

花蓮縣 109 學年度志願選填 試探後適性輔導策略問答集

花蓮縣學生輔導諮商中心 彙編

花蓮縣 109 學年度志願選填試探後適性輔導策略

目錄

一、	學生個人意願與選填結果一致之輔導策略.....	1
二、	學生個人意願與選填結果不一致之輔導策略.....	1
三、	學生個人興趣與選填結果一致之輔導策略.....	2
四、	學生個人興趣與選填結果不一致之輔導策略.....	2
五、	學生個人性向與選填結果一致之輔導策略.....	3
六、	學生個人性向與選填結果不一致之輔導策略.....	3
七、	學生導師/任課教師期待與選填結果一致之輔導策略.....	5
八、	學生導師/任課教師期待與選填結果不一致之輔導策略.....	5
九、	學生家長期待與選填結果一致之輔導策略.....	6
十、	學生家長期待與選填結果不一致之輔導策略.....	6
十一、	學習低成就學生.....	8
十二、	未有升學或就業計畫學生.....	8
十三、	中輟之虞學生.....	10

花蓮縣 109 學年度適性輔導問答集

目錄

壹、	校內行政協調與課程融合	11
一、	適性輔導業務需校內緊密合作，然而各處室對適性輔導之橫向聯繫工作較限於形式上之協調。.....	11
二、	輔導行政人員由新接任之老師擔任，除了要適應與同仁間合作關係之外，對課程、人力之規畫仍在調適階段，常覺心有餘而力不足。.....	11
三、	適性輔導業務主要落在輔導處和輔導老師身上，部分導師參與情形仍有不足，影響學生生涯教育之實施。.....	12
四、	學校規模龐大，專輔教師做二級輔導已分身乏術，無暇協助導師或綜合學習領域輔導活動科教師。.....	12
五、	期待行政和課程進一步整合，以利學校適性輔導工作之進行。.....	13
六、	學校安排學生相關施測時程之適當性為何，有些測驗於九年級才施測，已失去時效性，並造成學生困擾。.....	13
七、	生涯發展教育計畫進行多次社區產業參訪活動，部分學校僅偏重認識自我覺察與生涯覺察。.....	13
八、	專輔教師、輔導活動科老師皆新到任，或專輔教師因故長期休假中，校內面對九年級學生的輔導較顯吃力。.....	14
貳、	適性輔導宣導需求	15
一、	學生囿於環境因素，學生對多元社會和各職群之了解與知識，仍需加強，是否能為九年級導師開設生涯輔導課程及各職群之認識，協助導師能具備生涯輔導專業相關知識，以利學生生涯之探索。.....	15
二、	學校如何協助五專或跨區的學生選填志願。.....	15
三、	學校安排職群的參訪或高中職校宣導，如何克服環境、地域等因素，提供更多參訪花蓮市區高中職的機會，以利擴展學生生涯視野。.....	15
四、	如何提升家長參與學生生涯發展暨適性輔導之參與度。.....	16
參、	生涯發展紀錄手冊撰寫	17
一、	如何協助學校熟悉「國中學生生涯輔導記錄手冊」的運用，引發學生動機，增進「學生自我省思欄」的充實度。.....	17
二、	導師或輔導教師填寫“生涯輔導紀錄”時，內容較少或與學生輔導紀錄 B 卡內容相似，與學生生涯發展無關；另外，學生所填寫“生涯諮詢紀錄”內容貧乏，如何處理。.....	17
三、	「國中學生生涯發展紀錄手冊」中“家長的話”及志願選填試探與輔導紀錄表	

雖依照期程進行，但家長參與討論、確認及簽名部分仍遭遇困境，如何提升參與程度？.....	18
肆、生涯檔案撰寫.....	19
一、生涯檔案未配合學生生涯輔導紀錄手冊，缺少整體架構，且內容較為薄弱。	19
伍、教師適性輔導增能.....	20
一、非輔導背景之教師擔任綜合領域輔導活動科教學，其對生涯檔案和國中學生生涯發展紀錄手冊之內容較不熟悉，在輔導知能上如何增能。.....	20
二、志願序的排列直接影響超額比序分數，導師擔心資訊不足，該如何給予學生適當建議。.....	20
陸、適性輔導之二級輔導需求.....	21
一、部分學生計畫離鄉至外地就讀，但因為學生程度、家庭經濟、適應情形等因素，常無法順利完成此就學階段。.....	21

