

南 華 大 學

生死學系碩士班

碩士學位論文

繪本運用方案對提升高職生生涯規劃成效之研究

A Study on Improving Career Planning of Vocational High
School Students through Picture Books

指導教授：歐慧敏 博士

研 究 生：鄭景銘 撰

中華民國一百零二年六月

中文摘要

本論文主要以高職生為例，結合學校高職生涯規劃課程綱要，挑選八本「圖畫書」提供學生閱讀，並設計相關課程進行「生涯規劃」方案評估之研究，一方面探討高中職學生的生涯規劃，一方面藉由閱讀圖畫書設計「生涯規劃」方案，並針對此課程是否提升學生生涯規劃成效做研究與討論。

在研究方法上，本研究採「不等組前後測實驗設計」方法，分為兩組學生在課程前後，以「新訂青年生活適應量表」中採用其中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素施測。同時輔以訪談、回饋單方式，兩者探討繪本課程對學生生涯規劃上的影響。最後，將所蒐集到的量化資料進行統計分析與訪談資料整理分析，得其繪本課程的實施以「新訂青年生活適應量表」其分量表中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素在生涯發展成效上沒有達到顯著的效果，但繪本課程的實施對生涯發展高職三年級實驗組學生有正向的影響。

關鍵詞：高職生、繪本、生涯規劃

Abstract

Career planning is part of the curriculum in the vocational high school education in Taiwan. Using picture books as a supplement in teaching, this study examines whether picture books help vocational high school students have a better understanding in the future career planning.

Participants are divided into two groups. Nonequivalent pretest-posttest designs are used to analyze students' responses to the four categories in The Revised Youth Life Adaption Inventory : (1) social adjustment; (2) value belief; (3) career orientation, and (4) positivity and spontaneity. Besides quantitative research, the study also making use of the feedback sheets and interviews students to know if they feel the lesson has any influence on their career planning.

The results from The Revised Youth Life Adaption Inventory indicate that reading picture books doesn't have prominent effect on students' career planning. Yet, it has a positive effect on the experimental group.

Key words: vocational high school students, picture book, career planning

目次

第一章 緒論-----	1
第一節 問題背景及動機-----	1
第二節 研究目的-----	5
第三節 研究問題-----	5
第四節 名詞釋義-----	5
第二章 理論基礎與文獻探討-----	7
第一節 青少年生涯發展階段與任務-----	7
第二節 現階段高職生生涯規劃課程之探究-----	24
第三節 繪本的功用與內涵-----	36
第三章 研究方法-----	53
第一節 研究設計與架構-----	53
第二節 研究假設-----	56
第三節 研究對象-----	57
第四節 研究工具-----	57
第五節 生涯訓練方案之設計與實施-----	61
第六節 研究流程-----	64
第七節 資料處理方法-----	67
第四章 結果和討論-----	71
第一節 繪本運用方案之生涯規劃成效-----	71
第二節 訪談資料結果分析與討論-----	75

第三節 綜合討論分析-----	83
第五章 結論和建議-----	87
第一節 結論-----	88
第二節 建議-----	88
參考文獻	
一、中文 -----	93
二、英文 -----	97
附錄	
附錄一教師訪談大綱-----	99
附錄二繪本運用方案實驗課程-學生回饋單 -----	100
附錄三學生訪談大綱 -----	101
附錄四教案設計-----	102
附錄五學習單-----	110

第一章 緒論

本章共分爲四節，旨在闡述本研究之問題背景及動機、研究目的、研究問題、名詞釋義。

第一節 問題背景及動機

作爲高職教師，在過去幾年的教學生涯中，看到學生在各方面都面臨很大的困境，包括有學習上的困境，就課業上來說，因爲無法考上高中而就讀高職，讓他們成就感降低、唸書的意願也降低；就家長態度而言，家長容易將期待重心轉往家庭中其他弟妹，期待值的降低，加上學校課業學習不若過去國中繁重且具體，高職生自然容易朝向次文化或非課業學習上發展。還有就業上的困境，就現今高失業率的社會環境而言，現今高職階段的青少年必須面對很多不可預期的事情，常常讓他們無所適從。

針對高職階段青少年會有哪些困擾和情緒壓力問題，從近十年的碩士論文中可以找到相當多的研究。例如有就憂鬱情緒做探討者(李桂仙，2005；黃碧華，2005；李燕玲，2008；葉成根，2008)；就情緒智力做探討者(張淑媛，2001；王全益，2004；)其他有就學生人格特質與生活壓力、家庭結構、自尊、學習態度等各種因素討論者(林秀益，2002；蔡淑薇，2003；胡秀娟，2006；蔡宛珊，2007；石芳萌，2007)。從上述這幾篇碩士論文研究中可發現，研究者們多試圖從各種因素找出影響高職學生們學習成效、導致學生們憂鬱、有壓力的原因和關係。這些研究雖然主要針對青少年困擾與壓力問題做討論，但歸結的因素過於繁雜，筆者認爲未能真正發掘出青少年的煩惱，同時，也未能提出解決的方法。

青少年的困擾與煩惱很多，影響青少年最大的是什麼？根據張老師基金會從多年實務輔導經驗，歸納出青少年十大課題：家庭問題、人際關係、兩性問題、性問題、自我認同、偏差行爲、情緒教育、兩性平權、生涯規劃及生命教育。其他學者例如：王淑俐

在(1995)於〈青少年情緒的問題、研究與對策〉文章中提出，青少年較常出現情緒類型中的正向情緒有：快樂、愛、羨慕、同情及好奇；負向情緒有：恐懼、憤怒、煩惱、焦慮、憂鬱、挫折、自卑、罪惡感、極度悲傷、寂寞、厭惡、沮喪及怨恨等。梁淑娟(1998)〈青少年求助行為之探索〉從國內外資料顯示發現，青少年學生較關切的困擾問題包括有課業與學習、生涯探索、自我探索、人際關係、情緒困擾及生活適應。而王春展(2006)研究高中職生感到心情好的主要原因為人際關係(51.4%)，異性交往(11.1%)，學業(8.8%)。感到心情不好的主要原因為學業(27.5%)、人際關係(26.4%)、異性交往(6.5%)。

總結來說，青少年正處於兒童到成人的過渡期，近代西方學者 Super 認為青春期的自我概念雛形發展到轉化的過程；Tiedeman 及 O'Hara 在自我發展論中，提到青少年會經歷自我認同不斷分化與統整的過程，Erikson 的社會心理學同樣認為，高職階段的青少年不只屬於探索階段，也正處於「辨識(認定)對角色混亂」的自我辨識與認定時期(黃德祥，2005)，在試探、嘗試的過程中，儘管可以透過各種學習與活動，逐步試探出自己的性向、興趣與能力，但也有可能在自我統合錯亂下，面臨否定認同的選擇或自我衝突的矛盾意識，進而無法做出正確地生涯規劃。

這時，學校的生涯教育是否能提供輔助讓學生得以提升自我認同的生涯規劃，是我們必須加以重視的課題。現階段高職就生涯教育的部分有「生涯規劃」課程，從九五至九九課綱中可以發現，現今高職生涯發展課程統合於「生活領域」課程中實施。根據 99 課程綱要，「生活領域」課程包含有：「生活科技」、「家政」、「計算機概論」、「生涯規劃」、「法律與生活」、「環境科學概論」共六科，每科 2 學分，各校需自選二科共 4 學分開設於一年級第一、二學期。如何能確實瞭解學生的需求，解決學生的生涯規劃問題？對於初入技職體系的高職生，在還未接觸本科技職課程內容時，就要學生們做生涯規劃，而即將面對升學和就業的三年級學生卻少有相關課程可以提供此協助。

再者，若各校選擇的是「計算機概論」或「環境科學概論」這兩科(註：「家政」一科還有若干相關之處)，那麼就完全未能接觸到「生涯規劃」課程，綜使現在強調課程統整，強調各科目教學或活動時應融入生命教育、法治教育、人權教育、道德教育、生

活教育、環保教育、職業安全衛生、消費者保護教育、健康教育、性別平等教育、生涯規劃、永續發展、多元文化與價值澄清等各種情意教學，但是真正能將其融入課程中的教師，相信應該是少之又少。學校即使上選擇「生涯規劃」此科，教師是否有確實上課而未拿來上其他課程，這些方式都自然無法達到課程預期應該達到的目標。

黃德祥(2005) 曾提出學校教師可以為學生提供生涯規劃提供的服務有三方面：(一)生涯諮商：包括訊息提供、自我瞭解與工作世界的探索、社會相關環境因素的掌握等方向。(二)生涯評估：主要利用標準化測驗與非標準化測驗兩種方式。(三)諮詢、資源提供與聯絡：例如視聽媒體的介紹、電腦輔助生涯輔導、就業的蒐集與提供等，或扮演資源人及連繫各相關單位機構，使學生能充分掌握各種教育與訓練的機會。黃德祥提出的這三種生涯規劃服務，同時也反映了現階段高職學校在生涯規劃課程教育上的缺乏。生涯教育應該是多面向且多元化的，若只是形式上以本宣科，那學校的生涯教育勢必無法輔助學生提升自我認同，幫助學生渡過自我認同與統合危機，更遑論要解決他們青春期的種種困境。

現今社會，到處充斥著電腦、電視、手機等電子影音產品的聲光誘惑，青少年尤其喜愛直接接觸影像，不喜愛文字，所以陳幸蕙在《青少年的四個大夢》中即倡導青少年「文字閱讀與聲光閱讀、圖畫閱讀並重」的觀念，她認為學習如何閱讀，其實也就是學習如何面對世界，如何面對自我(陳幸蕙，1993)。因此選取一種可以吸引學生閱讀的興趣，又不會因過多的文字感到乏味的兒童文學形式—繪本做討論。

兒童文學可以成為大人的樂趣，而兒童文學中一種很特別的文學類型—「圖畫書」則是近世紀以來最受矚目的兒童文學形式，圖畫書的英文為「picture book」，日文為「繪本」，一般學者皆將兩者視為相同的文學形式。Nodelman 和 Reimer 認為圖畫書或繪本的內容是以很少的文字說故事或傳遞訊息，通常每頁都有圖畫的薄冊書(劉鳳芯、吳宜潔譯，2009)。台灣繪本創作大師郝廣才(2006)也認為圖畫書或繪本是一種用圖畫來說故事的藝術，且通常用一組圖畫來說一個故事或差不多是故事的東西。他甚至認為很多問題的根源，八成是因為小時候沒有看圖畫書，兩成是因為長大沒有看圖畫書。

圖畫書或繪本在近世紀之所以受到重視，是因為其用圖畫說故事的形式不只是小孩

喜歡，連大人也都十分喜愛。不只在台灣，在「繪本」一詞發源地日本，也非常鼓勵大人和小孩閱讀繪本，很多日本學者皆提出過繪本的價值，河合隼雄認為：

在二十一世紀，繪本將會越來越重要。不僅大人小孩可以同樂，而且人們從中獲得的東西難以數計(林真美譯，2005)。

松居直認為從小孩到大人各種年齡層的人都適合閱讀繪本：

繪本是沒有藩籬、沒有設限的。年齡層從小孩到大人，對大家來說，那是可以用文字和來表現的、一個非常廣闊的自在世界(林真美譯，2005)。

柳田邦男則把繪本視為是人類靈魂的重要食糧：

……要是我能在那段時間一邊工作一邊偶爾咀嚼一下繪本，那我所表現出來的工作內涵，一定會很不一樣。也因此，不論是上班族也好、家庭主婦也好，或是那些邁入人生後半的人也好，我都認為，繪本可以使我們的靈魂肥沃，它是我們靈魂的重要食糧(林真美譯，2005)。

連成人都需要回歸童年，需要獲得灌溉靈魂的精神食糧，更何況是被逼迫成熟的青少年，正因為繪本這種沒有藩籬、沒有設限，同時又能回歸純真的獨特性，相信可以讓青少年擺脫世俗桎梏，重新找回自我價值，建立正確人生觀，因此特選擇繪本作為本論文中生涯規劃課程設計的閱讀工具，探究透過閱讀繪本的一系列課程學習，是否能輔助學生提升其生涯規劃之成效。

總結來說，本論文主要以高職生為例，結合學校高職生涯規劃課程綱要，挑選八本「圖畫書」提供學生閱讀，並設計相關課程進行「生涯規劃」方案評估之研究，一方面探討高中職學生的生涯規劃，欲從中窺探現階段生涯規劃課程的問題與特點，一方面藉

由閱讀圖畫書設計「生涯規劃」方案，並針對此課程是否提升學生生涯規劃成效做研究與討論，期擺脫以往學校生涯規劃教育流於紙上談兵之弊病，提供教學者進行生涯規劃課程之教學，以爲學生確立生涯規劃目標之有所助益。

第二節 研究目的

基於上述背景與動機，本研究運用實驗研究之的方法，研究現今高中職學生在青少年階段最受到關注的問題之一——生涯規劃問題，具體研究目的如下：

- 一、運用繪本，設計高職生生涯規劃方案。
- 二、評估「高職生生涯規劃方案」的成效。

第三節 研究問題

根據以上之研究目的，本研究所提出之研究問題如下：

- 一、在八週的繪本運用方案實施後，實驗組和控制組在生涯規劃上的變化是否有顯著差異？
- 二、在八週的繪本運用方案實施後，由實驗組和控制組改變情形，來探討所設計方案是否具有成效？

第四節 名詞釋義

一、高職生

「高職」即高級職業學校知簡稱，係指以教授青年職業智能，培養職業道德，養成健全基層技術人員爲目標之高級中等學校(徐明志，2001)。本論文的高職生即以我國學制年齡爲主，以就讀台南市某高職三年級學生共 35 位學生爲實驗參與者。

二、生涯規劃成效

「生涯」就狹義來說，指的是人一生中工作活動或職位的總合；廣義來說，「生涯」代表不僅代表個人的職位、工作，還包含自我人生型態的認知與定位。因此，「生涯」並不是人生中某一階段的產物，而是終生且連續發展的歷程，甚至是呈階段性的發展歷程，稱之謂「生涯發展」。

故而，在每個人一生中的每個階段，都必定會面臨對自我生涯的檢視，也必然會經歷自我規劃的過程，這個自我規劃的過程，即為「生涯規劃」。因此，「生涯規劃」(career planning)也就是「規劃」生涯的意思，在綜合知己(瞭解自我興趣、性向、能力)和知彼—社會經濟發展、職業供需情況之後，藉由各種方式的比較、分析做出決定，最後再針對訂定出的方向，製定目標，加以行動。

本研究的生涯規劃方案操作型定義是指實驗參與者在「新訂青年生活適應量表」上的得分而言，分數愈高，表示生涯規劃愈好。

三、繪本

很多學者皆同意圖畫書的英文為「picture book」，日文為「繪本」。Nodelman 和 Reimer 認為圖畫書的內容以很少的文字說故事或傳遞訊息，通常是每頁都有圖畫的薄冊書(劉鳳芯、吳宜潔譯，2009)。郝廣才(2006)認為繪本也可說是圖畫書，是一種用圖畫來說故事的藝術，且通常用一組圖畫來說一個故事或差不多是故事的東西。因此對於繪本的基本概念在於「畫面的連貫」，畫面連貫韻律的好壞，也決定繪本的成敗。黃心儀(2011)將繪本定義為運用連貫性、敘事結構圖畫來傳達和詮釋故事涵意的書籍，不論是圖畫或文字，都能描述故事，透過兩者的交互作用更加深故事的鋪陳推展。松居直認為繪本具有兩套語言系統，一是以文字作為表現符號的文本，一是圖像。

事實上，圖像也被當成語言來解讀。不識字的幼兒可以自己翻開繪本看得津津有味，乃因為他讀的是圖—繪本的圖是會說故事的(林真美譯，2005)。本研究對繪本的定義為以大量的圖畫搭配少量的文字說故事的一種文學形式。

第二章 理論基礎與文獻探討

本章研究分爲三節，依序爲第一節，討論青少年生涯發展的階段與任務；第二節，現階段高職生涯發展課程之探究；第三節，繪本的功用與內涵。主要在整理國內外學者的理論和文獻，瞭解現今高職生生涯規劃上會面臨的問題，同時討論現階段學校生涯發展課程情況，最後瞭解繪本的內涵與功用，輔爲後三章節生涯規劃方案設計應用之基礎。

第一節 青少年生涯發展階段與任務

本節首先要先介紹「生涯」、「生涯發展」和「生涯規劃」的定義，第二部分爲瞭解生涯規劃模式，最後一部分，從國內外學者的生涯規劃理論中，討論青少年這個階段生涯發展的特質與特性。

壹、「生涯」與「生涯規劃」定義

學者對生涯的定義很多，茲整理學者對生涯的定義如下：

表 2-2

學者對生涯的定義

學者(年份)	定義
楊朝祥(1989)	生涯就是一個人在就業前、就業中及退休後所擁有的各種重要職位與角色總合。
金樹人(1991)	生涯是個人一生中所扮演的系列角色與職位。

(續下頁)

張添洲(1994)	生涯的定義，綜及個人一生的所有經歷，在某種行職業的發展，常僅特殊的訓練與教育，也包括了休閒活動。換句話說，指個人選擇適當的工作或事業，透過他的工作生命去追求人生價值的課題，其要項為工作、教育、訓練、休閒等活動。
林幸台等（1997）	生涯包括個人一生中所從事的工作，以及其擔任的職務、角色，但同時也涉及其他非工作或非職業的活動，亦即個人生活中所有衣食住行育樂之總和。
黃惠惠(2006)	生涯一詞雖與「生計」、「職業」或命運相通，卻不全然劃上等號，但內涵均與「未來」有關，意指個體依據自己的興趣、性向、個性、需求等，配合環境因素而決定投入心力開展的志向之業。
王素真(2007)	「生」是存在，「涯」是極限，「生涯」即指人有限的生命，這是「生涯」廣義的意義。「生涯」通常是指個人所從事的工作職務，也就是狹義的「生涯」的意義，指的是職業而言。
黃德祥(2005)	生涯是個人一生中所擁有的各種職位、角色、任務以及其他與工作有關之經驗與生活的總合。
蔣肇華(2010)	生涯應是個人一生當中，所有生活層面包括社會、家庭、生活、工作、休閒及愛情等層面的事件以及一生所有擔任角色或職位的總合。

資料來源：本研究整理

總結來說，生涯的定義有狹義與廣義之分，狹義來說，生涯是人一生中工作活動或職位的總合；廣義來說，生涯不僅代表職位、工作，還包含自我人生型態的認知與定位。因此，生涯發展並不是人生中某一階段的產物，而是終生且連續發展的歷程。國內學者對「生涯發展」的定義略述如下：

表 2-3

學者對「生涯發展」的定義

學者(年份)	定義
金樹人(1997)	生涯發展是一生連續不斷的歷程，涵蓋了家庭、學校、社會等與工作活動有關的經驗，透過此經驗將塑造獨特的生活方式。
楊朝祥(1989)	生涯發展是透過社會、教育及輔導的努力，協助個人建立實際的自我觀念且熟悉以工作為導向的社會價值觀，並將其融入於個人價值體系內，並藉由生涯選擇、生涯規劃，以及生涯目標的追尋加以實現，俾使個人能有一成功美滿並有利於社會的生涯。
林幸台(1997)	生涯發展是一種終生連續不段的過程，它涉及個人各方面生活目標的選擇與行為方式安排的歷程，個人經歷此一過程，將塑造出獨特的生活方式與人生目標。
吳芝儀(2000)	「生涯發展」之內涵可從廣義及狹義兩層面來探討，廣義的生涯發展是包含個人、心理、職業生活、家庭生活與社會生活各個範圍的總合，深受各個層面的影響，彼此有著交互作用的關係，而狹義的生涯發展則是指個人在職業、工作生活的層面的參與及發展。

資料來源：本研究整理

同時，依照生涯發展的定義，二十世紀以來西方學者衍生出很多和生涯發展相關的，這些理論對於日後做生涯規劃運用有很大的幫助，以下針對生涯發展相關理論做粗略的整理與討論：

表 2-6

西方生涯發展理論

理論	代表人物	理論簡述
生涯發展論	D.E.Super E.Gimzberg D.Vtiedeman &R.P.OHara	生涯發展被認為是終生的過程，生涯發展乃生涯輔導方案應該依個人在一生中各階段的需求而設計，例如關注與年齡相關的發展階段：生涯成熟的過程、與生涯相關的自我概念的發展、性別角色導向的發展。
特質—因素理論	E.G. Williamson	藉由測量與工作相關的因素，以預估未來工作的成功，深遠地影響了工作性質的研究。此一理論的主要特色是在假設個人都具有能力或特質上的獨特組型，可以被客觀地測量，並與各種不同類型的工作需求彼此關連。
需要論	A.Roe	認為需要是選擇職業的關鍵所在，因此特別著重於個人內心之心理需求的探討。
類型論	J.L.Holland	以職業與人格類型的分析，協助個人選擇適合自己的職業，所以個人會因為形成個人背景的特殊人格及無數的變數，而被某一生涯所吸引。
心理分析論	E.S.Bordin B.Nachmann S.J.Segal	主要著重於個人動機、需要等心理動力的研究，強調早年人格發展過程中的經驗對職業選擇與職業適應有相當程度的影響。
決策論	H.B.Gelatt M.R.Katz	以決策的概念來解釋個人生涯發展的歷程與抉擇。也就是以一種具體的決策步驟。協助個人做出最佳的抉擇。
認知訊息處理理論(CIP)	Peterson Sampson Reardon	是 CIP 在生涯發展中的應用，係為了瞭解一個人如何做生涯決定，與應用資訊於解決生涯問題與做決定中，即生涯諮商的目標是經過訊息處理技巧的發展，以增強當事人的生涯決定能力。

(續下頁)

動機論	Maslow Sergiovanni&Carver	內在與外在的動機與需求，直接影響個人的職業選擇。
社會學習論	J.D.Krumboltz A.M.Mitchell C.E.Thoresen	強調遺傳與環境兩方面的因素對個人學習經驗的影響，而學習經驗日積月累後將成為個人的各種偏好、習慣、能力、情緒反應及認知形態等特性。
社會論	P.H.Blau et all. D.G.Miller& W.H.Form	認為個人在出生時所屬的家庭、種族與社會階級等因素，會影響個人的教育與職業機會，甚至影響個人職業選擇的目標。
經濟論	S.Rottenberg L.G.Thomas	探討經濟發展的狀況、人力資源的運用、勞動力市場的供需平衡、就業機會的多寡，以及職業收入對個人職業選擇的影響。

資料來源：本研究整理

因此，不管哪種理論，在每個人一生中的每個階段，都必定會面臨對自我生涯的檢視，也必然會經歷自我規劃的過程，這個自我規劃的過程，即為「生涯規劃」。「生涯規劃」的定義為何？以下先從學者提出的定義討論：

表 2-4

學者對「生涯規劃」的定義

學者(年份)	定義
張添洲(1994)	生涯規劃顧名思義是一個人生涯過程的妥善安排，在這個安排下，個人能依據各個計劃要點在短期內充分發揮自我潛能並運用各種資源達到各個發展階段的生涯成熟，而最終達成其既定的生涯目標
黃天中(1995)	生涯規劃即指一個人對生涯過程的安排，個人依計畫要點，在短期內充分發揮自我潛能，運用環境資源以達各階段的生涯成熟，最後達成既定的生涯目標。

洪鳳儀(2000)	生涯規劃是一個人盡其可能地規劃未來生涯發展的歷程，考慮個人的智握好能、性向、價值，以及阻力、助力，做好妥善的安排，而不是一顆擺錯位置的棋子
王素真(2007)	生涯規劃是一個人經由各種分析、評估，為自己的未來所勾勒的發展目標。
蔣肇志(2010)	生涯規劃是使個人規劃其未來生涯發展的過程，也就是設定個人生涯目標，然後設計完成生涯目標發展活動的過程。

