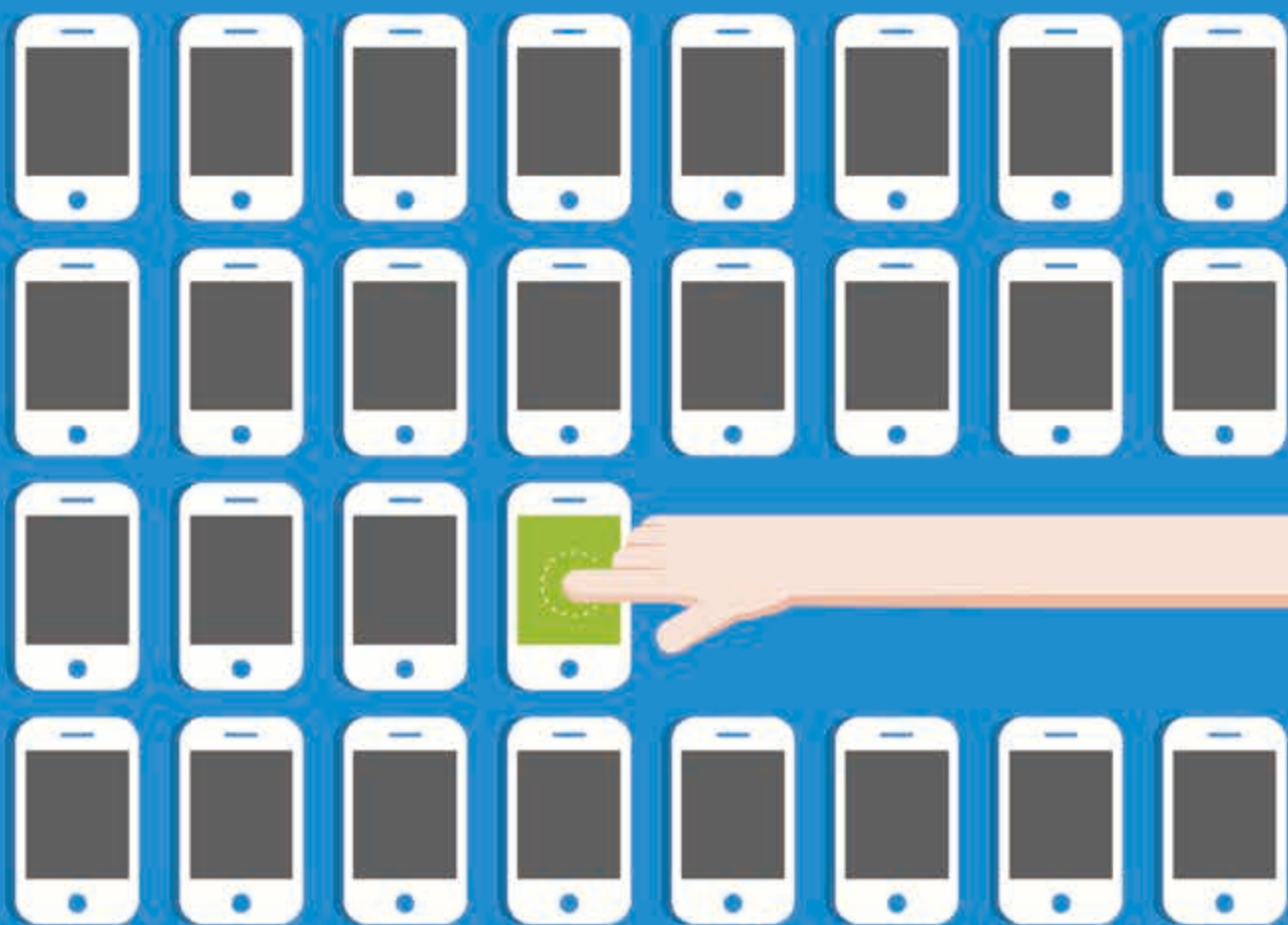


紀録手冊



導航祕笈

適用入學年度：113



QR碼掃一掃 新北教育沒煩惱

新北市共學社群

讓你不小心太有才

ON



Facebook 粉絲專頁

新北學Bar
臉書粉絲團

教育政策 / 粉絲抽獎 / 防疫新知



YouTube頻道

新北市教育局
官方影音頻道

國中會考 / 學習歷程 / 名師直播



LINE 社群

新北適性發展
LINE在一起

適性教育活動 / 職涯升學快訊



新北市政府
The Taipei City Government

教育局



新北政職科
NTVE

序

「放對位置，就是天才」，新北市重視「適性發展」，落實「2030 以學生為中心、為幸福而教」的教育願景，幫助孩子逐步探索自己的興趣、性向及專長，期許孩子在面對未來的生涯選擇時，能發揮自己的優勢能力，讓天賦得以綻放，邁向成功的道路。

新北市領先全國之先設置「生涯發展教育中心」，不僅邀集市內具生涯發展領域專業及經驗之教育人員成立生涯發展教育輔導團，且建立一個富有生涯發展教育資源的空間，結合現代科技充實相關教材資源，提供生涯發展教育專業研習場地。為協助國中教師能有效利用手冊，生涯發展教育輔導團配合教育部編印的《國中學生生涯發展紀錄手冊》逐年修訂《國中學生生涯發展紀錄手冊導航祕笈》，手冊的內容包括「國中學生生涯發展紀錄手冊」的作業流程、「教師事前準備」、「課堂引導」和「教師小叮嚀」等各頁操作指引，並附上技術型高中群科歸屬表及相關招生科別的參考資料，幫助學校現場教育人員理解手冊設計的精神，協助指導學生填寫內容，實現生涯探索與規劃，讓學生的選擇獲得最佳指引，培養學生生涯抉擇能力

此外，新北市整合全國最完整職業試探資源，不僅擁有全國最多 16 所職探中心，且積極與各局處合作整合資源，本局與經發局合作全國首創「課程審查、師資培育、考核」三階段認證機制，將 11 間觀光工廠及產業文化館納入多元職探體系，確保職業試探精神及品質，並加入 23 所高中職及邀請 23 所境內大專校院一起合作，擴大多元職探場域，期許能為新北市的國中小學生提供至少一次的職業試探體驗機會，實現適性發展精神，讓孩子們提前探索自己的興趣、性向及專長，選擇自己所愛，繪製個人生涯藍圖。

最後，感謝所有曾指導本手冊的專家學者及師長。希望新北市教育人員能夠通過手冊的指引，協助學生適性發展，「選所愛、好好讀、有前途」，找到自己的定位與亮點，安居樂業、發展精彩無限的未來。

教育局 謹識

編者序

十二年國民基本教育在落實「有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路、優質銜接」的教育理念。國三學生進行適性志願選填時，除需了解升學、就業管道及各類學校入學條件外，是否已在國中學習過程中，透過多元生涯試探、認識自我特質，可說是適性發展、適性選擇的重要關鍵。為此，教育部編印《國中學生生涯發展紀錄手冊》（以下簡稱《生涯手冊》），幫助學生完成各項資料搜集，提供學校導師、輔導教師及協助學生生涯輔導相關人員一套系統、明確的紀錄與資訊，使學生能有效進行生涯抉擇，聚焦於未來發展的方向。

新北市政府教育局因應學校教師需求，每年辦理生涯發展教育議題之進修研習，以提升其生涯輔導專業知能。惟學校行政人員及班級導師若因更迭頻繁，致經驗傳承有所疏漏，難免影響學生相關輔導工作。爰此，新北市政府教育局邀集學校現場生涯輔導專業人員，承局長之意，著手編寫《國中學生生涯發展紀錄手冊導航祕笈》，期能提供學校辦理《生涯手冊》相關行政工作標準作業流程，及教師指導學生填寫《生涯手冊》的操作說明。

《國中學生生涯發展紀錄手冊導航祕笈》包含：國民中學辦理《生涯手冊》標準作業流程與作業說明、《生涯手冊》各頁教學與操作指引及參考資料三部分：

一、國民中學辦理《生涯手冊》標準作業流程與作業說明

本書為協助學校行政人員順利辦理《生涯手冊》各項工作，試編寫標準作業流程(S.O.P)與作業說明。考量新北市幅員遼闊，學校規模大小、專業人力配置、組織分工文化等殊異，建議學校參考本案標準作業流程，透過校內協調會議，研商學校《生涯手冊》各單元協助指導學生填寫之人員，律定《生涯手冊》填寫流程與時間，並擬訂相關計畫等，作為各校落實建置、填寫與保管《生涯手冊》及《生涯檔案》之依據。同時，可透過各校工作經驗交流分享，逐年修正調整，建構最適合學校的運作模式。

二、《生涯手冊》各頁教學與操作指引

本書依據教育部《生涯手冊》，自封面至封底，逐頁進行教學與操作說明。其中，由學生填寫的各頁內容主要包含：

- (一) 《生涯手冊》原頁面圖示及填寫範例。
- (二) 本頁簡介：說明本頁填寫內容之意涵，協助教師深入了解該頁功能。
- (三) 教師的事前準備：說明主責教師在協助學生填寫本頁內容之前，應先釐清的概念、先備知識，或應事先準備的教具、書籍、資料、學習單，以及學生填寫本頁前應先備妥或搜集的資訊等。
- (四) 教師的課堂引導：教師實際指導學生填寫本頁內容的步驟、引導語等。
- (五) 給教師的小叮嚀：教師指導學生填寫本頁時，學生可能提出的問題或教師宜注意的事項。

另外，有關「說明頁、空白頁、附錄」等，因功能與學生填寫之各頁有所差別，編排上亦配合調整。如：「給老師的話」頁，無「教師的事前準備」、「教師的課堂引導」，改為「教師個人備忘錄」；又如：「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」增加「與測驗有關的名詞解釋」、性向測驗及興趣測驗之簡介等。

三、參考資料

彙整《生涯手冊》各頁可使用的詳細參考資料，如：Holland生涯類型論簡介，技術型高中群科歸屬、學習單、作業單等，提供教師參閱使用。教師亦可隨時搜集、更新，補充相關資料，俾利指導學生填寫。

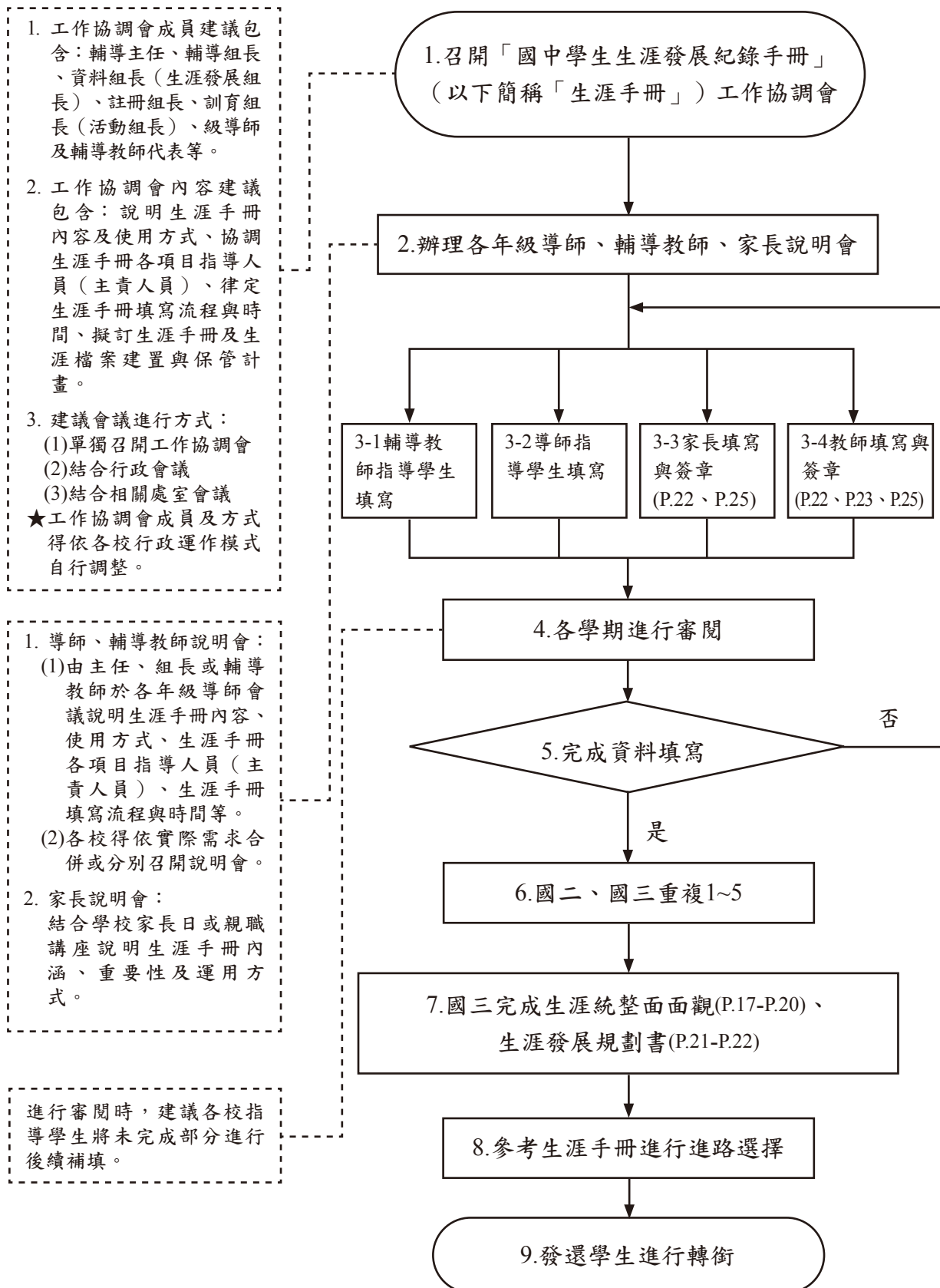
另外，有關《生涯手冊》主責人員問題，提供相關資訊，作為學校進行工作協調之參考：

- 一、依教育部「國民中小學教學正常化實施要點」，學校應依教師持有之領域（科目）專長教師證書安排課程教學及活動。是以，學校應安排具輔導專長教師擔任輔導活動科任課教師。而國中專任輔導教師、兼任輔導教師依規定應具備輔導活動科教師證書，並進行學校三級輔導工作及輔導活動課程。若學校因教師員額限制，由非輔導專長教師配授輔導活動課，亦可參考本書，協助指導學生落實填寫《生涯手冊》。
- 二、依「學生輔導法」第6條：學校應視學生身心狀況及需求，提供發展性輔導、介入性輔導或處遇性輔導之三級輔導工作。而發展性輔導涵蓋生活輔導、學習輔導及生涯輔導。同法第7條略以：學校校長、教師及專業輔導人員，均負學生輔導之責。而「落實中學生性向探索與生涯輔導，引導多元適性升學或就業」為十二年國民基本教育的目標之一，因此，國中階段應落實教學功能，結合生涯發展教育，協助規劃辦理學生自我認識及職業試探等生涯探索活動，依其能力、性向、興趣等，提供適性輔導。換言之，各領域教師、導師及輔導教師均應負學生適性輔導之責。而《生涯手冊》對學校教師而言，可說是適性輔導重要的輔助工具，建議教師善加運用。

「促進生涯發展」為十二年國民基本教育課程綱要總體課程目標之一，「生涯規劃教育」為課綱明訂各領域課程設計應適切融入的議題。在強調適性揚才、多元發展的時代，我們相信每個孩子都有個人揮灑的天地。如何協助孩子發揮優勢能力並規劃生涯方向，是學校教師共同的課題，也是教師展現輔導專業的最佳時機。本書以協助學校行政人員及教師有效規劃執行、指導學生完成《生涯手冊》為目標，希望能對學校生涯輔導工作發揮引導及支持的作用。惟本案編輯團隊雖力求內容嚴謹及完整，但限於工作時程，且在學校行政及教學工作之餘，分工編撰本書，難免有疏漏之處，敬請惠予指正，以作為後續修正之參考。

新北市國民中學辦理

「國中學生生涯發展紀錄手冊」標準作業流程



作業說明

項目編號	1
項目名稱	新北市國民中學辦理「國中學生生涯發展紀錄手冊」標準作業流程
承辦人員	資料組長（生涯發展組長）
相關單位	各處室、導師及輔導教師
實施對象	國一至國三
實施期程	全學年
注意事項	「國中學生生涯發展紀錄手冊」推動須結合相關處室、導師及輔導教師共同進行。
有關法令	1. 十二年國民基本教育課程綱要（生涯規劃教育） 2. 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
參考資料	1. 國民中學推動生涯發展教育工作手冊 2. 國民中學學生生涯檔案
辦理方式	1. 召開「國中學生生涯發展紀錄手冊」（以下簡稱「生涯手冊」）工作協調會： (1) 召開時間： 建議每學年第一學期初召開工作協調會，目的係藉由行政、導師、輔導教師三方面討論凝聚共識，俾利生涯手冊推行。 (2) 參加成員（工作協調會成員可依各校行政規模調整）： 輔導主任、輔導組長、資料組長（生涯發展組長）、註冊組長、訓育組長（活動組長）、級導師、輔導教師代表等。 (3) 會議內容： 說明生涯手冊內容及使用方式、協調生涯手冊各項目指導人員（主責人員）、律定生涯手冊填寫流程與時間、擬訂生涯手冊建置與保管計畫。 (4) 會議方式（工作協調會方式可依各校行政規模調整）： ① 單獨召開工作協調會 ② 結合行政會議 ③ 結合相關處室會議 2. 辦理各年級導師、輔導教師、家長說明會： 由主任、組長或輔導教師說明，必要時邀請校長主持。各年級導師、輔導教師說明會得依實際需求合併或分開辦理。以下為辦理說明會之建議：

(1)各年級導師說明會：

- ①國一：說明生涯手冊內容、使用方式、各項目指導人員（主責人員）、填寫流程與時間等。
- ②國二、國三：說明生涯手冊指導重點、配合事項及審閱後問題之處理。

(2)輔導教師說明會：

- ①國一：說明生涯手冊內容、使用方式、各項目指導人員（主責人員）、填寫流程與時間等，並討論生涯手冊操作方式，整合綜合活動領域教材、生涯檔案、生涯手冊三部分，規劃學生生涯輔導系統課程。
- ②國二、國三：說明生涯手冊指導重點、配合事項及審閱後問題之處理。

(3)家長說明會：

結合家長日或親職講座，說明生涯手冊內涵、重要性、各項目之意義及如何運用生涯手冊，協助學生進行生涯進路選擇。

3. 相關人員須完成工作內容：

(1)輔導教師指導學生填寫：

輔導教師於輔導活動課進行生涯手冊說明及指導學生填寫，完成輔導教師分工主責的部分，並進行檢查與核閱，未完成部分請指導補寫完整。

(2)導師指導學生填寫：

導師運用導師班級經營時間，指導學生填寫生涯手冊，完成導師分工主責的部分，並進行檢查與核閱，未完成部分請指導學生補填完整。

(3)家長填寫與簽章（生涯手冊 P.22、P.25）：

依工作時程，請學生將生涯手冊交給家長參閱及簽名，並請家長寫下給孩子的鼓勵及建議（可搭配「國中生涯發展教育家長手冊」）。

(4)教師填寫與簽章（生涯手冊 P.22、P.23、P.25）：

- ①輔導教師與導師透過對學生或家長的生涯諮詢或觀察，每學年至少填寫一筆學生生涯發展觀察紀錄。
- ②導師於親師溝通欄內回饋及簽名。

4. 進行審閱：

- (1)審閱生涯手冊時，可將學生未完成部分加以註記，以利後續指導補填。

	(2)建議搭配各校工作檢核表，如：學生個人檢核表（見「參考資料 8」）方便後續補齊缺漏資料。 5. 完成資料填寫： 審閱核章後，未完成部分請相關教師指導學生補填完成。已完成之生涯手冊依各校手冊建置與保管計畫執行，俾利下階段進行。 6. 國二、國三重複辦理方式的 1~5。 7. 國三完成生涯統整面面觀、生涯發展規劃書： 實施方式參見生涯手冊 P.17-P.22 8. 參考生涯手冊進行進路選擇： 完成生涯手冊，提供學生進行進路選擇參考使用。 9. 發還學生進行轉銜： 請學生妥善保管，作為各類升學轉銜使用。
--	---





封面

【本頁簡介】本手冊可透過多元方式協助學生搜集個人生涯相關資料，並紀錄學習、試探活動的歷程與反思，另搭配各校生涯檔案與課程融入，協助學生進行生涯探索及適性選擇。

在進行生涯規劃與升學進路選擇時，除了個人的因素外，更希望參酌家長的期待、導師與任課教師的建議，協助學生透過與身邊重要他人的討論，並客觀評估個人與環境中各項助力及阻力，設定生涯目標，落實學生生涯輔導工作。

【教師的事前準備】

教師須參加校內相關會議，如：工作協調會、生涯手冊說明會，了解校內配套與相關機制，並依會議結論執行。建議教師參加生涯發展／生涯規劃教育相關議題研習，增加專業知能。

【教師的課堂引導】

1. 發下生涯手冊，指導學生填寫各項基本資料。
2. 教師說明本手冊適用 113 學年度入學者，並需要使用三年，提醒學生確實填寫，搜集相關資訊，作為生涯規劃的參考。
3. 指導學生依序填寫封面的「學校名稱、學生姓名」及「班級、座號」資料。
4. 教師若發現學生有書寫錯誤，如：校名，可提供正確寫法。
5. 如有轉入學生，教師提醒該生必須在「轉學（轉班）註記」、「異動後班級座號」欄位中填寫轉學時間、更改就讀校名及班級、座號。
6. 教師說明：「學生個人資料，請妥善保管，並遵守保密原則」，提醒學生：