花蓮縣 109 學年度專輔教師適性輔導問答集

目錄

壹、	校內宣導及行政溝通	22
一、	學校行政主管尚未意識到適性輔導、志願選填的重要性(如:縮短校內宣講時間)怎麼辦?.....	22
二、	學校導師尚未意識到適性輔導、志願選填的重要性(如:仍認為會考成績、上課內容較重要,認為成績好等同於選擇多)怎麼辦?.....	22
三、	如何即時獲得需執行業務之行政訊息?.....	22
四、	因教學自主,如何參與並協助校內教師或導師在適性輔導之執行?.....	22
五、	校內參與適性輔導業務時的人力不足,在推行適性輔導業務時少有其他資源協助,較無法全面且有系統的落實適性輔導業務。.....	23
六、	適性輔導業務主要研習對象為專輔教師,也使得專輔教師成為校內主要訊息窗口。若兼輔教師及導師也有意願想了解此項業務,如何參與?.....	23
貳、	生涯發展紀錄手冊推動策略	24
一、	學習動機較弱的學生在填寫手冊的開放性問題時有困難(如:詢問喜歡的原因,只能回答喜歡、好玩、不知道)怎麼辦?.....	24
二、	部分家長對於孩子的適性輔導較不積極,以致導師或者輔導教師在與家長溝通升學或就業問題時感到困難。.....	24
三、	經轉介輔導會談之學生,原與學生關係建立未深,需進行二級輔導工作時,生涯發展紀錄手冊及生涯檔案之資料,可供參閱與深化理解的部分不多,故進行輔導時感到困難。.....	24
四、	超額比序積分不高的學生填了競爭激烈的志願可如何協助?.....	25
參、	其他	26
一、	對於無法改變的制度與現況感到無奈時(如:制度公平公正性有限、城鄉差距大、相關政策無法改變)怎麼辦?.....	26
二、	對於生涯測驗的相關工具知能較少。.....	26
三、	學生的生涯需求較為複雜,不易形成生涯輔導工作策略。.....	26
四、	部分學生對於生涯決策決定困難,以及自我調節情緒的能力偏弱,如何與此類狀態學生進行志願選填輔導工作?.....	26
五、	當我發現學生生涯發展狀態受到成長過程中的創傷明顯影響時,是否有合適的輔導處遇方式?.....	27
六、	當我長期服務的學生具有創傷議題,而我感覺到替代性創傷似乎影響了我的工作與生活狀態,我能怎麼繼續和學生進行志願選填輔導工作?.....	28

花蓮縣 109 學年度志願選填試探後適性輔導策略

一、 學生個人意願與選填結果一致之輔導策略

1. 提供學生該選填結果中之科別相關就讀資訊，鼓勵學生探索其學習內涵，提供支持與討論實際就學之相關問題，陪同學生進一步了解進路發展與就業現況。
2. 學生若表達意願時有提及次要意願，再與學生一同翻閱國中「國中學生生涯發展紀錄手冊」內之「自我認識」、「職業與我」，了解學生自七年級至九年級間選擇之變化，討論變化之歷程與影響之因素，協助學生在主要意願與次要意願間區辨影響個人抉擇歷程之因素。

二、 學生個人意願與選填結果不一致之輔導策略

1. 利用與學生會談(小團體或是個別)，了解學生在意願與選填結果之間的分歧為何？是否在選填志願時有不同的考量，影響其考量的因素有什麼：家長意見、同儕想法、家庭經濟、師長壓力…。與學生一同翻閱「國中學生生涯發展紀錄手冊」內之「生涯統整面面觀」，了解學生在各個面向上對自我狀態的認識。並參考「學生生涯發展觀察紀錄」、「生涯諮詢紀錄」、「家長的話」，了解學生與師長、學生與家長的討論過程中，是否有尚待討論而未達共識之想法，利用會談時間澄清其核心想法，討論學生之真實意願與限制，以及下次志願選填試探時如何填選志願。
2. 學生意願未明，仍在思考當中，藉由一同翻閱「國中學生生涯發展紀

錄手冊」之「生涯試探活動紀錄」，了解學生對於不同學群之想法，或是欲繼續探索之學群項目，提供相關資訊，以供學生發展具體之生涯方向。

三、 學生個人興趣與選填結果一致之輔導策略

1. 提供學生該選填結果中之科別相關就讀資訊，鼓勵學生探索其學習內涵，提供支持與討論實際就學之相關問題，陪同學生進一步了解進路發展與就業現況。
2. 學生若表達興趣時有提及次要興趣，再與學生一同翻閱國中「國中學生生涯發展紀錄手冊」內之「興趣測驗」，與學生共同檢視其次要興趣之分佈領域，討論主要興趣與次要興趣之結合可能，協助整合跨領域之生涯想像，保持學生多重興趣方向之開放性與堅持之熱情。

四、 學生個人興趣與選填結果不一致之輔導策略

1. 利用與學生會談(小團體或是個別)，了解學生在興趣與選填結果之間的分歧為何？是否學生之興趣與興趣測驗結果並不相符及其原因？會談焦點仍以學生興趣進行討論，了解其選填志願時的不同考量，影響其考量的因素有什麼：此興趣未有鄰近學校設置相關科別、此興趣就業困難、此興趣未獲家長支持、此興趣受到同儕輕視…。與學生一同討論興趣如何在現實的條件中維持，若最終並無法選填興趣相符之科別，則延伸其生涯想像階段，使其興趣之實踐設定於下一求學階段或日後就業階段，將目前高中職、五專之升學階段，設定為興趣實踐之前一階段，累積其實力與能量。

2. 學生興趣未明，或對各種興趣並無動力了解，可與學生一同就「生涯檔案」內之各次生涯相關課程學習單，以及「國中學生生涯發展紀錄手冊」內之「自我認識」之「休閒興趣」項目，「職業與我」之「感興趣的職業」、擔任「班級幹部」時、「社團」時間、「參與各項競賽成果」、「生涯試探活動紀錄」、「服務學習紀錄」所熱衷參與之活動經驗，一同與學生討論，發想其興趣之可能，保持興趣發展的開放性，漸次確認學生投注熱情之事物方向，協助彼此連結，進一步加入可選填志願之科別，共同考量，是否於下次志願選填試探時填入相關之科別。

五、 學生個人性向與選填結果一致之輔導策略

1. 提供學生該選填結果中之科別相關就讀資訊，鼓勵學生探索其學習內涵，提供支持與討論實際就學之相關問題，陪同學生進一步了解進路發展與就業現況。
2. 學生若表達性向時有提及次要性向，再與學生一同翻閱國中「國中學生生涯發展紀錄手冊」內之「性向測驗」，與學生共同檢視其次要性向之分佈領域，討論主要性向與次要性向之結合可能，協助整合跨領域之生涯想像，就較明顯之數個性向領域，保持繼續培養其能力之條件，並思考其中較能夠與興趣結合之項目，以作為長期生涯發展之可能方向。

