

# 國立政治大學校務發展研究計畫

## 九十八學年第二學期

### 本校各學院應屆畢業學生生涯診斷量表之編製

計畫主持人：陳嘉鳳 心理系副教授

協同主持人：林筱婷 身心健康中心技術助理

蘇育萱 身心健康中心技術助理

謝佳芳 身心健康中心技術助理

林宗憲 職業生涯發展中心輔導員

計畫參與人員：黃奕暉 國立台灣師範大學教育心理與

輔導學系碩士畢業

張真瑜 國立政治大學心理所研究生

執行期間：民國九十九年五月一日至民國一〇〇年四月三十日

# 本校各學院應屆畢業學生生涯診斷量表之編製

## 中文摘要

本研究旨在編製可供學生使用之生涯診斷量表，並進一步了解政大學生之生涯問題，包括其所知覺的生涯困擾程度，以及生涯抉擇不安感，以期有效提供全校學生生涯服務，協助學生克服生涯困難，達到生涯成熟之目的。本研究以 99 學年度全體政大學生(含大學生及研究生)為研究對象，並以線上問卷的方式進行資料之蒐集，有效樣本共計 3503 人。研究工具除修改後之「國立政治大學生涯問題診斷量表」外，另包括學生背景資料、能力指標、職涯資源指標、生涯定向等資料。量化資料以描述統計、內部一致性信度、獨立樣本 t 檢定、以及單因子變異數分析等方法進行分析；主要研究之發現為：

1. 多數參與者(87.3%)自評在校成績前或中等，四分之一(23.0%)的學生有修輔系，四分之一以上(25.9%)的學生曾領過獎學金。在社團及活動經驗上，以擔任社團幹部(41.1%)最高，其次為擔任校內外義工(35.4%)。在工作經驗上，以校內外工讀佔最多數，各為 45.6%及 44.8%。僅 26.2%的學生沒有工作(工讀)經驗；52%的學生曾通過語文檢定。63.9%的學生目前並沒有為了考公職、升研究所、或其他因素而上補習班。
2. 多數研究參與者「知道」學校有相關生涯輔導單位，但實際「使用」的比例相對較低。此外，多數學生傾向尋求學長姊、以及系上老師的經驗和意見。在生涯相關活動的需求上，所有相關的可能生涯服務，高達 55%以上的學生表達有需要或有興趣。
3. 有 59.3%的參與者仍屬於生涯未定向，其中年級愈低未定向的比例愈高。40.7%的定向者中，選擇就業者較多(48.3%)，而就業者中，多數人會選擇與自身所學相關的職業類別。40.9%選擇繼續升學者中，主要偏向於國內升學，且亦會選擇與本科系相關的科系類別。大多數學生在選擇生涯類別時，採取「兼顧」

個人興趣和現實條件的選擇。

4. 在「生涯困擾問題」上，有 9.5%學生達到「符合」以上的困擾程度。困擾問題最高為「人格特質」中的「自信」與「職業知識」中「求職管道方法」困擾人數最高。在「生涯抉擇不安感」約有 1/4 學生已達「符合」以上的焦慮不安情緒，約有 2.3%的學生已出現較嚴重的心理不健康狀態。
5. 政大學生的生涯定向，因其性別、年級與學院的不同而有差異。男性已決定未來生涯方向的人數顯著高於女性，且選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於女性，而女性選擇未來生涯方向為就業者的百分比高於男性。大學四年級以上與碩博班學生在未來生涯方向已決定者的人數遠高於大學一年級、二年級與三年級，其中碩博班學生在未來生涯方向選擇以就業者的百分比高於大學四年級、五年級的學生，而大學部四、五年級者在選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於碩博班學生。法學院與教育學院的學生已決定未來生涯方向的比率較高，外語學院與傳播學院的學生在未來生涯方向上已決定者的比率較低。
6. 政大學生的生涯問題(包括生涯困擾程度、因素、抉擇不安感等)，因其性別、學院、年級、以及自評在校成績的不同而有差異。男生的生涯問題較女生少/低；法律及理學院的學生分別在生涯困擾程度以及生涯抉擇不安感得分相對較低。就年級因素來說，整體而言，研究生所知覺到的生涯困難比大學生低，且研究生中，博士班的生涯困擾也低於碩士生。至於學業成績方面，自評成績在班上排名越高的學生，其所知覺到的個人生涯決定的困難程度則越低。
7. 此外，已決定生涯方向者所知覺到的生涯問題程度，低於未決定者。選擇就業者若僅以「現實條件」為考量的學生，其生涯困難程度遠高於以「興趣」和「兼顧兩種條件」的學生。至於選擇升學者方面，選擇「本科系相關系所」者的「職業和自我知識」困擾程度，低於選擇「非本科系相關系所」的學生。

最後，根據本研究之主要發現提供若干意見，以供相關單位及未來研究之參考。

## Abstract

The purpose of this study was to build up a career inventory for students, and to further clarify career-related issues for the students at NCCU, including degrees of career bother, and discomfort of career decision, hoping to bring effective services for students, to help them overcome difficulties and to reach career maturity. The subject of this study included all of the NCCU students in 2010 school year, both undergraduate and graduate students, and the data was collected through on-line questionnaire. There were 3503 valid samples. Instruments used in this study were the revised "Career-Related Problems Inventory for NCCU Students" and the questionnaires for the participants' demographic backgrounds, capacity indicators, available resources as well as decision making status. Quantitative data were analyzed by descriptive statistics, internal consistency reliability

, independent-samples t-tests, and one-way ANOVAs. The main findings were:

1. The majority of participants (87.3%) ranked themselves as medium or above medium on their grade in class; one fourth (23.0%) of the students had a second major; above one fourth (25.9%) of the students had scholarship. In terms of extracurricular activities, being staff in student clubs ranked highest(41.1%); volunteered in or outside of the campus ranked second(35.4%). In terms of working experiences, part-time in campus (45.6%) and outside of the campus (44.8%) were the majority, only fewer students (26.2%) had no working experiences; 52% of the students passed the language certification; 63.9% of the students never go to cram schools for civil service exam, graduate schools' entrance exam or other purpose.
2. Most participants "knew" that there were units in this university offering career services, but less proportion of them actually "use" the service. In fact, most students inclined to ask their seniors or teachers for advice. As to their need for

career related activities, more than 55% of the students expressed the need for all possible services.

3. 59.3% of the participants were career- undecided; within the 40.7% of career-decided students, most (48.3%) were in future career direction toward employment; further, they also tended to select occupations related to their major. Those 40.9% of students in future career direction toward advanced degree preferred to stay in their country, and to go for related major. The majority of students said that they would consider both their interest and the reality while making career choices.
4. In 'career problems', 9.5% of students checked 'often' or above degrees. The highest ranked difficulties were 'confidence' in 'personality traits' and 'methods for job hunting' in 'occupational knowledge'. In 'discomfort of career decision, about one fourth of the students checked 'often' or above about their anxiety, and around 2.3% students had had more serious psychological maladjustment.
5. NCCU Students' career direction differ from genders, school years and schools. The numbers of male students in career-decided is higher than in female ones. The percentage of male students in future career direction toward advanced degree is higher than females, and females are higher in future career direction toward employment than males. Numbers of students of above senior undergraduates and graduates in career-decided are more than those of freshmen, sophomore and junior undergraduates. The percentage of graduate students who choose their future career direction toward employment is higher than undergraduates of the fourth and fifth year who choose future career direction toward advanced degree are higher than graduates. The percentage of students of law school and education school in career-decided are higher; foreign language school and communication school in career-decided are lower.

6. NCCU students' career problems including degrees and elements of career bother, and discomfort of career decision differ from genders, schools, school years and self evaluation of grades. Male students have fewer career problems than female students. Relatively, Students of Law school score lower in degrees of career bother, and science school students have lower scores in discomfort of career decision. As a whole, when it comes to school years, graduates perceive fewer career problems than undergraduates. Besides, during graduates, doctoral graduates have fewer career bother problems than master graduates. As for school grades, the higher the class ranking of self evaluation grades, the lower the difficult degree of career decision.
7. Other than that, those are career-decided perceived less career problems than those are undecided. Those in future career direction toward employment who only considered reality experienced more career difficulties than those who only considered interest or those who considered both. As to those in future career direction toward advanced degree, students who choose related major suffer less on career and self knowledge than those who choose unrelated major.

關鍵字：生涯問題、生涯困難、生涯安適感、生涯定向、生涯未定向

# 目錄

中文摘要

英文摘要

## 第一章 緒論

- 第一節 研究背景與動機..... 1
- 第二節 研究目的與重要性..... 4

## 第二章 文獻探討

- 第一節 生涯阻隔之意義與相關研究..... 5
- 第二節 生涯定向之意義與相關研究..... 10

## 第三章 研究方法

- 第一節 研究設計與歷程..... 16
- 第二節 研究參與者..... 18
- 第三節 研究工具..... 21
- 第四節 資料處理與分析..... 23

## 第四章 研究結果

- 第一節 參與者能力指標及職涯資源分析..... 24
- 第二節 生涯定向及生涯相關活動需求分析..... 31
- 第三節 生涯問題診斷量表描述統計分析..... 36
- 第四節 各背景變項於生涯問題診斷量表上之差異..... 48
- 第五節 生涯定向狀態於生涯問題診斷量表上之差異..... 58

## 第五章 結論、討論與建議

- 第一節 結論..... 64
- 第二節 討論..... 69
- 第三節 建議..... 74

## 參考文獻

- 中文部份..... 77
- 英文部份..... 78

## 附錄

附錄一 國立政治大學生涯問題診斷量表.....	80
附錄二 訪談結果摘要表.....	88
附錄三 訪談記錄表.....	90



# 圖表目次

## 圖目次

圖 1-1-1	商學院生涯診斷量表因素架構圖.....	2
圖 1-1-2	心諮中心院諮商師與商學院 OSAAS 針對畢業生設計的生涯輔導模式.....	3
圖 3-1-1	研究歷程.....	16
圖 3-1-2	研究架構圖.....	17

## 表目次

表 2-1-1	學者們對生涯阻隔因素之看法.....	6
表 2-1-2	生涯阻隔因素之相關測量工具.....	7
表 2-2-1	生涯定向測量工具摘要表.....	15
表 3-2-1	受訪者背景資料表.....	18
表 3-2-2	研究參與者背景變項資料表.....	19
表 3-3-1	生涯問題診斷量表內部一致性分析.....	22
表 4-1-1	研究參與者個人能力指標分析.....	26
表 4-1-2	研究參與者個人職涯資源分析.....	29
表 4-2-1	研究參與者生涯定向狀態.....	31
表 4-2-2	就業與升學決定者之分析.....	32
表 4-2-3	研究參與者生涯相關活動的需求分析.....	34
表 4-3-1	全體參與者於生涯問題診斷各量表的平均數與標準差.....	36
表 4-3-2	生涯困擾原因量表平均分數之次數分配表.....	37
表 4-3-3	生涯困擾量表平均分數在「符合」與「非常符合」類別的百分比統計表.....	39
表 4-3-4	生涯困擾原因量表填答「符合」與「非常符合」之排序與人數百分比.....	41
表 4-3-5	生涯抉擇不安感程度量表填答「符合」與「非常符合」之排序與人數百分比.....	46
表 4-4-1	各背景變項在「生涯定向」上的 $\chi^2$ 考驗分析.....	48
表 4-4-2	各背景變項在「生涯方向」上的 $\chi^2$ 考驗分析.....	50
表 4-4-3	各背景變項在「生涯問題診斷全量表」上的平均數 t 考驗或變異數分析.....	54

# 第一章 緒論

## 第一節 研究背景與動機

自 2007 年美國次級房貸危機爆發之後，全球經濟均墮罩在不景氣的狀態中，造成失業率偏高。根據 2009 年 7 月的失業率統計，台灣失業人數高達 66.3 萬人，失業率為 6.07%，其中大學及以上程度者的失業率更高達 6.22%。另外，根據 2006 年本校心理諮商中心針對本校學生的調查，發現學生最感困擾的三大問題分別為「未來要做些什麼」、「如何獲取與了解生涯發展的相關資訊」與「如何準備校外考試」。可見如何協助學生處理生涯困擾議題，提供生涯相關處遇措施，是學校諮商輔導單位必須面對的重要課題。

有鑑於此，2009 年心理諮商中心便與商學院 OSAAS 合作，由院諮商心理師根據生涯診斷因素架構(見圖 1-1-1)，自編了一份商學院學生的生涯診斷量表(修慧蘭、林筱婷，2009)，並設計了對應的生涯輔導模式(見圖 1-1-2)，針對學生不同的生涯困擾問題，提供相關協助與輔導，以幫助商學院應屆畢業學生因應生涯焦慮。該份調查顯示，商學院應屆畢業生中，生涯焦慮程度較高之比例達 41.9%，其中 0.73% 的學生因為生涯議題而產生了嚴重的身心症狀與自殺念頭。可見應屆畢業生在生涯焦慮議題上，的確需要更多協助與服務。另外，該次量表的結果分析也顯示學生較高的生涯困擾原因，分別是不清楚自己的興趣與能力、覺得自己求職技巧不足、不清楚求職管道與自信不足等。這些學生感到較高困擾的原因，也可在施測完後，參與由院所與心諮中心合作所舉辦的相關生涯輔導演講、工作坊或個別諮詢/諮商，促使學生生涯問題的解決，減輕其面對生涯壓力的焦慮。

透過上述研究的發現，心理諮商中心認為若能將該生涯診斷量表再做修訂，應可將該量表推展至全校各學院的學生，以協助更多學生面對生涯問題並找到解決方法，進而提高本校學生的生涯競爭力。

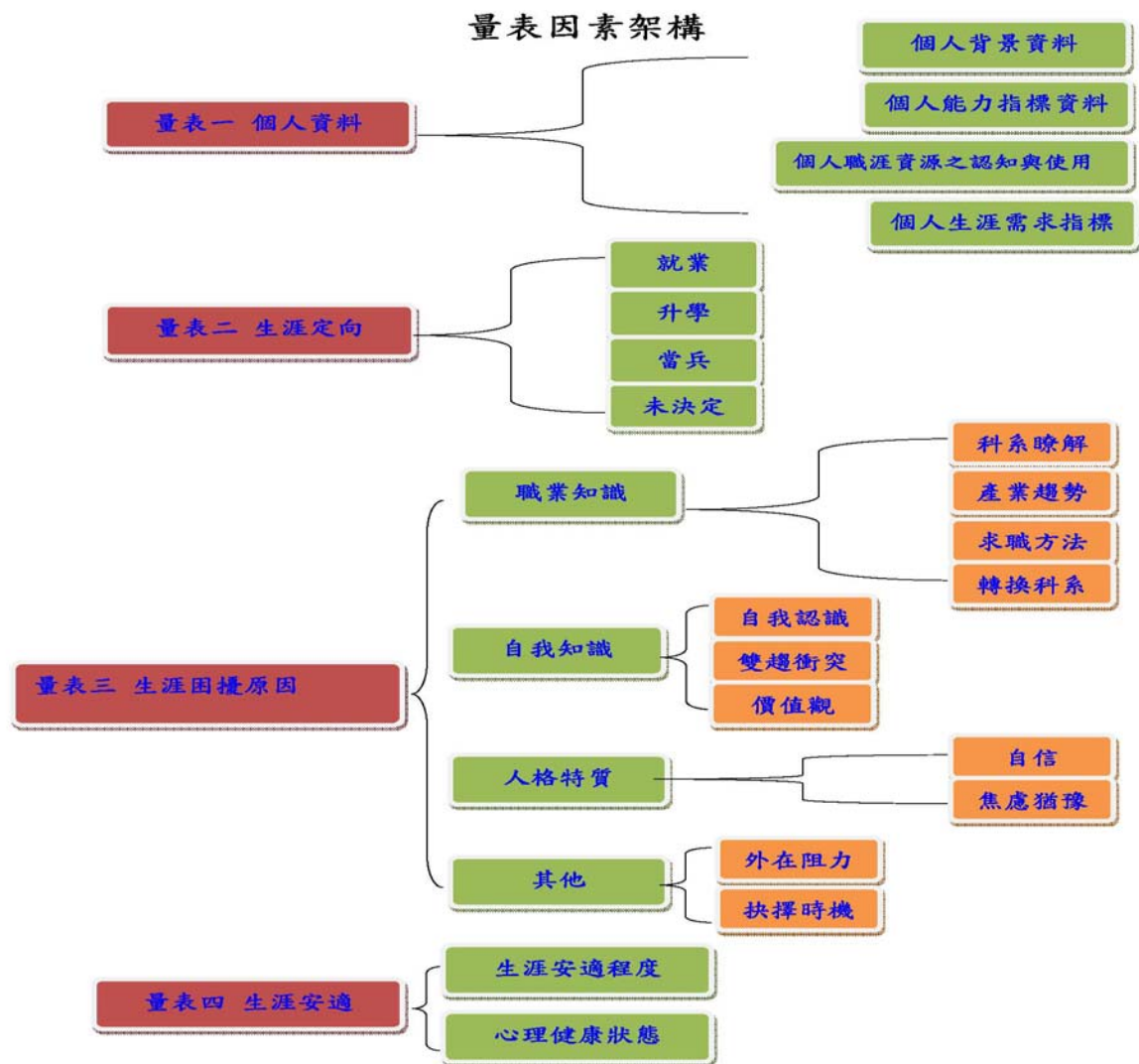


圖 1-1-1 商學院生涯診斷量表因素架構圖

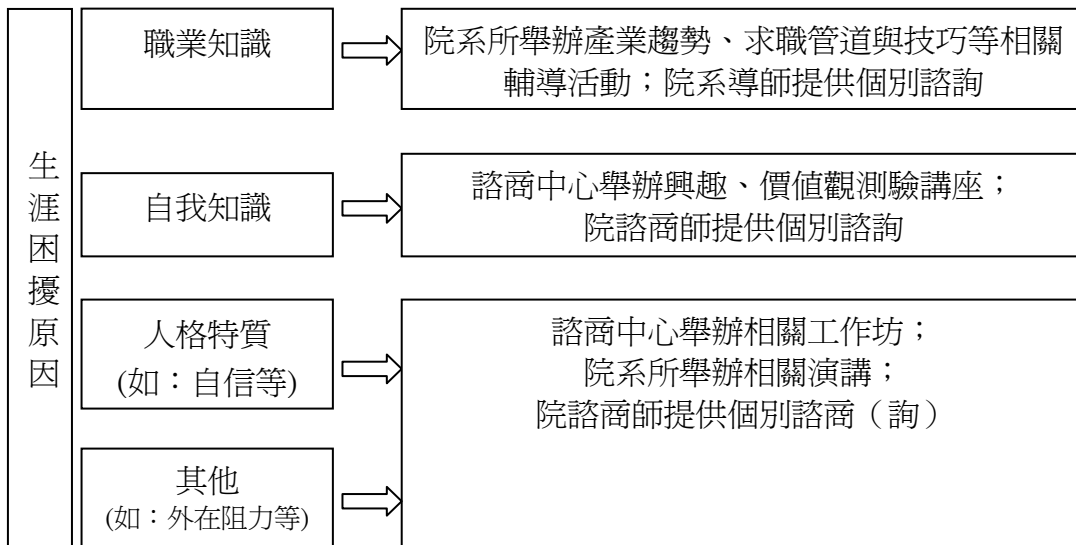
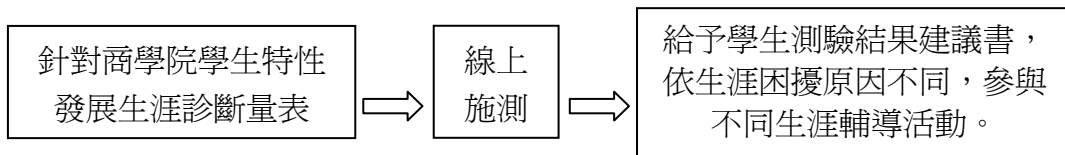


圖 1-1-2 心諮中心院諮商師與商學院 OSAAS 針對畢業生設計的生涯輔導模式

## 第二節 研究目的與重要性

生涯決定是一個連續的歷程，一個人生命中有許多次的生涯決定點，先前的抉擇，可能會影響個人接下來的許多決定。對在校學生而言，職業決定乃其大學階段必經的歷程，也是其所最關心的大事。因此，學生們在職業決定的過程中所遭遇到的困難或問題，可以透過研究建立起一套生涯問題分類系統，以供生涯輔導人員了解並診斷學生所關心的生涯問題，進而希望根據其需求提供適當的輔導。

總之，本研究以原有之商學院生涯診斷量表為基礎，希望達成以下五個研究目的：

1. 修訂生涯診斷量表。
2. 瞭解政大全體學生當前之生涯定向情形、以及與生涯發展相關之能力、資源、需求等狀態。
3. 瞭解政大全體學生目前之生涯問題。
4. 瞭解各種不同背景學生之生涯問題。
5. 瞭解生涯定向與否學生之生涯問題。

## 第二章 文獻探討

### 第一節 生涯阻隔之意義與相關研究

#### 壹、生涯阻隔之意涵

有關生涯阻隔 (career barriers) 的議題，Crites (1969) 是最早提出此概念的學者，他認為生涯阻隔是個體在生涯發展的歷程中，所遭遇到的「內在衝突」，如自我概念及成就動機，與「外在挫折」，如性別或年齡歧視(引自傅琇悅, 2001)。此後，Swanson 與 Woitke (1997) 進一步將「生涯阻隔」定義為個體於所處的內外環境中，所面臨之任何會造成生涯發展困難的事件或情境(引自McWhirter, 2000)。

生涯發展學者 Super (1957) 認為，個人若能及早掌握生涯發展早期階段的發展任務，於下一階段之生涯發展就有較大成功的機會和把握；反之，若在前一階段中遭遇阻礙而未能完成發展任務，那麼很可能就會影響下一階段的發展。因此，Swanson 和 Tokar (1991a) 指出，為使個體之生涯發展能夠順利，了解其生涯發展過程中的阻隔因素 (barriers)，是相當有利的方法。換言之，個體對阻隔的覺察，在個人生涯選擇的過程中扮演重要角色。至於影響個人生涯發展因素的數量和種類，也將因其生涯發展的階段而有所不同(黎麗貞, 1997)。大學處於將從學生角色轉進為職場新鮮人之過渡期，此一生涯發展階段之重要性自然不言而喻。是故，了解學生位處此一階段的生涯阻隔因素，對於提供其適當的生涯發展協助實屬必要。

## 貳、生涯阻隔因素的種類

目前學者對生涯阻隔因素的看法，大致上可分為兩派，第一派採取二分法的觀點，認為生涯阻隔因素可分為內在阻隔和外在阻隔兩類（傅琇悅，2001），另一派則認為，若只將生涯阻隔因素視為內在阻隔和外在阻隔兩種，會導致部份的生涯阻隔因素不被發現，所以主張應分成三類，包括交互作用（張佳晏，2004）。以下摘錄這兩派學者們對生涯阻隔因素的看法（引自張佳晏，2004；傅琇悅，2001）：

表2-1-1 學者們對生涯阻隔因素之看法

二分法的論點	
Farmer (1976)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 內在自我概念的阻隔</li> <li>2. 外在環境的阻隔</li> </ol>
Harmon (1977)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 心理</li> <li>2. 社會</li> </ol>
Betz (1994)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 環境的阻隔：性別角色刻板印象、職業刻板印象、在教育上對性別的偏見、接受較高教育的阻礙、缺乏角色模範、缺乏鼓勵和支持的環境、具性別偏見的生涯諮商，以及種族歧視</li> <li>2. 個人/社會化的阻隔：家庭和生涯的衝突、逃避數學、低自尊、低自我效能期望、低成功預期</li> </ol>
三分法的論點	
Nieva 與 Gutek (1981)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 背景特質：種族、年齡、教育程度</li> <li>2. 心理態度：個人對工作的態度、對有工作的母親的態度</li> <li>3. 情境因素：來自先生、子女方面的因素、及女性本身是否能因為工作而遷居的因素</li> </ol>
Swanson 與 Tokar 等人 (1991)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社會/人際因素方面：來自原生家庭的影響以及自己未來的婚姻狀況及子女數目</li> <li>2. 個人態度方面：個人內在的興趣及自我觀念</li> <li>3. 個人背景及環境互動的因素：主要是指外在的背景或環境因素，如性別、年齡、種族、及教育訓練的背景</li> </ol>

## 參、生涯阻隔因素之測量

生涯阻隔因素的研究，早年在國外蓬勃發展，近年來此議題在國內也逐漸受到重視，已有一些以大學生為對象的研究，探討其所知覺到的影響求學階段與畢業後進入職場的可能不利因素，而測量生涯阻礙因素的量表亦被提出（田秀蘭，1998；陳麗如，1994；楊淑珍，1998）。相關的測量工具簡介如下：

表 2-1-2 生涯阻隔因素之相關測量工具

作者	量表名稱	因素或分量表
Swanson 與 Tokar (1991b)	生涯阻隔因素量表 (CBI)	包含 112 題，十八個分量表： 1. 性別歧視 2. 缺少信心 3. 多重角色衝突 4. 子女干擾 5. 年齡種族歧視 6. 性別角色衝突 7. 不適當的經驗或訓練 8. 不被重要他人支持 9. 對未來不確定 10. 未決策或資訊不夠 11. 對生涯不滿意 12. 需要重新安置 13. 不知道如何找工作 14. 就業市場過於飽合 15. 不確定結婚生子的計劃 16. 缺少伴侶的支持 17. 不被鼓勵進入非傳統學習領域 18. 身體狀況不好等
Swanson 與 Daniels (1996)	生涯發展阻隔因素量表 (CBI-R)	共有 70 個題項、十三個分量表： 1. 性別歧視 2. 缺乏自信 3. 多重角色衝突 4. 小孩和生涯需求的衝突 5. 種族歧視 6. 生涯準備不足