(1) 尊重同學個人隱私，勿任意翻閱他人生涯手冊。

(2) 務必妥善保管，以免因遺失造成資料關漏，影響後續生涯規劃與輔導的進行。

適用入學年度：113 學年度

★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：新北縣（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
一年 7 班 7 號	☐ 年 月 日由 國中(班)轉入 ☐ 無異動	一年 班 號
二年 班 號	☐ 年 月 日由 國中(班)轉入 ☐ 無異動	二年 班 號
三年 班 號	☐ 年 月 日由 國中(班)轉入 ☐ 無異動	三年 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關漏，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。

【給教師的小叮嚀】

1. 本生涯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關漏，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。



聯絡資訊

【本頁簡介】本頁用於指導學生了解校內負責適性入學、適性輔導業務相關處（室）及組別的聯絡電話為主，便於需要時查詢及運用。相關處（室）及組別業務說明如下：

- 教務處：負責學生學習評量成績相關事宜、辦理學生適性入學各項報名事宜。
- 學務處：推動服務學習、辦理學生出缺席及獎懲事宜、辦理學生體適能檢測事宜。
- 輔導處（室）：提供生涯輔導諮詢服務及相關協助、辦理生涯發展／生涯規劃教育與技藝教育相關事宜、特殊教育學生轉銜輔導等。

【教師的事前準備】

教師須先了解校內負責適性入學、適性輔導相關業務的處（室）及組別，並準備專線或分機號碼（可於上課時寫在黑板上或先印製各處室專線或分機，供學生黏貼），利於課堂說明。

【教師的課堂引導】

1. 於國一第一學期發下生涯手冊時，進行第一次填寫。由教師說明各處（室）及組別負責的業務，並指導學生填寫或黏貼校內聯絡電話與分機（依校內分工、執掌進行說明與填寫）。
 - (1)書寫「學校總機號碼」。
 - (2)指導學生填寫教務處專線或註冊組分機，並說明註冊組工作，如：負責成績處理、適性入學各項報名作業等。
 - (3)指導學生填寫學務處專線或各組的分機，並說明各組工作，如：訓育組－負責服務學習；生教組－負責獎懲、缺曠課管理業務；體育組－辦理學生體適能檢測相關事宜。
 - (4)指導學生填寫輔導處（室）專線或各組的分機，並說明各組工作，如：輔導組－協同輔導教師提供家長、學生生涯輔導諮詢服務及相關協助；資料組－負責生涯發展教育業務與國三技藝教育課程；特教組－負責特殊教育學生的轉銜輔導（包含：身心障礙學生、資賦優異學生）。
2. 指導學生填寫導師、輔導教師姓名及聯絡電話。

若有生涯輔導相關問題，可洽詢：

◎ 學校相關處室聯絡電話：

學校總機：(02) 1234-5678

教務處專線或分機：註冊組 201

學務處專線或分機：訓育組 301、生教組 302、體育組 303

輔導處(室)專線或分機：輔導組 501、資料組 502、特教組 503

◎ 導師及輔導教師：

學期	導師姓名	導師辦公室分機或聯絡電話	輔導教師姓名	輔導教師辦公室分機或聯絡電話
一-1	OOO 老師	分機 110	OOO 老師	分機 507
一-2				
二-1				
二-2				
三-1				
三-2				

【給教師的小叮嚀】

1. 聯絡電話以填寫校內分機為主，若填寫手機號碼，建議先徵求教師同意。
2. 本頁的聯絡資訊每學期均須檢視一次。若學期中更動導師或輔導教師，務必適時指導學生更新教師姓名與聯絡電話。



目錄

【本頁簡介】本頁為目錄頁，詳細列出生涯手冊的主要項目及分項目，並敘明「填寫人」及「建議填寫時間」，以協助親師生了解本手冊。初次發放生涯手冊時，建議教師依目錄頁進行說明，讓學生對手冊有整體的了解。教師可結合與運用相關課程，並參考建議填寫時間，指導學生完成各項資料建置。

【教師的事前準備】

1. 教師參加生涯手冊工作協調會，並依校內分工與配套落實執行。
2. 目錄頁中的「建議填寫時間」，可配合校內相關行政作業時程（如：學期成績單發放）、課程內容（如：測驗施測與解釋）或試探活動（如：社區高級中等學校專業群科參訪）等進行調整，故教師應先了解校內的辦理時程，並注意每學期須完成的內容與時間。

【教師的課堂引導】

初次發放時，應引導學生詳閱本頁，由教師簡要說明手冊各項目的主要內涵：

1. 我的成長故事：生涯規劃從認識與了解自己出發，包括(1)自我認識：了解自己的性格特質、休閒興趣、專長。(2)職業與我：了解師長、家人、親友及自己對職業的期待與認識，作為進路選擇的參考。
2. 各項心理測驗：透過標準化心理測驗，如：性向測驗、興趣測驗等，協助學生了解自己的優勢能力及興趣。
3. 學習成果及特殊表現：紀錄學生每學期各領域學習表現、幹部及社團經歷、各項競賽成果、行為表現獎懲紀錄、服務學習紀錄及國中三年參與的生涯試探活動紀錄等。
4. 生涯統整面面觀：學生於國三時綜合統整自國一起透過課程、活動等，所整理的各項資料，包括：人格特質、性向、生涯興趣、工作價值觀、家人期待等，俾利規劃未來生涯方向與目標。
5. 生涯發展規劃書：協助學生在國三時運用「生涯評核表」，客觀且具體考量跟生涯規劃有關的個人、環境及資訊相關因素，列出想升讀的學校及科別，並評估各項考慮因素，如：學習表現、家人期望、學校入學管道與方式等，依據符合的程度填入分數並計算總分，完成個人生涯發展規劃書。
6. 學生生涯發展歷程相關紀錄：家人及學校教師是陪伴學生成長的重要他人，學生進行生涯規劃時，可與他們一起討論，並學習良好的溝通方式。內容包含：(1)導師、輔導教師與學生或家長進行生涯諮詢或觀察後，填寫「學生生涯發展歷程觀察紀錄」；(2)學生與教師或家長討論生涯發展規劃後，相關的內容及建議填寫「生涯諮詢紀錄」；(3)家長的話：每學年完成應填寫的各項資料後，由學生帶回提供家長參閱並簽章。

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	測驗實施後填寫
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. 國中教育會考或模擬考、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	學生	
	(六)生涯試探活動紀錄	15-16	學生	
四、生涯統整面面觀		17-20	學生	國三(九)年級第2學期初(約3月)
五、生涯發展規劃書		21-22	學生 家長 導師 輔導教師	國三(九)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	23	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	24	學生	每年9月、翌年3月，依學期別填寫
七、家長的話		25	家長	每年5-6月，依年級別填寫。家長參與後，繳回統一保管
附錄一	國中技藝教育羣群與相關性向測驗、興趣測驗之對應分析結果	26-28		
附錄二	群科錄取表(113學年度適用)	29		
附錄三	體適能單項檢測成績專門標準表(配合p.9使用)	30		

【給教師的小叮嚀】

建議教師可搭配介紹Swain(1984)提出的生涯規劃模式(生涯金三角理論)，進行說明(見「參考資料1」)。



給老師的話

【本頁簡介】本頁說明生涯手冊的編輯緣起與用意，讓教師了解生涯手冊功能為提供有系統、明確的紀錄與資訊，以進行學生生涯輔導工作。教師初次使用生涯手冊時，建議可先閱讀本篇章，以掌握內涵、要義與功能等。重點簡述如下：

1. 手冊的功用著重在「資料紀錄」與「生涯輔導」兩方面。
2. P.23 導師及輔導教師撰寫之「學生生涯發展觀察紀錄」，須聚焦於學生的生涯輔導與規劃。
3. 教師、學生或班級務必妥善保管。

【給教師的小叮嚀】

1. 依據《高級中等教育法》（中華民國110年5月26日總統華總一義字第11000049231號令修正）第5條，高級中等學校分為下列類型：
 - (1)普通型高級中等學校：提供基本學科為主課程，強化學生通識能力之學校。（本手冊以下簡稱「普通型高中」）
 - (2)技術型高級中等學校：提供專業及實習學科為主課程，包括實用技能及建教合作，強化學生專門技術及職業能力之學校。（本手冊以下簡稱「技術型高中」）
 - (3)綜合型高級中等學校：提供包括基本學科、專業及實習學科課程，以輔導學生選修適性課程之學校。（本手冊以下簡稱「綜合型高中」）
 - (4)單科型高級中等學校：採取特定學科領域為核心課程，提供學習性向明顯之學生，繼續發展潛能之學校。（本手冊以下簡稱「單科型高中」）
2. 教師應事先了解生涯手冊內容，搭配輔導活動課程、教育部「學生生涯檔案」或學校生涯檔案內容，引導學生充分了解生涯發展與規劃的內涵。

✍️

自103學年度起，多數國中畢業生以免試入學方式升讀高級中等學校（普通型、技術型、綜合型、單科型）及五專。學生可參考個人的能力、志向、興趣及人格特質等因素，選擇最適合自己的學校類別。因此，規劃辦理各項試探及實作活動，以協助學生自我認識及探索未來進路，並提供適性的生涯規劃建議，是國中生涯輔導工作的首要目標。

為落實國中生涯輔導機制，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，教育部著手設計本生涯發展紀錄手冊，彙整：學生的成長軌跡、各項心理測驗結果、學習成果及特殊表現、學生生涯發展歷程相關紀錄等，並透過生涯發展規劃書，幫助學生在進行進路規劃時有更清晰、明確的步驟和方式。

為了讓教師、學生及家長能了解如何運用本紀錄手冊，分別說明如下：

給老師的話

本手冊的規劃，在提供學校導師、輔導教師等學生生涯輔導相關人員一套系統、明確的紀錄與資訊，以協助學生進行進路選擇，聚焦於未來發展的方向。

這本生涯發展紀錄手冊的功用著重在「資料紀錄」與「生涯輔導」兩方面。在資料蒐集及記錄方面，學校教師可參考目錄頁所列填寫時間，運用相關課程，協助學生完成資料建置。如：個人成長紀錄、心理測驗結果、各項學習成果及特殊表現、生涯發展規劃書及與師長討論生涯規劃的諮詢內容等。由於這本紀錄手冊部分內容，與生涯檔案課程學習單連結，因此，建議導師與輔導教師建立協同及整合機制，協助學生彙整並填寫相關資料。學校可利用家長日、班親會及親職講座等活動，向家長說明手冊的功能及內容（參閱「給家長的話」）。導師或輔導老師將手冊發予學生時，亦可針對「給國中生的話」進行導讀，以增進家長及學生對手冊的認識。

有關學生生涯發展觀察紀錄（手冊第23頁），請在與學生進行生涯諮商後完成相關紀錄。要提醒教師的是，本手冊中的諮詢或觀察紀錄，請聚焦於學生的生涯輔導與規劃，凡是與學生及家長討論相關議題，都可填寫於手冊的紀錄表。因此，可以考慮將這本手冊與學生綜合資料紀錄表一起保管，方便隨時繕寫。最後，在著手填寫生涯發展規劃書時，可以邀請學生及家長根據這三年蒐集的資訊，共同討論完成，協助學生進行適性之進路選擇。

本紀錄手冊平時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漏，影響後續生涯輔導之進行。學生離校（畢業或轉學等）時，本紀錄手冊請發還學生本人參考運用，部分資料若相關處室需留存，請依相關法規辦理。



教師個人備忘錄



給國中生的話、給家長的話

【本頁簡介】本頁提供學生與家長了解生涯手冊的內涵、要義及功能。

「給國中生的話」提醒學生在國中三年透過多元方式認識自己，並運用生涯手冊搜集、紀錄相關的生涯資訊，規劃適合自己的生涯目標。

「給家長的話」敘明生涯規劃的意義。家長可參閱生涯手冊各項內容，了解孩子的人格特質、興趣、專長與能力等，並建議家長陪伴孩子共同進行生涯規劃與適性選擇。

【教師的課堂引導 -- 給國中生的話】

1. 初次將生涯手冊發予學生時，教師可進行導讀與說明。
2. 教師帶領學生共同閱讀，並說明生涯手冊的功能與重要性，引導學生討論生涯規劃時應考量的因素。

【教師的課堂引導 -- 給家長的話】

1. 建議學校應結合家長日或親職講座說明生涯手冊，讓家長了解手冊內容，並提升對生涯發展教育概念及生涯輔導的知能。
2. 由主講人或教師進行導讀與說明，並可開放討論，讓家長了解自己在孩子生涯規劃過程中的角色，鼓勵家長共同參與、陪伴孩子成長。
3. 教師可搭配「國中生涯發展教育家長手冊」，增進家長對生涯發展教育的認識。

給國中生的話

這本生涯發展紀錄手冊主要在協助同學記錄個人生涯規劃所需的相關資料，以利在國三(九)年級做升學進路選擇時，有較完整、系統的資訊可供參考。

要如何選擇最適合自己的生涯進路？學校各領域的學習、各項社團活動及相關心理測驗等，都可以幫助同學們了解自己的人格特質、專長、興趣等。學校辦理的生涯發展教育課程及活動、生涯檔案資料等，也可以協助您透過體驗、探索來認識自己，以及了解高級中等學校(普通型、技術型、綜合型、單科型)及五專的學校特色，請思考您所做的性向、興趣測驗結果為何？是屬於學術導向？或是比較適合就讀哪種專業群科？

每一次填寫手冊時，希望您都能以認真的態度，審慎思考並完成相關資料，這樣才能建置正確、完整的資訊，讓學校老師及家長充分了解您的個人特質、進路需求及個人內外資源與限制，將各種影響生涯決策的因素納入考量，透過討論、評估，幫助您規劃出一個適合自己的生涯目標。

給家長的話

從孩子一落地，每位家長就投入了無數的心力，提供大量的教育資源，希望孩子健康成長、快樂學習，並能選擇最適合的發展方向，逐步實現自己的理想。為此，學校協助學生建置這本生涯發展紀錄手冊，希望彙集個人生涯規劃、進路選擇所需的資料，透過友善的輔導歷程，與家長一起展望孩子的未來，幫助孩子找到人生方向，並希望每個孩子都能擇其所愛、樂其所擇，悠遊於符合自己性向與興趣的天地中，盡情展現長才，發揮光熱，成為各行各業的翹楚。

從許多研究及實例驗證，如果孩子可以清楚自己的興趣及能力，並且設定好未來發展的目標，就較能心無旁騖、不畏艱難、堅定的朝目標前進。因為所做的是個人所愛，所以能完全投入、充滿熱情與活力；又因為有理想、有目標，所以願意堅持到底，其成就何以限量！

在強調適性揚才、多元發展的時代，我們相信每個孩子都有個人揮灑的天地。如何協助孩子發揮優勢能力並規劃生涯方向，是學校與家長共同的課題。建議您參考這本手冊的各項紀錄，找時間跟孩子聊聊，聽聽孩子的想法，必要時可與學校老師一起討論，以協助孩子在生涯洪流中，找到適合的航道，讓他們帶著滿滿的祝福，張帆遠颺，邁著幸福、美滿、充實又有意義的人生！



教師個人備忘錄



我的成長故事 (一) 自我認識

【本頁簡介】Swain 提出「探索生涯目標」時，建議應考量「個人」、「個人與環境的關係」、「教育／職業資訊」三個向度，期望透過本單元，引導學生了解自己的個性（人格特質）、休閒興趣與專長，增進自我認識。

【教師的事前準備】

1. 形容詞釋疑：教師可事先查詢各形容詞的涵義與相關的生活實例，以利上課時說明，協助學生理解本單元中各形容詞的意思，能勾選出符合自己的特質。其中，較常被提出疑問的形容詞是「堅毅」、「保守」、「不墨守成規」、「人際洞察」、「實際」等。
2. 對應Holland（何倫）生涯類型論：本單元「菱形標誌」係根據Holland（何倫）的生涯類型論分類，不同人格特質，各有其適配的工作性質和職業。教師可自行參閱「何倫碼與職業建議參照表」（參考資料2）。Holland（何倫）生涯類型論認為生涯選擇是「個人人格」在「工作世界」中的表露與延伸，可歸類為六大類型。某些人格特質具有相近性和共通性，所以部分形容詞可能會同時出現在兩種類型裡，如：「保守」同時呈現在「研究型(I)」和「事務型(C)」。
3. 國一、國二及國三的個性（人格特質）形容詞分類皆相同（Holland生涯類型），惟各類型內的形容詞順序稍作調整，讓學生在勾選時，能仔細審閱並思考各形容詞的意義。

【教師的課堂引導】

1. 勾選形容詞：請學生勾選出最符合自己特質的形容詞。若學生自認常有此種表現，或師長、家人及親友經常這樣形容自己，覺得能夠代表自己的特質就可以勾選（可複選）。學生可藉此活動檢視自己與了解自我。
2. 鼓勵學生發問：其中有部分形容詞較為抽象，若不了解字詞涵義，學生可發問，由教師進一步舉例和說明。
3. 「其他」欄位的補充說明：請學生根據對自我的了解和認知，用「一句話」或「表格中未出現的形容詞」來介紹自己，以文字陳述自己的獨特性。

我的成長故事

(一) 自我認識

請同學就您認識的自己勾選，可複選。

年級	國一(七)年級	國二(八)年級	國三(九)年級
個性	請勾選符合自己的形容詞...	請勾選符合自己的形容詞...	請勾選符合自己的形容詞...
穩定	☒ 穩定 ☐ 謙虛	☒ 順從 ☐ 堅毅	☐ 有條理 ☐ 順從
坦率	☐ 坦率 ☐ 沉默寡言	☐ 有條理 ☐ 實際	☐ 穩定 ☐ 坦率
堅毅	☐ 堅毅 ☒ 順從	☐ 謙虛 ☒ 穩定	☐ 堅毅 ☐ 實際
實際	☐ 實際 ☐ 有條理	☐ 沉默寡言 ☐ 坦率	☐ 沉默寡言 ☐ 謙虛
善於分析	☐ 善於分析 ☐ 喜歡思考	☐ 觀察力敏銳 ☒ 謹慎	☐ 獨立 ☐ 有好奇心
有好奇心	☐ 有好奇心 ☒ 善於判斷	☒ 保守 ☒ 獨立	☐ 善於分析 ☐ 喜歡思考
觀察力敏銳	☒ 保守 ☒ 獨立	☒ 善於判斷 ☐ 喜歡思考	☐ 保守 ☐ 善於判斷
謹慎	☒ 獨立 ☐ 獨立	☐ 善於分析 ☐ 有好奇心	☐ 觀察力敏銳 ☐ 謹慎
富想像力	☐ 富想像力 ☐ 直覺	☐ 不墨守成規 ☐ 崇尚理想	☐ 不墨守成規 ☐ 獨立
直覺	☐ 情感豐富 ☐ 崇尚理想	☐ 直覺 ☐ 富想像力	☐ 富想像力 ☐ 直覺
情感豐富	☐ 有創意 ☐ 善於表達	☒ 獨立 ☐ 情感豐富	☐ 不墨守成規 ☐ 情感豐富
有創意	☐ 不墨守成規 ☒ 獨立	☐ 善於表達 ☐ 有創意	☐ 有創意 ☐ 崇尚理想
不墨守成規	☒ 獨立	☐ 善於溝通 ☐ 有耐心	☐ 合作 ☐ 有責任心
善於溝通	☐ 善於溝通 ☐ 人際洞察	☒ 善於溝通 ☐ 有責任心	☐ 善於溝通 ☐ 人際洞察
人際洞察	☐ 合作 ☐ 仁慈友善	☐ 人際洞察 ☒ 有責任心	☐ 善於溝通 ☐ 人際洞察
合作	☐ 善於溝通 ☐ 助人	☐ 仁慈友善 ☐ 合作	☐ 助人 ☐ 仁慈友善
仁慈友善	☒ 有責任心 ☐ 有耐心	☐ 助人 ☐ 善於溝通	☐ 有耐心 ☐ 善於溝通
有責任心	☐ 樂觀積極 ☐ 受人歡迎	☒ 有說服力 ☐ 好冒險	☐ 善於規劃 ☐ 外向
受人歡迎	☐ 外向 ☒ 有說服力	☐ 外向 ☐ 樂觀積極	☐ 自信 ☐ 有企圖心
外向	☐ 有企圖心 ☐ 自信	☐ 善於規劃 ☐ 受人歡迎	☐ 有說服力 ☐ 好冒險
自信	☐ 好冒險 ☐ 善於規劃	☐ 有企圖心 ☐ 自信	☐ 受人歡迎 ☐ 樂觀積極
好冒險	☒ 講求效率 ☒ 精確	☐ 有條理 ☐ 有恒心	☒ 謹慎 ☐ 實際
講求效率	☐ 有恒心 ☒ 順從	☒ 謹慎 ☐ 實際	☐ 講求效率 ☐ 保守
有恒心	☐ 實際 ☐ 有條理	☒ 保守 ☒ 順從	☐ 有恒心 ☐ 精確
實際	☒ 保守 ☒ 謹慎	☒ 謹慎 ☒ 講求效率	☐ 順從 ☐ 有條理
保守			
其他	今日事今日畢、 到新環境會很害羞	其他	其他

