

學生學習與輔導2項，20分

- 國中學生生涯檔案
- 國中學生生涯發展紀錄手冊

生涯發展教育諮詢輔導 評分

評分基準：

- 符合：10分
- 佐證資料完整
- 部分符合：6分
- 「項目檢附文件」欄位內所提列任何一大項內之各列舉細項達1項以上（含1項）有缺漏或錯誤時
- 不符合：0分
- 缺漏「項目檢附文件」欄位內所提列之任何一大項佐證資料時

評分精神：

- 協助各校檢核整學年度辦理生涯發展教育工作完整性
- 只檢核資料完整性，並非評比資料內容等級

生涯發展教育諮詢輔導 等第

諮詢輔導結果(維持現況)

- 優等(相關人員敘獎)
 - 90(含)分以上
- 一等(相關人員敘獎)
 - 75(含)分以上~89分
- 二等
 - 60(含)分以上~74分
- 三等
 - 59分以下
- 74分以下(含74分)
列入優先到校訪視對象

國教署要求縣市
應有80%以上之
學校，諮詢輔導
為優等或一等

何謂大項

一、行政措施與組織運作 (40%) ←

項目內容←	項目說明←	項目檢附文件←
1. 生涯發展教育工作執行委員會←	1-1. 能於期初生涯發展教育工作執行委員會依據歷年學生進路分析討論學校年度生涯發展教育實施計畫內容← 1-2. 能於生涯發展教育工作執行委員會期末檢核計畫執行情形及提供未來辦理之相關建議←	1. 第一學期期初會議紀錄1場次 (含出席紀錄、簽核完成會議紀錄；會議紀錄需包含前一學年度進路分析) ← 2. 第二學期期末會議紀錄1場次 (含出席紀錄、簽核完成會議紀錄；會議紀錄需包含量化成效檢核) ←

共兩大項，缺一項該項目即0分

何謂細項

項目檢附文件←

1. 第一學期期初會議紀錄1場次
(含**出席紀錄**、**簽核完成會議紀錄**；會議紀錄需包含前一學年度進路分析) ←
2. 第二學期期末會議紀錄1場次
(含**出席紀錄**、**簽核完成會議紀錄**；會議紀錄需包含量化成效檢核) ←

第一大項
包含3個細項

本項內容共
兩大項6細項

111.5.23起「停課」彈性調整措施，僅適用因停止實體上課所影響之活動。

一、行政措施與組織運作 (40%) ←

項目內容←	項目說明←	項目檢附文件←	因應本學年度停課← 彈性調整檢附文件←
1. 生涯發展教育工作執行委員會←	1-1. 能於期初生涯發展教育工作執行委員會依據歷年學生進路分析討論學校年度生涯發展教育實施計畫內容← 1-2. 能於生涯發展教育工作執行委員會期末檢核計畫執行情形及提供未來辦理之相關建議←	1. 第一學期 <u>期初</u> 會議紀錄1場次(含 <u>出席紀錄</u> 、簽核完成會議紀錄；會議紀錄需包含前一學年度進路分析)← 2. 第二學期 <u>期末</u> 會議紀錄1場次(含 <u>出席紀錄</u> 、簽核完成會議紀錄；會議紀錄需包含量化成效檢核)←	第二學期 <u>期末</u> 會議紀錄可採多元形式呈現，優先以 <u>線上會議</u> 方式呈現，如因辦理困難，得改以檢附電子公文簽核量化成效檢核紀錄。←

一、行政措施與組織運作

1.生涯發展教育工作執行委員會

- (1)第一學期期初會議紀錄 1 場次(含簽到表、**簽核過**會議紀錄；會議紀錄需包含**109學年度畢業生進路分析**)
- (2)第二學期期末會議記錄1場次(含簽到表及**簽核過**會議紀錄；會議紀錄需包含**量化成效檢核**)

評分說明

符合(10分)：檢附兩場次**內容完整**會議紀錄(如上述內容)

部分符合(6分)：檢附兩場次會議紀錄(但部分**內容有缺漏或錯誤**，例如無簽到表或無進路分析等)

不符合(0分)：僅檢附一場次會議紀錄或無檢附資料(**缺漏任一大項**)

因應本學年度停止實體上課彈性調整：

1. 生涯發展教育工作執行委員會

(2) 第二學期期末會議記錄

多元形式呈現，可採線上會議辦理

改以電子簽核量化成效檢核紀錄1場次

行政措施與組織運作

2.生涯發展教育實施計畫

(1)計畫審查意見表

(2)根據「計畫審查意見表」修正後的生涯發展教育實施計畫(含二年級專業群科參訪計畫及所有附件)

評分說明

若檢附的生涯發展教育實施計畫**未修正**，則算一大項缺件，即為**不符合(0分)**。

一、 行政措施與組織運作

3.生涯發展教育相關研習

- (1)辦理教師參加校內研習成果至至少1場次
(簽呈或簽准後計畫、簽到表、照片)
- (2)辦理家長宣導紀錄至少 1 場次
(簽呈或簽准後計畫、簽到表、照片)

評分說明

符合(10分)：檢附兩場次內容完整活動紀錄(如上述內容)

部分符合(6分)：檢附兩場次活動紀錄(但部分內容有缺漏或錯誤，例如無簽到表或相片等)

不符合(0分)：僅檢附一場次活動紀錄或無檢附資料(缺漏任一大項)

#務必注意研習的內容符合生涯專題。

因應本學年度停止實體上課彈性調整：

3. 生涯發展教育相關研習

(1) 原計畫時間因疫情停辦

檢附提供教師、家長可自行參閱之線上資料

(2) 原計畫所訂時間非疫情期間，仍須依規定檢附資料

※ 沒辦理活動且沒附上任何佐證：0分

一、 行政措施與組織運作

4. 資源運用

- (1) 經費概算表1份(依審查意見修正核章後概算)
- (2) 經費執行結算表1份(核章後結算)

高雄市108學年度國民中學生涯發展教育
○○國中-經費執行結算表

製表日期:109年7月 日

項次	收支項目	預算金額 A	實支金額 B	剩餘(勻支)金額 C=A-B	執行(勻支)比例 D=B/A(%)	說明
1	外聘講座鐘點費	0	0	0		
2	內聘講座鐘點費	0	0	0		
3	外聘班級講座鐘點費	0	0	0		
4	短程車(船)資及運費	0	0	0		
5	場地佈置費	0	0	0		
6	教材及資料印製費	0	0	0		
7	活動材料費	0	0	0		
8	學生生涯檔案(含資料夾及內頁印製)	0	0	0		
9	雜支	0	0	0		
10	全民健康保險補充保費	0	0	0		
總計(元)		0	0	0		

承辦組長 承辦主任 會計單位 校長

1. 因疫情停辦之活動費用依規定繳回
2. 整體執行率不列入改善建議

二、課程規劃與教學活動

1. 課程計畫及教學研究

(1) 學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表

(2) 依「學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表」內融入領域之領域教師個人自我檢核表各1份(教師**個人簽名**)

注意事項：

「課程計畫檢核表」、「教師自我檢核表」、「教案與學習成果」等領域類別**均需一致**，即「**符合**」；**不一致**，即「**部分符合**」

二、課程規劃與教學活動

2.融入課程教學

依「學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表」內融入領域之：

- (1) **綜合領域** 三個年級之教案各1份及其學習成果。
- (2) **其他三個領域**各1份教案及其學習成果。

#教案:切勿繼續誤用九年一貫的能力指標，教學單元必須呼應「學校課程計畫重要宣導或法定議題融入課程規劃檢核表」上的教學單元。

因應本學年度停止實體上課彈性調整：

2. 融入課程教學

- (1) 原課程計畫時間因疫情改線上教學檢附提供學生可線上學習之相關資料
- (2) 原課程計畫所訂時間非疫情期間，仍須依規定檢附資料

二、課程規劃與教學活動

3. 社區高級中等學校之專業群科參訪活動

(1) 國中二年級全體學生社區高級中等學校之專業群科參訪計畫

(2) 國中二年級全體學生社區高級中等學校之專業群科參訪活動成果至少1份

(含活動照片、回饋單或學習單)

因應本學年度停止實體上課彈性調整：

3. 社區高級中等學校之專業群科 參訪活動

(1) 原計畫時間因疫情停辦

確認相關經費全數繳回

檢附提供國二學生職業群科認識線上資源佐證資料

(2) 原計畫所訂時間非疫情期間，仍須依規定檢附資料

二、課程規劃與教學活動

4.生涯發展教育適性活動

- (1)依生涯發展教育計畫辦理之生涯相關學生講座成果至少1份(含活動照片、回饋單或學習單)
- (2)依生涯發展教育計畫辦理之生涯相關學生活動成果至少1份(含活動照片、回饋單或學習單)