		<ol style="list-style-type: none"> <li>7. 重要他人不贊成</li> <li>8. 很難做決定</li> <li>9. 對生涯不滿意</li> <li>10. 不被鼓勵選擇非傳統領域的生涯</li> <li>11. 健康方面的問題</li> <li>12. 工作市場的限制</li> <li>13. 社會化困難或支援網絡不足</li> </ol>
陳麗如 (1994)	生涯發展阻隔因素量表	<p>藉由具體評量工具協助大學生了解個人對於其生涯阻礙因素的知覺情形。包含八個分量表：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 意志薄弱</li> <li>2. 科系選擇</li> <li>3. 猶豫行動</li> <li>4. 特質表現</li> <li>5. 方向選擇</li> <li>6. 資訊探索</li> <li>7. 學習狀況</li> <li>8. 學習困擾</li> </ol>
黎麗貞 (1997)	修訂 Swanson 與 Tokar (1991) 生涯阻礙量表	<p>包含五個分量表：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自我概念與生涯準備</li> <li>2. 差別待遇</li> <li>3. 生涯決定與社會支持</li> <li>4. 多重角色衝突</li> <li>5. 女性獨特的生涯主題—小孩教養和工作需求的衝突</li> </ol>
田秀蘭 (1998)	生涯阻礙因素量表	<p>除了找出一般大學生在求學階段，對其生涯阻礙因素的知覺，更擴及其知覺畢業後，對工作升遷以及婚後平衡家庭和事業等方面可能遭遇之阻礙。共 80 題，十二個分量表：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自我認識：係指個人對自己的看法影響其工作上的發展。</li> <li>2. 性別上的差別待遇：係指因為性別上的不同而影響其生涯發展。</li> <li>3. 家庭責任：因為夫妻及親子關係而影響其生涯發展。</li> <li>4. 學校科系：因為所學冷門或學系聲望不高而影響就業。</li> <li>5. 他人支持：因為重要他人不支持自己的選擇而影響個人的發展。</li> </ol>

- 
6. 對女性的態度：因為對女性的負面態度而影響其生涯發展。
  7. 多重角色壓力：因為所扮演角色過多，無法負荷，因而生涯發展受限。
  8. 不鼓勵選擇非傳統職業：因為種種因素而不願意選擇與自己性別不符合的職業。
  9. 對工作不滿：因為工作所提出條件無法滿足自己的需求而想放棄工作。
  10. 競爭條件：因為個人條件不足而無法有適當的工作發展。
  11. 不可控制之個人條件：因為無法控制的個人因素，如年齡、體力，而限制個人的生涯發展。
  12. 婚姻及子女問題：因為需要照顧子女而無法在工作上全心發揮。

---

楊淑珍  
(1998)

生涯阻力檢核表

三種阻力檢核表，所包含的分量表如下：

1. 「職業抉擇阻力檢核表」八個分量表：包含自我認識及決策能力、家庭責任、家庭背景、外在環境、性別角色、職業資料、他人期望、身心狀況
  2. 「謀職阻力檢核表」十個分量表：專業知能、個人背景、工作機會、工作地點、性別及年齡、求職態度、信心及性格、畢業學校、婚姻及身體狀況、求職技巧
  3. 「工作阻力檢核表」十一個分量表：能力及信心、工作壓力、性別歧視、工作滿意度、人際關係、性別角色、待遇及升遷、工作態度、成功效應、年齡及身心狀況、家庭負擔
-

## 第二節 生涯定向之意義與相關研究

### 壹、生涯定向與未定向之意涵

生涯定向 (career decision) 乃是一個人面臨生涯決定時，受到不同環境刺激後，所反應出來的認知和情緒的學習經驗 (林幸台，1987)；是指個體在許多選項中權衡輕重緩急之後，做出對於自己個人生涯發展最有價值和意義的生涯方向之決定。生涯決定的概念源自於英國經濟學，Krumboltz (1987)等人認為一個人作出生涯決定，必定是在所有可能的選擇方案中，選擇其中具有最大酬賞及最小損失的方案 (引自洪文婷，2009)。

生涯已定向 (career decidedness) 則指個人已澄清其生涯目標、瞭解自我與環境的訊息、並且能處理各種阻礙的現象，進而做出適當的生涯決定、確定未來個人的職業選擇，且準備開始執行，或已執行其生涯決定的一種狀態 (金樹人，1997；紀憲燕，1994)。反之，無法做出明確生涯決定，具有生涯選擇難題者，則為生涯未定向者。

過去的研究對於生涯未定向投注了許多關注，且已產生豐富的成果。相較之下，對於生涯已定向之研究則顯得不足。也許學者認為生涯未定向的人對於生涯協助的需要更為迫切，而生涯已定向者則較無此方面的問題不良，故反應在研究興趣偏向於生涯未定向的議題。但是目前逐漸有研究發現部分生涯已定向之大學生，對其早期形成之生涯決定感到不滿意或發覺不適合 (Newman, Fuqua, & Minger, 1990)，因此轉換跑道或重新進行生涯探索 (Herr & Cramer, 1988)。Jones 於 1989 年針對大學生生涯定向的調查發現，大學生中有 20.8% 為生涯已定向者，但對其生涯目標卻感到不滿意 (引自劉淑慧、朱曉瑜，1999)。而林清文 (1994) 之研究也發現生涯已確定的大學生仍有少部分對其生涯目標感到不滿意。由此可見，對於生涯已定向之大學生仍有必要探討其定向的內涵。

## 貳、生涯定向的類型

綜觀過去對生涯定向的研究，國內外學者們對於所謂的生涯決定狀態各以不同的角度進行分析，並提出不同的生涯定向類型，簡述如下：

### 一、Marcia 的分類

Erikson (1963) 與 Marcia (1966) 皆認為「職業決定」之認定，是個體生涯認定形成過程中最重要的發展任務，一旦缺乏認定感，則個體會反應出生涯決定的困難，造成生涯不確定（引自楊智馨、林世華，1998）。

Marcia (1980) 基於「要達成認定就要經歷過危機」和「認定的主要目標是解決職業和意識型態危機，投入個人選擇，而後形成承諾」兩個假設，以危機 (crisis) 和定向感 (a sense of commitment) 兩個向度，來劃分自我認定的成功與否。共可分為四種認定狀態：

- (1) 自主認定 (Identity achievement)：已有自己決定的職業目標，再度經歷衝突的可能性低。
- (2) 尋求認定 (Moratorium)：目前正在經歷選擇生涯目標的危機，因為信念、價值觀仍猶疑不定，因此容易高焦慮、善變與延遲行動，但另一方面也可能積極主動、有高度創造力。
- (3) 提早認定 (Foreclosure)：已確定職業目標，但未曾經歷過自己探索的過程與面臨抉擇之危機，而是接受父母和他人安排而定向。傾向遵循傳統價值和社會標準，很少從不同觀點看待事物。
- (4) 混淆認定 (Diffusion)：面對抉擇的危機，個人缺乏承諾，對於壓力可能採退縮的方式因應，生涯方向與職業目標漂浮不定，隨時可能做職業轉換。

## 二、金樹人等人的分類

金樹人、林清山、田秀蘭等人（1989）參考 Marcia (1980)的理論，將大學生生涯定向分爲五種，向度與例題如下：

- (1) 自主決定型：如「我曾經對將來要選擇何種職業感到困惑，無法決定，但經過一段日子的探索，我現在已肯定未來的職業方向」
- (2) 他主決定型：如「我沒有經歷過困惑無法決定的階段，但我知道以後要做什麼」
- (3) 迷失方向型：如「我還不知道以後選擇什麼職業好」
- (4) 探索性未定向型：如「我對將來選擇何種職業感到困惑無法決定，主要是因爲我對自己的了解以及對職業世界的認識還不夠清楚的緣故」
- (5) 焦慮未定向型：如「我對將來應選擇何種職業感到困惑無法決定，主要是因爲面對抉擇，我經常會感到焦慮，就算是有機會讓我了解自己，認識職業世界，我還是很難確定自己的職業方向」

金樹人等人（1989）以 950 位大學生爲樣本進行調查後發現，國內大學生生涯定向情形約 56%皆處於迷失方向和未定向型。

## 三、 Jones 與 Chenery 的分類

近年來，開始受到矚目的則是 Jones 與 Chenery (1980) 所提出多向度的生涯定向狀態（洪文婷，2009），他們將生涯定向分爲：

- (1) 生涯定向程度 (decidedness)：個體對於未來生涯、職業方向和目標等所抱持的確定程度。
- (2) 對定向狀態的滿意程度 (comfort with level of decidedness)：指個體對於自己目前生涯定向狀態的主觀感受，而這些感受將可能影響或增強個體的行爲或決定。

- (3) 未定向原因 (reasons for being undecided)：指影響個體無法形成滿意之生涯決定的阻礙因素。Jones 與 Chenery (1980)認為，不同的未定向因素，導向不同的因素模式和生涯處遇方式。

事實上，Jones 與 Chenery (1980) 認為，生涯定向者若對自己定向狀態感到不滿意，那麼他們可能比生涯未定向者更需要協助。Jones 與 Chenery (1980) 的研究結果指出，生涯已定向且對此感到滿意者的自我認同顯著高於已定向但卻不滿意者的自我認同，因此，了解生涯已定向者對其決定的滿意程度 (comfort) 亦有其必要。Newman、Fuqua 與 Minger (1990)應用生涯成熟問卷—態度量表 (Career Maturity Inventory-Attitude Scale) 探討大學生的生涯定向，也發現確實有一群學生生涯已定向，但對於生涯的焦慮感近似於未定向者。

## 參、生涯定向的測量

### 一、職業決定量表 (Vocation Decision Scale, VDS)

Jones 與 Chenery (1980) 依照多元變項的概念所發展的職業決定量表，採用「生涯定向程度」、「對定向狀況的滿意程度」和「未定向原因」三個向度來評量生涯定向狀態。不過 Jones 與 Chenery 的研究所關心的議題主要是辨認生涯未定向的成因，因此排除高度生涯已定向 (complete vocational decidedness) 的人。而利用該量表所做的研究發現生涯未定向成因有三類：(1)一般性自我不確定 (general self-uncertainty)：包括猶豫、缺乏做決定能力及職業潛能的信心、缺乏對自我的了解，如興趣、技術或能力；(2)低選擇/工作適配度 (low choice/work salience)：包括興趣或能力與其所讀之專業領域不相符、以及缺乏執行該工作的動機等；(3)轉變中的自我 (transitional self)：包括缺乏教育或職業資訊、與重要他人的衝突等；此類的人感受到外在而來的作決定的壓力，如父母，但仍自覺認識自我、以及職業世界的必要。

## 二、生涯決定困難問卷 (Career Decision-making Difficulties, CDDQ)

Gati、Krausz 與 Osipow 於 1996 年發表一套職業選擇過程中，可能遭遇到之決策困難的理論性分類 (theoretical taxonomy)，並實徵檢驗此分類的適切性。研究結果將生涯定向之困難的測量分為兩個階段、三個類別、以及共 10 種職業決定困難因素：(1)「開始決定過程前」之階段 (prior to beginning the process)—「尚未準備就緒」類別 (lack of readiness)：包含 1. 缺乏動機、2. 猶豫不決、3. 不適切的迷思；(2)「決定過程」階段 (during the process)—「缺乏資訊」類別 (lack of information)、以及「不一致訊息」類別 (inconsistent information)；前者包含 4. 知識的缺乏、5. 自我知識不足、6. 職業資料不足、以及 7. 獲得訊息方法的不足；後者則包含 8. 不可靠的訊息、9. 內在衝突與 10. 外在衝突。

## 三、生涯決定困難量表

田秀蘭 (1998) 翻譯 Gati、Krausz 與 Osipow (1996) 所發展的生涯決定困難問卷，並依照台灣學生樣本特質進行修訂，加列「文化環境因素」，用以診斷國內大專生生涯決定問題。修訂後結果總共分為四大類困難，分別是「尚未準備就緒」、「各方面訊息不足」、「訊息不一致」和「文化環境因素」，其因素分析結果與 Gati 的結構模式相同。

## 四、生涯發展問卷

林清文 (1994) 依據 Jones 與 Chenery (1980) 的多向度生涯定向理論，編製了「大學生生涯發展問卷」。量表架構包含「生涯確定」與「不確定源」兩大向度。生涯確定狀態又分為「生涯確定程度」和「生涯滿意程度」；生涯不確定源則包括「猶豫習性」、「覺察不足」、「志趣不合」、「生涯決策焦慮」、「認識不足」和「信心不足」等六大類。

茲將上述各測量工具整理於表 2-2-1：

表 2-2-1 生涯定向測量工具摘要表

作者	量表名稱	測量向度
Jones 與 Chenery (1980)	職業決定量表 (Vocation Decision Scale, VDS)	1. 生涯定向程度 2. 對定向狀況的滿意程度 3. 未定向原因
Gati、Krausz 與 Osipow (1996)	生涯決定困難問卷 (Career Decision-making Difficulties, CDDQ)	三大類職業決定困難： 1. 尚未準備就緒 2. 缺乏資訊 3. 不一致訊息
田秀蘭 (1998)	根據 Gati et al. (1996) 生涯決定困難量表翻譯修訂，並稱為「生涯決定困難」量表	分四類職業決定困難： 1. 尚未準備就緒 2. 各方面訊息不足 3. 訊息不一致 4. 文化環境因素
林清文 (1994)	參照 Jones 與 Chenery (1980) 編製之「生涯發展問卷」，稱為「大學生生涯發展問卷」	三個分量表： 1. 生涯確定程度 2. 生涯滿意程度 3. 生涯不確定源



# 第三章 研究方法

## 第一節 研究設計與歷程

本研究共分為四大階段，如圖 3-1-1 所示。以「商學院生涯診斷量表」為本，先蒐集與回顧相關文獻資料、以及訪談各學院高年級以及以上的學生，再據以修訂原有之量表，完成「國立政治大學生涯問題診斷量表」。接著進行線上問卷正式施測，最後依照研究目的進行量化資料分析。

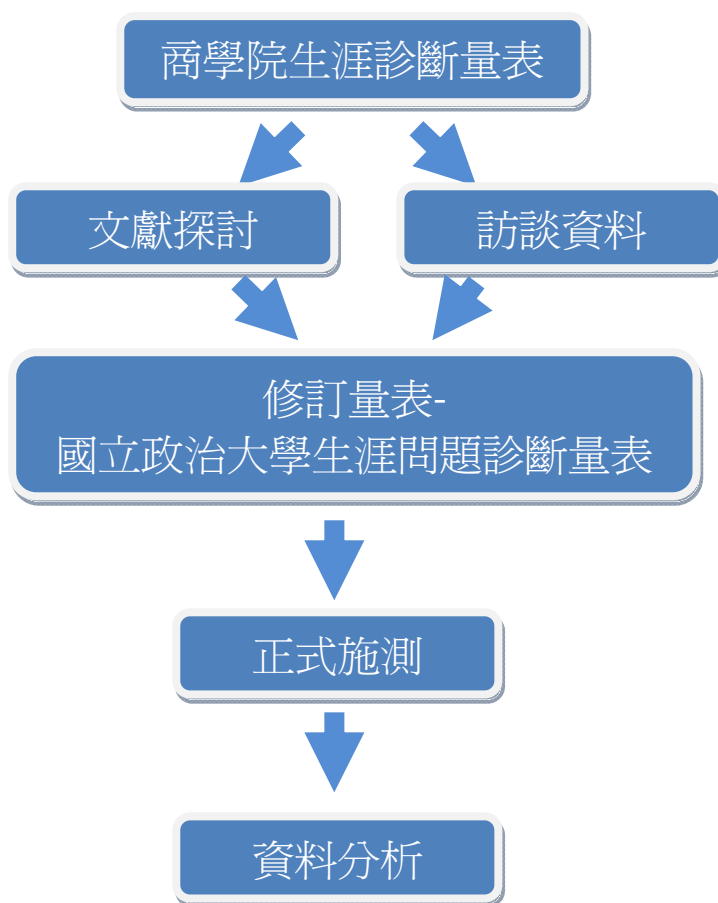


圖 3-1-1 研究歷程

資料分析企圖回答二大方向之問題：一方面希望了解政大學生與生涯相關的能力資料、職涯資源資料、目前生涯定向的狀態、以及在生涯發展過程中所需的協助；另一方面也欲進一步探討不同背景和生涯定向狀態的學生，其生涯困擾程度和生涯抉擇不安感上是否有所不同。所有研究變項的架構如圖 3-1-2 所示。

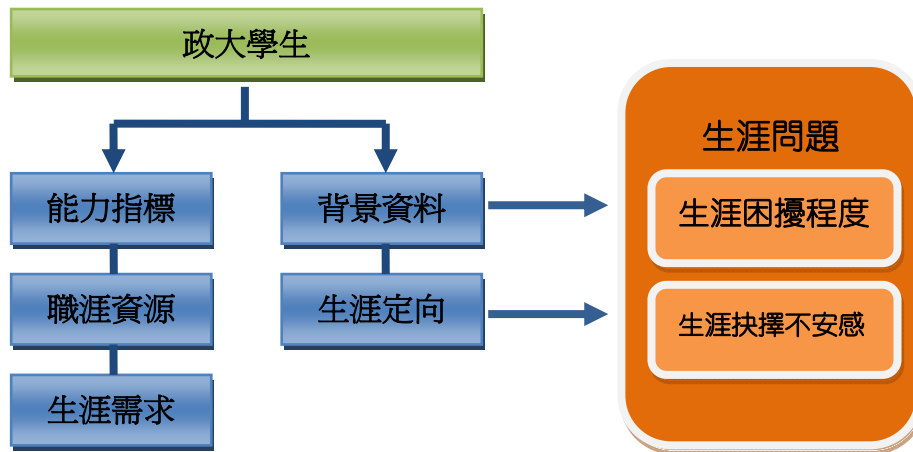


圖 3-1-2 研究架構圖

## 第二節 研究參與者

為進一步修訂「商學院生涯診斷量表」，本研究特依照全校院系人數比例、男女比例（3:7），訪談了 20 位政大學生，以蒐集其生涯發展的經驗。訪談學生系別及性別如表 3-2-1 所示，訪談大綱及訪談內容請見附錄二。

表 3-2-1 受訪者背景資料表

院	系	年級	性別	院/人數	總人數
文學院	哲學系	大三	女	2	共 20 人 男生 6 人 女生 14 人
	中文系	大四	女		
理學院	心理系	大四	女	2	
	應數系	大五	男		
社會科學院	公行系	碩一	男	4	
	地政系	大四	女		
	財政系	大四	女		
	社會系	大四	男		
法律學院	法律系	大四	女	1	
國際事務學院	外交系	大四	女	1	
商學院	統計系	大四	女	4	
	會計系	大五	女		
	資管系	碩一	男		
	資管系	大四	男		
傳播學院	廣電系	大四	女	2	
	廣告系	大三	女		
教育學院	教育系	大四	女	1	
外語學院	阿文系	大四	女	3	
	英文系	大三	男		
	英文系	應畢	女		

根據文獻回顧與學生訪談之資料，發現各學院高年級或應屆將畢業之學生的生涯問題並沒有什麼差異，故決定增修「商學院生涯診斷量表」之部分內容，成為「國立政治大學生涯診斷量表」，以供全校學生使用。量表修改完成後，隨即將問卷電腦化，然後以線上問卷的方式，e-mail 寄送給全校學生填答。量表寄發至回收共計約 1.5 個月，回收問卷 4739 份，有效問卷 3503 份，有效問卷佔全體

回收問卷的 73.92%。研究參與者之人口背景變項資料如表 3-2-2 所示。

根據表 3-2-2，有效樣本中，以社會學院和商學院學生人數比例最高，外語學院次之，各為 24.1%、23.5%、13.7%。總體而言，研究參與者之學院人數多寡大致符合政大學生學院分布趨勢，但比例上或高或低。

性別方面，參與者男女比約為 4:6，男生回應人數比例較全校比例高。身分別方面，本國生佔 97.8%；且無轉學或轉系經驗者占絕大多數，約 92.7%；至於年級方面，大學生參與者 2855 人(佔 81.5%)，碩士班研究生 568 人(佔 16.2%)，博士班研究生 77 人(約 2.2%)。

表 3-2-2 研究參與者背景變項資料表

背景變項		人數	有效值 百分比(%)
學院	中國文學系	135	335 9.6%
	歷史學系	85	
	哲學系	80	
	圖書資訊與檔案學研究所	3	
	圖書資訊學數位碩士在職專班	3	
	宗教研究所	6	
	台灣史研究所	2	
	台灣文學研究所	10	
	華語文教學碩博士學位學程	8	
	國文教學碩士在職專班	1	
理學院	應用數學系	52	229 6.5%
	心理學系	94	
	資訊科學系	73	
	神經科學研究所	7	
	應用物理研究所	3	
社會科學院	政治學系	76	845 24.1%
	社會學系	94	
	財政學系	141	
	公共行政學系	80	
	地政學系	218	
	經濟學系	126	
	民族學系	62	
	國家發展研究所	16	
	社會工作研究所	5	
	亞太研究英語碩博士學位學程	2	
法律學院	勞工研究所	14	291 8.3%
	行政管理碩士學程	10	
	法律學系	278	
國際事務學院	法律科際整合研究所	7	114 3.3%
	法學院碩士在職專班	3	
	外交學系	92	
	東亞研究所	14	
商學院	俄羅斯研究所	6	823 23.5%
	國家安全與大陸研究碩士在職專班	2	
	國際經營與貿易學系	123	

	金融學系	87			
	會計學系	134			
	統計學系	72			
	企業管理學系	133			
	資訊管理學系	107			
	財務管理學系	77			
	風險管理與保險學系	69			
	科技管理研究所	11			
	智慧財產研究所	5			
	管理碩士學程/商管專業學院碩士學位學程	2			
	經營管理碩士學程	3			
	國際經營管理英語碩士學位學程	1			
傳播學院	新聞學系	125	274	7.8%	
	廣告學系	68			
	廣播電視學系	60			
	國際傳播英語碩士學位學程	1			
	傳播碩士學位學程	20			
	數位內容碩士學位學程	1			
教育學院	教育學系	97	113	3.2%	
	幼兒教育研究所	4			
	教育行政與政策研究所	9			
	學校行政碩士在職專班	3			
外語學院	英國語文學系	87	479	13.7%	
	阿拉伯語文學系	56			
	斯拉夫語文學系	67			
	日本語文學系	63			
	韓國語文學系	69			
	土耳其語文學系	40			
	語言學研究所	9			
	歐洲語文學程	87			
	英語教學碩士在職專班	1			
	missing(系級)	6	---	---	
性別	男		1302	37.2%	
	女		2201	62.8%	
身分別	本國生		3427	97.8%	
	外籍生或僑生		76	2.2%	
是否轉學或轉系	無		3247	92.7%	
	轉系生		143	4.1%	
	轉學生		113	3.2%	
年級	大一	860		24.6%	
	大二	660		18.8%	
	大三	646	2855	18.4%	81.5%
	大四	581		16.6%	
	大五	108		3.1%	
	碩一	269		7.7%	
	碩二	189	568	5.4%	16.2%
	碩三以上	110		3.1%	
	博士班	77	77	2.2%	2.2%
	Missing	3	3	0.1%	0.1%

N=3503

### 第三節 研究工具

本研究利用過去既有之「商學院生涯診斷量表」為基礎，參考過去的研究文獻和發展的量表，並訪談學生後進行修訂。原則上保留了原有之因素架構，僅就題目做了增減修改。但因原架構中之「生涯安適」分量表因內容所測皆為負向感受，故更名為「生涯抉擇不安感」。經此過程完成適用於政大全校學生之「生涯問題診斷量表」。本量表共包含兩個分量表「生涯困擾原因」分量表及「生涯抉擇不安感」分量表。

「生涯困擾原因」共包含 45 道題目，依照四大因素來命題：職業知識(含科系了解、產業趨勢、求職管道方法、科系轉換問題)；自我知識(自我認識、雙趨衝突、價值觀)；人格特質(自信、焦慮猶豫)；以及其他因素(外在阻力、抉擇時機)。量表計分方式採 Likert 五點量表，從 1 分的非常不符合到 5 分的完全符合，將各題加總求出平均數後，即可得「生涯困擾程度」總分，得分越高，代表生涯困擾程度越高。

關於本量表的信度方面，「生涯困擾原因」分量表的內部一致性 Cronbach  $\alpha$  值為.96；其所含的四大因素的內部一致性分別為「職業知識」.92、「自我知識」.87、「人格特質」.90、「其他因素」則為.90；所有 Cronbach  $\alpha$  值皆大於.70，顯示本分量表乃一良好之研究工具（吳明隆、涂金堂，2005）。