資料來源：本研究整理

顧名思義，「生涯規劃」也就是「規劃」生涯的意思，藉由各種方式的分析、評估，為自己的未來做好規劃。近十年以「生涯規劃」為主題的相關研究很多，不過僅針對高職學生的較少，研究的面向也不盡相同，與本論文性質較類似，同屬生涯規劃課程的論文整理為下表 2-5。

表 2-5

國內以高職生為研究對象之生涯規劃課程教學的博碩士論文彙整表

研究者 與年份	論文 名稱	研究 對象	研究 方法	研究內容及目的	研究結果
陳韋 銘 2004	生涯規劃 課程學習 檔案的教 學實踐	高職生對 象。	行動 研究 法	為生涯規劃課程學習 檔案的教學實踐，研 究者以教學者的身 份，實際於任教科目 生涯規劃課程中，指 導學生建構個人學習 檔案。	1.學習檔案應該包括的內容 除了個人基本資料外，關於 群體合作、義工服務及檔案 編排應當要加強，同時亦需 加入相關的心理測驗結果。 2. 在檔案建構方面，需要教 師提供更多的參考範例，以 及相關的資訊設備跟更多 的時間。

(續下頁)

陳郁雯 2004	高職生自我認同之行動研究	針對一班在自我認同混淆程度較高的高職生為對象。	行動研究法	第一階段—問題形成，確認這班學生自我認同混淆程度較嚴重的層面；第二階段—行動研究，設計一套行動研究方案，進行行動研究，以提昇高職生的自我認同；第三階段則透過文件分析法、訪談法、參與觀察法等進行個案研究，以探討高職生自我認同的影響因素。	<p>1.生涯規劃課程有助於學生探索自我，同時，讓學生互動參與機會多且提供事後省思作業的教學活動，較容易達到教學目標。</p> <p>2.在班級經營策略中，良好的師生關係、學業成就的進步及社團、幹部的參與能適才適任，讓學生看到自己的能力表現，有助提昇自我認同。</p> <p>3.在親師溝通過程中，若親師能共同配合，且家長能適當調整教養態度，多看孩子的正向表現，則對孩子的自我認同會有正面影響；反之則適得其反。</p>
林桂如 2008	願景領導應用在高職學生學習態度與生涯規劃之行動研究	高職機械類群學生	行動研究法	本研究應用行動研究方式以願景領導的理念，建立班級願景，並落實班級願景，寄望能改變班上學生的學習態度與生涯規劃，從歷程當中了解問題，並檢視成效。	<p>1.願景領導運用在高職機械類群學生班級經營中，對於學生的生涯規劃也有顯著的進步，但對於從未思考將來發展方向的學生，能觸動他開始思考未來的發展，試著去探索自己的志向；對於未來稍有規劃的同學，也能重新檢視，擺脫過去既有對前途的思考模式。</p> <p>2.本研究發現願景領導運用在班級領導亦有其明顯的影響效果。</p>

陳淑娟 2008	生命教育 融入高職 生涯規劃 課程之行動研究	以中部某私立高中高職部資料處理科一年級一個班，共 48 名同學為研究參與對象	行動研究法	本研究將生命教育之內涵融入高職生涯規劃課程當中，以教學之歷程、課程成效、成效分析及限制，並綜合研究發現提出未來實施融入式生命教育課程設計及教學方法的具體建議。	1.教學者是生命教育課程的靈魂，除了熟知生命教育理論，最重要的是具有落實生命教育的態度。 2.課程設計及實施需以學生為主體，配合學生的特質及學習型態，並在多元有趣的教法中能引起其學習動機。
謝念儒 2007	新世紀的生涯輔導 ~綜合高中生生涯規劃課程的轉化與實施之行動研究	花蓮縣某私立中學高一 48 位學生（男 11 人，女 37 人）為對象。	行動研究法	一是了解目前綜合高中生生涯規劃課程實施的情形；二是分析「新世紀生涯規劃課程」的教學歷程與學生的學習成果。	目前綜合高中生生涯規劃課程的實施以教科書和教師講述為主，對外在環境的探索僅限於認識目前的職業。依「我的未來名片」前後測作品改變的情形來看，前後測職業目標皆確定，與前測不確定、但後測確定職業目標者，共佔全班 88%，皆更確定自己未來的目標與方向。
陳麗妍 2008	高一新生生涯發展與生涯規劃課程輔導成效之研究	高一新生生涯發展與生涯規劃課程輔導成效之研究	準實經驗研究	探討生涯規劃課程的實施，對高中一年級學生生涯發展概念之影響。依據研究結果提出具體適當建議，以供學校相關單位及教師實施生涯規劃教育參考	1.就讀高中一年級階段學生生涯發展情況為生涯態度領域得分優於生涯行動領域。2.接受生涯規畫課程教學活動的綜合高新生在生涯發展概念上的得分優於未接受生涯規畫課程教學活動的普通高中新生。3.新生進行生涯規劃課程後的思維有變化。

資料來源：本研究整理

同時，以此分爲研究方法、課程內容、研究結果分析如下：

1. 研究方法：共有一篇使用準實驗研究法，其餘使用行動研究法，其中三篇對象爲單獨一班學生做爲課程對象，其他則爲針對單一類科學生或是單一年級及單一課程學生爲對象。
2. 課程內容：課程多以現有的教材加以自編教案或以資料蒐集整理成教學方案進行課程，並以文件分析、訪談、觀察及影片等方式，作爲課程教學的多元化，以使教學方案更具有成效。
3. 研究結果：就以上的研究成果，生涯規劃課程方案的進行與設計，能使實驗組在研究項目達到正向的效果；在質性研究分析也能得到肯定的結果，並認爲生涯方案的設計，是推動高職學生生涯規劃可行方法之一。

由上述研究結果可得知，生涯規劃方案對於學生能有所收穫之外，同時能於學上更生動，也更豐富多元的內容，並增進學生學習的動機及教師在專業課程的設計與知識的成長，進而提升教學自身實驗與解決問題能力。但在課程設計上較少加入流行文本的應用，如影片、繪本、小說、電視及廣播等形式，若在教學方案中加入此一元素，針對時下青少年感興趣方式進行教學活動，定能使學生更投入，成果能更提升。故本研究針對以繪本進行教學方案的設計，使生涯規劃教學更生動也更貼近生活。

貳、生涯規劃步驟與模式

要如何才能做出最好的生涯規劃，首先，林幸台學者將生涯規劃歸納出三要素：知己、知彼、抉擇。一、知己：對自我的瞭解和認識，價值觀的形成，抱負水準、成就動機等。二、知彼：對外在環境的瞭解和認識，包括政治、經濟、社會、文化、教育等環境的認識。三、發展途徑。

這三項要素到現在發展五大要素，增加了目標與行動。在王素真編著教育部審定的生涯規劃課本中的生涯規劃模式圖中可以發現（參下圖 2-1）：

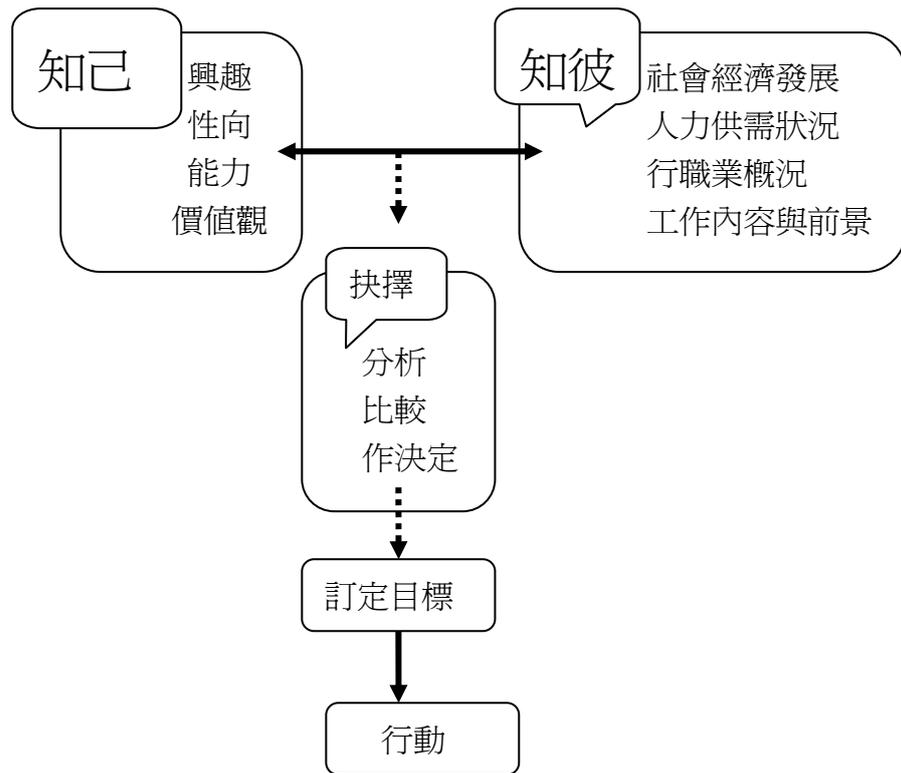


圖 2-1

生涯規劃模式圖

資料來源：王素真(2007)。生涯規劃(頁 8)。台北：台科大圖書股份有限公司。

另外，還有 Swain 的生涯規劃模式圖（參下圖 2-2）：

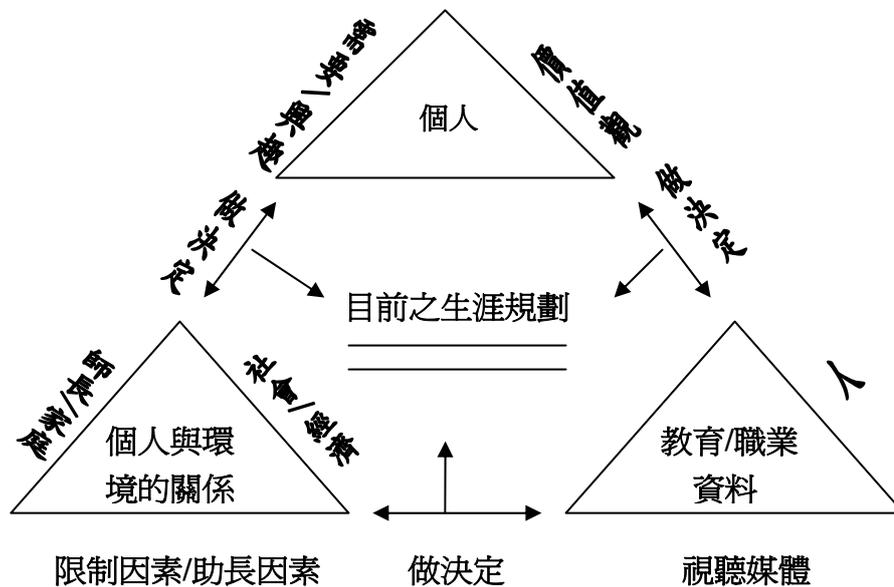


圖 2-2

生涯規劃模式圖

資料來源：金樹人(1997)。生涯諮商與輔導(頁 50)。台北：東華。

Swain 的生涯規劃模式圖則是重視自己與環境的連結，除了自己的興趣、能力、性向外，家庭因素、社會經濟因素、甚至教育與職業的資訊，例如參觀訪問、文書資料和演講座談等都影響深遠。

生涯規劃的實施步驟，Mayer 認為應該包含九個步驟(徐明志，2001)：

1. 確立政策方案目標
2. 需要的評估
3. 目標的明細化
4. 規劃可能採取的對策方式
5. 預估各種對策可能的結果
6. 確定最佳對策的具體行動
7. 執行該項最佳的對策
8. 評鑑執行的結果
9. 回饋評鑑結果至原訂目標，作必要的修正。

楊朝祥認為生涯規劃的步驟為(楊朝祥，1989)：

1. 具體化、階段化目標：依照個人各種主、客觀因素先決定大略的方向，再仔細探索，逐步將目標具體化、階段化以奠定成功的基礎。
2. 考慮各種可行途徑：達成目標的途徑可能不是唯一的，因此應將各種可能的途徑全部詳細列出。
3. 選擇最適當的途徑：就各種可行的途徑中選擇最適當的途徑。
4. 安排執行：選擇最適當途徑後，更進一步安排執行的明確時間表。
5. 評鑑及改進：計畫執行中應對自己的作為作檢視，使之配合預定進度，或對主、客觀因素的變化做適當的調整。執行後，更必須進行成效的評估，以作為改進的參考。

楊朝祥的生涯規劃步驟除了訂定目標、執行外，還加入了評鑑及改進步驟，認為應該再執行後，進行成效評估，端看自己的方向是否適當，以作為改進的參考。同樣持相同看法的還有張添洲(1994)，他同樣認為在每個步驟進行的同時，仍要隨時回饋調整，如下圖 2-3：

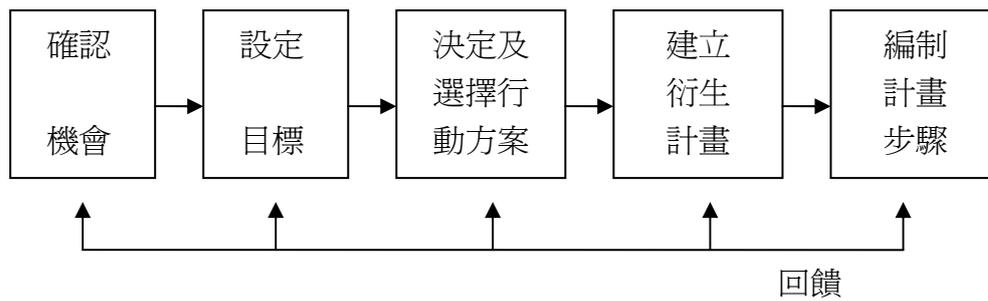


圖 2-3

生涯規劃程序之五大步驟

資料來源：張添洲(1994)。生涯發展與規劃(頁 169)。台北：五南。

總言之，不管是哪種生涯規劃步驟，其實都是希望個人在做生涯規劃時，皆能用對方法規劃生涯，作出最完善的生涯規劃。

參、生涯發展階段

縱觀生涯發展理論，很多學者提出不同的看法，有些學者的生涯發展理論未觸及到高職階段，所以在此僅針對某些有提及此階段的學者理論進行討論：

(一)Ginzberg, Ginsberg, Axelrad 和 Herma 的生涯發展階段論

Ginzberg 等人的生涯發展階段論將生涯分成三個時期，即幻想期(出生至十歲)、試驗期(十一歲至十八歲)、和實際期(約為十九歲以後)。處於試驗期的高職生會逐漸經歷幾個次階段(引自楊依雯，2010)：

1.興趣的發展(11-12 歲)

Ginzberg 認為十一歲兒童停止幻想，開始覺察自己的興趣，一般透過觀察父母工作、學校活動、同儕角色扮演等方式來瞭解自己興趣所在。此時對於生涯的選擇仍缺乏判斷力，大多依據本身的興趣做為選擇的判斷。

2.能力的發展(13-14 歲)

青少年開始培養自己興趣的能力，並將自己的能力與興趣表現在各項與職業生活有關的活動上。因此，教育對該階段青少年的重要性增加，青少年亦對自己及未來的觀感也較趨於現實。

3.價值觀的發展(15-16 歲)

該階段青少年進行生涯抉擇時，因逐漸瞭解職業價值，開始將自己的目標與價值觀列入考慮，隨認知能力的發展，開始思考一些抽象問題，如：「賺錢比較好，還是幫助他人比較好？」另婚姻或人生計畫的議題也開始浮現，此種抽象概念的發展促使青少年得以進入下一個階段。

4.轉換階段(17-18 歲)

此時的青少年在生涯選擇上，薪資、畢業後得否升學等現實條件是選擇尚一個重要的考量因素，青少年已意識到決定的急迫性，知道自己具有決定未來的能力，且必須去採取一些行動，所以會開始收集與統整相關職業資料，也開始為自己確立未來方向。

在 Ginzberg 等人的生涯發展階段論中，高職階段的青少年被劃分在試驗的後半期，二個很重要的分野是：第一，這時候的青少年開始瞭解職業價值，開始將自己的目標與價值觀列入考慮。第二，因為年紀接近成年，在逼近工作就業之際，開始意識到決定未來工作方向的急迫性。作為兒童至成人的過渡期，Ginzberg 等人的生涯發展階段論認為兒童屬於幻想期，直到青少年才開始瞭解職業的價值，會將自己的目標與價值觀列入考慮，這和後來有名的生涯大師 Super 有很大的不同，接下來將略述 Super 的生涯發展主張。

(二)Super

在眾多生涯發展理論中，最著名的即生涯大師舒伯(Super)，Super 經過長期的研究，於一九五七年提出生涯發展的十二項基本主張（楊朝祥，1989）：

1. 職業是一種連續不斷、循序漸進且不可逆轉的過程
2. 職業發展是一種有秩序、有固定型態、且可以預測的過程
3. 職業發展是一種動態的過程

4. 自我觀念在青春期就開始發展，至青春期逐漸明朗，並於成年期轉化為職業概念。
5. 自青少年期至成人期，隨著時間及年齡的漸長，現實因素，對個人職業的選擇愈形重要，例如人格特質及社會因素
6. 對於父母的認同，會影響個人正確角色的發展和各個角色間的一致及協調，以及對職業計畫及結果的解釋
7. 職業升遷的方向及速度，與個人的聰明才智，父母的社經地位，本人的地位需求、價值觀、興趣、人際技巧，以及經濟社會中的供需情況有關。
8. 個人的興趣、價值觀、需求、對父母的認同、社會資源的利用、個人的學歷，以及其所處社會的職業結構、趨勢、態度等，這些均會影響個人職業的選擇。
9. 雖然每種職業均有特定要求的能力、興趣、人格特質，但卻頗具彈性，以致允許不同類型的人從事相同的職業，或一個人從事多種不同類型的工作。
10. 工作滿意度端視其個人能力、興趣、價值觀及人格特質是否能在工作中適當發揮。
11. 工作滿意的程度與個人在工作中實現自我觀念的程度有關。
12. 對大部分而言，工作及職業是個人人格統整的重心。雖然對少數人而言，這種機會是不重要的，或甚至是不存在的，只有社會活動及家庭才是他們人格統整的中心。

針對這十二項主張，洪鳳儀將 Super 的十二項主張歸納整理出三點(洪鳳儀，2000)：

1. 生涯發展與職業發展的萌芽期自童年就開始了。對父母的認同、父母的社經地位，都影響小孩子對職業的看法和日後選擇。
2. 隨著年齡增長，一直到青春期，甚至成人期，自我概念與對外在環境的現實感逐漸形成。
3. 生涯與職業發展是連續的、有秩序的、無法回頭的。

Superr 將生涯發展歷程分成五個階段：成長階段、探索階段、建立階段、維持階段、

衰退階段(王素真，2007)；

1. 成長階段：從出生到十四歲是兒童期，在家庭與學校生活中逐漸發展，學習確立自我概念，透過各種遊戲、模仿、觀察等方式，慢慢形成生涯的雛形。
 2. 探索階段：十五到二十四歲是青春期到成年前期，這階段是一個試探、過渡與嘗試時期。這時期青少年透過各種學習與活動，逐步試探出自己的性向、興趣與能力，在一連串的嘗試與體驗、挫折與肯定當中，試著為自己的職業生涯鋪路。
 3. 建立階段：從二十五歲到四十四歲是成年到中年階段，生涯的內涵在這時期已經成形，呈現安定於某種職業傾向。這時期個人付出歲月、累積經驗，逐漸建立起專精又穩固的地位，在工作上力求表現，也得到成就感與自我肯定。
 4. 維持階段：四十五歲至六十五歲是中年期到老年期，這時期的特色是追求穩定與守成，努力維持成果，以持續保有地位與成就，只是較少創新自然也有競爭壓力。
 5. 衰退階段：從六十五歲到死亡是屬於退休衰退時期，退休後從工作參與者轉變成觀察者，新角色的適應、健康問題、配偶與老友的死亡打擊等等都是重要課題。
- 顯而易見，Super 將高職階段的青少年分屬於探索階段，王素真學者又將此階段分

為三個過程(王素真，2007)：

1. 試探：高中職的學生對生涯需求、興趣、能力、價值與機會都會開始做考慮，並試探著做決定，也會幻想、討論未來的可能工作類型。
2. 過渡：高中職階段學生有機會參與就業市場與訓練計畫時，就會開始重視現實因素，會將一般性概略的選擇轉換為特定的選擇，以追求個人職業偏好。
3. 嘗試：慢慢的開始加入就業市場，在嘗試、體驗工作之後，會試著將一項工作當成固定的長期工作；若不適合，就重新試探、嘗試、尋找方向，以追求職業喜好的具體化、特殊化。

(三)Tiedeman 及 O'Hara 的自我發展論

Tiedeman 及 O'Hara 於 1963 年以 Erikson 的社會心理論及 Super 的生涯發展論為基礎，發展出一套自己的生涯發展觀點。他們認為生涯發展是一連串抉擇的總和，也就是

個人自我認定不斷分化與統整的過程(邱美華、董華欣，1997)。共分為預期與實踐兩大階段及七個次階段，略述如下(楊依雯，2010)：

1. 第一階段為預期階段，又分為四個次階段：
 - (1)探索：以多樣方式去探索自我興趣，逐漸意識到自己有興趣的一些職業方向。
 - (2)具體化：職業方向更為明確，範圍逐漸窄化。
 - (3)選擇：作決定。
 - (4)澄清：確信自己的決定，並為自己的選擇完成一套計畫。
2. 第二階段為實踐階段，又分為三個次階段：
 - (1)入門：即進入工作領域。
 - (2)重整：對自己的目標及所處環境作修正。
 - (3)統整：個人在工作上有所貢獻，並建立自己的工作地位。

在 Tiedeman 及 O'Hara 自我發展論中，青少年時期正準備從預期階段邁入實踐階段，因此必然會經歷自我認同不斷分化與統整的過程，要瞭解固中緣由，就必須談到其中理論基礎之一：Erikson 社會心理論。Erikson 的心理社會階段論將人的一生分為八個階段，並有其發展的美德，這是其克服了心理社會危機後所產生的特質，八階段為：(1)嬰兒期：信任對不信任；(2)兒童初期：自主對羞愧與懷疑；(3)學前期：創新對罪惡；(4)就學期：勤勉對自卑；(5)青春前期：辨識(認定)對角色混亂；(6)成年期：親密對孤獨；(7)中年期：活力對頹廢；(8)晚年期：完美對絕望(黃德祥，2005)。

雖然每個階段的危機都有其特徵，但是每個階段也都有以該階段必須面對的危機為主要發展任務，因此從 Erikson 的心理社會階段論可以得知，青少年時期主要會面臨的心理社會危機是辨識對角色混亂(自我統整—角色錯亂)，因此我們可以知道，在青年期「自我認同」的任務是最迫切且困擾的。「自我認同」指的是個體自我統合(self-synthesis)，是個體尋求內在合一及連續的能力，而合一與連續的感覺要與個人所在的環境相配合。換句話說，認同是個體在面對新環境時，能將過去經驗所連續下來的感覺，目前自己的知覺以及對未來的期望做一個統整，以能瞭解並接受自己和自己的團體(蘇建文等人，1997)。

那麼，爲什麼在青年期會出現自我統合危機呢？劉念肯(2009)曾就 Erikson 提出的 Moratorium 青年做很清楚的說明，Moratorium 即借用經濟語彙「延緩支付期間」，說明青年期爲了確立自我認同，在免除社會責任與義務中可以做自由實驗，因此，把青年期定義爲「心理、社會延緩期」。Erikson 同時把不能利用 Moratorium，在社會中無法定位自己(感到不能確立認同)的青年稱爲「認同擴散症候群」，此症候群有下列六種臨床狀態：(1)認同意識過多(過多關心自我像)；(2)選擇的迴避和麻醉(任何選擇、決定都會引起衝突的狀態)；(3)對人距離失調(使自己的內在孤立，只有規格化、形式化的人際關係)；(4)時間展望的擴散(喪失危險逼近的急迫感和生活一元的時間意識)；(5)勤勉性擴散(勤勞感急遞擴散)；(6)否定認同的選擇(對於社會所提供的好的部分和相反的部分做過大評價)。

