

參加類別：教材教具實物展示類

題目：夢想起飛 - 高職資源班生涯決策教材

作者姓名：李玉錦、黃莉婷 張瑋容

服務機關：臺北市立松山家商特教教師、臺北市立松山家商特教代理教師、  
臺北市立松山家商特教教師

# 夢想起飛～高職資源班學生生涯決策教材

李玉錦

黃莉婷

張瑋容

臺北市立松山家商特教教師

臺北市立松山家商特教代理教師

臺北市立松山家商特教教師

## 摘要

身心障礙者之生涯決策議題近年來備受重視，國內外學者亦將生涯決策及倡導視為教育的終極目標，以及未來重要的特殊教育議題，國內有關身心障礙學生的生涯轉銜服務亦日益受重視，對高中職身心障礙學生而言，生涯抉擇的適切性攸關其能否順利轉銜至大學教育階段，故藉由生涯抉擇相關教材引導提升學生的生涯抉擇能力即備感重要。有鑑於此，本教材規劃適用於高中職身心障礙學生的生涯決策課程，教學目的在於藉由生涯探索討論及學習策略教導，以提升學生自我管理及生涯決策能力。本課程設計藉由討論、良師引導、自我管理、步驟演練及策略教導，引導學生探索現階段學習樣貌，透過目標擬定、計畫及行動，進而行使生涯抉擇。本教材設計特色在於結合傑出身心障礙人士影片討論、自我管理策略教導、階段性目標擬定及步驟演練融入各個教學主題。課程主軸包含初階-訂定計畫、中階-增能計畫，及高階讀書精進計畫和生涯抉擇，期使高職身心障礙學生從中習得認識自我、肯定自我、具備現實感、訂定適切目標、執行增能計畫及建構下一階段之生涯樣貌。

**關建詞：**生涯抉擇、自我管理能力、高職身心障礙學生

## 壹、前言

身心障礙者之生涯決策議題近年來備受重視，國內外學者亦將自我倡導及決策視為教育的終極目標及未來重要的特殊教育議題，國內有關身心障礙學生的生涯轉銜服務亦日益受重視，如：《特殊教育法》（教育部，2013）與《身心障礙者權益保障法》（內政部，2013）中重申並強調轉銜服務的重要性。2012年公佈的《特殊教育法施行細則》，更將生涯轉銜輔導與服務列為學生每學期 IEP 須檢討的要項。教育部於 2002 年《各教育階段身心障礙學生轉銜服務實施要點》中，強調生涯轉銜資料建檔與銜接的重要性；2010 年頒布的《各教育階段身心障礙學生轉銜輔導及服務辦法》，規定身心障礙學生離校前，學校須討論學生的生涯決策轉銜計畫、召開轉銜會議與填寫轉銜服務資料，此外，國內外學者研究發現，擁有較佳生涯決策能力的身心障礙學生，在其生涯轉銜、就業及獨立生活有較佳成功表現(林宏熾，2003；Wehmeyer, 2002；Wehman, 2011)。

由上述資料顯示，身心障礙學生的生涯轉銜及生涯抉策議題確實備受關注，因此藉由生涯抉擇相關教學以引導並提升學生的生涯抉擇能力備感重要。惟研究者從擔任高職資源班教師十餘年之經驗發現，針對身心障礙學生學習特質所編擬之生涯決策教材仍較少見，故本研究目的即在於編撰符合高職資源班身心障礙學生之生涯決策教材，以藉此提升身心障礙學生生涯決策及自我管理的能力。

本教材設計特色在於結合傑出身心障礙人士影片討論、自我管理策略教導、階段性目標擬定及步驟演練等方式融入各個教學主題。課程主軸包含初階-訂定計畫、中階-增能計畫，及高階讀書精進計畫和生涯抉擇，期使高職身心障礙學生從中習得認識自我、肯定自我、具備現實感、訂定適切目標、執行增能計畫及建構下一階段之生涯樣貌，進而提升學生之自我管理及生涯決策能力。

## 貳、教學使用說明

### 夢想起飛--生涯決策教材教學計畫暨使用說明

適用班級：高中職身心障礙學生

※ 教學設計特色:結合特殊需求領域學習策略課程大綱、能力指標、後設認知學習策略、角色演練、討論及良師引導方式，讓學生逐步了解自我、設定階段性目標，擬定增能計畫，進而完成適切的生涯抉擇計畫表。