「生涯抉擇不安感」分量表共包含 7 道題項，評量個人對目前職業目標抉擇狀態的不滿意與不安心程度，以及目前之選擇狀態是否造成個體之心理健康問題，如憂鬱。量表計分同樣採取 Likert 五點量表，從 1 分的非常不符合到 5 分的完全符合。將各題加總求出平均數後，即可得「生涯抉擇不安感」總分，得分越高，代表個體對其生涯的焦慮和不安適程度越高，心理健康狀態愈不佳。

至於「生涯抉擇不安感」分量表的信度，由內部一致性 Cronbach  $\alpha$  值來看為.88。「生涯問題診斷」全量表整體而言的內部一致性則為.97。顯示「生涯抉擇不安感」分量表及「生涯問題診斷」全量表皆具備可信賴之條件。將本研究工具

之內部一致性 Cronbach  $\alpha$  值整理如表 3-3-1。

表 3-3-1 生涯問題診斷量表內部一致性分析

量表/因素	題數	Cronbach $\alpha$
生涯問題診斷全量表	52	.97
生涯困擾原因分量表	45	.96
因素 1：職業知識	11	.92
因素 2：自我知識	12	.87
因素 3：人格特質	7	.90
因素 4：其他因素	15	.90
生涯抉擇不安感分量表	7	.88

## 第四節 資料處理與分析

本研究以 PASW Statistics 18 進行各項統計分析；資料處理方法如下：

### 一、信度分析

為驗證研究工具的可靠性，採內部一致性的方式進行全量表或分量表的信度分析，其結果已寫於本章第三節研究工具中。

### 二、描述統計

本研究將以人數、有效值百分比與次數分配之方式，分析研究參與者的個人能力指標、職涯資源資料、生涯定向狀態、生涯相關活動需求、生涯困擾問題與生涯抉擇不安感程度，以了解政大學生面對生涯時的能力條件、當前之生涯決定、面對生涯問題的困難與生涯抉擇不安感程度。

### 三、 $\chi^2$ 檢定、獨立樣本 t 檢定與單因子變異數分析

以  $\chi^2$  檢定、獨立樣本 t 檢定和單因子單變量變異數分析，來比較不同背景變項、以及不同生涯定向狀態的參與者，在生涯問題診斷全量表、生涯困擾程度分量表、以及生涯抉擇不安感分量表之差異情形。



# 第四章 研究結果

## 第一節 參與者能力指標及職涯資源分析

### 壹、個人能力指標分析

#### 一、全體研究參與者

本研究以描述統計—有效值百分比的方式呈現研究參與者在課業、社團或課外活動、工作、專業證照等方面之經驗，以了解政大學生在這些與生涯發展有關之活動上的表現為何。

從表 4-1-1 可知，絕大多數研究參與者自評在校成績前或中等(87.3%)；有 11% 左右的學生有雙主修，將近四分之一的學生有修輔系(23.0%)，四分之一以上(25.9%)的學生曾領過獎學金，20%左右的學生有相關實習經驗，11%左右的學生曾參與課程相關的競賽而得獎，5%左右的學生有交換生的經驗，但令人關心的是有近一半的學生(46.2%)都沒有參與主修課業以外的學習經驗。

相較於課業有關的經驗，研究參與者在社團及其他活動上的經驗則較多。多半學生曾有擔任社團幹部(41.1%)，其次為擔任校內外義工(35.4%)，或有參與非課業比賽獲勝(29.0%)的經驗，只有少數學生(8.3%)有出國遊學的經驗。值得注意的是亦有三成的學生毫無課外的相關經驗。

此外，研究參與者多半有工作經驗，校內外工讀佔最多數，各為 45.6%及 44.8%，擔任家教的比例也相當高(28.5%)，但亦有 26.2%的學生全無經驗。有五成以上的學生通過語言檢定(52.0%)，有其他類別證照的學生則不到一成，但也有四成的學生完全沒有專業或相關證照(40.0%)。

三成六的學生曾為未來生涯補習，其中最多研究參與者因升國內研究所而補習(16.1%)，其次為公職(11.8%)和語言檢定(10.9%)。

值得注意的是，有 4.2%的學生，在五項個人能力指標（與課業、社團或活動、工作、證照或檢定、補習有關的經驗）皆無相關經驗。

## 二、各年級狀態

從表 4-1-1 亦可知，大部分能力指標在大學部學生裡，皆呈現越往高年級，能力指標越高。但在大學部學生與碩博班學生的能力指標上，在雙主修、輔系、交換學生、出國遊學、擔任社團幹部、擔任校內或校外義工等，碩博士生則呈現低於大學部高年級學生。

在與「課業」、「社團及活動」、「工作」、「證照與檢定」與「補習」有關的學習經驗上，全體參與者中分別有 46.2%、29.9%、26.2%、40.0%與 63.9%沒有相關學習經驗，但經參考各年級狀態後，可發現在應屆畢業生（大學部四、五年學生）上，僅有 21.9%的學生沒有課業相關學習經驗，13.4%的學生沒有社團及活動的學習經驗，8.4%的學生沒有工作的學習經驗，28.7%的學生沒有證照與檢定的學習經驗，53.8%的學生沒有補習的學習經驗。對照起大一學生，有高達 85.9%的學生沒有課業相關學習經驗，56.3%的學生沒有社團及活動的學習經驗，62.3%的學生沒有工作的學習經驗，45.6%的學生沒有證照與檢定的學習經驗，78.3%的學生沒有補習的學習經驗。可見經過大學四年的教育，大學生在個人能力指標學習經驗上，有相當的成長與進步。

另外，進一步統計在五項個人能力指標（與課業、社團或活動、工作、證照或檢定、補習有關的經驗）皆沒有相關經驗者，約佔全體學生的 4.2%，其中以大一學生比例最高，在所有大一學生中，約有 12.8%的大一學生在五項能力指標皆無相關經驗者，大四、五學生比例最低，在所有大四、五學生中，只有 0.15%的大四、五學生在五項能力指標皆無相關經驗。

表 4-1-1 研究參與者個人能力指標分析

能力 指標	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部四、 五年級		碩博班		總計	
	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%
<b>自評在校成績</b>												
前 30%	293	34.1	250	37.9	252	39.0	281	40.8	290	45.0	1367	39.0
中 31%~70%	474	55.1	305	46.2	294	45.5	307	44.6	311	48.2	1693	48.3
後 30%	93	10.8	105	15.9	100	15.5	101	14.7	44	6.8	443	12.6
<b>與課業有關之經驗</b>												
雙主修	28	3.3	53	8.0	102	15.8	139	20.2	59	9.1	382	10.9
輔系	30	3.5	139	21.1	256	39.6	262	38.0	118	18.3	805	23.0
交換學生	20	2.3	6	0.9	16	2.5	71	10.3	51	7.9	165	4.7
獎學金	28	3.3	132	20.0	193	29.9	257	37.3	298	46.2	908	25.9
課業相關實 習經驗	65	7.6	79	12.0	107	16.6	203	29.5	250	38.8	706	20.2
課業相關競 賽獲勝	38	4.4	35	5.5	59	9.1	118	17.1	138	21.4	389	11.1
以上皆無	739	85.9	349	52.9	213	33.0	151	21.9	166	25.7	1618	46.2
<b>社團或活動之經驗</b>												
出國遊學	13	1.5	38	5.8	63	9.8	101	14.7	73	11.3	289	8.3
擔任 社團幹部	44	5.1	283	42.9	362	56.0	413	59.9	335	51.9	1439	41.1
擔任校內或 校外義工	174	20.2	248	37.6	265	41.0	336	48.8	214	33.2	1239	35.4
非課業相 關競賽獲勝	212	24.7	172	26.1	180	27.9	228	33.1	222	34.4	1015	29.0
以上皆無	484	56.3	181	27.4	136	21.1	92	13.4	156	24.2	1049	29.9
<b>與工作有關之經驗</b>												
校內工讀	110	12.8	242	36.7	364	56.3	464	67.3	417	64.7	1598	45.6
校內外 研究助理	5	0.6	16	2.4	31	4.8	86	12.5	360	55.8	498	14.2
家教	104	12.1	169	25.6	211	32.7	251	36.4	262	40.6	999	28.5
校外 短期工讀	179	20.8	278	42.1	327	50.6	423	61.4	361	56.0	1569	44.8
校外 正職工作	15	1.7	15	2.3	18	2.8	26	3.8	106	16.4	181	5.2
以上皆無	536	62.3	180	27.3	110	17.0	58	8.4	33	5.1	917	26.2

能力 指標	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%
<b>證照或檢定</b>												
語言檢定	408	47.4	301	45.6	323	50.0	459	66.6	331	51.3	1823	52.0
電腦資訊 證照	10	1.2	6	0.9	11	1.7	18	2.6	38	5.9	83	2.4
專業證照	5	0.6	7	1.1	25	3.9	55	8.0	140	21.7	232	6.6
其他證照	91	10.6	55	8.3	38	5.9	36	5.2	73	11.3	293	8.4
以上皆無	392	45.6	320	48.5	289	44.7	198	28.7	201	31.2	1402	40.0
<b>是否補習</b>												
有，升國內 研究所	71	8.3	60	9.1	105	16.3	145	21.0	182	28.2	563	16.1
有，升國外 研究所	67	7.8	37	5.6	45	7.0	45	6.5	28	4.3	222	6.3
有，公職 考試	69	8.0	54	8.2	85	13.2	113	16.4	92	14.3	413	11.8
有，相關 專業證照	60	7.0	44	6.7	31	4.8	30	4.4	58	9.0	223	6.4
有，語言 檢定	107	12.4	75	11.4	66	10.2	62	9.0	72	11.2	382	10.9
無	673	78.3	499	75.6	383	59.3	371	53.8	312	48.4	2240	63.9
<b>個人能力指標（與課業、社團或活動、工作、證照或檢定、補習有關的經驗）</b>												
五項個人能 力指標皆無	110	12.8	16	2.4	10	1.5	1	0.15	9	1.3	146	4.2

**N=3503**

註：除「自評在校成績」為單選外，其他題項皆為「複選」。

## 貳、職涯資源分析

### 一、全體研究參與者

以描述統計—有效值百分比的方式呈現研究參與者對校內外職涯資源的認識和使用情形。由表 4-1-2 可知，多數學生「知道」學校生涯相關輔導單位，如職涯中心(73.5%)、諮商中心(58.0%)等，但「使用」情況相對較低，各僅 10.6%及 12.7%。相對知道院或院導師資源的學生只有 35.4%，而有使用經驗的僅只有 3.7%，比較多的研究參與者傾向於向系所、系所老師(37.4%)或班導師(46.2%)尋求生涯協助。

在院系資源上，僅 6.1%的參與者指出院系毫無生涯相關資源提供；在院系所提供的資源中，學生們知道的前三項：學長姊(或職場人士)分享佔 76.4%、系上老師諮詢佔 66.8%、職場實習佔 50.1%；而曾「使用」該些資源者，以職場參訪(18.3%)及職場實習(11.6%)較低，學長姐(或職場人士)分享和系上老師諮詢的參與率則較高，詳見表 4-1-2。

對於校外的職涯資源，只有 7.3%的學生曾經使用，將近 93%的學生未曾利用過。

### 二、各年級狀態

由從表 4-1-2 可知，從年級的角度來分析對全校職涯資源的認識與使用的發現，大學部越高年級認識的比例越低，如：心諮中心從大一的 68.7%到大四、五的 56.5%，院或院導師從大一的 43.4%到大四、五的 31.6%，班導師從大一的 73.1%到大四、五的 55.6%。唯一的例外是對職涯中心的認識，年級越高，則認識愈多（大一 67.2%→大四、五 80.7%）。但在使用職涯資源比例上，在職涯中心（大一 7.9%→大四、五 16.5%）、心諮中心大一 11.4%→大四、五 16.5%）、系所或系主任老師（大一 25.8%→大四、五 44.7%），都呈現當年級越高，使用比例越高的現象。

有關院系資源認識的部分，亦呈現同樣的現象，越高年級認識的比例越低，如：課程授課內容（大一 47.6%→大四、五 34.4%）、職場參訪（大一 44.9%→大四、五 34.1%）、課外活動或訓練（大一 47.1%→大四、五 29.9%）。但在使用院系資源比例上，在職場參訪（大一 11.4%→大四、五 20.3%）、職場實習（大一 3.7%→大四、五 17.1%）、系上老師諮詢與意見（大一 44.7%→大四、五 55.9%），也都呈現當年級越高，使用比例越高。

表 4-1-2 研究參與者個人職涯資源分析

個人 職涯資源	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
<b>對學校資源的認識</b>												
職涯中心	578	67.2	511	77.4	489	75.7	556	80.7	439	68.1	2573	73.5
心理 諮商中心	574	66.7	394	59.7	351	54.3	389	56.5	322	49.9	2030	58.0
院或 院導師	373	43.4	237	35.9	224	34.7	218	31.6	187	29.0	1239	35.4
系所或系主 任、老師	563	65.5	420	63.6	442	68.4	468	67.9	486	75.3	2379	68.0
班導師	629	73.1	458	69.4	447	69.2	383	55.6	349	54.1	2266	64.7
<b>是否曾經使用學校資源</b>												
職涯中心	68	7.9	65	9.8	65	10.1	114	16.5	61	9.5	373	10.6
心理 諮商中心	98	11.4	84	12.7	77	11.9	114	16.5	70	10.9	444	12.7
院或 院導師	37	4.3	22	3.3	19	2.9	23	3.3	27	4.2	128	3.7
系所或系主 任、老師	222	25.8	193	29.2	232	35.9	308	44.7	354	54.9	1309	37.4
班導師	437	50.8	361	54.7	304	47.1	287	41.7	228	35.3	1617	46.2
<b>對院系資源的認識</b>												
課程(授 課)內容	409	47.6	284	43.0	286	44.3	237	34.4	237	36.7	1453	41.5
職場參訪	386	44.9	273	41.4	277	42.9	235	34.1	217	33.6	1388	39.7

個人 職涯資源	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%
職場實習	423	49.2	330	50.0	348	53.9	347	50.4	307	47.6	1755	50.1
學長姊(或職 場人士)分享	643	74.8	502	76.1	503	77.9	535	77.6	494	76.6	2677	76.4
系上老師諮 詢、意見	570	66.3	448	67.9	430	66.6	438	63.6	455	70.5	2341	66.9
課外活動 或訓練	356	41.1	240	36.4	216	33.4	206	29.9	206	31.9	1224	35.0
無	56	6.5	41	6.2	42	6.5	41	6.0	33	5.1	214	6.1
<b>是否曾經使用院系資源</b>												
課程(授 課)內容	268	31.2	235	35.6	230	35.6	216	31.3	230	31.3	1179	33.7
職場參訪	98	11.4	114	17.3	144	22.3	140	20.3	146	22.6	642	18.3
職場實習	32	3.7	48	7.3	62	9.6	118	17.1	145	22.5	406	11.6
學長姊(或職 場人士)分享	505	58.7	420	63.6	420	65.0	469	68.1	420	65.1	2234	63.8
系上老師諮 詢、意見	384	44.7	341	51.7	357	55.3	385	55.9	402	62.3	1869	53.4
課外活動 或訓練	129	15.0	157	23.8	140	21.7	155	22.5	190	29.5	771	22.0
無	223	25.9	113	17.1	93	14.4	101	14.7	87	13.5	618	17.6
<b>是否曾使用校外資源</b>												
是	66	7.7	43	6.5	42	6.5	59	8.6	46	7.1	256	7.3

**N=3503**

註：以上所有題項皆為「複選」。

## 第二節 生涯定向及生涯相關活動需求分析

### 壹、生涯定向狀態分析

以描述統計—有效值百分比的方式呈現研究參與者目前之生涯定向狀態。由表 4-2-1 可知，59.3%的參與者尚未決定未來方向，40.7%已決定；定向者中，「就業」選擇佔最高比例(48.3%)，「升學」佔 40.9%；服兵役後，多達 84.4%者選擇就業。其中在大學部四、五年級與碩博士班學生部分，分別有 59.9%與 58.3%生涯已決定方向。大學部四、五年級，有 40.7%選擇就業，45.0%選擇升學。而碩博士班學生，選擇就業的有 71.3%，選擇繼續升學的僅有 12.0%。

表 4-2-1 研究參與者生涯定向狀態

生涯定向 狀態	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
生涯決定 (N=3503)												
已決定	198	23.0	180	27.3	256	39.6	413	59.9	376	58.3	1424	40.7
未決定	662	77.0	480	72.7	390	60.4	276	40.1	269	41.7	2079	59.3
已決定者之選擇 (N=1422)												
就業	82	41.6	67	37.2	101	39.6	168	40.7	268	71.3	686	48.3
升學	108	54.8	100	55.6	142	55.7	186	45.0	45	12.0	581	40.9
服兵役	7	3.6	13	7.2	12	4.7	59	14.3	63	16.8	154	10.8
兵役後之選擇 (N=154)												
就業	7	100	10	76.9	11	91.7	44	74.6	58	92.1	130	84.4
升學	0	0	3	23.1	1	8.3	15	25.4	5	7.9	24	15.6

至於決定就業者中(N=816)，從表 4-2-2 可知，有高達 87.4%者已決定其職業類別，年級別並無呈現太大差異；當問及可能之職業選擇時，多數參與者選擇與其專業相關之領域，不論公職或非公職，各佔 50.6%、53.8%，僅約 12.8%和 15.9%的參與者會選擇非相關科系的公職或非公職，碩博班學生較高比例從事公職相關科系的工作。此外，大多數參與者的生涯方向在選擇時會考慮興趣和現實條件的



兼顧(57.6%)，次多者為考量現實因素(24.7%)，僅 17.7%的參與者認為其選擇是因為興趣，從年級來看，雖然各年級多數的學生都希望能兼顧興趣與現實，但碩博班學生與大一學生在生涯方向選擇時，如此考量的要較大二至大五的學生比例為多（65.6%、64.7%）。當必須在興趣與現實中做選擇時，唯有大一的學生有較高比例考量興趣優先。

相似地，選擇升學者(N=605)中亦有高達 86.6%已決定其升學的科系類別；進修的選擇則以計畫升入國內研究所為主(63.0%)，65.3%的學生還是選擇與本科系相關的系所。在年級差異部分，應屆畢業生中高達 96.0%的學生已決定升學的科系類別。在選擇國內外研究所部分，則出現 81.1%的大四、五學生，已決定選擇國內研究所，而大一學生在各年級學生中，想選擇國外研究所的比例最高（36.1%）。詳見表 4-2-2。

表 4-2-2 就業及升學決定者之分析

生涯決定者分析	大學部一年級		大學部二年級		大學部三年級		大學部四、五年級		碩博班		總計	
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
<b>決定就業者 (N=816)</b>												
已決定	79	87.8	67	87.0	98	87.5	177	83.5	293	89.9	715	87.4
未決定	11	12.2	10	13.0	14	12.5	35	16.5	33	10.1	103	12.6
<b>可能之選擇類別 (複選題)</b>												
公職，相關科系	49	54.4	51	66.2	63	56.3	81	38.2	170	52.1	414	50.7
公職，非相關科系	17	18.9	15	19.5	19	17.0	35	16.5	19	5.8	105	12.9
非公職，相關科系	48	53.3	26	33.8	57	50.9	106	50.0	202	62.0	440	53.9
非公職，非相關科系	14	15.6	15	19.5	20	17.9	52	24.5	29	8.9	130	15.9
<b>選擇因素</b>												
興趣大於現實條件	18	20.0	12	15.6	17	15.2	49	23.1	49	15.0	145	17.7

生涯決定者分析	大學部一年級		大學部二年級		大學部三年級		大學部四、五年級		碩博班		總計	
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
現實條件大於興趣	13	14.4	28	36.4	37	33.0	58	27.4	66	20.2	202	24.7
興趣、現實條件兼顧	59	65.6	37	48.1	58	51.8	105	49.5	211	64.7	471	57.6
<b>決定升學者 (N=605)</b>												
<b>科系類別</b>												
已決定	77	71.3	79	76.7	127	88.8	193	96.0	48	96.0	524	86.6
未決定	31	28.7	24	23.3	16	11.2	8	4.0	2	4.0	81	13.4
<b>國內外選擇</b>												
國內研究所	38	35.2	58	56.3	102	71.3	163	81.1	20	40.0	381	63.0
國外研究所	39	36.1	34	33.0	30	21.0	32	15.9	22	44.0	157	26.0
未決定	31	28.7	11	10.7	11	7.7	6	3.0	8	16.0	67	11.1
<b>系所別選擇</b>												
本科系相關	58	53.7	77	74.8	90	62.9	125	62.2	45	90.0	395	65.3
非本科系相關	37	34.3	20	19.4	44	30.8	74	36.8	2	4.0	177	29.3
未決定	13	12.0	6	5.8	9	6.3	2	1.0	3	6.0	33	5.5

## 貳、生涯相關活動需求分析

以描述統計—有效值百分比的方式呈現研究參與者的生涯協助需求。從表 4-2-3 可知，學生們對所有的生涯協助皆有興趣，百分比多落於 55%~75%之間。超過七成學生表達有需求的項目依次為「學長姊之經驗分享」、「企業實習」、「英文面試技巧」、「如何撰寫英文履歷」、「職場名人之經驗分享」、「職務分析」、「增加溝通技巧」、「產業趨勢分析」及「中文面試技巧」等。在年級差異部分，各年級在生涯相關活動的需求上，沒有太明顯的差別。詳細百分比可見表 4-2-3。

表 4-2-3 研究參與者生涯相關活動的需求分析

個人需求 指標	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%
<b>求職技巧講座</b>												
撰寫中文履歷	622	72.3	452	68.5	446	69.0	497	72.1	398	61.7	2415	69.0
撰寫英文履歷	689	80.1	478	72.4	456	70.6	487	70.7	490	76.0	2600	74.3
中文面試技巧	656	76.3	451	68.3	482	74.6	521	75.6	426	66.0	2536	72.5
英文面試技巧	722	84.0	470	71.2	476	73.7	486	70.5	479	74.3	2633	75.2
<b>讓自己加值講座</b>												
培養領導特質	567	65.9	371	56.2	343	53.1	312	45.3	323	50.1	1916	54.7
增加溝通技巧	677	78.7	488	73.9	461	71.4	473	68.7	449	69.6	2549	72.8
簡報技巧	540	62.8	380	57.6	375	58.0	376	54.6	382	59.2	2503	58.6
企畫案教學	572	66.5	396	60.0	389	60.2	372	54.0	342	53.0	2071	59.2
社交禮儀教學	548	63.7	385	58.3	331	51.2	336	48.8	318	49.3	1918	54.8
美姿美儀課程	366	42.6	223	33.8	223	34.5	212	30.8	165	25.6	1189	34.0

個人需求 指標	大學部 一年級		大學部 二年級		大學部 三年級		大學部 四、五年級		碩博班		總計	
	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人 數	%	人數	%
彩妝技巧 教學	342	39.8	201	30.5	219	33.9	217	31.5	143	22.2	1122	32.0
心靈工作坊	437	50.8	272	41.2	260	40.2	298	43.3	234	36.3	1501	42.9
<b>產業趨勢分析</b>												
產業趨勢 分析	653	75.9	486	73.6	443	68.6	491	71.3	465	72.1	2538	72.5
職務分析	648	75.3	478	72.4	464	71.8	515	74.7	469	72.7	2574	73.5
<b>生涯經驗分享</b>												
學長姊之 經驗分享	694	80.7	490	74.2	507	78.5	551	80.0	526	81.6	2768	79.1
職場名人之 經驗分享	705	82.0	485	73.5	446	69.0	493	71.6	455	70.5	2584	73.8
<b>徵才與企業參訪</b>												
徵才講座 及機會	611	71.0	431	65.3	459	71.1	465	67.5	446	69.1	2412	68.9
與企業主 管對談	551	64.1	365	55.3	332	51.4	650	50.8	359	55.7	1957	55.9
企業實習	679	79.0	509	77.1	497	76.9	531	77.1	452	70.1	2668	76.2
企業參訪	621	72.2	417	63.2	394	61.0	397	57.6	350	54.3	2179	62.2
<b>考試準備</b>												
出國留學 準備	658	76.5	458	69.4	406	62.8	426	61.8	408	63.3	2356	67.3
國內研究 所考試	640	74.4	441	66.8	412	63.8	375	54.4	208	32.2	2076	59.3
公職考試 準備	564	65.6	423	64.1	375	58.0	373	54.1	353	54.7	2088	59.6

**N=3503**

註：以上所有題項皆為「複選」。

### 第三節 生涯問題診斷量表描述統計分析

#### 一、生涯問題診斷量表平均數與標準差

全體研究參與者在生涯問題診斷全量表及各分量表的得分平均數與標準差如表 4-3-1 所示。

表 4-3-1 全體參與者於生涯問題診斷各量表的平均數與標準差

量表	N	M	SD
生涯問題診斷全量表	3503	2.72	.64
生涯困擾分量表	3503	2.74	.64
因素 1：職業知識	3503	2.81	.78
因素 2：自我知識	3503	2.60	.65
因素 3：人格特質	3503	3.01	.86
因素 4：其他因素	3503	2.69	.66
生涯安適分量表	3503	2.54	.79

由表 4-3-1 可知，從整體來看，受試者的生涯困擾程度和生涯抉擇不安感普遍位於中等偏低，各量表除「人格特質」外，平均數皆未超過 3 分(意指普通)；最令全體受試者感到困擾的是在「人格特質」方面(M=3.01)，顯示政大學生在生涯決定上較易受到個人自信、心理焦慮或猶豫的影響；其次為「職業知識」(M=2.81)，顯示學生在科系了解、產業趨勢、求職管道等方面需要較多協助。全體研究參與者在「生涯抉擇不安感分量表」上的得分平均數最低(M=2.54)，意味政大學生對目前個人的生涯狀態與選擇，心態上尚能適應和調適。