注意事項：成果資料**不得**與「社區高級中等學校之專業群科參訪活動」檢附之成果資料重複。

三、 學生學習與輔導

1. 國中學生生涯檔案

當學年度畢業生之生涯檔案**完整(未來需附學生的檔案檢核表，確保檔案內容符合計畫規劃內容)**掃描**1份** (含封面與封底)

注意事項：

請注意**學生個資**保護，切勿呈現學生身分證字號與出生年/月/日

生涯檔案需有**部分**教師**質性**回饋資料

因疫情影響，國三下停課期間缺漏部分不列入建議事項

學生生涯檔案檢核表範例：

學生輔導-04-02

○○縣(市)立○○國民中學

學生生涯檔案檢核表(參考範例一)

項目	成長歷程			心理測驗			職業資訊搜查			自我評估		
	拼出自我	我的真心話	細數來時路	性向測驗	興趣測驗	其他相關測驗	資訊上線	我是生涯資訊小達人	職場寫真	做決定的步驟	做決定的方法	想望十年後的職業世界
年級												
一-1												
一-2												
二-1												
二-2												
三-1												
三-2												

說明：請同學於每學期學校進行生涯檔案查閱前，進行自我檢核。
全部完成◎ 部分完成○ 尚未完成× 該學期未執行△

學期	輔導活動科教師檢閱	
一-1	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)
一-2	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)
二-1	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)
二-2	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)
三-1	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)
三-2	<input type="checkbox"/> 全部完成 (超級棒!)	<input type="checkbox"/> 未完成 (再加油!)

備註：生涯檔案檢核表之目的在協助同學們瞭解自己專屬的生涯檔案建置進度，並提供教師掌握學生執行情形，各校可依需求自行設計，執行細項部分，學校輔導處(室)可依生涯檔案內容規劃自行填列。

○○縣(市)立○○國民中學

學生生涯檔案檢核表(參考範例二)

(項目與內容部分：輔導處(室)可依各校生涯檔案內容規劃自行填列增減)

項目	生涯檔案內容	完成度檢核(請打✓)		備註
		完成	完成時間	
建置基礎	1. 準備檔案夾與活頁透明資料內頁	例：✓	09月20日	學校可於備註欄內敘明需完成的學期
	2. 封面設計	例：✓	10月01日	例如：一-1
	3. 目錄、分隔頁及檢核表設計		月 日	
	4. 封面標示學校、學號及姓名		月 日	
成長歷程	1. 拼出自我		月 日	
	2. 我的真心話		月 日	
	3. 細數來時路		月 日	
	4. 特質大進擊		月 日	
	5. 家庭寫真		月 日	
	6. 未來職場達人秀		月 日	
心理測驗	1. 性向測驗		月 日	
	2. 興趣測驗		月 日	
	3. 其他相關測驗		月 日	
	4. 測驗與生涯抉擇		月 日	
	5. 認識多元智慧		月 日	
	6. 認識工作價值觀		月 日	
職業資訊搜查	1. 資訊上線		月 日	
	2. 我是生涯資訊小達人		月 日	
	3. 職場寫真		月 日	
	4. 如果我是老闆		月 日	
自我評估	1. 做決定的步驟		月 日	
	2. 做決定的方法		月 日	
	3. 想望十年後的職業世界		月 日	
	4. 生涯轉換：轉個彎路更寬		月 日	

說明：請同學配合學校生涯檔案查閱期程，以勾選方式自行檢核，並標註完成時間。

資料來源：教育部編印「國民中學學生生涯檔案」。

三、 學生學習與輔導

2. 國中學生生涯發展紀錄手冊

當學年度畢業生之生涯輔導發展紀錄手冊**完整**掃描1份（含封面與封底）

注意事項：

請注意**學生個資**保護保護，切勿呈現學生身分證字號與出生年月日

測驗資料**不得**有智力測驗及人格資料

掃描資料**不得**與「1.國中學生生涯檔案」檢附相同學生之資料

委員建議項目

該項目學校檢附資料雖符合規定，惟委員仍可提供未來精進建議，然該建議事項僅提供學校來年修正調整，不列入該年度分數計算。

項目內容	項目說明	項目檢附文件	委員輔導意見與評分 請條列式重點說明 (學校請勿填寫)
3. 生涯發展教育相關研習	3-1. 能規劃辦理校內教師生涯發展教育專題研習 3-2. 針對家長能規劃辦理生涯發展教育相關主題之講座和進路選擇說明會	1. 辦理教師參加校內研習成果至少1場次(簽呈或簽准後計畫、簽到表、照片) 2. 辦理家長宣導紀錄至少1場次(簽呈或簽准後計畫、簽到表、照片)	<input type="checkbox"/> 符合 <input type="checkbox"/> 部分符合 <input type="checkbox"/> 不符合 本項目得分： 「部分符合」或「不符合」之待改進建議(各校扣分事項)： 建議未來精進方向：
4. 資源運用	4-1. 能依生涯發展教育實施計畫合理分配活動經費 4-2. 能依計畫運用生涯發展教育經費	1. 經費概算表1份(依審查意見修正核章後概算) 2. 經費執行結算表1份(核章後結算)	<input type="checkbox"/> 符合 <input type="checkbox"/> 部分符合 <input type="checkbox"/> 不符合 本項目得分：

四.生涯手冊、生涯檔案、 家長手冊使用說明

學生用:**國中學生生涯發展紀錄手冊、國民中學學生生涯檔案**

家長用:**國民中學生涯發展教育家長手冊**

教師用:**國民中學學生生涯檔案教學指引**

行政用:**國民中學推動生涯發展教育工作手冊**

◆生涯發展教育 出版品



● 國民中學推動生涯發展教育工作手冊

為協助國中學校辦理生涯發展教育及運作過程中，能有完善的參考依據，避免理念、精神偏離及掌握重點實施項目，自100學年度起，編撰「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」，並於101學年度起製作相應之電子書，提供學校辦理及教師教學之參考。



100



101



102



103



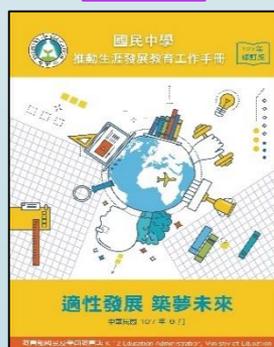
104



105



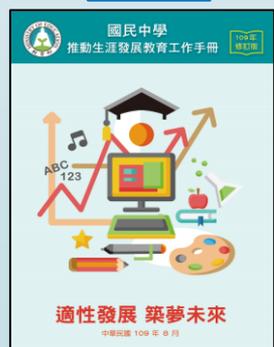
106



107



108



109



110



111

● 國中學生生涯發展紀錄手冊

為落實國中學生生涯輔導機制，培養學生生涯抉擇能力，並協助教師、家長在輔導學生進行生涯規劃時有所依據，自100學年度起，著手設計「國中學生生涯發展紀錄手冊」，幫助學生在進行進路規劃時有更清晰、明確的步驟和方式。



100



101



102



103



104



105



106



107



108



109



110



111

● 國民中學學生生涯檔案

為幫助學生釐清自己的優勢、性向能力，自102學年度起，規劃「國民中學學生生涯檔案」，以協助未來升學進路的參考，並為提供現場教學教師更多輔助教學的資訊來源。



102



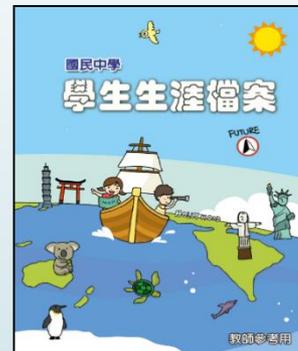
103



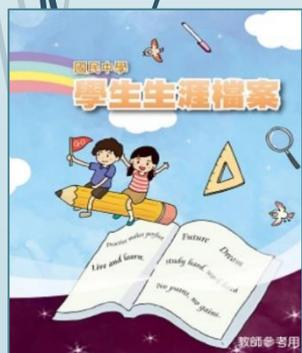
104



105



106



107



108



109



110



111

● 國民中學學生生涯檔案教學指引

為使教師能掌握教材核心理念，並減少教師準備時間，於105學年度完成「國民中學學生生涯檔案教學指引」之編撰，以提高教學效率。配合十二年國民基本教育課程綱要實施，修正教學指引內容。