針對 Erikson 的看法，Akhtar 在 Erikson 的 30 年後舉出「認同擴散症候群」的特徵(引自劉念肯，2009)：

- (1)矛盾的性格特徵：即「純樸」與「多疑」、「貪慾」與「禁慾」、「傲慢」與「膽怯」等性格特徵「共存」，此特徵的人格化可能成爲多重人格。
- (2)自己的時間不連續性：在時間的流動中欠缺保持認同的能力。
- (3)缺少真正性：即表示模仿他人的感情、想法、行爲。
- (4)空虛感：覺得心裡是空洞的。
- (5)性別不適當的感覺：認同與性別認同有關。
- (6)無秩序的民族、倫理相對主義：欠缺「屬於某一種族」或價值標準。

換言之，青少年會缺乏自我認同感，筆者認爲一個最大的原因是一青少年是兒童至成人轉換中的過渡期，一方面，青少年的心智狀態已快成熟至成人，青少年自己也很期待成人的活動，但是，現今社會的成人們卻不把青少年當獨立的個體看待，認爲他們仍是不成熟、需被呵護的，導致他們缺乏 Akhtar 舉出的真正性與空虛感，容易從模仿他人的感情、想法和行爲中，填補自己的空虛感，滿足自己期待做爲一個成人的性格特徵。

(四)Holland 的生涯類型論

John Holland 認爲生涯選擇是個人人格在工作世界中的表露和延伸。亦即，人們是

在其工作選擇和經驗中表達自己、個人興趣和價值。個人會被某些能滿足其需求和角色認定的特定職業所吸引，因此我們可依據個人對職業的印象和推論，將人們和工作環境加以做特定的歸類(楊依雯，2010)。據此，Holland 將個人及環境均歸類為六大典型：實用型、研究型、藝術型、社會型、企業型，和傳統型，故其理論稱為「類型論」(吳芝儀，2000)。

特別地是，Holland 特別指出生涯諮商人員的角色，是一種提供資訊的角色，亦即協助學生瞭解自我，認識工作世界，使學生能獲得適切的生涯發展。因此，透過 Holland 的理論，將典型人格特質與職業環境關係運用在生涯發展教育中，可以讓學生瞭解不同人格特質與職業類型的關聯性。此外，生涯諮商人員的工作在於評估學生之人格特質，並協助他們去尋找符合的工作環境，以發現一致性的職業，此乃是生涯諮商的主要目標(引自楊依雯，2010)。

總而言之，Super 認為生涯發展與職業發展的雛形自童年就開始了，而且家庭、學校的教育和環境，都影響小孩子對職業的看法和日後選擇。青春期開始發展自我概念，並於成年期轉化為職業概念。只是，自我概念的雛形、發展到轉化的過程，對於青少年來說，是否就如此的簡單和順遂？尤其青少年是被冠上「叛逆」的一群人，他們的探索過程所面臨的困境是我們更需加以關切和重視的。

第二節 現階段高職生生涯規劃課程之探究

為什麼青少年在探索過程容易面臨困境，Super 認為青春期是自我概念雛形發展到轉化的過程，Tiedeman 及 O'Hara 在自我發展論中，提到青少年會經歷自我認同不斷分化與統整的過程，Erikson 的社會心理學同樣認為，高職階段的青少年不只屬於探索階段，也正處於「辨識對角色混亂」(自我統整—角色錯亂)的自我統合危機時期，在試探、嘗試的過程中，儘管可以透過各種學習與活動，逐步試探出自己的性向、興趣與能力，但也有可能在自我統合錯亂下，面臨否定認同的選擇或自我衝突的矛盾意識，進而無法做

出正確地生涯規劃。這時，學校的生涯教育是否能提供輔助讓學生得以提升自我認同的生涯規劃，是我們必須加以重視的課題。

而「生涯規劃」課程設計，即「生涯教育」的目的係提供有計畫的教育經驗，以增進青少年的生涯發展與為未來的生涯作準備。

壹、「生涯規劃」課程實施情況

學校的生涯教育是否能提供輔助讓學生得以做出符合自己人格特質的生涯規劃，首先必須先認識青少年生涯規劃重點，例如國內學者黃德祥提出青少年生涯規劃的重點主要應該在：

- (一)自我認識：瞭解個人的潛能、智力、興趣、性向與人特質，並經由適當測驗與生涯諮商而加深自我瞭解程度。
- (二)認識工作世界：對工作發展前景、就業與職業訓練資源，以及工作機會都能有深刻的體認。
- (三)確認自我的工作價值觀：能認識工作與職業對個人發展的重要，並且瞭解自我的價值體系，且在專業人員的輔導下，形成較正確且符合社會主流價值體系的生涯觀念。
- (四)評估環境因素：對現階段政治、經濟、勞動條件、社會與文化因素能有較深入的瞭解。(黃德祥，2010)

從上述四點可以發現，處於自我統合混亂和狂飆期的青少年，是最需要自我認識，並建立自我價值觀的時期。

同時，黃德祥(2010)也提出生涯教育的重要與要素，包含了自我覺察、教育覺察、生涯覺察、經濟覺察、作決定、起始能力、就業能力技巧、態度與鑑賞共八大因素，如表 2-6 所示：

表 2-6

生涯教育的八項重點與要素

項目	內容
自我覺察	使學生瞭解自己的需求、優點、個人性格，並使學生能發展自我知識，且有積極的自我認定。
教育覺察	使學生認識到基本知能發展的重要，並且能掌握知識內容，以便達成生涯目標。
生涯覺察	透過教育與職業經驗，使學生瞭解自己與生涯、工作世界的關係，並充分認識生涯發展的歷程。
經濟覺察	使學生瞭解人、經濟、生活型態與就業的關係。
作決定	使學生負責任的作選擇，並且協助學生能將個人的抉擇與目標相配合，且能採取必要之行動，利用有效資源而獲得最大利益。
起始能力	協助學生發展基本的認知能力，以便界定工作目標，對生涯步驟作摘要、完成目標，並對結果作評鑑。
就業能力技巧	使學生發展適當的就業技巧，以便能勝任工作。
態度與鑑賞	協助學生發展內在的價值體系，以便能承擔適當的生涯角色，使工作的參與能得到滿足。

資料來源：黃德祥(2005)。青少年發展與輔導精要(頁 231-232)。台北市：考用。

國外學者生涯大師 Super 認為中學階段應具備的生涯發展任務有(蔣肇華，2010)：

- (一)進一步發展其能力與特殊才能
- (二)選擇就讀學校或工作領域
- (三)選擇學校課程
- (四)發展其獨立性

另一位 Herr(1991)更試圖歸納出國初中和高中職學生在生涯發展與輔導上的任務。

對國初中學生而言，生涯輔導目標應在於探索和檢驗學生對自我、他人和生涯機會的態度和資訊。而對高中職學生而言，生涯輔導的主要任務則在於協助學生為從學校到工作或大專院校的轉換做出具體的規劃。高中職的生涯輔導任務為(吳芝儀，2000)：

- (一) 為從學校至成人期之轉換做準備
- (一) 培養獨立自主，達成心理上的獨立，不再依賴父母
- (二) 擴展同儕關係，培養發展親密關係的能力
- (三) 學習處理異性關係、約會和性關係
- (四) 為籌措接受繼續教育之學費做準備
- (五) 學習如何照顧個人的身心健康
- (六) 學習管理時間
- (七) 形成個人的價值體系
- (八) 形成個人的生涯期望和規劃
- (九) 為生涯規劃及其結果承擔責任
- (十) 讓個人的選擇性盡可能保持開放
- (十一) 發展生活的重要技能，且有效利用休閒時間

因應社會大眾普遍認知到學生生涯規劃能力的重要性，行政院改革審議委員會也在第一期諮議報告中，提出「職業教育並非單一技能的培養，因應未來技術密集、變遷快速的社會結構，應該重視終生教育的理念，並有生涯教育的規劃」加速了生涯規劃教育的催生(行政院教育改革審議委員會，1995；引自徐明志，2001)。有鑑於生涯教育的重要，教育部自1998年9月公佈高職新課程，將「生涯規劃」開設為必修科目之一，其教學目標有下列三項：

1. 認識生涯規劃的基本概念
2. 熟悉生涯規劃的技巧適應社會變遷
3. 培養從事職業活動的志趣及服務熱忱

而在促進生涯發展部分，希望學生達成的目標有二：

1. 增進對自我潛能與工作環境的瞭解，確立適切的人生走向

2. 增進創造性、批判性思考，及適應社會變遷與終生學習的能力

同時，期望高中職學生應發展的生涯教育目標為：

1. 生涯探索與計畫：包含計畫與生涯發展、瞭解性別與生涯的關連，決定科系與學校、學習運用時間。
2. 認識自我與他人，包括瞭解與接納自我，學習婚姻與家庭的責任。
3. 教育與職業準備，包括準備找工作、做決定、增加基本能力和職業選擇訓練。

根據 89 年課程綱要，如表 2-7 所示，訂定生活領域課程最低應修六個學分，在生活領域部分可開設的科目名稱如下：

表 2- 7

89 年生活領域課程綱要

科目類別	科目名稱	學分數	
生 活	家政與生活科技 I	2~4	家政與生活科技 II 2~4
	電腦應用 I	2~4	電腦應用 II 2~4
	計算機概論	2~4	生涯規劃 2~4
	人際關係與溝通	2~4	兩性問題 2~4
	心理衛生	2~4	法律與生活 2~4
	家庭看護（含兒童保育）	2~4	消費與生活 2~4
	環保與生活	2~4	飲食與健康 2~4
	愛情婚姻與家庭	2~4	生活禮儀 2~4
	其他	2~4	
		最低應修學分	8

資料來源：華興書局全球資訊網。89 高職課程綱要。取自

http://www.hwashing.com.tw/teacher/teacher01_003.asp

「生涯規劃」課程在職課綱中歸屬於「生活領域」課程。更仔細來看，在教育部所訂定的課程綱要中，針對每一類科設定的生活課程內容並不相同，統計結果如下表 2-8

所示：

表 2-8

89 年生活領域課程各類科科目名稱及學分數

類別	科別	生活領域科目名稱及學分數
工業類	機械科、模具科、製圖科、鑄造科、板金科、配管科、汽車科、重機科、機電科、機械木模科	計算機概論 I 2 計算機概論 II 2 生涯規劃 2
	電機科、電子科、控制科、資訊科、冷凍空調科	
	化工科	
	土木科、建築科、家具木工科、室內設計科	
	印刷科	
	環境檢驗科	
商業科	商業經營科、國際貿易科、會計事務科、資料處理科、廣告設計科、不動產事務科	生涯規劃 2 法律與生活 2
	應用外語科、餐飲管理科、觀光事業科	計算機概論 I II 4
農業科	農業類科	生涯規劃 2
		法律與生活 2
		計算機概論 I II 2
		人際關係與溝通 2
海事水產類	航海科	電腦應用 I 2
		電腦應用 II 2
	輪機科	計算機應用 2
		人際關係與溝通 2
		法律與生活 2
海事水產類	航運管理科	電腦應用 I 4
	電子通信科	電腦應用 II 4
		計算機應用 2
海事水產類	漁業科	電腦應用 I 2
	水產養殖科(一般)	計算機概論 2
	水產養殖科(階梯)	婚姻與家庭 2

(續下頁)

海事水產類	水產食品科	電腦應用 I	2
		計算機概論 I	2
		生涯規劃	2
海事水產科	水產經營科	電腦應用 I	4
		電腦應用 II	4
		計算機概論 I	2
家政類	家政類科	電腦應用 I II	6
		法律與生活	2

資料來源：華興書局全球資訊網。89 高職課程綱要。取自

http://www.hwashing.com.tw/teacher/teacher01_003.asp

根據 99 課程綱要，「生活領域」課程包含有：「生活科技」、「家政」、「計算機概論」、「生涯規劃」、「法律與生活」、「環境科學概論」共六科，每科 2 學分，各校需自選二科共 4 學分開設於一年級第一、二學期。令人疑惑的是，短短兩學分，如何能確實瞭解學生的需求，解決學生的生涯規劃問題？同時，共四學分的生活領域課程只開設於一年級第一、二學期，對於初入技職體系的高職生，在還未接觸本科技職課程內容時，就要學生們做生涯規劃，而即將面對升學和就業的三年級學生卻沒有相關課程加以輔導，實有本末倒置之嫌。

再者，若各校選擇的是「計算機概論」或「環境科學概論」這兩科(註：「家政」一科還有若干相關之處)，那麼就完全未能接觸到「生涯規劃」課程，綜使現在強調課程統整，強調各科目教學或活動時應融入生命教育、法治教育、人權教育、道德教育、生活教育、環保教育、職業安全衛生、消費者保護教育、健康教育、性別平等教育、生涯規劃、永續發展、多元文化與價值澄清等各種情意教學，但是真正能將其融入課程中的教師，相信應該是少之又少。甚或，學校縱然有選擇「生涯規劃」此科，教師是否有確實上課而未拿來上其他課程，或者有上卻照本宣科，這些都無法達到生涯發展課程預期應該達到的目標。

貳、生涯規劃綱要

從八七至九八課程暫綱中可以發現，兩個時期的高職生涯發展課程皆統合於「生活領域」課程中實施，沒有太大的變化。本節將從課程綱另做整理，討論近期生涯規劃課程內容為何？有否轉變？

(一)八七年生涯規劃綱要

教育部自一九九八年九月公佈、八十九年實施的高職新課程，首先將「生涯規劃」開設為必修科目之一，其生涯規劃課程綱要內容如下

表 2-9

八九年生涯規劃綱要

單元主題	內容綱要	教學參考節數	備註
一.生涯與生涯規劃	(一)生涯規劃 1.生涯規劃概說 2.生涯規劃的意義 3.生涯規劃的重點 4.生涯規劃的角色 5.生涯規劃影響因素 (二)自我認識 1.自我特質 2.人格特質 3.興趣分析 4.價值澄清	8-10	作業活動： 性向測驗 價值澄清單
二.工作與職業認識	(一)工作 1.工作的意義 2.工作的功能 3.工作世界認識 4.就業準備與工作調適 (二)職業 1.職業的意義 2.職業的內涵 3.職業的類型分析 4.職業選擇與發展 5.職業道德	8-10	作業活動：工作世界訪談 職業訊息簡報

三、生涯發展與管理	(一)生涯發展	作業活動：成功人物報告與分析
	1.生涯發展的意義	
	2.生涯發展的階段	
	3.生涯發展的任務	
	(二)生涯管理	6-8
	1.生涯管理的意義	
	2.生涯管理的重點	
	3.生涯管理的要素	
	4.教育與訓練進修	
四、生涯能力與生涯抉擇	(一)生涯能力	作業活動：履歷撰寫、生涯抉擇報告
	1.生涯成功要素	
	2.生涯能力內涵	
	3.生涯能力發展	
	4.走出自己的路	
	(二)生涯抉擇	8-10
	1.生涯抉擇的意義	
	2.生涯抉擇的要素	
	3.生涯抉擇規劃的影響因素	
	4.生涯抉擇的步驟	
	5.高職學生生涯規劃實例	

資料來源：華興書局全球資訊網。89 高職課程綱要。取自

http://www.hwashing.com.tw/teacher/teacher01_003.asp

(二)九九年生涯規劃綱要

國民中小學九年一貫課程於 91 學年度實施後，為使 94 年度入學高職的新生，課程得以順利銜接，教育部於 91 年規劃完成「高級職業學校課程綱要草案」，93 年修正「高級職業學校群科課程暫行綱要」。高職新課程暫行綱要已於 94 年 2 月公佈，95 學年度將正式實施。94 年公布，95 學年度正式實施之「職業學校群科課程暫行綱」是 98 年高中職課程正式綱要的前奏，並於 99 年全面實施新課程。

99 年課程綱要的訴求理念強調「生活素養」、「責任感」、「生命價值與意義」之理念，期許新世紀的青年在經過三年的學習與成長後將具有下列三項特質：(一)熱情且富有責任感。(二)充滿理想並具實踐的能力。(三)有傳承文化和歷史的使命，且能創新。

同時具有六項特色：

(一)考量銜接大學基礎教育及九年一貫課程之精神。

- 1.重視課程的一貫性，上承大學基礎教育，下續九年一貫課程的銜接。
- 2.重視學生生涯發展，更應注意銜接大學基礎課程。

(二)配合中等教育共同核心課程進行規劃

- 1.選取高中、高職、綜合高中共有之部分內容為原則。
- 2.包括：語文、數學、藝術、生活、社會、自然、健康與體育計七大領域十四科，共 48 學分。

(三)分從「生活素養」、「生涯發展」及「生命價值」三層面規劃課程。

(四)依循「科目減併」原則修訂科目與學分數。

(五)採用學習領域概念，但仍採分科教學。

- 1.承襲九年一貫課程的精神，強調學習領域的建立。
- 2.顧及高中學科師資培育、課程教學及知識理解之需求，仍沿用分科教學，而不採取領域教學。

(六)強調學校本位課程精神，下放選修課程。

- 1.學校成立課程發展委員會，依其經營理念自行規劃，以發展各校特色課程。
- 2.學校得因應地區特性、學生特質與需求。
- 3.選擇或自行編輯合適的教科書和教材，以及編選彈性學習時數所需的課程教材。

根據九九年新課程的特質和特色，可以發現新課程的設計特別強調在「生涯發展」上，除了注意銜接大學基礎課程外，還特別強調重視「生活素養」、「生涯發展」及「生命價值」三層面的課程規劃，可見近期的課程方向已迥異於過去重視「職業」的狹義生涯規劃概念，重視讓學生體會生涯規劃背後的生命價值意涵。

同樣，在九九高職的生涯規劃綱要也可以看出相同趨勢，如下表：

8.環境與我	1.升學探索 升學校系資訊探索。 2.就業探索 (1)認識工作世界。 (2)行業資料蒐集。(3)求職準備。 (4)敬業態度與職業道德。 (5)團隊合作。	6-8
9.生涯抉擇	1.生涯抉擇的意義。 2.生涯抉擇類型探索。 3.生涯抉擇的阻力與助力分析。	2-4
10.生涯行動與時間管理	1.我的生涯行動計畫。 2.生涯規劃與時間管理。 3.時間規劃練習。	1
11.休閒生活	1.休閒生活的重要性。 2.休閒生活種類與休閒安排。 3.休閒生活探索。	1
12.生涯楷模學習	1.生涯名人案例。 2.生涯訪談。 3.生涯訪談報告。 4.生涯座右銘。 5.檔案案例學習。	6-8
13.學習檔案總整理	學期自我學習檔案回顧與整理	1

資料來源：教育部高級職業學校群科課程資訊網。99 學年職業學校群科課程綱要-總綱。

取自 <http://tpde.tchcv.s.tc.edu.tw/course/download02.asp?ID=40>。

從九九年高職的生涯規劃綱要來看，現階段高職的生涯規劃綱要，其實主要還是符合前述提到的「知己、知彼、抉擇、目標、行動」生涯規劃五大要素，只不過，八七年的生涯規劃課程第一著重在「就業」規劃，第二著重在理論教學，而近期九五年至九九年的生涯規劃，職業的探究已不再是唯一規劃重點，轉而著重在廣義的生命教育探究上，將性別教育(兩性關係)、生命教育、情緒管理納入生涯規劃的內涵，同時在課程上加入名人案例介紹、學習檔案製作、時間規劃練習等課程，以實務取代理論，對於學生生涯規劃方向有很大的轉變。

因此，在選用繪本方案的內容上，即是以上述 99 課程綱要-高職生涯規劃為依據，

作為設計教案的方向，同時以單元主題中學分數高與高職生涯發展中相關性高的內容綱要為考量，並以具有良好的建構效度與信度測量工具－青輔會所編製之「新訂青年生活適應量表」，作為青年生活適應檢核的有效工具。其分量表內容包括「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」、「現代化」與「幸福人生」等六個向度，兩者結合形成得到本研究方案的四大單元及四個對應指標，共可形成八週的繪本教學方案；其中以「生涯與生涯規劃」單元、「生涯中的自我」-自我特質，對應「社會適應」指標；「生涯中的自我」單元-價值觀、興趣，對應「價值信念」指標；「生涯中的自我」單元-生涯能力、「生命教育」單元，對應「生涯定向」指標；「環境與我」、「生涯抉擇」單元，對應「積極進取」指標。期能以此於高職生生涯規劃課程中達到預期成效。

第三節 繪本的功用與內涵

圖畫書的英文為「picture book」，日文稱為「繪本」，國內外學者普遍皆同意圖畫書也就是繪本，近年來在台灣坊間，例如介紹繪本著作：繪本大師郝廣才《好繪本如何好》、劉清彥《閱讀裡的生命教育：從繪本裡預見美麗人生》；教案設計著作：吳淑玲主編《繪本主題教學資源手冊》、林敏宜《繪本大表現：文學要素的主題與運用》大都採用「繪本」這個名詞。本研究採用「繪本」一詞作為本文中的論述。

壹、繪本的定義與特色

西方學者 Nodelman 和 Reimer 認為圖畫書的內容是以很少的文字說故事或傳遞訊息，通常每頁都有圖畫的薄冊書(劉鳳芯、吳宜潔譯 2009)。Kiefer(1982)認為繪本是一種藝術品，它藉由連續頁數傳遞訊息的圖文作品來傳遞訊息，這個訊息可以完全的以圖畫來呈現，也可以透過文字與圖畫兩者聯合來表達。Burke(1990)認為圖畫具有傳遞訊息的功能。

日本學者則將繪本視為綜合藝術的結晶，松居直就認為繪本是藉由文與圖來達成「書」的形式，長久以來，它就被認為是一種綜合藝術。爲了要使語言和圖像可以有多樣的組合，繪本有各式各樣的版型，以及不同的頁數和紙頁，然後，再透過製版、印刷這些複雜的技術和各種裝幀作業，終於有了書的形式。同時，松居直也談到，繪本具有兩套語言系統，一是以文字作為表現符號的文本，一是圖像。事實上，圖像也被當成語言來解讀。不識字的幼兒可以自己翻開繪本看得津津有味，乃因為他讀的是圖。繪本的圖是會說故事的(林真美譯，2005)。

國內學者對於圖畫書的定義也很多，包括郝廣才(1998)認為繪本是用圖畫說故事的藝術，也就是一本書，運用一組圖畫，去表達一個故事，或一個像故事的主題。黃心儀(2011)將繪本定義為運用連貫性、敘事結構圖畫來傳達和詮釋故事涵意的書籍，不論是圖畫或文字，都能描述故事，透過兩者的交互作用更加深故事的鋪陳推展。

Jalonog(2004)認為組成繪本的要素有三：分別是第一，透過文字描述的；第二藉由圖畫來傳達的；第三經由文字、圖畫結合來傳遞的。只是，繪本兩個組成要素—圖畫與文字分配比例為何？Sutherland 和 Heame(1997)認為繪本其呈現方式可能是全部是圖畫，或圖畫比例多於文字或圖文居於同等地位的形式。因此若要討論繪本內圖文比例，可以粗括地說繪本是以大量的圖畫搭配少量的文字說故事的一種文學形式。

然而做為一本繪本，自然和其他兒童文學形式如：故事書、漫畫書、插畫書有所差異，差異之處主要取決於圖畫書(繪本)獨特的特色，圖畫書(繪本)的特色有幾點：

(一)畫面的連貫

郝廣才(1998)特別提到繪本的基本概念在於「畫面的連貫」，畫面連貫韻律的好壞，決定繪本的成敗，同樣書裡有圖，但圖與圖未必有連貫的關係，就叫做 Illustrated Book—有「插圖」的書。Marantz(1994)也認為繪本具整體的概念，不同於插畫書，是一完整的單位。Bader(1976)則是從插畫討論擴及至繪本的藝術性，並將繪本視為一種包含圖文相依性的藝術形式。