## 二、生涯問題診斷量表因素次數分配分析

爲了解全體參與者在生涯問題診斷量表各因素的平均分數落在「符合」與「非常符合」類別的比例高低，進行各因素的次數分配分析，如表 4-3-2 所示。

表 4-3-2 生涯困擾原因量表平均分數之次數分配表

量表	N	非常不符合 (1-1.5分)		不符合 (1.5-2.5分)		普通 (2.5-3.5分)		符合 (3.5-4.5分)		非常符合 (4.5-5分)	
		次數	%	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%
生涯困擾程度分量表	3503	166	4.7	961	27.4	2053	58.6	318	9.1	5	.4
大學部一年級	860	13	1.5	202	23.5	565	65.7	78	9.1	2	.2
大學部二年級	660	22	3.3	126	19.1	433	65.6	79	12.0	0	.0
大學部三年級	646	21	3.3	165	25.5	388	60.1	70	10.8	2	.3
大學部四、五年級	689	37	5.4	202	29.3	392	56.9	57	8.3	1	.1
碩博士班	645	73	11.3	264	40.9	274	42.5	34	5.3	0	.0
因素1：職業知識	3503	210	6.0	993	28.3	1629	46.5	622	17.8	49	1.4
大學部一年級	860	15	1.7	202	23.5	434	50.6	188	21.9	20	2.3
大學部二年級	660	23	3.5	133	20.2	363	55.0	132	20.0	9	1.4
大學部三年級	646	26	4.0	165	25.5	311	48.1	134	20.7	10	1.5
大學部四、五年級	689	56	8.1	201	29.2	302	43.8	124	18.0	6	.9
碩博士班	645	90	14.0	291	45.1	216	33.5	44	6.8	4	.6
因素2：自我知識	3503	236	6.7	1259	35.9	1797	51.3	208	5.9	3	.1
大學部一年級	860	33	3.8	329	38.3	456	53.0	41	4.8	1	.1
大學部二年級	660	31	4.7	204	30.9	382	57.9	43	6.5	0	.0
大學部三年級	646	37	5.7	205	31.7	357	55.3	46	7.1	1	.2
大學部四、五年級	689	51	7.4	249	36.1	341	49.5	47	6.8	1	.1
碩博士班	645	84	13.0	270	41.9	260	40.3	31	4.8	0	.0
因素3：人格特質	3503	203	5.8	733	20.9	1497	42.7	953	27.2	117	3.3
大學部一年級	860	24	2.8	148	17.2	416	48.4	238	27.7	34	4.0
大學部二年級	660	27	4.1	114	17.3	293	44.4	210	31.8	16	2.4
大學部三年級	646	32	5.0	125	19.3	251	38.9	211	32.7	27	4.2
大學部四、五年級	689	47	6.8	146	21.2	281	40.8	190	27.6	25	3.6
碩博士班	645	72	11.2	199	30.9	255	39.5	104	16.1	15	2.3
因素4：其他因素	3503	203	5.8	1031	29.4	1991	56.8	267	7.6	11	.3
大學部一年級	860	16	1.9	209	24.3	550	64.0	82	9.5	3	.3

量表	N	非常 不符合 (1-1.5分)		不符合 (1.5-2.5分)		普通 (2.5-3.5分)		符合 (3.5-4.5分)		非常 符合 (4.5-5分)	
		次數	%	次數	%	次數	%	次數	%	次數	%
大學部二年級	660	28	4.2	133	20.2	433	65.6	64	9.7	2	.3
大學部三年級	646	33	5.1	193	29.9	366	56.7	51	7.9	3	.5
大學部四、五年級	689	45	6.5	232	33.7	371	53.8	39	5.7	2	.3
碩博士班	645	81	12.6	262	40.6	270	41.9	31	4.8	1	.2
生涯抉擇不安感 分量表	3503	362	10.3	1284	36.7	1505	43.0	319	9.1	33	.9
大學部一年級	860	79	9.2	342	39.8	382	44.4	55	6.4	2	.2
大學部二年級	660	56	8.5	233	35.3	305	46.2	60	9.1	6	.9
大學部三年級	646	45	7.0	231	35.8	290	44.9	71	11.0	9	1.4
大學部四、五年級	689	61	8.9	224	32.5	304	44.1	87	12.6	13	1.9
碩博士班	645	120	18.6	253	39.2	223	34.6	46	7.1	3	.5
因素1：不安感因素	3500	317	9.0	943	26.9	1353	38.6	762	21.8	128	3.7
大學部一年級	860	67	7.8	266	30.9	363	42.2	147	17.1	17	2.0
大學部二年級	660	46	7.0	166	25.2	275	41.7	155	23.5	18	2.7
大學部三年級	646	37	5.7	155	24.0	241	37.3	178	27.6	35	5.4
大學部四、五年級	689	54	7.8	152	22.1	273	39.6	166	24.1	44	6.4
碩博士班	645	112	17.4	203	31.5	200	31.0	116	18.0	14	2.2
因素2：心理健康狀態	3500	1954	55.8	1049	29.9	420	12.0	64	1.8	16	.5
大學部一年級	860	500	58.1	246	28.6	100	11.6	13	1.5	1	.1
大學部二年級	660	355	53.8	193	29.2	96	14.5	11	1.7	5	.8
大學部三年級	646	369	57.1	196	30.3	65	10.1	13	2.0	3	.5
大學部四、五年級	689	361	52.4	213	30.9	90	13.1	18	2.6	7	1.0
碩博士班	645	368	57.1	200	31.0	68	10.5	9	1.4	0	0

由表 4-3-2 可知，在「生涯困擾程度」量表上，約有 9.5%學生的平均數落在「符合」與「非常符合」的困擾程度，代表約有 10%學生生涯困擾問題較高。其中以「人格特質」的平均數落在「符合」與「非常符合」類別的比率最高，高達 30.5%，顯示在自信與焦慮猶豫上困擾程度較高。

雖然全體研究參與者在「生涯抉擇不安感分量表」上，約亦有 10%學生平均數落在「符合」與「非常符合」的不安感程度分數之間。但就分量表來看，在生涯抉擇時平均數已「符合」到「非常符合」擁有焦慮不安情緒者，高達 25.5%的學生。全體學生中約有 2.3%已出現較嚴重的心理不健康狀態。總之 1/4 以上的學

生面對生涯抉擇議題出現情緒較不適應狀態。

在年級差異部分，在「生涯困擾程度分量表」上，平均分數落在「符合」與「非常符合」的困擾程度類別間，以大學部二年級最高（12.0%），碩博士班學生最低（5.3%）。在「生涯抉擇不安感分量表」上，則以大學部四、五年級最高（14.5%），大學部一年級最低（6.6%）。

另外，更細部分析生涯困擾問題各因素，其平均分數落在「符合」與「非常符合」類別上的人數比例高低，如表 4-3-3 所示。

表 4-3-3 生涯困擾量表平均分數在「符合」與「非常符合」類別的百分比統計表

量表	平均分數在「符合」與「非常符合」之間的百分比					
	大學部 一年級 (N=860)	大學部 二年級 (N=660)	大學部 三年級 (N=646)	大學部 四、五年級 (N=689)	碩博班 (N=645)	總計 (N=3503)
生涯困擾程度分量表	9.3	12.0	11.1	8.4	5.3	9.5
因素 1： 職業知識	24.2	21.4	22.2	18.9	7.4	19.2
因素 1-1： 科系瞭解	22.3	20.0	15.4	10.3	5.9	15.2
因素 1-2： 產業趨勢	30.4	27.9	26.4	23.0	11.8	24.3
因素 1-3： 求職管道 方法	35.1	36.3	39.9	31.8	17.0	32.2
因素 1-4： 轉換科系	16.7	22.0	24.1	20.0	8.7	18.2
因素 2： 自我知識	4.9	6.5	7.3	6.9	4.8	6.0
因素 2-1： 自我認識	30.4	31.9	34.5	29.8	19.1	29.2
因素 2-2： 雙趨衝突	7.4	6.9	7.2	11.5	8.8	8.3
因素 2-3： 價值觀	4.8	6.1	6.8	6.3	4.7	5.8



量表	平均分數在「符合」與「非常符合」之間的百分比					
	大學部 一年級 (N=860)	大學部 二年級 (N=660)	大學部 三年級 (N=646)	大學部 四、五年級 (N=689)	碩博班 (N=645)	總計 (N=3503)
因素 3： 人格特質	31.7	34.2	36.9	31.2	18.4	30.5
因素 3-1： 自信	31.7	35.3	41.1	37.0	21.8	33.4
因素 3-2： 焦慮猶豫	28.6	31.2	33.4	27.0	18.1	27.7
因素 4： 其他因素	9.8	10.0	8.4	6.0	5.0	7.9
因素 4-1： 外在阻力	9.7	13.2	12.4	11.8	9.2	11.1
因素 4-2： 抉擇時機	16.6	15.3	10.7	7.0	6.9	11.6

由表 4-3-3 可知，在生涯困擾問題因素上，平均數落在符合與非常符合之間的困擾程度類別的學生人數百分比依序為「自信」(33.4%)、「求職管道方法」(32.2%)、「自我認識」(29.2%)、「焦慮猶豫」(27.7%)、「產業趨勢」(24.3%)。其中自信、自我認識與焦慮猶豫，屬於個人內在世界的認識與探索，而求職管道方法與產業趨勢，則屬於外在環境的認識與了解。此結果顯示，在生涯困擾問題處遇上，需兼顧個人內在與外在環境的探索與了解，才是對生涯輔導介入的有效策略與方法。

以年級來看，在職業知識困擾問題上，平均數落在符合與非常符合的困擾類別的人數百分比，以大學部一年級的學生最多(24.2%)，碩博士班學生最少(7.4%)。在自我知識困擾問題上，以大學部三年級困擾人數最多(7.3%)，碩博士班學生最少(4.8%)。在人格特質困擾問題上，以大學部三年級困擾人數最多(36.9%)，碩博士班學生最少(18.4%)。在其他因素的困擾問題上，以大學部二年級困擾人數最多(10.0%)，碩博士班學生人數最少(5.0%)。

### 三、生涯問題診斷量表題目次數分配分析

#### 1.生涯困擾原因之人數百分比

爲了解全體參與者在生涯困擾問題各題目填寫「符合」與「非常符合」之比例高低，進行各題目的填答百分比排序，結果如表 4-3-4。

4-3-4 生涯困擾原因量表填答「符合」與「非常符合」之排序與人數百分比

序號	因素	項目	題項	勾選「符合」與「非常符合」之百分比					
				大學部 一年級	大學部 二年級	大學部 三年級	大學部 四、五年級	碩博班	總計
1	職業知識	求職管道方法	我擔心我的求職/或升學技巧與方法不夠好，如：面試技巧、履歷資料準備等。	55.5	55.9	60.8	55.6	39.5	53.6
2	人格特質	焦慮猶豫	在未來的生涯選擇上，我需要考慮的因素很多，使我難以下生涯決定。	52.7	53.3	57.0	50.1	37.2	50.2
3	其他因素	外在阻力	在這學歷氾濫的時代，大多數的產業遴選人才的標準提高（如：教育程度、語文能力、電腦技能...等），我擔心這現象對我造成影響。	49.0	48.8	50.9	48.9	38.4	47.3
4	人格特質	自信	我不確定將來是否真的有能力從事我想選擇的生涯方向。	45.5	49.5	52.8	51.5	33.3	46.5
5	人格特質	焦慮猶豫	我是個不容易做決定的人，在做決定時，我常猶豫不決。	47.8	49.2	50.0	46.0	34.4	45.6
6	其他因素	扶擇時機	碩博士學歷越來越普遍的現象，影響我畢業後是否先讀研究所。	50.7	48.3	51.1	40.5	32.7	45.0
7	職業知識	產業趨勢	因爲我的社會經驗不夠，也不知道有什麼工作或升學方向的選擇，所以無法做生涯決定。	48.0	44.8	43.5	38.5	21.2	39.7
8	人格特質	自信	我缺乏自信，擔心自己無法在就業市場/或升學考試中跟別人競爭。	38.0	40.9	46.6	43.8	28.4	39.4
9	職業知識	科系瞭解	我所讀的科系受到整體就業環境的影響，所以我擔心畢業後的工作或升學選擇。	37.8	38.6	41.3	39.2	33.2	38

序號	因素	項目	題項	勾選「符合」與「非常符合」之百分比					
				大學部 一年級	大學部 二年級	大學部 三年級	大學部 四、五年級	碩博班	總計
10	其他因素	外在阻力	因為就業市場需求的影響，擔心找不到理想的工作/或造成升學更加激烈。	36.3	38.3	42.0	39.9	32.1	37.6
11	自我知識	價值觀	我的內心充滿了各種互相衝突的想法，使得我無法做任何決定。	31.5	38.0	43.3	40.3	31.5	36.6
12	自我知識	雙趨衝突	我對很多生涯領域都有興趣，很難做抉擇。	34.2	37.1	42.0	37.2	31.6	36.3
13	職業知識	求職管道方法	我不知道如何找到理想的工作/或如何準備升學考試。	38.1	40.0	42.3	35.3	18.1	35.0
14	自我知識	自我認識	我不知道自己在哪些生涯領域上可以發揮所長。	34.7	37.0	41.8	37.7	23.7	34.9
15	其他因素	抉擇時機	我不知將來是否能找到自己理想的生涯目標，所以目前還不想太早決定。	38.3	38.5	34.1	26.4	17.5	31.3
16	自我知識	自我認識	我不知道我的個性與興趣適合哪些生涯領域。	32.1	34.4	36.4	31.2	21.6	31.2
17	職業知識	轉換科系問題	我不確定自己現在就讀的科系是否符合自己的興趣與能力，所以還不能確定將來是否朝此方向發展。	32.3	35.8	36.2	31.1	17.7	30.7
18	自我知識	雙趨衝突	我的興趣廣泛，很難決定該向哪個方向發展。	28.6	31.1	32.2	29.5	24.8	29.2
19	人格特質	焦慮猶豫	我每次考慮未來生涯方向時，心裡的焦慮常使得我沒有辦法思考。	24.3	29.1	35.0	32.9	21.2	28.3
	其他因素	抉擇時機	計畫趕不上變化，所以我走一步算一步。	27.9	30.6	28.0	30.6	24.3	28.3
20	職業知識	產業趨勢	我因為不了解未來產業的趨勢與走向，所以無法做出生涯決定。	33.1	29.2	30.3	26.0	15.7	27.3
21	職業知識	科系瞭解	我對許多職業/或研究所科系缺乏了解，所以無法做出生涯決定。	32.4	34.1	31.9	23.8	12.2	27.2

序號	因素	項目	題項	勾選「符合」與「非常符合」之百分比					
				大學部 一年級	大學部 二年級	大學部 三年級	大學部 四、五年級	碩博班	總計
22	其他 因素	抉擇 時機	我容易改變心意，所以還不想 太早決定未來的方向。	28.0	32.4	29.9	20.8	17.8	25.9
23	人格 特質	焦慮 猶豫	我是一個沒有主見的人，我很 容易受到別人的影響，所以到 現在還沒有做生涯決定。	27.6	27.3	31.0	23.7	17.1	25.4
24	自我 知識	自我 認識	我不了解自己有哪些興趣與能 力。	28.1	27.6	28.6	23.2	16.9	25.1
25	其他 因素	外在 阻力	由於我想從事的工作競爭過於 激烈，使我可能改變我原本的 方向。	18.6	21.7	22.1	24.5	19.7	21.2
26	職業 知識	轉換 科系 問題	我對與自己目前所就讀科系有 關的職業/或研究所都沒興 趣，所以還不能確定未來的目 標。	17.1	23.2	28.0	24.8	9.1	20.3
27	人格 特質	焦慮 猶豫	我的個性很不積極，所以現在 還不想考慮有關未來目標和方 向的問題。	21.7	24.5	22.3	16.8	12.1	19.6
28	職業 知識	科系 瞭解	我對自己就讀的科系還未完全 了解，所以還無法做出任何決 定。	30.6	25.8	13.9	8.3	7.1	17.8
29	其他 因素	外在 阻力	目前社會上所需要的人才與我 的主修不符，因此我還無法確 定我未來的方向。	17.0	15.2	16.4	16.5	14.9	16.1
30	其他 因素	抉擇 時機	距離未來生涯決定的時間還很 遠，我不想那麼早確定。	26.7	21.1	13.3	8.6	6.8	16.0
	自我 知識	價值 觀	我想要找到比同儕更有聲望的 生涯目標，因此造成我遲遲無 法做最後的決定。	14.4	16.1	18.9	17.3	14.0	16.0
31	其他 因素	抉擇 時機	我現在在學校的事情很多，沒 時間去思考有關生涯抉擇的問 題。	18.8	18.6	14.7	10.9	16.0	15.9
	其他 因素	外在 阻力	家人的看法與我自己想選擇的 生涯目標不同，所以無法做就 業的決定。	13.8	18.8	16.3	18.3	12.6	15.9

序號	因素	項目	題項	勾選「符合」與「非常符合」之百分比					
				大學部 一年級	大學部 二年級	大學部 三年級	大學部 四、五年級	碩博班	總計
32	職業 知識	科系 瞭解	我對和現在所就讀的科系有關的職業/或研究所科系內容及其所需條件不了解，所以無法做出生涯決定。	20.9	20.2	16.6	12.2	6.4	15.5
33	其他 因素	外在 阻力	目前的家庭狀況無法讓我選擇我心目中理想的生涯方向，因此我沒辦法作決定。	13.0	16.5	16.9	17.7	14.0	15.4
	其他 因素	抉擇 時機	決定未來的目標和方向是一件很繁雜的事，我不想面對。	15.1	17.7	18.3	15.1	10.7	15.4
34	其他 因素	抉擇 時機	因為家人願意繼續提供我經濟上的支持，所以我目前還不急著做任何決定。	18.6	17.4	12.5	11.5	11.5	14.5
35	自我 知識	價值 觀	我知道我適合那種生涯領域，但因為在一般人心目中評價不高，因此，我一直無法做決定。	15.0	14.4	15.0	16.0	11.5	14.4
36	職業 知識	科系 瞭解	我不清楚從自己所讀科系畢業後可從事哪些職業/或可考哪些研究所。	17.1	16.8	13.0	11.5	7.1	13.4
37	自我 知識	價值 觀	我想從事的生涯方向的報酬(如薪資、升遷和發展等)，和我的期望不符合，所以我還沒決定我的未來目標。	11.4	12.6	15.6	14.2	12.7	13.2
38	其他 因素	外在 阻力	我想從事某種生涯目標，但社會上一般人認為不適合我這種學歷或性別的人，因此我一直無法下定決心。	10.1	12.0	13.3	13.4	9.5	11.5
39	自我 知識	價值 觀	我覺得目前的產業提供的條件和環境不適合我，所以我還沒辦法做決定。	8.4	11.2	15.2	10.9	9.1	10.7
40	自我 知識	價值 觀	雖然我不喜歡現在所念的科系，但是這方面的工作較好找/或研究所較好考，所以我還是會繼續在此領域中發展。	8.3	12.0	9.8	9.0	9.3	9.6
41	自我 知識	雙趨 衝突	我已經獲得幾家公司的工作機會/或學校的錄取通知，但我仍在抉擇該選哪一家。	2.2	2.0	1.2	6.4	6.7	3.6

從較多同學反應是自己的生涯困擾問題的題目中，可發現許多困擾問題皆與「做決定」有關，如：「在未來的生涯選擇上，我需要考慮的因素很多，使我難以下生涯決定。」(50.2%)、「我是個不容易做決定的人，在做決定時，我常猶豫不決。」(45.6%)、「我的內心充滿了各種互相衝突的想法，使得我無法做任何決定」(36.6%)、「我對很多生涯領域都有興趣，很難做抉擇」(36.3%)、「我不知將來是否能找到自己理想的生涯目標，所以目前還不想太早決定」(31.3%)。由於大學教育的目的之一就是協助個體從青少年邁向成人。做為成人，能確定自己的生涯目標，為自己的決定負責是很重要的成熟指標。政大學生反應的生涯抉擇困難，其實就是在疑惑「自己想要變成什麼樣的大人？」。在過去的輔導經驗中，當學生們對自己的了解越充分，面對生涯的問題就較不會茫然與困惑。建議後續在生涯輔導介入上，可提前為學生預作心態上的準備，並從生涯輔導的主題擴大成自我探索的思考，以協助學生們更能成熟與自在地為自己的未來作選擇。

除了做決定的困難外，我們發現學生在自信因素上的生涯困擾問題皆偏高，如：「我不確定將來是否真的有能力從事我想選擇的生涯方向。」(46.5%)、「我缺乏自信，擔心自己無法在就業市場/或升學考試中跟別人競爭。」(39.4%)。此結果提醒我們需更重視自信心的培養問題。

此外，不能忽略的是近年來就業市場的競爭日益增加，學生面對就業市場的焦慮性越來越高，因此也反應在此次生涯困擾的問題上，如：「在這學歷氾濫的時代，大多數的產業遴選人才的標準提高(如：教育程度、語文能力、電腦技能...等)，我擔心這現象對我造成影響。」(47.3%)、「我所讀的科系受到整體就業環境的影響，所以我擔心畢業後的工作或升學選擇。」(38.0%)、「因為就業市場需求的影響，擔心找不到理想的工作/或造成升學更加激烈。」(37.6%)。此結果顯示外在環境就業市場的變化，的確對這一代的年輕人，形成更嚴峻的挑戰。因此在生涯輔導介入上，習慣過去思維的傳統輔導人員，如何跳脫框架，以更新更符合目前的就業趨勢的角度來介入處遇，是在生涯輔導上值得思考的議題。

在年級差異上，碩博士班學生在大部分生涯困擾問題的題目上，填答「符合」

與「非常符合」的人數百分比皆較低。

## 2.生涯抉擇不安感之人數百分比分析

爲了解全體參與者在生涯抉擇不安感各題目填寫「符合」與「非常符合」之比例高低，進行各題目的填答百分比之排序，結果如表 4-3-5。

表 4-3-5 生涯抉擇不安感程度量表填答「符合」與「非常符合」之排序及人數百分比

序號	因素	題項	勾選「符合」與「非常符合」之百分比					
			大學部 一年級	大學部 二年級	大學部 三年級	大學部 四、五年級	碩博班	總計
1	不安感量表	我想到畢業後所需面臨的就業或升學狀況，就感到擔心。	34.7	42.1	52.3	51.8	33.6	42.4
2		想到生涯方向的選擇問題，我就會感到焦慮。	28.7	36.8	44.9	45.6	30.9	37
3		我現在覺得前途茫茫，不知生活是爲了什麼。	22.1	27.4	29.3	28.0	21.4	25.5
4		我對目前自己的生涯抉擇情況，感到不滿意。	21.6	28.3	34.5	27.9	20.8	20.3
5		我對未來生涯發展，抱持著悲觀的態度。	11.2	17.1	20.4	19.2	14.9	16.3
6	心理健康狀態	我因抉擇未來的職業目標，而感到壓力過大，影響了生活作息。例：失眠、食慾下降...。	4.9	5.9	6.8	11.5	9.0	7.5
7		我因抉擇生涯方向的困難，而有想結束生命的念頭。	2.2	2.9	2.8	4.4	1.7	3.8

由表 4-3-5 可知，在反應較高的生涯抉擇不安感問題上，皆與「焦慮」情緒有關，如：「我想到畢業後所需面臨的就業或升學狀況，就感到擔心。」(42.4%)、「想到生涯方向的選擇問題，我就會感到焦慮。」(37.0%)。在反應較低的生涯抉擇不安感問題上，較與「無望悲觀」的情緒有關，如：「我現在覺得前途茫茫，不知生活是爲了什麼。」(25.5%)、「我對未來生涯發展，抱持著悲觀的態度。」(16.3%)，可見本校學生在面對生涯抉擇問題上，雖然焦慮但多數人不至於對未來感到悲觀失望。

另外，在心理健康狀態上，有 7.5% 的學生，因生涯抉擇問題出現了短期的身心症狀，如：「我因抉擇未來的職業目標，而感到壓力過大，影響了生活作息。例：失眠、食慾下降...。」，有 3.8% 的學生，因生涯壓力過大出現自我傷害的念頭，如：「我因抉擇生涯方向的困難，而有想結束生命的念頭。」此結果顯示有將近 3.8%~7.5% 的學生有生涯不適應的狀況。