六、 學生個人性向與選填結果不一致之輔導策略

1. 利用與學生會談(小團體或是個別)，了解學生在性向與選填結果之間

的分歧為何？是否學生之性向與性向測驗結果並不相符及其原因？

會談焦點仍以學生性向進行討論，了解其選填志願時的不同考量，影響其考量的因素有什麼：性向與興趣領域差異甚大、此性向未有鄰近學校設置相關科別、此性向就業困難、此性向未獲家長支持、此性向受到同儕輕視…。若其性向與興趣一致，則與學生一同討論此性向如何在現實的條件中持續養成，若最終並無法選填性向相符之科別，則延伸其生涯想像階段，在目前高中職、五專之升學階段中，以多種方式參與校內外活動，練習其性向能力，持續增進其能力，並於下一就學階段或就業階段中尋找可應用之機會。此時可參考「花蓮縣高中職五專各校簡介資料」（請至網站 <https://counseling.hlc.edu.tw/>，下載區下載），尋找縣內各校相關之校內活動、社團與校隊種類、競賽類別，做為性向持續可發展之環境。

2. 學生性向未明，或各項性向能力於性向測驗中數值皆偏低，可與學生一同就「生涯檔案」內之各次生涯相關課程學習單，討論其各項活動課程中，是否有較為擅長之活動內容，也開放與學生討論是否有部分性向能力非性向測驗、學習單形式所能呈現，而未有記載或是受到忽略。若學生仍無明顯之性向能力表現，則一同就「國中學生生涯發展紀錄手冊」內「自我認識」之「專長」項目，「職業與我」之「家人、師長與親友建議我選擇這項職業的原因」、「我的學習表現」、「班級幹部」、「社團」與「參與各項競賽成果」參與經驗中較覺得容易完成之活動種類，一同與學生討論，發掘其潛在性向能力，討論可發揮之場所，進一步思考是否可連結選填志願之科別，或於下次志願選填試探時填入相關之科別。

七、 學生導師/任課教師期待與選填結果一致之輔導策略

1. 提供學生該選填結果中之科別相關就讀資訊，鼓勵學生探索其學習內涵，提供支持與討論實際就學之相關問題，陪同學生進一步了解進路發展與就業現況。
2. 邀請導師或任課教師於「國中學生生涯發展紀錄手冊」中「學生生涯發展觀察紀錄」、「生涯諮詢紀錄」內，在與學生有機會談話或輔導過程中，反映給學生師長何以認同學生之選填科別，曾於何時或何處發現學生的興趣或性向所在，或是學生所選填之志願如何合乎個人與家庭環境間之共識，表達肯定與支持學生之選填，作為日後實際就讀該科別時，遇到困難能有其動力度過。

八、 學生導師/任課教師期待與選填結果不一致之輔導策略

1. 利用與學生會談(小團體或是個別)，了解學生導師/任課教師期待與選填結果之間的分歧為何？學生是否了解師長的具體期待為何？以及有此期待的原因？此時可參考「國中學生生涯發展紀錄手冊」之「生涯統整面面觀」及「生涯發展規劃書」內容與學生討論，建構出師長可能有此期待的想法，讓學生看見此一想法，並邀請練習回應師長的想法，了解師長對學生的設想後，思考選填志願的安排，讓學生有改變或是不改變的自由，而學習為自己的選擇負責。
2. 若學生所選填之志願與導師/任課教師期待差距甚大，甚至師生彼此堅持之間而有若干不愉快，除上述方式了解學生想法後，再就「國中學生生涯發展紀錄手冊」之「學生生涯發展觀察紀錄」、「生涯諮詢紀錄」中，收集學生與師長互動之歷程與想法，再與師長了解其期待所

堅持的理由，是否因為對學生學習狀態及家庭條件有所認識，而期待學生另做規畫。輔導團隊邀請師長一同討論所擔憂議題，但仍尊重學生個人的決定，藉此機會與師長共同建構相關備案，提供師長認識可使用之社會資源，並邀請師長與輔導團隊持續關心學生的選擇及選填後之結果。

九、 學生家長期待與選填結果一致之輔導策略

1. 提供學生該選填結果中之科別相關就讀資訊，鼓勵學生探索其學習內涵，提供支持與討論實際就學之相關問題，陪同學生進一步了解進路發展與就業現況。
2. 於親職教育講座、親職座談時邀請家長參與 12 年國教之相關宣導訊息說明，協助家長更了解相關制度，參與學生之選擇歷程時，能保持開放態度，與學生進行生涯選擇中更為具體與細節之討論，成為學生的助力。

十、 學生家長期待與選填結果不一致之輔導策略

1. 利用與學生會談(小團體或是個別)，了解學生家長期待與選填結果之間的分歧為何？學生是否了解家長的具體期待為何？以及有此期待的原因？此時可參考「國中學生生涯發展紀錄手冊」之「生涯統整面面觀」及「生涯發展規劃書」、「家長的話」內容與學生討論，建構出家長可能有此期待的想法，讓學生看見此一想法，並邀請練習回應家長的想法，了解家長對學生的設想後，思考選填志願的安排，讓學生能夠選擇是否適度回應家長之期待，達到學生與家長之間的共識。