【給教師的小叮嚀】

1. 本單元可搭配輔導活動課程、學校生涯檔案及創意教材教具「魔鏡」進行。
2. 提醒學生可從自己目前所扮演的各種角色出發，如：在學校擔任幹部或小老師、同學的好友、家庭裡的兒子／女兒或手足等，檢視自己在這些不同角色裡所呈現的特質。
3. 教師除說明各形容詞的意涵外，可輔以生活實例，幫助學生更清楚的理解，如：「堅毅」意謂堅定、有毅力，即使遇到困難，也會努力不懈去達成；「升上國中，功課變得困難許多，開始有不及格的科目，但仍一步一腳印的努力，並順利跟上學業進度」。
4. 教師若發現學生無法明確勾選個性（人格特質），如：每項都勾選，建議可搭配生涯檔案相關課程，協助學生進行自我探索。



我的成長故事（一）自我認識

【本頁簡介】本頁將協助學生檢視自己目前喜歡的活動和擅長的事項。人的能力並非靜態，能力可透過學校教育、生活經驗及個人興趣的多元探索，進而被創造、強化和擴大，找到自己的可能性，並抉擇出適配自己的生涯類型。在 Holland（何倫）的生涯類型論裡，個人的生涯決定並非隨意發生，而是基於過去經驗累積，再加上人格特質影響而做成的選擇，所以師長可鼓勵學生在日常生活裡，發掘和發展自己的強項，從中培養出解決問題的智慧 and 適應未來的能力。

【教師的事前準備】

1. 各項活動的理解與說明：本頁的 48 項活動，教師可依照自己的生活經驗、學校特色及在地文化等，補充提示學生可能也會感興趣的活動。
2. 對應何倫碼：「菱形標誌」是根據 Holland（何倫）的生涯類型論來作分類。Holland（何倫）認為個人的生活經驗和興趣偏好，會反映在職業選擇上，人們會尋求能展示自己興趣、發揮自己優勢，並能夠勝任愉快的職業環境。可自行參閱「何倫碼與職業建議參照表」（參考資料 2）加以補充說明。

【教師的課堂引導】

1. 「休閒興趣」部分：請學生依照自己的生活經驗，從 48 項活動中選擇喜歡從事或較感興趣的活動。編號 1、2、3 可代表著喜歡的程度，「1」是最喜歡。每一編號裡不限填寫 1 項。
2. 「專長」部分：請學生從 48 個活動中找出自己較擅長或較有能力執行的項目。編號 1、2、3 可代表擅長的程度，「1」是最擅長。
3. 鼓勵學生發問：若對本頁所列之活動內容不甚了解，可向老師發問，由老師進一步的舉例和說明。
4. 「其他」欄位的補充說明：提供學生填寫上述項目以外的活動，如：玩網路遊戲、下圍棋、看電視及看電影等。

各項活動	國一(七)年級	國二(八)年級	國三(九)年級
1. 修理或拆裝電腦、電話等物品 2. 組合模型 3. 打球、跑步等運動 4. 種植、整理植物 5. 飼養動物 6. 操作電腦、電子設備 7. 組裝傢俱 8. 烘焙、烹飪、手工縫紉 9. 做科學實驗及研究 10. 研究數學問題 11. 看科學知識節目、課外書 12. 益智遊戲 13. 研究天文、觀察雲象 14. 看推理小說或影片 15. 參觀科學、天文類博物館 16. 寫電腦程式 17. 塗鴉、畫畫 18. 演奏樂器、唱歌 19. 寫作及閱讀 20. 跳舞、編舞 21. 服裝或室內設計 22. 欣賞或參與各項藝文表演 23. 做手工藝品 24. 攝影 25. 教同學功課、才藝 26. 傾聽他人心事 27. 幫助別人解決問題 28. 參加自我成長活動 29. 和小組同學合作完成任務 30. 到育幼院、養老院等進行服務學習 31. 協助照顧病弱、身心障礙者 32. 研究不同族群的文化、風俗民情 33. 籌劃聯誼活動 34. 說服別人支持自己的想法 35. 推銷物品 36. 選選或擔任幹部 37. 演說或辯論 38. 研究法律條文及條文 39. 擔任活動主持人 40. 擔任人際關係、社交朋友 41. 整理圖書 42. 上網找資料 43. 使用電腦做文書處理 44. 整理發票、記帳 45. 整理筆記、文件 46. 收集並整理各類嗜好收藏品 47. 協助影印、裝訂資料 48. 校對資料	我喜歡從事的活動： (請填代號) 1. 17、19、43 2. 26、27 3. 21 其他 看電影	我喜歡從事的活動： (請填代號) 1. _____ 2. _____ 3. _____ 其他 _____	我喜歡從事的活動： (請填代號) 1. _____ 2. _____ 3. _____ 其他 _____
我擅長的事：(請填代號) 1. 17 2. 45 3. 48 其他 幫吵架的同學們和好	我擅長的事：(請填代號) 1. _____ 2. _____ 3. _____ 其他 _____	我擅長的事：(請填代號) 1. _____ 2. _____ 3. _____ 其他 _____	我擅長的事：(請填代號) 1. _____ 2. _____ 3. _____ 其他 _____

【給教師的小叮嚀】

1. 可鼓勵學生從自己的生活經驗和個人興趣中，搜尋出日後生涯抉擇的依據。
2. 若教師發現學生自我認識不足、填寫本頁有困難，或學生填寫內容與師長觀察有顯著差別，可透過與學生晤談，協助學生了解自己的興趣與專長。
3. 可提醒學生，和同儕間的評比應為良性競爭，更重要的是自我認識及反思。



我的成長故事 (二) 職業與我

【本頁簡介】本頁幫助學生透過自我覺察，檢視師長、家人或親友的期許，統整出他人曾給予學生的職業建議，並對「職業」產生更務實的想法。國中階段的學生，雖然對職業的概念仍懵懂，離就業年齡尚有一段時間，但可以先從自己周遭的工作世界來認識「職業」。學生必須理解社會上的每一個職業都有其重要性並各有專業，「做好一個工作」所需要的能力，更是一種長期累積和精進的結果。

【教師的事前準備】

1. 職業的定義：「職業」是個人為謀生所需或自我實現，所從事之工作和職務。職業須具備「報酬性」、「繼續性」、「法律許可」和「不違反社會善良風俗」等要件。教師可引導學生理解各行各業都有其價值與貢獻。
2. 可先準備「職業訪談學習單」或搭配相關課程，讓學生回家詢問家人對自己的職業選擇建議、家族成員的職業抉擇傾向，或讓學生訪談自己感興趣或心目中所憧憬的工作，從中搜集對未來職業的期待，對「職業」有更務實的理解。

【教師的課堂引導】

1. 填寫師長、家人或親友曾給予的職業建議與原因。
2. 填寫自己目前感興趣的工作名稱、感興趣的原因及認知此份工作所需的條件，如：需要具備什麼學歷、能力、專長、證照等。
3. 寫出自己想進一步認識的職業名稱，日後可與師長多做討論，或可自行上網搜尋相關的職業資料。
4. 工作價值觀「選擇職業時，我重視的條件」於國中二、三年級時勾選，提醒學生可複選。

我的成長故事

(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道路。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。

國一(七)年級	國二(八)年級	國三(九)年級
◆師長、家人或親友曾經建議 我未來可選擇的職業： 廚師	◆師長、家人或親友曾經建議 我未來可選擇的職業： 廚師	◆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：爸爸	◆給我建議的人：爸爸	◆給我建議的人：_____
◆建議我選擇這項職業的 原因：因為家裡有親戚在開餐 廳，爸爸自己也是開小吃店的	◆建議我選擇這項職業的 原因：希望以後可以幫家裡的 忙	◆建議我選擇這項職業的 原因：_____
◆我最感興趣的職業： 廣告設計	◆我最感興趣的職業： 汽車修理	◆我最感興趣的職業： _____
◆我對這職業感興趣的原因： 我喜歡畫畫	◆我對這職業感興趣的原因： 可以接觸很多車子	◆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： 電腦繪圖、高職畢業	◆這項職業需具備的學歷、 能力、專長或其他條件：了解 汽車的性能，修理汽車的技術	◆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：服裝設計師	◆我想要進一步了解哪些 職業：賽車選手	◆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) 也是重要影響因素一 (國二(八)、國三(九)年級填 寫)	選擇職業時，我重視的條件 (可複選) ☒ 興趣 ☒ 展現專長 ☐ 成就感 ☐ 自我成長 ☐ 工作自主 ☐ 管理權力 ☐ 受人尊重 ☒ 穩定安全 ☒ 與人互動 ☒ 生活方式 ☐ 工作環境 ☐ 工作關係 ☐ 未來升遷發展 ☒ 薪資福利 ☐ 其他：_____	選擇職業時，我重視的條件 (可複選) ☐ 興趣 ☐ 展現專長 ☐ 成就感 ☐ 自我成長 ☐ 工作自主 ☐ 管理權力 ☐ 受人尊重 ☐ 穩定安全 ☐ 與人互動 ☐ 生活方式 ☐ 工作環境 ☐ 工作關係 ☐ 未來升遷發展 ☐ 薪資福利 ☐ 其他：_____

◆ 3

【給教師的小叮嚀】

1. 教師須留意在親子互動過程裡，較少和家人有生涯議題討論機會的學生。可鼓勵學生回顧學校師長和同儕曾給予過相關建議，或從新聞報導、相關書籍及生活周遭去取材自己感興趣或印象深刻的職業。
 2. 教師可參考教育部「學生生涯檔案」之「認識工作價值觀」單元，協助學生了解並探索自己的工作價值觀。
- ★可運用「參考資料 7」，結合寒暑假作業進行填寫。



各項心理測驗 (一) 性向測驗

【本頁簡介】「心理測驗」是測驗心理狀態的工具，能有系統地對個人特質與潛能等進行客觀的測量。

「各項心理測驗」共有三個部份，國中階段為協助孩子了解自己的潛能與興趣等，進行「性向測驗」、「興趣測驗」與各校依學生需求所進行的「其他測驗」。

「性向測驗」是用來測量個人學習潛能的一種工具，透過測驗可以了解自己的優勢能力，幫助學生未來在選擇就讀科系或工作時，往自己的優勢能力方向發展。

【教師的事前準備】

1. 教師須參與相關研習或施測說明會，了解測驗內容，並於課前熟悉測驗與指導手冊的說明。
2. 列印學生測驗結果與測驗解釋，測驗解釋可搭配學校生涯檔案，並將測驗解釋、群科簡介資料補充於生涯檔案內，供學生參考。
3. 教師準備群科簡介資料供學生參考，如：教育部或教育局出版的相關資料或網站，請學校輔導處（室）提供資料並適時更新。

【教師的課堂引導】

1. 填寫測驗名稱：教師可將測驗名稱寫在黑板上，請學生填寫在測驗名稱一欄。
2. 填寫或直接浮貼測驗結果：
 - (1)抄寫性向測驗各分測驗的項目名稱。
 - (2)學生填寫測驗結果的百分等級或標準分數。
 - (3)因不同版本的測驗中，各分測驗項目不盡相同，請依實際項目自行增列或刪減表格。
3. 各分測驗項目的詳細涵義，可搭配學校生涯檔案測驗單元進行補充說明。
4. 教師引導學生依據個人性向測驗結果，並參考興趣及學業成績，同時搭配生涯手冊附錄一，思考下列問題：
 - (1)在升學方面，適合就讀的學校類別與科別。
 - (2)在就業方面，適合從事的工作類別。
5. 提醒學生若有其它與測驗相關的問題，可於課後找輔導教師進行個別諮詢，並將諮詢結果登錄於生涯手冊的「生涯諮詢紀錄」上。

二、各項心理測驗

(一) 性向測驗

性向測驗是用來測量個人學習潛能的一種工具，透過測驗可以了解自己的優勢能力，幫助我們未來在選擇就讀科系或工作時，往自己優勢能力的方向發展。
請在性向測驗施測後，填寫測驗名稱及測驗結果：

◎測驗名稱：多因素性向測驗

◎測驗結果：

分測驗項目	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
語文推理		數學推理	語推 + 數推	機械推理	空間關係	抽象推理	錯別字	文法與修辭	知覺速度與確度	
百分等級 (標準分數)	36	84	61	71	68	40	69	24	36	

(可直接浮貼學校印發的測驗結果或學習單)

◎根據性向測驗結果，並且參考興趣及學業成績：

1. 在升學方面，我適合讀(學校類別和科別)：

1. 普通型高中
2. 技術型高中(高職)
1. 普通科
2. 機械科
3. 製圖科

2. 在就業方面，我適合從事(工作類別)：

1. 記者
2. 品管人員
3. 機械技術人員

【給教師的小叮嚀】

1. 生涯規劃需同時考慮多項因素，避免只依據單一測驗即進行生涯決定。
2. 了解自己的性向、能力方法有很多，測驗結果也可能會有誤差，建議可搭配學校生涯檔案或相關課程，協助學生用更多元的方式了解自己。
3. 受限於施測方式，性向測驗無法測出個人所有優勢能力，如：肢體、人際、內省等，可配合多元智能理論進行課程或說明。
4. 各項測驗之計畫與實施方式，建議可參考教育部編印之「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」。
5. 針對各項分測驗結果皆偏低的同學，仍可從相對較高的項目，正向鼓勵其多探索，以開發潛能。



各項心理測驗 (二) 興趣測驗

【本頁簡介】「興趣測驗」是在測量一個人對某種事務或活動喜歡或不喜歡的程度，當一個人能對其所從事的課程、活動、職業等產生興趣時，比較能投入並從中得到滿足。

了解自己的興趣不只可從測驗得知，平常的生活、休閒、參與各種活動等，都是探索自己興趣的方式。測驗解釋可搭配學校生涯檔案，學校可將測驗解釋、群科簡介等資料補充於生涯檔案內，供學生參用。

【教師的事前準備】

1. 教師須參與相關研習或施測說明會，了解測驗的內容，並於課前熟悉測驗與指導手冊的說明。
2. 列印學生測驗結果與測驗解釋。
3. 教師準備群科簡介資料供學生參考，如：教育部或教育局出版的相關資料或網站。請學校輔導處（室）提供資料並適時更新。

【教師的課堂引導】

1. 填寫測驗名稱：教師可將測驗名稱寫在黑板上，請學生填寫在測驗名稱一欄。
2. 填寫或直接浮貼測驗結果：
 - (1)抄寫興趣測驗各分測驗項目名稱。
 - (2)學生填寫測驗結果的百分等級或標準分數。
 - (3)因不同版本的測驗於各分測驗項目不盡相同，請依實際項目自行增刪表格。
3. 各分測驗項目的詳細涵義，可搭配學校生涯檔案測驗單元進行補充說明。
4. 教師引導學生依據個人興趣測驗結果，並且參考性向測驗結果及學業成績，同時搭配生涯手冊附錄一，思考下列問題：
 - (1)在升學方面，適合就讀的學校類別與科別。
 - (2)在就業方面，適合從事的工作類別。
5. 提醒學生若有其它與測驗相關的問題，可於課後找輔導教師進行個別諮詢，並將諮詢結果登錄於生涯手冊的「生涯諮詢紀錄」上。

二、各項心理測驗

(二) 興趣測驗

興趣是指一個人對其環境中人事物的喜愛程度，當一個人對於其所喜歡的課程、活動、職業等產生興趣時，較會全心全力投入，並從當中得到滿足。興趣測驗即在測量一個人對某種事務或活動喜歡或不喜歡的程度。

請在興趣測驗施測後，填寫測驗名稱及測驗結果：

◎測驗名稱：_____

◎測驗結果：

分測驗項目	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五
實用型															
研究型															
藝術型															
社會型															
企業型															
事務型															
百分等級	27	10	42	81	41	31									

(可直接浮貼學校印發的測驗結果或學習單)

◎根據測驗結果，並參考性向測驗結果及學業成績：

1. 在升學方面，我適合讀(學校類別和科別)：
 1. 五專
 2. 技術型高中(高職)
 1. 幼兒保育
 2. 應用外語
 3. 餐飲管理
2. 在就業方面，我適合從事(工作類別)：
 1. 保姆
 2. 翻譯
 3. 調酒員

【給教師的小叮嚀】

1. 認識自己興趣的方法很多，測驗結果也可能會有誤差，建議可搭配學校生涯檔案或相關課程，協助學生用更多元的方式了解自己的興趣。
2. 興趣測驗的結果可與性向測驗結果共同參考使用，建議可參考教育部「學生生涯檔案」進行相關的教學活動。
3. 各項心理測驗結果屬學生個人資料，不宜公開。並請教師提醒學生，在無當事人許可的情況下，不應自行翻閱查看。



各項心理測驗

【本頁簡介】「其他測驗」可放置與生涯規劃相關的測驗結果，如：工作氣質測驗、工作價值觀量表、個人工作態度問卷等。

教師選用測驗時應注意測驗的分測驗項目與信度、效度，並搭配適當的測驗結果說明，讓測驗結果能協助學生進行生涯輔導，而非只是單純做測驗。

【教師的事前準備】

1. 教師須參與相關研習或施測說明會，了解測驗內容，並於課前熟悉測驗與指導手冊的說明。
2. 列印學生測驗結果與測驗解釋。
3. 教師準備群科簡介資料供學生參考，如：教育部或教育局出版的相關資料或網站，請學校輔導處（室）提供資料並適時更新。

【教師的課堂引導】

1. 填寫測驗名稱：教師可將測驗名稱寫在黑板上，請學生填寫在測驗名稱一欄。
2. 填寫或直接浮貼測驗結果：
 - (1)抄寫各分測驗的項目名稱。
 - (2)學生填寫測驗結果的百分等級或標準分數。
 - (3)因不同的測驗於各分測驗項目與採用之標準分數不盡相同，請依實際項目修改本頁測驗結果表格。
3. 測驗內容及各分測驗項目的詳細涵義，可搭配學校生涯檔案測驗單元進行補充說明。
4. 教師引導學生依據個人測驗的結果，帶領學生思考下列問題：
 - (1)在升學方面，適合就讀的學校類別與科別。
 - (2)在就業方面，適合從事的工作類別。
5. 提醒學生若有其它與測驗相關的問題，可於課後找輔導教師進行個別諮詢，並將諮詢結果登錄於生涯手冊的「生涯諮詢紀錄」上。

(三)其他測驗

除了性向與興趣測驗外，您還做過那些心理測驗也可做為生涯規劃的參考？請填寫測驗名稱及測驗結果，再參考生涯規劃相關資料，思考適合自己的升學、就業選擇。

◎測驗名稱：工作氣質測驗

分測驗項目	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一
A1 督導性											
A2 說服性											
A3 親和性											
A4 表達性											
B 優柔猶豫											
C 審慎精確											
D 偏好單純											
E 堅忍犯難											
F 獨處自為											
G 世故順從											
L 虛飾傾向											
百分等級 (標準分數)	68	80	88	90	55	32	87	70	48	70	99

(可直接浮貼學校印發的測驗結果或學習單)

◎根據測驗結果，並且參考性向、興趣測驗結果及學業成績等資料：

1. 在升學方面，我適合讀(學校類別和科別)幼兒保育科、護理科
2. 在就業方面，我適合從事(工作類別)保姆

◎測驗名稱：

◎測驗結果：

分測驗項目	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
百分等級 (標準分數)										

(可直接浮貼學校印發的測驗結果或學習單)

◆根據測驗結果，並且參考性向、興趣測驗結果及學業成績等資料：

1. 在升學方面，我適合讀(學校類別和科別)：
2. 在就業方面，我適合從事(工作類別)：

6 ◆

【給教師的小叮嚀】

1. 部份測驗如：人格測驗、智力測驗等，因測驗性質觸及較敏感的個人隱私議題，建議教師不宜將測驗結果放入生涯手冊。
2. 教師可將測驗結果解釋、群科簡介資料補充於生涯檔案內，供學生參用。
3. 各項測驗採用之常模參照分數不同，教師務必說明換算方式與意義。
4. 倘若學生因特殊因素進行二次性向或興趣測驗（如：轉學等），亦可將第二次進行之測驗結果登錄於此頁。



學習成果及特殊表現 (一) 我的學習表現：1.1 每學期各領域學習成績

【本頁簡介】本頁主要統整學生在課業上的學習表現，透過學生自己每學期各領域學習成績的登錄，了解學習過程中，哪些領域是屬於自己的優勢？哪些領域是自己的弱項？學生同時可結合相關測驗，整體思考自己的專長，發揮優勢能力，進一步思考自己的未來，在生涯選擇上更有明確性。

【教師的事前準備】

1. 準備好學生學期成績單：教務處印發前一學期成績單交由導師發給學生帶回去給家長，在發給學生之前，可先請學生將成績單上的學習成績填寫至各領域空格上，再填寫自我省思。本頁可以成績單浮貼，但亦請學生填寫自我省思。
2. 提醒學生依據「國民小學及國民中學學生學習評量辦法」第 13 條規定略以：國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：(1) 出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假及直轄市、縣（市）主管機關規範之假別，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。(2) 領域學習課程成績：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。
3. 依據學校總體課程計畫，檢視學校各學期彈性學習課程開設名稱，了解學生修習統整性探究課程、社團活動與技藝課程、特殊需求領域課程及本土語文、自治活動等其他類課程情形，針對學生學習需求提供各類課程資訊，引導學生自主學習並依興趣及能力讓學習與生活結合，成為具有社會適應力與應變力的終身學習者。