在年級差異部分，在填答「符合」與「非常符合」的學生人數，以大學部三年級、四年級及五年級最多，顯示高年級的不安感與心理健康狀態較差的比率均較高。



## 第四節 各背景變項於生涯定向及生涯問題診斷量表 上之差異

### 壹、 各背景變項在生涯決定上的差異

#### 一、 各背景變項於生涯定向上之差異

爲了解政大學生之背景變項在生涯方向上的決定是否有顯著差異，故以  $\chi^2$  考驗進行分析，結果如表 4-4-1 所示。

表 4-4-1 各背景變項在「生涯定向」上的  $\chi^2$  考驗分析

變項名稱	生涯已決定		生涯未決定		總計		$\chi^2$ 考驗分析
	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	
性別 (N=3349)扣除男生服兵役							$\chi^2$ 值=5.864
男	468	40.7	681	59.3	1149	100	$p < .05$
女	802	36.5	1398	63.5	2200	100	
性別總計	1270	37.9	2079	62.1	3349	100	
年級 (N=3500)							$\chi^2$ 值=349.49
一年級	198	23.02	662	76.98	860	100	$p < .001$
二年級	180	27.27	480	72.73	660	100	
三年級	256	39.63	390	60.37	646	100	
四年級及五年級	413	59.94	276	40.06	689	100	
碩博班	376	58.29	269	41.71	645	100	
年級總計	1423	40.66	2077	59.34	3500	100	
學院 (N=3503)							$\chi^2$ 值=99.061
文學院	133	39.7	202	60.3	335	100	$p < .001$
理學院	104	45.4	125	54.6	229	100	
社科學院	355	42.0	490	58.0	845	100	
法學院	176	60.5	115	39.5	291	100	
國際學院	45	39.5	69	60.5	114	100	
商學院	324	39.4	499	60.6	823	100	
傳播學院	85	31.0	189	69.0	274	100	
教育學院	63	55.8	50	44.2	113	100	
外語學院	139	29.0	340	71.0	479	100	
學院總計	1424	40.7	2079	59.3	3503	100	

從表 4-4-1 可知，在性別方面（為避免男性因服兵役決定未來生涯方向的混淆，將男性服兵役人數去除），經  $\chi^2$  考驗分析，發現男性已決定未來生涯方向的人數顯著高於女性（ $\chi^2$  值=5.864,  $p < .05$ ）。

在年級方面，經  $\chi^2$  考驗分析，發現不同年級在是否已決定未來生涯方向上有非常顯著的差異，大學四年級以上與碩博班學生未來生涯方向已決定者的人數遠高於大學一年級、二年級與三年級（ $\chi^2$  值=349.49,  $p < .001$ ）。大學部四年級與碩博班學生在未來生涯方向上是否已決定的比例並未達顯著差異（ $\chi^2$  值=.374,  $p > .05$ ）。

在學院方面，經  $\chi^2$  考驗分析，發現各學院在是否已決定未來生涯方向的比例上達顯著差異（ $\chi^2$  值=99.061,  $p < .001$ ），法學院與教育學院的學生已決定未來生涯方向的比率較高，外語學院與傳播學院的學生在未來生涯方向上已決定者的比率較低。

二、 各背景變項於生涯方向上之差異

為進一步了解政大學生的各背景變項對於生涯方向的選擇是否有顯著差異，故以  $\chi^2$  考驗進行分析，結果如表 4-4-2 所示。

表 4-4-2 各背景變項在「生涯方向」上的  $\chi^2$  考驗分析

變項名稱	就業		升學		服役		總計		$\chi^2$ 考驗分析
	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	
性別 (N=1421)									$\chi^2=28.917$
男	207	33.4	260	41.9			467	100	$p < .001$
女	480	59.9	321	40.0			801	100	
性別總計	687	48.3	581	40.9			1268	100	
年級 (N=789)									$\chi^2=107.66$
四年級以上	168	40.7	186	45.0	59	14.3	413	100	$p < .001$
碩博班	268	71.3	45	12.0	63	16.8	376	100	
年級總計	436	55.3	231	29.3	122	15.5	789	100	
學院 (N=1422)									期望值過小 無法進行 $\chi^2$ 考驗分析
文學院	55	41.4	68	51.1	10	7.5	133	100	
理學院	22	21.2	65	62.5	17	16.3	104	100	
社科學院	178	50.3	131	37.0	45	12.7	354	100	
法學院	97	55.1	70	39.8	9	5.1	176	100	
國際學院	23	51.1	19	42.2	3	6.7	45	100	
商學院	162	50.0	112	34.6	50	15.4	324	100	
傳播學院	49	58.3	28	33.3	7	8.3	84	100	
教育學院	41	65.1	17	27.0	5	7.9	63	100	
外語學院	60	43.2	71	51.1	8	5.8	139	100	
學院總計	687	48.3	581	40.9	154	10.8	1422	100	

從表 4-4-2 可知，在性別方面，扣除男性服兵役的人數後再經  $\chi^2$  考驗分析，發現性別在選擇未來的生涯方向上有顯著差異。男性選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於女性，而女性選擇未來生涯方向為就業者的百分比高於男性（ $\chi^2$  值=28.917,  $p < .001$ ）。

在年級方面，經  $\chi^2$  考驗分析，發現大學部四年級以上與碩博班的學生在未來生涯的方向上達到顯著差異，碩博班學生未來生涯方向選擇以就業者的百分比高於大學四年級以上的學生，而大學部四年級以上者在選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於碩博班學生（ $\chi^2$  值=107.663,  $p < .001$ ）。

在學院方面，因期望值過小，無法進行  $\chi^2$  考驗分析，但從描述統計中發現，教育學院的學生對未來生涯方向的選擇以就業的比例較高，選擇升學者比例較低。理學院的學生對未來生涯方向的選擇則以就業的比例較低，選擇升學者比例較高。

## 貳、各背景變項在生涯問題診斷量表上的差異

爲了解政大學生之各背景變項在生涯問題診斷全量表及分量表上是否有顯著差異，故以獨立樣本  $t$  考驗、單因子變異數分析進行分析，結果如表 4-4-3、4-4-4、4-4-5、4-4-6 所示。

從表 4-4-3~4-4-6 可知，政大學生之生涯問題，不因其身分別之不同、轉系或轉學與否而有差異(雖然在「職業知識」因素上，one-way ANOVA 顯示出，一般生、轉系者、以及轉學者之間有差異，但事後比較結果無顯著之兩兩差異)。不過，政大學生之生涯困擾和生涯抉擇不安感，確實因其性別、學院、年級、以及自評在校成績之不同而有不同。

在性別方面，男生的生涯困擾程度顯著低於女生( $t=-6.94, p<.001$ )；且從表 4-4-5 可知，在生涯困擾的四個分量表(包括職業知識、自我知識、人格特質和其他因素)上，女生的困擾程度皆顯著高於男生。此外，男生的生涯抉擇不安感也顯著低於女生( $t=-5.85, p<.001$ )。整體而言，在生涯困擾全量表的分數上，男生顯著低於女生( $t=-7.00, p<.001$ )。

以學院來看，One-Way ANOVA 分析結果指出，政大學生整體之生涯問題在九個學院中顯示出差異( $F=5.29, p<.001$ )，以 Tamhane's T2 法進行比較，發現法律學院之整體生涯問題顯著低於文、社會、商、傳播、外語等學院，理學院亦顯著低於傳播、外語學院。從分量表來看，各學院參與者的生涯困擾程度、生涯困擾四因素、抉擇不安感等也達顯著差異( $F=5.75, p<.001$ ;  $F=9.70, p<.001$ ;  $F=3.61, p<.001$ ;  $F=4.46, p<.001$ ;  $F=4.46, p<.001$ ;  $F=2.78, p<.01$ )；以 Scheffe 法進行「生涯困擾程度分量表」的事後比較，法律學院低於社會、傳播、外語學院；又，以 T2 法進行「生涯抉擇不安感分量表」之事後比較，理學院低於外語學院。

此外，政大學生整體之生涯問題、生涯困擾程度、生涯困擾四因素及生涯抉擇不安感亦依其年級之不同而有差異( $F=25.75, p<.001$ ;  $F=29.01, p<.001$ ;  $F=43.37, p<.001$ ;  $F=12.26, p<.001$ ;  $F=20.29, p<.001$ ;  $F=23.46, p<.001$ ;  $F=13.68, p<.001$ )，以 T2

法進行事後比較發現，大學生的生涯困擾和焦慮顯著高於研究生，而博士生又顯著低於研究生和大學學生。

政大學生整體之生涯問題、生涯困擾程度、生涯困擾四因素及生涯抉擇不安感亦依其自評之在校成績之不同而有顯著不同( $F=34.16, p<.001$ ;  $F=32.33, p<.001$ ;  $F=29.07, p<.001$ ;  $F=17.15, p<.001$ ;  $F=28.88, p<.001$ ;  $F=28.89, p<.001$ ;  $F=31.56, p<.001$ )。T2 法進行事後比較指出，自評成績高的學生，其生涯困擾少於自評為成績中等或低的學生，也顯著較不焦慮。又，自評成績中等的學生在整體生涯問題、生涯困擾程度、生涯抉擇不安感等也優於成績低的學生。

表 4-4-3 各背景變項在「生涯問題診斷全量表」上的平均數 t 考驗或變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>性別 (N=3503)</b>					
男	1302	2.62	.68	-7.00***	男<女
女	2201	2.78	.60		
<b>身份別 (N=3503)</b>					
本國生	3427	2.72	.64	-.90	
外籍生或僑生	76	2.78	.66		
<b>轉學或轉系 (N=3503)</b>					
無	3247	2.72	.63	1.65	
轉系生	143	2.65	.70		
轉學生	113	2.65	.68		
<b>學院 (N=3503)</b>					
文學院	335	2.75	.63	5.29***	法< 文、社、傳、 商、外
理學院	229	2.61	.64		
社會科學院	845	2.74	.63		
法律學院	291	2.57	.70		
國際學院	114	2.64	.71		
商學院	823	2.72	.62		
傳播學院	274	2.79	.60		
教育學院	113	2.60	.68		
外語學院	479	2.81	.61		
<b>年級 (N=3500)</b>					
大一	860	2.80	.55	25.75***	大四< 大二 碩一< 大一~大四 碩二< 大一~大五 碩三< 大一、二 博班< 大一~大五、 碩一、碩三
大二	660	2.83	.59		
大三	646	2.79	.63		
大四	581	2.70	.65		
大五	108	2.69	.69		
碩一	269	2.49	.69		
碩二	189	2.40	.66		
碩三以上	110	2.57	.67		
博士班以上	77	2.15	.74		
<b>自評在校成績 (N=3503)</b>					
前 30%	1367	2.62	.66	34.16***	前<中、後 中<後
中 31%~70%	1693	2.75	.60		
後 30%	443	2.88	.64		

\*\*\*  $p < .001$

表 4-4-4 各背景變項在「生涯困擾程度分量表」上的平均數 t 考驗或變異分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>性別 (N=3503)</b>					
男	1302	2.64	.69	-6.94***	男<女
女	2201	2.80	.60		
<b>身份別 (N=3503)</b>					
本國生	3427	2.74	.64	-.80	
外籍生或僑生	76	2.80	.66		
<b>轉學或轉系 (N=3503)</b>					
無	3247	2.75	.63	2.40	
轉系生	143	2.67	.70		
轉學生	113	2.65	.69		
<b>學院 (N=3503)</b>					
文學院	335	2.77	.64	5.75***	法<社、傳、外 (Scheffe 法)
理學院	229	2.64	.64		
社會科學院	845	2.76	.63		
法律學院	291	2.59	.70		
國際學院	114	2.65	.70		
商學院	823	2.75	.62		
傳播學院	274	2.83	.61		
教育學院	113	2.62	.69		
外語學院	479	2.83	.61		
<b>年級 (N=3500)</b>					
大一	860	2.86	.55	29.01***	大四< 大二 碩一< 大一~大四 碩二< 大一~大五 碩三< 大一、二 博班< 大一~大五、 碩一、碩三
大二	660	2.87	.59		
大三	646	2.81	.64		
大四	581	2.71	.64		
大五	108	2.69	.68		
碩一	269	2.51	.69		
碩二	189	2.42	.66		
碩三以上	110	2.56	.66		
博士班以上	77	2.15	.76		
<b>自評在校成績 (N=3503)</b>					
前 30%	1367	2.65	.66	32.33***	前<中、後 中<後
中 31%~70%	1693	2.79	.61		
後 30%	443	2.89	.64		

\*\*\*  $p < .001$



表 4-4-5 各背景變項在「生涯困擾程度分量表各因素」上的平均數 t 考驗或變異分析

變項名稱	職業知識			自我知識			人格特質			其他因素		
	M	SD	F/t	M	SD	F/t	M	SD	F/t	M	SD	F/t
<b>性別</b>												
男	2.68	.82	-7.51***	2.52	.68	-5.19***	2.83	.89	-9.02***	2.62	.71	-4.27***
女	2.89	.75		2.65	.62		3.11	.82		2.73	.63	
<b>身份別</b>												
本國生	2.81	.78	-1.08	2.60	.65	-.88	3.01	.86	.50	2.69	.66	-1.00
外籍生	2.91	.79		2.67	.67		2.96	.78		2.76	.71	
<b>轉學或轉系</b>												
無	2.82	.78	3.72*	2.61	.64	1.10	3.01	.85	.61	2.70	.66	2.83
轉系生	2.71	.81		2.56	.69		2.93	.97		2.60	.68	
轉學生	2.65	.86		2.53	.66		3.00	.90		2.59	.70	
<b>學院</b>												
文學院	2.89	.80	9.70***	2.57	.67	3.61***	2.99	.82	4.46***	2.74	.67	4.31***
理學院	2.69	.75		2.51	.64		2.88	.84		2.60	.64	
社會科學院	2.84	.78		2.64	.63		3.01	.85		2.69	.65	
法律學院	2.56	.76		2.47	.72		2.83	.93		2.58	.73	
國際學院	2.69	.79		2.56	.71		2.89	.92		2.58	.74	
商學院	2.79	.78		2.65	.63		3.02	.84		2.68	.64	
傳播學院	2.89	.77		2.63	.58		3.10	.84		2.81	.62	
教育學院	2.61	.80		2.52	.71		2.93	.91		2.57	.65	
外語學院	2.99	.76		2.62	.64		3.14	.85		2.75	.64	
<b>年級</b>												
大一	3.00	.71	43.37***	2.62	.58	12.26***	3.09	.76	20.29***	2.82	.58	23.46***
大二	2.97	.72		2.67	.61		3.12	.81		2.82	.63	
大三	2.91	.77		2.68	.63		3.11	.87		2.70	.66	
大四	2.74	.79		2.60	.67		3.01	.88		2.63	.65	
大五	2.74	.84		2.60	.70		3.00	.94		2.58	.67	
碩一	2.45	.77		2.47	.69		2.75	.89		2.49	.73	
碩二	2.30	.75		2.43	.67		2.62	.85		2.41	.67	
碩三以上	2.49	.74		2.53	.75		2.85	.91		2.51	.67	
博士班以上	2.10	.77		2.08	.74		2.26	.93		2.19	.79	
<b>自評在校成績</b>												
前 30%	2.70	.79	29.07***	2.53	.68	17.15***	2.88	.88	28.88***	2.59	.67	28.89***
中 31%~70%	2.85	.76		2.64	.62		3.05	.82		2.73	.63	
後 30%	3.00	.78		2.70	.62		3.21	.90		2.82	.67	

\*  $p < .05$     \*\*\*  $p < .001$

表 4-4-6 各背景變項在「生涯抉擇不安感分量表」上的平均數 t 考驗或變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>性別 (N=3503)</b>					
男	1302	2.44	.81	-5.85***	男<女
女	2201	2.60	.78		
<b>身份別 (N=3503)</b>					
本國生	3427	2.54	.79	-1.25	
外籍生或僑生	76	2.65	.86		
<b>轉學或轉系 (N=3503)</b>					
無	3247	2.54	.79	.27	
轉系生	143	2.54	.89		
轉學生	113	2.60	.80		
<b>學院 (N=3503)</b>					
文學院	335	2.62	.79	2.78**	理<外
理學院	229	2.40	.82		
社會科學院	845	2.57	.78		
法律學院	291	2.48	.86		
國際學院	114	2.56	.90		
商學院	823	2.49	.75		
傳播學院	274	2.58	.73		
教育學院	113	2.48	.85		
外語學院	479	2.62	.81		
<b>年級 (N=3500)</b>					
大一	860	2.48	.71	13.68***	大一< 大三、大四 碩一< 大二~大五 碩二< 大一~大五、 碩三 博一< 大一~大五、 碩三
大二	660	2.59	.76		
大三	646	2.65	.77		
大四	581	2.67	.82		
大五	108	2.70	.88		
碩一	269	2.33	.81		
碩二	189	2.25	.85		
碩三以上	110	2.61	.86		
博士班以上	77	2.13	.88		
<b>自評在校成績 (N=3503)</b>					
前 30%	1367	2.45	.81	31.56***	前<中、後 中<後
中 31%~70%	1693	2.56	.76		
後 30%	443	2.78	.80		

\*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$

## 第五節 生涯定向狀態於生涯問題診斷量表上之差異

為了解政大學生之生涯定向狀態在生涯問題診斷全量表及分量表上是否有顯著差異，故以獨立樣本  $t$  考驗、單因子變異數分析進行分析，結果如表 4-5-1~4-5-9 所示。

由表 4-5-1~4-5-3 可知，生涯方向已決定者之整體生涯問題、困擾程度及生涯抉擇不安感的平均數皆顯著低於未決定者( $t=-32.20, p<.001$ ;  $t=-33.10, p<.001$ ;  $t=-20.06, p<.001$ )。且，如表 4-5-9 所示，已決定和未決定者於生涯困擾程度的四大因素上亦有顯著差異，已決定者在職業知識、自我知識、人格特質及其他因素等四層面的困擾皆較未決定者小。不過，已決定者中，選擇就業者、升學者、或服兵役者之生涯問題、困擾、或不安感，並無顯著差異(雖然在「職業知識」因素上達顯著差異， $F=3.05, p<.05$ ，但經事後比較後，並無發現顯著之兩兩差異)。再者，服兵役後決定就業或升學者的生涯發展方面，包括整體生涯問題、困擾程度及生涯抉擇不安感，亦無差異。

然而，從表 4-5-4 可看出，「選擇就業者」中，已決定其職業類別者，其整體生涯問題顯著低於未決定者( $t=-7.53, p<.001$ )，生涯困擾程度也較低( $t=-7.69, p<.001$ )、生涯抉擇不安感的平均數亦較低( $t=-4.81, p<.001$ )。而在職業知識、自我知識、人格特質及其他因素等四層面的困擾也較小。此外，「選擇就業者」中，若其選擇乃基於「興趣和現實條件兼顧者」，其整體生涯問題、生涯困擾程度等，皆顯著低於僅以「興趣」或「現實條件」做考量者，且其生涯抉擇不安感的平均數也較低。而基於「興趣」為考量者，無論其整體生涯問題、或生涯困擾程度，亦顯著少於以「現實條件」為考量者，且其生涯抉擇不安感同樣較低，相關結果詳見表 4-5-5。又，如表 4-5-9，分別以「興趣」、「現實」、或「兼顧」為就業選擇考量者，其在生涯困擾四因素上的差異亦都達到顯著程度。

在「選擇升學者」方面，從表 4-5-6 可知已決定其系所類別者，其整體生涯問題顯著低於未決定者( $t=-3.56, p<.01$ )，生涯困擾程度也較低( $t=-4.05, p<.001$ )，在

生涯困擾四因素的得分更皆較低( $t=-4.71, p<.001$ ;  $t=-3.36, p<.01$ ;  $t=-2.00, p<.05$ ;  $t=-3.10, p<.01$ )，但在抉擇不安感上無顯著差異( $t=-.16, p>.05$ )。至於選擇升國內、國外研究所、或尚未決定者，從表 4-5-7 可知其在各量表上的得分並無不同。再者，由表 4-5-8 可知雖然決定升學者之生涯問題、生涯困擾程度，因其「系所別選擇」之不同而有顯著差異( $F=3.42, p<.05$ ;  $F=3.41, p<.05$ )，但以 Scheffe 法進行事後比較後發現，並無明顯之兩兩不同；惟，當進一步詳看表 4-5-9 發現，不同系所別選擇之學生，在「職業知識」和「自我知識」得分上達顯著差異——「本科系相關選擇者」之職業知識困擾低於「非本科系相關者」，其自我知識困擾也低於「非本科系相關者」或「未決定者」。不過，在生涯抉擇不安感方面，三者則無顯著差異。

表 4-5-1 生涯定向狀態在各量表上之平均數 t 考驗

變項名稱	N	M	SD	t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
已決定	1424	2.34	.63	-32.20***	已<未
未決定	2079	2.98	.49		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
已決定	1424	2.35	.63	-33.10***	已<未
未決定	2079	3.01	.49		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
已決定	1424	2.23	.78	-20.06***	已<未
未決定	2079	2.75	.73		

**N=3503** \*\*\*  $p<.001$

表 4-5-2 生涯定向狀態—「已決定者」在各量表上之變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
就業	687	2.31	.62	1.66	
升學	581	2.37	.65		
服兵役	154	2.31	.60		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
就業	687	2.33	.62	1.65	
升學	581	2.39	.66		
服兵役	154	2.33	.60		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
就業	687	2.22	.78	1.50	
升學	581	2.27	.77		
服兵役	154	2.15	.78		

**N=1422**

表 4-5-3 生涯定向狀態—「兵役後決定」在各量表上之平均數 t 考驗

變項名稱	N	M	SD	t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
就業	130	2.30	.57	-.41	
升學	24	2.35	.72		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
就業	130	2.32	.58	-.52	
升學	24	2.39	.72		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
就業	130	2.16	.75	.27	
升學	24	2.11	.93		

**N=154**

表 4-5-4 生涯定向狀態—「就業者-類別決定」在各量表上之平均數 t 考驗

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
就業類別 已決定	715	2.26	.61	-7.53***	已<未
就業類別 未決定	103	2.67	.51		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
就業類別 已決定	715	2.27	.61	-7.69***	已<未
就業類別 未決定	103	2.69	.51		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
就業類別 已決定	715	2.16	.77	-4.81***	已<未
就業類別 未決定	103	2.55	.74		
<b>N=818 *** <math>p &lt; .001</math></b>					

表 4-5-5 生涯定向狀態—「就業者-選擇因素」在各量表上之變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
興趣	145	2.38	.63	34.20***	兼<興<現 (Scheffe 法)
現實	202	2.58	.58		
兼顧	471	2.18	.58		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
興趣	145	2.40	.63	29.60***	兼<興<現 (Scheffe 法)
現實	202	2.57	.58		
兼顧	471	2.20	.59		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
興趣	145	2.27	.78	42.85***	兼<興<現 (T2 法)
現實	202	2.60	.80		
兼顧	471	2.02	.70		
<b>N=818 *** <math>p &lt; .001</math></b>					

表 4-5-6 生涯定向狀態—「升學者-系所別決定與否」在各量表上之平均數 t 考驗

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
已決定	524	2.34	.67	-3.56**	已<未
未決定	81	2.57	.51		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
已決定	524	2.35	.67	-4.05***	已<未
未決定	81	2.61	.51		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
已決定	524	2.26	.79	-.16	
未決定	81	2.27	.68		
<b>N=605 ** p&lt;.01 *** p&lt;.001</b>					

表 4-5-7 生涯定向狀態—「升學者-國內外決定」在各量表上之變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
國內研究所	381	2.36	.69	.29	
國外研究所	157	2.37	.62		
未決定	67	2.43	.53		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
國內研究所	381	2.38	.69	.51	
國外研究所	157	2.39	.63		
未決定	67	2.46	.52		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
國內研究所	381	2.29	.79	.89	
國外研究所	157	2.21	.77		
未決定	67	2.20	.74		
<b>N=605</b>					

表 4-5-8 生涯定向狀態—「升學者-系所別選擇」在各量表上之變異數分析

變項名稱	N	M	SD	F/t	事後比較
<b>生涯問題診斷全量表</b>					
本科系相關	395	2.32	.68	3.42*	事後比較無差異 (Scheffe 法)
非本科系相關	177	2.46	.61		
未決定	33	2.49	.52		
<b>生涯困擾程度分量表</b>					
本科系相關	395	2.34	.68	3.41*	事後比較無差異 (Scheffe 法)
非本科系相關	177	2.47	.62		
未決定	33	2.53	.52		
<b>生涯抉擇不安感分量表</b>					
本科系相關	395	2.21	.79	2.92	
非本科系相關	177	2.38	.75		
未決定	33	2.24	.71		

N=605 \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$

表 4-5-9 各生涯定向狀態在「生涯困擾程度分量表各因素」上的平均數 t 考驗或變異數分析

變項名稱	職業知識			自我知識			人格特質			其他因素		
	M	SD	F/t	M	SD	F/t	M	SD	F/t	M	SD	F/t
<b>定向狀態</b>												
已決定	2.34	.72	-33.16***	2.27	.65	-26.98***	2.56	.85	-27.28***	2.33	.67	-28.16***
未決定	3.13	.65		2.83	.54		3.31	.72		2.93	.53	
<b>已決定者</b>												
就業	2.31	.71	3.05*	2.27	.64	.03	2.53	.84	1.60	2.29	.64	2.89
升學	2.40	.74		2.27	.67		2.61	.88		2.38	.70	
服兵役	2.28	.69		2.26	.59		2.51	.79		2.34	.68	
<b>兵役後決定</b>												
就業	2.26	.68	-.805	2.28	.59	.75	2.49	.74	-.48	2.31	.65	-1.06
升學	2.39	.78		2.18	.64		2.58	1.05		2.47	.78	
<b>就業類別</b>												
已決定	2.24	.68	-6.94***	2.22	.63	-6.05***	2.47	.83	-5.18***	2.25	.64	-5.88***
未決定	2.74	.67		2.62	.54		2.88	.73		2.64	.56	
<b>就業選擇因素</b>												
興趣	2.38	.73	23.86***	2.32	.64	32.08***	2.57	.83	24.79***	2.39	.67	17.45***
現實	2.55	.73		2.55	.61		2.85	.80		2.48	.62	
兼顧	2.17	.65		2.14	.60		2.37	.80		2.19	.63	
<b>升學系所決定</b>												
已決定	2.35	.74	-4.71***	2.23	.68	-3.36**	2.58	.90	-2.00*	2.36	.71	-3.10**
未決定	2.71	.64		2.49	.57		2.76	.75		2.57	.55	
<b>升學國內外決定</b>												
國內研究所	2.37	.76	.59	2.25	.70	.47	2.60	.92	.17	2.37	.73	.68
國外研究所	2.43	.71		2.25	.64		2.59	.87		2.38	.66	
未決定	2.46	.72		2.34	.54		2.66	.69		2.48	.60	
<b>升學系所別決定</b>												
本科系相關	2.31	.74	7.64**	2.20	.69	5.71**	2.58	.91	.48	2.36	.73	.94
非本科系相關	2.56	.72		2.35	.61		2.65	.87		2.43	.66	
未決定	2.54	.71		2.52	.61		2.65	.73		2.47	.48	