(二)文字與圖畫必須相輔相成

林良(2011)認為「兒童圖畫故事」是「必須靠圖畫來互相闡釋」的敘事詩。

他提到一本好的「圖畫故事」書，文字跟圖畫必須「一唱一和」，作家所寫的那個故事，就像二部合唱裡的一部，並且在相當程度上已經設計了這本書，在畫家那一方面，他會先讀文字，肯定這「故事」是很適合「圖畫」表達的以後，再開始工作。也就是說，一個好畫家對一篇好文字的成功表達，那份光榮是屬於畫家的，但是卻建立在一篇好故事的基礎上。

因為「圖畫故事」的寫法和一般故事不同，在文字「可以用圖畫表達」部分作家可以不寫，但在取捨之下如何用少量的文字補足圖畫顯示之不足或適切地襯托圖畫以達事半功倍之效，是需要仔細斟酌的。同樣地，畫家也必須能夠將作家的想法構思為圖畫，將作家的想法確切地呈現出來。

尤其是圖畫和文字性質不同，自然以不同的方式呈現不同的訊息，Node-lman 和 Reimer(2009)認為圖畫書因包含插圖，所以提供一種不同於其他說故事形式的樂趣；而圖畫書也因為包含文字，因此能提供有別於其他視覺藝術形式的樂趣。通常，文字涵蓋的是時間而非空間，圖畫涵蓋的是空間而非時間，因此圖畫不容易表達文字能輕易表現的時間因果、強勢與附屬、可能與真實等關係。圖畫本身無法傳達所描繪的內容是發生在遠古的過去、也無法呈現人的夢境或臆測。(劉鳳芯、吳宜潔譯，2009)然而文字不易說清楚物體的外觀，圖畫卻能輕而易舉地達成。Schwarcz(1982)認為繪本中的文字以時間揭露內容，圖畫則讓閱讀者同時感受到時間與空間，因此，作者與繪圖者如何運用文字與圖畫的差異，將圖畫與文字能夠交互作用、相輔相成地表現出來，成為繪本異於其他文學作品獨特之處。

(三)意境的呈現

繪本不像寫詩或寫故事需要依賴「藻飾」，重視的是意境地呈現。特別繪本內文字字數不多，能夠用少量的文字搭配圖畫呈現作者想要表達的意境是評價一本繪本很重要的方向。林良(2011)就曾談到寫圖畫故事「字數」是沒有意義的，只有作家的語言風格才顯出了價值，語言通常是清新的、活潑的、生動的、有節奏的、飽含趣味的，只有「淡而有味」、「深入的淺語」才能夠加以形容。

近期以繪本為研究主題的碩博士論文約有七百多篇，大都以兒童為研究對象，主題包羅萬象，有很多關於科學、英文、藝術與人文課程設計，最多研究範疇約莫為繪本運用在生命教育、性別平等教育、多元文化教育、品格教育課程實行成效的研究上，相關研究內容整理如下：

表 2-11

國內以繪本為主題兒童為研究對象之博碩士論文彙整表

研究者 與年份	論文 名稱	研究 對象	研究 方法	研究內容及目的	研究結果
張婷怡 (2005)	國民小學 應用繪本 進行生命 教育效果 之研究	國 小 六 年 級	準 實 驗 研 究 設 計	本研究旨在應用繪本，設計一套適合國小學生之生命教育課程，探討其實施成效，並根據研究結果提出具體的建議。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 進行實驗課程之後，受試學生之生死態度具有立即性的影響效果。 2. 進行實驗課程之後，受試學生之生死態度具有持續性的影響效果。 3. 受試學生對於實驗課程的受度高，實驗課程具有教學的效果。
施淑棉 (2007)	國小兒童 繪本教學 融入品格 教育—以 「公平」為 核心之研 究	國 小 六 年 級	準 實 驗 研 究 設 計	<ol style="list-style-type: none"> 1. 探討以「繪本教學」為主的品格教育對提升學童「公平」品格核心的學習成果 2. 學童對以「繪本教學」為主的品格教育的看法 3. 教師在進行以「繪本教學」為主品格教育實施過程中所面臨的問題與因應措施 4. 以「繪本教學」為主的品格教育，運用在國小六年級學童之實施狀況。 	<ol style="list-style-type: none"> 1、以「繪本教學」為主的品格教育之實施流程適切可行。 2、以「繪本教學」為主的品格教育可提升學生在「公平」核心的表現。 3、以「繪本教學」為主的品格教育獲得學生的喜愛。 4、以「繪本教學」為主的品格教育仍面臨部分問題有待克服。

(續下頁)

吳銘惠 (2008)	負責、尊重、關懷的品格教育課程對國小五年級學童自我概念影響之研究	國小五年級	準實驗研究設計	本研究之目的在探討實施負責、尊重、關懷的品格教育課程對國小五年級學童自我概念之影響及其對本實驗課程的看法。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本研究之品格教育課程為有效課程。 2. 品格教育課程對國小五年級學童自我概念之提升有助益。 3. 學童對於一系列負責、尊重、關懷的品格教育課程表示肯定。 4. 學童尤其對品格體驗活動喜愛程度最高。
潘葦芸 (2010)	繪本教學對國小六年級學童品德教育之影響	國小六年級	實驗設計	「繪本教學」對國小六年級學童「尊重」與「負責」品德核心於認知層面與行為層面之影響	<ol style="list-style-type: none"> 1. 於實驗教學前發現實驗組及控制組學童前測成績並無顯著差異。 2. 實驗組學童接受本研究之實驗處理後，與控制組學童再度進行「後測」，發現兩者於「尊重」與「負責」之後測成績均出現顯著差異，實驗組於此兩個核心的得分均顯著優於控制組。 3. 將實驗組學童認知前後測成績分別進行相依樣本 t 檢定，發現實驗組學童於「尊重」與「負責」部分之前後測成績均達顯著差異。
楊靜宜 (2012)	運用繪本教學提升國小低年級學童情緒之研究	國小低年級學童	準實驗研究設計	本研究旨在運用繪本教學，設計一套適合國小低年級學童情緒適切表達之教育課程，探討其實施成效，並根據其研究成果提出具體的建議。	<ol style="list-style-type: none"> 1、繪本教學的情緒課程，對實驗組學童的情緒表達具有正向影響效果。 2、能夠讓兒童學習到如何適當的表達情緒及轉換情緒、管理情緒及調節情緒的方法，提升可以情緒自主的能力。 3、實驗組學童對繪本教學的情緒課程接受度高，繪本教學能增進國小低年級學童適當地表達情緒的能力。 4、運用繪本融入情緒教學，有助於教學者自我之專業成長。

鄭婉萍 (2012)	繪本教學 對提升國 小二年級 品德教育 之行動研 究—以「尊 重」核心價 值為主	國 小 二 年 級	行動研 究	運用繪本設計國小 二年級以「尊重」 核心價值為主題的 品德教育課程，並 探討其可行性與實 施成效。	<ol style="list-style-type: none"> 1、運用繪本進行國小二年級品德教育教學為一種可行且有效的品德教育教學模式。 2、運用繪本進行品德教育教學對於提升國小二年級學童在「尊重」核心價值的「道德認知」、「道德情感」和「道德行為」等表現皆有具體成效。 3、運用繪本自編品德教育課程提升教師專業成長。
---------------	---	-----------------------	----------	--	---

資料來源：本研究整理

如上表所述，選取幾篇有關繪本運用於兒童生命教育、品德教育教學研究討論可以發現，運用繪本確實能提升學童相關課程之學習成效，因為學生對於圖像的喜愛，自然提升對於學習的接受度，達到研究者的目標。只是，經由整理可以發現在大部分的研究中，兒童還是繪本主要的研究對象，繪本早期被視為是「兒童文學」的其中一種形式，而「兒童文學」之所以有兒童兩個字，是因為過去的人認為兒童文學是專為兒童所寫的文學作品，例如國內學者林文寶等人(1996)就認為「兒童文學」之所以能自立門戶，是因為它有特定的服務對象。一般來說，是以三歲至十五歲為讀者對象的文學。這是它的特點與特殊性之關鍵所在。年齡的界定，林文寶是採用其他人發展角度的看法，將「兒童文學」細分為：幼兒文學(三歲—八歲)、兒童文學(六歲—十二歲)、少年文學(十歲—十五歲)。但是這樣的思維從近代以來開始受到質疑，近代學者開始反思，「兒童文學」並不完全是給兒童閱讀的文學，真正隱含的讀者是成人，這樣的看法為近年來的兒童文學市場造成很大的影響與衝擊。

貳、誰適合讀繪本—以「兒童」為閱讀者的反思

近代學者開始反思，「兒童文學」並不是兒童所寫，而是成人寫給兒童看得文學作品，事實上，兒童文學的出現，是因為成人相信兒童和大人不同，為兒童所創作的文學

作品，只是這些創作者不可能真的變回兒童，只能用想像的兒童角度去思考與創作，兒童文學是否適合兒童閱讀開始受到質疑，閱讀兒童文學者是兒童或是成人的分野也越發模糊。

現今許多理論學家也都認為兒童文學的讀者不一定只有兒童，真正隱含的讀者是成人。例如：吉兒·梅說：「兒童讀物的讀者包括大人和小孩，因此這類書籍不只有一群讀者。像有雙重(或多重)讀者的文本，兒童故事的意義也是多重的」；沙維特：「有雙重隱含對象：一是假的訴求對象，一個是真的訴求對象。兒童是兒童文本的正規讀者，但他們不一定要完全瞭解，因此可以說只是文本的一種藉口，而非文本真正訴求對象。」因此，Nodelman 和 Reimer(2002)在書中特別提到這些文本邀請成人進入一種知識與策略的文學知識庫，是正規的兒童讀者既不擁有，也不應注意到的。但相反地，成人也可以從孩子的文學討論中獲得同樣的東西，「他們可以學習分享孩子在經驗不足的情況下，依然可從文學—特別是兒童文學—中，得到更立即，感官上更直接，也更有自信的樂趣。他們可以學著像孩子一樣對笑話大笑，像一些孩子一樣投入。我們之所以可以學習，正是因為它要求也鼓勵這種天真無邪的熱情，兒童文學也可以變成大人真正的樂趣。」(劉鳳芯、吳宜潔譯，2009)

王浩威(2012)在其書第一篇文章〈勇於夢想〉談到志弘這位青年來諮詢的故事，志弘的父母親是高階知識份子，母親是大學教授，父親是國內某知名研究機構高級研究員，對志弘的教育一直抱持著開放、高品質的態度，照理來說，這樣的家庭通常異於我們一般對需要諮詢青少年的苛版印象，但是父母親不給壓力的教育態度不代表小孩就沒有壓力存在，王醫師認為志弘父母親的「非凡成就」讓志弘放棄了許多夢想，他雖然有自我追求的期待，但同時也內化地認為自己不可能超越父母親的成就，他考得再好還是得面對自己輸給父母的挫折感。王醫師告訴志弘(王浩威，2012，頁 22)：

就讓我們回到童年吧，還是童話的年紀。如果，如果真的遇見了一位肯送你三個願望的仙人，但是只能侷限在對自己的期待和夢想，那麼你會想要什麼呢？談話一直都很流暢的志弘突然沉默了。從他的表情可以看出來，他真的很認真在想，正在腦海裡拼命搜索各種想像。最後，

還是沒法回答這個簡單的問題。

這是很典型青少年面臨「自我認同」問題的例子，無法認同自己、面對自我是青少年幾乎都會面臨的狀況，只是王醫師「就讓我們回到童年吧」這句話似乎可以提供我們不同的省思面向，我們都把青少年視為是小孩過渡到成人的時期，「邁向成熟」就把青少年視為應該成熟的一群人，坊間的青少年文學也都把青少年塑造成可以獨當一面的大人，「逼迫成熟」的教育態度將青少年圍困在「你應該是一位大人」的桎梏中，而忽略了他們仍有部分未擺脫小孩子缺乏安全感，需要建立自信心的一面。

「如果真的遇見了一位肯送你三個願望的仙人，那麼你會想要什麼呢？」這個問題小朋友可能很快就可以回答出來，但是青少年和成人就未必答的出來，「回到童年」被運用在輔導上是很常見的，例如 Janice G. Tracht《回到童年》一書即是幫助無法有效運用育兒技巧的父母，回到童年時代，面對內在童稚的自己，去除父母因童年不愉快的經驗或自身認知不足所給予的負面訊息，代之以正面訊息，在學習管教技巧的同時，也修補童年的創傷。(王浩威，2012)

成人也是兒童文學的讀者，原因在於兒童文學裡頭包含在成人文學中無法找到的「純真」感動，但另一方面，如上所述，繪本異於其他文學的獨特性給予成人和兒童不同的閱讀感受，Perry Nodelman(2010)特別談到圖畫書同時蘊含著一個天真無知的讀者——一位具有童心的讀者，圖畫書很清楚地被當作兒童書來看待，就是因為它針對具有童心的讀者在說話，這個性質就年輕、單純、有活力。但是，弔詭地是，就視覺符碼和語言符號的理解來說，越讀圖畫書還需要有豐富的學養，才能充分瞭解。因此，Perry Nodelman認為許多最有趣的圖畫書就是這種奇異的結合；一方面要有孩子般的心靈，一方面又要是一個學養豐富的識途老馬——那就是說，圖畫書的蘊含觀者一方面得是學養豐富的人，另一方面又要是天真率直的。

也就是說，圖畫書中圖與文相輔相成的獨特性，反而需要有一定年齡，具有豐富學養的成人所能領略，給予圖畫書更深層的價值。不只西方學者有此看法，在「繪本」一詞發源地日本，也非常鼓勵大人和小孩閱讀繪本，很多日本學者皆提出過繪本的價值，

例如河合隼雄認為：在二十一世紀，繪本將會越來越重要。不僅大人小孩可以同樂，而且人們從中獲得的東西難以數計(林真美譯，2005)。松居直認為從小孩到大人各種年齡層的人都適合閱讀繪本：繪本是沒有藩籬、沒有設限的。年齡層從小孩到大人，對大家來說，那是可以用文字和圖來表現的、一個非常廣闊的自在世界(林真美譯，2005)。

柳田邦男提倡繪本不遺餘力，他認為閱讀繪本不應該只是以大人的觀點認為「那是孩子讀的」，不看書的孩子變多了，現今多是沉迷於電視和電腦遊戲裡，連不陪孩子看繪本的父母也是如此，他認為青少年時期應多接觸各種與心智成長相關的讀物，才能培養對人生挫折的柔軟心與包容力，也才懂的對美的事物產生感動(唐一寧、王國馨譯，2006)。不僅是青少年必須閱讀繪本，柳田邦男甚至認為邁入人生後半的人——也就是老年人也需要閱讀繪本：「……要是我能在那段時間一邊工作一邊偶爾咀嚼一下繪本，那我所表現出來的工作內涵，一定會很不一樣。也因此，不論是上班族也好、家庭主婦也好，或是那些邁入人生後半的人也好，我都認為，繪本可以使我們的靈魂肥沃，它是我們靈魂的重要食糧(唐一寧、王國馨譯，2006)。」

由此可見，日本人對於繪本是非常重視的，不僅將其視為是人類靈魂重要的食糧，繪本的閱讀層更是無年齡限制，任何人都應該要閱讀繪本。這樣的看法在國內學者身上也可搜尋到，例如：蘇振明(2002)認為圖畫書是從五歲到一百歲都可以看得書，這些圖畫書的愛好者可能是就讀美術、文學或教育相關科系的大學生，甚至非相關科系學生或上班族，基於休閒、興趣、自我充實、生命成長等因素，成為現代人休閒生活的一部分。

由前述可知，以繪本作為課程設計教材的討論很多，不過大都以幼稚園和小學學生為對象，聚焦於高中職學生的非常少，以高職生為討論對象的有三種，第一種是有盧明義(2011)〈啓智學校正向情緒教學方案之研究-以建立高職部學生自信心為例〉和程勻芳(2011)〈繪本教學對高職智能障礙學生兩性交往知識與態度成效之研究〉以啓智學校和智能障礙學生為討論對象的兩篇論文；第二種是胡秀蘭(2005)〈台南縣高中職生閱讀興趣調查研究〉，胡秀蘭調查了台南縣高中職生的閱讀興趣，發現誌、漫畫書、文字書是台南縣高中職學生最歡迎的三種讀物形式。同時，在六類的內容分類中，台南縣高中職學生最喜歡閱讀之讀物內容，以小說類、文學類、歷史類佔前三名。在她的研究中，高

職女生對於「圖畫書」的閱讀率也是滿高的。

和本論文討論方向最為相似的是黃心儀(2011)〈繪本之力－青少年性別意識自我覺察之探究〉，論文內容運用性別平等主題繪本探究青少年的閱讀經驗與性別意識的自我覺察，帶領兩個青少年各進行六次的繪本讀書會，將閱讀十二本繪本的歷程，分為「繪本閱讀經驗」與「性別意識覺察」兩部份逐本進行分析。對於運用繪本在青少年課程設計研究上，有滿豐碩的研究成果，值得參考與討論。

總而言之，繪本的閱讀對象不再只是兒童，不分年齡都可以是其閱讀者，甚至是有了一定年齡的成人，在近代被認為更能給予圖畫書更深層的價值。因此，著眼於現今繪本雖然流行，但卻僅被大量運用在兒童的教學設計上，忽略了青少年也可以是繪本運用的研究對象，因此希望結合兩者，將繪本運用在學校生涯規劃教育上，提供教學者進行生涯規劃課程之教學，以為學生確立生涯規劃目標之有所助益。

叁、繪本之選用

台灣的繪本發展從早期不瞭解的嘗試到蓬勃發展，在短短數十年間，幾與國際出版同步(賴素秋，2002)，隨著圖畫書受到市場歡迎，不管是成人或兒童讀物，皆走向以圖畫包裝的議題趨勢發展，這樣的趨勢發展不能不歸功於台灣很多兒童文學家在背後默默付出辛勞、努力的成果，他們不只是創作，也翻譯大量的西方兒童繪本，將「繪本」發展帶至高峰。

其中，在台灣近幾年兒童文學發展中，劉清彥(2011)是其中很重要的一位繪本推手之一，他被視為「兒童文學的先行者」，從新聞跑道轉進童書領域後，至今翻譯了兩百多本，也創作了三十餘本童書，在二零一零年榮獲「好書大家讀」，二十年得獎總數翻譯者第一名，在二零一一年，劉清彥出版了《閱讀裡的生命教育》一書，在這本書中，劉清彥挑選出五十本他覺得適合做生命教育的圖畫書，期盼透過閱讀這些書，讓孩子從中領會堅持、勇氣、責任、專注……等正面特質的真義，以及努力為人生與夢想付出的

精神。

劉清彥《閱讀裡的生命教育—從繪本裡預見美麗人生》一書可謂是一本參考書，內容全是他花了很長一段時間陪伴一群孩童，用這些圖畫書和孩童對談，分享許多人生故事得來的心得成果，在劉清彥和小朋友分享的過程中，他發現故事中的「真實力量」，總是能在小孩心中激發感動，使他們在閱讀別人生命故事的同時，也開始思考自己的人生。他認為「這種潛移默化的力量一旦啟動，有時只是一個轉念，影響或許就是一輩子了」(劉清彥，2011)。劉清彥認為生命教育很重要，但同時也是一門困難的功課：

我們從小期望小孩從生命教育中學習認識自我、與他人建立關係、瞭解自己與環境的關聯，並且建立正確的價值觀，找到人生目標。然而這是何期困難的一門課。教材無法含括所有面向，也無法用具體的評量得知學習成果；加上人生是如此浩繁難測、不斷進展的過程，沒有人能預知未來，就算父母有能力為小孩架設各種防護網，盡力為他們綢繆規劃美好的人生藍圖，也不能保證過程中不會遇到困難挫折，……。

與其直接介入他們的人生，操控他們的生命方向盤，倒不如讓孩子有機會多看看別人如何度過、並且活出精彩的一生，然後從中被感動、被啟發，細細琢磨思維，然後慢慢建構和經營自己的人生樣貌(劉清彥，2011，頁 22-23)。

然而不只是兒童，青少年也急需被啟發和建構自己的人生樣貌，而劉清彥《閱讀裡的生命教育—從繪本裡預見美麗人生》一書正好可以作為生涯規劃教學繪本的參考，因此，本論文在繪本的選用上以參考此書作為選取繪本引用之依據，從劉清彥選取的這五十本繪本中挑選出符合本次生涯課程綱要與主題的八本繪本，作為此次生涯規劃課程方案中的繪本課程。

而這八本繪本，不僅是真實故事，也都是一段段精彩的人生，不管書中的主角是赫赫有名的歷史偉人，還是平凡如你我的小人物，劉清彥(2011)都想讓小孩們從他們身上看見各種正面的特質，以及他們為自己人生與夢想努力付出與堅持的精神。這種精神，

不僅符合本生涯規劃課程中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四主題，同時也能將劉清彥希望透過繪本讓孩子們學習認識自我、與他人建立關係，建立正確的價值觀的目標，能夠運用在高職生上，達到本論文期為學生提升生涯規劃之教學目標。

在繪本的選用上主要依據高職 99 課綱中生涯規劃單元綱要，同時搭配預實行施測量表之四個分量表—包含社會適應、價值信念、生涯定向、積極進取四部分做為主題，每主題各兩週，共設計八週課程綜合搭配運用於教學活動中，生涯規劃單元綱要和其對應綱要單元詳細整理於下表 2-12：

表 2-12

各週次主題與綱要對應表

週次	主題	目的與方向	對應綱要單元
一	社會適應	代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有愉快、積極的認知及滿意的經驗。	1.生涯規劃的意義及重要性。 2.高級職業學校學生之生涯發展階段及發展任務。
二	社會適應	代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有愉快、積極的認知及滿意的經驗。	1.自我特質與生涯規劃模式。 2.自我特質探索。
三	價值信念	代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。	1.價值觀與生涯規劃模式。 2.生涯價值觀的探索與澄清。
四	價值信念	代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。	1.興趣與生涯規劃模式。 2.興趣探索。
五	生涯定向	代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。	1.生涯能力與生涯規劃模式。 2.生涯成功要素。
六	生涯定向	代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。	1.生存-生活-生命的意義與探討。 2.人與他人(生活實例探討)。

(續下頁)

七	積極進取	代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的勇氣，積極樂觀的態度，對未來有目標感，及對他人的正向感受。	1.認識工作世界。 2.團隊合作。
八	積極進取	代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的氣，積極樂觀的度，對未來有目標感，及對他人的正向感受	1.生涯抉擇的意義。 2.生涯抉擇的阻力與助力分析。

資料來源：本研究整理

以下，將所選用的八本繪本書名和其故事內容大綱整理詳列於下表 2-13：

表 2-13

各週次繪本書單與故事大綱一覽表

週次	繪本選用	故事內容大綱
一	凱琪的包裹	在第二次世界大戰後，住在美國的黛西寄了巧克力、香皂和一封給荷蘭的女孩凱琪，這兩個素未謀面的女孩開始從書信往返中了解彼此的生活狀況。黛西的媽媽會會同地方教會以及鄰居的力量募集到許多物資，寄給凱琪和她的鄰居和鎮民，使凱琪原本貧困的生活獲得改善。當春天來臨時，凱琪則回報黛西很多很多的鬱金香球根。
二	檸檬的滋味	每個人都好愛五年的溫老師，尤其是崔西和她的好朋友瑪琳。她們共度了愉快的一年，直到崔西發現瑪琳出現奇怪的改變。她的體重減輕，常常容易疲倦。後來才發現她得了白血病，就在她最需要支持的時候，不僅是崔西和溫老師，全班同學都站出來義氣相挺。把頭髮剃掉和瑪琳一樣給她力量與鼓勵。然而就在瑪琳慢慢痊癒時，也得知溫老師同樣遭遇病痛，必須面對挑戰，這時，瑪琳的勇氣和大家的勇氣也同時激勵了溫老師努力面對難關。

