

國中生涯發展教育 家長手冊使用說明

主講人:新北市立大觀國民中學 羅珮瑜
2022/08/17





目錄



國中生涯發展教育家長手冊

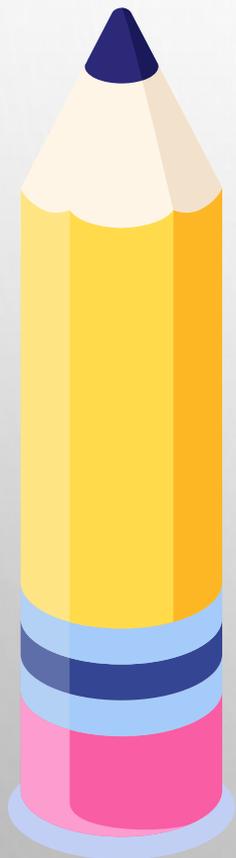
01 設計理念

國中生涯發展教育家長手冊

02 設計架構

國中生涯發展教育家長手冊

03 內容說明





01



國中生涯發展教育家長手冊 設計理念



1 設計理念(1/1)



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)



02

國中生涯發展教育家長手冊 設計架構



2 設計架構(1/1)

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闕損，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。

搭配《國中學生生涯發展紀錄手冊》內相關資料，一起討論關於生涯規劃的想法與決定，跳脫只以分數為單一導向的選校思考模式，為孩子規劃出一套與眾不同且適合他們的生涯目標。

(111年版封面圖)

03

國中生涯發展教育家長手冊

內容說明



3 內容說明(1/11)

望子成龍、望女成鳳~ 親子一同話生涯

動動手時間

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？

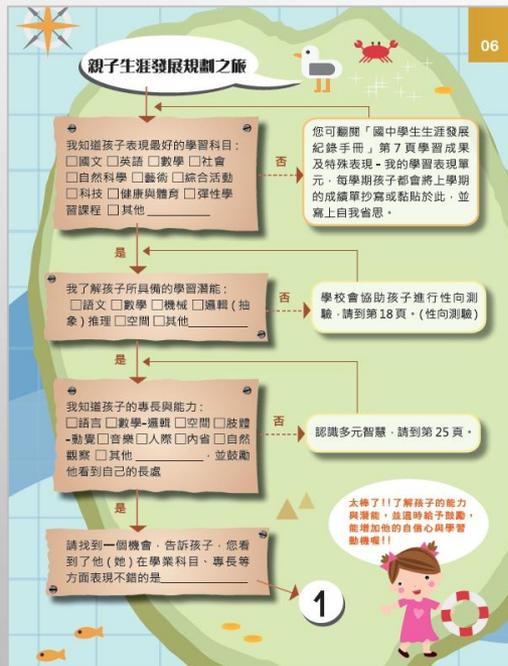
04

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長過程中，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。

3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。

3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。

3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。

3 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。
村上春樹 | • | • | 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 $a^2 + b^2 = c^2$)。
畢達哥拉斯 | • | • | 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。
安藤忠雄 | • | • | 語言智慧 |
|  廈門建築創始人與藝術總監，知名舞踏家與編舞家。
林義順 | • | • | 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。
莫札特 | • | • | 自然觀察智慧 |
|  亞都麗緻大飯店總裁，增長發揚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。
嚴長壽 | • | • | 空間智慧 |
|  著名的宗教慈善工作者，15歲讀中學時，看到在印度服勞的神父彎腰的畫面，逐漸思考與體驗慈悲服務與奉獻，致力於印度加爾各答的窮人服務，1979年獲得諾貝爾和平獎。
梅文 | • | • | 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。

3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。

3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人事物的喜愛程度，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：



知識補帖

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。

3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?



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

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。



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。

3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
機械群	機械科、鑄造科、板金模科、配管模科、模具科、機電科、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、改装車展、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。

3 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





THANK YOU!



感謝聆聽