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$



# 第五章 結論、討論與建議

## 第一節 結論

歸納與摘要本研究之重要分析結果如下：

### 一、政大學生之個人能力指標與生涯資源現況與需求

政大學生在個人能力指標上，絕大多數研究參與者自評在校成績前或中等(87.3%)，將近四分之一的學生有修輔系(23.0%)，四分之一以上(25.9%)的學生曾領過獎學金，20%左右的學生有相關實習經驗。在社團及活動經驗上，以擔任社團幹部(41.1%)最高，其次為擔任校內外義工(35.4%)。在工作經驗上，以校內外工讀佔最多數，各為45.6%及44.8%，擔任家教的比例也相當高(28.5%)。在證照與補習經驗上，有五成以上的學生通過語言檢定(52.0%)，三成六的學生曾為未來生涯補習，其中最多研究參與者因升國內研究所而補習(16.1%)。其中若單看應屆畢業生(大四、五學生)的個人能力指標，有高達三成八學生有修習輔系，六成學生擔任過社團幹部，79.8%學生擁有校內外工讀經驗，66.6%已通過語言檢定，可見政大學生在畢業進入職場前，已擁有相當不錯的個人能力指標。

值得注意的是，有4.2%的政大學生在五項個人能力指標(與課業、社團或活動、工作、證照或檢定、補習有關的經驗)皆無相關參與學習的經驗，其中以大一學生比例最高，在所有大一學生中，約有12.8%的大一學生在五項能力指標皆無相關經驗者，大四、五學生比例最低，在所有大四、五學生中，只有0.15%的大四、五學生在五項能力指標皆無相關經驗。

在生涯資源現況與需求上，大部分學生皆知曉學校的生涯資源，但實際應用的比例卻有相當落差。大一學生有較高比例知道學校的資源，但是大四、五的學生使用的比例卻較高。大部分學生仍偏好詢問系上老師的意見，尤其是班導師；此外，學長姊(或職場人士)的經驗對學生來說也是相對寶貴的參考。另外，學生對校園或院系所的資源運用的比例雖然較低，然而，學生在生涯相關活動的需求

反應上卻相當高。本量表中所列出的可能生涯服務，多有 55%以上的學生表達有需要或有興趣。

## 二、政大學生之生涯定向與生涯相關活動需求狀態

就整體政大學生而言，有將近六成的學生屬「生涯未定向」者，其中年級愈低未定向的比例愈高，其中在大學部四、五年級與碩博士班學生部分，分別有 59.9%與 58.3%生涯已決定方向。

在已決定者中，選擇「就業」者的比例較高（48.3%），選擇「升學」者則佔 40.9%，有 10.8%的學生則選擇先服完兵役。以年級來看，大學部四、五年級，有 40.7%選擇就業，45.0%選擇升學。而碩博士班學生，選擇就業的有 71.3%，選擇繼續升學的僅有 12.0%。多數選擇就業者，仍會偏好選擇與自己所學相關的職業，無論公職或非公職，其中以碩博班學生有較高比例從事公職相關科系的工作。選擇「升學」者亦有類似的趨勢，意即，多數繼續選擇升學的學生，仍會以「與本科系相關」的研究所為主，也以升國內研究所為優先考量。此外，大多數學生選擇「兼顧」個人興趣和現實條件的職業或升學科系類別（57.6%）；單純以「興趣」做為選擇考量者的比例最低（17.7%）。但從年級來看，雖然各年級多數的學生都希望能兼顧興趣與現實，但碩博班學生與大一學生在生涯方向選擇時，如此考量的要較大二至大五的學生比例為多（65.6%、64.7%）。當必須在興趣與現實中做選擇時，唯有大一的學生有較高比例考量興趣優先。

在生涯相關活動需求上，學生們對所有的生涯協助皆有興趣，百分比多落於 55%~75%之間。超過七成學生表達有需求的項目依次為「學長姊之經驗分享」、「企業實習」、「英文面試技巧」、「如何撰寫英文履歷」、「職場名人之經驗分享」、「職務分析」、「增加溝通技巧」、「產業趨勢分析」及「中文面試技巧」等。在年級差異部分，各年級在生涯相關活動的需求上，沒有太明顯的差別。

## 三、政大學生之生涯困擾問題與生涯抉擇不安感狀態

就整體平均數來看，受試者的生涯困擾問題程度和生涯抉擇不安感普遍位於

中等偏低，但仍有約 9.5% 學生，在「生涯困擾程度」量表的平均數落在「符合」與「非常符合」的類別，代表約有 10% 學生的生涯困擾問題較高。在生涯困擾問題中，最令全體受試者感到困擾的是「人格特質」因素，尤其在「自信」問題上，有高達 1/3 的學生填答平均分數已達「符合」以上的困擾程度。其次為「職業知識」，以「求職管道方法」困擾人數最高（32.2%）。在「生涯抉擇不安感」的平均數得分雖偏低，但約有 1/4 學生的平均數已達「符合」以上的焦慮不安情緒，約有 2.3% 的學生已出現較嚴重的心理不健康狀態。其中大三、大四及大五學生中有較高比例的人有生涯抉擇的不安感。以年級來看，大一學生較多人（24.2%）的生涯困擾是職業知識，大三學生較多人（36.9%）的生涯困擾是人格特質方面。

就整體學生在「生涯困擾程度」各別題目上的反應來看，和「做決定」，如：「在未來的生涯選擇上，我需要考慮的因素很多，使我難以下生涯決定。」（50.2%）、「自信」，如：「我不確定將來是否真的有能力從事我想選擇的生涯方向。」（46.5%）、及就業市場的變化有關的題目，如：「在這學歷氾濫的時代，大多數的產業遴選人才的標準提高（如：教育程度、語文能力、電腦技能...等），我擔心這現象對我造成影響。」（47.3%）。都有 1/3 以上的學生自覺是其生涯困擾的問題。在「生涯抉擇不安感」的各別題目上的反應來看，反應較高的生涯抉擇不安感問題上，皆與「焦慮」情緒有關，如：「我想到畢業後所需面臨的就業或升學狀況，就感到擔心。」（42.4%）、「想到生涯方向的選擇問題，我就會感到焦慮。」（37.0%）。在反應較低的生涯抉擇不安感問題上，較與「無望悲觀」的情緒有關，如：「我現在覺得前途茫茫，不知生活是爲了什麼。」（25.5%）、「我對未來生涯發展，抱持著悲觀的態度。」（16.3%），可見本校學生在面對生涯抉擇問題上，雖然焦慮但多數人不至於對未來感到悲觀失望。

#### 四、政大學生背景特質在生涯定向與生涯困擾問題上的差異

政大學生的生涯定向，因其性別、年級與學院的不同而有差異。男性已決定未來生涯方向的人數顯著高於女性，大學四年級以上與碩博班學生在未來生涯方

向已決定者的人數遠高於大學一年級、二年級與三年級，法學院與教育學院的學生已決定未來生涯方向的比率較高，外語學院與傳播學院的學生在未來生涯方向上已決定者的比率較低。

在生涯方向的選擇上，男性選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於女性，而女性選擇未來生涯方向為就業者的百分比高於男性。在年級方面，發現碩博班學生未來生涯方向選擇以就業者的百分比高於大學四年級、五年級的學生，而大學部四年級以上者在選擇未來生涯方向為升學者的百分比高於碩博班學生。在學院方面，因期望值過小，無法進行 $\chi^2$ 考驗分析，但從描述統計中發現，教育學院的學生對未來生涯方向的選擇以就業的比例較高，選擇升學者比例較低。理學院的學生對未來生涯方向的選擇則以就業的比例較低，選擇升學者比例較高。

政大學生的生涯問題(包括生涯困擾程度、因素、抉擇不安感等)，因其性別、學院、年級、以及自評在校成績的不同而有差異。男生的生涯問題較女生少/低；法律及理學院的學生分別在生涯困擾程度以及生涯抉擇不安感得分相對較低。就年級因素來說，整體而言，研究生所知覺到的生涯困難比大學生低，且研究生中，博士班的生涯困擾也低於碩士生。至於學業成績方面，自評成績在班上排名越高的學生，其所知覺到的個人生涯決定的困難程度則越低。

## 五、政大學生生涯定向狀態在生涯問題上的差異

本研究結果顯示，生涯方向已決定者之整體生涯問題、困擾程度及生涯抉擇不安感的平均數皆顯著低於未決定者。已決定和未決定者於生涯困擾程度的四大因素上亦有顯著差異，已決定者在職業知識、自我知識、人格特質及其他因素等四層面的困擾皆較未決定者小。至於選擇就業、繼續升學或服兵役，三者之間的生活困難知覺並無差異。

此外，決定就業者中，若其就業之類別已決定，無論其整體生涯問題、或生涯困擾程度(及其四因素：職業知識、自我知識、人格特質、或其他)、生涯抉擇

不安感等，都低於未決定者。再者，若其就業選擇僅以「現實條件」為考量，則其所知覺到的生涯困難，會遠高於能兼顧現實和興趣為考量的學生，甚至還高於只以興趣為考量的學生。

決定繼續升學者也有相似的傾向，簡言之，若其升學系所之類別已決定，無論其整體生涯問題、或生涯困擾程度(及其四因素：職業知識、自我知識、人格特質、或其他)、生涯抉擇不安感等，都低於未決定者。決定在國內升學或國外升學的生涯問題雖無差異，但決定選擇本科系或非本科系相關者的「職業及自我知識」因素則有差異，前者的困擾程度較低。

## 第二節 討論

本節將根據前述之研究結論，依主題分別進行討論。

### 一、政大學生之生涯資源現況與需求

從研究中發現，政大學生雖然對學校中的各種生涯服務資源有所認識，但實際會使用的人數比例卻相對低。細究之下會發現，大一學生中對校園的各種資源有所認識的人最多，返倒是年級愈高對資源知道的人數比愈低。不過在資源的使用上，卻是大四、大五的學生要比大一學生使用的多。可能的原因是生涯問題對大一的學生而言並不是那麼急迫，雖然學校已早早讓其知道校園存在的生涯資源。另外，由學生們傾向於向學長姊或系上老師尋求協助，也可以看出生涯資源的「能見度」雖是基本條件，但可接近性可能更重要——意即，這些服務學生是否容易取得？是否能滿足學生的需求？

本研究前期，為修改量表曾與 20 位學生進行訪談，其中便有學生指出，雖知道學校有職涯中心、諮商中心等單位可提供生涯服務，但因「感覺」不熟悉、不方便、課業相關發展全校性單位難以解答、以及無法像諮詢系上老師或學長姊般方便、就近…等因素，是故即使知道有資源可使用，卻可能還是不會去使用。

不過，儘管如此，有關生涯相關活動方面，調查結果仍指出，學生對於相關生涯服務仍是需要的，因此，或許未來在舉辦相關活動時，可就服務的「方式」、「設計」等層面進行斟酌，例如，針對單一學院的生涯活動、直接走入班級的生涯服務以及和導師的合作等，都可以提高服務的精緻度，更能滿足學生們獨特的需求。此外，提高學生的主動性亦學校各單位提供生涯協助資源是否淪為浪費的關鍵。

### 二、政大學生之生涯定向狀態

本研究顯示政大全體學生中，有將近六成的學生是屬於生涯未定向者，此發現與過去研究有異曲同工之妙，如學者田秀蘭（1998）、金樹人（1989）的調查

皆指出較高比例的大學生仍處在未定向階段。如果進一步就來看年級，大一學生尚未決定生涯定向的人數最多。此外，本研究中，亦將「生涯定向」分為數個層次——因此，即使學生指出「已」決定就業或升學，在下一個問題仍可能表示自己「尚未」決定職業類別或科系類別。由此可理解，即使學生已選擇就業或升學，並不代表這群學生可被放在生涯服務之外，可能仍須進一步探索其定向的內涵；過去的研究者便有類似的呼應，例如，他們提到，即使生涯已確定的大學生，仍可能對其生涯目標不滿意(Jones, 1989; 引自劉淑慧、朱曉瑜，1999)，又或者，大學生早期形成的生涯決定到了晚期，可能發現不適合，而需要重新進行探索 (Newman, Fuqua, & Minger, 1990; Herr & Cramer, 1988)。所以，如何協助學生進行自我及就業環境的探索是生涯服務的重要課題。

此外，較多學生傾向選擇與自己所學相關的職業或科系做為生涯目標，這部分或許是熟悉感、已經培養對該領域的認知、已學有專精所致。104 人力銀行的調查便指出，2007 年在畢業前就找到工作的大學生認為，他們之所以能順利獲得主管青睞的關鍵因素之一為「相關科系畢業」；尚不論企業主之評價標準，就學生「主觀」方面的看法，選擇相關科系或許可部分提升其自信和安定感，以面對生涯發展過程中的挑戰。

又，本研究亦發現政大學生在就業的選擇中，最多人試圖兼顧興趣和現實條件，其次為以現實條件為主，以興趣為優先考量的比例佔最低。但是，大一的學生中，卻有較多比例的人選擇興趣優先於現實條件。不過，無論以何種條件為生涯選擇方向，皆反映出學生們在生涯發展進程中的自我調適過程，就「生涯適應力」的觀點而言，不同選擇的學生，未來可能會面對不同的挑戰，自然需要自我準備以因應不可預期的變化 (Savickas, 1997)。

### 三、政大學生之生涯困擾問題與生涯抉擇不安感狀態

本研究顯示在生涯困擾問題中，困擾程度最高依序為「自信」、「求職管道方法」、「自我認識」、「焦慮猶豫」、「產業趨勢」等。其中自信、自我認識與焦慮猶豫，屬於個人內在世界的認識與探索，而求職管道方法與產業趨勢，則屬於外在

環境的認識與了解。此結果顯示，在生涯困擾問題處遇上，需兼顧個人內在與外在環境的探索與了解，才是對生涯輔導介入的有效策略與方法。在「生涯抉擇不安感」的平均數得分雖偏低，但約有 1/4 學生的平均數得分已達「符合」以上的焦慮不安情緒，約有 2.3%的學生已出現較嚴重的心理不健康狀態。

另外，就「生涯困擾程度」各別題目上的反應來看，和「做決定」、「自信」，與「就業市場的變化」等皆有 1/3 以上的學生自覺是其生涯困擾的問題。由於大學教育的目的之一就是協助個體從青少年邁向成人。做為成人，能確定自己的生涯目標，為自己的決定負責是很重要的成熟指標。政大學生反應的生涯抉擇困難，其實就是在疑惑「自己想要變成什麼樣的大人？」。在過去的輔導經驗中，當學生們對自己的了解越充分，對自己越有自信，面對生涯的問題就較不會茫然與困惑。建議後續在生涯輔導介入上，可提前為學生預作心態上的準備，並從生涯輔導的主題擴大成自我探索的思考，鼓勵學生多做嘗試與探索，以協助學生們更能成熟與自在地為自己的未來作選擇。此外，在就業市場的變化上，研究結果顯示外在環境就業市場的變化，的確對這一代的年輕人，形成更嚴峻的挑戰。因此在生涯輔導介入上，習慣過去思維的傳統輔導人員，如何跳脫框架，以更新更符合目前的就業趨勢的角度來介入處遇，是在生涯輔導上值得思考的議題。

以「生涯抉擇不安感」的各別題目上的反應來看，反應較高的生涯抉擇不安感問題上，皆與「焦慮」情緒有關，反應較低的生涯抉擇不安感問題上，較與「無望悲觀」的情緒有關，可見本校學生在面對生涯抉擇問題上，雖然焦慮但多數人不至於對未來感到悲觀失望。

#### 四、政大學生背景特質在生涯問題上的差異

本研究發現政大學生於生涯問題上的得分在性別、年級、學院和自評成績上有差異。男生的困擾程度及生涯抉擇不安感較低，此結果與學者田秀蘭於 1998 年的研究結果並不相同，其發現大學男女生的生涯決定困難並無差異。本研究的結果或許與過去學者認為 (Betz, 1994) 女性在生涯發展上，容易遭受環境的阻



隔，例如受到性別角色刻板化、個人/社會化的阻隔，家庭和生涯的衝突等因素的影響；也可能是女性特質，如情緒導向的影響，例如本份量表就顯示女生較易猶豫、焦慮，女生在「人格特質」因素上的平均得分便遠高於男生。

本次研究也顯示出學院之間的生涯問題、困擾程度、生涯抉擇不安感等有所不同。整體而言，法律學院和理學院的學生主觀知覺的生涯困難較少，此部分可能與大部分法律學院學生之生涯方向較明確有關，未來從事司法官、律師、法律顧問等工作，其職業方向較不若其他學院學生模糊或開放，如文學院、外語學院等。至於理學院方面，其知覺之生涯困難較低，可能是與性別因素的交互作用，或理工背景之特質的影響。然，此部分需未來進一步的分析探究。

至於年級方面，本研究發現大學生的生涯困難程度，相較於碩博士生高，與過去類似的研究結果相似（田秀蘭，1998）。或許，隨著年齡因素，年紀較大者有較多的歷練，對生涯方面的思考也較多，因而呈現出的困難較少，而大學階段確實是個體生命中生涯的過渡時期，其焦慮感可能較高（黎麗貞，1997）。此外，本研究發現個體的生涯困難隨著年級之不同而遞減，也符合「生涯適應力」概念中，生涯乃一「動態性」發展的本質。簡言之，個體確實是不斷地主動調節以適應環境發展及改變的有機體，人們是會為自己找尋生涯出口的。

此外，不令人意外地，自評在校成績較好的學生，總體而言，其所知覺的生涯困難程度較低。此結果與張佳晏（2003）的研究結果類似，她發現生涯自我效能較高的女大學生，其生涯阻隔越低。因此，雖然自評在校成績並不代表實際的專業程度或能力，但它確實影響個體的自我評價，更影響其所知覺到的生涯決定困難、以及生涯抉擇不安感。

## 五、政大學生生涯定向狀態在生涯問題上的差異

本研究結果支持「生涯已定向者」之生涯困難與焦慮程度低於「生涯未定向者」之論述（田秀蘭，1990），顯示生涯定向與否確實影響個體所知覺的生涯問題多寡、焦慮程度等；換言之，個體若對其生涯方向有越清晰的澄清和輪廓，則其心理安定感越高，也表示個體對就業環境、職業發展趨勢、對自己特質的了解

等認知成熟度較高 (Marcia, 1980) 。

本研究特色之一，乃探索了就業者的「興趣」或「現實」之抉擇。就生涯適應力的觀點而言，一個適應的個體，不僅能調適個人內在的感受，也能調適自我以適應外在環境與解決問題 (Savickas, 2005) 。如同本研究所支持的結果——能兼顧個人興趣和現實條件者，其在生涯困難量表中的各分量表或困擾因素得分皆最低。反之，若僅考慮現實條件者，可能因面對個人內在的較大衝突，如必須犧牲自身的真正興趣以迎合外在的要求、條件、甚至期待，終將產生個體生涯發展上的困難或阻礙 (McWhirter, 1998) 。

選擇「非本科系相關領域」升學者，在生涯困擾因素中的「職業知識」和「自我知識」呈現較高的困難程度，這或許部份說明了「欲轉換跑道者」在目前所學專業上的困惑，因而有轉換領域的思考和決定。不過，因此群學生在整體生涯困擾程度、人格特質因素、其他因素、生涯抉擇不安感等方面並未低於選擇本科系相關領域者，是故對這群想轉換所學領域的學生而言，其所需要的生涯服務，乃是擴展其對工作世界之具體資訊的搜尋和了解，以及對自我興趣、專長的探索。

## 第三節 建議

### 一、 大一學生的生涯發展

以大學部來說，愈往高年級，有愈多學生具有相關的能力指標。換句話說，大一的學生有相當高比例的人沒有與「課業」(85.9%)、「社團或活動」(56.3%)、「工作」(62.3%)及「證照或檢定」(45.6%)有關的學習或參與經驗。

在學校及院系所提供的各種生涯資源上，可能因為新生入學階段學校各單位都努力的介紹，所以相對來說，大一學生知道這些生涯資源的人數比例是較高的，除了職涯中心外。但是會使用這些生涯資源的人數比卻低於應屆的畢業生。至於校外的資源，曾使用過的學生也只有將近 8%而已。很可能的原因是大一學生覺得生涯問題對其而言並不像應屆畢業生那般迫切。

不過從生涯定向來看，有高達 77%的學生表示其未來的生涯方向尚未決定。從研究中也得知，生涯未定向者的生涯困擾問題各面向都顯著的要較已定向者高。大一學生中有較高比例覺得是其生涯困擾問題的類別有：科系瞭解(22.3%)、產業趨勢(30.4%)、求職管道方法(35.1%)、自我認識(30.4%)、自信(31.7%)和焦慮猶豫(28.6%)。這些困擾問題如果當事人願意從自我探索與環境探索下手，都有可能解決的。

從資源的角度來說，學校、院系所與校外的生涯資源可能都不缺乏，但有沒有使用的決定權還是在個人。所以，對大一的學生而言，如何培養其主動性與行動力是所有和大一有接觸的師長與學校單位可以深思的方向。否則，到了將畢業時，「我想到畢業後所需面臨的就業或升學狀況，就感到擔心」(51.8%)、「想到生涯方向的選擇問題，我就會感到焦慮」(45.6%)的情緒都很容易在很多畢業生身上出現。

## 二、 職涯中心未來可發展的方向

對政大的學生來說，將近 74%的學生知道職涯中心，其中大一學生知道的比例約有 67%，但是有將近 81%大四、大五的學生知道。不過在利用職涯中心這個資源上，則大一學生只有 8%，大四學生也只有 17%。

不過，學生們使用系所老師、導師或學長姊的生涯資源之比例可是在五、六成。但是有些職涯需求可能也不是系所老師或學長姊個人有經驗可以分享的，例如產業趨勢的變化、求職技巧等。如果職涯中心能夠和系所合作分工，提供更客制化的服務內容，就比較不會讓學生覺得職涯中心所提供的服務內容是不符合其需求的。

## 三、 身心健康中心可發展的方向

有關學生的生涯困擾問題，從本研究中可發現，最多人感覺存在的問題是與人格特質有關的議題，不論是自信（33.4%），或是焦慮猶豫（27.7%），都有三成上下的學生自覺是其問題。身心健康中心在 99 學年度做的「大一新生生活適應與健康量表」與「全校生活適應與健康量表」調查的結果也都顯示「自信」是很值得注意的問題。

沒有自信往往也顯現在做決定的困難上。本研究亦發現最多人覺得自己符合狀況的題目中，所涵蓋的主要內容之一就是很難做決定。

心理學的研究很明確的證明過度的焦慮其實對於表現是沒有幫助的，往往還是種干擾。但是在研究中發現，有 1/4 的參與者有生涯抉擇不安的感受。

因為學生中有此困擾的比例其實不低，因此如何透過教育方式協助學生建立自信、學會做決定以及管理自己的情緒，是身心健康中心要和教學單位合作的方向。

#### 四、 邊緣學生的關懷

從研究統計中可以知道，有 146 位(4.2%)學生回答自己沒有任何與「課業」、「社團或活動」、「工作」及「證照或檢定」有關的經驗或學習。80 位(2.3%)學生因生涯抉擇的問題出現較嚴重的心理健康問題。如果導師能夠注意自己的導生，或許有機會發現這些相對邊緣的學生。真心的關懷相信是這類學生很需要的，也是老師可以做到的。

## 參考文獻

### 一、中文部分

- 田秀蘭 (1998)。「生涯阻隔因素量表」之編製及其因素結構。*屏東師院學報*，11，81-104。
- 田秀蘭 (1990)。男女大學生生涯阻礙因素之分析研究。*教育心理學報*，30，133-148。
- 林幸台 (1987)。*生計輔導理論與實施*。台北：五南圖書。
- 林清文 (1994)。大學生生涯發展問卷編製及大學生生涯決定狀態調查研究。*輔導學報*，17，175-255。
- 金樹人 (1997)。*生涯諮商與輔導*。台北：東華。
- 金樹人、林清山、田秀蘭 (1989)。我國大專學生生涯發展定向之研究。*教育心理學報*，22，167-190。
- 吳明隆、涂金堂 (2005)。*SPSS 與統計應用分析*。台北：五南。
- 洪文婷 (2009)。*大學生知覺父母期望、完美主義傾向與生涯定向之相關研究*。碩士，國立嘉義大學，嘉義市。
- 修慧蘭、林筱婷 (2009)。*國立政治大學學生心理健康篩檢量表之編制*。國立政治大學校務發展研究計畫。
- 紀憲燕 (1994)。*大學生生涯決定類型與生涯決定信念之研究*。碩士，國立台灣師範大學，台北市。
- 張佳晏 (2003)。*大學女生之生涯自我效能與其生涯成熟、生涯阻隔及因應策略之相關研究*，碩士。國立臺南大學，台南市。
- 傅琇悅 (2001)。*年輕女性工作者生涯阻隔、生涯動機與因應策略之關係*。碩士，國立政治大學，台北市。
- 楊淑珍 (1998)。*生涯阻力檢核表之編製*。*測驗年刊*，45，149-172。
- 陳麗如 (1994)。*大學生生涯發展阻隔因素之研究*。碩士，國立台灣師範大學，台北市。
- 楊智馨、林世華 (1998)。*大學生生涯發展狀況與自我認定狀態之關係*。*教育心理學報*，30(2)，1-16。
- 黎麗貞 (1997)。*大學女生性別角色、生涯自我效能、生涯阻礙與職業選擇之相關研究*。碩士，國立高雄師範大學，高雄市。
- 劉淑慧 & 朱曉瑜 (1999)。*大學生的決策型態、不確定性的因應與生涯滿意度之相關研究*。*國家科學委員會研究彙刊：人文及社會科學*，9(3)，448-463。

## 二、英文部分

- Betz, N. E. (1994). Self-concept theory in career development and counseling. [Article]. *Career Development Quarterly*, 43(1), 32.
- Erikson, M. A. (1963). *Childhood and society* (2 ed.). New York: W. W. Norton.
- Farmer, H. S. (1976). What Inhibits Achievement and Career Motivation in Women? *The Counseling Psychologist*, 6(2), 12-15.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510-526. doi: 10.1037/0022-0167.43.4.510
- Harmon, L. W. (1977). Career counseling for women. In E. Rawlings & D. Carter (Eds.), *Psychologists Psychotherapy for Women*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Herr, E. L., & Cramer, S. H. (1988). *Career guidance and counseling through the life span* (3 ed.). IL: Scott,Foreman.
- Jones, L. K., & Chenery, M. F. (1980). Multiple subtypes among vocationally undecided college students: A model and assessment instrument. *Journal of Counseling Psychology*, 27(5), 469-477.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: John Wiley.
- McWhirter, E. H., Crothers, M., & Rasheed, S. (2000). The effects of high school career education on social-cognitive variables. *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 330-341.
- Newman, J. L., Fuqua, D. R., & Minger, C. C. (1990). Further evidence for the use of career subtypes in defining career status. *Career Development Quarterly*, 39(2), 176.
- Nieva, V. F., & Gutek, B. A. (1981). *Women and Work: A Psychological Perspective*. New York: Praeger.
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability : An integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, 45, 247-259.
- Super, D. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper.
- Swanson, J. L., Daniels, K. K., & Tokar, D. M. (1996). Assessing Perceptions of Career-Related Barriers: The Career Barriers Inventory. *Journal of Career Assessment*, 4(2), 219-244.
- Swanson, J. L., & Tokar, D. M. (1991a). College students' perceptions of barriers to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 38(1), 92-106.
- Swanson, J. L., & Tokar, D. M. (1991b). Development and initial validation of the Career Barriers Inventory. *Journal of Vocational Behavior*, 39(3), 344-361.