105



109



110



111

● 國中生涯發展教育家長手冊

為使家長充分瞭解並一同參與生涯發展教育之推動，自105學年度起設計「國民中學生涯發展教育家長手冊」，強化教師與家長有關生涯發展教育之概念。



109



110



111

◆生涯創意教材教具



● 國民中學生涯發展教育創意教材教具

為協助國中學校積極推動生涯發展教育工作，並能運用多元化的特色教學活動，增進學校教師教學效果、引導學生進行生涯規劃。



第一套



第二套

◆生涯發展教育網站



➤ 「生涯教育資訊網」已於110年3月併入「CIRN國民中小學課程與教學資源整合平臺」

<https://cirn.moe.edu.tw/Module/index.aspx?sid=1182>



簡介

最新消息

生涯發展教育

- 出版品
- 輔導諮詢
- 人才庫研習
- 聯繫會議
- 計畫審查相關表件
- 創意教材教具
- 特色活動
- 成效調查研究

職業試探與體驗示範中心

聯絡我們

現在位置：CIRN > 特色創新 > 生涯發展教育首頁

首頁

最新消息

+ MORE

- 2022-08-16 **置頂** 本平台111年8月20日(六)08:00-14:00暫停服務
- 2022-08-15 **置頂** 2022/08/15(一)-2022/08/21(日)17:00-00:00 將進行系統維護作業
- 2022-08-11 **【生涯人才培訓研習】** 111學年度各直轄市、縣(市)生涯發展基礎知能研習參與人員...
- 2022-08-11 **【生涯人才培訓研習】** 111學年度各直轄市、縣(市)生涯發展教育專業人才培訓研習...
- 2021-12-16 **【職探-聯繫會議】** 110 年度職探中心縣市聯繫工作會議與會人員名單

快速連結

CIRN

● 課程綱要

● 教學創新

● 評 量

● 特色創新

● 輔導與專區

● 新課綱推動

● 標竿典範

● 學習扶助

● 領域教學

教育部國民及學前教育署學生生涯輔導網

<https://career.cloud.ncnu.edu.tw/default.aspx>



MINISTRY OF EDUCATION
教育部國民及學前教育署
學生生涯輔導網

網站導覽 | 舊版網頁 | 聯絡我們 | 線上填報

最新消息

- 2022-08-17 111年體表會之星 結合朱宗慶...
- 2022-08-16 2022年第34屆國際資訊奧林...
- 2022-08-16 社區大學與高中攜手跨域課程 落...
- 2022-08-16 邁向2030教育大未來！全國...

more

資源下載

- 做自己的太陽-生涯導航Q&A手冊
- 學生生涯輔導網宣導海報
- 111學年度國中學生生涯發展紀錄手冊

more

認識我自己

我是國中生

認識高中

認識大專校院

認識產業職場

國中學生生涯發展紀錄手冊

111版
111.8-114.6

★學生個人資料，請妥善保管，並遵守保密原則

國中學生生涯發展紀錄手冊

學校名稱：_____縣(市)立_____國民中學
國(私)立_____

學生姓名：_____

班級座號	轉學(轉班)註記	異動後班級座號
七年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日 由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	七年 班 號
八年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日 由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	八年 班 號
九年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日 由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	九年 班 號

1. 本紀錄手冊平時建議由學校相關處室統一保存。發還學生填寫時，請提醒學生妥善保管，以免因遺失造成資料斷流，影響後續生涯輔導之進行。

2. 學生離校(畢業或轉學等)時，手冊發還本人。部分資料若學校相關處室需留存，請依相關法規辦理。



國中學生生涯發展紀錄手冊理念及架構說明 1/3

- 為落實國中學生生涯輔導機制，培養學生生涯抉擇能力，並協助教師、家長在輔導學生進行生涯規劃。
- 100學年度起，入學國中新生每人一冊。手冊設計依Swain生涯規劃金三角內涵：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，設計本紀錄手冊。
- 結合生涯檔案資料，透過課程的設計及教學的安排，協助學生探索自我，認識升學進路及工作世界。
- 建議：每年指導學生增置相關資料，併同學生綜合資料紀錄表一起保管，以方便導師、輔導教師等繕寫輔導紀錄。
- 生涯發展紀錄手冊v.s學生綜合資料紀錄表及生涯檔案（不同格式功能，但相輔相成）

國中學生生涯發展紀錄手冊理念及架構說明 2/3

項目	分項目	頁碼	填寫人	建議填寫時間
一、我的成長故事	(一) 自我認識	1-2	學生	每年9月，依年級別填寫
	(二) 職業與我	3	學生	
二、各項心理測驗	(一) 性向測驗	4	學生	測驗實施後填寫
	(二) 興趣測驗	5	學生	測驗實施後填寫
	(三) 其他測驗	6	學生	測驗實施後填寫
三、學習成果及特殊表現	(一) 我的學習表現	7-10	學生	1.領域學習成績於每年9月、翌年3月（或可配合成績單發放時間），依學期別填寫 2.國中教育會考、體適能檢測於實施後浮貼成績證明影本
	(二) 我的經歷（幹部、社團）	11	學生	每年9月、翌年3月，依學期別填寫
	(三) 參與各項競賽成果	12	學生	
	(四) 行為表現獎懲紀錄	13	學生	
	(五) 服務學習紀錄	14-15	學生	
	(六) 生涯試探活動紀錄	16-17	學生	

國中學生生涯發展紀錄手冊理念及架構說明 3/3

項目	分項目	頁碼	填寫人	建議填寫時間
四、生涯統整面面觀		18-21	學生	三年級第2學期初 (約3月)
五、生涯發展規劃書		22-23	學生 家長 導師 輔導教師	三年級第2學期 (免試入學及特色招生前)
六、學生生涯發展 歷程相關紀錄	(一) 學生生涯發展 觀察紀錄	24	導師 輔導教師	進行學生生涯諮詢、觀察或建議後，適時填寫
	(二) 生涯諮詢紀錄	25	學生	每年9月、翌年3月，依學期別填寫
	(三) 家長的話	26	家長	每年5-6月，依年級別填寫。 家長參閱簽章後，繳回統一保管
附錄一	國中技藝教育職群與 相關性向測驗、興趣測 驗 之對應分析結果	27-29		
附錄二	群科歸屬表(110學年 度 適用)	30		

國中學生生涯發展紀錄手冊

修訂內容說明



國中學生生涯發展紀錄手冊修訂內容說明 1/2

✓ 111年度修訂部分: 目錄

目 錄				
項目	分項目	頁碼	填寫人	建議填寫時間
一、我的成長故事	(一) 自我認識	1-2	學生	每年9月,依年級別填寫
	(二) 職業與我	3	學生	寫
二、各項心理測驗	(一) 性向測驗	4	學生	測驗實施後填寫
	(二) 興趣測驗	5	學生	測驗實施後填寫
	(三) 其他測驗	6	學生	測驗實施後填寫
三、學習成果及特 殊表現	(一) 我的學習表現	7-10	學生	1.領域學習成績於每年9月、翌年3月(或可配合成績單發放時間),依學期別填寫; 2.國中教育會考、體適能檢測於實施後浮貼成績證明影本
	(二) 我的經歷(幹部、社團)	11	學生	每年9月、翌年3月,依學期別填寫
	(三) 參與各項競賽成果	12	學生	
	(四) 行為表現與品德紀錄	13	學生	
	(五) 服務學習紀錄	14-15	學生	
	(六) 生涯探索活動紀錄	16-17	學生	
四、生涯調整面面觀		18-21	學生	三年級第2學期初(約3月)
五、生涯發展規劃書		22-23	學生、家長、導師、輔導教師	三年級第2學期(先就入學及特色招生前)
六、學生生涯發展歷程相關紀錄	(一) 學生生涯發展觀察紀錄	24	導師、輔導教師	進行學生生涯諮詢、觀察或建議後,隨時填寫
	(二) 生涯諮詢紀錄	25	學生	每年9月、翌年3月,依學期別填寫
	(三) 家長的話	26	家長	每年5-6月,依年級別填寫。家長參與簽章後,繳回統一保管
附錄二:	國中技藝教育類群與相關性向測驗、興趣測驗之對應分析結果	27-29		
附錄二:	學科履歷表(111學年度適用)	30		