【教師的課堂引導】

1. 學生拿到成績單後，先確認成績有無疑問。
2. 請學生依序將成績填入各領域及彈性學習課程之空格，注意不要填錯。
3. 請學生檢視一下，哪些領域及彈性學習課程表現較佳？哪些領域及彈性學習課程表現較不理想？
4. 可請學生檢視本學期與前一個學期成績，哪些領域及彈性學習課程進步？哪些領域及彈性學習課程退步？
5. 請學生省視自己的學習表現：如何保持優勢領域及彈性學習課程？如何調整領域及彈性學習課程學習策略？或者如何運用優勢領域及彈性學習課程去規劃未來的學習方向等。

三、學習成果及特殊表現

(一) 我的學習表現

1. 每學期各領域學習成績(請依學校印發學期成績單填寫)。

學期	領域	語文 領域 (國文)	語文 領域 (英語)	語文 領域 (社會)	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
一-1 (暫估)		優	甲	優	乙	優	甲	優	優	甲	甲
一-1		甲	乙	甲	甲	優	甲	甲	優	甲	甲
一-2											
二-1											
二-2											
三-1											
三-2											

... 7

【給教師的小叮嚀】

1. 若學生成績單遺失，可請導師協助學生向教務單位查詢，或由學生自行於「新北市政府教育局校務行政系統」查詢，以便填寫。
2. 本單元重點除登錄學習表現外，應著重於協助學生自我省思及規劃調整自己的學習計畫。
3. 學期成績可與相關測驗相連結使用，協助學生找出其優弱勢及補救方法。



學習成果及特殊表現 (一) 我的學習表現：1.2 每學期各彈性學習課程成績

【本頁簡介】本頁主要登錄學生每學期彈性學習課程的成績，透過多元學習活動，認識生活周遭環境，應用所學解決生活問題，使學習更有意義。最後統整領域及彈性學習課程學習表現進行省思，探索學習興趣及強化學習策略，厚實未來生涯發展基礎。

【彈性學習課程重要內涵】

1. 彈性學習課程由學校自行規劃辦理全校性、全年級或班群學習活動，提升學生學習興趣並鼓勵適性發展，落實學校本位及特色課程。依照學校及各學習階段的學生特性，可選擇統整性主題／專題／議題探究、社團活動與技藝課程、特殊需求領域課程或是其他類課程進行規劃，經學校課程發展委員會通過後實施。
2. 國民中學階段本土語文／臺灣手語列為國一、二之部定課程，每週一節課，學生選擇其中一項語別進行學習，並由學校調查學生實際需求與意願開課。
3. 國民中學得視校外內外資源，於彈性學習課程調查學生意願開設本土語文／臺灣手語／新住民語文（國三），或英語文以外之第二外國語文課程，供學生選修；其教學內容及教材得由學校自行安排。
4. 依據上述內容，彈性學習課程強調跨域、適性、選修，不得為部定課程單一科目的重複學習。學校訂定校訂課程時，上述四類課程可視學校特色與學生需求等適切規劃，不需四類均納入。

學期	彈性學習課程 (科目請依學校規定名稱自行填寫)					對於該學期表現 我認為
一-1 (範例)	閱讀人生	暢遊世界	自主學習	專題探究	社團活動	1. 國文、社會、藝術等領域表現不諳，應繼續保持。 2. 數學領域表現需加強，計畫每天進行 5-10 題數學題練習，加強解題及運算能力。
	優	優	甲	乙	甲	
一-1	走讀家鄉	智慧聯合國	行動學習	我們這一班	社團活動	
	甲	乙	優	優	甲	
一-2						
二-1						
二-2						
三-1						
三-2						

*備註：「語文領域-本土語文」於國三(九)年級實施「彈性學習課程」，學校應調查學生選修意願開課。
(若表格不足請自行影印黏貼)

彈性學習課程分四類

統整性 探究課程

跨領域／科目或結合各項議題，發展「統整性主題／專題／議題探究課程」，強化知能整合與生活運用能力。

社團活動 技藝課程

社團活動：學生依興趣及能力分組選修與其他班級學生共同上課。
技藝課程：以促進手眼身心等感官統合，實際操作之課程為主，也可開設與技術型高中銜接的技藝課程等。

特殊需求 領域課程

專指針對「特殊教育」學生，如：身心障礙或資賦優異學生，及特殊類型班級，如：體育班，藝才班所設計的課程。

其他類課程

包括本土語文／臺灣手語／新住民語文、服務學習、戶外教育、班際或校際交流、自治活動、班級輔導、學生自主學習等各式課程，以及領域補救教學課程。



學習成果及特殊表現 (一) 我的學習表現：2. 體適能檢測表現

【本頁簡介】教育部對體適能 (Physical Fitness) 的定義如下：可視為身體適應生活與環境（如：溫度、氣候變化或病毒等因素）的綜合能力。體適能較好的人在日常生活或工作中，從事體力性活動或運動皆有較佳的活力及適應能力，而不會輕易產生疲勞或力不從心的感覺。本頁目的在讓學生了解個人體適能檢測表現。

【教師的事前準備】

1. 先請學生利用自己的帳號密碼至「教育部體育署體適能網站」，查詢個人體適能相關資料。
2. 國三下學期可請學校行政單位自系統中列印學生之檢測表現，浮貼於此頁。

【教師的課堂引導】

1. 可請學生參閱生涯手冊附錄三「體適能單項檢測成績門檻標準」。
2. 請學生檢視個人歷年來體適能檢測表現。
3. 對於未達檢測門檻者，請學生及早尋求體育教師協助，增進個人之體適能表現。

三、學習成果及特殊表現

2. 體適能檢測表現：
(浮貼結果報表影本，正本自行留存運用)(常模資料可參考附錄三)

-----浮貼處-----

教育部健康體育課成績證明，內涵說明如下：

(1) 檢測項目：

- A. 肌耐力：一分鐘屈膝仰臥起坐。
- B. 柔軟度：坐姿體前彎。
- C. 爆發力：立定跳遠。
- D. 心肺耐力：跑走(女生：800公尺、男生：1,600公尺)。

(2) 評等標準：體適能成績總評結果與單一項目體適能成績結果皆分為五種評等。擇優採計國一(七)年級上學期至國三(九)年級上學期期間之檢測成績，各評等標準說明如下：

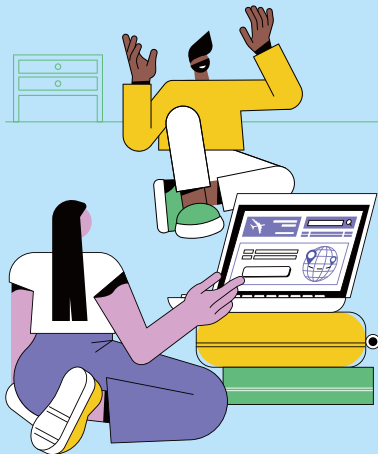
單項結果評等	單項結果標準
特等	單項成績達常模百分等級 85 以上者
優等	單項成績達常模百分等級 75 以上者
中等	單項成績達常模百分等級 50 以上者
中等	單項成績達常模百分等級 25 以上者
待加強	單項成績未達常模百分等級 25 者

(3) 檢測成績證明分為下列二種：

- A. 體適能檢測站成績證明：國中就學期間自行選擇各地區檢測站。於開放檢測期間內報名完成檢測。
- B. 體適能檢測網路成績證明：學校自行檢測且上傳，學生可登入「健康體育課」列印成績證明，須經學校核章後方可使用。

◎體適能檢測相關資訊，請參閱教育部體育署體適能網站。

... 9



【給教師的小叮嚀】

1. 請注意每學年度「五專聯合免試入學」超額比序採計「體適能檢測表現」之最新公告。
2. 體適能檢測相關資訊，請參閱教育部體育署體適能網站。
3. 學生進入教育部體育署體適能網站之帳號密碼，可洽各校體育組。



學習成果及特殊表現 (一) 我的學習表現：3. 國中教育會考或模擬考試表現

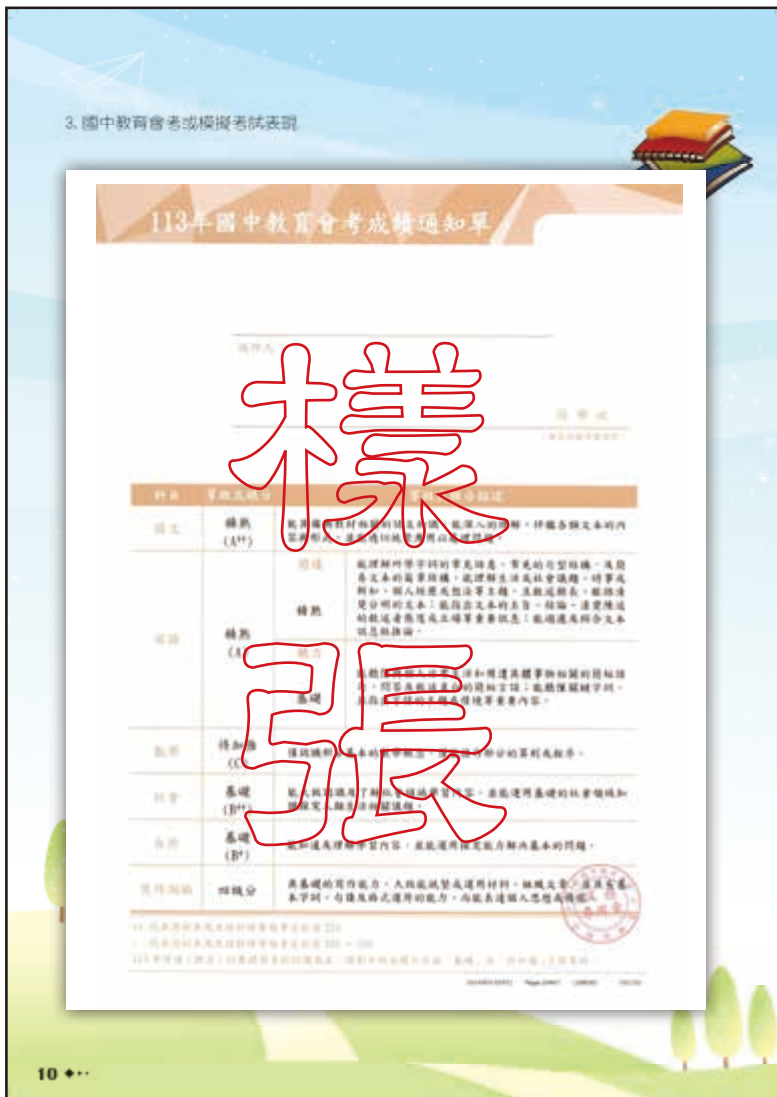
【本頁簡介】中央及地方主管機關為了解及確保國中畢業生學力品質，辦理「國中教育會考」（以下簡稱教育會考），作為國中畢業生學力檢定之機制。全國統一於每年5月舉辦，評量科目為國文、英語、數學、社會、自然及寫作測驗，透過標準參照評量，以三等級（精熟(A)、基礎(B)及待加強(C)）、四標示(A⁺⁺、A⁺、B⁺⁺、B⁺)及寫作測驗1-6級分的方式呈現成績。高級中等學校依據教育會考成績規劃相關補救教學；學生可依照教育會考成績，了解自己的學習成果。

【教師的事前準備】

1. 教師須先行搜集並了解當年度教育會考相關資訊。
2. 教育會考成績單發下後，可協助學生影印成績單。

【教師的課堂引導】

1. 請學生將教育會考成績單影本黏貼在本頁。
2. 說明教育會考的意義、評分等級。
3. 教育會考是檢視學生在國中三年的學習成果。學生可針對自己教育會考的成績進行反思。
4. 面對未來升學規劃，選填志願時除了參考教育會考成績外，應再結合自己的興趣、性向及優勢特質，妥善選填自己理想的學校。
5. 教育部「國中畢業生適性入學宣導網站」及新北市政府教育局「新北市中等教育資源網」等網站提供相關資訊，協助學生按照興趣、性向及優勢能力，參酌國中教育會考成績及模擬志願選填結果，進行升學選擇，並且在選填志願時能填滿志願數，以提高免試入學的錄取機會。
6. 高級中等學校會依據教育會考成績，規劃相關補救教學。



【給教師的小叮嚀】

拿到教育會考成績通知單後，可以浮貼結果報表影本黏貼，正本自行留存運用，若是遺失可請學生自行至「國中教育會考」網站或「國中教育會考全國試務會」網站查詢。



學習成果及特殊表現 (二) 我的經歷 (幹部、社團)

【本頁簡介】學校的學習不只侷限於課堂中，方式更是多元，擔任幹部或小老師以及參與社團活動，都是學生公民學習的表現。本單元透過相關經歷的彙整，讓學生自我省思，從各種經歷中，思考個人的特質與能力，妥善規劃未來生涯選擇。

【教師的事前準備】

1. 請學生準備好前一學期幹部、小老師及社團之相關證明。
2. 幹部：擔任全校性、班級幹部或各領域（科）小老師職務，任期須滿一學期以上（含滿一學期）。
3. 社團：參加學校於課程內或課後（含假日及寒暑假）實施之社團（聯課活動），滿一學期/20 小時。

【教師的課堂引導】

1. 請學生依照自己擔任之幹部、小老師及參與之社團名稱填寫。
2. 幹部包括校級及班級，小老師可依科別填寫，均以滿一學期始能計算。
3. 社團請填寫社團名稱（含主辦單位）、擔任職務、參加期間（年級學期），學校課內（如：聯課活動）或課後（假日及寒暑假）之社團均採計。
4. 請學生寫下擔任幹部、小老師及參加社團之自我省思。學生該學期「未擔任幹部或小老師」者，須在該欄位勾選，並完成「自我省思與成長」。



(二) 我的經歷 (幹部、社團)

1. 幹部：填寫曾經擔任的全校性、班級幹部或各領域(科)小老師職務，任期須滿一學期以上（含滿一學期）。

任職期間 (年級-學期)	擔任幹部	自我省思與成長
一-1	幹部名稱：1.衛生股長 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☒ 未擔任幹部或小老師	我應該爭取服務同學的機會，加油。
一-2	幹部名稱：1.班長 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☐ 未擔任幹部或小老師	這學期擔任股長很累，但是看到環境變得乾淨，心裡很高興。
二-1	幹部名稱：1. _____ 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☐ 未擔任幹部或小老師	變得越來越負責任，午休都是集合班長，沒睡到覺。
二-2	幹部名稱：1. _____ 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☐ 未擔任幹部或小老師	
三-1	幹部名稱：1. _____ 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☐ 未擔任幹部或小老師	
三-2	幹部名稱：1. _____ 2. _____ 小老師：1. _____ 2. _____ ☐ 未擔任幹部或小老師	

2. 社團：參加學校於課程內或課後（含假日及寒暑假）實施之社團，滿一學期/20 小時。

社團名稱 (主辦單位)	擔任職務	參加期間 (年級學期)	自我省思與成長
熱舞社	☐ 幹部 ☒ 成員	一-1	學會怎麼跳舞才好看
書香服務社	☐ 幹部 ☒ 成員	一-2	在社團練習道具製作、表演方法等，並學習與他人合作。
人文社會科社	☒ 幹部 社長 ☐ 成員	二-1	能探討各種事情，觀察討論時事，good。
	☐ 幹部 ☐ 成員		
	☐ 幹部 ☐ 成員		
	☐ 幹部 ☐ 成員		
	☐ 幹部 ☐ 成員		
	☐ 幹部 ☐ 成員		

【給教師的小叮嚀】

1. 請注意每學年度「五專優先免試入學」及「五專聯合免試入學」超額比序採計「我的經歷（幹部、社團）」之最新公告。
2. 學校聯課活動亦屬於社團。
3. 「新北市政府教育局校務行政系統」已建置幹部與小老師登錄功能，若學校使用本項功能，教師可由此彙整相關資料。



學習成果及特殊表現 (三) 參與各項競賽成果

【本頁簡介】競賽成果在於展現學生的努力，學習過程中，能夠參加競賽，就是一種肯定，獲得名次是正向激勵，也是榮譽。學生透過檢視個人參加各項競賽成果，探索自己的能力、興趣與特質，規劃與實踐未來的生涯選擇。

【教師的事前準備】

請學生先行搜集自己相關競賽（個人或團體組均可）的獎狀、獎盃等獲獎資料。

【教師的課堂引導】

1. 針對各項競賽紀錄，請同學仔細詳加填寫。
2. 教師可針對有相關競賽成果的學生，共同討論參與競賽的收穫與感受，在備註欄中填寫心得，或對未來生涯發展有何看法。
3. 如果沒有競賽成果，則不必填寫。教師可鼓勵並引導學生依個人興趣或專長，參加各種不同類型之競賽活動，拓展其學習經驗。

（三）參與各項競賽成果

請將國中三年曾經參加並獲獎的各項競賽成績填寫於下表：

競賽性質	競賽名稱	獲獎名次	證書日期	主辦單位	備註
☐ 國際 ☐ 全國 ☒ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☒ 個人賽 ☐ 團體賽	新北市○○○ 學年度國中技 藝競賽	動力機械 職群一 汽車基本 認識主題 第一名	○○○年 ○○月 ○○日	新北市政府 教育局
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☒ 校內	☐ 個人賽 ☒ 團體賽	班際大隊接力	亞軍		
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☐ 個人賽 ☐ 團體賽				
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☐ 個人賽 ☐ 團體賽				
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☐ 個人賽 ☐ 團體賽				
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☐ 個人賽 ☐ 團體賽				
☐ 國際 ☐ 全國 ☐ 區域性(跨縣市) ☐ 省、直轄市 ☐ 縣市區(鄉鎮) ☐ 校內	☐ 個人賽 ☐ 團體賽				

(本表不敷使用時，請自行影印剪貼)

12 ◆



【給教師的小叮嚀】

1. 請注意每學年度「五專優先免試入學」及「五專聯合免試入學」超額比序採計「參與各項競賽成果」之最新公告。
2. 每學期填寫一次，避免過久而遺忘。



學習成果及特殊表現 (四) 行為表現獎懲紀錄

【本頁簡介】本頁主要是讓學生透過獎懲紀錄，檢視在學校的行為表現，獎勵部分讓學生肯定自己，懲處部分讓學生去思索如何知錯改過。

【教師的事前準備】

1. 學生之獎懲紀錄皆會記錄在學期總成績單。
2. 可與學習表現單元一併填寫，拿到成績單後可先行填寫獎懲紀錄，或者浮貼成績單。

【教師的課堂引導】

1. 請學生將前一學期之獎懲紀錄依序填上，沒有的項目請填「0」。
2. 改過銷過部分，請學生依實際情形填寫，無者亦請填「0」。
3. 請學生針對獎懲紀錄寫下自我省思與成長，如：需改進之處或做得好的部分。
4. 畢業前填寫完成國中三年的獎懲與改過銷過統計。

三、學習成果及特殊表現

(四) 行為表現獎懲紀錄

請將國中三年的行為表現獎懲紀錄，以學期為單位填寫於下表(為免遺漏，建議可透過學校網路成績查詢系統或依據學校獎懲通知單填寫，相關紀錄仍以學校正式登錄為主)。

學期	獎勵紀錄	改過銷過紀錄	自我省思與成長
一-1	獎勵： 嘉獎 1 次；小功 0 次；大功 0 次。 懲處： 警告 1 次；小過 0 次；大過 0 次。	這學期我很努力地銷過 警告 1 次、 小過 次、 大過 次。	因為一時衝動，與同學爭執吵架，我現在知道動手打人就是錯的行為，以後就算同學罵我，我不會再打人了。
一-2	獎勵： 嘉獎 次；小功 次；大功 次。 懲處： 警告 次；小過 次；大過 次。	這學期我很努力地銷過 警告 次、 小過 次、 大過 次。	
二-1	獎勵： 嘉獎 次；小功 次；大功 次。 懲處： 警告 次；小過 次；大過 次。	這學期我很努力地銷過 警告 次、 小過 次、 大過 次。	
二-2	獎勵： 嘉獎 次；小功 次；大功 次。 懲處： 警告 次；小過 次；大過 次。	這學期我很努力地銷過 警告 次、 小過 次、 大過 次。	
三-1	獎勵： 嘉獎 次；小功 次；大功 次。 懲處： 警告 次；小過 次；大過 次。	這學期我很努力地銷過 警告 次、 小過 次、 大過 次。	
三-2	獎勵： 嘉獎 次；小功 次；大功 次。 懲處： 警告 次；小過 次；大過 次。	這學期我很努力地銷過 警告 次、 小過 次、 大過 次。	

三年獎懲總計：獎勵共大功： 次；小功： 次；嘉獎： 次；
懲處共大過： 次；小過： 次；警告： 次。
改過銷過總計：懲處共大過： 次；小過： 次；警告： 次。

-- 13



【給教師的小叮嚀】

1. 請注意每學年度「五專聯合免試入學」超額比序採計「行為表現獎懲紀錄」之最新公告。
2. 獎懲紀錄亦可透過學校獎懲通知單、「新北市政府教育局校務行政系統」查詢，或向學務處申請。