Swanson, J. L., & Woitke, M. B. (1997). Theory Into Practice in Career Assessment for Women: Assessment and Interventions Regarding Perceived Career Barriers. *Journal of Career Assessment*, 5(4), 443-462.



附錄一：國立政治大學生涯問題診斷量表

## 國立政治大學 生涯問題診斷量表

量表一：基本資料（包含個人背景資料與能力指標資料）

因素	意義	題目
Q1 背景 資料	個人 背景 資料	(1) 學號：_____ (2) 性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 (3) 學院： <input type="checkbox"/> 文學院 <input type="checkbox"/> 理學院 <input type="checkbox"/> 社會科學院 <input type="checkbox"/> 法律學院 <input type="checkbox"/> 國際學院 <input type="checkbox"/> 商學院 <input type="checkbox"/> 傳播學院 <input type="checkbox"/> 教育學院 <input type="checkbox"/> 外語學院 (4) 科系：_____ (5) 年級： <input type="checkbox"/> 大一 <input type="checkbox"/> 大二 <input type="checkbox"/> 大三 <input type="checkbox"/> 大四 <input type="checkbox"/> 大五 <input type="checkbox"/> 碩一 <input type="checkbox"/> 碩二 <input type="checkbox"/> 碩三 <input type="checkbox"/> 碩四 <input type="checkbox"/> 博一 <input type="checkbox"/> 博二 <input type="checkbox"/> 博三 <input type="checkbox"/> 博四 <input type="checkbox"/> 博五 <input type="checkbox"/> 博六 <input type="checkbox"/> 博七 <input type="checkbox"/> 博八 <input type="checkbox"/> 其他 (6) 身分別： <input type="checkbox"/> 本國生 <input type="checkbox"/> 外籍生或僑生 (7) 是否轉學或轉系： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 轉系生 <input type="checkbox"/> 轉學生 (8) 聯絡電話：_____ (9) E-mail：_____
Q2 能力 指標 資料	個人 能力 資料	(1) 自評在校成績表現，若與全班同學相比，你認為你會落於 哪個級距中？ <input type="checkbox"/> 前 30% <input type="checkbox"/> 中 31%~70% <input type="checkbox"/> 後 30% (2) 上大學以來，請問你是否有下列 <u>與課業有關</u> 的經驗： (可複選) <input type="checkbox"/> 雙主修 <input type="checkbox"/> 輔系 <input type="checkbox"/> 交換學生(或以學校的國外獎學金 出國) <input type="checkbox"/> 領過學業方面之獎學金(校內或校外) <input type="checkbox"/> 課業相關實習經驗 <input type="checkbox"/> 參加相關競賽 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 以上皆無 (3) 上大學以來，請問你是否有下列 <u>與社團或活動有關</u> 的經 驗：(可複選) <input type="checkbox"/> 出國遊學 <input type="checkbox"/> 擔任社團幹部 <input type="checkbox"/> 擔任校內或校外義工 <input type="checkbox"/> 參加非課業相關競賽 <input type="checkbox"/> 其他：_____(請說明) <input type="checkbox"/> 以上皆無 (4) 上大學以來，請問你是否有下列 <u>與工作有關</u> 的經驗： (可複選) <input type="checkbox"/> 校內工讀 <input type="checkbox"/> 擔任校內外研究助理 <input type="checkbox"/> 家教 <input type="checkbox"/> 校外短

		<p>期工讀 <input type="checkbox"/> 校外正職工作 <input type="checkbox"/> 其他：_____</p> <p><input type="checkbox"/> 以上皆無</p> <p>(5) 請問你目前是否已有下列證照或通過檢定 (複選題)：</p> <p><input type="checkbox"/> 語言檢定_____ (請依重要性列出，最多三項)</p> <p><input type="checkbox"/> 電腦資訊證照_____ (請依重要性列出，最多三項)</p> <p><input type="checkbox"/> 與本科系相關之專業證照_ (請依重要性列出，最多三項)</p> <p><input type="checkbox"/> 非以上之其他類證照____ (請依重要性列出，最多三項)</p> <p><input type="checkbox"/> 以上皆無</p> <p>(6) 為了畢業後的出路，請問你是否補習？ (可複選)</p> <p><input type="checkbox"/> 有，升國內研究所 <input type="checkbox"/> 有，升國外研究所(如托福、GMAT等)</p> <p><input type="checkbox"/> 有，公職考試 <input type="checkbox"/> 有，相關專業證照</p> <p><input type="checkbox"/> 有，語言檢定 <input type="checkbox"/> 有，其他_____ (請說明)</p> <p><input type="checkbox"/> 無</p>
<p>Q3 個人 職涯 資源 認知 與使 用</p>	<p>個人 職涯 資源 之認 知與 使用</p>	<p>(1) 請問你瞭解學校有哪些單位或人，可協助你做生涯決定？ (可複選)</p> <p><input type="checkbox"/> 職涯中心 <input type="checkbox"/> 心理諮商中心 <input type="checkbox"/> 院或院導師 <input type="checkbox"/> 系所或系主任、老師 <input type="checkbox"/> 班導師 <input type="checkbox"/> 其他_____ (請說明)</p> <p>(2) 請問你曾使用過上述的學校資源嗎？ (可複選)</p> <p><input type="checkbox"/> 職涯中心 <input type="checkbox"/> 心理諮商中心 <input type="checkbox"/> 院或院導師 <input type="checkbox"/> 系所或系主任、老師 <input type="checkbox"/> 班導師 <input type="checkbox"/> 其他_____ (請說明)</p> <p>(3) 請問上述中「院」或「系」所提供的協助，何者較能幫助您的生涯決定？ (可複選)</p> <p><input type="checkbox"/> 課程 (授課內容) <input type="checkbox"/> 職場參訪 <input type="checkbox"/> 職場實習</p> <p><input type="checkbox"/> 學長姊 (或職場專業人士) 經驗分享</p> <p><input type="checkbox"/> 系上老師諮詢、意見</p> <p><input type="checkbox"/> 課外活動或訓練 (如：系學會、研討會)</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 無</p> <p>(4) 承上題，您所就讀的「院」或「系」所提供的協助中，您曾使用哪些？ (可複選)</p> <p><input type="checkbox"/> 課程 (授課內容) <input type="checkbox"/> 職場參訪 <input type="checkbox"/> 職場實習</p> <p><input type="checkbox"/> 學長姊 (或職場專業人士) 經驗分享</p> <p><input type="checkbox"/> 系上老師諮詢、意見</p> <p><input type="checkbox"/> 課外活動或訓練 (如：系學會、研討會)</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 無</p> <p>(5) 請問你有使用過「校外」生涯輔導的資源嗎？</p> <p><input type="checkbox"/> 有：_____ (請說明)</p> <p><input type="checkbox"/> 無</p> <p>(6) 請問您使用過的校外生涯輔導資源為何？</p> <p>_____</p>

量表二：生涯定向（目前生涯決定狀態）

因素	意義	題目
Q1 生涯資料	目前生涯決定狀態	<p>(1) 請問你畢業後的生涯方向已確定了嗎？  <input type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否（電腦直接連結回答量表三）</p> <p>(2) 請問你目前決定畢業後的生涯方向是？  <input type="checkbox"/>就業（電腦直接連結回答A部分大題）  <input type="checkbox"/>繼續升學（電腦直接連結回答B部分大題）  <input type="checkbox"/>服兵役</p> <p>(3) 請問你服完兵役後，「最有可能」的生涯方向是？  <input type="checkbox"/>就業（電腦直接連結回答A部分大題）  <input type="checkbox"/>繼續升學（電腦直接連結回答B部分大題）</p>

	題目
A 部分 大題	<p>(1) 請問你已決定未來的職業類別嗎？  <input type="checkbox"/>已決定 <input type="checkbox"/>未決定</p> <p>(2) 請問你「有可能」往那類職業發展？（可複選）  <input type="checkbox"/>公職，和本科系相關 <input type="checkbox"/>公職，<u>非</u>本科系相關  <input type="checkbox"/>非公職，但和本科系相關之領域 <input type="checkbox"/>非公職，亦和本科系<u>非</u>相關之領域</p> <p>(3) 請問你做出<u>該職業選擇</u>的原因是？（單選）  <input type="checkbox"/>個人興趣或特質大於現實條件(如薪資、為了確保有一份工作等)  <input type="checkbox"/>現實條件大於個人興趣或特質  <input type="checkbox"/>個人興趣、特質及現實條件皆可兼顧</p>
B 部分 大題	<p>(1) 請問你已決定繼續升學的系所別嗎？  <input type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否</p> <p>(2) 請問你想申請或投考何處的研究所？  <input type="checkbox"/>國內(台灣)研究所 <input type="checkbox"/>國外(台灣以外的)研究所 <input type="checkbox"/>未決定</p> <p>(3) 請問你想選擇的研究所的系所別是：  <input type="checkbox"/>與本科系相關之系所 <input type="checkbox"/><u>非</u>本科系相關之系所 <input type="checkbox"/>未決定</p>

量表三：生涯困擾原因(造成生涯抉擇困擾的原因因素)

原因因素		題目	非常不符合	不符合	普通	符合	非常符合
PART1 職業知識	Q1. 科系瞭解	(1) 我不清楚從自己所讀科系畢業後可從事哪些職業/或可考哪些研究所。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 我對和現在所就讀的科系有關的職業/或研究所科系內容及其所需條件不了解，所以無法做出生涯決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(3) 我對許多職業/或研究所科系缺乏了解，所以無法做出生涯決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(4) 我對自己就讀的科系還未完全了解，所以還無法做出任何決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(5) 我所讀的科系受到整體就業環境的影響，所以我擔心畢業後的工作或升學選擇。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Q2. 產業趨勢	(1) 我因為不了解未來產業的趨勢與走向，所以無法做出生涯決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 因為我的社會經驗不夠，也不知道有什麼工作或升學方向的選擇，所以無法做生涯決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Q3. 求職管道方法	(1) 我不知道如何找到理想的工作/或如何準備升學考試。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 我擔心我的求職/或升學技巧與方法不夠好，如：面試技巧、履歷資料準備等。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Q4. 轉換科系問題	(1) 我對與自己目前所就讀科系有關的職業/或研究所都沒興趣，所以還不能確定未來的目標。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 我不確定自己現在就讀的科系是否符合自己的興趣與能力，所以還不能確定將來是否朝此方向發展。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	PART2 自我知識	Q1. 自我認識	(1) 我不了解自己有哪些興趣與能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(2) 我不知道自己在哪些生涯領域上可以發揮所長。			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(3) 我不知道我的個性與興趣適合哪些生涯領域。			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q2. 雙趨衝突		(1) 我對很多生涯領域都有興趣，很難做抉擇。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 我已經獲得幾家公司的工作機會/或學校的錄取通知，但我仍在抉擇該選哪一家。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(3) 我的興趣廣泛，很難決定該向哪個方向發展。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q3. 價值觀		(1) 我的內心充滿了各種互相衝突的想法，使得我無法做任何決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(2) 雖然我不喜歡現在所念的科系，但是這方面的工作較好找/或研究所較好考，所以我還是會繼續在此領域中發展。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		(3) 我知道我適合那種生涯領域，但因為在一般人心目中評價不高，因此，我一直無法做決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	(4) 我想要找到比同儕更有聲望的生涯目標，因此造成	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

		我遲遲無法做最後的決定。 (5) 我想從事的生涯方向的報酬(如薪資、升遷和發展等)，和我的期望不符合，所以我還沒決定我的未來目標。 (6) 我覺得目前的產業提供的條件和環境不適合我，所以我還沒辦法做決定。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
PART3 人格 特質	Q1. 自信	(1) 我不確定將來是否真的有能力從事我想選擇的生涯方向。 (2) 我缺乏自信，擔心自己無法在就業市場/或升學考試中跟別人競爭。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Q2. 焦慮 猶豫	(1) 我是個不容易做決定的人，在做決定時，我常猶豫不決。 (2) 在未來的生涯選擇上，我需要考慮的因素很多，使我難以下生涯決定。 (3) 我每次考慮未來生涯方向時，心裡的焦慮常使得我沒有辦法思考。 (4) 我是一個沒有主見的人，我很容易受到別人的影響，所以到現在還沒有做生涯決定。 (5) 我的個性很不積極，所以現在還不想考慮有關未來目標和方向的問題。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
PART4 其他 因素	Q1. 外在 阻力	(1) 我想從事某種生涯目標，但社會上一般人認為不適合我這種學歷或性別的人，因此我一直無法下定決心。 (2) 家人的看法與我自己想選擇的生涯目標不同，所以無法做就業的決定。 (3) 目前的家庭狀況無法讓我選擇我心目中理想的生涯方向，因此我沒辦法作決定。 (4) 由於我想從事的工作競爭過於激烈，使我可能改變我原本的方向。 (5) 因為就業市場需求的影響，擔心找不到理想的工作/或造成升學更加激烈。 (6) 目前社會上所需要的人才與我的主修不符，因此我還無法確定我未來的方向。 (7) 在這學歷氾濫的時代，大多數的產業遴選人才的標準提高(如：教育程度、語文能力、電腦技能…等)，我擔心這現象對我造成影響。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Q2. 抉擇 時機	(1) 我不知將來是否能找到自己理想的生涯目標，所以目前還不想太早決定。 (2) 我容易改變心意，所以還不想太早決定未來的方向。 (3) 距離未來生涯決定的時間還很遠，我不想那麼早確定。 (4) 決定未來的目標和方向是一件很繁雜的事，我不想面對。 (5) 我現在在學校的事情很多，沒時間去思考有關生涯抉擇的問題。 (6) 計畫趕不上變化，所以我走一步算一步。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

		<p>(7) 碩博士學歷越來越普遍的現象，影響我畢業後是否先讀研究所。</p> <p>(8) 因為家人願意繼續提供我經濟上的支持，所以我目前還不急著做任何決定。</p>	<p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p>
--	--	--	---

量表四：生涯抉擇不安感

因素	意義	題目	非常 不符合	不 符合	普 通	符 合	非常 符合
Q1 不安 感量 表	評量個人對目前職業目標抉擇狀態的不安全感程度	(1) 我對目前自己的生涯抉擇情況，感到不滿意。 (2) 我對未來生涯發展，抱持著悲觀的態度。 (3) 想到生涯方向的選擇問題，我就會感到焦慮。 (4) 我現在覺得前途茫茫，不知生活是為了什麼。 (5) 我想到畢業後所需面臨的就業或升學狀況，就感到擔心。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q2 心理 健康 狀態	評量個人對目前職業目標抉擇狀態是否造成憂鬱或心理健康問題	(1) 我因抉擇未來的職業目標，而感到壓力過大，影響了生活作息。例：失眠、食慾下降...。 (2) 我因抉擇生涯方向的困難，而有想結束生命的念頭。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

量表五：生涯相關活動需求

因素	意義	題目
Q4 講座需求	個人需求指標	<p>請問以下有關生涯發展系列講座及活動，哪些是你希望學校可舉辦的？（複選題）</p> <p>(1) 求職技巧講座：  <input type="checkbox"/>如何撰寫中文履歷    <input type="checkbox"/>如何撰寫英文履歷  <input type="checkbox"/>中文面試技巧        <input type="checkbox"/>英文面試技巧  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(2) 讓自己增值講座系列：  <input type="checkbox"/>如何培養領導特質    <input type="checkbox"/>如何增加溝通技巧    <input type="checkbox"/>簡報技巧  <input type="checkbox"/>企畫案教學            <input type="checkbox"/>社交禮儀教學  <input type="checkbox"/>美姿美儀課程        <input type="checkbox"/>彩妝技巧教學  <input type="checkbox"/>心靈工作坊（如何增加自信、釋放壓力…等）  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(3) 產業趨勢分析系列：  <input type="checkbox"/>產業趨勢分析(請說明你所期待的產業類別：_____)  <input type="checkbox"/>職務分析  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(4) 生涯經驗分享：  <input type="checkbox"/>學長姊之經驗分享    <input type="checkbox"/>職場名人之經驗分享  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(5) 徵才與企業參訪系列：  <input type="checkbox"/>徵才講座及機會    <input type="checkbox"/>與企業主管對談    <input type="checkbox"/>企業實習  <input type="checkbox"/>企業參訪  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(6) 準備考試系列：  <input type="checkbox"/>出國留學之申請與準備  <input type="checkbox"/>如何準備國內研究所考試(或申請)  <input type="checkbox"/>如何準備公職考試  <input type="checkbox"/>其他(請說明：_____)</p> <p>(7) 其他系列(請說明)：            _____</p>

(填答完畢)



## 附錄二：訪談結果摘要表

### 訪談結果摘要表

學院	受訪者之生涯規劃	特色	備註/其他
文學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>公職</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>非應用類科，生涯方向較不明確。</li> <li>生涯發展多樣化，不一定侷限於該本科系(無論就業或考研究所)。</li> <li>多認為系上專業課程對「就業」較無幫助。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對就業博覽會的意見</u>： (1) 僅對商學院學生有幫助。 (2) 對應屆未役畢的男生而言並非很有幫助。 (3) 廠商不夠多。 (4) 職缺不夠吸引人(不用大學畢業、不用政大的學生皆可做)。</li> </ol>
理學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>研究所</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>認為碩士學歷較有優勢或變成基本條件。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對學校的意見</u>： (1) 轉系太困難；導致惡性循環。 (2) 知道學校似乎有些生涯輔導措施，但很少使用。 (3) 多半以個別詢問系上導師、教授為主，希望能一對一與老師對談。 (4) 學長姊的經驗分享、各領域的專業人士分享，有部分吸引力(若與自己的生涯規劃不相符，仍無興趣)。</li> </ol>
社會學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>公職</li> <li>研究所</li> <li>證照考</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>從「以公職為志→其他私部門」之可能性。</li> <li>在金融風暴中成為「另類」受牽連者。</li> <li>當初選填志願或轉系進入該系時，有明確興趣或個性特質相符合。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對實習、參觀、或「實地經驗」(如獎學金出國)的肯定</u>： (1) 能了解就業市場、</li> </ol>
法律學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>公職(司法官)</li> <li>證照考</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>目標明確、專業度高、取代性低、受經濟影響較小。</li> <li>但主要壓力來源為「考試多但錄取率低」。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對實習、參觀、或「實地經驗」(如獎學金出國)的肯定</u>： (1) 能了解就業市場、</li> </ol>
商學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>研究所(國內/國外)</li> <li>公職</li> <li>找工作(有/無清楚目標)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>多數認為碩士學歷為基本條件，或能提升專業能力。</li> <li>皆提到「英文」能力的重要性。</li> <li>「讀研究所」及「就業」的先後順序之考量。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對實習、參觀、或「實地經驗」(如獎學金出國)的肯定</u>： (1) 能了解就業市場、</li> </ol>
傳播學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>打工遊學</li> <li>找個人興趣之工作</li> <li>研究所</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>對所讀科系有明確興趣。</li> <li>但不一定對該行業有入行之決心/信心；個別差異大。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對實習、參觀、或「實地經驗」(如獎學金出國)的肯定</u>： (1) 能了解就業市場、</li> </ol>
外語學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>公職</li> <li>研究所(國外)</li> <li>轉系</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>對自己三或四年的「外語」能力不全然有信心(環境因素)。</li> <li>視「外語」能力為個人之「軟實力」，但在就業上必須另謀</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><u>對實習、參觀、或「實地經驗」(如獎學金出國)的肯定</u>： (1) 能了解就業市場、</li> </ol>

		<p>出路，如商領域。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 多數對「從商」有興趣，但因相關專業知能故無與他人競爭之信心。</li> </ul>	<p>職場生態。</p> <p>(2) 有助開始規劃或思考個人未來。</p> <p>(3) 希望能到多元的的地方實習，而不僅限於同一產業。</p>
國際學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 未定，考公職或國會助理</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 科系可行的出路多，但卡在語言能力，不能考外交官。</li> <li>• 怕工作和想像中有所落差，因此想從學長姐那裡得到職業資訊以及他們的生涯選擇，希望系上協助。</li> </ul>	
教育學院	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 考教師徵試</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 仍然對教育抱持熱誠，但因教甄錄取率低，會擔心考不上。</li> </ul>	

## 附錄三：訪談記錄表（基本資料恕刪）

### （一）文學院（共兩名受訪者，1/2）

#### 一、距離畢業大約還有一年的時間，你對於未來的生涯方向已經決定了嗎？（找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他）

我現在在準備公職考試，已經開始補習了。可是因為上榜率實在很危險，大概3%左右，我學姊告訴我可能要嘗試個兩三年，但我畢業後又想馬上工作，所以可能還是會先去找工作，我現在也沒有學分可以延畢。所以就是一邊工作一邊唸書。我之後還是會想要念研究所，可是首要是先把工作穩定下來，我想先有穩定的經濟基礎，我從大學就開始一直都有工讀，因為我認為大學本來就應該是開始獨立的年紀。

#### 二、你是如何決定這個生涯方向的？可否談談你的生涯決定過程（從何時開始思考這些問題，尋求過誰的幫助或建議，中間做過哪些努力或嘗試…）

因為我爸媽都是公務人員，公務人員的小孩一定都會被灌輸當公務人員有穩定薪水這個觀念，所以我從小就想當公務人員，想當老師，可是後來發現不適合我，所以就開始查公職的各種科目、去問補習班，結果發現大部分的公務人員都要整天坐辦公室、處理一樣的事情，頂多遇到不一樣的人，可是也沒什麼交流，我覺得這樣我到最後一定會受不了，所以後來就想考另一個單位。本聽說這個工作是有危險性的，我爸媽也會擔心，但是我就跟他們說如果我當一般的公務人員一定中途就會受不了，到時中年轉業更麻煩；我父母算是開明的，其實他們最關心的是「考研究所」這件事，可是我就跟他們說我沒特別想研究什麼，另外如果半路出家也不確定自己喜不喜歡，所以他們就隨便我了。

#### 三、在決定生涯方向時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何面對這些困難的？

其實做這個決定還滿掙扎的。我現在住外面，有四個室友，他們都是要考研究所的，2月就考完了，所以我現在只要一想到他們2月就可以逍遙、到處閒晃我就很痛苦；尤其我們現在都是早上一起去讀書、晚上一起回家，所以現在只要想到之後就剩我一個人還在讀書，我真的就無比痛苦。