(續下頁)

三 愛唱歌的瑪莉

瑪莉從小就是個小童星，她的表演總是能獲得眾人喝采，只是當小童星非常的辛苦，巨大的壓力讓她每天晚上都會把藏在枕頭底下的一盒櫻桃巧克力吃光，當然沒多久瑪莉的身材就開始走樣，同時也因為外貌改變而讓觀眾漸漸流失。在一次舞台失足意外中瑪莉正式退出表演舞台，但她年紀越大就越難忘懷舞台的魅力。

在她八十二歲那年，她鼓起勇氣上台試鏡，雖然不再青春貌美，卻用動人歌聲征服全場觀眾，成為一位真正閃亮的明星。

四 最想做的事

卜克·華盛頓是美國的黑人教育家，童年時家境貧困，南北戰爭以後，黑人重獲自由，但是心智卻因不識字而仍受桎梏，生活在成天為餬口而付出勞力的文盲中間，他緊緊握住夢想，他渴望學習閱讀，還想幫助別人學習。這種對閱讀的渴望與追求使他緊緊握住機會向一位識字的先生請教，終於開啓人生的大門。

本書讓讀者深刻的感受到無法閱讀的昏暗及滿懷希望的明亮，也從小孩的角度看待生活中的貧困和疲累——只要有盼望，所有的痛苦都是可以忍受的、值得的。

五 向夢想前進的女孩

幼年喪父，讓蔡阿信立志將來長大後成為醫生，即使在當時社會女性連受教育的機會都受限，她仍然緊抓任何學習機會，後來在日本苦讀八年，終於在一九二一年返國成為台灣第一位女醫師。

六 偷走閃電的賊——班傑明·富蘭克林

班傑明·富蘭克林努力將自己腦中各種新奇的點子發明出來，成為舉世聞名的科學家。其中最為人稱道的成就是偷電賊，為了證明閃電純粹是電，他利用風箏將天空的閃電偷下來，並利用此原理發明了避雷針，使其避免因雷擊而發生火災，使非常偉大的發明家。

七 最美麗的第一夫人

愛倫諾是小羅斯福總統的夫人，從小卻因為長得未符合父母親的期待而備受冷落，所以使的愛倫諾從小極其害羞與自卑，八歲那年父母相繼過世，愛倫諾被送到與外婆同住。最後直到十五歲被送到英國寄宿學校就讀，因受校長的賞賜，努力讀書，樂於助人，使她成為大方、自信、勇敢又正直的淑女，同時後來成為受尊敬的第一夫人。

八 飛行者—萊特兄弟

萊特兄弟因懷抱著上青天的夢想，從簡單的飛行玩具模型開始發想，不斷探究與實驗，終於發明了飛行者號飛行器，成功載人在天空翱翔約一分鐘，為後來的航空史開啓了新頁。

同時，將選用此八本繪本的選用原因列於下表 2-14：

表 2-14

各週次繪本選用原因一覽表

週次	繪本選用書名	選用原因
一	凱琪的包裹	<ol style="list-style-type: none"> 1. 故事內容討論了人與人之間的相處，尤其是故事中兩位主角「施」與「受」的付出與接受，可以幫忙挖掘學生心中善良的本質，讓他們在和其他人相處上能懂得幫助別人，和朋友有愉快的相處經驗。 2. 讓學生瞭解社會適應的重要性，符合「社會適應」的目標：社會適應的目標代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有愉快、積極的認知及滿意的經驗。
二	檸檬的滋味	<ol style="list-style-type: none"> 1. 故事內容讓學生瞭解在和他人建立友誼時，同樣必須學習付出、尊重與包容，人與人相處，不能一味只要求別人付出，自己也必須提供對方對等的相處關係，才能與朋友有愉快、積極的認知及滿意的相處經驗。 2. 符合「社會適應」的目標：社會適應的目標代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有快、積極的認知及滿意的經驗。
三	愛唱歌的瑪莉	<ol style="list-style-type: none"> 1. 故事主角瑪莉因為外貌改變觀眾逐漸流失，最後因為一次舞台失足意外離開演藝生涯，但她沒有氣餒，直到八十二歲參加試鏡，再次站上舞台。即便瑪莉已經年華老去，但她仍然相信自己、肯定自己，努力達到自我設定的人生。故事內容目的讓學生瞭解自我接納和肯定重要性，找到自我的價值，建構自己的價值信念。 2. 符合「價值信念」的目標：代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。

四	最想做的事	<ol style="list-style-type: none">1. 希望學生學習故事主角卜克·華盛頓積極主動的精神，選擇自己喜歡的生活和工作，並且懷抱熱情，盡全力去做。2. 符合「價值信念」的目標：代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。
五	向夢想前進的女孩	<ol style="list-style-type: none">1. 擁有夢想，並且自信地努力向夢想前進，是個人工作、生活上很重要的精神，故事主角蔡阿信擁有這樣的精神，值得學生們學習與效法。2. 符合「生涯定向」的目標：代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。
六	偷走閃電的賊—班傑明·富蘭克林	<ol style="list-style-type: none">1. 故事主角富蘭克林一直努力做實驗並發明，同時相信社會會不斷的進步，對自己的工作、生活皆有堅定的目標和期許，希望學生透過此故事，也能確立自己的目標，堅定自己的信念。2. 符合「生涯定向」的目標：代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。
七	最美麗的第一夫人	<ol style="list-style-type: none">1. 故事主角愛倫諾夫人童年時期擁有畏縮、怯弱的性格，直到十五歲進寄宿學校就讀，因受校長賞識開始改變，具有面對挑戰問題的勇氣和面對未來積極樂觀的態度，值得學生效法與學習。2. 符合「積極進取」的目標：代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的勇氣，積極樂觀的態度，對未來有目標感，及對他人的正向感受。
八	飛行者—萊特兄弟	<ol style="list-style-type: none">1. 萊特兄弟從一開始擁有飛上青天的夢想之後，便不斷實驗研究，終於替未來的航空發展開啓新的一頁，他們積極進取和解決問題的決心與勇氣，值得學生學習與效法。2. 符合「積極進取」的目標：代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的勇氣，積極樂觀的態度，對未來有目標感，及對他人的正向感受。

資料來源：本研究整理

第三章 研究方法

本研究根據研究動機與目的及研究問題背景，並參考文獻探討所得知結果，採不等組前後測(the pretest-posttest nonequivalent design)實驗設計方法，來瞭解高職生生涯發展與評估，並加上觀察和訪談，探討方案設計施行前後對高職生三年級學生生涯發展之改變情形。本章分別將研究設計和架構、研究假設、研究對象、研究工具、研究流程、生涯設計教案和資料處理方法分別說明於後。

第一節 研究設計與架構

一、研究設計

本研究採不等組前後測實驗研究設計，以兩班三年級學生，分配為實驗組和控制組，實驗組接受實驗處理，控制組則否。實驗研究設計如表3-1。

表 3-1

本研究之實驗設計

	前測(前一週)	實驗處理(八週)	後測(後一週)
實驗組	TE1	X1	TE2
控制組	TC1	Y1	TC2

- 註：1. TE1、TC1 代表實驗組和控制組的前測，即「生活適應量表」成績。
2. TE2、TC2 代表實驗組和控制組的後測，即「生活適應量表」成績。
3. X1表實驗組實驗處理，即實施生涯規劃方案教學；Y2表控制組以講述法教學。
4. 前測時間於一0一學度第二學期第二週；後測時間於一0一學年度第二學期第十週。

二、研究架構

根據研究目的和文獻分析，本研究以繪本運用於生涯規劃方案設計，改善高職生三年級生涯認知模式現況。在實驗設計的前測方面，實驗前先以「生活適應量表測驗」對實驗組與控制組學生施測，並採用其與社會適應、價值信念、生涯定向、積極進取四因素施測，所得分數為前測分數。實驗處理方面，實驗組以生涯訓練教學活動實施教學，研究時間共以八週，每週一次，每次 50 分，共 8 次教學，控制組則以講述法進行活動教學。後測方面，實驗結束後實驗組和控制組同時接受和前測相同的測驗，所得分數為後測分數。以探討方案施行前後實驗組和控制組高職三年級學生生涯規劃的變化，並根據研究結果，提出具體建議以供未來實施生涯訓練課程教學活動之參考，研究架構如圖 3-1。

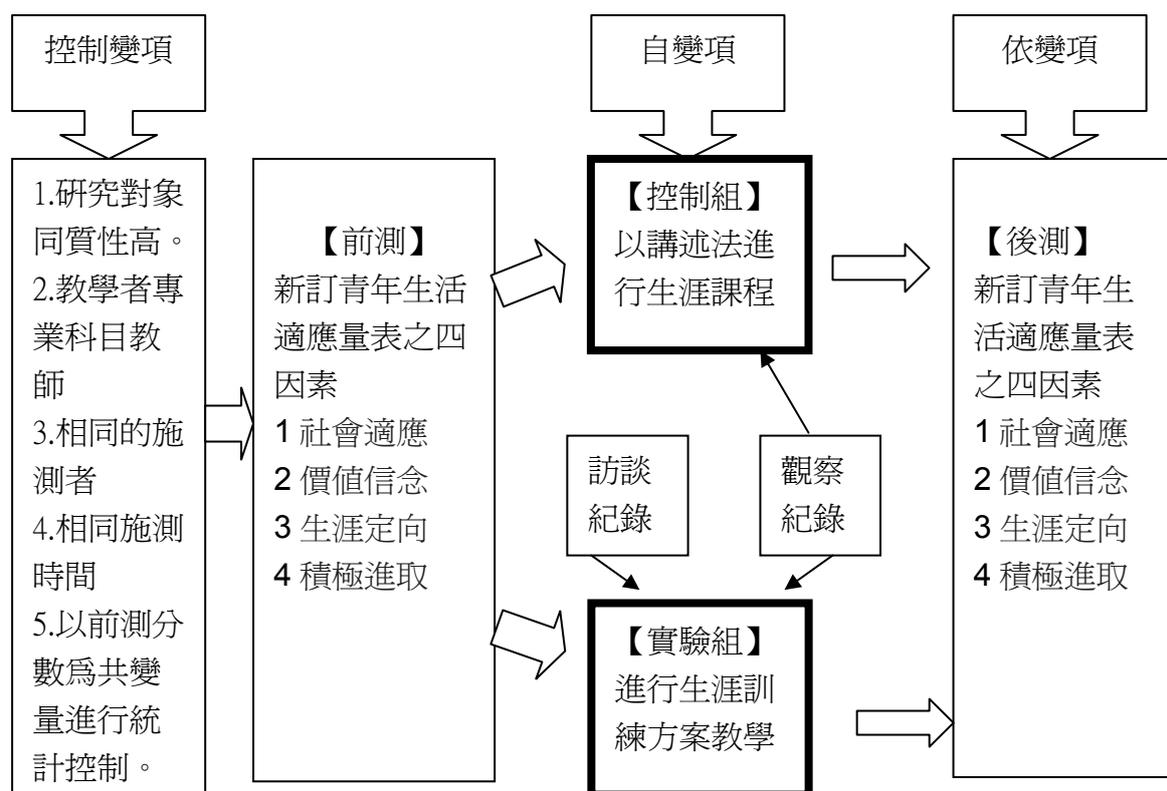


圖 3-1 研究架構圖

三、變項說明

根據表3-1 之實驗設計和圖3-1研究架構圖，茲將本研究之自變項、依變項、及對無關變項之控制作法，分別說明如下：

(一) 自變項

係指研究者可以自由操弄或改變之變項(吳明清，1991)。本研究以生涯規劃訓練方案教學設計作為自變項，分為採用方案的實驗組以及不實施方案的控制組。實驗組在實驗階段施行生涯規劃訓練方案教學，控制組則否，但在實驗期間，控制組仍然以原本課程進行班級活動。

(二) 依變項

係指隨著自變項的改變而改變之變項(吳明清，1991)，透過實驗教學後，本研究實驗組與控制組學生在「新訂青年生活適應量表」其分量表中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素在測驗之得分情況與其前測得分的差異情形。

(三) 無關變項的控制

係指與依變項結果有關，但在研究中不是研究者感到興趣，想去證實它與依變關係之變項，又稱控制變項或混淆變項(吳明清，1991)。本研究之控制變項為：

- 1.設控制組一組，目的在避免前測(pretesting)、工具(instrument)等因素對實驗處理所造成的混淆，而降低內在效度的缺失。
- 2.本研究取樣的學生為同一所學校，但讀書風氣尚較為低落，家庭社經地位不高，資訊文化刺激較為不足，學生缺乏導引，學生大多自信心不足。同時大多來自鄉村地區，眼界較為狹隘，易於放棄。而普遍未能體會社會變遷趨勢，做好個人生

涯規劃。故家長社經背景方面差異不大。入學時學校採隨機分派學生至各班，故可推論實驗組與控制組兩班學生各方特質均相等。

- 3.本研究中教學實驗由實驗研究者擔任教師，進行實驗課程；而控制組則也由實驗研究者擔任，進行學習活動，故實驗組與控制組在教師影響因素方面可以降低。
- 4.實驗組與控制組學生在「新訂青年生活適應量表」之前、後測時間均安排在同一天早上，以減少其它無關變項的影響。且施測者都是由專業輔導教師擔任，以減少因不同施測者與測驗內容不熟而干擾測驗結果。
- 5.研究時間控制：開學後第二週後才開始進行前測，排除研究對象放寒假後還不能適應班級中生活的情形。
- 6.進行共變數分析：由於樣本的個別差異，故施以前測，再用此前測為共變項，採單因子單變項共變數分析來進行統計控制。

第二節 研究假設

根據研究目的及架構，提出本研究假設：

- 一、高職三年級學生實驗組在接受生涯訓練方案後，新訂青年生活適應量表「社會適應」的表現能優於控制組。
- 二、高職三年級學生實驗組在接受生涯訓練方案後，新訂青年生活適應量表中「價值信念」的表現能優於控制組。
- 三、高職三年級學生實驗組在接受生涯訓練方案後，新訂青年生活適應量表中「生涯定向」的表現能優於控制組。
- 四、高職三年級學生實驗組在接受生涯訓練方案後，新訂青年生活適應量表中「積極進取」的表現能優於控制組。

實驗研究係以與研究假設相反的虛無假設為統計假設，而對立假設與本研究之假設一致。考驗研究假設時，為兼顧可能犯的型 I 或型 II 誤差的機率，本研究單因子單變項共變數分析的統計顯著水準定為.05。

第三節 研究對象

為了進行研究目的實行，本研究以台南市某高職三年級為取樣對象，其中有3位為女生，36位為男生，其主要特質為：讀書風氣尚較為低落，家庭社經地位不高，資訊文化刺激較為不足，大多學生因缺乏導引，造成自信心不足。主要學生來自鄉村地區，眼界較為狹隘，態度上易於放棄。做好個人生涯規劃上普遍未能體會社會變遷趨勢，也較少關注未來的發展。以班級為取樣單位，抽取兩班為研究樣本，以高職三年級A班15位學生為實驗組，接受為期八週的實驗教學；而輔以B班24位學生為控制組，不接受實驗教學。

第四節 研究工具

一、新訂青年生活適應量表：

量表施測結果可供高一、高二、高三的高中高職學生生涯規劃，了解自己適應問題與適應能力，「新訂青年生活適應量表」，可作為青年生活適應檢核的有效工具，具有良好的建構效度與信度。分量表內容包括「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」、「現代化」與「幸福人生」等六個向度，共計 60 題。除可建立青年生活適應的整體常模，並依不同性別所呈現的適應差異，分別建立男、女青年百分等級常模，作為相對地位的參照。並依據新訂青年生活適應量表所得結果，提出青年生涯輔導與未來研究建議。本研究採用其中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素共 41 題。

(一) 測量內容

關於新訂青年生活適應量表編製係由青輔會於 2011 年委託而成重新編製而成。當時(1996)青年輔導工作的需要，編製的量表內容共有七個分量表，包括：自我決策、工作技能、家庭及社會適應、個人技能、工作適應能力、工作定向感、以及價值觀，該量表具有相當穩定的信度、效度；惟建立之常模已十多年，加上社會變遷、環境結構改變，常模也必要與時並進，因此將部分題目修改形成現在的新訂青年生活適應量表，分量表也改為六個，包括「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」、「現代化」與「幸福人生」等六個向度，共計 60 題。

(二)四個分量表定義：

1.社會適應

代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有愉快、積極的認知及滿意的經驗。包括有豐富的人際關係及在團體中的投入與認同歸屬感高，在社會適應分量表中人際關係百分等級愈高者，代表其人際溝通能力愈高。在社會技能百分等級愈高者，代表在團體的領導及影響力及與團體互動關係較佳。在整體社會適應分量表百分等級愈高者，代表其社會適應能力愈高。

2. 價值信念

代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。可分為兩種傾向，內斂與外斂。在價值信念中，外斂百分等級高者代表其價值信念傾向於將成敗歸因於外在情境；較重視人際與競爭比較，重視工作表現取向。內斂百分等級高者代表其價值信念傾向於將成敗歸因於自己的能力與努力，一切的成敗操之在自我。重視工作精熟與目標取向，強調自我比較。在整體價值信念分量表百分等級愈高者，代表其價值信念愈明確。

3. 生涯定向

代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。分為自主定向與迷失方向。自主定向表示個人曾經經歷過危機與生活挫折的考驗。但已經在工作、職業與生活上得到定位。迷失方向表示個人無所謂危機感，無方

向，缺乏生活目標與奮鬥精神，自卑感重，在有壓力情境下表現最差。在生涯定向分量表中自主定向百分等級愈高者，代表其自我定向能力愈高。在生涯定向分量表中迷失方向百分等級愈高者，代表其自我定向能力愈高，愈不迷失。在整體生涯定向分量表中百分等級愈高者，代表其生涯定向能力愈高。

4. 積極進取

代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的勇氣，積極樂觀的態度，對未來有目標感，及對他人的正向感受；積極進取分量表中解決問題百分等級愈高者，代表其面對問題解決問題的決心愈強。積極進取分量表中挑戰百分等級愈高者，代表其愈能勇敢面對挑戰。積極進取分量表中復原力百分等級愈高者，代表其對未來有目標及對他人的正向感受愈強。在整體積極進取分量表中百分等級愈高者，代表其愈堅強及樂觀積極面對問題。

(三) 適用範圍

十六歲至三十歲青年，即適用於高一至高三學生。

(四) 信度

1. 分量表的內部相關

分量表的內部相關從 .37 至 .69 間；而各分量表與全量表的相關從 .7 到 .86，都達 .01 顯著相關。

2. 內部一致性與重測信度分析

信度分析，是指量表分數的穩定性與一致性，「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」、「現代化」及「幸福人生」等六個因子的內部一致性係數 α 。分別為 .88、.76、.81、.90、.80、.83，顯示本量表具有一定的信度，全量表總分間的相關值 .95，皆達 $p < .01$ 的顯著水準。本量表已 198 名青年為樣本，隔四週重測，相關皆達顯著，顯示量表具有穩定性。本研究以高職生高二學生 30 位學生，得到的內部一致性係數 α 。分別為 .79、.74、.83

、.86、.74、.80，顯示本研究使用具有一定的信度，詳細分析資料見附錄。

（五）效度

1. 探索性因素分析：

本研究以 5,590 位樣本，進行因素分析，各題因素負荷量皆在 .40 以上。

2. 建構效度

本量表六個指標尚符合可接受的標準，由此可知本量表具有不錯的建構效度，本研究續以人數達 500 名以上的不同受試樣本群，包含 16-17 歲的男性高中生、16-17 歲的女性高中生、18-21 歲的男性大學生、18-21 歲的女性大學生，進行模式驗證，結果顯示這四群不同受試樣本的模式驗證指標，大都符合「整體模型適配度」的檢測標準，顯示模式跨越不同受試樣本群，仍有其相似性與穩定性。

故在選用繪本方案的內容上，即是以 99 課程綱要-高職生涯規劃為依據，作為設計教案的方向，同時以單元主題中學分數高與高職生涯發展中相關性高的內容綱要為考量，並以具有良好的建構效度與信度測量工具—青輔會所編製之「新訂青年生活適應量表」，作為青年生活適應檢核的有效工具。其分量表內容包括「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」、「現代化」與「幸福人生」等六個向度，兩者結合形成得到本研究方案的四大單元及四個對應指標，共可形成八週的繪本教學方案；其中以「生涯與生涯規劃」單元、「生涯中的自我」-自我特質，對應「社會適應」指標；「生涯中的自我」單元-價值觀、興趣，對應「價值信念」指標；「生涯中的自我」單元-生涯能力、「生命教育」單元，對應「生涯定向」指標；「環境與我」、「生涯抉擇」單元，對應「積極進取」指標。並以此能於高職生生涯規劃能去到預期成效。

二、學生訪談大綱

研究者設計訪談大綱，對實驗組和控制組班之學生進行訪談與記錄，以了解實驗

後，學生改變情形。

三、學生回饋單

在實驗課程結束後，請實驗組學生填寫回饋表，了解其對實驗課程中的活動喜愛程度和原因。

四、教師訪談大綱

研究者設計訪談大綱，對實驗組和控制組班之任課教師進行訪談與記錄，以了解實驗後，學生改變情形。

第五節 生涯訓練方案之設計與實施

一、設計理念

本研究課程生涯訓練方案，係經由研究者進行設計初擬後，再由二位資深綜合活動科教師與輔導教師等人進行審查，而後整理設計出一套適合於專業教師在教室中對高三年級學生進行的生涯訓練方案與評估，其中以部定九九課程內容分為四大面向來作為成效考量，進而能營造更良善的教室環境，落實在教學中改變此一時間的青少年的生涯發展模式，對減少高職生對未來規劃茫然與慌亂的情形有所改善。

二、教學目標

透過自編的生涯訓練方案對高職三年級學生的生涯發展有所改善，以下是此方案根據本研究在文獻探討中綜合其他研究整理出來的特性來訂定教學目標：

- 1-1 能提高學生的生涯發展之社會適應認知
- 1-2 能提高學生的生涯發展之價值信念認知

1-3 能提高學生的生涯發展之生涯定向認知

1-4 能提高學生的生涯發展之積極進取認知

三、教學策略

(一) 多元教學：由文獻探討中得知生涯規劃是可以透過不斷的資料取得而被訓練，然而，如果只有單方向的方式，會引起學習疲乏，但若將練習多元化，加入如流行文化與繪本圖畫學習等方式，將有助於學習的成效。故本研究的活動營造學生在多元活動中練習如何達到生涯的模式。

(二) 多感官訓練法：利用視、聽、觸、動覺感官學習專注，避免單一感官的疲乏。

(三) 分組訓練法：利用小團體的分組，進行議題討論與模擬，加深對課程的理解。

四、實施方式

(一) 教學時間：利用每週四第三節，時間50分鐘，進行生涯訓練方案教學活動，實施八次，共八週的時間。

(二) 教學者：由實驗研究者擔任課程教師。

(三) 教學地點：原班教室。

(四) 教學資源：生涯訓練活動單、各種訓練的教具，生涯主題的不同模式並以繪本圖畫作為引導與帶入情境之工具等。

(五) 課程內容大綱：

生涯訓練方案每週上一次，並於課程結束前進行小組的座談。方案設計以教育部訂定之九九課綱為主題進行方案規劃，其中繪本的選用採用與主題相關為依據。

以下為訓練方案大綱。如表3-2。

表 3-2

生涯規劃訓練方案大綱

週次	主題	教案大綱	教學目標	繪本選用
一	社會適應	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1.生涯規劃的意義及重要性。 2.生涯發展階段及發展任務。	凱琪的包裹
二	社會適應	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1 價值觀與生涯規劃模式。 2 生涯價值觀的探索與澄清。	檸檬的滋味
三	價值信念	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1.價值觀與生涯規劃模式。 2.生涯價值觀的探索與澄清。	愛唱歌的瑪莉
四	價值信念	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1 興趣與生涯規劃模式。 2 興趣探索。	最想做的事
五	生涯定向	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1.生涯能力與生涯規劃模式。 2.生涯成功要素。	向夢想前進的女孩
六	生涯定向	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1 自我特質與生涯規劃模式。 2 自我特質探索。	最美麗的第一夫人
七	積極進取	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1.生涯抉擇的意義。 2.生涯抉擇的阻力與助力分析。	偷走閃電的賊 一班傑明·富蘭克林
八	積極進取	1引 起動機 4概念教學 2繪本賞析 5實作分享 3解毒解讀	1.生涯能力與生涯規劃模式。 2.生涯成功要素。	飛行者—萊特兄弟