學習成果及特殊表現 (五) 服務學習紀錄

【本頁簡介】「服務學習」就是「服務」與「學習」的結合，也就是在「服務」過程中得到「學習」的效果，符合美國教育家杜威(John Dewey)所提「從做中學」(learning by doing)的理念。服務學習扎根在「經驗」中，而「經驗」是學習的基礎，提供實踐參與社會事務的機會，促進學生多方面的發展，為未來作更好的準備。本單元之服務學習紀錄乃是統整學生服務學習經驗，再透過自我省思的歷程，培養良好的工作態度與公民素養。

【教師的事前準備】

1. 教師了解服務學習的意義。
2. 請學生準備好自己的服務學習資料（包含服務學習卡、服務學習護照等）。

【教師的課堂引導】

1. 說明服務學習的意義。
2. 請學生依照服務學習資料依序填寫。
3. 務必填寫自我省思與成長，內容可以是學生的心得或經驗分享。
4. 每學期期末進行服務學習時數統計並完成填寫。



(五) 服務學習紀錄

1. 請將國中三年參與的服務學習紀錄填寫於下表，或將服務學習護照影印浮貼於適當位置，並填寫「自我省思與成長」。

學期別	總服務時數	自我省思與成長
一-1	4 小時	我熱心服務並表演，也學習怎樣照顧老人，我覺得很有意義。
一-2		
年級合計	國一(七)年級共服務	小時
二-1		
二-2		
年級合計	國二(八)年級共服務	小時
三-1		
三-2		
年級合計	國三(九)年級共服務	小時

2. 服務學習報表浮貼處(無則免貼)

【給教師的小叮嚀】

1. 「基北區高級中等學校免試入學」超額比序，服務學習上限為 12 分，每學期服務滿 6 小時以上者得積分 4 分，且須符合相關規定認證。五專及其它招生管道服務學習採計依各校招生簡章規定。（請注意最新相關規定）。
2. 服務學習亦可跟生命教育課程結合。
3. 可採用服務學習卡、服務學習護照或自「新北市政府教育局校務行政系統」列印等方式浮貼，但仍請指導學生填寫自我省思與成長。
4. 請學生將服務學習報表，黏貼於本頁（無則免貼）。



學習成果及特殊表現 (六) 生涯試探活動紀錄

【本頁簡介】本單元記錄學生參與各項多元生涯試探活動，藉由試探活動，協助學生認識各學程及群科，並紀錄試探後的自我省思與成長，為學生生涯發展 / 生涯規劃做相關準備與因應，並建立未來職場上正向觀念與態度。

【教師的事前準備】

1. 教師充分認識普通型高中學術學程、技術型高中群科與全國五專群科相關資料，可參考教育部或教育局出版的相關資料或網站，請學校輔導處提供資料並適時更新。
2. 基北區技術型高中群科、全國五專群科、實用技能學程開設資訊詳如參考資料 3、4、5。

【教師的課堂引導】

1. 向學生說明本次學校辦理的生涯試探活動目的，主要是針對○○學程或○○群科進行試探，請同學針對該學程或群科填寫，活動代碼為○（參酌 P.16 活動方式代碼說明）。
2. 如果對於生涯試探活動之學程或群科不清楚或不知如何分類者，可參閱生涯手冊附錄二「群科歸屬表」。
3. 參與試探活動後，請學生圈選對該學程或群科感興趣的程度：數字越高代表越喜歡，1 為喜歡程度最低，5 為喜歡程度最高。
4. 引導學生用一句話簡短地寫下自己對該學程及群科的自我省思與成長。
5. 可提醒學生在每次試探活動後，無論喜歡與否，皆能進一步了解自己的生涯取向。

三、學習成果及特殊表現

(六) 生涯試探活動紀錄

請記錄國中三年各學期參與的生涯試探活動，並依各欄位的說明填寫。

試探學程或群科	試探：請依 年級及學期 填寫 一-1、二-1、 三-1、二-2、 三-2	活動方式 請填寫代碼 (代碼說明見 P.16)	參與試探活動後選 出對該學程及群科 感興趣的程度：數 字越高代表越喜歡	自我省思與成長
1. 學術學程	三-1	3	1 2 ③ 4 5 1 2 3 4 5	高中和國中課程感覺科目差不多
2. 機械群	一-2	4	1 2 3 ④ 5 1 2 3 4 5	車床操作很有意思
3. 動力機械群	二-1	4	1 2 3 4 ⑤ 1 2 3 4 5	可以學會修理機車還不錯
4. 電機與電子群	三-1	6	1 2 3 4 ⑥ 1 2 3 4 5	喜歡電子焊接工作
5. 化工群			1 2 3 4 5 1 2 3 4 5	
6. 土木與建築群	三-1	3	1 2 ③ 4 5 1 2 3 4 5	原來蓋房子需要數學測量能力
7. 商業與管理群	二-2	1	1 ② 3 4 5 1 2 3 4 5	打字很枯燥乏味
8. 外語群	三-1	5	① 2 3 4 5 1 2 3 4 5	日語好難學
9. 農業群	二-2	4	1 2 ③ 4 5 1 2 3 4 5	可運用園藝布置美化綠化環境
10. 食品群	二-1	6	1 2 ③ 4 5 1 2 3 4 5	麵與米可以有各項做法，還不錯
11. 家政群	一-1	8	① 2 3 4 5 1 2 3 4 5	不喜歡美容美髮的藥水味
12. 資訊群	二-1	1	1 ② 3 4 5 1 2 3 4 5	鋪床好辛苦

●● 15

【給教師的小叮嚀】

1. 每次試探活動後，請學生填寫自我省思與成長。
2. 生涯試探活動相當多元（如：社區高級中等學校專業群科參訪、媒體應用、產業參訪……），教師可結合課程，說明活動辦理方式與內容，協助學生了解其所試探之學程及群科。
3. 建議依照學校及學生之特性，規劃辦理多元試探活動，並盡可能考量涵蓋所有學程及群科，辦理方式可參考教育部編印之「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」。



學習成果及特殊表現 (六) 生涯試探活動紀錄

【本頁簡介】學校辦理多元試探活動可參考教育部編印之「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」，依照學校及學生之特性，選擇辦理相關活動，期能在國中三年內讓學生參與各學程及群科之試探活動。

【教師的事前準備】

- 各項生涯試探活動之學習單建議放在「生涯檔案」中。
- 學習單範例可參閱參考資料 6：

參考資料 6

可搭配「國中學生生涯發展紀錄手冊」【生涯試探活動紀錄】
 新北市立○○國民中學生涯發展教育「生涯試探活動」學習單(範例)

年 級： 班 級： 姓 名： 日期： / /

一、這次活動你參加了哪一學程？

二、活動中，你參與了哪些群科？對於群科喜歡程度為何？請依表格內容寫下自己的想法。

類別	群科別	喜歡程度 (1-5 數字越 高代表越喜歡)	自我省思 與成長
請圈選或於其他：(如欲說明，請在此活動參與的群科別，如：藝術群(觀光事業科、餐飲管理科、其他_____)。			
工業類	機械群(機械科、鍋爐科、製圖科、機械製圖科、配管科、模具科、機電科、生物資源管理科、電腦機械製圖科、其他_____)		
	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、其他_____)		
	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、電機資訊科、其他_____)		
	化工群(化工科、材料科、塑膠科、環境檢驗科、其他_____)		
	土木與建築群(建築科、土木科、消防工程科、空間測繪科、其他_____)		
商業類	商業管理群(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、不動產管理科、電腦經營科、其他_____)		
農業類	作物群(應用英語科、應用日語科、其他_____)		
農漁類	農藝經營群(園藝科、森林科、野生動物保育科、造園科、畜產經營科、其他_____)		
食品類	食品類(食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科、其他_____)		
家事類	家政群(家政科、服裝科、幼兒保育科、美容科、時尚服飾設計科、流行服飾科、時尚造型科、照顧服務科、其他_____)		
藝術類	藝術群(觀光事業科、餐飲管理科、其他_____)		
海事水產類	水產群(漁業科、水產經營科、其他_____)		
	海事群(船舶科、航海科、其他_____)		
醫藥類	設計群(家具木工科、木工科、陶器工程科、室內空間設計科、園藝設計科、景觀工程科、室內設計科、安全設計科、多媒體設計科、室內設計科、多媒體應用科、美術工藝科、其他_____)		
	藝術群(戲劇科、音樂科、舞蹈科、影視科、攝影科、廣播科、圖畫科、電影電視科、表演藝術科、多媒體動畫科、時尚工藝科、劇場設計科、原住民藝術科、其他_____)		
	護理與衛生群(護理科、健康科、觀光科、觀光科、生命科學科、口腔衛生科、口腔衛生與健康服務科、醫藥保健服務科、人工智慧醫療服務科、其他_____)		

三、這次活動對我的幫助為何？☐非常幫助☐有幫助☐普通☐沒有幫助

四、如果有機會，你會特別想瞭解或體驗哪個群科？

五、多謝中，我印象最深的是？

試探學程及群科	時間：請依 年級及學期 填寫：一、二、三、四、五、六、七、八、九、十、十一、十二、	活動方式： 請填寫代碼 (代碼說明如右)	參與試探活動後 出對該學程及群科 興趣的程度：請 以數字代碼回答	自我省思與成長
13.水產群			1 2 3 4 5	
14.海事群			1 2 3 4 5	
15.設計群	二-1	3	1 2 3 4 5	我覺得設計群的作業很多，我不喜歡
16.藝術群	二-1	1	1 2 3 4 5	表演需要天分
17.醫護群	二-2	8	1 2 3 4 5	我很怕藥水味
18. 群			1 2 3 4 5	
19. 群			1 2 3 4 5	
20. 群			1 2 3 4 5	
21. 群			1 2 3 4 5	
22. 群			1 2 3 4 5	

◎ 活動方式代碼說明：

- 社區高級中等學校專業群科參訪
- 分站活動(含博覽會)
- 專題演講、座談、入班宣導等
- 聯群試探
- 生涯探索營
- 加深職業試探-技藝教育課程
- 媒體應用
- 產業參訪
- 其他(請簡要說明)

◎ 如有同一學程及群科試探活動進行 3 次以上，請填寫於 18 項以後空白欄位中。

◎ 相關網站：

- 教育部全球資訊網
- 綜合高中資訊網
- 技專校院招生策略委員會
- 十二年國民基本教育

16

【給教師的小叮嚀】

- 活動方式請學生填寫代碼，可參考本頁下方活動方式代碼說明，請教師協助指導填寫。
- 如有同一學程及群科試探活動進行 3 次以上，請填寫於 18 項以後空白欄位中。
- 除頁末所附之網站資訊外，亦可指導學生至「國中畢業生適性入學宣導網站」、「新北市十二年國民基本教育資訊網」了解資訊。





生涯統整面面觀

【本頁簡介】本單元目的在協助學生整合國中三年各項探索活動，透過個人特質、能力、興趣、價值觀、家人期待及各種試探結果，作為學生與家長、教師討論生涯規劃時的參考。

【教師的事前準備】

1. 建議教師於本單元填寫前一週，先行確認學生的生涯手冊 P.1-P.6 及 P.15、P.16 是否已完成，未完成者需填寫完整，以利本單元進行。
2. 可參考教育部「學生生涯檔案」之「測驗與生涯抉擇」單元。

【教師的課堂引導】

1. 「我的人格特質」：請學生翻到 P.1 查看最符合自己的形容詞，並挑選最具代表性的特質若干項，填在「內容」欄位。
2. 「我的性向（專長能力）」：請學生翻到 P.4 「性向測驗」，查看 2-3 項最具優勢的性向並填寫於欄位內，亦可參考 P.2 「專長」欄位，如：打字、體育活動、美術設計等，一併填寫。
3. 「我的生涯興趣」：請學生參考 P.2 「休閒興趣」及 P.5 「興趣測驗」，填寫個人較有興趣的項目。
4. 「我的工作價值觀」：請學生查看 P.3 「職業與我」最下方之欄位，勾選選擇職業時較重視的條件。
5. 「家人對我未來職業的期待」：請學生參考 P.3 「職業與我」並填寫於本欄。
6. 「透過生涯試探活動，我對於哪些學程或群科感到興趣」：請參考 P.15、P.16 「參與試探活動後圈出對該學程及群科感興趣的程度：數字越高代表越喜歡」欄位中，分數較高（4-5 分）的群科進行勾選。

四、生涯統整面面觀

◎要選擇什麼樣的生涯道路，對國三(九)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	研究型（善於判斷、保守、謹慎、獨立）及事務型（講求效率、精確、順從、保守、謹慎）	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）	1. 塗鴉、畫畫、整理筆記及文件、校對資料。 2. 性向測驗裡較具有優勢的是數學推理、機械推理、錯別字。	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	1. 塗鴉、畫畫、寫作及閱讀、使用電腦做文書處理。 2. 興趣測驗結果是社會型（何倫碼 S）、藝術型（何倫碼 A）、企業型（何倫碼 E）	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) ☒ 興趣 ☒ 展現專長 ☐ 成就感 ☐ 自我成長 ☐ 工作自主 ☐ 管理權力 ☐ 受人尊重 ☒ 穩定安全 ☒ 與人互動 ☒ 生活方式 ☐ 工作環境 ☐ 工作關係 ☐ 未來升遷發展 ☒ 薪資福利 ☐ 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	就讀技術型高中學一技之長（親戚剛好是修汽機車的技術士，方便詢問學習）。	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	☐ 學術學程 ☐ 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 ☐ 資訊群 ☐ 水產群 ☐ 海事群 ☐ 設計群 ☐ 藝術群 ☐ 醫護群 ☐ 其他	可參考手冊第 15、16 頁生涯試探活動紀錄

【給教師的小叮嚀】

1. 學生可檢視個人現況及參考國中三年的相關紀錄進行統整，因為個人特質、能力、興趣、價值觀、家人期待等，可能會隨時間而變動，不一定需要完全按照之前紀錄的內容填寫。
2. 上述示例中「我的性向」及「我的生涯興趣」欄位，可依各校實施之心理測驗內容進行填寫。



生涯統整面面觀

【本頁簡介】家長與學校教師對於孩子未來的期望及建議，經常是學生生涯抉擇重要的參考方向，協助學生整合自我想法與親師建議，可幫助學生看見其中異同之處，作為增進彼此對未來規劃溝通的指標。

【教師的事前準備】

1. 教師需熟悉各項升學管道。
2. 單元進行前一週，提醒學生務必先詢問家長及教師，對自己生涯期望的順序，並徵詢原因。
3. 提醒學生可至「教育部學生生涯輔導網」或「新北市中等教育資源網」，搜尋學校列表，以利填寫想升讀學校之欄位。

【教師的課堂引導】

1. 請學生依據詢問結果於（一）「選擇的方向」中依第一選擇、第二選擇、第三選擇項次，分別填入我想選擇、家長期待我選擇及學校教師（或輔導小組）建議我選擇的選項代碼。
2. 若學生的選擇與家長期待、教師建議一致，請在「是」方格內打勾，並填寫原因，如：想法一樣、師長支持我的選擇、尊重父母的決定等。
3. 若學生的選擇與家長期待、教師建議不一致，請在「否」方格打勾，並填寫可能的原因，如：家長擔心我的能力及表現、對群科的學習內容與未來發展想法不同、經濟狀況及負擔費用的考量、我的特質與未來職業不適配等。
4. 如何與家長溝通：請學生指出與家長期待不同之處（意即需要溝通的內容），再寫出要用何種方式及態度進行溝通。如：家長不明白我的能力所在，希望老師指導如何與家長討論測驗結果與意義。
5. 學生填寫想升讀的學校、學程或科別時，若某校同時有許多科皆想升讀，可填寫同一欄。

◎ 透過一系列的探索活動，圖三(九)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(簡稱高中或普高)
2. 技術型高級中等學校(簡稱高職或技高，含實用技能學程、建教合作班等)
3. 綜合型高級中等學校(簡稱綜高)
4. 單科型高級中等學校
5. 五專
6. 軍校
7. 就學
8. 其他(體育班、藝才班、科學班等)

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	1	2	2	
第二選擇	2	1	5	
第三選擇	3	3	3	

(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：家人認為課業跟不上，但我想拚社區高中，再來考慮技術型高中
我有興趣的群科。

☐ 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？
會在填志願時和父母討論志願順序的調整，然後也不放棄其他入學管道。

(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○○技術型高中	動力機械科	
海○高中	普通科	
新○高工	機械科	
復○商工	資處科	
華○高中	普通科	
金○高中	普通科	

18 ●●

【給教師的小叮嚀】

1. 提醒學生可和各科教師進行諮詢，不限定於導師及輔導教師。
2. 若學生與家人溝通方面需要協助，建議教師可參考教育部「學生生涯檔案」之「家庭寫真」單元，指導學生溝通的技巧。
3. 生涯輔導服務對象分為以下四類：生涯已決定者、生涯未決定者、生涯猶豫者及生涯適應不良者（金樹人，2011）。教師輔導學生填寫的歷程中，若發現學生對於未來生涯沒有任何想法，或是考量生涯原因太過複雜、困難時，請輔導教師予以個別晤談，協助學生分析個人特質、興趣、價值觀、學習表現等綜合條件，以建立明確的生涯方向。



生涯統整面面觀

【本頁簡介】地理位置、通勤方式及所需時間經常是學生生涯抉擇及志願排序的重要因素，有人喜歡就近就學，有人為了興趣或學校特色，願意花較多時間通勤就學，因此掌握想升讀學校的交通，便成為非常重要的一門功課。

【教師的事前準備】

交通資訊搜尋：教師可提供學生下列網頁資訊，讓學生於上課前先進行查詢。

1. 地圖搜尋：Google 地圖、Taiwan Map、UrMap 或其他地圖網站。
2. 各高級中學地址及校車查詢：各校網頁。
3. 相關網站：
 - (1)新北市政府公車動態資訊系統網站。
 - (2)臺北市公車資訊。
 - (3)基隆市公車處。
 - (4)新北捷運公司。
 - (5)臺北捷運公司。
 - (6)桃園捷運公司。
 - (7)其他就學區交通資訊網站。
4. 教師可事前印製就學區或學校附近地圖，供學生使用。

【教師的課堂引導】

1. 想升讀學校的地理位置及交通方式，通常置於學校網頁，請學生至各校首頁查詢。
2. 學生可利用地圖網站或導航系統來查詢學校的位置，若需大眾運輸轉乘資訊，可至上述網站查詢交通路線。
3. 無論是步行或利用各種交通工具上下學，通勤時間及所需花費，皆可能是學生未來生涯抉擇及志願排序時重要的考量因素。

◎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（或自行上網至國中畢業生適性入學宣導網站搜尋地圖），找出自己住家所在的區域位置。
- (二)找出想升讀學校的所在區域位置。
- (三)每一所想升讀學校與住家最便捷的交通方式、需花費的時間與車資。

學校校名	地理位置	交通方式	往返時間	往返車資
範例：○○市立○○國中	甲路→乙路	步行+ 捷運+ 轉公車+ 步行	約 1 小時 x2	約 55 元 x2
範例：○○私立○○工商	甲路→丙路	步行	約 15 分鐘 x2	0 元
1. 新北市立新○○高工	新○○±○○	捷運	約 1 小時 x2	約 60 元 x2
2.				
3.				
4.				
5.				