2. 若學生所選填之志願與家長期待差距甚大，且因「國中學生生涯發展紀錄手冊」之內容，皆未有記載家長之意見，家長較少有機會參與親職教育講座、親職座談，無從得知家長之想法，故輔導團隊與導師一同進行家庭訪問，藉此收集學生未能轉達之家長考量因素，並提供家長關於 12 年國教之說明，及已更新之做法，與配套之就學社會資源，以期家長願意容許學生有較多選擇，各自保持家長與學生之主體想法，師長協助反映彼此之意見，而有初步的相互理解，並持續追蹤與關心是否在選填志願上逐步形成共識。
3. 若家長對於學生之志願選填結果有明顯歧異時，可邀請家長到校參與學校辦理之親職教育講座，藉由校方初步說明目前 12 年國教制度及學生所志願選填之考量，提供家長對於學生選填時的背景了解。另外，若親職教育講座未能充分回應家長需要，可邀請家長與學生共同進行家庭會談，先了解家長對學生之期待，此期待背後的考量因素與擔憂，以了解家長所堅持的之脈絡與家庭系統之需求，以此資訊建構初步的家庭圖像，提供學生藉此家庭圖像發展個人對此一家庭系統中回應之方向，但不以此家庭系統需求強迫學生必須改變其選擇，而將此家庭會談視作家長與學生對家庭系統的連續性之理解進程。也於此進程中，家長在師長的協助下，有條件發展出了解學生下一就學或就業階段之想法與考量，與學生個人生涯發展之階段性想像，而能共同思考家長如何回應學生探索及選擇的學習需求，且選擇後自我負責的共識。故此會談，若能推進學生與家長各自原先僵固期待之背後考量理解，而在對話中發展出有限資源之家庭系統的個人生涯藍圖的多元想像，也就有機會鬆動學生與家長對選填志願不一致之狀態。

十一、學習低成就學生

1. 此類學生於超額比序積分中較難取得多數積分，同時可能因為長期學習受挫，對於教室內之課堂學習，或是多數科目皆已失去學習興趣，故各任科教師或導師較容易忽略此類學生之需要。需參考學生之「生涯檔案」內之各次生涯相關課程學習單，在學校制式科目之外，了解是否有那些學生所願意學習之事物內容，或是在「國中學生生涯發展紀錄手冊」中「自我認識」、「職業與我」在七年級或八年級所填寫之資料中，觀察學生原有填寫之項目內容，到九年級後未有填寫或是更動幅度甚大，了解其更動之原因。
2. 參考學生之「性向測驗」、「興趣測驗」或「其它測驗」，就相對較為明顯之項目與學生進行生涯討論，若仍有升學意願，縣內部份學校科別仍會有招生未滿之情形，仍可以多填選志願進行免試入學分發。若學生因為擔心其學業成績影響超額比序積分，且對於升學或學科科目前已無興趣，可討論就讀實用技能學程與建教合作班，或是有工作的需要，則可以考慮選填進修部，半工半讀，以支應生活所需。

十二、未有升學或就業計畫學生

1. 此類學生於畢業前多能回覆師長有繼續升學或就業之規畫，但因其支持繼續升學之條件薄弱，雖學生多能獲得免學費之補助，但就讀高中職仍需雜費、交通費、餐費等相關費用，若家中經濟未能有基本支持，則容易輟學且難以復學。另部分學生雖有就業規畫，因其學歷僅停留於國中畢業，較難尋得具有專業發展性之工作，多於工地或服務業進行勞動工作，長期累積之身體疲憊或是因此工傷，都容易使其自全職勞動市場中退出，而進入兼職工作之模式，然部分小型商家所提供未

成年之青少年工作者時薪未達勞動基準法最低薪資標準，在國中畢業生收入有限甚至入不敷出之情形下，可能因而減少其就業動機，而進入無條件升學也無動機就業之困局。故可參考以下社會資源提供學校轉介此類國中畢業生參考使用。

2. 「青少年生涯探索號計畫」，為教育部青年發展署提供經費資源，由縣市政府教育主管機關追蹤輔導國中畢業後未升學與未就業之青少年，依當年度方案內容，提供輔導會談、生涯探索課程或活動、工作體驗，希冀協助青少年就學、就業、參加職訓。此方案目前由花蓮縣政府教育處學管科承辦。
3. 「JP 少年職涯準備計畫」，即勞動部勞動力發展署北基宜花金馬分署所辦理的弱勢青少年職涯準備計畫，為協助未升學未就業或學業成就較低且無升學意願之青少年，探索職涯方向及裝備就業知能，特結合公立就業機構及民間團體資源，辦理職涯規劃、職業興趣探索與就業準備等課程，並藉由職場工作體驗及提供就業諮詢等服務，加強青少年就業前之各項知能準備，提升弱勢青少年之就業能力及開展就業機會。此方案花蓮區目前為台灣世界展望會花蓮中心承辦。
4. 「Yes, I can. 青年就業我最單—青年就業培力班」，培訓內容：生涯探索、理財規劃、求職準備、自我介紹微電影製作、職場面試實習、就業輔導等。此方案由基督教芥菜種會承辦。
5. 「職海巡航—15 歲以上未滿 18 歲未就學就業少年就業服務簡介」，由勞動部勞動力發展署提供多項資源，可洽勞動部北基宜花金馬分署花蓮就業中心諮詢，項目如下：免費參加失(待)業者職業訓練、職業訓練生活津貼、臨時工作津貼、職場學習及再適應津貼、求職交通補助金、補助參加技術士技能檢定費。