教學時間	教學主題	教學目標	教學活動	教學資源
2-3節	(一) 夢想起飛初階 - 訂定目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解團體公約及獎勵制度。</li> <li>2. 認識自己的優缺點。</li> <li>3. 藉由個人契約書填寫進行自我評量。</li> <li>4. 學會自我紀錄及自我評量的方式。</li> <li>5. 能擬定長短期的計畫藍圖。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 相見歡：自我介紹。</li> <li>2. 團體公約及獎勵制度。</li> <li>3. 學習單說明、示範、討論、回饋。</li> <li>4. 總結與回饋。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教材學習單</li> <li>2. 行為契約表單</li> <li>3. 圓點貼紙</li> <li>4. 勵志影片 - 蕭敬騰、湯姆克魯斯學障特質說明</li> <li>5. 點數卡</li> <li>6. 獎勵章</li> </ol>
2-3節	(二) 夢想起飛中階 - 增能計畫	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 確定下一階段的生涯抉擇。</li> <li>2. 了解升學大學校院的群組和應考科目學習成效。</li> <li>3. 針對弱勢科目擬定增能改善計畫。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 提升專注力方法及表單撰寫說明。</li> <li>2. 松商傑出校友介紹：古又文、張芸京及目前就讀台大財金系身心障礙校友-郝生。</li> <li>3. 學習單說明、演練步驟示範、討論、回饋。</li> <li>4. 總結與回饋。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 上網設備</li> <li>2. 播放設備</li> <li>3. 板書設備</li> <li>4. 學習單</li> <li>5. 點數卡</li> <li>6. 獎勵章</li> </ol>

2-3 節	(三) 夢 想 起 飛 進 階 - 生 涯 決 策	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解升學大 學校院管道 及準備事項。</li> <li>2. 能進行自我 管理及行事 曆自我檢核 檢核。</li> <li>3. 能依據未來 生涯轉銜需 求蒐集準備 相關資料。</li> <li>4. 認識自我並 完成 SWOT 分析。</li> <li>5. 能與重要他 人討論後模 擬填寫升學 大學校院志 願</li> <li>6. 能擬定下一 階段的讀書 精進計畫</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習單說明、示範、 討論、回饋。</li> <li>2. 上網搜尋志願學校的相 關資訊。</li> <li>3. 訪問師長或大學資源教 室教師有關大學階段提 供之相關資源服務</li> <li>4. 總結與回饋。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.上網設備</li> <li>2.學習單</li> <li>3.大學資源教 室廣告海報</li> <li>5.點數卡</li> <li>6.獎勵章</li> </ol>
----------	--	--	---	--

### 叁、教學成效與省思

#### 一、教學成效：

#### (一)『夢想起飛-生涯決策教材』教學回饋表

說明：以下問卷內容係針對曾學過本教材的高職資源班同學所進行的問卷調查結果，問卷內容符合學生的認知程度。

1.你喜歡上這個課程嗎？請填寫意見並☑出你的想法？

我喜歡，因為\_\_\_\_\_

我不喜歡，因為\_\_\_\_\_

學生回饋摘要整理如下：

楊生	喜歡,因為我可以先訂定目標也可以跟老師定行為契約..改善自己的毛病..
陳生	喜歡,可以知道以後要考那些科目..
曾生	喜歡，知道未來推甄要先準備哪些資料..
陳生	喜歡，知道大學資源教室提供哪些服務..
林生	喜歡，知道如何改善不專心的方法..
黃生	喜歡，因為學到如何定讀書計畫…

2.對於自己的學習與上課表現可以給自己打幾分（最高 100 分）？為什麼？

答：我想給自己打( \_\_\_\_\_ )分，因為\_\_\_\_\_

學生回饋整理如下：

80%同學給自己打 90-95 分

10%同學給自己打 96-100 分

10%同學給自己 89 分以下

3.對於老師的教學情形可以給老師打幾分（最高 100 分）？為什麼？

答：我想給老師打( \_\_\_\_\_ )分，因為\_\_\_\_\_

學生回饋整理如下：

90%同學給老師打 90-95 分因為老師上的很棒。

10%同學給老師打 96-100 分

4.其它建議: 沒有 有，就是\_\_\_\_\_

楊生:我是高三才上這門課,希望可以早一點上，這樣我就可以早點準備考試資料…

## (二)真心話大考驗單元訪談/學習單資料總覽

### 1.你希望大學資源教室可以提供那些資源服務?

服務內容	補救教學	IEP 會議	生活協助	評量調整	情緒輔導	就業轉銜	總計
次數	5	4	3	2	5	1	20
百分比	25%	20%	15%	10%	25%	5%	100%

### 2.未來進入大學後，如遇到學業、人際或感情等問題，你將如何因應？

學生 \ 困擾	困擾/挑戰	可能因應方式
張生	會擔心人際問題 會擔心說認識新的人	出了問題就是針對那個問題來處理
楊生	想說會不會交到朋友會不會跟同學玩	找資源教室老師談談
陳生	會擔心人際問題 講話很直接...會被同學嫌白目	學看別人臉色 下次再改進就好
黃生	會擔心與同學的交往	讓自己冷靜判斷對方是否開玩笑
洪生	會擔心	獨來獨往透過社群網站認識同好

