

國立羅東高中 109 學年度生涯輔導實施計畫

109.09.11 羅東高中輔導工作委員會通過

壹、目的

- (一) 協助學生探索自我興趣與性向。
- (二) 認識大學多元入學方案。
- (三) 認識大學、學系與學群，並能瞭解目前社會職場生態。
- (四) 學習生涯抉擇與規劃。

貳、辦理單位

主辦單位：輔導處

協辦單位：教務處、學務處、圖書館、總務處

參、實施內容

(一) 專題演講

1. 目的：透過演講的方式，跟學生分享不同生涯發展的方向
2. 時間：上下學期各一場，安排於「綜合活動」時間實施
3. 講師：外聘講師
4. 地點：輔導中心四樓或適合場地

(二) 班級輔導

1. 目的：針對特定生涯主題，以班級輔導之方式進行說明。
2. 主題：
 - (1) 高一：下學期 108 新課綱與選組
 - (2) 高三：上學期 ①大學學系探索量表施測與說明
②大學甄選入學方案介紹
下學期 指定科目考試～考前叮嚀
3. 方式：高一班級輔導利用彈性學習時間進行，高三請各班自行安排上課時間。

(三) 團體輔導

1. 目的：利用小團體輔導的方式，協助學生對其生涯進行探索與規劃。
2. 時間：利用午休時間進行
2. 主題：
 - (1) 高一：上學期～自我探索成長團體
下學期～人際探索成長團體
 - (2) 高二：上學期～自我探索成長團體
下學期～生涯探索成長團體
3. 對象：高一、高二以輔導股長為優先人選。
4. 方式：高一、高二團體以八次為單位。

(四) 個別諮詢

1. 目的：對於學生個別性、特殊性生涯困擾，進行個別諮詢或諮商。

2. 主題：

1. 高一：(1)生涯問題諮詢
(2)測驗結果個別諮詢
(3)選組諮詢
(4)生涯卡的討論
2. 高二：(1)生涯問題諮詢
(2)轉組輔導（依教務處公告行程申請）
(3)大學學群學類卡的討論
3. 高三：(1)生涯問題諮詢
(2)甄選入學與考試分發相關問題諮詢
(3)大學學群學類卡的討論

3. 方式：由學生視需求自行至輔導處諮詢

（五）學系導航

1. 目的：邀請各大學各校系教授或本校校友返校介紹大學與學系，使學生對大學校系有更多的認識，以利未來生涯規劃之參考。

2. 時間：中午午休 12：40~13：20（不定期舉辦）

3. 主題：各大學招生系所

（六）審查資料工作坊

1. 目的：針對高三同學參加個人申請提早做準備，提供學生相關資料及內容，以因應指定項目甄試的準備。

2. 時間：高三寒假（學測結束後）

3. 主題：

- (1) 如何寫自傳、讀書計畫與小論文
- (2) 如何準備面試
- (3) 學長解經驗分享
- (4) 審查資料的製作與編輯

4. 方式：自由報名

（七）測驗實施

1. 目的：藉由測驗的實施與解釋，使學生對自我的認識更為深入，有利於生涯規劃之參考。

2. 主題：

- (1) 高一：上學期 新編多元性向測驗
下學期 興趣量表
- (2) 高三：上學期 大學學系探索量表

3. 方式：性向測驗安排於綜合活動時間由導師協助進行施測；興

趣量表與大學學系探索量表由各班自行安排施測時間，由輔導教師進行施測。

(八) 親職教育座談會

1. 目的：藉由親職教育座談會的方式，宣導學校各項生涯輔導措施及進行方式，並與家長共同討論如何輔導學生在生涯發展上更為順利。

2. 主題：

(1) 高一：上學期 高中生活的期望與適應
下學期 測驗的解釋與選組

(2) 高二：上學期 升學管道的認識、學習歷程檔案的應用

(3) 高三：上學期 協助學生準備多元入學

3. 方式：利用周五晚上時間，邀請家長共同參與。

(九) 生涯探索體驗活動

1. 目的：協助學生結合多種桌遊體驗活動，帶領學生發覺個人職業特質。

2. 時間：依學校行事曆配合勞工處合作辦理。

3. 方式：學生自由報名參加。

(十) 選填志願輔導

1. 目的：協助學生依學科能力測驗與指定科目考試成績，配合興趣與性向選擇合適校系選填志願序。

2. 時間：07.19~07.28

3. 地點：輔導處

4. 方式：學生以個別諮詢的方式，與輔導老師共同討論如何排列志願序。

(十一) 資訊網絡

1. 目的：透過書籍、簡章或網路的方式，提供學生各種生涯訊息與最新公告。

2. 主題：

(1) 大學多元入學相關參考書籍（如：來去大學、彩繪學群等）

(2) 考試相關簡章與訊息

(3) 各大學院校學系簡介

(4) 生涯相關書籍借閱

(5) 各種最新訊息網路公告

3. 方式：各種書籍、簡章與參考資料展示於輔導處書架上，提供學生閱覽；網路上公告最新訊息提供學生瀏覽。

肆、經費：由本校相關費用支出。

伍、本計畫呈校長核准後實施，修正時亦同。