十三、中輟之虞學生

1. 此類學生可能因缺曠時數過多，或因反覆未到校及未能準時交作業，甚至有部分偏差行為發生，致使校方記過，影響其畢業資格，需先與學務處確認是否能經由學校銷過辦法，恢復其畢業資格。
2. 在輔導教師與家長、學生會談中了解學生中輟原因，同時評估相關社會資源進入之可能，輔導團隊與社工共同建構支持網絡，處遇生活困境之議題。
3. 依據其中輟原因，經與學生會談是否到校定期與專任輔導教師諮商、參與高關懷課程或小團體活動、補救教學，或其他中介教育措施，如：就讀縣內慈輝班學校、參加資源式中途班……。
4. 穩定學生之就學狀態，漸次提升學生到校停留時間，後續再就「生涯檔案」、「國中學生生涯發展紀錄手冊」，就已有填寫之資料，與學生進行生涯方向之討論。然此生涯方向之討論若未能扣連原先中輟原因，易流於想像與空談，仍需在會談或諮商歷程中設定短、中、長期會談目標，並保持議題之開放，以回應此類學生生活環境之變動性。

花蓮縣 109 學年度適性輔導問答集

壹、校內行政協調與課程融合

一、適性輔導業務需校內緊密合作，然而各處室對適性輔導之橫向聯繫工作較限於形式上之協調。

1. 適性輔導要做好，需落實「生涯發展教育工作執行委員會」之校內分工規畫，請參考「直轄市及縣（市）政府推動國民中學適性輔導工作運作模式」，教務處（教務主任為副召集人）、學務處（學務主任、組長為委員）、輔導處（輔導主任為執行秘書），各處室必須了解「生涯發展教育工作執行委員會」執行上之責任並提供相關資源。學校應於期初會議進行較為具體、明確之生涯發展教育實施計畫方案討論，並於期末會議檢討與修正之。

☆ 貼心小提醒：學生適性發展乃教育本質，教育同仁應秉持教育愛，勇於突破現有行政之習慣性作為，運用合作學習及團體動力，在現有基礎上發展，必能日有所進，月有所長，造福學生，成就自己。

二、輔導行政人員由新接任之老師擔任，除了要適應與同仁間合作關係之外，對課程、人力之規畫仍在調適階段，常覺心有餘而力不足。

1. 各校宜建立經驗傳承及業務交接之相關機制。
2. 他山之石可以攻錯，請參考他校有效執行之方案，並斟酌學校現有人力、物力，共同激盪出該校可行之生涯發展教育策略與具體方案。
3. 建議輔導處室建立定期或不定期之溝通平台，以協助新進輔導行政人員突破工作困境及心理調適。

4. 課程部分應回歸現行機制，與教務處密切合作，落實生涯發展教育課程融入與執行。
5. 新接手之輔導行政人員，在執行工作期間宜主動積極，瞭解工作職責並充實個人知能，與環境互利合作，以利業務推展。
6. 討論之方式與最佳時機，可依學校人員之組織背景而有所調整，且必須形成共識，願意相互配合，對學生之生涯教育才有實質之助益。

三、適性輔導業務主要落在輔導處和輔導老師身上，部分導師參與情形仍有不足，影響學生生涯教育之實施。

輔導處確為主責單位，但學校宜整合行政、二級專兼輔、綜合學習領域和導師的力量，找到學校團隊可行之策略與方法，引導學生進行適才適所之生涯探索與規劃，珍視適性輔導之可貴歷程，對學生形成實質之幫助。

四、學校規模龐大，專輔教師做二級輔導已分身乏術，無暇協助導師或綜合學習領域輔導活動科教師。

1. 學校規模較大者更應建立制度，可透過輔導處等行政單位或各委員會，依行政流程制訂相關辦法、實施準則，有利於各項工作之推動與執行。
2. 確實依據各校「生涯發展教育工作執行委員會會議」之工作分配進行分工。
3. 「國中學生生涯發展紀錄手冊」與「生涯檔案」內容互有關聯與銜接，專任輔導教師在此扮演重要角色，如：發揮專業能力規劃、整合學校生涯輔導工作，落實於課程進行。

4. 期待各層級專輔人員秉持耐心與毅力，莫忘初衷，才能突破現狀，為學生之生涯教育盡心盡力。

五、 期待行政和課程進一步整合，以利學校適性輔導工作之進行。

請教務處和輔導／學輔處在學期開學之初，運用課程發展委員會詳細規劃和討論不同年級、不同領域之課程，使生涯教育之實施與整合得以更完整。

輔導／學輔處將擬定之生涯發展教育與適性輔導課程與計畫，納入學校總體課程計畫，於開學之初，再次於課程發展委員會討論，促使行政與課程整合實施。（請於開學課發會前完成輔導室之課程、行政規劃。學校總體課程計畫，各校可提早作業。）

六、 學校安排學生相關施測時程之適當性為何，有些測驗於九年級才施測，已失去時效性，並造成學生困擾。

建議學校能整體規劃學生三年之適性輔導，讓學生能及早準備。對學生三年之生涯發展若能提供較完整之規畫，讓輔導課程、生涯檔案和輔導紀錄手冊發揮效果，對學生更有助益。參考時程：測驗部分，建議可在八年級進行「性向測驗」、九年級上學期實施「興趣測驗」；並由具備相關專業之教師進行測驗結果之說明與分析。

七、 生涯發展教育計畫進行多次社區產業參訪活動，部分學校僅偏重認識自我覺察與生涯覺察。

1. 建議按生涯發展教育能力指標，整體規劃七至九年級之課程與參訪活動。請參考「推動生涯發展教育工作手冊」內「生涯發展教育分段能力指標對照表」。

2. 依單元目標選擇參訪地點，再透過課程設計與引導，讓參訪活動達到目標。

八、 專輔教師、輔導活動科老師皆新到任，或專輔教師因故長期休假中，校內面對九年級學生的輔導較顯吃力。

1. 宜儘速熟悉相關規定，參閱舊有資料或檔案，同時積極參與各項研習、會議，提升生涯發展教育之專業職能。
2. 輔諮中心可提供諮詢及協助。

貳、 適性輔導宣導需求

- 一、 學生囿於環境因素，學生對多元社會和各職群之了解與知識，仍需加強，是否能為九年級導師開設生涯輔導課程及各職群之認識，協助導師能具備生涯輔導專業相關知識，以利學生生涯之探索。