※免試就學區行政圖（可列印相關圖樣張貼或由學校指導學生使用多元方式繪製、描述行程）

新北區範圍

19

【給教師的小叮嚀】

1. 教師可引導學生思考，考量學校所處地理位置對選填志願時的影響，做出較適宜的排列順序。
2. 提醒學生於家長同意及安全無虞的前提下，可針對想升讀的學校，進行實際交通路線的勘查。

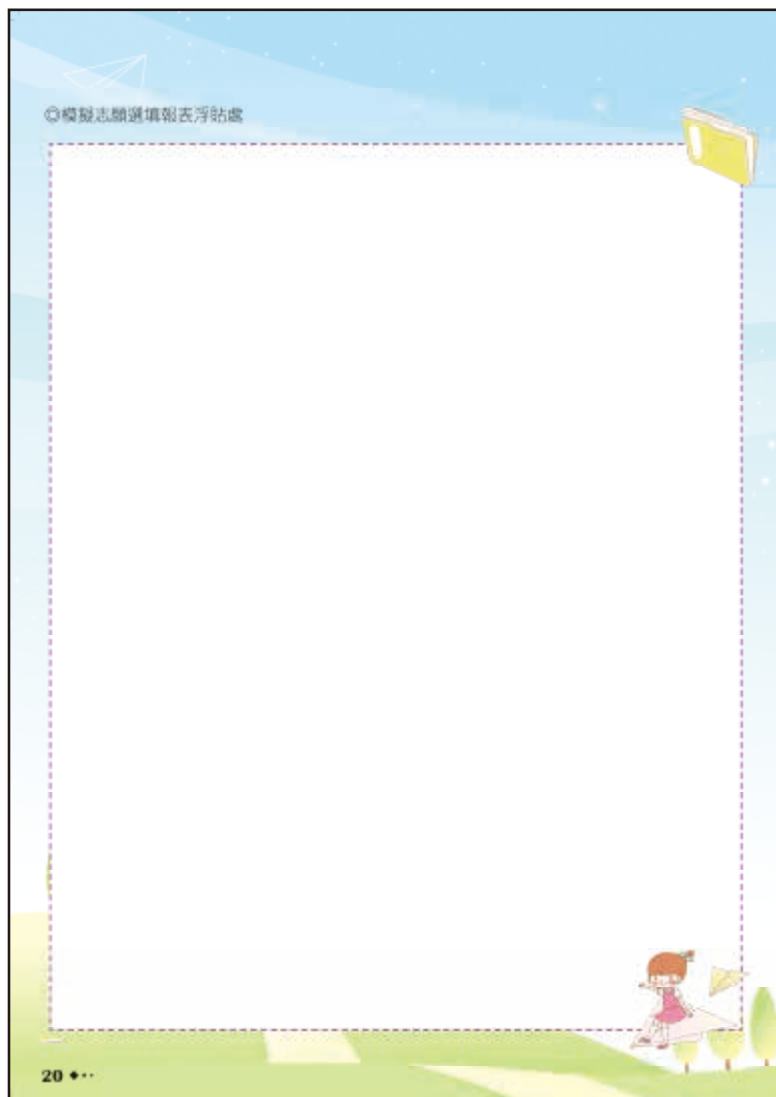


黏貼頁

【本頁簡介】本頁提供志願選填報表浮貼使用。



教師個人備忘錄



【給教師的小叮嚀】

請學生將志願選填報表，黏貼於本頁。



生涯發展規劃書

【本頁簡介】本單元在協助學生檢視生涯手冊中的各項資料：「生涯試探活動紀錄」(P.15、P.16)及「生涯統整面面觀」(P.17-P.20)，藉以釐清自己的性向、興趣等。教師需留意學生完成各項紀錄的填寫，並引導學生整合相關資料，評估「個人因素」、「環境因素」、「資訊因素」三面向的符合程度，完成「生涯評核表」，進而找出自己感興趣的科別或學校類型，做出合適的選擇。

【教師的事前準備】

1. 請學生事先瀏覽與升學輔導相關的宣導手冊或資訊，如：「新北市高級中等學校教育博覽會」，在上課前先搜尋想升讀學校及科目的資訊。
2. 本單元可參考教育部「學生生涯檔案」之「做決定的方法」單元，教師可事先確認學生是否完成生涯檔案的填寫，並提醒學生攜帶至課堂上參考。

【教師的課堂引導】

1. 請學生將生涯手冊 P.18 下方目標學校與科別抄寫至 P.21 的「升學選項」中。
2. 在這一頁中，選填志願考量的因素可分為個人因素、環境因素及資訊因素。在個人因素方面，學生可以參閱生涯手冊 P.17、P.18，從相關的生涯資訊中評估選擇的校系是否適宜。在環境因素方面，學生可以參考生涯手冊 P.19 區域地圖及交通資訊，考量家庭狀況及自己的想法。在資訊因素方面，學生可以回顧生涯手冊 P.15、P.16，參考以前所作的職涯試探，P.20 志願選填報表的選填結果；或是思考三年來相關的生涯探索活動，以及自己感興趣的科別作為參考。

五、生涯發展規劃書

恭喜您即將完成國中學業，準備邁向下一個學習階段。請依個人狀況加以分析評估，並嘗試擬出具體的生涯目標。過程中可以請家人或師長提供意見，並和您一起填寫這份規劃書。如有任何問題，別忘了可以尋求協助喔！

◎ 生涯評核表

國中畢業後究竟適合讀哪一類型的高級中等學校(普通型、技術型、綜合型、單科型)或五專？可利用下表進行評估。

1. 先將自己想升讀的高級中等學校(普通型、技術型、綜合型、單科型)、五專學校及科別寫於橫向欄位的表格內。
2. 評估各項考量因素與每個選項的符合程度，並填入「0~5」的分數，5分代表非常符合，0分代表非常不符合。
3. 將每所學校的各項考量因素符合程度分數縱向加總，填入「總計」欄。參考總分高低，了解自已比較適合的學校或科別。

考量因素	校名海○高中	校名新○高工	校名復○高工	校名華○高中	校名金○高工
符合程度分數	校別	校別	校別	校別	校別
符合我的學業表現	5	4	4	5	5
適合我的性向(專長能力)	5	4	4	5	5
適合我的生涯興趣	4	5	5	4	4
適合我的工作價值觀	4	5	5	4	4
適合我的人格特質	4	5	5	4	4
適合我的健康狀況	5	4	4	5	5
其他()					
適合目前家庭經濟狀況	3	5	5	3	3
符合家人期望	5	4	4	5	5
社會評價與未來發展性	5	2	2	2	2
通勤距離及時間	5	4	2	2	2
其他()					
其他()					
生涯試探結果	5	4	4	5	5
學校入學管道與方式	5	4	4	4	4
學校多元社團及發展特色	5	4	4	4	4
未來升學就業管道	5	5	5	3	3
其他(學校設備及課程)	5	4	4	3	3
其他()					
總計	70	63	61	58	58

•• 21

【給教師的小叮嚀】

1. 學生評估生涯抉擇時最需要考慮的因素，例如：節省通勤上學時間，可在「通勤的距離及時間」項目分數上乘以2~5倍的加權，顯示該考慮因素的重要。(可參考教育部「學生生涯檔案」之「做決定的方法」)。
2. 「其他」因素可依個人考量自行增列，如：資訊因素之「學校設備及課程」等。



生涯發展規劃書

【本頁簡介】本單元分成兩部分：第一部分是學生整理生涯相關紀錄，包含性向測驗(P.4)、興趣測驗(P.5)、三年來學習表現(P.7、P.8)及未來想升讀的學校(P.22)等，藉由統整與回顧，從各面向重新檢視自己，評估能力與興趣，是否能有良好的搭配與結合，進而選出最適合自己的學校與科別。第二部分是師長的綜合意見，師長可以參考平時對學生的觀察及生涯手冊相關紀錄，提供生涯選擇的利弊分析，勾選出適合學生就讀的學校類型，作為學生生涯規劃的建議。

【教師的事前準備】

1. 為協助家長勾選意見欄，教師可事先提供相關資訊，如：「國中畢業生適性入學宣導網站」。
2. 因「五專免試入學」、「實用技能學程輔導分發」及「高級中等學校特色招生專業群科甄選入學」等入學管道報名，須影印本頁作為佐證或加分依據，建議配合當年度升學重要期程，提早引導學生完成。

【教師的課堂引導】

1. 請學生將 P.4、P.5 測驗分數最高的 3 項分測驗填入空格中。
2. 請學生將 P.7、P.8 的學習表現填入空格中。
3. 學生可參閱 P.21 所列學校及科別填入「我想升讀的學校」表格中。教師可提醒學生，除參考生涯評核表各校所得分數之外，亦須考量想升讀學校的入學條件（不一定要依照生涯評核表分數高低填）。
4. 「師長綜合意見」：學生完成前項內容後，再由家長、導師及輔導教師（輔導小組）進行填寫。
 - (1)家長意見：請學生將生涯手冊帶回與家長討論後勾選。
 - (2)導師意見：建議導師參考平時對學生的觀察及生涯手冊相關紀錄，勾選出最適合學生就讀的學校類型。
 - (3)輔導教師（輔導小組）意見：建議輔導教師（輔導小組）參考平時對學生的觀察及生涯手冊相關紀錄，勾選出最適合學生就讀的學校類型。

相關心理測驗結果	性向測驗分數最高的 3 項分測驗			數學推理		機械推理		錯別字				
	興趣測驗分數最高的 3 項分測驗			社會型 S		藝術型 A		企業型 E				
學習表現 (五學期平均分數或等第)	語文領域			數學	社會	自然科學	藝術	綜合活動	科技	健康與體育		
	國文	英語	本土語文	甲 85	優 90	甲 80	乙 65	乙 70	優 90	優 92	甲 82	甲 88
生涯目標 (我的志願)	我想升讀的學校： 1. 海○高中 2. 新○高工 3. 華○高中 (參考前頁生涯評核表)											
師長綜合意見												
家長意見	綜合以上相關資料，我希望孩子選擇：(可複選) ☒ 1. 普通型高級中等學校(簡稱高中或普高) ☒ 2. 技術型高級中等學校(簡稱高職或技高，含實用技能學程、建教合作班等) ☐ 3. 綜合型高級中等學校(簡稱綜高) ☐ 4. 單科型高級中等學校(簡稱特高) ☒ 5. 五專 ☒ 6. 軍校 ☐ 7. 就業 ☐ 8. 其他(體育班、藝才班、科學班等) _____ 說明：								簽章 (請簽全名或蓋章) 許○來			
導師意見	綜合以上相關資料，我希望孩子選擇：(可複選) ☒ 1. 普通型高級中等學校(簡稱高中或普高) ☒ 2. 技術型高級中等學校(簡稱高職或技高，含實用技能學程、建教合作班等) ☐ 3. 綜合型高級中等學校(簡稱綜高) ☐ 4. 單科型高級中等學校(簡稱特高) ☒ 5. 五專 ☒ 6. 軍校 ☐ 7. 就業 ☐ 8. 其他(體育班、藝才班、科學班等) _____ 說明：								簽章 (請簽全名或蓋章) 郝○俊			
輔導教師 (輔導小組) 意見	綜合以上相關資料，我希望孩子選擇：(可複選) ☒ 1. 普通型高級中等學校(簡稱高中或普高) ☒ 2. 技術型高級中等學校(簡稱高職或技高，含實用技能學程、建教合作班等) ☐ 3. 綜合型高級中等學校(簡稱綜高) ☐ 4. 單科型高級中等學校(簡稱特高) ☒ 5. 五專 ☒ 6. 軍校 ☐ 7. 就業 ☐ 8. 其他(體育班、藝才班、科學班等) _____ 說明：								簽章 (請簽全名或蓋章) 姚○麗			
(本欄為申請實用技能學程專用欄)												
學校名稱：新北 (市)立 ○○ 國民中學 區(私)立 _____												
學生姓名：許○新 ☒ 應屆畢業：三年 18 班 ☐ 非應屆畢業												
承辦人：黃○菁 承辦處主任：羅○媚 填表日期：○○○年 ○月 ○日												

【給教師的小叮嚀】

1. 請注意每學年度「五專聯合免試入學」超額比序採計「生涯發展規劃書」之最新公告。
2. 以 113 學年度入學方式為例，「五專聯合免試入學」、「基北區實用技能學程輔導分發」、「新北市高級中等學校特色招生專業群科甄選入學」此三種入學管道報名，須影印本單元 P.21、P.22，並由學校核章以供佐證。



學生生涯發展歷程相關紀錄（一）學生生涯發展觀察紀錄（由導師及輔導教師填寫）

【本頁簡介】本頁可提供教師與學生或家長在國三進行生涯規劃時之參考。導師、輔導教師與學生或家長進行生涯諮詢或觀察後，將諮詢、觀察重點或建議記錄於本頁。

【教師的事前準備】

1. 因生涯手冊在各校保管方式並不相同，若非主要保管者，可自行列印檔案或建置電子檔案，以利記錄。
2. 導師及輔導教師依學生個別狀況，每學年各與學生至少諮詢觀察一次，並留存紀錄，紀錄使用請注意保密原則。

【給教師的小叮嚀】

1. 諮詢或觀察內容請掌握各年級生涯規劃教育議題學習主題與實質內涵（生涯規劃教育之基本概念、生涯教育與自我探索、生涯規劃與工作／教育環境探索、生涯決定與行動計畫）。
2. 與學生或家長諮詢觀察後，若非直接謄寫於生涯手冊，請記得登錄諮詢的日期、學生姓名、年級及班級等，並於黏貼紀錄後蓋章或簽名。
3. 觀察紀錄請以摘要處理，並以與生涯觀察相關的評估、分析、建議為主要內容。
以下為較不恰當的書寫方式：
○○因多次在音樂課時不專心，影響其他同學上課，音樂老師處罰他在教室後面站著上課。
可試著改寫成：
○○因在音樂課參與度較低，與○○晤談後表示，他比較喜愛流行歌曲，對於歌唱比較有興趣，不愛吹直笛，鼓勵他如考慮往此方向發展，基本的音樂知識仍須具備。

六、學生生涯發展歷程相關紀錄

六、學生生涯發展歷程相關紀錄
(一) 學生生涯發展觀察紀錄 (由導師及輔導教師填寫)

1. 請導師、輔導教師與學生或家長進行生涯諮詢或觀察後，或其他適當時機（如：學生性向或興趣測驗個別解釋、生涯探索活動檢核回饋、家長日或班親會座談討論、家訪或電話紀錄等），將諮詢、觀察重點或建議記錄於本頁，作為學生撰寫生涯發展規劃書時之參考。
2. 諮詢或觀察內容請掌握各年級生涯規劃教育議題。
3. 建議教師可影印本頁以方便隨時記錄或建置於電腦檔案中，再定期將紀錄表浮貼於手冊。

日期	對象 (學生或家長)	諮詢、觀察重點或建議	教師簽名
○年 ○月 ○日	母親	在○○的性向測驗結果中，看到○○的優勢能力是在數學推理及機械推理部份，○○在生涯試探活動後亦表達對動力機械群科、電機與電子群科感到興趣，建議家長可共同留意觀察，並鼓勵○○進一步探索。	○○○
○年 ○月 ○日	學生	○○目前規劃的生涯選擇是讀○○科，以後想當○○，但不知道讀什麼學校。提供○○科的相關訊息，提醒○○可以思考一下，並與家長討論，若有任何的問題可再找輔導老師。	○○○

(本表不敷使用時請自行影印浮貼)

◆◆ 23



教師個人備忘錄



學生生涯發展歷程相關紀錄（二）生涯諮詢紀錄（由學生填寫）

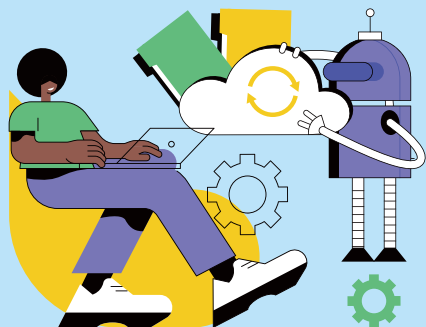
【本頁簡介】本頁提供學生自行與學校教師或家長討論生涯規劃及抉擇等議題時的自我記錄，藉此提醒學生可就自身的專長及興趣，尋求其他師長的協助建議，並可自行綜整所獲得的各項資訊，以作為三年級進行生涯決擇時的參考。

【教師的事前準備】

1. 依據校內召開「生涯手冊工作協調會議」決議，應讓校內教師對本頁有基本認識，以利學生個別諮詢。
2. 各校亦可思索不同操作方式協助學生進行諮詢，如：利用輔導活動課之活動學習單、鼓勵學生與家長進行討論之寒暑假作業（參考資料 7）。

【教師的課堂引導】

1. 國一第一學期時，應先將本頁讓學生熟悉，並鼓勵學生就自身的專長及興趣，向相關的師長諮詢生涯規劃及抉擇等議題。
2. 於國一第二學期開學起，請學生回憶過去一學期中是否與其他教師討論生涯相關的問題，可記錄下來。
3. 建議學生向師長諮詢時，可先寫下自己的疑問，方便向師長諮詢時有主題及方向，不會流於漫談。
4. 提供學生向其他師長諮詢的開場白，如：老師您好，我是○○班的○○，因為我對設計相關科系很有興趣，但有些不清楚的地方想跟您請教，請問您現在方便嗎？或是什麼時候請教您比較合適？



（二）生涯諮詢紀錄（由學生填寫）

您曾與學校教師或家長討論過與未來升學或就業有關的事情嗎？師長與您討論的內容及建議，可以作為國三（九）年級進行生涯抉擇時的參考。請您將每學期與師長討論有關生涯規劃的內容摘要記錄於本頁。

年級-學期	生涯諮詢對象	討論重點及意見	備註
一-1	輔導教師	對於未來沒有特別的想法。老師說，不用急，用開放的心，去了解職業世界和自己的專長、興趣。	
一-2	美術教師	老師說我在美術上很有天分，我也很有興趣，老師建議我可以多參加職業試探，進一步深入了解。	
二-1	職業達人講師	學校邀請室內空間設計師達人來演講，我有請教他，要怎麼成為室內設計師，並了解這個工作的甘苦。	
二-2	導師	參加完設計職群的試探，覺得很有興趣，和老師討論後，老師願意推薦我國三去參加技藝教育課程。	
三-1	爸爸	爸爸看見我的努力和興趣，鼓勵我繼續往設計方向前進，但叮嚀我還是不可以完全放棄學業。	
三-2	輔導教師	與輔導老師討論廣告設計科、美工科的差別，並請教老師如何知道新北市哪些學校有設計群科？	

（本表不敷使用時請自行影印黏貼）

24

【給教師的小叮嚀】

1. 學校若辦理生涯博覽會、職業達人開講、生涯探索營等，均可鼓勵學生向有興趣的職業達人或講師諮詢，以擴大學生諮詢面向。
2. 可以單張影印以利學生隨身攜帶，並自行諮詢及記錄。
3. 教師可定期或搭配學校活動，提醒學生完成紀錄。



學生生涯發展歷程相關紀錄（三）家長的話

【本頁簡介】本頁提供家長在每學年結束時，了解孩子在學校中各項學習狀況，可參閱本手冊各項目資料之紀錄，與孩子一起討論未來適合發展的生涯方向，並給孩子鼓勵與建議，也可作為導師、家長與孩子生涯規劃討論時的參考資料。

【教師的事前準備】

1. 發放給學生帶回家前，請先檢視該學年度需完成填寫的項目，如：測驗結果、學習成果及特殊表現等，是否已經完成。
2. 相關說明可參閱生涯手冊「給家長的話」，並請教師熟悉手冊內容，作為與家長訪談的重點。

【給教師的小叮嚀】

1. 為協助家長增進生涯發展教育相關知能，可搭配教育部國民及學前教育署配發「國中生生涯發展教育家長手冊」，學校可透過家長日、親職講座或家長成長團體等方式，說明手冊內容。
2. 國一時，可先向家長概略介紹生涯手冊的內容。
3. 國二時，可帶領家長一同了解學生於國一填寫生涯手冊的內容及學習情況。
4. 國三第一學期，可比照國二的操作方式，協助家長了解學生國二填寫生涯手冊的內容及學習情況。
5. 國三第二學期則須提醒家長，參考生涯手冊各項資料，與孩子討論生涯抉擇方向。
6. 收回後，導師於親師溝通欄內完成回饋及簽章。
7. 若有特殊情形，如：隔代教養或家長無法閱讀資料，建議導師以電話聯繫，並代為填答，另備註說明。
8. 有關各項心理測驗結果與附錄之對照使用，可向輔導教師諮詢。

七、家長的話

孩子在選擇國中畢業後想升讀的學校時，家長的意見與鼓勵非常重要。請您協助孩子一起完成這本生涯發展紀錄手冊，陪他找到適合自己的發展方向。

請您參閱孩子在本學年度已完成的資料，寫下給孩子的鼓勵與建議，並提醒孩子將本手冊繳交學校教師。謝謝您！

年級	參閱資料	給孩子的鼓勵及建議	親師溝通 導師簽章
國一 (七年級)	☒ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☒ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☒ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.16) ☒ 學生生涯發展歷程 相關紀錄 (P.23- P.24)	○○，發現你這一年都能認真負責完成課業，這在未來也是重要的工作態度，繼續保持喔！ 家長簽章：○○○ 年 月 日	○○，除了課業認真外，在學校擔任衛生股長，也很負責。 ○○○閱 年 月 日
國二 (八年級)	☒ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☒ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☒ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.16) ☒ 學生生涯發展歷程 相關紀錄 (P.23- P.24)	○○，你的理化成績比較突出，平常你也愛實驗與動手做，爸媽很鼓勵你朝理科這方向努力。 家長簽章：○○○ 年 月 日	○○爸爸媽媽： 建議○○下學期可多參加工業類職群試探活動，並請您再多關心他的學習情形。 ○○○閱 年 月 日
國三 (九年級)	☐ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☐ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☐ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.16) ☐ 生涯統整面談 (P.17- P.20) ☐ 生涯發展規劃書 (P.21- P.22) ☐ 學生生涯發展歷程 相關紀錄 (P.23- P.24)	家長簽章：_____ 年 月 日	年 月 日

** 25



教師個人備忘錄



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

【本頁簡介】本頁所列之各項測驗是根據 106 年 7 月臺教國署國字第 1060074325 號函進行之「國中輔導處（室）使用心理測驗工具現況調查問卷」的調查結果，目前多數國中普遍使用之性向測驗為「多因素性向測驗、適性化職業性向測驗、國中新編多元性向測驗」；興趣測驗為「生涯興趣量表(CII) 中文版水準一、情境式職業興趣測驗、國中生生涯興趣量表（第二版）」。

依據上述調查結果，本頁列出測驗出版公司（單位）所提供測驗與國中技藝教育職群對應分析結果。「職群專家對應分析建議」一欄，為貼近目前教育現場教學內容，邀請技術型高中各群科專業教師透過會議討論後提供對應分析建議。

【教師的事前準備】

1. 教師準備群科簡介資料供學生參考，如：教育部或教育局出版的相關資料或網站。請學校輔導處（室）提供資料並適時更新。
2. 可請學生上網搜尋學校及群科相關資料。

【教師的課堂引導】

- 使用時機一：
性向測驗實施完畢後，搭配生涯手冊 P.4 的各項心理測驗（一）性向測驗，從自己的優勢能力找到適合就讀的職群名稱。
 - 使用時機二：
興趣測驗實施完畢後，搭配生涯手冊 P.5 的各項心理測驗（二）興趣測驗，從自己的興趣找到適合就讀的職群名稱。
 - 使用時機三：
教師可引導學生運用性向與興趣測驗結果進行生涯進路選擇，如：教育部版「學生生涯檔案」之「測驗與生涯抉擇」，以興趣測驗的結果找到相關的職群，再從職群去尋找需具備之學習潛能。
1. 請學生依據測驗結果，找出優勢能力或興趣所對應之職群名稱。
 2. 請學生依據想就讀之職群名稱找到相對應所需的學習能力與興趣。