附錄二適用年度更新

。

國中學生生涯發展紀錄手冊修訂內容說明 2/2

✓ 111年度修訂部分:P30附錄二

附錄二：
群科歸屬表(111學年度適用)¹

類別	群別	既有科別
工業類	機械群	機械科、鑄造科、 銑床科 、機械木工科、配管科、板金科、機電科、裝圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科。
	動力機械群	汽車科、 電機科 、飛機修理科、動力機械科、農業機械科、軌道車輛科。
	電機與電子群	資訊科、電子科、控制科、電機科、冷凍空調科、航空電子科、電子通信科、 電機空調科 。
	化工群	化工科、紡織科、 染整科 、環境檢驗科。
	土木與建築群	建築科、土木科、消防工程科、空間測繪科。
商業類	商業與管理群	商業經營科、國際貿易科、會計事務科、資料處理科、電子商務科、流通管理科、農產行銷科、航運管理科、水產經營科、不動產事務科、 資訊經營科(107 試辦) 。
	外語群	應用英語科、應用日語科。
農業類	農業群	農場經營科、園藝科、森林科、野生動物保育科、 漁業科 、畜產保健科。
	食品群	食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科。
家事類	家政群	家政科、服裝科、幼兒保育科、美容科、時尚模特兒科、流行服飾科、時尚造型科、照顧服務科(96 試辦)。
	餐旅群	觀光事業科、餐飲管理科。
海事水產類	水產群	漁業科、水產經營科。
	海運群	輪機科、航海科。
藝術與設計類	設計群	家具木工科、木工科、陶瓦工程科、室內空間設計科、圖文傳播科、金屬工藝科、家具設計科、廣告設計科、多媒體設計科、室內設計科、多媒體應用科、美術工藝科。
	藝術群	戲劇科、音樂科、舞蹈科、美術科、影劇科、西樂科、國樂科、電影電視科、表演藝術科、多媒體動畫科、時尚工藝科、劇場藝術科、原住民族藝能科(108 試辦)。

備註：1.本表最新訊息請參見「111年國中畢業生適性入學宣導網站」。
2.有關學校課程計畫，請參見「全國高級中等學校課程計畫平臺」網站。

- 1.適用年度更新。
- 2.依國教署建議於原住民藝能科加入108試辦。
- 3.原右下角QR-CORD為誤植，故刪除。

國民中學學生生涯檔案



教師參考用

(111年版)

生涯檔案

❖ 一、成長歷程

❖ 二、心理測驗

❖ 三、職業資訊搜查

❖ 四、自我評估

❖ 五、附錄

生涯檔案目錄及檢核表

生涯檔案目錄及檢核表



(各校可依學校特色及學生需求填補生涯檔案內容後，自行編排頁碼)

項目	生涯檔案內容	頁碼	完成度檢核 (請打 V)		備註 (學校可於備註欄內敘明需完成的學年、學期別)
			完成	完成時間	
一、 成長 歷程	(一) 拼出自我			年 月 日	--1
	(二) 我的真心話			年 月 日	
	(三) 細數來時路			年 月 日	
	(四) 特質大進擊			年 月 日	
	(五) 家庭寫真			年 月 日	
	(六) 未來職場達人 Show			年 月 日	
	(七)			年 月 日	
	(八)			年 月 日	
	(一) 性向測驗			年 月 日	
	(二) 興趣測驗			年 月 日	

❖ 一、成長歷程

(一) 拼出自我

(二) 我的真心話

(三) 細數來時路

(四) 特質大進擊

(五) 家庭寫真

(六) 未來職場達人Show



二、心理測驗

(一) 性向測驗

(二) 興趣測驗

(三) 其他相關測驗

(四) 測驗與生涯抉擇

(五) 認識多元智慧

(六) 認識工作價值觀

❖ 三、職業資訊搜查

(一) 資訊上線

(二) 我是生涯資訊小達人

(三) 職場寫真

(四) 如果我是老闆

❖ 四、自我評估

(一) 做決定的步驟

(二) 做決定的方法

(三) 想望十年後的工作世界

(四) 生涯轉換:轉個彎路更寬



生涯檔案與生涯發展紀錄手冊搭配使用，相輔相成。

範例1:

❖ 一、成長歷程(五)家庭寫真

職業的定義：

1. 須有報酬 — 係指因工作而獲得現金或實物之報酬。
2. 有繼續性 — 係指非機會性；但從事季節性或週期性之工作亦認為有繼續性。
3. 為善良風俗所認可 — 如從事之工作雖可獲得報酬，但不為善良風俗所認可，則不認定其為職業。

資料來源：行政院主計處（2010）。中華民國職業標準分類第六版修訂。

工作的定義：

工作係指持續地使用心力或勞力，以產生對自己或別人有益的事物或勞務的過程或活動。

資料來源：楊朝祥（1984）。技術及



2. 想一想，家族成員的工作或職業對我有什麼影響？請寫下來。

1 家族職業喜好：家族成員所從事的職業（工作）裡，是否有出現比較相似或性質接近的呢？

有，請寫出：_____

沒有

2 我對家族成員所從事的職業（工作）中，感到比較有興趣的是？



一、成長歷程(五)家庭寫真

5. 家人溝通有愛無礙

(1) 家人是我們最親密、接觸最頻繁的人，仔細想想從小到大是否有發生一些家人相處上溝通愉快或意見不一致的事件呢？這些事在我們心裡也許留下很深刻的印象，也許對我們造成了潛移默化的影響。

請仔細閱讀以下的情境題，並試著思考後回答下列問題：

情境題

小志很喜歡球類運動，假日更經常與同學聚在一起打籃球。這陣子，小志常常在凌晨1、2點爬起來開電視偷看美國籃球賽，可是爸媽卻規定小志每天最晚12點前就要上床睡覺，小志心裡雖然很清楚父母的規定，但還是忍不住偷偷起來看球賽，一個星期下來，小志每天上課都精神不濟的頻頻打瞌睡。

某日凌晨2點爸爸起床上廁所，看見小志正偷看球賽看的入迷，爸爸生氣怒罵，並命令立刻關掉電視，但小志希望把球賽看完.....。

1. 類似的親子互動問題，是否也曾發生在我家呢？我是如何處理的：(請條列說明)

2. 經過同學的討論與分享，我覺得有哪些方法或溝通方式是有效的：





一、成長歷程(五)家庭寫真

(2) 家庭成員中誰最常與我溝通：_____。

(3) 家庭成員中誰最常提供我建議：_____。

(4) 家庭成員中誰說的話我最願意接受：_____。

(5) 家庭成員中我最喜歡跟誰分享心事：_____。

因為_____

(6) 家庭成員中我較難跟誰溝通：_____。

因為_____

(7) 我比較喜歡用什麼方式跟家人分享事情

(請於□內填入 1.2.3... 的優先順序)：

直接面對面

在電話裡說

寫信或小紙條

E-mail 或是網路

透過其他家人轉達

其他_____

(8) 除了家人以外，如果我有心事我會跟誰分享

(請於□內填入 1.2.3... 的優先順序)：

同學或朋友 (姓名：_____、_____、_____)

老師 (姓名：_____、_____)

放心裡

其他_____

(9) 如果我的想法與家長的期望不同，可以如何溝通：



搭配紀錄手冊 一、我的成長故事(二)職業與我

(二) 職業與我

透過與師長、家人、親友的溝通與分享，將有助於您對未來職業的了解、更能審慎規劃自己未來的進路。請與您所信任或比較了解您的師長、家人、親友討論後，填寫或勾選下列問題。

一年級	二年級	三年級
❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：____ _____	❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：____ _____	❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：____ _____
❖給我建議的人：____	❖給我建議的人：____	❖給我建議的人：____
❖建議我選擇這項職業的原因：____ _____	❖建議我選擇這項職業的原因：____ _____	❖建議我選擇這項職業的原因：____ _____
❖我最感興趣的職業：____ _____	❖我最感興趣的職業：____ _____	❖我最感興趣的職業：____ _____
❖我對這職業感興趣的原因：____ _____	❖我對這職業感興趣的原因：____ _____	❖我對這職業感興趣的原因：____ _____
❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：____ _____	❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：____ _____	❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：____ _____
❖我想要進一步了解哪些職業：____ _____	❖我想要進一步了解哪些職業：____ _____	❖我想要進一步了解哪些職業：____ _____
工作價值觀 ❖進行生涯規劃時，應澄清與了解個人特質，搜集學校與職業資料，同時考量家人意見、社會與環境變遷、各項助力阻力因素等。 ❖在個人特質的澄清與了解方面，除了興趣、能力外，工作價值觀(個人重視的條件)也是重要影響因素—	❖選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利	❖選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利
(二、三年級填寫)	<input type="checkbox"/> 其他：____	<input type="checkbox"/> 其他：____