1. 各校請於 109 學年度下學期於校內進行相關宣導，各校師生也可至「花蓮縣學生輔導諮商中心三級處遇轉介系統」(<http://counseling.hlc.edu.tw/>)下載相關資料，以利學生宣導工作。
2. 請參閱國中學生生涯發展紀錄手冊，「生涯試探活動紀錄」所建議之不同活動方式進行職群之試探。

二、 學校如何協助五專或跨區的學生選填志願。

1. 有關免試入學相關訊息，可上「花蓮縣十二年國民基本教育資訊網」(<http://teacher.hlc.edu.tw/?id=595>)，或參考「110 年國中畢業生適性入學宣導網站」(<http://adapt.k12ea.gov.tw/>)，網頁內可連結入學管道及各類學制之說明。
2. 請與學校教務處合作辦理。

三、 學校安排職群的參訪或高中職校宣導，如何克服環境、地域等因素，提供更多參訪花蓮市區高中職的機會，以利擴展學生生涯視野。

各校生涯發展教育計畫排定之高中職參訪外，也可鼓勵學生自行報名各高中職所辦理之「適性學習社區教育資源均質化實施方案」，或邀請高中職至校內或聯合鄰近學校共同辦理高中職博覽會，也可透過教職員在地人脈進行邀請工作，以提供學生與家長更多訊息。

四、 如何提升家長參與學生生涯發展暨適性輔導之參與度。

1. 運用親職教育時間進行宣導，協助家長瞭解十二年國教適性輔導內涵，不僅關係學生選讀高中職，更影響未來職涯之選擇。
2. 運用班親會或親師座談，藉由國中學生生涯發展紀錄手冊及生涯檔案，形塑家長與導師對於適性輔導的合作關係。
3. 運用社區網絡或在地宣導，協助未能參與親職教育之家長，瞭解十二年國教適性輔導之精神與內涵。

參、生涯發展紀錄手冊撰寫

一、如何協助學校熟悉「國中學生生涯輔導紀錄手冊」的運用，引發學生動機，增進「學生自我省思欄」的充實度。

1. 參考教育處提供各校輔導室之「花蓮縣國中生生涯輔導紀錄手冊——教師百寶箱」。
2. 參考各校輔導處（室）與九年級導師所擁有之彰化縣學生輔導諮商中心「國中學生生涯輔導紀錄手冊應用指南」。
3. 參加生涯發展相關知能研習。

二、導師或輔導教師填寫“生涯輔導紀錄”時，內容較少或與學生輔導紀錄B卡內容相似，與學生生涯發展無關；另外，學生所填寫“生涯諮詢紀錄”內容貧乏，如何處理。

（一）教師部分：

1. 透過學校辦理三個面向之宣導內容：志願選填試探適性輔導、高中職學群、花蓮區高中職五專簡介，作為導師與輔導教師填寫“生涯輔導紀錄”之討論素材。或可參考「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」，可至「花蓮縣學生輔導諮商中心三級處遇轉介系統」(<http://counseling.hlc.edu.tw/>)下載區內之「04 生涯教育 / 02 推動生涯發展教育工作手冊」下載。
2. 平時導師與輔導教師可觀察學生之性向、興趣，並記錄之。
3. “生涯輔導紀錄”建議可參考「我的成長故事」、「各項心理測驗」及「學習成果及特殊表現」等部分給予回應。

（二）學生部分：

建議學校能將“生涯諮詢紀錄”之填寫，融入綜合領域輔導活動科課程，在輔導活動科教師引導下，完成此部分內容。可參考「國民中學推動生涯發展教育工作手冊」，可至「花蓮縣學生輔導諮商中心三級處遇轉介系統」(<http://counseling.hlc.edu.tw/>)下載區內之「04 生涯教育 / 02 推動生涯發展教育工作手冊」下載。

三、 「國中學生生涯發展紀錄手冊」中“家長的話”及志願選填試探與輔導紀錄表雖依照期程進行，但家長參與討論、確認及簽名部分仍遭遇困境，如何提升參與程度？

請於校內相關會議中自行研擬可行之解決方式，惟家長之參與與理解，亦為重要之環節，儘量鼓勵家長參與，期能將此環節視為學校發展目標之重要項目。

肆、生涯檔案撰寫

一、生涯檔案未配合學生生涯輔導紀錄手冊，缺少整體架構，且內容較為薄弱。

1. 開學前即擬訂生涯檔案建置辦法，可參考新一學年度「生涯檔案」、「推動生涯發展教育工作手冊」檔案，下載可至「花蓮縣學生輔導諮商中心三級處遇轉介系統」(<http://counseling.hlc.edu.tw/>)下載區「04 生涯教育 / 01 生涯發展紀錄手冊及生涯檔案」、「04 生涯教育 / 02 推動生涯發展教育工作手冊」下載。
2. 偏鄉學校需要提供學生及家長更完整的訊息或更多的體驗，學生人數少，更可進行個別化輔導；同時宜加強「適性輔導」作為，在「生涯檔案」及「國中學生生涯發展紀錄手冊」上力求細緻。