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

- 一、根據 106 年 7 月 6 日至 7 月 19 日臺教國署國字第 1060074325 號函進行之「國中輔導處（室）使用心理測驗工具現況調查問卷」調查結果，多數國中普遍使用之性向測驗為「多因素性向測驗、電腦化適性化職業性向測驗、國中新編多元性向測驗」；興趣測驗為「生涯興趣量表(CII) 中文版水準一、情境式職業興趣測驗、國中生生涯興趣量表（第二版）」。
- 二、依據前揭調查結果，本案於 106 年 8 月 29 日臺教國署國字第 1060092902 號函請各測驗出版公司（單位），提出測驗與職群對應分析結果。另於 106 年 11 月 2 日召集職群課程專家會議進行確認與建議。

測驗名稱	性向測驗					
	中國行為科學社		重信大心理中心		中國行為科學社	
	多因素性向測驗		電腦化適性化職業性向測驗		國中新編多元性向測驗	
職業類別	1994	職群專家對應分析建議	2011	職群專家對應分析建議	2012	職群專家對應分析建議
機械群	數學推理 抽象推理 空間關係 機械推理	數學推理 空間關係 機械推理 抽象推理	數學 空間 科學推理 邏輯推理	數學 空間 科學推理 邏輯推理	數學推理 圖形推理 機械推理 空間關係 空間關係	數學推理 圖形推理 機械推理 空間關係 圖形推理
動力機械群	數學推理 抽象推理 空間關係 機械推理	抽象推理 空間關係 機械推理 知覺速度與準確度	語文 空間 邏輯推理 科學推理	空間 邏輯推理 語文 邏輯	數學推理 圖形推理 空間關係 空間關係 知覺速度與準確度	圖形推理 空間關係 空間關係 知覺速度與準確度 圖形推理
電機與電子群	數學推理 抽象推理 空間關係 機械推理	數學推理 抽象推理 空間關係 機械推理	數學 空間 邏輯推理 創意	數學 空間 邏輯推理 創意	數學推理 圖形推理 機械推理 空間關係 空間關係	數學推理 圖形推理 機械推理 空間關係 知覺速度與準確度
化工群	數學推理 抽象推理 機械推理	數學推理 抽象推理 機械推理	數學 邏輯推理 觀察	數學 邏輯推理 觀察	語文推理 數學推理 圖形推理 空間關係 機械推理 英文詞語	語文推理 數學推理 圖形推理 空間關係 圖形推理 英文詞語
土木與建築群	數學推理 抽象推理 空間關係 機械推理	數學推理 空間關係 機械推理 抽象推理	數學 空間 邏輯推理 溝通	數學 空間 溝通 邏輯推理	數學推理 圖形推理 圖形推理 空間關係 空間關係	數學推理 空間關係 圖形推理 圖形推理 機械推理
商業與管理群	語文推理 數學推理 知覺速度與準確度	語文推理 數學推理 文法詞彙	語文 數學 邏輯推理 創意	語文 數學 邏輯推理 創意	語文推理 數學推理 中文詞語 英文詞語 知覺速度與準確度	語文推理 數學推理 中文詞語 英文詞語 知覺速度與準確度
外語群	語文推理 數學推理 文法詞彙 知覺速度與準確度	語文推理 文法詞彙 知覺速度與準確度 聽力	語文 邏輯推理 觀察	語文 邏輯推理 觀察	語文推理 數學推理 中文詞語 英文詞語 知覺速度與準確度	語文推理 中文詞語 英文詞語 知覺速度與準確度

26 ◆◆

【給教師的小叮嚀】

1. 學生升學選擇應考慮不同進路，高級中等學校（普通型、技術型、綜合型、單科型）、五專及軍校等。
2. 有關技術型高中及五專之群科，可參閱「參考資料 3、4」。
3. 各校可依學生特質及需求選用適合的測驗，惟請注意測驗編製及常模建立之年代，宜逐年編列經費更新測驗。



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

【本頁簡介】本頁列出三項性向測驗、三項興趣測驗與技術型高中 15 職群及醫護群對應分析結果，若學校未使用本附錄一所提供的測驗，教師可自行參閱使用測驗之指導手冊或相近分測驗結果參考對照。

【認識性向測驗與興趣測驗】

性向測驗被視為測量個體潛在能力的工具，多用在生涯規劃、學校輔導及人事心理學。性向測驗結果可協助學生了解其優勢與劣勢，並參考個人之興趣、動機以及其他條件，做成有關升學或就業之決策資料。

性向測驗依其目的與內容範圍的不同，又可區分為一般性向測驗、多元性向測驗及特殊性向測驗等三類。一般性向測驗，係指測量學生在學習一般事務所需要的能力，如：語文、數目及其他抽象符號之能力，其中智力測驗及學業性向測驗皆屬於此範疇。在多元性向測驗方面，係指測量學生在多方面之潛能，其含括教育與職業導向之性向組合，其結果不是一個總分，而是一組不同的性向分數，而構成分數之側面圖，除了可瞭解學生間之差異，亦能夠進行個人內在差異之比較。在特殊性向測驗方面，主要在測量學生於某特定領域中的專業表現或特定才能，如：音樂、美術、機械、文書與創造力等性向測驗。

興趣測驗被視為瞭解個人對於興趣類型之偏好程度。在相關職業輔導實務與研究當中，興趣測驗最為被廣泛應用。個體在選擇就讀科系或所欲從事職業時，皆會先進行興趣探索。藉由一份可信的興趣測驗可協助個體進行自我瞭解及生涯決定，作為未來生涯規劃之諮商與輔導的依據。因此，興趣量表在生涯輔導與諮商中扮演不可或缺的角色，國中學生正處於生涯探索階段，透過興趣量表，可以協助他們了解自己的興趣方向。

資料來源：教育部(2012)。國中適性輔導測驗工具使用參考手冊。臺北市。

測驗名稱	性向測驗					
	中國行為科學社		華僑文化中心		中國行為科學社	
	多因素性向測驗		電腦化個性職業性向測驗		國中新增多元性向測驗	
職群	1994	職群專家 對應分析建議	2011	職群專家 對應分析建議	2012	職群專家 對應分析建議
農業群	語文推理 抽象推理 空間關係	語文推理 抽象推理 空間關係	邏輯推理 觀察 數學 空間 創造	觀察 邏輯推理 空間 美感 創造	語文推理 數字推理 圖形推理 機械推理 空間關係	語文推理 數字推理 圖形推理 知覺速度與精度 空間關係
商業群	語文推理 數學推理 機械推理	語文推理 數學推理 知覺速度與精度	數學 邏輯推理 創造 語文	數學 邏輯推理 創造 語文	語文推理 數字推理 圖形推理 知覺速度與精度	語文推理 數字推理 圖形推理 知覺速度與精度
家政群	語文推理 空間關係	語文推理 空間關係	語文 空間 美感 創造	語文 空間 美感 創造	語文推理 數字推理 圖形推理 空間關係	語文推理 圖形推理 空間關係
醫護群	語文推理 數學推理 空間關係	語文推理 數學推理 空間關係	空間 觀察 美感 創造	空間 觀察 美感 創造	語文推理 數字推理 圖形推理 空間關係	語文推理 數字推理 圖形推理 空間關係
水產群	語言推理 數學推理 知覺速度與精度	語言推理 數學推理 知覺速度與精度 語文推理	邏輯推理 觀察 創造	邏輯推理 觀察 語文	語文推理 數字推理 圖形推理 機械推理	語文推理 數字推理 圖形推理 機械推理
海事群	語文推理 空間關係 知覺速度與精度	語文推理 空間關係 機械推理 知覺速度與精度	語文 空間 科學推理	語文 空間 科學推理	數字推理 機械推理 圖形推理 知覺速度與精度	機械推理 空間關係 知覺速度與精度 英文詞語
設計群	數學推理 數學推理 抽象推理	空間關係 抽象推理 數學推理 語文推理	空間 觀察 美感 創造	空間 觀察 美感 創造	語文推理 圖形推理 中文詞語 空間關係	空間關係 圖形推理 語文推理 數字推理
藝術群	語文推理 抽象推理 空間關係	語文推理 抽象推理 空間關係	美感 創造 空間	美感 創造 空間 語文	語文推理 圖形推理 圖形推理 空間關係	語文推理 圖形推理 中文詞語 空間關係
醫護群	語文推理 數學推理 抽象推理 空間關係	語文推理 抽象推理 知覺速度與精度		語文 觀察 邏輯推理	語文推理 數字推理 圖形推理 空間關係 英文詞語	語文推理 英文詞語 知覺速度與精度

【與測驗有關的名詞解釋】

1. 信度：測量分數的可靠性、穩定性或可預測性。
2. 效度：代表測驗分數的正確性，指測驗分數能夠代表想測量潛在特質或能力的程度。
3. 常模：代表標準化樣本在測驗上實際表現的平均成績或中等水準，以受試者的測驗分數對照常模，即可顯示其在所屬團體中的相對地位，據以說明一個或一群受試者的差異之現象。
4. 測量的誤差：指測驗的結果與實際狀況的差距。誤差原因包括：測驗本身、測驗時個人的身心狀態、測驗時所處的環境與其他原因，如：測驗頻率過於頻繁、不願依個人真實情況作答，或以好玩的心態來做測驗等，都是常見的測驗誤差來源。



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

【給教師的小叮嚀】

1. 對分數做整合解釋

- (1) 檢驗分數的可靠性，確定受試者表現是否正常、是否認真作答，也要注意施測情境是否符合標準、計分過程及使用的常模是否正確等。
- (2) 解釋測驗結果時，應盡可能使用有關學生的完整訊息做說明，包括個人興趣、能力、人格特質、學業成績，與教師或家長的面談紀錄等，不宜用單一測驗結果預測未來。

2. 尊重受試者隱私與感受

- (1) 測驗結果僅提供受試者及其家長，或相關教師參考，請遵守保密原則，避免測驗結果外流。
- (2) 在解釋時，可利用結果報表中的各種圖表幫助受試者理解測驗分數代表的意義，並盡量以學生較能理解的語言來解說。
- (3) 若遇到學生測驗結果不符自我期待時，可多以正向言語鼓勵，幫助學生面對實際情況。

3. 區分性向與興趣測驗的差別

- (1) 性向是指個人從事某些活動或工作的潛在能力。
- (2) 興趣是指個人喜歡或偏好哪些活動。
- (3) 興趣和能力之間沒有一定的關係，學生未必具有「從事有興趣活動」所需要的能力，而對於能勝任的活動也不一定有興趣。

4. 解釋性向測驗時須注意

- (1) 性向測驗所測得的能力是綜合先天潛能與後天習得的能力，以了解學生能勝任哪方面的工作。
- (2) 性向測驗是用來擴展學生可選擇的途徑，而不是窄化學生選擇的可能性。

5. 解釋興趣測驗時須注意

- (1) 興趣是指個人對於某些活動或工作的喜愛程度，隨著個人參與的活動，在生活經驗中循序漸進培養而成。
- (2) 若在某興趣類型分數低，有可能是學生真的不感興趣或是缺乏參與這方面活動的機會。因此，在課程設計上可增加相關活動體驗，將有助於培養新的興趣。
- (3) 由於國中生的興趣仍在發展中，解釋時應避免將學生定型為某一興趣類型。如：若是在 Holland（何倫）生涯類型論的社會型分量表分數較高者，表示其社會方面的偏好較高，但不表示該生就是屬於該類型，以避免阻礙學生對其他興趣類型作探索。

- 資料來源：教育部（2012）。國中適性輔導測驗工具使用參考手冊。臺北市。

測驗名稱	興趣測驗					
	中國行為科學社		臺灣大心理中心		心理出版社	
	生涯興趣量表(CIT) 中文版次卷一		情境式職業興趣測驗		國中生生涯興趣量表(第二版)	
職業類別	2000	職業專家 對應分析建議	2011	職業專家 對應分析建議	2013	職業專家 對應分析建議
機械群	機械操作	機械操作	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)
動力機械群	交通運輸	機械操作	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)
電機與電子群	維修物件	維修物件	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)	R(實用型) I(研究型) C(事務型)
化工群	數理科學	數理科學	R(實用型) I(研究型) A(藝術型)	R(實用型) I(研究型) A(藝術型)	R(實用型) I(研究型) A(藝術型)	R(實用型) I(研究型) A(藝術型)
土木與建築群	營建工程	營建工程	R(實用型) A(藝術型)	R(實用型) A(藝術型)	R(實用型) A(藝術型)	R(實用型) A(藝術型)
商業與管理群	文書內勤 行政事務	行政事務 市場行銷 客戶服務	E(企業型) S(社會型) C(事務型)	E(企業型) S(社會型) C(事務型)	E(企業型) S(社會型) C(事務型)	E(企業型) S(社會型) C(事務型)
外語群	文書內勤	文書內勤	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)
農業群	農林漁牧	農林漁牧	R(實用型) S(社會型) I(研究型)	R(實用型) S(社會型) I(研究型)	R(實用型) S(社會型) I(研究型)	R(實用型) S(社會型) I(研究型)
食品群	市場行銷	市場行銷	R(實用型) E(企業型) S(社會型)	R(實用型) E(企業型) S(社會型)	R(實用型) E(企業型) S(社會型)	R(實用型) E(企業型) S(社會型)
家政群	客戶服務 教育服務	客戶服務 教育服務	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)	S(社會型) A(藝術型)
餐旅群	客戶服務 市場行銷	客戶服務 市場行銷	S(社會型) R(實用型)	S(社會型) R(實用型)	S(社會型) R(實用型)	S(社會型) R(實用型)
水產群	農林漁牧	農林漁牧	R(實用型) E(企業型) I(研究型)	R(實用型) E(企業型) I(研究型)	R(實用型) E(企業型) I(研究型)	R(實用型) E(企業型) I(研究型)
海事群	交通運輸	交通運輸	R(實用型) S(社會型) E(企業型)	R(實用型) S(社會型) E(企業型)	R(實用型) S(社會型) E(企業型)	R(實用型) S(社會型) E(企業型)
設計群	藝文工作	藝文工作	A(藝術型) R(實用型) E(企業型)	A(藝術型) R(實用型) E(企業型)	A(藝術型) R(實用型) E(企業型)	A(藝術型) R(實用型) E(企業型)
藝術群	藝文工作	藝文工作	A(藝術型) S(社會型)	A(藝術型) S(社會型)	A(藝術型) S(社會型)	A(藝術型) S(社會型)
醫護群	醫療服務	醫療服務	S(社會型) R(實用型) C(事務型)	S(社會型) R(實用型) C(事務型)	S(社會型) R(實用型) C(事務型)	S(社會型) R(實用型) C(事務型)

備註：

1. 「職業專家對應分析建議」一欄，標註底線之分測驗項目，係為職業專家與測驗公司(單位)建議分析相異之處。
2. 相關測驗之對應分析結果僅供參考，建議輔導教師及導師應綜合學生之人格特質、學習成就及各項生涯探索活動等相關資訊，協助進行個人生涯抉擇。



教師個人備忘錄



附錄二：群科歸屬表

【本頁簡介】目前技術型高中群科歸屬分為六大類、15 群。透過群科歸屬表的說明，幫助學生、家長及教師能更清楚了解職業學校的群科分類；同時提供教師進行相關課程單元及輔導學生填寫生涯手冊、生涯檔案時搭配使用，以利學生在後續進路選擇時有所參考。

【教師的事前準備】

1. 教師宜充分掌握技術型高中學群科訊息與資訊。
2. 搜集相關宣導資料：教育部或教育局出版的相關資料或網站。
3. 善用多元網路資源：
 - (1) CIRN 國民中小學課程與教學資源整合平臺 - 生涯發展教育。
 - (2) 國中畢業生適性入學宣導網站。
 - (3) 新北市中等教育資源網。
 - (4) 新北市十二年國民基本教育資訊網。
4. 教師可透過學校規劃辦理之社區高級中等學校進行專業群科參訪及試探或產業參訪活動，認識群科。

【教師的課堂引導】

1. 本群科歸屬表可提供學校進行各項生涯活動時，填寫生涯手冊之參考。
 - (1) 生涯手冊 P.4-P.6：學生在進行各項心理測驗後，可從自己的性向、興趣及優勢特質找到適合就讀的職群名稱。
 - (2) 生涯手冊 P.15、P.16：學校辦理相關生涯試探活動前，可運用本表向學生說明活動對應群科，並於活動後進行記錄及省思。
 - (3) 生涯手冊 P.17、P.18：可參考本表填寫項目六及第（三）大點，感興趣之學程或群科別。
2. 家長、導師及輔導教師可綜整學生國中時期各種生涯相關紀錄，參酌本表提供的群科資訊，提供學生未來進路之建議。

附錄二

群科歸屬表(113 學年度適用)

類別	群別	現有的科別
工業類	機械群	機械科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科、模具科、機電科、製圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科
	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
	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、電子通訊科、電機空調科
	化工群	化工科、紡織科、染整科、環境檢驗科
商業類	土木與建築群	建築科、土木科、消防工程科、空間設計科
	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、電腦經營科(107 起試辦)
農業類	外語群	應用英語科、應用日語科
	農業群	農場經營科、園藝科、森林科、野生動物保育科、漁獵科、畜產保健科
家事類	食品群	食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科
	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
海事水產類	餐旅群	觀光事業科、餐飲管理科
	水產群	漁業科、水產養殖科
藝術與設計類	海事群	輪機科、航海科
	設計群	家具木工科、美工科、陶瓷工程科、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
藝術與設計類	藝術群	戲劇科、音樂科、舞蹈科、美術科、影劇科、戲劇科、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、原住民藝術科(108 起試辦)

備註：1. 本表最新訊息請參見「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。
3. 目前技術型高中未設難題群，如有需求請參閱五年制專科學校相關招生資訊。



教師個人備忘錄



附錄三：體適能單項檢測成績門檻標準

【本頁簡介】本頁為國中學生「體適能單項檢測成績」之各項目男生及女生分年齡門檻標準，其門檻以 PR25 為標準呈現各項數值，如：男生 15 歲之瞬發力：立定跳遠門檻標準為 175 公分；女生 15 歲之瞬發力：立定跳遠門檻標準為 125 公分。

【教師的課堂引導】

1. 本體適能單項檢測成績門檻標準可提供教師或家長於生涯手冊 P.9 黏貼學生體適能檢測表現成績證明時對照參考。
2. 家長、導師及輔導教師可綜整學生國中時期各年級體適能單項檢測成績，擇優提出證明供升學成績採計使用。

附錄三

體適能單項檢測成績門檻標準

項目	男生				女生			
	13 歲	14 歲	15 歲	16 歲	13 歲	14 歲	15 歲	16 歲
肌耐力： 仰臥起坐 60 秒(單位：次)	29	30	32	33	23	22	22	23
柔軟度： 坐立體前彎(單位：公分)	18	18	18	18	24	23	25	24
瞬發力： 立定跳遠(單位：公分)	148	165	175	180	120	122	125	127
心肺耐力： 男 1600 M 女 800 M (單位：分秒)	11'16	10'59	10'19	9'38	5'16	5'23	5'20	5'11

*備註：

1. 以門檻 PR25 為標準。
2. 資料來源：教育部體適能網站-體適能常模。本表各項標準會依教育部修正而隨之修正。



教師個人備忘錄



空白頁

【本頁簡介】本頁提供彈性使用或可用於黏貼相關表件。



教師個人備忘錄

【給教師的小叮嚀】

建議可用於黏貼與生涯手冊內容相關的補充資料或表件，如：配合教育部規劃之志願選填與輔導的試選填結果報表等。



封底 檢核頁

【本頁簡介】本頁提供輔導處（室）每學期了解生涯手冊各項內容填寫狀況，並進行檢核之用，檢核時間建議於每學期末或寒暑假期間。學校應落實檢核工作，使手冊各項資料之填寫能詳實與完整。

【教師的事前準備】

- 建議於每學期結束前一個月，於相關會議或以書面方式提醒導師、輔導教師下列事項：
 - 於檢核前指導學生完成該學期須填寫之內容。
 - 導師及輔導教師須完成「學生生涯發展觀察紀錄」。
- 檢核前準備：
 - 可參酌參考資料 8，了解本學期應完成項目，訂定檢核表。
 - 預留檢核時間，並備妥檢核章。

【檢核工作操作流程】

- 輔導處（室）於每學期末收回生涯手冊並利用寒暑假期間進行檢核。
- 每本皆須確實核章。
- 資料填寫不完整者，必須進行補填、後續追蹤（導師、輔導教師依分工進行）。
- 轉入學生於轉入當學期開始進行檢核。

學期別	--1	--2	二-1	二-2	三-1	三-2
審閱核章						
審閱日期						
備註	☐ 年 月 日由 國中(班)轉入 ☐ 年 月 日由 國中(班)轉入 ☐ 其他：					

【給教師的小叮嚀】

- 輔導處（室）應提醒導師及輔導教師，國三第二學期的各項資料填寫及審閱，須配合各項入學管道報名時程，並於學生離校前完成（含檢核工作），故相關工作時程須提早規劃與進行。
- 若遇學生轉學，須將手冊發還本人。

生涯規劃模式

生涯規劃應考量各項資訊與需求，教師可參考 Robin Swain 生涯規劃模式，做為輔導學生時的架構。圖 1 為 Swain 提出的生涯規劃模式，主要包含三個向度：

- 1.個人：與自我了解有關，包括內在各項個人特質的理解，如：興趣、需求、價值與技能等。
 - 2.教育／職業資訊：從各印刷品、視聽媒體與相關人士中，搜集教育／職業資料，尋找與生涯目標有關的資訊。
 - 3.個人與環境的關係：從社會經濟發展的脈絡，到身邊重要他人（如：父母或師長）的意見，綜合彙整相關限制因素或助長因素。
- 最後根據上述 1～3 的各項訊息，進行生涯抉擇。

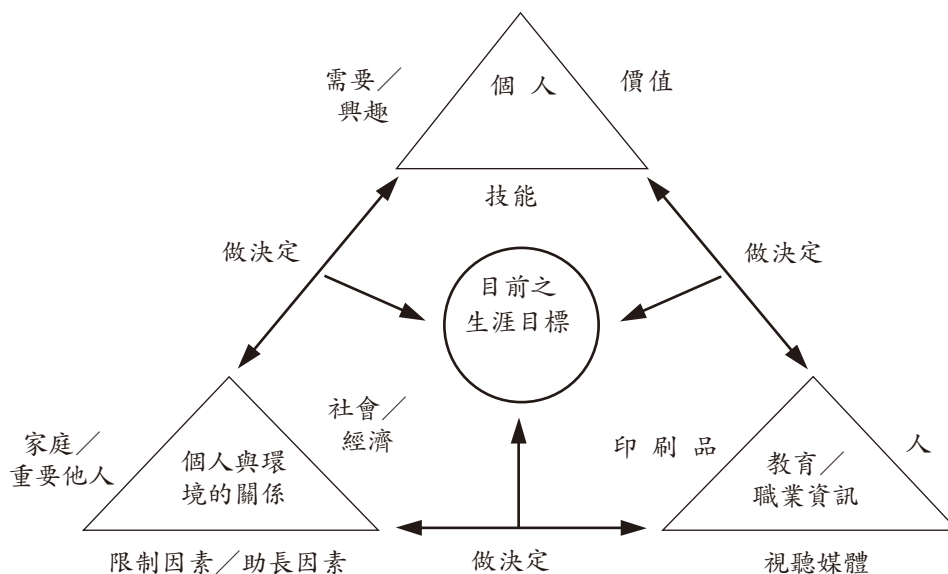


圖 1 生涯規劃模式 (Swain, 1984)

資料來源：Swain, R.(1984). Easing the transition: a career planning course for college students.