搭配紀錄手冊 四、生涯統整面面觀

四、生涯統整面面觀

◎要選擇什麼樣的生涯進路，對三年級的同學而言相當重要！請參考本手冊相關資料，思索適合自己的生涯方向。

項目	內容	備註
一、我的人格特質		可參考已做過之相關測驗或手冊第 1 頁資料
二、我的性向(專長能力)		可參考手冊第 2 頁資料及第 4 頁性向測驗
三、我的生涯興趣		可參考手冊第 2 頁資料及第 5 頁興趣測驗
四、我的工作價值觀	選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利 <input type="checkbox"/> 其他：_____	可透過相關課程進行統整或參考手冊第 3 頁資料
五、家人對我未來職業的期待		可參考手冊第 3 頁資料
六、透過生涯試探活動，我對於哪些學程或群科感到興趣	<input type="checkbox"/> 學術學程 <input type="checkbox"/> 機械群 <input type="checkbox"/> 動力機械群 <input type="checkbox"/> 電機與電子群 <input type="checkbox"/> 化工群 <input type="checkbox"/> 土木與建築群 <input type="checkbox"/> 商業與管理群 <input type="checkbox"/> 外語群 <input type="checkbox"/> 農業群 <input type="checkbox"/> 食品群 <input type="checkbox"/> 家政群 <input type="checkbox"/> 資訊群 <input type="checkbox"/> 水產群 <input type="checkbox"/> 海事群 <input type="checkbox"/> 設計群 <input type="checkbox"/> 藝術群 <input type="checkbox"/> 醫護群 <input type="checkbox"/> 其他	可參考手冊第 16、17 頁生涯試探活動紀錄

◎透過一系列的探索活動，三年級的您是否已清楚自己要走的方向呢？在生涯抉擇的關鍵時刻，請寫下個人初步的想法吧！

(一)請與家長及學校教師(或輔導小組)討論後，填寫自己想要選擇的方向：

1. 普通型高級中等學校(高中)
2. 技術型高級中等學校(高職，含實用技能學程、建教合作班等)
3. 綜合型高級中等學校(綜合高中)
4. 單科型高級中等學校
5. 五專 6. 軍校 7. 就軍 8. 其他

項次	我想選擇的學校類型或進路(請填代碼)	家長期待我選擇的學校類型或進路(請填代碼)	學校教師(或輔導小組)建議我選擇的學校類型或進路(請填代碼)	備註
第一選擇				
第二選擇				
第三選擇				

(二)想一想

1. 自己的想法是否和家長期望或老師建議一致呢？

是，原因：_____

否，原因：_____

2. 如果我的想法與家長的期望不同，可以如何溝通呢？

(三)請把自己想升讀的學程或科別及學校寫出來：

學校	學程或科別	備註
範例：○○市立○○高中	自然學程	
範例：○○私立○○高職	動力機械科	

◎了解想升讀學校的地理位置、評估學校與住家間的交通概況，是選擇志願學校時的重要考量因素。建議可依下列步驟進行思考：

(一)依下列免試就學區行政圖(或自行上網搜尋地圖)，找出自己住家所在的區域位置並標註記號。

(二)找出您想升讀學校的所在區域位置，並分別標註記號。

(三)每一所升讀學校與住家最便捷的交通方式、需花費的時間與車資。

免試就學區行政圖(請參考相關圖檔或由學校指導學生繪製)

學校校名	地理位置	交通方式	往返時間	往返車資
範例：○○市立○○高中	甲地-乙地	步行 <input type="checkbox"/> 捷運 <input type="checkbox"/> 國公車 <input type="checkbox"/> 步行	約 1 小時 x2	約 55 元 x2
範例：○○私立○○高職	甲地-丙地	步行	約 15 分鐘 x2	0 元
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

範例2



一、成長歷程(六)未來職場達人Show



未來職場達人 Show

搭配教育部國中學生生涯發展紀錄手冊「職業與我」

經過知識的累積，加上培養了更多的專業、創意，同時具備相關工作經驗後，相信每個人在未來職場上都能擁有自己的一片天地，請為未來的自己設計一張名片，展現自己的特色，讓大家對你印象深刻。

名片範例：

曼徹斯特 寵物友善餐廳	
店長 阿黃	
電話：0000-0000	經歷：
地址：宜蘭縣00鎮	丙級中餐技術士
營業時間：11:00~20:00	丙級西餐烹調技術士
	感官技能初級證照



名片更新

搭配紀錄手冊

一、我的成長故事(二)職業與我

(二) 職業與我

透過與師長、家人、親友的溝通與分享，將有助於您對未來職業的了解、更能審慎規劃自己未來的進路。請與您所信任或比較了解您的師長、家人、親友討論後，填寫或勾選下列問題。

一年級	二年級	三年級
❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：_____ _____	❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：_____ _____	❖師長、家人或親友曾經建議我未來可選擇的職業：_____ _____
❖給我建議的人：_____ ❖建議我選擇這項職業的原因：_____ _____	❖給我建議的人：_____ ❖建議我選擇這項職業的原因：_____ _____	❖給我建議的人：_____ ❖建議我選擇這項職業的原因：_____ _____
❖我最感興趣的職業：_____ _____ ❖我對這職業感興趣的原因：_____ _____ ❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____	❖我最感興趣的職業：_____ _____ ❖我對這職業感興趣的原因：_____ _____ ❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____	❖我最感興趣的職業：_____ _____ ❖我對這職業感興趣的原因：_____ _____ ❖這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____
❖我想要進一步了解哪些職業：_____ _____	❖我想要進一步了解哪些職業：_____ _____	❖我想要進一步了解哪些職業：_____ _____
工作價值觀 ❖進行生涯規劃時，應澄清與了解個人特質，搜集學校與職業資料，同時考量家人意見、社會與環境變遷、各項助力阻力因素等。 ❖在個人特質的澄清與了解方面，除了興趣、能力外，工作價值觀(個人重視的條件)也是重要影響因素—	❖選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利	❖選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利
(二、三年級填寫)	<input type="checkbox"/> 其他：_____	<input type="checkbox"/> 其他：_____

範例3



二、心理測驗(六)認識工作價值觀

奇妙商店拍賣大會

★有一間奇妙的商店，販賣著各種你想要而市面上買不到的東西，現在這間商店正在進行大拍賣，而且僅此一次。

★說明：每樣拍賣品所填的金額以萬元為單位，每位買主皆有 100 萬元，你可決定要花多少錢買你想買的項目，件數不拘，錢可以不花完，但不可透支。

項次	項 目	花費金額
1	可以做自己喜歡做的事。	
2	能有機會表現自己的專長，並獲得眾人的肯定。	
3	在自己的工作領域中是最優秀的。	
4	能在工作中獲得學習與成長。	
5	能自己規劃工作的方式與進度。	

15	從事自己喜歡的工作。	
16	獲得適合的職位，展現自己的能力。	
17	我的工作表現自己很滿意，也受到大家的肯定。	
18	有機會持續性的學習，提升自己在工作中的技術與能力。	
19	不受他人的影響與干擾完成一件工作。	
20	能在工作中，擔任管理者的角色。	

搭配紀錄手冊 一、我的成長故事(二)職業與我

(二) 職業與我

透過與師長、家人、親友的溝通與分享，將有助於您對未來職業的了解、更能審慎規劃自己未來的進路。請與您所信任或比較了解您的師長、家人、親友討論後，填寫或勾選下列問題。