資料來源：本研究整理

第六節 研究流程

本研究實過程分為四個階段，依序為實驗準備階段、實驗進行階段、資料處理階段和研究完成階段，以圖 3-2 表示研究流程，並分述如下

一、實驗準備階段

(一) 確定研究方向，收集相關文獻

基於對教學現場對學生生涯模式的察覺，即著手收集相關文獻，確定研究主題。

(二) 選取研究對象

本研究選取台南市某高職兩個三年級班級為研究對象，分為實驗組和控制組，實驗組接受生涯教學方案，控制組則否。

(三) 行政聯繫

確定並聯繫實驗組與控制組班級之導師與輔導教師，與班級老師討論實驗教學內容及相關的配合事項，並研議前、後測的施測時間及相關事宜。

(四) 確立研究設計和工具

本研究根據動機、目的與相關文獻與資料，採「不等組前後測實驗設計」，並以「新訂青年生活適應量表」、「學生訪談大綱」、「學生回饋單」和「教師訪談大綱」等為之研究工具。

(五) 設計實驗輔導方案

本研究自編設計一套生涯訓練方案，此方案設計內容與指導老師和該班導師討論後，確認可行性與適切性後實施教學。

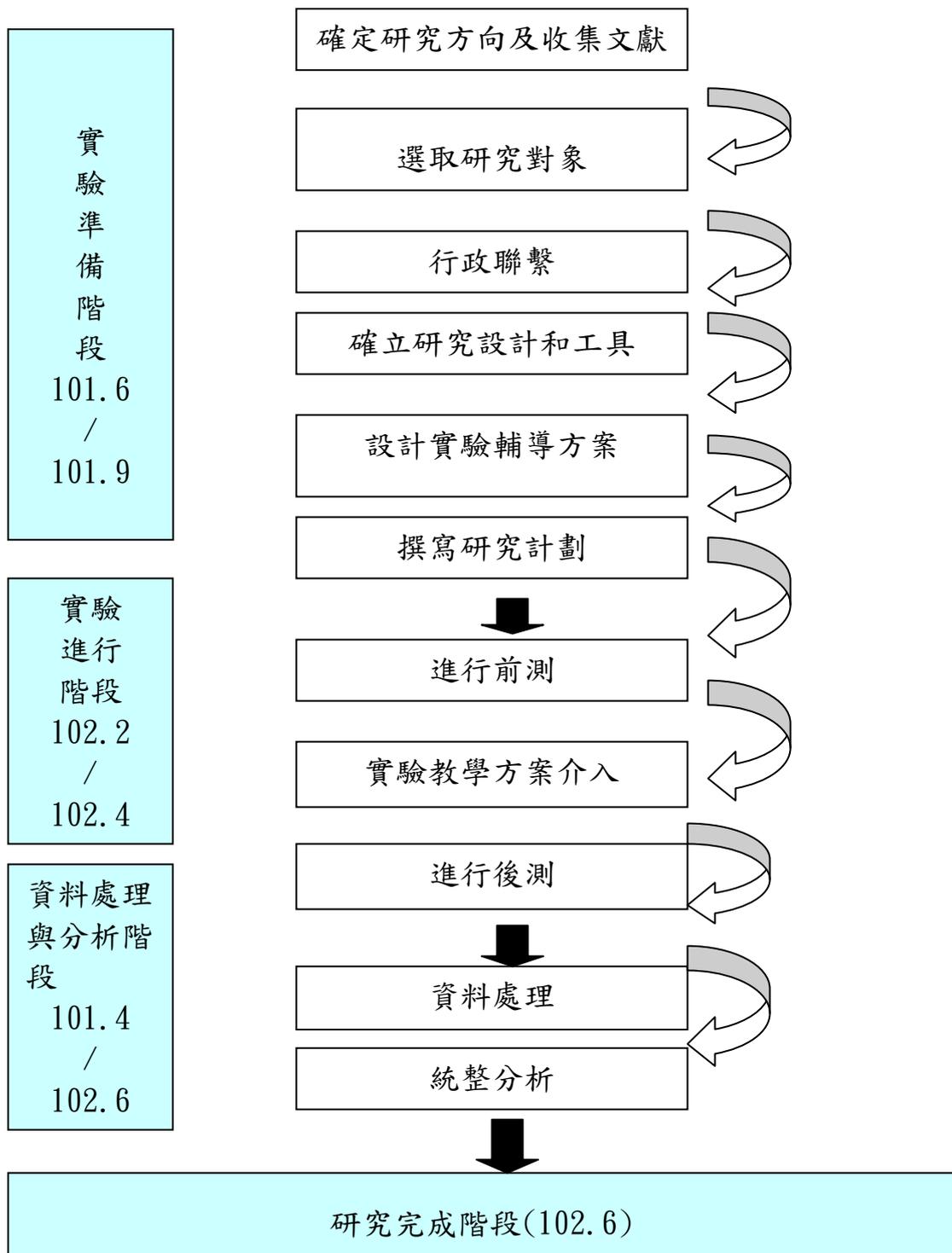


圖 3-2

研究流程

（六）撰寫研究

研究者在上述過程完成後，擬定研究，並於民國一〇一年十月中旬提出論文研究計劃。

二、實驗進行階段

（一）進行前測

在正式進行實驗教學前一週，以「新訂青年生活適應量表」對實驗組與控制組進行前測，所得分數成前測分數。

（二）實驗教學方案介入

本實驗以專業課程教師為教學者，對實驗組進行每週一次，一次 50 分鐘，共計 8 次的生涯訓練方案教學；對控制組則否。

（三）進行後測

在正式進行實驗教學結束後一週，以「新訂青年生活適應量表」對實驗組與控制組進行後測，所得分數當成後測分數，以了解生涯方案教學的實驗效果。

三、資料處理與分析階段

（一）資料處理

研究者將所蒐集到的量化資料，進行統計的考驗分析。針對受試在「生活適應量表」的得分資料，以表呈現其前、後測階段變化的情形。並將「學生訪談大綱」、「學生回饋單」和「教師訪談大綱」等資料加以整理、分析及描述，使研究結果更趨清楚完整。

(二) 統整分析

本階段主要是將所有量化與訪談資料的分析結果作連結與歸納整理，以期有不同、具價值性的研究發現，並提出可行的實施策略，提供學校班級內欲進行生涯方案教學的參考依據。

四、研究完成階段

綜合、分析研究結果，與指導教授討論後撰寫結論與建議，預計在一〇二年七月作成研究報告，完成論文，以供未來教學及相關研究之參考。

第七節 資料處理方法

本研究之資料處理分成量的方面與訪談資料兩個向度進行：

一、量的資料處理

量的資料處理主要針對實驗效果，採用測驗成績方面為主，其所用的統計方法如下：

- (一) 分別求出兩組實驗組和控制組學生在「新訂青年生活適應量表」的平均數、標準差，以了解其表現狀況。
- (二) 以單因子單變項共變數分析(以前測為共變項)，來考驗研究假設。在考驗各變項之共變數分析之前，先考驗組內迴歸線的同質性的基本假定及變異數同質性(林清山，2003)，以避免違反假定而造成錯誤，以驗證研究假設。

二、訪談資料處理

本研究的訪談資料是以「學生訪談大綱」、「學生回饋單」和「教師訪談大綱」等資料以輔助說明其生涯與學習成就是否有改變。

此部分採「資料蒐集」和「資料分析」並行的方式：

(一) 資料蒐集

資料的收集可分為下列幾個管道：

1. 實驗組學生問卷

於實驗結束後，發下課程回饋表，讓學生填寫對於實驗課程的感想和對活動內容的喜好程度和原因，以蒐集學生對於實驗課程的中活動喜好程度和原因等資料。

2. 學生訪談

從控制組與實驗組各選擇五位學生進行訪談，以深入瞭解繪本運用於生涯規劃方案設計在實驗組學生身上為何無法達到目標，並且和控制組學生無法造成明顯差異之原因。與控制組學生訪談的內容主要針對以下三項重點提問：(1)在畢業前是否有明確的生涯規劃？(2)何時開始對自己未來規劃（學生生涯焦慮的週期時間最高點）？(3)畢業前會做什麼事情對自己未來做準備？另外，與實驗組學生訪談的內容針對以下五項重點提問，包括和控制組學生相同的前三項：(1)在畢業前是否有明確的生涯規劃？(2)何時開始對自己未來規劃（學生生涯焦慮的週期時間最高點）？(3)畢業前會做什麼事情對自己未來做準備？另加上繪本課程問題：(4)繪本閱讀課程對畢業前的生涯規劃有否幫助？(5)畢業前會自己是否會再閱讀相關的繪本？

3. 導師訪談

爲了瞭解實驗期間，實驗組和控制組學生的生涯規畫行爲改變情形及原因探討，乃於實驗活動結束後，與實驗組觀察者和控制組導師進行一次結構式訪談。

與觀察者訪談的內容主要針對下列幾項重點：(1)生涯行為改善情形？(2)學生生涯的改善是否有助於教學進行？(3)對實驗課程的滿意度為何？建議？(4)實驗課程中哪項活動設計，可再繼續進行？為什麼？而與控制組導師訪談的內容主要針對下列幾項重點：(1)實驗期間，學生的生涯有何變化？(2)生涯改變的原因？

(二) 資料分析

1. 實驗組學生問卷

問卷內容包含學生喜歡與不喜歡的活動和原因及繼續參加生涯課程的人數，統計學生最高票喜歡和不喜歡的活動的人數和搜集喜歡和不喜歡活動的原因。

2. 學生訪談

資料分析依循下的步驟：(1) 將訪談的內容記錄下來，訪談完畢後，立即整理訪談內容。(2)配合訪談大綱，將訪談內容有意義的內容標示出來。(3)將有意義的內容，分類整理。

本研究之訪談資料處理，依據實驗組與控制組5位學生所謄寫而成其部分訪談內容需加以轉譯編碼，其所使用的符號說明見表3-3。

表3-3

本研究之編碼方式

編碼	意義
SR	實驗組學生訪談資料 符號後所加的序號為訪談日期
SC	控制組學生訪談資料 符號後所加的序號為訪談日期
A~E	為所訪談學生

3. 教師訪談

資料分析依循下的步驟：(1) 將訪談的內容記錄下來，訪談完畢後，立即整理訪談內容。(2)配合訪談大綱，將訪談內容有意義的內容標示出來。(3)將有意義的內容，分類整理。(4)針對分類資料，讓教師過目，以確保資料的正確性。

本研究之訪談資料處理，其部分訪談內容需加以轉譯編碼，其所使用的符號說明見表3-4。

表 3-4

質化資料符號表

符號	意義	備註
TE	實驗組觀察訪談資料	符號後所加的序號為訪談日期
TC	控制組導師訪談資料	符號後所加的序號為訪談日期

第四章 結果和討論

本研究以繪本運用於生涯規劃方案設計，改善高職生三年級生涯認知模式及現況。以實驗處理為自變項，生活適應量表的後測分數為依變項，前測分數為共變量，進行單因子共變數分析。並將「學生訪談大綱」、「學生回饋單」和「教師訪談大綱」等資料加以整理，進行資料分析以輔助說明繪本運用方案能對生涯規畫產生改變。本章共分三節，第一節為繪本運用方案之生涯規劃成效；第二節為訪談資料結果分析與討論；第三節為綜合討論分析。

第一節 繪本運用方案之生涯規劃成效

本節內容共分為五部分，前四部分分別敘述四項生活適應量表的統計結果，最後再加上統計結果的討論分析。在繪本課程實施後，探討實驗組與控制組在青少年生活適應量表內之社會適應、價值信念、生涯定向、積極進取四向度的得分差異情形。

表4-1 實驗組和控制組在「新訂青年生活適應量表」各分測驗的描述統計表

項目		前測		後測		調整後
		平均數	標準差	平均數	標準差	平均數
社會適應	實驗組(N=15)	49.00	8.15	50.20	8.93	50.71
	控制組(N=21)	50.23	10.47	49.28	9.77	48.92
價值信念	實驗組(N=15)	22.60	3.64	22.13	4.32	22.29
	控制組(N=21)	23.23	4.72	23.42	3.80	23.32
生涯定向	實驗組(N=15)	33.06	6.72	34.20	7.92	34.23
	控制組(N=21)	33.14	6.82	34.80	7.11	34.79
積極進取	實驗組(N=15)	42.66	7.90	43.86	8.71	44.28
	控制組(N=21)	43.57	9.39	46.14	9.04	45.85

首先將實驗組與控制組在「新訂青年生活適應量表」各分測驗的描述統計於上表 4-1。由表 4-1 可知，實驗組在「新訂青年生活適應量表」中僅有社會適應的調整後平均數高於控制組，另外三項包括價值信念、生涯定向、積極進取皆未高於控制組。

以下就實驗組和控制組在社會適應、價值信念、生涯定向、積極進取四個分測驗的得分結果，說明如下：

一、社會適應：

在進行共變數分析前，先進行「迴歸係數同質性考驗」。結果在社會適應分測驗上，其 F 值($F= 19.21$ ， $p < .05$)，達顯著水準，違反組內迴歸係數同質性的假設，表示共變項造成的調整效果在各組內部一致，共變項與依變項的迴歸方程式在各組內有不一樣的迴歸係數，此時組間差異的比較結果是扭曲，因此不宜採共變數分析，本應以詹森—內曼的迴歸方法來進行分析。然如表 4-2，因實驗組和控制組在「社會適應」的後測分數也未達顯著差異($F=0.65$ ， $p > .05$)，由此可知，實驗組在接受「繪本運用方案」後，其在「新訂青年生活適應量表」之「社會適應」之得分結果調整平均數(50.71)雖然高於控制組(48.92)，但差異未達水準，未具有影響效果，故研究假設一未獲得支持。

表 4-2

實驗組和控制組在「新訂青年生活適應量表」之「社會適應」後測分數共變數分析摘要表

	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 值	η^2 值
共變量(前測)	1578.38	1	1578.38	36.39	.524
組別	28.22	1	28.22	0.65	.019
組內(誤差)	1431.40	33	43.38		

二、價值信念：

在進行共變數分析前，先進行「迴歸係數同質性考驗」。結果在價值信念分測驗上，其 F 值($F=4.72$ ， $p < .05$)，達顯著水準，組內迴歸係數同質性的假設，表示共變項造成的調整效果在各組內部一致。然如表 4-3，因實驗組和控制組在「價值信念」的後測分數也未達顯著差異($F=0.69$ ， $p < .05$)由此可知，實驗組在接受「繪本運用方案」後，其在「新訂青年生活適應量表」之「價值信念」之得分結果調整平均數(22.29)低於控制組(23.32)，後測分數也未達顯著差異此結果表示，實驗組與控制組在排除前測影響下，繪本運用方案訓練對於提升學生價值信念部分未達顯著水準。。

表 4-3

實驗組和控制組在「新訂青年生活適應量表」之「價值信念」後測分數共變數分析摘要表

	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 值	η^2 值
共變量(前測)	119.87	1	119.87	9.06	.215
組別	9.12	1	9.12	0.69	.020
組內(誤差)	436.57	33	13.23		

三、生涯定向：

在進行共變數分析前，先進行「迴歸係數同質性考驗」。結果在生涯定向分測驗上，其 F 值($F=7.54$ ， $p < .05$)，達顯著水準，組內迴歸係數同質性的假設，表示共變項造成的調整效果在各組內部一致。然如表 4-4，因實驗組和控制組在「生涯定向」的後測分數也未達顯著差異($F=0.069$ ， $p > .05$)由此可知，實驗組在接受「繪本運用方案」後，其在「新訂青年生活適應量表」之「生涯定向」之得分結果調整平均數(34.23)低於控制組(34.79)，後測分數也未達顯著差異此結果表示，實驗組與控制組在排除前測影響下，繪本運用方案訓練對於提升學生生涯定向部分未達顯著水準。

表 4-4

實驗組和控制組在「新訂青年生活適應量表」之「生涯定向」後測分數共變數分析摘要表

	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 值	η^2 值
共變量(前測)	570.15	1	570.15	14.23	.301
組別	2.78	1	2.78	0.069	.002
組內(誤差)	1321.96	33	40.06		

四、積極進取：

在進行共變數分析前，先進行「迴歸係數同質性考驗」。結果在積極進取分測驗上，其 F 值($F=25.36$ ， $p<.05$)，達顯著水準，違反組內迴歸係數同質性的假設，表示共變項造成的調整效果在各組內部一致，共變項與依變項的迴歸方程式在各組內有不一樣的迴歸係數，此時組間差異的比較結果是扭曲，因此不宜採共變數分析，本應以詹森—內曼的迴歸方法來進行分析。然如表 4-5，因實驗組和控制組在「積極進取」的後測分數也未達顯著差異($F=0.66$ ， $p>.05$)由此可知，實驗組在接受「繪本運用方案」後，其在「新訂青年生活適應量表」之「積極進取」之得分結果調整平均數(44.28)低於控制組(45.84)，後測分數也未達顯著差異此結果表示，實驗組與控制組在排除前測影響下，繪本運用方案訓練對於提升學生積極進取部分未達顯著水準。

表 4-5

實驗組和控制組在「新訂青年生活適應量表」之「積極進取」後測分數共變數分析摘要表

	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 值	η^2 值
共變量(前測)	1655.56	1	1655.56	51.22	.608
組別	21.37	1	21.37	0.661	.020
組內(誤差)	1066.71	33	32.32		

第二節 訪談資料結果分析與討論

上一節主要針對繪本課程對於是否改善高職生三年級生涯認知模式及現況的實驗結果做分析、整理與說明，屬於量化資料的部分。此節則予以實驗組在進行繪本閱讀課程後的思維變化輔以訪談資料的補充，分別從控制組學生訪談、實驗組學生訪談及回饋單資料和兩組導師的訪談著手，期能從中更精確的掌握學生在繪本教學後的狀況，瞭解繪本課程對學生是否帶來實質的影響和幫助。

一、學生回饋單

進行八週實驗課程後，爲了進一步了解學生在八週課程中，對於閱讀繪本運用在生涯規劃課程教學上的喜好程度，在課程結束後，請學生簡單地就課程個目標：第一、社會適應；第二、價值信念；第三、生涯定向；第四、積極進取，簡單統計學生喜歡此課程和不喜歡此課程的原因和結果分析：

(一)學生對各主題繪本的喜好

1. 「社會適應認知」主題繪本：喜歡的有 15 位；不喜歡的有 0 位
2. 「價值信念」主題繪本：喜歡的有 14 位；不喜歡的有 1 位
3. 「生涯定向」主題繪本：喜歡的有 14 位；不喜歡的有 1 位
4. 「積極進取」主題繪本：喜歡的有 13 位；不喜歡的有 2 位

(二)學生最喜歡的主題繪本

1. 「社會適應認知」主題繪本：最喜歡的有 7 位
2. 「價值信念」主題繪本：最喜歡的有 5 位
3. 「生涯定向」主題繪本：最喜歡的有 3 位
4. 「積極進取」主題繪本：最喜歡的有 0 位

(三)在八本繪本中相對中不喜歡的主題繪本

1. 「社會適應認知」主題繪本：最喜歡的有 2 位
2. 「價值信念」主題繪本：最喜歡的有 5 位
3. 「生涯定向」主題繪本：最喜歡的有 2 位
4. 「積極進取」主題繪本：最喜歡的有 6 位

從結果中發現，學生最喜歡的繪本主題為「社會適應認知」方面，相對中最不喜歡的繪本主題為「積極進取」主題繪本。因為「社會適應認知」主題主要在描述同儕關係，代表個人在生活環境中與朋友相處愉快、滿意的經驗，對於青少年來說，同儕關係是他們現階段較為重視的課題，而「積極進取」繪本主題在對未來有正向的目標感和信心，是學生較不為重視的。

(四)繪本課程對學生未來生涯規劃有否影響

1. 有更明確：10 位
2. 沒有改變：5 位
3. 更不明確：0 位

(五)是否想繼續上繪本課程

- 1.想繼續的有 15 位：wonderful、想看書、純粹喜歡
- 2.不想繼續的有 0 位

從中發現，繪本課程對學生仍然有些微的影響，在十五位實驗學生中就有十位認為繪本課程對自己未來生涯規劃有明確的影響，更甚，所有十五位學生皆想再上繪本課程，除了喜歡看書之外，繪本課程比上傳統教科書來的有趣也是主要原因之一。

二、學生訪談資料整理

從控制組與實驗組各選擇五位學生進行訪談，以深入瞭解繪本運用於生涯規劃方案設計在實驗組學生身上為何無法達到目標，並且和控制組學生無法造成明顯差異之原因。與控制組學生訪談的內容主要針對以下三項重點提問：(1)在畢業前是否有明確的生涯規劃？(2)何時開始對自己未來規劃（學生生涯焦慮的週期時間最高點）？(3)畢業前會做什麼事情對自己未來做準備？另外，與實驗組學生訪談的內容針對以下五項重點提問，包括和控制組學生相同的前三項：(1)在畢業前是否有明確的生涯規劃？(2)何時開始對自己未來規劃（學生生涯焦慮的週期時間最高點）？(3)畢業前會做什麼事情對自己未來做準備？另加上繪本課程問題：(4)繪本閱讀課程對畢業前的生涯規劃有否幫助？(5)畢業前會自己是否會再閱讀相關的繪本？

將此訪談實驗組學生紀錄編碼為 SR 代表此次訪談之編號，將訪談控制組學生紀錄編碼為 SC 代表此次訪談之編號，同時在編號後面加註訪談完成之時間，以下將訪談學生的內容整理出下列幾點：

(一)實驗組學生訪談內容

1. 有明確的生涯規劃

實驗組五位受訪學生皆認為自己有明確的生涯規劃，五位學生中有三位要先找工作賺錢。

「會，就先半工半讀賺學費。」(SRA1030511)

「有，希望按部就班一步一步來，先有工作經驗。」(SRB1030511)

「會，畢業先工作賺錢，但工作要先找。」(SRE1030511)

有一位將準備檢定考試、英檢考試作重要目標規劃。

「有，想要先準備考試如檢定、英檢。」(SRC1030511)

僅有一位認為自己沒有明確的計畫。

「只是擔心，沒有明確的計畫。」(SRD1030511)

2.有明確的生涯準備事項

在實驗組受訪的五位學生中，大都對自己未來的生涯有明確的規劃與準備，一位學生準備多做本科的實習工作，做多少算多少，認為這樣對自己未來的就業較有幫助。

「做本科實習工作，做多少算多少。」(SRB1030511)

一位學生想打工，及早體驗職場工作內容。

「想先半工半讀，體驗職場工作內容。」(SRA1030511)

另外兩位學生同樣打算多查詢未來學習科目相關資訊，對自己未來學業先做好準備。

「上網查詢未來學習科目相關。」(SRC1030511)

「上網查有利資料……但只在心靈上有用。」(SRD1030511)

其中，僅有一位學生因對本科科目沒有興趣，因此任何事都不想準備，準備以後就新的學習科目再重新學習。

「任何事都不做，以後重新學。」(SRE1030511)

3.繪本課程有「放鬆」的功效

在實驗組受訪的五位學生中，有四位學生認為這次八週的繪本課程對自己多少有點幫助，只不過不是非常明顯，有的學生也不太確定到底對自己有沒有幫助，不過都談到閱讀繪本和過去上生涯發展課程死板的課本不同，有達到「放鬆」的功效。

「大概，算有，放鬆。」(SRB1030511)