### 3.是否擔心學習方面的問題？你將如何因應？

學生 \ 未來擔心	上大學學習/挑戰	可能因應方式
張生	壓力會導致我在學習上出現一些問題，我沒有辦法上課	需要地方休息 需要自己的一個空間
楊生	上課太累的時候想要休息，還有上課要讓我發問	舉手發問或下課發問
陳生	會受到外在環境的干擾 會分心	跟老師講說我要靜一靜
黃生	擔心跟不上	轉系 找老師或同學
洪生	擔心跟不上同學	找老師

4. 未來進入大學後，你想住外面或住家裡？為什麼？

獨立生活 學生	想住家裡	想住外面	想法
張生	不排斥	不排斥	想體驗住宿舍感覺
楊生		住外面	想要獨立喘息空間
陳生		住外面	想要獨立空間
黃生		住外面	不被家中雜事干擾
嚴生	大一先住家裡	大二以後住外面	不想聽父母碎念 想要獨立

5. 進入大學後，願意讓同學知道自己的特殊生身分嗎?為什麼?

自我接納 學生	願意讓自閉症 特質曝光	不願意讓自閉症 特質曝光	原因
張生		不願意	讓自己更社會化與其他人一樣
楊生	看情況不排斥		同學如果想知道會告訴他
陳生		不願意	先認識一陣子再說
黃生		不願意	不想被貼標籤
洪生	願意		讓同學知道自己的限制 減少不必要的誤會和解釋
嚴生		不願意	同學會看不起我 會跟小時候一樣被霸凌

### (三) 學生學習單&師長回饋示例

#### 我的個人契約書

我是蔡培，立下這份契約書做為達到目標的一種保證。這份契約書適用於本學期，我可能會在追求目標的期間需不斷做必要的修改。

我打算從過程中獲得某些特定的東西或做我自己想要做的事：  
再拿一次丙級證照、會計-英文(要到10.5分)、數學選擇題、全對

為達到目標，我很願意對上述的事負起該負的責任，雖然我知道會遇到一些困難與阻礙，但我可以做某些事來改善：

※討論：遇到的困難與阻礙	※想想：我可以做的事...◎
(一) 我覺得這件事情(和媽媽的 <u>方法</u> )，沒有那麼嚴重，但同學、家人、師長不認同我的想法，反對我的決定。	EQ訓練、不要頂嘴 自己要做好事， 學心給給後再解釋 好方法！
(二) 在某些課程(英、數)我的程度與同儕落差太大，上課都聽不太懂，有可能被當，甚至影響到我的自信心。	讀、讀、讀... 要專心就是了... 繼續聽會計表 要有信心... 加油! 希望要吃聰明藥 good! 說到做到 祝好!
(三) 暑假(寒假)畢業後去工作 開刀、手機補貼家用 搬出去住 好愛心的小孩!	試試如姐工作過的地方 (目前可去接小時半) → 不多久，無法工作! 有電腦等工具，應該可以... 要新成員... 手機印要小友(那紙...) 總而言之 要有耐心 還有體力而加油 EQ好!

### (四) 生涯留言板~親友團的鼓勵與回饋

※你可以和師長、家人、同學、朋友...透過討論、交流、分享，幫助自己成長與茁壯喔！

#### 生涯規劃分享與回饋~親友留言板

To: 信嘉

你的專業科目很強，求知慾旺盛，這樣的學習熱忱，令人敬佩。但如果能把這樣的學習態度，運用在其他弱勢科目(ex: 數、英)，相信你未來的出路與選擇性會更多。在人際關係方面，你可以試著以不同角度看待「團隊合作」，以信任、互助、支持、鼓勵為合作基礎，有情感的交流與激勵，會激盪出不同的火花，並提高成效。這也是身為一個團隊領導者必備的能力。別小看自己，因為你有當領導者的潛質，更是成功者的特質。

加油！祝~心想事成！

104年5/1 黃新琦 師上

## 二、省思：

本教材透過教學歷程，學生上課反應及作業單回饋之反覆修正，從而呈現此教材樣貌，研究者藉由學生的回饋及問卷回饋得知，以階段式訂定目標增能計畫、執行自我管理策略、名人示例及搭配社交技巧方式的角色演練，確能有效提升本校就讀資源班之身心障礙學生之生涯決策能力，本教材或可提供現場高中職特教教師進行身心障礙學生生涯輔導相關課程之參考。

## 參考文獻

- 林宏熾 (2003)：美國身心障礙者自我決策與轉銜實務。《特殊教育季刊》，88，1-15。
- Wehmeyer, M. (2002). *Self-determination and the education of students with disabilities*. Arlington, VA: ERIC Clearing-house on Disabilities and Gifted Education.
- Wehman, P. (2011). *Essentials of Transition Planning*. Baltimore: Paul H. Brookes.