一年級	二年級	三年級
♡師長、家人或親友曾經建議 我未來可選擇的職業：____ _____	♡師長、家人或親友曾經建議 我未來可選擇的職業：____ _____	♡師長、家人或親友曾經建議 我未來可選擇的職業：____ _____
♡給我建議的人：_____ _____	♡給我建議的人：_____ _____	♡給我建議的人：_____ _____
♡建議我選擇這項職業的原因： _____ _____	♡建議我選擇這項職業的原因： _____ _____	♡建議我選擇這項職業的原因： _____ _____
♡我最感興趣的職業：_____ _____	♡我最感興趣的職業：_____ _____	♡我最感興趣的職業：_____ _____
♡我對這職業感興趣的原因： _____ _____	♡我對這職業感興趣的原因： _____ _____	♡我對這職業感興趣的原因： _____ _____
♡這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____	♡這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____	♡這項職業需具備的學歷、能力、專長或其他條件：_____ _____
♡我想要進一步了解哪些職業： _____ _____	♡我想要進一步了解哪些職業： _____ _____	♡我想要進一步了解哪些職業： _____ _____
工作價值觀 ♡進行生涯規劃時，應澄清與了解個人特質，搜集學校與職業資料，同時考量家人意見、社會與環境變遷、各項助力阻力因素等。 ♡在個人特質的澄清與了解方面，除了興趣、能力外，工作價值觀(個人重視的條件)也是重要影響因素— (二、三年級填寫)	♡選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利 □其他：_____	♡選擇職業時，我重視的條件(可複選) <input type="checkbox"/> 興趣 <input type="checkbox"/> 展現專長 <input type="checkbox"/> 成就感 <input type="checkbox"/> 自我成長 <input type="checkbox"/> 工作自主 <input type="checkbox"/> 管理權力 <input type="checkbox"/> 受人尊重 <input type="checkbox"/> 穩定安全 <input type="checkbox"/> 與人互動 <input type="checkbox"/> 生活方式 <input type="checkbox"/> 工作環境 <input type="checkbox"/> 工作關係 <input type="checkbox"/> 未來升遷發展 <input type="checkbox"/> 薪資福利 □其他：_____

家長手冊設計理念



為增進並協助國中生家長對孩子生涯探索與規劃的認識，教育部國民及學前教育署特地編印「**國中生涯發展教育家長手冊－親子話生涯築夢好未來**」，提供給每一位家長參考，共同為孩子們的教育盡一份力。

(111年版封面圖)

家長手冊內容說明(1/11)

望子成龍、望女成鳳~ 親子一同話生涯

動手時間

1. 孩子滿周歲時，家人是否準備了抓周活動？
(請於方框內勾選，並回答空格內問題)

- 有，還記得孩子抓到 _____
當時您覺得他未來可能從事的工作是 _____
- 沒有
如果時間回到當時，您希望他抓取什麼呢？ _____
(可參考知識補給站-抓周的意涵)

2. 如果再一次抓周，您希望孩子選取哪項物品？(請於方框內勾選，可複選)，這些物品，您覺得可能跟哪些職群有關？
(可參考第64頁附錄「認識群科」)

01 建築模型	02 化妝品	03 釣具	04 外語字典	05 裝演雜誌	06 模型船	07 計算機	08 畫筆	09 機器人	10 齒輪積木	11 銅錢	12 樂器	13 玩具車	14 花卉盆栽	15 蠟燭	16 聽筒	17 其他
---------	--------	-------	---------	---------	--------	--------	-------	--------	---------	-------	-------	--------	---------	-------	-------	-------

機械群	動力機械群	電機與電子群	化工群	土木與建築群	商業與管理群	外語群	農業群	食品群	家政群	藝文群	水產群	海事群	設計群	藝術群	醫護群
-----	-------	--------	-----	--------	--------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

(連連看)

02

望子成龍、望女成鳳——親子一同話生涯

知識補給站

物品所代表的職業與意義

名稱	物品	意義	名稱	物品	意義
書		會讀書，適合做學者、專家	芹菜		代表勤勞
畫墨		會成為作家、畫家	稻草		適合農事工作
印章		有權勢、會做大官	刀劍/手槍		將來可成為軍官、警官
算盤/計算機		會當商人、會計師，適合從商	現代識別增加項		
錢幣/金元寶		將來會很富有	樂器		將來可成為音樂家
雞腿		有福氣，表示一生將不愁吃穿	吹風機/梳子		適合髮型設計
尺		將來可成為設計師、建築師	飛機/火車		適合當飛行員/船長/車長
蔥		代表聰明	勺子/湯匙		適合廚藝工作
蒜		代表善於計算	聽筒/注射筒		適合醫護工作

動動腦時間

孩子現在的表現跟他抓周時所選取的物品(象徵意義)，或是您曾使用過預測孩子未來的各種方法，兩者間是否相關或一致呢？如果是，孩子將來是否就一定適合從事那項職業？如果不是，以現在孩子的表現，您認為孩子應該選取到什麼或是往哪個專長發展會更適合現在的他呢？

04

望子成龍、望女成鳳——親子一同話生涯

以抓周等民俗活動為開端，喚起最初對孩子的期待與對未來的寄望，除了隨機選擇與簡單的預測外，提供建議給家長在孩子的成长過程中，可以參照的客觀資訊及有條理的方式，一起來協助孩子進行自我探索與認識。

家長手冊內容說明(2/11)

親子生涯發展規劃之旅



家長可先與孩子一起進行本手冊的「**親子生涯發展規劃之旅**」單元，檢核自己對孩子生涯資訊的基本認識程度。

家長手冊內容說明(3/11)

多元探索、發現亮點~了解孩子的學習表現

2.承第1題，針對孩子表現優異的領域，請您給予一段鼓勵與讚美的話：

(例如：國語文、社會、藝術等領域表現不錯，爸爸看到你的努力獲得肯定，真的很棒，要繼續保持呦！)

孩子我想對你說：

3.孩子需要再努力的領域是(請勾選，可複選)

- 語文領域-國語 語文領域-英語文 數學領域
社會領域 自然科學領域 藝術領域
綜合活動領域 科技領域 健康與體育領域 無

4.承第3題，孩子需要再努力的領域中，經過與孩子討論後，建議可行的學習調整計畫是：

(例如：數學領域需要加強，預計每天陪孩子進行5-10題數學題練習，加強解題及運算能力。)

_____ 領域，建議
_____ 領域，建議
_____ 領域，建議

圖二 多元探索：體驗實踐

1.經過學習調整計畫的實踐後，孩子需再努力的領域是否有所進步呢？

是，進步的領域是：_____

否，原因是：_____

12

多元探索、發現亮點——了解孩子的學習表現

15

多元探索、發現亮點——了解孩子的學習表現

示例：

- 綜合孩子在校各學期的學業成績、參加的各項活動表現及平日喜歡的事物，我知道孩子在國語文、社會、藝術等領域的表現較優秀(答案可以不只一項)。
- 我知道孩子在語文(國文)學習領域成績上如果表現優秀，將來可以從事的工作是打字員、作家、編劇、文字工作者、主播……。
我知道孩子在社會學習領域成績上如果表現優秀，將來可以從事的工作是地圖製圖員、歷史研究員、氣象預報員、司法代書……。
我知道孩子在藝術學習領域成績上如果表現優秀，將來可以從事的工作是錄音師、指揮家、歌星、畫家、攝影師、雕刻家……。

知識補給站

依「國民小學及國民中學學生成績評量準則」修正條文總說明第九條規定，規範學期末成績轉換為等第方式表示：

- 一、優等：九十分以上。
- 二、甲等：八十分以上未滿九十分。
- 三、乙等：七十分以上未滿八十分。
- 四、丙等：六十分以上未滿七十分。
- 五、丁等：未滿六十分。

協助家長重新檢視孩子的學習紀錄，看見他在各項探索體驗學習上的長處，才能從中提供孩子學習所需的資源與支援。

家長手冊內容說明(4/11)

天生我才必有用~認識性向測驗

學校輔導處(室)會協助學生進行性向測驗，性向測驗的功能為測量個人學習潛能，透過測驗可以了解自己的優勢能力，在未來選擇就讀科系或工作時可以做為參考。

性向測驗會因為學校選用的版本不同而有不同的分測驗，一般而言有語文、數學、邏輯(抽象)推理等，分測驗結果說明如下(以「適性化職業性向測驗」為例)：

測驗名稱	測驗說明
語文	測量受試者在不同情境下與人之間的溝通、互動之語言表達以及理解文本內容的能力。
數學	測量受試者在數字與數量概念的運用能力，以及與數量方面有關的推理能力，此又稱「數感」能力。
空間	測量受試者對於物體在腦海中方向轉換如：翻轉、旋轉與折疊，以及對於空間、圖形中的線索和小空間距離判斷的能力。
邏輯推理	測量受試者對於找出事物共同原理原則，及可將既有的原則應用到相似的情境，來協助問題解決的能力。
觀察	測量受試者對於覺察和辨別實物或現象在圖形與外形上的改變或細小差別，並快速擷取資訊的能力。
科學推理	測量受試者在運用線索解決日常生活相關之情境所遭遇到之科學問題的能力。

動動手時間

學校通常會在國二時，為學生實施性向測驗，並指導學生將測驗結果填寫或黏貼在「國中學生生涯輔導紀錄手冊」中，家長可參閱並與孩子一同討論測驗結果所代表的涵義。您可透過下表了解自己對性向測驗的了解程度。