「有用但不明確，大概是放鬆吧。」(SRC1030511)

「多少有一點，放鬆。」(SRD1030511)

「有，放鬆。」(SRE1030511)

僅有一位認為這次的繪本課程對自己有幫助，除了讓自己可以從正面思考外，還有回到童年的感覺。

「有……正面思考，回到幼時。」(SRA1030511)

4.未來不會主動閱讀相關繪本

在實驗組受訪的五位學生中，同樣都談到自己在過去就很少接觸繪本，所以在未來也不會主動去看，不過如果有介紹，或有人拿給他們看他們就會看。

「不會主動，但有介紹就看。」(SRA1030511)

「會，但不會去找，有就看。」(SRB1030511)

「偶爾，很少看。」(SRC1030511)

「偶爾，很少接觸繪本。」(SRD1030511)

「不會，急著打工賺錢。」(SRE1030511)

(二)控制組學生訪談內容

1.未有明確的生涯規劃

五位受訪的學生皆未有明確的生涯規劃，對於未來大都採順其自然的態度，五個受訪學生中有四個皆表示雖然現在還未確定方向，但仍然不會擔心。

「不會呀！現在還沒確定方向。」(SCA1030511)

「就失工作要唸夜校不會擔心。」(SCB1030511)

「完全沒規劃，會考慮看看再說。」(SCC1030511)

「不會緊張(擔心)，就順其自然就好。」(SCE1030511)

只有一位表示多少會擔心，不過是在想到的時候才會，沒想到的時候也不會想要確定自己的生涯方向。

「不明確，多少會擔心，但想到才會。」(SCD1030511)

2. 統測後才打算規劃自己的未來

在五個受訪學生中，有三位表示在統測成績公布後，才打算規劃自己的未來。

「成績公告後再開始規劃。」(SCA1030511)

「成績公布當天再來想。」(SCB1030511)

「成績公布時。」(SCC1030511)

另外有一位學生打算在畢業前一週才做規劃。

「畢業前一週。」(SCD1030511)

最後一位因為想要半工半讀，白天工作，晚上唸夜校，所以認為在找工作前再做規劃還來的及。

「找工作前。」(SCE1030511)

3. 利用打工替自己未來做準備

學生普遍認為打工是自己現階段最重要的事情，是可以替自己未來做準備的事，四位學生認為先以打工為重，找和自己科系相關的工作，雖然不確定有用，但做看看再說，不僅可以賺錢付學費買機車，也可以作和自己所學相關的工作。

「先找看看工作……不確定有用。」(SCA1030511)

「就先打工，打工工作已經找好。」(SCB1030511)

「找和相關科系工作……。」(SCD1030511)

「打工賺學費買機車。」(SCE1030511)

僅有一位是以升學為重，認為現階段以準備相關考試，多複習所學知識為主。

「再複習一些知識，準備相關考試。」(SCC1030511)

二、教師訪談資料整理

與實驗組導師訪談的內容主要針對以下四項重點提問：(1)在這次的實驗過程中，您認為學生在生涯規劃上，如「社會適應」方面：個人對生活及環境與朋友相處愉快、如

「價值信念」方面：個人對生活工作與信念、如「生涯定向」方向：個人對生活目標及工作的定向感、如「積極進取」：個人具有面對問題，解決問題的勇氣。是否有增進的情形?試舉例說明之。(2)在這次的實驗過程中，學生的生涯規劃改善是否有助於您的教學進行，試舉例說明之。(3)整體而言，您對這次的「繪本運用方案」教學活動的滿意度為何?是否有任何建議?(4)實驗活動結束後，您認為實驗方案中的那一項活動，想要繼續在班上進行?為什麼?另外，與控制組導師訪談的內容主要針對以下兩項重點提問：(1)請問開學這兩個月以來，您發現三年級學生在價值信念上與其前二年相比較，是否有所變化?(2)您覺得學生在畢業前，對自己未來的生涯規劃了解狀況如何?

將此訪談實驗組導師紀錄編碼為 TE 代表此次訪談之編號，將訪談控制組導師紀錄編碼為 TC 代表此次訪談之編號，同時在編號後面加註訪談完成之時間，以下將訪談導師的內容整理出下列幾點：

(一)實驗組導師訪談內容

(1)實驗課程的助益

i. 在「生涯定向」方面有所助益

「是的，學生在生涯定向上獲得較多助益，經歷過混亂的抉擇期，與探索自己職能與學業上的定向後，大部分的學生都能明確地說出畢業後（至少四年內）的生涯規劃。」(TE 1030510)

ii. 能較專注於課堂學習上

「是的，學業規劃的學生願意花更多時間在課業上，技能走向的學生雖然心意不在課業上，但也都能靜心地上課。」(TE 1030510)

(2)增加正面思考的能量

「是的藉由繪本中主人翁故事引導，學生較能將自己的情況投射在情境中。故事發展的正向意涵有助於學生做正面思考。」(TE 1030510)

(3) 「價值信念」方面的教學活動可再加強

「高職學生「內控型」人格學生不多，亦即大部分學生自信心不足，學生們普遍不認為努力可以彌補自己的不足，因此，學生在「價值信念」這一方面有待強化，可以在班上的教學活動中加以補強。」(TE 1030510)

乙、控制組導師訪談內容(TP1030511)

1. 學生學習態度不佳

(1)缺乏學習動機

「學生對於自己不感興趣的科目，缺乏耐心，因此總是引起不了他們的學習動機，不知為何要學。」(TP1030511)

(2)缺乏目標性

「學生普遍缺乏目標性，因此無法嚐到成就的快感，他們在低成就中對自己感到灰心，常認為自己無論怎樣努力，都無法獲得讚賞與短目標的成就。」(TP1030511)

(3)不喜歡記憶與背誦的課程

「學生不喜歡課程中的記憶與背誦，更不用說需要耐心去瞭解課程，因此無法期待有所得，認為努力一切都是不值得，所以學習就會痛苦。」(TP1030511)

2. 學生未能瞭解生涯規劃的重要性

(1) 只求「順利」畢業的學習規劃

「學生只求高職順利畢業，沒有遠大的生涯規劃，認為唸科大只是浪費錢，浪費時間，對未來人生沒有多大的幫助。」(TP1030511)

(2) 缺乏自主學習的學習態度

「學生大都缺乏自主學習和主動學習的學習態度，不知道應該對自己的學

習負責任，因此往往糊里糊塗、得過且過的混過三年，無法對自己的未來負責任。」(TP1030511)

(3) 對自己的未來缺乏信心

「學生大都對自己沒什麼自信心，因此也不急著找適合的工作，對未來也不敢想像，覺得把日子混過去就好了，且戰且走，因此往往虛晃了自己的青春光陰。」 (TP1030511)

第三節 綜合討論分析

以下就繪本運用對高職學生生涯規劃影響效果加以討論說明，由本章第一節結果顯示，實驗組學生在接受繪本教學後，在「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四部分的後測分數與控制組皆未達顯著差異。亦即本研究以繪本運用於生涯規劃方案設計，對於是否改善高職生三年級生涯認知模式現況不具效果。將繪本運用於高職生生涯規劃方案設計的相關研究不多，因此無法和其他研究成果共同分析討論，較相似同樣以生涯規劃課程設計做實驗研究的陳麗妍(2008)，在他的研究中，實驗組學生(綜合高中學生)在參加「生涯規劃課程」後，在「生涯態度分量表」和「生涯行動分量表」之得分，顯著優於控制組學生，表示其生涯規劃課程教學，有助於增進學生生涯發展之概念。

歸結造成上述研究結果未達顯著效果的可能原因，分析如下：

一、 研究對象背景及環境的影響

(一)家庭背景

本研究對象中，多數學生的家庭社經地位不高，家長新資訊文化刺激不足，不會引導學生思考未來的生涯規劃，因此，學生缺乏導引及未能體會社會變遷趨勢，鮮少有人生涯規劃。

(二)缺乏自信心

很多研究皆顯示高職生在學習上缺乏自信心，例如曹渠鋌(2011)在探討台灣高職生英語學習動機與教學活動偏好之相關研究。指出高職英語科與非英語科學生在學習英文時，儘管對外國語言與文化有高度之興趣，但是皆由於自信心不足產生學習上的焦慮。另外，周婉茹(2012)於教育現場觀察到高職學生長期以來在學業的競爭中充斥著失敗的經驗，屬於偏向學習低成就的狀態，加上自我中心主義的偏差與缺乏團隊合作的能力，逐漸形成高職學生缺乏自信心與低自我評價的心理特質，因此在他的研究中探討了高職生正向自我概念之情形，並設計發展高職團隊建立之活動方案。期運用團隊建立活動學習目標，協助青少年發掘自我價值、建立團隊互動、勇敢挑戰未知的冒險及決策果斷的領導思維，以彌補現實教育中的缺失。

因此歸結來說，現今高職生面對的困境是對自己的未來、自己的能力都沒有足夠的自信心，自然形成視野狹窄，依賴性高的習慣，也對未來的個人生涯產生隨便、可有可無的放任態度，不肯去好好思考自己未來的生涯發展。

(三)學生重聲光閱讀，不喜愛文字閱讀

如同在第一章提及的，陳幸蕙在《青少年的四個大夢》中即倡導青少年「文字閱讀與聲光閱讀、圖畫閱讀並重」的觀念，她認為學習如何閱讀，其實也就是學習如何面對世界，如何面對自我(陳幸蕙，1993)。但是在本研究中，考量到學生以往學習之背景，多以圖文方式去增強學習的意願，選取可以吸引學生閱讀興趣，又不會因過多文字而感到乏味的兒童文學形式—繪本做討論，但學生的反應提升並不明顯。仍然無法有效地吸引他們的興趣。

(三)學生無法深入理解轉換其意涵

縱使學生在課程中瞭解繪本的故事內容，但是有一個很大的問題是他們無法將繪本隱藏的意涵轉化做自我省視，無法運用繪本來面對世界和面對自我。如同 Perry

Nodelman(2010)談到的，圖畫書同時蘊含著一個天真無知的讀者——一位具有童心的讀者，圖畫書很清楚地被當作兒童書來看待，就是因為它針對具有童心的讀者在說話，這個性質就年輕、單純、有活力。

但是弔詭地是，就視覺符碼和語言符號的理解來說，越讀圖畫書還需要有豐富的學養，才能充分瞭解。在訪談中也發現，學生在此課程之前幾乎很少接觸過繪本，因此，儘管我們以為繪本是兒童閱讀的故事書，學生來閱讀不會有問題，但是學生是否聽得懂，並且有足夠的能力將內容加以轉化進而內化做自我省思與生涯規劃建構，是值得我們再加以研究和討論的。

(四)沒有確立生涯規劃目標的想法

由於此次實驗對象是高職生，大部分的高職生不會以升學為主要目標，根據訪談內容，有的學生在畢業前都還沒有確定方向，有的對未來完全沒規劃，有的採考到哪唸到哪順其自然的態度，學生大部分認為半工半讀才是自己當前最重要的目標，因此不需要急於確立自己的生涯目標。因此對於他們來說，確立生涯規劃目標是不需要的，也就沒有興趣去做自我生涯發展的規劃。

二、測驗與課程因素影響

(一)「新訂青年生活適應量表」測驗題目過於冗長

「新訂青年生活適應量表」總共有兩部分六十題題目，雖只運用其中四十一題做為參考，但在測驗時仍需要學生全部完成，學生普遍反映過於冗長，在前測時，學生普遍還能靜下心來作答，但到後測時，有些學生已經有不耐煩的表現，因此，過於冗長且必須重複兩次作答的測驗題目，也影響了學生在量化測驗的準確度。

(二)講述課程過多

因為怕學生不瞭解此課程教學目的，設計了過多的講述教學課程，在每一節課程中

皆安排十五分鐘的「解毒解讀」的名詞概念解讀教學，教學課程設計上忽略以「繪本」為主的教學方向，過多的講述教學容易降低學生的學習興趣，同時，因為加入講述教學的關係，不容易和講述教學為主的課本教學比較出差異性，影響了學生在學習和閱讀上的興趣。

第五章 結論與建議

社會上普遍認為「兒童是未來的主人翁」，卻忽略了更值得我們關心，影響社會甚鉅的一群人—「青少年」。本身作為高職教師，特別難過於社會對於青少年，特別是對高職學生的忽略，這樣的忽略來自於一般人認為青少年很難溝通，一般唸高職的青少年不喜歡唸書等較差的既定印象。除了外在環境印象影響外，高職階段的青少年自己本身亦處於兒童到成人的過渡期的自我統合危機時期，在試探、嘗試的過程中，常會自我統合錯亂，面臨否定認同的選擇或自我衝突的矛盾意識，而產生交友的壓力、學習的壓力和自我認同的危機。這時學校應特別需要提供適切地生涯教育讓學生得以提升自我認同，確立自我生涯規劃目標。

因此，本論文主要以高職生為例，結合學校高職生涯規劃課程綱要，輔以「青年生活適應量表」中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素做為此次教學四大單元主題，分別從每個面向挑選適合該主題的兩本繪本，共選擇八本繪本，設計每週一次，一次五十分鐘，共計八次的生涯訓練方案教學。在研究方法上採「不等組前後測實驗設計」方法，實驗組班級除了接受原本該校的輔導課程外，另加入八次的繪本課程內容教學，控制組班級只接受該校原本的生涯輔導課程，而兩組學生在繪本課程開始之前與繪本課程結束之後，分別做「新訂青年生活適應量表」的施測。

同時，除了量化研究方法外，也輔以質性研究方法，以「學生訪談大綱」、「學生回饋單」和「教師訪談大綱」作為研究工具，期更清楚瞭解繪本課程對學生生涯規劃上的影響。本研究將研究資料進行分析結果作連結與歸納整理，以期有不同、具價值性的研究發現，並提出可行的實施策略，提供學校班級內欲進行生涯方案教學的參考依據。茲將本研究成果之結論與建議說明如下：

第一節 結論

一、繪本課程的實施以「新訂青年生活適應量表」其分量表中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素在生涯發展成效上沒有達到顯著的效果。

在「新訂青年生活適應量表」中的四個向度：「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」面向上，實驗組和控制組並沒有顯著的差異，因此可推測繪本課程的實施對於高職三年級實驗組學生沒有達到顯著效果。

二、繪本課程的實施對高職三年級實驗組學生有正向的影響

由訪談資料的分析中，可以發現在詢問學生做繪本運用方案對自己是否有幫助時，學生大都持正面的回饋，主要的幫助在於有放鬆和回到幼時的感覺，雖然未能立即反應在生涯規劃目標上，但是此繪本課程的實施對此實驗組的學生仍舊有一定程度正向的影響。

第二節 建議

本節將在研究過程中發現的問題，整理歸納為以下幾點建議，分為教學方面和未來研究兩部分做討論，以供未來教師教學和相關研究者作為未來研究之參考。

一、教學方面的運用

(一)重視生涯發展課程

生涯規劃是可以透過不斷的資料取得而被訓練的，從上述研究也可瞭解，繪本圖畫對學生雖然略有影響但仍無法具體達到改善高職生三年級生涯認知模式之現況，對於高職三年級學生來說，生涯輔導教學是很無聊的事，他們一點也不覺得需要做生涯規劃，除了考到哪唸到哪，課後打工才是他們更關心的事。這也表示，過去學校做的生涯規劃課程未能達到預期的目標，學生仍然無法從學校生涯規劃課程中學習做出自己的生涯規劃。

(二)提供多元的自我探索方法

從教師和學生訪談中可發現，由於學生們在本質上極度缺乏自信心，導致他們不願意去規劃自己未來生涯發展，大都採「考到哪就唸到哪」或是「找到什麼工作就做什麼」的消極態度，所以如果在教學上未能解決他們缺乏自信心、缺乏自我覺察能力的根本問題，縱然給予再多繪本閱讀也無法根本解決他們不重視生涯規劃的想法。

陳鈺湘、廖家鈴(2010)曾就現今生涯輔導工作提出建議，他們認為現今生涯輔導工作隊學生個人本身的發展需求著墨甚少，通常僅以性向測驗、生涯興趣測驗、工作價值觀量表或網站所提供的測驗(104 人力銀行心理測驗、小蕃薯心理測驗潛能、111 測評中心)等測驗方式，他們提出學校輔導工作不能夠儘止於提供生涯進路上的輔導，更應該提供學生更多探索自我的機會，引導學生進行各方面的探索，而不僅止於施用測驗，更應該提供多元的方式(如個別諮商、團體諮商與體驗活動)，以及多元主題(如自我探索、夢境探索、人際模式探索、家庭動力探索、性別認同探索與運用表達性藝術媒材介入之自我探索活動等等)，讓學生對於自我有充分的瞭解，得以逐漸發展出自我認同與增進自我覺察之能力。

因此，提供多元的自我探索方法，提升學生對於自我充分的瞭解，得以逐漸發展出自我認同與增進自我覺察之能力，才是本質上幫助他們做好生涯規劃，增強自信心的基本之道。

(三)重個別化思考與建構

不管是前測或後測，「新訂青年生活適應量表」其分量表中「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」四因素在測驗之結果，都無法測量出學生對自我生涯規劃的個別化建構程度，但是根據第四章問卷統計，學生在四個繪本主題「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」上喜好程度皆不同，也反映了學生在個別生涯規劃的需求上有所差異。因此在課程實施之前，應該要個別瞭解學生自我的生涯規劃狀況，評估學生在「社會適應」、「價值信念」、「生涯定向」、「積極進取」哪個面向有所缺乏，進一步針對缺乏的面向給予相關繪本補充，個別化輔導，如此才能確實掌握每個學生個別生涯規劃方向。

(四)增加繪本閱讀經驗

在第四章針對實驗組學生做的問卷中，整理出十五位實驗學生中就有十位認為繪本課程對自己未來生涯規劃有明確的影響，同時，全部十五位學生皆想再上繼續繪本課程，除了喜歡看書之外，繪本課程比傳統教科書來的有趣也是主要原因之一。

二、未來研究

(一)受試時間不理想

本論文是以高三學生作為教學受試對象，原本以為對於初入技職體系的高職一年級新生，在還未接觸本科技職課程內容時，就要做生涯規劃過於太早，故選擇應該加強輔助即將面對升學和就業的三年級學生做好生涯發展規劃。但是在八週課程結束後剛好遇到學生即將統測的時間，學生這時大都心情浮躁，無法靜下心來思考自己的生涯規劃和受試。若是參考陳麗妍(2008)的研究，是以高一新生作為生涯發展與生涯規劃課程輔導成效研究的研究對象，在他的研究中，高中一年級新生入學時的生涯發展概念在接受九週生涯規劃課程之後就有顯著的差異。因此，課程教學與受試的時間應該在什麼時間？

才能真正達到教學目標和受試的準確度，是值得再研究討論的。

(二)教學歷程應加長

經過晤談瞭解，發現本實驗組學生能夠在課程中瞭解繪本的故事內容，但是他們卻無法將繪本隱藏的意涵轉化做自我省視。在訪談中也發現，學生在此課程之前幾乎很少接觸過繪本，因此，繪本雖然是以兒童為主要閱讀對象的故事書，但高職學生來閱讀大都缺乏將內容轉化進而內化做自我省思與生涯規劃建構的問題。因此對於本課程設計以每週一次，一次 50 分鐘，共計 8 次的生涯訓練方案教學，似乎稍嫌不足，教學歷程應該加長，首先讓學生先習慣繪本「圖與文字」的交互關係(可參考第二章第三節—繪本的功用與內涵)，給予更充分的閱讀時間；其次，閱讀後應該設定更多時間輔助學生思考，協助和其生涯規劃做連結，如此或許才能達到此研究預期的目標與效果。

(三) 擴大研究對象和範圍

本研究僅以台南地區高職三年級學生為研究對象，研究樣本數屬於小規模的研究，因此，研究結果在地區、年齡上之推論均有其限制性。未來研究的樣本數可考慮增加的面向有：

- 一、研究對象擴及其他地區學生，以提昇研究結果的可推論性。這次研究對象是南部學校學生，南部學生接觸繪本書籍的機會相對地比北部、中部學生來的少，因此可以將研究對象擴及至其他地區，比較各地區對於繪本教學的差異性和學習成效性。
- 二、研究對象擴及不同身分對象，以提昇研究結果的可推論性。青少年還包含有普通高中生、綜合高中高中生、五專生，不同身分對象的學生，對於生涯規劃會有不同的想法和需求。

從各種不同面向了解繪本教學對不同的年齡層與身份對象，在生涯規劃發展成效為何，

才能讓研究資料可以更趨完整。

(四) 融入研究對象背景及環境因素加以設計課程

本研究對象中的多數學生家庭社經地位不高，家長新資訊文化刺激不足，學生缺乏導引，自信心不足及未能體會社會變遷趨勢，鮮少有個人生涯規劃。故在設計活動課程上應考量其學生以往學習之背景，課程內容應多以活動式與操作性方向，並將課程的主題與所要傳達的概念知識融入於活動之中，真正使學生透過「做中學」的精神去體會生涯課程之內涵。同時也要對於學生的背景與環境去加入運用方式，使學生在課程結束後能於生活環境、相關資訊等方面都能有機會運用及認知。

(五) 在課程設計上避免講述課程過多因素

教學課程的設計是要使學生能更瞭解此課程教學目的，但過多的講述教學課程或是在講述式教學方式進行中，常使學生感到倦怠，進而對學習內容興趣降低，以「繪本」為主的教學方向，同時，因為加入講述教學的關係，不容易和講述教學為主的課本教學比較出差異性，影響了學生在學習和閱讀上的興趣，而影響學習的成效。

參考文獻

一、中文部分

- 王淑俐(1995)。青少年情緒的問題、研究與對策。台北：心理出版社。
- 王全益(2004)。私立高職學生情緒智力與生活適應關係之研究(未出版碩士論文)。私立玄奘大學，新竹。
- 王春展(2006)。高中職生情緒智慧、憂鬱傾向與情緒調整之研究。《嘉南學報》，32，484-507。
- 王素真(2007)。生涯規劃。台北：台科大圖書股份有限公司。
- 王浩威(2012)。我的青春，施工中：王浩威醫師的青春門診。台北：心靈工坊。
- 石芳萌(2007)。高中職學生親職化、自我分化與身心健康之相關研究(未出版碩士論文)。國立台灣師範大學，台北。
- 李桂仙(2005)。高雄市高職學生生命意義感、憂鬱情緒與自殺傾向關係之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 李燕玲(2008)。高中職學生身體意象、社經地位和憂鬱情緒之關聯性研究(未出版碩士論文)。國立成功大學，台南。
- 吳芝儀(2000)。生涯輔導與諮商：理論與實務。嘉義市：濤石文化出版。
- 吳銘惠(2008)。負責、尊重、關懷的品格教育課程對國小五年級學童自我概念影響之研究(未出版碩士論文)。國立台中教育大學，台中。
- 金樹人(1991)。大專生涯規劃課程的實施。《學生輔導通訊》，14，28。
- 金樹人(1997)。生涯諮商與輔導。台北：東華。
- 林文寶等合著(1996)。兒童文學。台北：五南。
- 林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰(1997)。生涯輔導。台北：國立空中大學。
- 林秀盆(2002)。高職學生學業表現、興趣類型與人格類型之研究—以某高職為例國立台北大學，台北。
- 林真美譯(2005)。繪本之力(原作者：河合隼雄、松居直、柳田邦男)。台北：遠流。
- 林桂如(2008)。願景領導應用在高職學生學習態度與生涯規劃之行動研究(未出版碩士論文)。