伍、 教師適性輔導增能

一、 非輔導背景之教師擔任綜合領域輔導活動科教學，其對生涯檔案和國中學生生涯發展紀錄手冊之內容較不熟悉，在輔導知能上如何增能。

1. 整合二級專輔教師之人力，增進全校教師之適性輔導知能。專輔老師可以與輔導活動科教師合作，輔導活動課進行協同教學，兩者並與導師形成一個團隊，互相協助。
2. 建議擔任綜合活動領域之授課教師可參加「綜合活動學習領域教師關鍵能力 36 小時研習計畫」，提升專業能力。

二、 志願序的排列直接影響超額比序分數，導師擔心資訊不足，該如何給予學生適當建議。

1. 適性入學相關規定以簡章為主。鼓勵導師多參加適性輔導相關研習；此外，導師可隨時向教務處、輔導處及參與相關研習之教師諮詢。
2. 將施測結果與學生志願選填結合，向學生說明，讓學生有更具體的依據。
3. 應將志願序與計分之相關性告知學生與家長，然最後之選擇權在學生與家長，導師可綜合學生學習與家庭狀況、學生意願、性向、施測結果及家長期望等資訊做成建議，提供學生與家長參考。

陸、 適性輔導之二級輔導需求

一、 部分學生計畫離鄉至外地就讀，但因為學生程度、家庭經濟、適應情形等因素，常無法順利完成此就學階段。

1. 邀請已於外地就讀之學長姐返校經驗分享，協助學生理解可能遭遇之實際生活情形。
2. 鼓勵學生於此生涯決定前，向校內輔導人員事先討論可能遭遇的問題與因應方式，或考慮就近入學。
3. 輔導教師主動發掘跨區就讀之學生需求，提供諮詢輔導。
4. 落實適性輔導與高中職升學宣導，協助學生了解自己的興趣、能力、家庭狀況與高中職狀況，做適切之生涯抉擇。

花蓮縣 109 學年度專輔教師適性輔導問答集

壹、 校內宣導及行政溝通

一、 學校行政主管尚未意識到適性輔導、志願選填的重要性(如：縮短校內宣講時間)怎麼辦？

在不違背行政命令前提下，與業務主管共同研擬推動計畫與策略，利用定期或不定期會議、正式或非正式聚會，說明與傳遞適性輔導的重點；面對師生宣導時將內容濃縮精練，並突顯重點，以加深印象，並提供重要訊息來源管道。

二、 學校導師尚未意識到適性輔導、志願選填的重要性(如：仍認為會考成績、上課內容較重要，認為成績好等同於選擇多)怎麼辦？

依免試入學相關時程宣導適性輔導之重要性，並尋求專輔同儕之支援，以利學生適性發展。

三、 如何即時獲得需執行業務之行政訊息？

可透過專輔研習、專輔同儕、適性輔導業務承辦人等管道，隨時交流訊息與資源，及至花蓮縣教育處網站觀看處務公告，了解最新公告之行政訊息內容。

四、 因教學自主，如何參與並協助校內教師或導師在適性輔導之執行？

1. 平時應積極建立友善合作的同儕關係，例如：以討論的態度，禮貌地邀請導師共同參與適性輔導工作。
2. 鼓勵專輔教師參與綜合領域輔導活動課程領域會議，並主動提供教師適性輔導相關訊息與範例。

3. 設定與開放教師諮詢的時間，並主動告知，邀請教師有關適性輔導的相關問題皆可向專輔教師詢問之。

五、 校內參與適性輔導業務時的人力不足，在推行適性輔導業務時少有其他資源協助，較無法全面且有系統的落實適性輔導業務。

建議於開學前，與行政團隊溝通反映需求，將適性輔導業務分工，有全面性者，有個別化者，協調、分組，結合教師與相關處室人力合作進行，且利用相關研習或訪視機會，擷取他校經驗作為參考。

六、 適性輔導業務主要研習對象為專輔教師，也使得專輔教師成為校內主要訊息窗口。若兼輔教師及導師也有意願想了解此項業務，如何參與？

可經由校內協調的方式，鼓勵除專輔教師之外的人力參與研習，藉以增進初級輔導的因應能力。學校可考慮推薦其他人選參與研習，或由專輔教師參與研習回校後，將此輔導知能分享校內教師。

貳、 生涯發展紀錄手冊推動策略

一、 學習動機較弱的學生在填寫手冊的開放性問題時有困難(如：詢問喜歡的原因，只能回答喜歡、好玩、不知道)怎麼辦？

透過設計團體活動，讓學生有親身體驗，覺察個人感受與想法，再引導學生回答。可參閱彰化縣學生輔導諮商中心《國中學生生涯輔導紀錄手冊應用指南》之範例。

二、 部分家長對於孩子的適性輔導較不積極，以致導師或者輔導教師在與家長溝通升學或就業問題時感到困難。

1. 可與導師合作，主動邀請家長參與學校相關活動，或結合社區活動與進行家訪，並根據地區與文化的差異，調整對家長參與程度和方式的期待。
2. 若家庭功能不彰，學校可利用社福資源，協助家庭恢復功能，其後才能再深入生涯議題之探索與抉擇。
3. 也可與學生建立信任關係後，鼓勵學生主動與家長討論自己的生涯興趣，並邀請家長來校參與相關活動與晤談。

三、 經轉介輔導會談之學生，原與學生關係建立未深，需進行二級輔導工作時，生涯發展紀錄手冊及生涯檔案之資料，可供參閱與深化理解的部分不多，故進行輔導時感到困難。

1. 運用輔導晤談技巧，建立關係後重新蒐集相關資料。
2. 蒐集資料的方式有：跟學生晤談、測驗施測、活動卡使用、與導師及家長進行諮詢晤談等。
3. 整合蒐集到的資料，對學生進行結果解釋，及運用至生涯探索和選