項目	是	否
可以說出孩子所進行的測驗名稱。		
可以說出孩子性向測驗前三高的分項測驗名稱。		
知道孩子性向測驗的結果，符合其學習表現的程度。		
知道孩子性向測驗的結果，符合其日常生活表現的程度。		
可以說出孩子性向測驗的前三高分測驗項目，升學適合就讀的科別。		
可以說出孩子性向測驗的前三高分測驗項目，適合從事的工作類別。		

20

天生我才必有用——認識性向測驗

學校通常會在國二時，為學生實施性向測驗，並指導學生將測驗結果填寫或黏貼在「國中學生生涯發展紀錄手冊」中，家長可參閱並與孩子一同討論測驗結果所代表的涵義。

家長手冊內容說明(5/11)

鐘鼎山林、各有天性~認識多元智慧

23

鐘鼎山林，各有天性——認識多元智慧

世界著名的發展與認知心理學家，也是美國哈佛大學教授迦納 (Gardner) 在1983年提出多元智慧理論 (Theory of Multiple Intelligence)，打破傳統將智力的範圍侷限在語文與邏輯等方面，並提出八種實際生活上有用的能力，包括：語言智慧、數學-邏輯智慧、空間智慧、肢體-動覺智慧、音樂智慧、人際智慧、內省智慧、自然觀察智慧。請您動腦想一想，左邊列出的名人與簡述，展現出哪一項多元智慧，請與孩子一起連連看 (亦可參閱「知識補給站」說明)：

- | | | |
|---|---|---------|
| 
日本名作家，數次獲得諾貝爾文學獎提名，作品有《海邊的卡夫卡》、《挪威的森林》等。 | • | 內省智慧 |
| 
希臘著名數學家，提出畢氏定理 (若直角三角形的兩股長為 a、b，斜邊長為 c，則 $a^2 + b^2 = c^2$)。 | • | 肢體-動覺智慧 |
| 
日本建築家，所設計的公共建築、個人住宅等作品，多次獲得日本建築學會獎肯定。 | • | 語言智慧 |
| 
廈門建築師與人與藝術總監，知名新加坡建築師。 | • | 音樂智慧 |
| 
3歲便展現出音樂奇特才能，不僅具備絕對音準，更有超出常人的記憶力，有「音樂神童」之稱。 | • | 自然觀察智慧 |
| 
亞都麗緻大飯店總裁，擅長發揮人際溝通與團隊合作的能力，擔任公益平蘆文化基金會董事長等。 | • | 空間智慧 |
| 
著名的宗教慈善工作者，15歲讀中學時，看到在印度服務的神父彎腰的畫面，逐漸思考與體驗基督世服務與奉獻，致力於印度加爾各答的窮人服務，1979年獲得諾貝爾和平獎。 | • | 數學-邏輯智慧 |
| 
英國生物學家，1871年出版《人類 | • | 人際智慧 |

25

鐘鼎山林，各有天性——認識多元智慧

知識補給站

認識多元智慧

迦納(Howard Gardner)在1983年提出多元智慧理論 (Theory of Multiple Intelligence)，打破傳統將智力的範圍侷限在語文與邏輯等方面，並提出八種實際生活上有用的能力，包括：語言智慧、數學-邏輯智慧、空間智慧、肢體-動覺智慧、音樂智慧、人際智慧、內省智慧、自然觀察智慧。將各項說明如下：

類別	內涵	建議多了解的相關職業
語言智慧	1.能有效運用口頭語言和書面文字，以表達自己想法和了解別人的能力。 2.語文智慧表現佳的孩子喜歡閱讀、玩文字遊戲、喜愛寫作、積極投入討論、熱愛學習新詞彙、書面作業表現良好。	詩人、散文家、節目主持人、撰稿人、廣告文案、編輯、記者、評論者、文學研究者、語文老師、戲劇創作者等。
數學-邏輯智慧	1.有效運用數字和推理的能力，包括能計算、分類、推論和假設驗證等的能力。 2.數學-邏輯智慧表現佳的孩子可以抽象化思考，喜歡作實驗，解決難題；喜歡數字運算；喜歡找尋事物的規律和理	數學家、數學教師、會計、精算人員、稽核、法律人員、投資理財師、股票分析師、企業經營、財務管理、統計人員、高科技人員、電腦資訊人員、經

以連連看遊戲為開端，幫助家長了解孩子的多元智慧表現，進一步與孩子討論未來適合的工作或職業等。

家長手冊內容說明(6/11)

真我的風采~認識人格特質

人格特質是指不管在何種情境之下，一個人在行事風格以及人際關係上會表現出一致且特殊的行為方式，例如：具有領導特質的人，在許多場合或組織中，皆能展現積極協助或帶領他人進行團體活動的行為模式。人格特質在個人生涯規劃方面亦有其影響，如：比較有耐心的人，可能較喜歡選擇靜態、重覆性高的工作。

動動手時間

請搭配「國中學生生涯發展紀錄手冊-自我認識」(第1頁)與「生涯檔案」，依您對孩子的觀察與了解，勾選下列具備的特質：

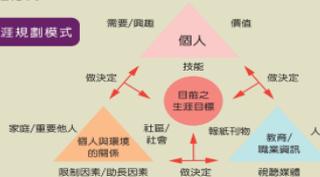
項目	勾選數目	類型
<input type="checkbox"/> 不善言詞 <input type="checkbox"/> 個性較為沉穩、木訥 <input type="checkbox"/> 喜歡自己動手操作		R
<input type="checkbox"/> 對很多的事充滿好奇心 <input type="checkbox"/> 喜歡思考，有自己的意見 <input type="checkbox"/> 做事前想的比較多，不易衝動行事		I
<input type="checkbox"/> 不喜歡按照規矩做事 <input type="checkbox"/> 依直覺做事 <input type="checkbox"/> 善於表達自己的想法		A
<input type="checkbox"/> 能體貼他人 <input type="checkbox"/> 樂意協助或教導別人 <input type="checkbox"/> 喜歡進行團體性的活動		S

知識補給站

Swain的生涯規劃模式(如下頁圖示)中指出，個人、環境、資訊等是生涯發展的重要因素，藉由充分的了解自我、認識環境，檢視自己與環境的互動關係，並收集足夠的生涯相關資訊後，做出最適合的選擇並付諸行動。

父母在陪伴孩子進行生涯探索的過程中，若能考慮其興趣、需求、能力、價值觀及機會等因素，再決定未來的方向，或許較能協助孩子找到適合自己的生活方式。

Swain生涯規劃模式



資料來源：Swain (1984). Easing the transition: a career planning course for college students. *Personnel and Guidance Journal*, 62, 530.

溫馨小提醒

何倫 (Holland) 生涯類型論將個人特質分成六大類，可參考第34頁知識補給站的說明。每個人並非只具備一類的特質，大多數的人兼具多種類型的特質，只是比例不同。相關的心理測驗通常會呈現分數較高的前三項，做為綜合描述與解釋的依據。

此外，如果您所勾選的特質與孩子的不一樣，例如：孩子可能覺得自己做事細心，但父母會覺得孩子常需要叮嚀提醒，或許是您對孩子的認知和他自己認知間的差異。另外，也有可能是個人因情境與互動對象，展現出與平常不同的特質，例如：獨立的孩子在父母面前可能有依賴的情形。

搭配「**國中學生生涯發展紀錄手冊**」與「**生涯檔案**」，檢視家長對孩子人格特質的觀察與了解。

家長手冊內容說明(7/11)

擇其所愛、愛其所選~認識興趣測驗

33

擇其所愛、愛其所選——認識興趣測驗

興趣泛指一個人對其環境中事物的喜愛程度，如果能夠選擇喜歡的科系或工作，我們比較願意花費心力，全心全力投入，並從當中得到滿足。在協助孩子選擇進路的時候，您知道他(她)平常對什麼活動有興趣嗎？

動手時間

請檢視下列各活動，勾選孩子有興趣的項目：



知識補給站

家長可以透過孩子喜歡的休閒活動類別了解其興趣，生涯抉擇時，除了在日常生活進行觀察外，亦可透過興趣測驗，認識個人的職業興趣與生涯選擇間的關係。

興趣測驗的功能為測量一個人對某種事物或活動喜歡或不喜歡的程度，學校進行的興趣測驗大多與孩子的生涯決定有關，所以內容多為與升學科別或就業類別相關。

目前學校常用的興趣測驗有：情境式職業興趣測驗（國立臺灣師範大學心理與教育測驗研究發展中心及數位學習研究室）、職業興趣組合卡（心理出版社）、國中生涯興趣量表（心理出版社）、我喜歡做的事（勞動部勞動力發展署）、生涯興趣量表（中國行為科學社）等。