- 論文)。國立台東大學。台東。
- 林良(2011)。淺語的藝術。台北：國語日報。
- 周婉茹(2012)。團隊建立活動方案對高職學生自我概念提昇之探討(未出版碩士論文)。
國立東華大學，花蓮。
- 邱美華、董華欣(1997)。生涯發展與輔導。台北市：心理出版社。
- 洪鳳儀(2000)。生涯規劃。台北市：揚智文化。
- 胡秀蘭(2005)。台南縣高中職生閱讀興趣調查研究(未出版碩士論文)。致遠管理學院，
台南。
- 胡秀娟(2006)。高中職家庭結構、自尊、情緒管理與同儕關係之研究(未出版碩士論文)。
國立嘉義大學，嘉義。
- 施淑棉(2007)。國小兒童繪本教學融入品格教育—以「公平」為核心之研究(未出版碩士
論文)。國立新竹教育大學，新竹。
- 郝廣才(2006)。好繪本如何好。台北：格林文化。
- 徐明志(2001)。高職「生涯規劃」課程內涵與實施現況之研究(未出版碩士論文)。國立
台北科技大學，台北。
- 唐一寧、王國馨譯(2006)。尋找一本繪本，在沙漠中……(原作者：柳田邦男)。台北：
遠流。
- 張添洲(1994)。生涯發展與規劃(初版二刷)。台北：五南。
- 張淑媛(2001)。高職學生人格特質、情緒智力與學習成就—以高雄市立海青工商為例(未
出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義。
- 張婷怡(2005)。國民小學應用繪本進行生命教育效果之研究(未出版碩士論文)。國立台
東大學，台東。
- 梁淑娟(1998)。青少年求助行為之探索。諮商與輔導，146，20-24。
- 陳幸蕙(1993)。青少年的四個大夢(2)。台北：爾雅。
- 陳淑娟(2008)。生命教育融入高職生涯規劃課程之行動研究(未出版碩士論文)。朝陽科
技大學，台中。

- 陳麗妍(2008)。高一新生生涯發展與生涯規劃課程輔導成效之研究(未出版碩士論文)。國立台南大學，台南。
- 陳韋銘(2004)。生涯規劃課程學習檔案的教學實踐(未出版碩士論文)。國立東華大學，花蓮。
- 陳郁雯(2005)。高職生自我認同之行動研究(未出版碩士論文)。國立東華大學，花蓮。
- 陳鈺湘、廖家鈴(2010)。生涯輔導工作癥結之因應—以完形自我探索團體為例。諮商與輔導，294，16-19。
- 曹渠鋌(2011)。學習者教學活動偏好與其學習動機：以台灣高職生為例(未出版碩士論文)。私立銘傳大學，台北。
- 教育部高級職業學校群科課程資訊網。99 學年職業學校群科課程綱要-總綱。取自 <http://tpde.tchcvs.tc.edu.tw/course/download02.asp?ID=40>。
- 黃碧華(2005)。台中縣兩所高中職女學生生活事件、人格特質與憂鬱症狀相關之研究(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義。
- 黃天中(1995)。生涯規劃概論：生涯與生活篇。台北：桂冠圖書公司。
- 黃德祥(2005)。青少年發展與輔導精要。台北市：考用。
- 黃惠惠(2006)。邁向成熟：青年的自我成長與生涯規劃。台北市：張老師。
- 黃心儀(2011)。繪本之力—青少年性別意識自我覺察之探究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 華興文化。89 高職課程綱要。取自 http://www.hwashing.com.tw/teacher/teacher01_003.asp
- 程勻芳(2011)。繪本教學對高職智能障礙學生兩性交往知識與態度成效之研究(未出版碩士論文)。國立新竹教育大學，新竹。
- 楊朝祥(1989)。生計輔導：終生的輔導歷程。台北：行政院青年輔導委員會。
- 楊依雯(2010)。高中生之生涯發展準備度、學校幸福感與生涯自我效能之相關研究(未出版碩士論文)。國立台灣師範大學，台北。
- 楊靜宜(2012)。運用繪本教學提升國小低年級學童情緒之研究(未出版碩士論文)。私立世新大學，台北。

- 葉成根(2008)。青少年的快樂感、依附關係與自殺意念之關聯性研究—以高中職學生為例(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義。
- 劉念肯(2009)。生涯發展階段論與 Moratorium 青年。諮商與輔導，284，2-5。
- 劉鳳芯、吳宜潔譯(2009)。閱讀兒童文學的樂趣(原作者：Perry Nodelman、Mavis Reimer)。台北：天衛文化。
- 劉清彥(2011)。閱讀裡的生命教育。台北：天下雜誌。
- 鄭婉萍(2012)。繪本教學對提升國小二年級品德教育之行動研究—以「尊重」核心價值為主(未出版碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東。
- 蔡宛珊(2007)。台北市高中職學生人格特質、生活壓力、憂鬱程度與吸菸行為的相關研究(未出版碩士論文)。國立台灣師範大學，台北。
- 蔡淑薇(2003)。高中職學生學習風格、自我調整學習與學業成就之關係(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 蔣肇華(2010)。高職實用技能學程學生學習風格及生涯規劃關係之研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 潘葦芸(2010)。繪本教學對國小六年級學童品德教育之影響(未出版碩士論文)。國立台中教育大學，台中。
- 賴素秋(2002)。台灣兒童圖畫書發展研究(1945-2001)(未出版碩士論文)。國立台東師範學院，台東。
- 謝念儒(2007)。新世紀的生涯輔導~綜合高中生涯規劃課程的轉化與實施之行動研究(未出版碩士論文)。私立慈濟大學，花蓮。
- 盧明義(2011)。啓智學校正向情緒教學方案之研究-以建立高職部學生自信心為例(未出版碩士論文)。私立中國文化大學，台北。
- 蘇建文、程小危、柯華葳、林美珍、吳敏而、幸曼玲、陳李綢、林惠雅、陳淑美(1997)。發展心理學。台北：心理出版社。
- 張美惠譯(1996)。回到童年(原作者：Janice G. Tracht)。台北：創意力出版。

二、英文部分

Bader, B.(1976).*American Picturebooks from Noah's Ark to the Beast Within*.New York:Macmillan.

Burke,E.M(1990).*Literature for Young Child*.U.S.A:Allyn and Bacon.

Jalonogo,M.R.(2004).*Young children and picture books*.Washington,DC : National Association for the Education of Young Children.

Kiefer,B.Z.(1982).*The Response of Primary Children to Picture Book*.Unpublished doctoral dissertation, The Ohio State University.

Schwarcz,J.(1982).*Ways of the Illustrator:Visual Communication in Children's Literature*.Chicago:American Library Association.

Sutherland,Z.&Heame,B.(1997).In search of the perfect picture book definition. *Wilson Library Bulletin*,158-160.

Reynolds,Kimberley(2011).*Children's Literature:A Very Short Introductin*.Oxford Univ Pr.

Nodelman,Perry(1990).*Words About Pictures: The Narrative Art of Children's Picture Books*.UNIV of Georgia Pr.

Nodelman,Perry;Reimer,Mavis(2002).*The Pleasures of Children's Literature*.Addison Wesley.

附錄一

教師訪談大綱

※ 實驗組：

一、在這次的實驗過程中，您認為學生在生涯規劃上，如「社會適應」方面：個人對生活及環境與朋友相處愉快、如「價值信念」方面：個人對生活工作與信念如「生涯定向」方向：個人對生活目標及工作的定向感、如「積極進取」：個人具有面對問題，解決問題的勇氣。是否有增進的情形?試舉例說明之。

二、在這次的實驗過程中，學生的生涯規劃改善是否有助於您的教學進行，試舉例說明之。

三、整體而言，您對這次的「繪本運用方案」教學活動的滿意度為何?是否有任何建議?

四、實驗活動結束後，您認為實驗方案中的那一項活動，想要繼續在班上進行?為什麼?

※ 控制組：

一、請問開學以這兩個月以來，您發現在價值信念上與前二年學生有那些變化?

二、您覺得在畢業前，學生對自己的未來生涯了解狀況如何?

附錄二

繪本運用方案實驗課程-學生回饋單

- 一、 社會適應認知：凱琪的包裹、檸檬的滋味
- 二、 價值信念認知：愛唱歌的瑪莉、最想做的事
- 三、 生涯定向認知：向夢想前進的女孩、偷走閃電的賊
- 四、 積極進取認知：最美麗的第一夫人、飛行者—萊特兄弟

1、以上四項主題活動我**最喜歡**

社會適應認知 價值信念認知 生涯定向認知 積極進取認知

2、以上四項主題活動我**最不喜歡**

社會適應認知 價值信念認知 生涯定向認知 積極進取認知

3、以上四項主題活動，我

都喜歡 有一點喜歡、有一點不喜歡

因為：_____

4、社會適應認知，我 喜歡 不喜歡

因為：_____

5、價值信念認知，我 喜歡 不喜歡

因為：_____

6、生涯定向認知，我 喜歡 不喜歡

因為：_____

7、積極進取認知，我 喜歡 不喜歡

因為：_____

8、上完了繪本運用方案，你覺得對你個人的畢業後方向

有更明確 沒有改變 更不明確

9、下次還想不想繼續上繪本運用的課程?

想 不想

因為：_____

附錄三

學生訪談大綱

- 壹、 請問你在畢業前是否有明確的生涯規畫嗎？何時開始對自己未來規畫？(無規劃者，跳到下面第參題)

- 貳、 如果有，如何計畫？哪個部分是你生涯規劃中最重視的事(學業、工作、家庭、朋友)？

- 參、 如果沒有規劃，畢業前你有想會做什麼事讓自己在未來準備上呢？有用嗎？

- 肆、 請問你對自己的未來有沒有信心，是否有信心面對未來生涯的挑戰？

- 伍、 請問這幾個禮拜老師上的繪本課程對你畢業前的生涯規畫有幫助嗎？有何幫助？

- 陸、 請問你未來會自己再看相關的繪本嗎？如果會，是哪方面的繪本？如果不會，會看哪類型的書籍？

附錄四、教案設計

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(一)

主題名稱	社會適應	教學時間	50分
繪本名稱	凱琪的包裹	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 生涯規劃的意義及重要性。2. 生涯發展階段及發展任務。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生涯規劃 的意義	壹、引起動機 說明為什麼要讓同學閱讀繪本和繪本的重要性	3分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13分	
	參、解毒解讀 一、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？ 二、你覺得黛西為什麼會想要寄東西幫助凱琪？ 三、如果你是黛西，你會想要如何幫助凱琪？	10分	
	肆、概念教學 一、生涯規劃的重要性 瞭解生涯規劃的重要性，同時瞭解生涯規劃中，認識自我與他人，學會包容自我與他人的重要性。 二、社會適應的重要性 社會適應的目標代表個人對社會中的生活環境及與朋友相處有愉快、積極的認知及滿意的經驗。	15分	
	伍、實作分享 一、學生回饋與分享： 1. 在你的生命中，曾經幫助過朋友什麼事？ 2. 現在有什麼人是你想幫助的？並且你覺得應該如何幫助？	5分	
	六、教師總結	5分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(二)

主題名稱	社會適應	教學時間	50 分
繪本名稱	檸檬的滋味	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15 人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 生存—生活—生命的意義與探討。2. 人與他人。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生命的意義	壹、引起動機 回憶上次上課閱讀繪本內容—《凱琪的包裹》	3 分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13 分	
	參、解毒解讀 一、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？ 二、你覺得誰帶給了瑪琳力量，這樣的力量對瑪琳有怎樣的影響？ 三、溫老師在之前給予瑪琳關懷和力量，對他自己日後帶來什麼樣的影響？	10 分	
	肆、概念教學 一、社會適應的重要性 (同上一節內容) 二、說明社會適應和生涯規劃的關係	15 分	
	伍、實作分享 一、分組討論 1. 從小到現在，你有哪些好朋友？ 2. 你曾經幫助過好友或好友曾經幫助過你什麼事？這些事曾帶給你什麼樣的影響？ 3. 未來你希望你可以給你的好友什麼樣的幫助和力量？ 二、各組派代表上台報告	5 分	
	陸、教師總結	5 分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(三)

主題名稱	價值信念	教學時間	50 分
繪本名稱	愛唱歌的瑪莉	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15 人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 價值觀與生涯規劃模式。 2. 生涯價值觀的探索與澄清。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生涯價值觀	壹、引起動機 引用尼采「人因夢想而偉大」說明夢想的重要性。	5 分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	15 分	
	參、解毒解讀 一、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？ 二、你覺得瑪莉的夢想是什麼？ 三、她有完成她的夢想嗎？如何完成？	10 分	
	肆、概念教學 一、什麼是價值信念 代表個人對生活、工作與成就表現的信念與哲學理念。 二、價值信念的重要性	15 分	
	伍、實作分享 一、學習單一：第一部分—將自己的夢想寫下來 (一個夢想或無數個夢想都可以) 二、上台分享： 1. 自己的夢想是什麼？ 2. 自己覺得自己是否可以實現夢想？	5 分	學習單
	陸、教師總結	5 分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(四)

主題名稱	價值信念	教學時間	50分
繪本名稱	最想做的事	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 興趣與生涯規劃模式。2. 興趣探索。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
興趣探索	<p>壹、引起動機</p> <p>回憶上次繪本內容，說明「人因夢想而偉大」的重要性。</p>	5分	投影片 繪本 學習單
	<p>貳、繪本賞析</p> <p>一、繪本內容導讀</p> <p>二、繪本故事說明</p>	15分	
	<p>參、解毒解讀</p> <p>一、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？</p> <p>二、你覺得故事主角卜克·華盛頓最想做的是什麼？</p> <p>三、卜克·華盛頓一開始為什麼無法完成他想做的事？最後，他用什麼辦法完成他的夢想？</p>	10分	
	<p>肆、概念教學</p> <p>一、價值信念和生涯規劃的關係</p>	15分	
	<p>伍、實作分享</p> <p>一、學習單一：將上節課的學習單拿出，在下面第二部分寫下你覺得自己要完成夢想的步驟。</p> <p>二、上台分享：</p> <p>1. 自己的夢想是什麼？</p> <p>3. 自己應該怎麼做才能實現夢想？步驟為何</p>	5分	
	陸、教師總結	5分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(五)

主題名稱	生涯定向	教學時間	50 分
繪本名稱	向夢想前進的女孩	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15 人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 生涯能力與生涯規劃模式。2. 生涯成功要素。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生涯成功 要素	壹、引起動機 教師詢問學生小時候有沒有寫過「長大後要做什麼」的作文？	3 分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13 分	
	參、解毒解讀 一、蔡阿信從小立志的職業是什麼？ 二、你覺得蔡阿信在向她的夢想邁進的時候遭遇到什麼困難？她如何克服？ 三、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？	10 分	
	肆、概念教學 一、什麼是生涯定向？ 生涯定向代表個人對生活目標、生活方式、工作方向與職業的自我定向感。	15 分	
	伍、實作分享 一、學習單二：請寫下你想做的職業是什麼(可以不只一種)。 二、找同學給建議： 1. 尋找三位同學針對自己想做的職業應該如何準備給予建議。 2. 將三位同學的建議寫下來並請他們簽名。	5 分	學習單
	六、教師總結	5 分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(六)

主題名稱	生涯定向	教學時間	50 分
繪本名稱	最美麗的第一夫人	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15 人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 自我特質與生涯規劃模式。 2. 自我特質探索。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
自我特質	壹、引起動機 教師詢問學生有沒有崇拜的人(例如歷史人物、偶像、卡通人物)?	3 分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13 分	
	參、解毒解讀 一、你覺得最美麗的第一夫人—愛倫諾具備什麼樣的特質? 為什麼會受到大家的尊敬? 二、你覺得愛倫諾從小受到過哪些挫折, 她如何克服?	10 分	
	肆、概念教學 一、生涯定向和生涯規劃的關係 二、生涯定向的重要性。	15 分	
	伍、實作分享 一、上台分享: 1. 自己崇拜的人是誰?(例如歷史人物、偶像、卡通人物) 2. 為什麼崇拜這個人? 這個人哪部分的特質吸引你? 3. 你認為這個人有值得自己效法的地方嗎? 哪些特質值得效法?	5 分	
	六、教師總結	5 分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(七)

主題名稱	積極進取	教學時間	50 分
繪本名稱	偷走閃電的賊	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15 人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 生涯抉擇的意義。 2. 生涯抉擇的阻力與助力分析。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生涯抉擇	壹、引起動機 教師詢問學生知道哪些科學家？他們發明了哪些東西？	3 分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13 分	
	參、解毒解讀 一、班傑明·富蘭克林為什麼會發明避雷針？ 二、班傑明·富蘭克林發明避雷針對人類發展帶來什麼影響？ 三、你覺得繪本中所要傳達的意思是什麼？	10 分	
	肆、概念教學 一、什麼是積極進取的態度？ 代表個人具有面對問題、解決問題的決心，面對挑戰的勇氣，積極樂觀的態度，對未來有目標感，及對他人的正向感受。	15 分	學習單
	伍、實作分享 一、學習單二：整理上一節課寫的學習單二同學給你的建議，思考並寫下自己應該如何做準備。 二、上台報告分享	5 分	
	陸、教師總結	5 分	

繪本課程融入生涯規劃課程教學活動教案設計(八)

主題名稱	積極進取	教學時間	50分
繪本名稱	飛行者—萊特兄弟	教學對象	高職三年級學生
教學人數	15人	設計者	鄭景銘
教學目標	1. 生涯能力與生涯規劃模式。2. 生涯成功要素。		
單元目標	教學活動設計	時間	教學資源
生涯規劃 模式	壹、引起動機 教師詢問學生是否對自己的未來有信心？	3分	投影片 繪本
	貳、繪本賞析 一、繪本內容導讀 二、繪本故事說明	13分	
	參、解毒解讀 一、你覺得萊特兄弟的夢想是什麼？ 二、你覺得萊特兄弟如何實現他們的夢想？ 三、你覺得萊特兄弟在實現夢想的過程中有放棄嗎？他們用什麼樣的態度實現自己的夢想？	10分	
	肆、概念教學 一、說明積極進取的重要性。 二、說明積極進取和生涯規劃的關係。	15分	
	伍、實作分享 一、學習單三第一部分：欣賞歌曲「我的未來不是夢」歌詞。 二、學習單三第二部分：找三位同學集滿三句加油打氣的話。 三、學習單三第三部分：告訴自己「我有信心面對未來的挑戰，努力完成自己的夢想」	5分	學習單
	陸、教師總結	5分	

附錄五、學習單

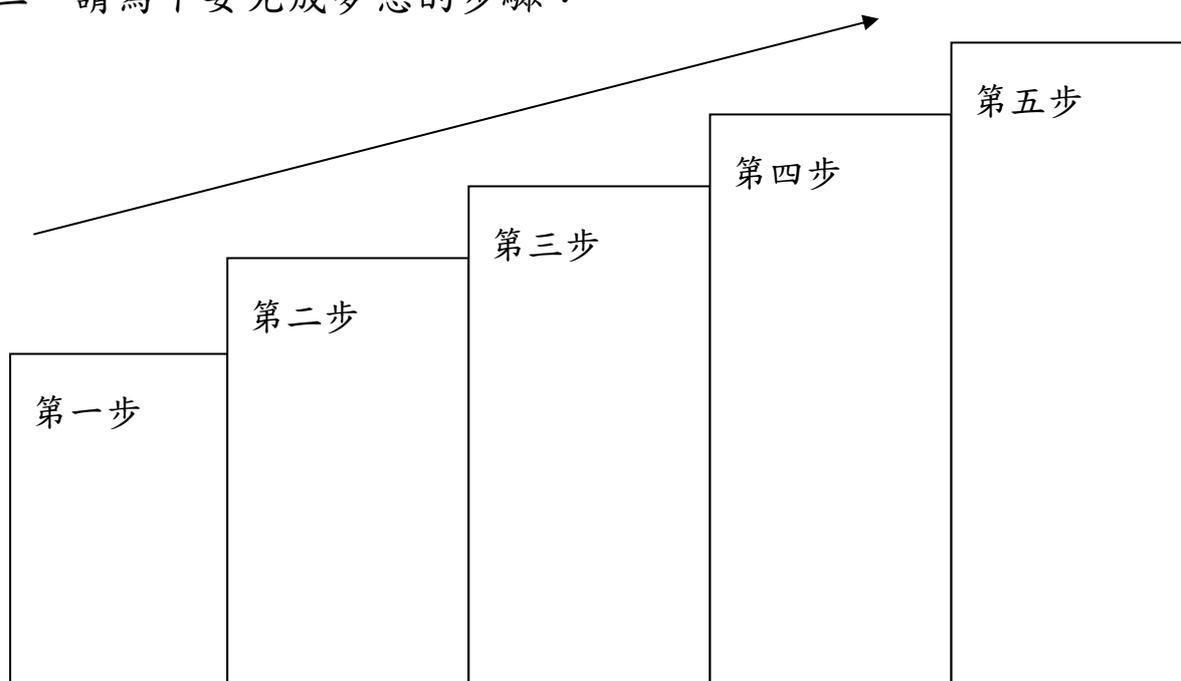
學習單一 我的夢想

一、想一想，請將自己的夢想寫下來

我的夢想



二、請寫下要完成夢想的步驟：



學習單二 我想做的事

我是 _____

我想做的工作有 1. _____ 2. _____

3. _____ 4. _____ (可複寫)

請找三位同學幫你提出建議，寫在下面框框中並簽名：

我是 _____ (簽名)

我的建議是：

我是 _____ (簽名)

我的建議是：

我是 _____ (簽名)

我的建議是：

完成囉！同學
給完建議記得
要謝謝他們！

學習單三 我的未來不是夢

一、欣賞「我的未來不是夢」歌詞：

作詞：陳家麗 作曲：翁孝良

你是不是像我在太陽下低頭 流著汗水默默辛苦的工作
你是不是像我就算受了冷漠 也不放棄自己想要的生活

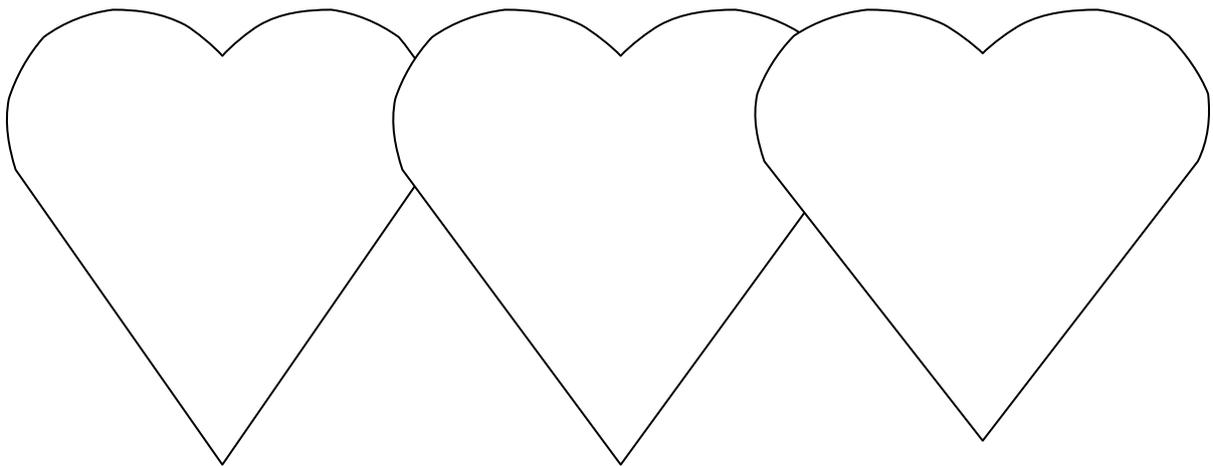
*你是不是像我整天忙著追求 追求一種你想不到的溫柔
你是不是像我曾經茫然失措 一次一次徘徊在十字街頭

因為我不在乎別人怎麼說
我從來沒有忘記我 對自己的承諾 對愛的執著

我知道 我的未來不是夢 我認真的過每一分鐘
我的未來不是夢 我的心跟著希望在動

我的未來不是夢 我認真的過每一分鐘
我的未來不是夢 我的心跟著希望在動 跟著希望在動

二、請找三位同學在下面框框中寫下一句加油或祝福的話語：



三、請照著下面的字句唸一次，告訴自己：

「我有信心面對未來的挑戰，努力完成自己的夢想！」