Personnel and Guidance Journal, 62, 530.

金樹人 (2011)。生涯諮商與輔導。臺北市：東華，P49。

Holland (何倫) 生涯類型論 「何倫碼與職業建議參照表」			
類型名稱	個人特質 (搭配生涯手冊 P.1)	興趣 (搭配生涯手冊 P.2)	職業建議
實用型 (實際型) (R) Realistic	【人格特質形容詞】 穩定。謙虛。坦率。沉默寡言。堅毅。順從。實際。有條理。 【說明】 實用型的人情緒穩定、可耐勞和從事機械操作。不喜多言、較不善社交，較擅長行動與實作。講求實際與規則明確，喜歡依循既定規則，按部就班地完成具有實際用途的物品。生活上以實用為重，著重眼前的事更甚於未來想像。	1. 修理或拆裝電腦、電器等物品 2. 組合模型 3. 打球、跑步等運動 4. 種植、整理植物 5. 飼養動物 6. 操作電器、電子設備 7. 組裝傢具 8. 烘焙、烹飪、手工縫紉	駕駛員、營建工程技術員、汽機車維修人員、職業運動員、農牧場工作人員等相關工作。
研究型 (I) Investigative	【人格特質形容詞】 善於分析。喜歡思考。有好奇心。善於判斷。觀察力敏銳。保守。謹慎。獨立。 【說明】 研究型的人重視客觀，善於觀察、思考、分析與推理，對尚待解決的事情會抱持高度好奇並追根究底。具有科學研究精神和數理能力，喜歡從事以符號、概念和文字有關的工作，並能提出新的想法和策略。個性獨立與內向，喜歡和有相同興趣或專業的人討論，否則還不如自己看書或思考。	1. 做科學實驗及研究 2. 研究數學問題 3. 看科學知識節目、課外書 4. 益智遊戲 5. 研究天文、觀察星象 6. 看推理小說、影片 7. 參觀科學、天文類場館 8. 寫電腦程式	數學家、科學家、社會科學研究人員、研發人員、醫師、檢測人員、調查員等相關工作。
藝術型 (A) Artistic	【人格特質形容詞】 富想像力。直覺。情感豐富。崇尚理想。有創意。善於表達。不墨守成規。獨立。 【說明】 藝術型的人直覺敏銳、善於表達心裡感受和創作。他們希望藉由文字、聲音、色彩、演出等形式來展現自己的創造力和美感。能夠獨立作業，較喜歡在無拘束的環境下工作，不喜歡受到局限和繁瑣規範。	1. 塗鴉、畫畫 2. 演奏樂器、唱歌 3. 寫作及閱讀 4. 跳舞、編舞 5. 服裝或室內設計 6. 觀賞或參與藝文表演 7. 做手工藝品 8. 攝影	室內及商業設計人員、音樂家、畫家、作家、舞蹈家、戲劇演員等相關工作。

類型名稱	個人特質（搭配生涯手冊 P.1）	興趣（搭配生涯手冊 P.2）	職業建議
社會型 (S) Social	【人格特質形容詞】 善解人意。人際洞察。合作。仁慈友善。善於溝通。助人。有責任心。有耐心。 【說明】 社會型的人待人和善，具備人際技巧，有積極正向的自我概念。能夠傾聽和了解別人，願意付出時間精力去解決他人困擾。他們喜歡以教學或協助的方式與人群接觸，不愛競爭，喜歡大家一起作事。交友廣闊，對人感興趣，關心別人勝於關心工作。	1. 教同學功課、才藝 2. 傾聽他人心事 3. 幫助別人解決問題 4. 參加自我成長活動 5. 和小組同學合作完成任務 6. 到育幼院、養老院等進行服務學習 7. 協助照顧病弱、身心障礙者 8. 研究不同族群的文化、風俗民情	教師、輔導教師、諮商師、社會工作師、護理人員、幼兒保育人員、導遊等相關工作。
企業型 (E) Enterprising	【人格特質形容詞】 樂觀積極。受人歡迎。外向。有說服力。有企圖心。自信。好冒險。善於規劃。 【說明】 企業型的人精力旺盛、生活緊湊、好競爭、有冒險精神，做事有計畫並立刻行動。不願花太多時間從事研究工作，他們較喜歡以說服力、影響力和組織力與人群互動，希望成為團體中的焦點人物，期待自己的督導與策劃能受他人肯定，並從中獲得成就。	1. 籌劃辦理活動 2. 說服別人支持自己的想法 3. 推銷物品 4. 競選或擔任幹部 5. 演說或辯論 6. 研究法律情境及條文 7. 擔任活動主持人 8. 擴展人際關係、結交朋友	業務員、企業主管、法律人員、民意代表、媒體傳播人員等相關工作。
事務型 (C) Conventional	【人格特質形容詞】 講求效率。精確。有恆心。順從。實際。有條理。保守。謹慎。 【說明】 事務型的人個性謹慎，做事講求規矩和精確。喜歡在有清楚規範的環境下工作。他們做事按部就班、注意細節，給人的感覺是有效率、精確、仔細、可靠。他們的生活哲學是穩紮穩打，不喜歡改變或創新，也不喜歡冒險、領導或成為決策者。喜歡處理文書和數字資料。	1. 整理圖書 2. 上網找資料 3. 使用電腦做文書處理 4. 整理發票、記帳 5. 整理筆記、文件 6. 剪報或搜集郵票、錢幣、卡片 7. 協助影印、裝訂資料 8. 校對資料	會計師、資料處理人員、公務員、出納、地政士、行政人員、櫃台人員等相關工作。

資料來源，修改自：1. 金樹人 (2011)。生涯諮商與輔導。台北：東華。

2. 宋曜廷 (2021)。情境式生涯興趣測驗國中版—指導手冊第五版。國立臺灣師範大學心測中心。

113 學年度技術型高中群科歸屬暨基北區招生科別對照表

類別	群別	科別	新北市 已開設科別	臺北市 已開設科別	基隆市 已開設科別
工業類	機械群	機械科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科、模具科、機電科、製圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科	機械科、鑄造科、板金科、模具科、製圖科、電腦機械製圖科	機械科、鑄造科、配管科、模具科、機電科、製圖科、電腦機械製圖科	機械科
	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	汽車科	汽車科、重機科	汽車科
	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	資訊科、電子科、控制科、電機科	資訊科、電子科、控制科、電機科、冷凍空調科、航空電子科	資訊科、電機科、航空電子科
	化工群	化工科、紡織科、染整科、環境檢驗科	(無)	化工科	(無)
	土木與建築群	建築科、土木科、消防工程科、空間測繪科	建築科、空間測繪科	建築科、土木科	(無)
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、電競經營科(107起試辦)	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	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	商業經營科、國際貿易科、會計事務科、資料處理科、航運管理科
	外語群	應用英語科、應用日語科	應用英語科、應用日語科	應用英語科、應用日語科	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、造園科、畜產保健科	園藝科	園藝科	(無)
	食品群	食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科	(無)	食品加工科	食品科、烘焙科

類別	群別	科別	新北市 已開設科別	臺北市 已開設科別	基隆市 已開設科別
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	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	家政科、幼兒保育科、美容科、時尚造型科、照顧服務科	
	餐旅群	觀光事業科、餐飲管理科	觀光事業科、餐飲管理科	觀光事業科、餐飲管理科	觀光事業科、餐飲管理科
海事水產類	水產群	漁業科、水產養殖科	(無)	(無)	漁業科、水產養殖科
	海事群	輪機科、航海科	輪機科、航海科	(無)	輪機科、航海科
藝術與設計類	設計群	家具木工科、美工科、陶瓷工程科、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	美工科、陶瓷工程科、室內空間設計科、廣告設計科、多媒體設計科、室內設計科、美術工藝科	美工科、室內空間設計科、圖文傳播科、廣告設計科、多媒體設計科、室內設計科	廣告設計科
	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、原住民藝能科(108起試辦)	戲劇科、音樂科、美術科、影劇科、電影電視科、表演藝術科、多媒體動畫科	戲劇科、舞蹈科、表演藝術科、劇場藝術科	

備註：

1. 資料來源：整理自群科歸屬表及 113 學年度基北區高級中等學校免試入學簡章
2. 113 學年度基北區產業特殊需求類科共計開設 9 群（機械群、動力機械群、土木與建築群、海事群、水產群、設計群、農業群、商業與管理群、家政群），15 科（空間測會科、模具科、鑄造科、配管科、板金科、重機科、土木科、航海科、輪機科、漁業科、水產養殖科、陶瓷工程科、園藝科、航運管理科、照顧服務科）。

113 學年度全國五專招生科組表

類別	北區	中區	南區
護理類	護理科	護理科	護理科
衛生類	口腔衛生與健康照護科、 口腔衛生學科、牙體技術暨數位應用科、生命關懷事業科、視光科、視光學科	口腔衛生學科、生命關懷事業科、復健科、視光學科、職業安全衛生科、醫事檢驗科、醫學影像暨放射技術科、生技製藥經營管理科	口腔衛生學科、牙體技術科、物理治療科、食藥產業暨檢測科技科、視光科、視光學科、職能治療科、職業安全衛生科、醫學影像暨放射技術科、醫學檢驗生物技術科、生物醫學及美容保健科、環境工程與科學科、環境與職業安全衛生科
家事類	化妝品應用與管理科、 幼兒保育科、嬰幼兒保育科、美容流行設計科、美容造型科、智慧科技長期照顧科	(無)	化妝品應用與管理科、化妝品應用科、幼兒保育科、老人服務事業科、老人服務事業管理科、老人健康服務事業管理科、長期照顧與健康促進管理科、美容保健科、美容科保健造型設計組、美容科寵物美容設計組、美容造型設計科、寵物照護與美容科
商業類	應用外語科、應用英語科	應用日語科、應用英語科	日本語文科、西班牙語文科、法國語文科、英國語文科、德國語文科、應用日語科、應用英語科、應用外語科
	企業管理科、財政稅務科、財務金融科、國際貿易科、財務金融科、會計資訊科、會計與資料科學科、資訊管理科、醫藥保健商務科	企業管理科、保險金融管理科、國際貿易與經營科、會計資訊科、資訊管理科	醫務暨健康事業管理科、藥粧生技產業科、資訊管理科、智慧網路應用科
工業類	人工智慧暨醫療應用科、 土木工程科、半導體工程科、建築科、智慧自動化工程科、資訊工程科、電子工程科、電機工程科、機械工程科、電機與資訊工程科	人工智慧暨醫療應用科、 自動化工程科、資訊工程科、電機與資訊技術科、精密機械工程科、資訊應用菁英班	土木工程科、公共安全及消防科、化學工程與材料工程科、建築科、資訊工程科、電子工程科、電機工程科、電機科、精製藥工程科、模具工程科

類別	北區	中區	南區
餐旅類	海洋運動休閒與觀光管理科、健康餐旅科、餐旅管理科、餐旅廚藝管理科、餐飲事業科、餐飲管理科、健康休閒管理科	餐旅管理科	餐旅管理科、餐飲管理科、餐飲廚藝科(五專菁英班)、觀光科
農業與食品類	(無)	(無)	航海科、輪機工程科、漁業科技與管理科、食品科技科、食品營養科
藝術與設計類	電競數位遊戲與動畫設計科、數位多媒體科、數位影視動畫科	創意商品設計菁英班	數位媒體創意設計科、多媒體設計科、美術系(七年一貫制)、音樂系-作曲與影像配樂組(七年一貫制)、音樂系-傳統音樂組(七年一貫制)、音樂系-管弦樂組(七年一貫制)、音樂系-聲樂組(七年一貫制)、音樂系-鍵盤組(七年一貫制)、舞蹈系(七年一貫制)

全國五專共分八大類

資料來源：整理自 113 學年度五專(含七年一貫制)招生資訊及 113 學年度五專入學多元進路指南手冊

113 學年度基北區開設實用技能學程科別表

類別	群別	實用技能學程		
		新北市開設科別	臺北市開設科別	基隆市開設科別
工業類	機械群	模具技術科	機械加工科	
	動力機械群	汽車修護科	汽車修護科	
	電機與電子群		水電技術科	
	土木與建築群	電腦繪圖科		
商業類與管理類	商業群	商用資訊科		
	設計群		廣告技術科	廣告技術科
海事水產類	海事群			船舶機電科科
家事類	美容造型群	美顏技術科		
	餐旅群	餐飲技術科 旅遊事務科	餐飲技術科	

資料來源：113 學年度全國高級中等學校基北區實用技能學程輔導分發招生簡章

可搭配「國中學生生涯發展紀錄手冊」【生涯試探活動紀錄】

新北市立○○國民中學生涯發展教育「生涯試探活動」學習單(範例)

年 班 座號： 姓名： 日期： / /

一、這次活動你參訪哪一所學校？_____

二、活動中，你參觀了哪一些群科？對於群科喜歡程度為何？請依表格內容寫下自己的想法。

類別	群科別	喜歡程度 (1-5) 數字越高 代表越喜歡	自我省思 與成長
工業類	請圈選或於其他：____(加註說明)記錄此次活動認識參觀的群科別。如：餐旅群(觀光事業科、餐飲管理科、其他____)。		
	機械群(機械科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科、模具科、機電科、製圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科、其他____)		
	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、其他____)		
	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、其他____)		
	化工群(化工科、紡織科、染整科、環境檢驗科、其他____)		
商業類	土木與建築群(建築科、土木科、消防工程科、空間測繪科、其他____)		
	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、電競經營科、其他____)		
	外語群(應用英語科、應用日語科、其他____)		
農業類	農業群(農場經營科、園藝科、森林科、野生動物保育科、造園科、畜產保健科、其他____)		
	食品群(食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科、其他____)		
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、其他____)		
	餐旅群(觀光事業科、餐飲管理科、其他____)		
海事水產類	水產群(漁業科、水產養殖科、其他____)		
	海事群(輪機科、航海科、其他____)		
藝術與設計類	設計群(家具木工科、美工科、陶瓷工程科、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、其他____)		
	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、原住民藝能科、其他____)		
醫護類	護理與衛生群(護理科、視光科、視光學科、生命關懷事業科、口腔衛生學科、口腔衛生與健康照護科、醫藥保健商務科、人工智慧暨醫療應用科、其他____)		

三、這次活動對我了解群科的幫助為何？☐非常有幫助☐有幫助☐普通☐沒有幫助

四、如果還有機會，你會特別想了解或體驗哪個群科？_____

五、參訪中，我印象最深刻的是？_____

新北市立○○國民中學○○○學年度寒（暑）假作業

班級： 座號： 姓名：

★配合《國中學生生涯發展紀錄手冊》P.3「職業與我」

※ 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：

※ 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：

※ 選擇職業時我所重視的條件：



★配合《國中學生生涯發展紀錄手冊》P.24「生涯諮詢紀錄」

★請各位同學與您諮詢的對象，所討論過與未來升學或就業相關的內容及建議，摘要記錄於下列表格中。

年級 - 學期	您諮詢的對象	討論重點及意見	備註
範例：三 -1	爸爸	由於興趣多元，分化尚未明顯，國三畢業後想先讀綜合高中，在高中期間多做職業學程的試探，進一步了解自己的興趣類科，再決定大學欲選讀的科系。	

新北市立○○國民中學

國中學生生涯發展紀錄手冊檢核表（學生個別檢核用）

（本表可黏貼於封面裡的空白頁）

				班級：	座號：	姓名：				
項目	分項目	頁碼	填寫人	填寫時間	一上	一下	二上	二下	三上	三下
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							
	(三) 其他測驗	6	學生							
	(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. 國中教育會考或模擬考、體適能檢測於實施後浮貼成績證明影本						
三、學習成果及特殊表現	(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	學生							
	(六) 生涯試探活動紀錄	15-16	學生							
四、生涯統整面面觀		17-20	學生	三年級第2學期(約3月)	免填	免填	免填	免填	免填	
五、生涯發展規劃書		21-22	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)	免填	免填	免填	免填	免填	
六、學生生涯發展歷程相關紀錄	(一) 學生生涯發展觀察紀錄	23	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	24	學生	每年9月、翌年3月，依學期別填寫						
七、家長的話		25	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	免填		免填		免填	
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	26-28			免填	免填	免填	免填	免填	免填
附錄二	群科歸屬表(112學年度適用)	29			免填	免填	免填	免填	免填	免填
附錄三	體適能單項檢測成績門檻標準（配合P.7使用）	30			免填	免填	免填	免填	免填	免填
學生各項填寫完成檢核日期										
學生各項填寫完成者簽名										
說明： 1. 請學生每學期勾選已完成之填寫項目。(各項欄位皆須依時填寫完成，填寫完成請於相對年級欄位內打「V」，若逾時未完成者，仍須補寫完成) 2. 請導師及輔導活動科教師進行檢核並簽章。 3. 本生涯發展紀錄手冊學期中由導師(或相關處室)統一保管，學期末交回輔導處(室)進行檢核。				導師檢核簽章						
				輔導活動科教師檢核簽章						
				輔導處(室)檢核簽章						

家長只要簡單3步驟
輕鬆完成APP註冊!

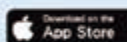


新北校園通APP

新北就學必下載

親愛的家長您好：

新北校園通APP註冊簡單、功能多
下載人數邁向70萬人次，大家都在用，趕緊來下載！



新北校園通APP



掃描QRcode：觀看APP家長
註冊教學影片有任何問題，
可撥打服務專線，謝謝。
(02)80723456 #552
(04)37073909 #40



了解學生
健康情形



學雜費繳費



教育放逐
即時訊息



成績查詢



新北智能客服



幫孩子請假

親愛的家長、同學及夥伴們您好：
邀請您加入 LINE社群



新北適性發展line在一起



這裡有新北市最流行、最夯的生涯、適性教育及技職資訊，包含：創客教育、職業試探、技藝教育、生涯發展教育、動手做學英文、技職雙語、國際技職、產學合作、高中職最創新制度，甚至免費活動及營隊訊息，絕對能搶奪先機！



保證無廣告及其他不相關資訊。給您最純正、新北第一手的教育訊息！



以上的資訊、新聞報導、
相關活動等都可以第一時間
送到您的手中囉!!



新北市政府 教育局



全國第一
新北技職



新北市 國中學生生涯發展紀錄手冊 導航秘笈 (113.08-116.06) 版

發行人：張明文

總編輯：劉明超、歐人豪、黃麗鈴

主任編輯：江彥廷

編輯小組：羅珮瑜、蔡安繕、林才义、池旭臺、賴來展、黃易進

黃宜貞、楊曉媚、鄭仔珊、梁禮昇、謝佑君

出版者：新北市政府教育局

地址：220242 新北市板橋區中山路一段 161 號 21 樓

電話：02-29603456

美編印刷：美韻設計印刷有限公司

出版日期：中華民國 113 年 10 月

本書主要提供教育人員參考之用，相關資料倘有訛誤或侵權疏忽，
懇請惠予指正，並不吝賜教，特此感謝。