部份興趣測驗會依特質分類，您可參考下表，了解其分項目與職群、職業的關係。

代號	分項目	測驗說明	人格特質	職群名稱	未來可考慮的職業
R	實用型 Realistic type	此分數越高，代表你越喜歡動手解決問題，並按照訂定的規則，逐步製造出成品。對於操作機械、電子產品，或使用手工具有高度的興趣。也喜歡從事需要身體力行的活動，例如：參加運動競賽、飼養動物。相較於其他興趣類型，較喜歡從事接觸實際物體的工作。	穩定、謙虛、坦率、沉默寡言、堅毅、順從、實際、有條理	機械群、動力機械群、電機電子群、土木建築群、化工群、設計群、農業群、食品群、餐旅群、水產群、海事群	駕駛員、營建工程技術員、汽機車維修人員、職業運動員、農場工作人員

家長可以透過孩子喜歡的休閒活動類別了解其興趣，生涯抉擇時，除了在日常生活進行觀察外，亦可透過**興趣測驗**，認識個人的**職業興趣**與**生涯選擇**間的關係。

3內容說明(8/11)

條條大路通羅馬~認識適性入學管道

敏浩從國小就喜歡模型組裝，不論是飛機、坦克車、軍艦、各種工程車等，都難不倒他，平常在學校的數理成績也不錯。國二及國三時，敏浩做了「性向測驗」與「興趣測驗」，測驗結果不論是學習潛能或是未來生涯興趣，「機械」方面都有不錯的表現。

最近，輔導活動科老師要大家思考，未來想要升讀的學校類型，敏浩因對「機械」相關群科有濃厚的興趣，於是想讀有關的學校或類科，也跟家長、學校老師討論，目前有幾個方向可以選擇：

1. 讀「普通型高級中等學校」，畢業後可升讀一般大學、科技大學機械相關科系。
2. 讀「技術型高級中等學校」機械相關類科，畢業後可升讀科技大學、技術學院之四技、二專為主，一般大學為輔，亦可選擇就業。
3. 讀「五專」機械相關類科，畢業後可升讀科技大學、技術學院之二技為主，一般大學為輔(經過插班大學考試)，亦可選擇就業。



41

條條大路通羅馬 | 認識適性入學管道

孩子國中三年級第二學期的時候，各項升學管道的報名作業已陸續展開，不知您與孩子是否對未來的升學進路有所了解，讓我們一起想想吧!(可參考「國中學生生涯發展紀錄手冊-生涯統整面面觀」，第16頁)



動動手時間

孩子適合選擇的方向(請勾選，可複選)：

- 1.普通型高級中等學校(高中,含:音樂班、美術班、舞蹈班、戲劇班、科學班、體育班等)
- 2.技術型高級中等學校(高職,含:實用技能學程、建教合作班、產業特殊需求類科、體育班等)
- 3.綜合型高級中等學校(綜合高中)
- 4.單科型高級中等學校
- 5.五專 6.軍校 7.就業 8.其他 _____



溫馨小提醒

若想進一步認識各項升學管道，可透過網路搜尋相關資訊(如：國中畢業生適性入學宣導網站)，或可電話洽詢孩子就讀學校的教務處、輔導處或導師及輔導老師等。

高級中等學校有多元入學管道，要進入某個學校或科別，可考慮孩子的專長、興趣及特殊表現等，選擇適合管道，家長可參考「國中學生生涯發展紀錄手冊-生涯統整面面觀」與孩子一同進行討論。

家長手冊內容說明(9/11)

明明白白我的心~價值觀與親子溝通

各位家長是否還記得小時候寫過的作文題目「我的志願」?我要當老師、我要當司機、我想開花店、我要做醫生...，這些志願現在是否實現?或曾經實現過呢?如果現在讓您再寫一次我的志願，答案是否有所不同?

知識補給站

價值觀 V.S. 工作價值觀

價值觀：

一種判斷事情對錯、做選擇時取捨的標準，反映著我們對人事物重視或排斥的程度，價值觀本身沒有對錯之分，而是為達成自己的目的所做的行為，才有對錯的問題。

工作價值觀：

指個人對工作、看法及認定的標準。美國著名生涯規劃大師舒伯Super(1970)認為工作價值觀是個人所追求與工作有關的目標，代表一個人想從工作中獲得渴望的東西。如果我們能了解自己的工作價值觀，面臨工作選擇時，就能清楚哪些因素是自己決定的重要指標，有助於提升工作滿意度的參考。



動動手時間

情境題：

如果有一個活動提供一百萬的籌碼，條件是必須提出運用這一百萬的方法。現在請您跟孩子分別寫下五個自己希望的運用方案，依優先順序由上往下填寫(方框口內先不要填入任何數字)，並回答下列問題。

家長的運用方案

- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____

孩子的運用方案

- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____
- ___萬，用途：_____

1.請問您提出的五個方案中，有幾個跟孩子完全相同?
(單選，請勾選)

- 5個 4個 3個 2個 1個

以作文題目「我的志願」為引導，並搭配「動動手」活動，讓家長了解其與孩子價值觀之不同，藉由與孩子溝通討論的過程中，多一點傾聽、同理，多一些機會讓孩子表達，或許會發現孩子有自己的想法，他們需要的是家人的理解、支持與引導。

家長手冊內容說明(10/11)

附錄-認識群科

附錄

認識群科

目前技術型高中(簡稱高職或技高)所設的科目相當豐富多元，學校也安排了許多參訪活動與課程，供同學試探與了解，您也可以透過下表認識職群與就讀該職群所需的興趣、性向，以及對應的工作產業。

職群	科別	興趣		性向	擅長的學習領域							就業產業	
		日常生活興趣	興趣測驗		語文	數學	社會	自然科學	藝術	綜合活動	科技		健康與體育
機械群	機械科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科、模具科、製圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科	對修理及操作機械、電腦繪圖、機電系統有興趣。 喜歡： 1.拆卸或組裝樂高玩具、手機、汽機車、機械。 2.設計機械構造、製作機器人。	R (實用型) I (研究型) C (事務型)	數學 空間 科學 推理		●		●	○		●		機械業、汽車業、電機電子業、民生業、航空國防業等。
動力機械群	汽車科、重機科、飛機修護科、動力機械科、農業機械科、軌道車輛科	對汽機車、飛機、軌道車輛、工程用重機械、農業機械的結構、裝配、操作、修護有興趣。 喜歡： 1.研究汽機車、火車、飛機、挖土機、農耕機的機械結構。 2.修理腳踏車、模型車、模型飛機；或參觀新車展、改裝車展、航空展等。	R (實用型) S (社會型)	語文 空間 邏輯 推理 科學 推理	○	●		●	○		●		汽機車設計/維修/美容、飛行器維修/裝配、農業機械操作及維修、工業動力機械操作及維修業、軌道車輛維修等。

目前技術型高中所設的科別相當豐富多元，學校也安排了許多參訪活動與課程，供同學試探與了解，家長可以透過附錄「認識群科」與就讀該職群所需的興趣、性向，以及對應的工作產業。

家長手冊內容說明(11/11)

修訂內容說明

- 封面、封底：適用年度更新
- P33：錯字修正
- P42-44：知識補給站修正
- P47-48：知識補給站修正



再次提醒:

■ **09月02日前**將修正後資料上傳至「高雄市政府教育局資訊服務入口之高雄市學校數位評鑑網管理系統」**重新送審**。

● **修正後的【經費概算表】及修正後的【基本資料】**

● 評鑑項目與指標

【1】生涯發展教育計畫

《1》實施計畫-基本資料 **評文**

《2》經費概算表 **評文**

【2】社區產業參訪計畫(實施計畫或經費概算表) **評文**

● **紙本核章【生涯實施計畫-基本資料表】
送到中山國中**

An illustration of a woman with short black hair, wearing a yellow sweater and an orange skirt, pointing with a wooden stick at a chalkboard. The chalkboard has a black background with a large blue speech bubble in the center. Inside the speech bubble, the words 'THANK YOU!' are written in white capital letters, and below them, the Chinese characters '感謝聆聽' are written in white. The background is a mix of purple, orange, and yellow, with some abstract shapes and a small globe on the left.

THANK YOU!

感謝聆聽