

桃園市立中壢商業高級中等學校生涯輔導工作實施計畫

86年9月學生輔導工作會議制定

102年3月01日學生輔導工作會議修訂

105年2月23日學生輔導工作會議修訂

107年3月07日學生輔導工作會議修訂

一、依據：

- (一)學生輔導法。
- (二)教育部友善校園學生事務與輔導工作作業計畫。

二、目標：

- (一)協助學生規劃學習生涯，依其能力、性向、興趣、人格特質與價值觀進行自我探索，適性選擇校系與志願。
- (二)養成學生生涯發展概念，協助學生進行生涯規劃。
- (三)培養學生生涯決定技巧，促進學生生涯規劃的能力。
- (四)協助學生了解多元入學管道，探索校系及升學機會，並充分運用生涯資訊，選擇適當升學進路。
- (五)幫助學生選擇及評鑑生涯目標。

三、實施對象：全校學生

四、實施方式與內容：

年級	主要項目	學習目標	進行內容	備註
一年級	自我覺察	(一)進行個人覺察 (二)學習認識環境 (三)定向輔導	【學習輔導】 1. 從新生始業輔導：探索學校環境，介紹高中與國中教育之差異及未來之進路發展，並建立大學多元入學管道概念。 2. 從新生定向輔導中為高中生活做準備。 3. 學習有效的學習方法，提高學科成績。 4. 選擇參與社團活動。 5. 於辦理親職教育活動時，向家長說明本校如何輔導學生進行生涯規劃、及選組。 6. 提供並展示各大學院校科系學群介紹。 【學習檔案建置】 1. 結合各領域老師與處室，透過講座、課程，指導學生建立個人學習檔案。 2. 召開相關會議與研習，請導師與專業老師協助指導學生建立個人學習檔案。 3. 舉辦學習檔案製作競賽，促使學生互相觀摩學	

年級	主要項目	學習目標	進行內容	備註
			<p>習。</p> <p>【綜高選組輔導】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理學程說明會。 2. 提供本校自編「高中選組手冊」。 3. 經驗分享：安排二年級學長姐分享選學程抉擇的過程及目前學習狀況。 4. 辦理學生、家長及導師選組輔導座談會。 5. 辦理課程預選輔導。 6. 了解多元入學管道。 7. 初步了解大學院校及學群。 8. 協助學生了解選課選組對未來生涯的影響、考慮的因素。 9. 興趣量表的解釋與運用。 10. 調查學生選學程後的學習與適應狀況，並提供輔導。 <p>【心理測驗施測、解釋及結果運用】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 綜高一年級： <ol style="list-style-type: none"> (1) 實施新訂賴氏人格測驗、興趣量表、新編多元性向測驗施測。 (2) 提供各項測驗之個別諮商、教師及家長諮詢。 2. 高職一年級： <ol style="list-style-type: none"> (1) 依需求實施新訂賴氏人格測驗施測。 (2) 提供各項測驗之個別諮商、教師及家長諮詢。 <p>【進行生涯規劃課程】（綜高必選修、高職選修）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識生涯規劃。 2. 認識自我（個性、興趣、價值觀）。 3. 規劃寒暑假學群探索活動。 4. 認識工作世界趨勢。 5. 行業展望等生涯資料。 6. 覺察影響個人做決定的因素及如何做決定。 <p>【學習輔導】 調查低成就學生並輔導。</p>	

年級	主要項目	學習目標	進行內容	備註
二年級	進路探索	<p>(一)認識學習與工作世界 升學資訊探索</p> <p>(二)未來職業探索</p>	<p>【教育與職業探索】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 定期更新生涯及大學院校多元入學資訊於公布欄及輔導室網頁。 2. 於辦理親職教育活動時，向家長說明本校如何輔導學生進行生涯規劃及轉組。 3. 提供大學營隊資訊，鼓勵並協助學生參加相關營隊活動。 4. 安排於班週會進行生涯主題講座或班級討論。 5. 輔導學生了解並準備甄選入學與選填志願。 6. 輔導學生學習小論文。 7. 邀請校友及家長分享各行各業的未來發展。 8. 鼓勵參加大學博覽會。 <p>【學習成長】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 鼓勵學生參與學校各項身心成長活動，增進個人能力。 2. 鼓勵學生積極參與校內外服務活動，增進個人成長。 3. 參觀訪問附近大學院校或職訓機構。 <p>【心理測驗】(高職)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 實施新編多元性向測驗施測及學習診斷測驗。 2. 提供各項測驗之個別諮商、教師及家長諮詢。 <p>【學習輔導】調查低成就學生並輔導。</p>	

年級	主要項目	學習目標	進行內容	備註
三年級	生涯規劃	(一)培養生涯決策能力 (二)釐清生涯發展方向 (三)學習生涯抉擇技巧 (四)學習升學技巧	【生涯進路輔導】 1. 運用班輔、個諮、心理測驗、升學參考手冊及說明會等方式，協助學生在多元入學管道中抉擇與規劃。包括：繁星推薦、申請入學志願選填。 2. 導師說明會：對三年級導師召開大學及技專多元入學管道說明會，讓導師能將升學資訊運用於班級輔導或個別諮詢中。 3. 於辦理親職教育活動時，向家長說明本校如何輔導學生進行生涯規劃及未來進路選擇。 【升學輔導】 1. 高三讀書複習計畫。 2. 學長姊經驗傳承及甄選考古題蒐集。 3. 模擬面試：針對參加技專、大學個人申請通過第一階段的學生辦理模擬面試，邀請學校老師或鄰近大學教授擔任口試委員，讓學生有實戰經驗，從經驗中取得技巧。 4. 甄選入學說明會：備審資料製作、口面試的技巧及準備。 5. 選填志願輔導講座。 【就業準備】 1. 認識應徵、面談及自傳、履歷表填寫應注意要項。 2. 畢業校友返校升學、就業輔導座談。 3. 參加校園徵才活動。	

五、輔導人員

- (一)各處室
- (二)導師
- (三)其他相關人員

六、輔導時間

- (一)新生訓練時間：新生課程說明會與高中生進路發展說明會
- (二)寒暑假、週會、班會時間：各種選課說明會與座談會
- (三)課餘時間：個別輔導與資料查詢
- (四)家長座談會：課程及生涯進路說明會

七、本計畫所需經費由相關業務項下支付。

八、本計畫經學生輔導工作委員會通過，陳校長核准後實施，修正時亦同。