擇。

四、 超額比序積分不高的學生填了競爭激烈的志願可如何協助？

1. 請行政團隊或授課老師協助宣導選填適切的志願。
2. 透過深入晤談了解學生選擇的原因，協助選填能同時滿足需求與能力所及的志願，並釐清可能的結果，最後選擇的決定權仍在學生與家長身上。

參、 其他

一、 對於無法改變的制度與現況感到無奈時(如：制度公平公正性有限、城鄉差距大、相關政策無法改變)怎麼辦？

回到教育者初心，以學生為本，思考如何可幫助到學生，而不只是完成工作，較能調整心情，或透過與專輔同儕討論，思考與參考他校做法解決困境。

二、 對於生涯測驗的相關工具知能較少。

1. 可與輔諮中心專輔人員進行討論與諮詢。
2. 鼓勵參與相關研習工作坊。

三、 學生的生涯需求較為複雜，不易形成生涯輔導工作策略。

1. 鼓勵校內教師嘗試不同方法處理學生之二級輔導問題，過程中可向輔諮中心專業人員諮詢輔導策略與方向。
2. 若此問題已嚴重影響學生生活適應、學習狀況，且造成身心反應(如：睡眠困難)，可轉介至輔諮中心，或尋求醫療協助。

四、 學生對於生涯決策感到困難，而部分學生對於自我調節情緒的能力偏弱，如何與此類狀態學生進行志願選填輔導工作？

某些學生在童年時期中，歷經肢體暴力、性侵、疏忽、冷落、羞辱、嘲笑、貶低…等等長期創傷，大腦容易感到壓力與威脅，進而需要頻繁的保持警戒狀態，而隨時處於「反擊或逃跑」(fight-or-flight)模式。

位於大腦邊緣系統(Limbic System)裡的杏仁核(Amygdala)是一個處理與掌控情緒的地方，若經常在高壓狀態中，則會處於過度活化狀態，

而無法合適的判斷外界訊息是否具有威脅，容易誤判為有危險，引起情緒而可能產生較為激烈的行為。

我們可以協助調節情緒，讓學生從面對威脅所衍生的情緒中穩定下來，學生才能開始思考自己的行為。而其中一個簡單的調節情緒做法就是透過同理學生，讓學生辨識現有的情緒。(資料來源：《童年會傷人》)

五、 當我發現學生生涯發展狀態受到成長過程中的創傷明顯影響時，是否有合適的輔導處遇方式？

創傷對每個人而言都是失落事件，而每一種失落都值得我們好好哀悼。創傷復原的歷程中哀悼是極為關鍵的過程，但可能沒有單一方式能夠處理所有的創傷，而是需要我們探索多元的選項。

《跟心裡的傷痛告別》的作者查爾斯·惠特菲爾德(Charles L. Whitfield)醫師在該書中說明十餘種經驗治療法以協助個人進行哀悼，如：與可靠並願意支持自己的人分享、說故事(講述自己的經歷)、遊戲治療、自我肯定、身體工作療法、寫日誌或日記…等等。

《第一本複雜性創傷後壓力症候群自我療癒聖經》的作者彼得·沃克(Pete Walker)心理治療師，則以個人經驗及與個案工作經驗，分享了哀悼的四個歷程，分別是：發怒、哭泣、言語抒發、感覺。

這些哀悼與創傷治療的過程，彼得·沃克進一步指出：「復原之路本來就是一個偶爾會發生退步的過程」。如果我們抱持著創傷是可短期解決的期待，這種期待不僅不合乎現實，也可能造成工作者的壓力，與使學生因為創傷而長久存在的羞恥感加深。

近代發展的創傷治療方式，尚有眼動減敏與歷程更新療法(EMDR)、瑜珈…等其他方式，在《心靈的傷，身體會記住》一書中有各自的章節

說明。上述有關創傷治療的書籍在指引個案尋找心理治療師的協助時，不約而同提及——該位治療師最好是曾經從自身所建議的治療方式當中獲益。因此，我們需要思考的除了什麼是學生適合的輔導處遇方式，還需要探問自己曾在什麼治療方式中受益，並且仍對其他方式保持開放。（資料來源：《跟心裡的傷痛告別》、《心靈的傷，身體會記住》）

六、 當我長期服務的學生具有創傷議題，而我感覺到替代性創傷似乎影響了我的工作與生活狀態，我能怎麼繼續和學生進行志願選填輔導工作？

替代性創傷(vicarious trauma)指的是並未直接受到創傷的傷害，而是與受到創傷的個案互動之後，在教育/助人工作者身上出現類似創傷後的壓力反應。在我們身上可能發生十餘種相關反應，如：感到無助絕望、永遠覺得自己做得不夠多、過度警覺、慢性疲勞、身體疼痛、罪惡感、恐懼、憤怒與憤世嫉俗、無力同理、成癮…等等。華盛頓大學的彼得·維塔利安諾(Peter Vitaliano)教授指出：「照護者通常專注於提供照顧，而忽略照顧自己」。

我們需要理解這些創傷接觸反應，以及開始重視自我照顧。相關自我照顧策略書籍，可參考《創傷照管：照顧別人的你，更要留意自己的傷》、《力挺自己的 12 個練習：腦科學 X 正向心理學，改變大腦負向思維，建立逆境挫折都打不倒的內在力量》。

當我們能夠持續的自我照顧時，逐漸恢復個人工作與生活狀態的健康，我們與學生的志願選填輔導工作所遭遇的困難，多數能夠找到合理的目標與推進的方向。（資料來源：《創傷照管：照顧別人的你，更要留意自己的傷》）