然後，我當初也會猶豫是說，那些考試科目裡面沒有任何一科是我本科系的東西，我要在一年的時間內全部重唸，其實壓力很大，書也一本比一本厚，我很擔心自己唸不來。現在平常讀書的習慣也早就消失了，所以整天唸書很容易煩躁。

簡單來說，我覺得做這個決定最辛苦的是「都是非本科系的東西」，有問題沒有人可以問、沒有人和你一起努力、討論。

#### 四、在決定生涯方向的過程中，你的心情感受如何？

我很容易心猿意馬，心性不定，就會想說別的是不是比較好，所以當初也趕快繳錢去補習班也是想藉此趕快讓自己定下來，否則我可能隔天就變卦決定考研究所，這樣就實在太可怕了。

可是我當初決定要報國考的時候非常掙扎，極度掙扎。掙扎的點是聽說工作

很辛苦而且是有危險性的工作，我就會猶豫說「我以後要這麼辛苦嗎？」可能和家人的相處也會變少。現在決定考了，就開始擔心「考不上怎麼辦？」，現在停留在這個點。

我還滿徬徨的吧。一方面我又想去法國唸大學、一方面也想讀研究所、一方面我又覺得要先有穩定的經濟基礎，這三個卡在一起，我要怎麼安排？我想了很久。要先有經濟基礎的話就牽涉到要做什麼工作，沒有研究所學歷好找工作嗎？我也不知道。也許只能從基層做起，短期的還好，可是長期的話…我就會想萬一我沒考上國考的話怎麼辦？總而言之，未到明年九月我都不知道我的未來要怎麼走。

緊張害怕雖然也是會有…不過我對自己的做事能力還滿有信心的，所以頂多是做一個「被侷限」、沒有很喜歡的工作。害怕的話，當初失業率很高的時候，是有每天都在擔心自己考不上怎麼辦啦，現在的話就好一點了，失業率好像沒那麼高了。

**五、你覺得貴學院學生大學畢業後，求職“需”具備哪些能力？（學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…），若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？**

1. 活動策劃與執行能力。自評 8~9 分(滿分 10 分)
2. 危機處理能力。自評 8 分(滿分 10 分)
3. 人際互動及溝通能力，包括與上級或教授長輩等。
4. 個性特質：吃苦耐勞、耐操的精神、開朗、大方。自評「吃苦耐勞」10 分(滿分 10 分)

**六、你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

1. 工作性質：我是一個無法忍受無聊的人，所以如果工作有趣我又喜歡的話但薪水低一點沒關係。
2. 薪水。
3. 工作地點：我是一個戀家的人，所以工作地點還滿列入考慮的，像現在離家唸大學，回家的時間變得很少，我就覺得滿不方便的。
4. 工作環境。
5. 未來性：這我還沒想過，目前還不是最在意的。

**七、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

我覺得基本上一定有，因為當大家都在擔心失業的時候，你就會想說我唸完研究所出來還不是失業，就會比較不想往升學的方向走，反而是想趕快穩定下來。可是如果今天台灣經濟很好的話，我就不會急著找工作，我也會想要先進修，因為唸完研究所可能會讓我得到更好的工作，但現在就是沒有那麼樂觀。所以當初我想要考公職這也是一個很大的原因。

**八、面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

1. 由專業者提供諮詢：像雖然各系老師會給各系的學生建議什麼的，但通

常只限於那個系，其他系並不適用；所以如果有「生涯規劃」那種專業的教授設立諮詢時間，讓學生可以去諮詢，這樣會比較好。

2. 其他：像演講這些可能是有用，但因為我個人比較重視實質效益，所以會比較不喜歡演講類的方式，因為一整場聽下來可能不會有什麼內容是對我有幫助的，就我來說，一對一是我比較喜歡的。像我曾經來諮詢過，我覺得就滿好的。

### 九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？

我有修過一門通識課就叫做「生涯規劃」，可是我忘記那堂課我到底在做什麼了，好像就是做很多心理測驗類的東西，畫圖啊之類的。

我印象中系上沒有什麼整體性的生涯協助的規劃；可是像我們教授就是私底下很關心學生，包括會問我們將來要做什麼啊、要不要和他們一起做研究之類的，尤其像大三升大四的時候，教授們都會花幾乎半節課的時間，告訴我們他自己怎麼做生涯規劃、我們應該如何做生涯規劃、然後又鼓勵我們考研究所。另外我們系上管學生事務的助教也都滿願意給我們協助的，會給我們一些建議、有什麼工作訊息也會 po 在他的個板上。

## (二) 文學院 (共兩名受訪者, 2/2)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

用這一年準備高考, 現在已報名補習班, 暑假開始上課, 大四畢業、七月多就考第一次。但知道通常不會考第一次就上榜, 所以先告訴爸媽畢業後再給一年的時間當全職考生, 之後萬一再考不上, 就先隨便找個工作再說。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

高中以前想當老師, 因為流浪教師的新聞很多所以放棄了。高中後就想當諮商師, 因為看到小說(如: 24 個比利), 覺得心理諮詢師的工作很有挑戰性、有趣、而心生嚮往。覺得與之類似的輔導老師工作很快樂, 也很喜歡。但是後來, 考慮到實際面(老師很難考), 所以放棄了。

但很多人會問之後要幹嘛? 看看系上的人還有學長姐, 大部分會走文藝界或報社。但是自己比較希望工作有保障、穩定一點, 要是往商業界發展怕被裁員, 想一想還是公職工作最適合自己。問過周遭的人, 同學覺得公職很適合我, 爸媽也很贊成。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

在選擇報考類別時, 不確定要考哪個。高考分很多類, 我用錄取率來比較, 再考慮哪些是自己念得下去的, 經過這樣的篩選, 覺得教育行政的話, 競爭者似乎都有專業背景、素質好像比較高, 自己希望不大。之後發現一般行政較符合自己的標準, 於是下定決心, 也針對這個項目報了補習班。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

知道很多人都要考公職, 競爭者多, 很可怕、很徬徨。但又覺得自己沒有其他可以活下去的技能, 想一想從小到大最會的就是考試了, 所以還是往這邊試試看。

### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

因為自己不是特別喜歡自己的系, 沒辦法想到很多。

- 思考能力: 上課教授都要求不斷的思考, 這方面一定有提升。另外, 思考能力能幫助人跳出框架思考, 看到別人看不到的東西, 這也許有助發展創意。自評 60 分。
- 文筆: 自評 80 分。
- 口語表達: 比較努力的同學會在課堂上跟教授你來我往的答辯, 我覺得他們很厲害。不過這些練習的機會要自己把握, 而且就算教授點人回答, 通常也是點附近的人而以, 自己不是上課那麼主動的人, 就少了很多練習機會。自評 60 分。
- 第二外語: 系上規定要修的, 四學分。自己上學期跟一群同學修外文, 因為

發音一直很不標準，缺課不少、底子就沒打好。覺得自己沒有好好的真正學到這個語言，想在下學期修新的外國語。

#### 六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）

- 薪水：看到電視上有大學生因為考到公職就休學去工作了，自己也想要這樣，反正不是特別想念這個系。後來知道沒有大學畢業只能考普考，而普考通過後的薪水加得很慢，如果想要薪水好一點，就得去考需要大學學歷的高考，因此繼續在大學待下去，以準備高考、希望有更好的薪水。在賺錢上，雖然環境沒什麼經濟壓力，但是仍想把自己顧好、至少別成爲家裡的負擔。
- 工作性質：希望能分發在學校，因爲喜歡、習慣這種單純的環境。但也可能因爲沒有出過社會，目前接觸到的只有校園環境才這麼想吧。
- 發展性：也許公職讓人覺得薪水很死，但是它的穩定就很符合自己的需要，所以不太在意發展性。

#### 七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？

對心情有點影響，之前在考慮要不要考公職時，看到環境這麼差，造成很多人也要考公職，想到競爭者這麼多心情上就很緊張。不過好像一陣子之後，新聞熱潮過了，感覺就還好了。

#### 八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？

- 多開一些和證照類有關的課：周遭同學們都急著把課在大一到大三修完，把大四這年花在補習班或工作上，我就覺得大四還要來學校，很沒意義，因爲學校沒有提供這些同學需要的、同學卻又不能提早畢業。所以如果學校能多開一些例如對考證照有幫助的課，會比較實際。
- 增進職涯中心的使用：希望學校加強宣導，大三大四安排學生與職涯中心面談。很多積極主動的同學沒事會自己去找這些訊息，所以沒問題，但很多同學不是這樣，這些才是真正需要幫助的人（需要訊息端主動往他們傳送資訊；如果有制度，排定每個人都必須接受職涯面談，就能夠推這些被動的學生一把）。

#### 九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？

請系友回來演講：大概一兩個禮拜，就會看到系上有告示牌廣告。可是成效不彰的樣子，自己也很少去聽，原因可能是環境吧，演講地點在山上，大學生又常常要趕教室、通識課也多半在山下，所以去聽的意願就不高。

念到現在，發現同學們大致分成兩種，一種很認真輔系、修商學院的實用課程，例如會計，他們對未來很積極明確。另外一派，就是打算混過四年，未來怎樣不知道，我認爲自己有點屬於後者。這是因爲系裡的訓練強調自己思考，也沒有在學生的生涯特別做什麼，不太強調未來出路，教授上課時爾偶會把「你們以後要做什麼」提出來，但也不是很認真去討論這件事，同學也當成玩笑、笑一笑就過去。系沒有推動大家去找路，會想的同學居安思危，不會想的同學就混過了。

### (三) 理學院 (共兩名受訪者, 1/2)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

準備研究所的考試, 要繼續讀書。

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

後來發現自己的科系原來分很多不同的路, 每一年我也學到不同的東西, 有不同的嘗試, 也問過學長姐的意見, 自己是比較喜歡穩定的人, 也比較明確知道讀這個畢業後可以做什麼、而且未來會怎麼樣也很難說, 因此就還是決定先考上研究所再看。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

我覺得應該就是不確定自己真的會一直在這條路上吧! 雖然說我已經確定要唸研究所了。比方說我去見習這一個月, 雖然覺得工作環境還不錯, 工作性質也滿有趣的, 可是就真的還滿疲憊的, 不知道是不是因為學生當太久了, 有點恐懼不適應即將踏入社會的朝九晚五的生活。

另外就是去實習這一個多月, 會發現很多狀況不是你付出就有收穫的, 所以你感受不到成就感, 這種感覺會滿挫折的, 不知道該怎麼辦, 甚至懷疑是不是自己沒有抓對方向。有時候問學長姊, 有的人會說「你要先熱愛才能做得下去」, 有的人則是說「你就把它當成工作, 能讓你有薪水就可以了」; 每個人說法不同, 所以還是很困惑。

其實我會懷疑自己是不是不適合走這條路。尤其現在我已經報名補習班了, 可是竟然還是有一點擔心, 有時候會想到是不是自己太快決定了, 不過又會覺得說都已經在準備了, 這麼想只是在拖垮自己的腳步。

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

應該是…我現在就是很努力的在做準備; 雖然說一方面在擔心自己未來適不適合走這條路, 可是一方面又擔心自己能不能考上研究所。好像有點在不確定自己要不要走這條路之前, 就還有一個不確定是自己能不能考得上了。感覺是自己應該要下定決心去考上, 可是很難說自己到底準備好了沒。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力? (學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、專業執照：這是基本門檻，才能去應徵，也才能有錄取的機會。無法自評。
- 2、資歷、經驗：其次大概就是要看你在這一塊的相關經驗，或者是當初在大學或研究所發表的一些論文。無法自評。
- 3、個人特質：包括熱情、樂趣等，因為要長久待在工作中，還是要有熱忱、能從中發覺樂趣，否則其實很容易心浮氣躁，會待不長久，因為無法適應。自



評約 70 分。

- 4、語言和溝通能力：工作所需基本上台語一定要會。自評不及格。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、發展性：包括學習經驗、能發揮能力的空間、能累積豐富的實務經驗，甚至可以多發表自己的學術論文等。
- 2、地點、時間：會希望距離近一點、時間好控制，因為這樣的話我可以做一些研究或發表論文。
- 3、薪資：工作薪資比較沒有什麼彈性空間，沒有什麼能奢求/挑剔的；頂多在中南部、東部的薪水比較高，可是學習機會相對來說較少。我還是會求生活能穩定，可是仍以學習為主。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

其實的確影響到了。我之所以選這個職業就是因為它是一個固定的工作，你能確定只要考上研究所、考上執照，而且不介意到中南部、東部工作，你就一定會找得到工作的。而且這工作也是穩定的，就是比較不會受到經濟干擾波動的，之後也可以自己再繼續去發展。另外，萬一我之後想走學術，也是可行的。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

沒有想到什麼學校可以提供的幫助，可能因為我自己已經決定方向了。

但是有想要建議學校，如果可以提供給非商院學生多一點機會的話就好了！像是姊妹校、交換學生等資源之類的，我們學院都沒什麼機會。上次終於說有提供給我們學生交換學生機會了，但一去看居然多數還是商類的，我們去詢問，他們還回答我們「你們出去也可以走不同的領域看看」，這很離譜。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

系上會邀請一些學長姊回來經驗分享、演講，或提供一些實務場域的見習機會，這些都滿好的，像我和系上同學多少會因為多了這些資訊，而選擇類似的生涯路徑。另，知道學校有就業輔導中心，但自己沒有使用過該資源。

#### (四) 理學院 (共兩名受訪者, 2/2)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

決定考研究所。

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試...)

從高中時漸漸開始, 會與家族的人做比較或對照, 家裡平輩的升學情形普遍到大學, 比自己年紀大的也只有一個考到研究所, 認為自己至少要相同水準。但現今大學學歷普及, 不想輸人家。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

尋找建議: 對於本科系的內容沒有再深造的興趣, 但覺得系內老師無法給自己想要的具體建議, 寧可聽畢業學長姊的經驗, 或者去問補習班老師的意見。另外, 自己的個性也較相信熟人的話, 所以會從身邊的資訊去著手了解。

大三開始考慮要考哪個研究所: 修了教育學程, 開啓新的興趣方向, 但仍面臨研究所的選擇, 便層層的自問, 自己是否喜歡單純的教育深造? 另外因繼續修課, 修到自己想要的科目, 但後來雖沒有考到較喜歡的研究所, 但他校有上榜, 自己也十分滿意。

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

還是要照升學趨勢走。覺得前方很多未知, 但沒有很大的焦慮, 未來很多挑戰, 就走一步算一步。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職需具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他...), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1) 邏輯組織: 認為這能力會連帶的幫助其他知識面能力的提升。自評: 7~80 分
- 2) 「上得了台»: 覺得這不是系上給的, 而是靠自己去練習。自評: 80 分
- 3) 對未來學科順利入門的程度: 對於大學本科, 訓練偏重理論, 與應用的連結小。對於將就讀的研究所, 認為是個新興領域, 未來同學們來自不同背景的可能性很大, 而自己在大學時有資訊與統計的基礎, 所以未來會較別人更順利快速入門。自評: 85 分

六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他...)

還沒有實際的求職經驗, 所以不太能具體想像, 但是以有一個希望的原則, 即在

一定程度的薪水滿足之下，要做、自己有興趣的、喜歡的工作，對於薪水沒有太高的要求。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

沒有顯著的受到干擾，而家裡也鼓勵趁機累積自己實力、不需要太早出來在這種環境去競爭，所以金融環境的變動，反而增加自己繼續走這條路的信念。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

肯定學校已經提供很多協助，但認為沒有足夠的力量吸引學生使用。以自己的例子，知道很多學校的職業生涯輔導資源，但就是「不想去用」，說不出為什麼。寧可聽身邊熟識人們的推薦，或者觀察和自己有相似之人，經過相關資源幫助後的成功經驗。

(五) 社會科學學院 (共四名受訪者, 1/4)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

會想要先找工作吧! 因為也不是很想再繼續唸書。

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

是我自己決定的, 因為從國小到現在都在唸書, 有覺得唸書很膩的感覺, 所以希望可以趕快出去找工作, 反正如果以後想念研究所再回來繼續讀書就好。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

沒有太大的困難, 因為我從大二就知道自己想要的是什麼, 可能是受到姊姊和親戚的影響! , 看到哥哥姊姊和他們的朋友有自己的工作, 感覺很有自信和獨立, 也會希望自己可以往那個方向走。

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

會有一點緊張, 因為同學有的在準備研究所, 有些很積極想考高普考, 會覺得他們的人生也很有目標。剛開始也有一點點疑惑自己是否該走這條路, 但只是一下子, 我還是想要先工作。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職需具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

1. 問題解決能力: 要很沈著的面對問題, 並且處理問題, 更確切來說是要有智慧的面對問題。如果 0~10 分, 我自己是 7 分吧。
2. 外語能力: 對現在的社會來說, 英文是基本能力, 我覺得還是要多學一點語文, 這樣可以增加很多社會競爭力。這方面我覺得是 8 分。

六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…)

因為才大學畢業, 所以比較不會在意薪水的問題。對我來說最重要的是發展性, 如果工時很長或很累都沒有關係, 最重要是讓我學到東西, 可以成為未來的跳板。

七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後, 會影響你對未來職業方向的選擇嗎? 或影響到你原本的生涯規劃?

還好, 因為景氣一定會慢慢好轉, 如果只是因為這樣就改變職業選擇會覺得很短視吧!

八、 面對就業與求職方向的選擇, 您會希望學校及院系提供哪些幫助呢?

會希望學校多請各領域的學長姐或專家回來分享, 特別是談他們在那個領域所做的工作, 以及未來可以發展的領域, 因為在學校時跟業界很少接觸, 有時候不知道要做些什麼因為根本不知道有哪些是可以做, 所以希望能多分享職業資訊。

## (六) 社會科學學院 (共四名受訪者, 2/4)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

(因受訪者已考上研究所, 故修改題目探問受訪者當初決定考研究所的原因。)

當初考研究所我是想說在大學裡學的東西實在是太廣又太淺了, 四年裡不太知道自己在哪個領域上是我可以走的、有興趣的、可以比較深入去了解的, 而且我也想在研究所裡去發現除了公職以外自己擅長、適合的就業機會。總之, 除了想在研究所裡學習並充實專業知識外, 也想趁這段期間累積人際、人脈, 尤其應該會有比較多的機會去接觸一些對未來就業有幫助的管道。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

大二起就有想念研究所, 想深入鑽研自己的專業, 後期時(大三、大四)發現一個滿現實的理由是現在的公職(國家考試)並不好考, 所以會想說在研究所階段裡探索是否有其他相關的行業是我也可以試試看的, 現在已經不那麼堅持了, 會考慮其他的可能性。所以, 讀研究所一方面除了是自己有興趣, 一方面也算是持續探索自己其他的出路。雖然說之後我可能還是會去考公職, 但是如果兩、三年之後我還是沒考上我就不會再考了, 不會再鑽牛角尖, 我會去找其他適合我的工作、只要和我所學有一點點相關的職業我都可以接受。畢竟家裡經濟也沒那麼好。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

- 1、考研究所方面: 我大概在大三的時候開始準備研究所, 那時候比較辛苦的就是唸書, 這領域競爭還滿激烈的, 可以考的學校很多, 可是考的人也不少。我那時候一天大概唸書 7、8 個小時, 有時候甚至念 10 幾個小時, 包括補習。
- 2、未來就業方面: 公職(國家考試)是我以前滿肯定的路徑, 也是我這個系大家認為理所當然的方向, 可是整個大環境都告訴我們這條路越來越困難, 連我們這種本科系的錄取路也只有兩三成左右, 而且這還是指碩班的錄取率, 大學畢業就考上的據我所知好像只有個位數, 不到五個吧。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

現在雖然考上研究所了, 但我說實在的, 對未來就業我對自己並沒有信心, 我跟同學們一樣感到茫然, 而且老實說還滿害怕的。這個領域我是有興趣, 可是說我「適合」嗎? 我不是很確定, 坦白講我覺得我的資質沒有很好。我是說我的成績並不是非常的好, 只能說是中上, 沒有到前十名。我付出的並沒有得到相等的結果, 所以我還滿懷疑自己是否真的適合這領域。我認為所謂的適合應該是指成績很好, 然後朝著這個系的所規劃的生涯路徑這樣一路走下去, 也就是畢業後順利考上國考。

### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、處理資訊的能力：電腦、文書處理，雖然很基本，但我看到的是很多同學還是不太會使用。還有也要會處理複雜的資料。
- 2、研究方法、統計調查能力：雖非直接相關，但可為自己加分、對就業有利，會比較有優勢。包括也要能夠「訪談」。
- 3、人際關係的能力：團隊合作、不要有太多自己的意見(相對於商學院的學生，他們比較強調要不停不停的競爭)、要能有耐心。
- 4、與社會接軌的能力：對大環境要有觀察、了解社會脈動。

#### 六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）

- 1、薪資、福利：我不是很重視薪資要多高、福利要怎樣，跟一般社會的價值觀的薪資相吻合、不要差太多就可以了，甚至在平均之下一點點我也可以接受。
- 2、要有一點感興趣：我希望我未來的工作跟我所學的能力、興趣能夠相符合，不過只要有一點點就可以了。因為畢竟工作是長久的事情，所以至少要「有一點」興趣吧，可是講明白一點我也知道工作要跟自己的興趣、以及所學非常切合、結合是不太可能的事情，所以不會那麼限制自己。
- 3、個性、特質：我的個性不是很喜歡很有挑戰性的工作，而且我的企圖心不是很強。所以高中時期雖然不是很清楚自己對什麼有興趣或有專長，但大概知道自己偏好像是社會科學、政治這類的方向，而且適合做事務性的事情。

#### 七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？

經濟不景氣大家都想要擠公職的窄門，但考的人多、機會卻少，所以越來越難考了，原本我對自己的期待是要考國考，不過現在是想給自己機會去試看看別的行業；即使之後還是去考公職，可是如果兩三次之後沒考上就不會再考下去。

#### 八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？

多協助學生發現其他專長：學校目前的做法並沒有讓學生可以有更多探索、發掘其他專業能力、興趣領域的機會，包括說雙主修、輔修都滿困難的，尤其是熱門科系、或者所謂出路比較好的科系成績要求很高，門檻條件太高，導致學生根本沒有可能去發展或培養自己的其他專長和能力，只能留在原本的科系，出路沒辦法擴展。我認為學校可以多開設一些學程、課程，學生可以依照自己想要深造，例如研究所，或職業的方向去選擇，並不是大家都要去擠國家考試的這一塊。或者是擴展實習的方向和領域，比方第三部門、民調中心這些組織都是可以的，可是學校目前都不重視。

#### 九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？

老實說學校給學生探索自己興趣和培養其他能力的機會和管道都太狹隘了(學程、實習、雙主修等都被限制)；而且學校給學生的回應卻是批評學生自己不夠用功和認真，但我們大部分都很用功，也很多自己的想法，可是學校給予的協助、管道、資源都不多，在大學階段裡學校給學生的好像只有唸書和考試。

## (七) 社會科學學院 (共四名受訪者, 3/4)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

如果研究所沒有考上的話, 我會先工作, 然後一邊準備證照的考試, 因為它可以讓工作加分; 那如果研究所考上的話, 我會去讀書, 可是我還是會繼續準備其他的考試, 就是高補考。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

因為我一開始就打算自己開業, 就是「在家私人開業」工作, 自己營業工作, 算是自由業, 自己接案。可是我想了一下, 不知道能不能這麼順利, 因為像有些私部門會招攬那一些人才, 也就是說我會比較沒有生存力, 所以說如果我自己開業的話會比較困難, 所以後來我就改了方向, 就想說繼續讀研究所, 那如果沒有考上研究所, 我就先到私部門工作, 或公部門工作。然後若之後一切順利的話, 最後我再自己開業。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

我一開始是在想說我到底要不要考研究所, 本來感覺是說沒有考也沒關係, 可是後來老師說我們一定要考研究所, 雖然說應徵的條件是大學畢業就可以, 但老師說事實上那些主管還是會以研究所畢業為錄取的優先順序, 所以還是決定考一下好了。不過因為研究所那一條路選項比較窄, 競爭很大, 所以如果沒有上的話, 那我就走另外一條路。

最近發現公職考試(高普考)錄取率越來越低, 心裡疑惑了一下「怎麼會這樣呢?」不過那部份還好, 就是自己盡力就好; 至於證照考試的話, 就是一定要考上, 因為這樣才能自己開業。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

我的情況可能比大部分的同學好一點。像我會聽到很多同學在問說「我到底要考哪個試比較好?」、「要考哪個研究所才對?」, 然後我心裡就會想「嗯…那我還好」, 我有明確的方向, 我就是考得上跟考不上的問題。因為我有明確的目標, 心裡會比較清楚、踏實一點。

因為證照考、高普考、研究所考試等等這些有時候會和學校的考試時間重疊, 所以一邊準備這些考試、一邊準備學校考試, 學校考試又必須通過才能畢業, 所以可能會有點累、辛苦; 這是會比較擔心的。之前就是因為為了應付學校考試作業要求, 把證照考的進度停下來, 結果那時候要重新回到讀書的計畫就變得有點困難。

### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

1、外語能力: 感覺這是每個科系都應該要具備的。

2、專業知識

3、自信：求職要表現出信心會比較好。

4、人脈：例如跟老師比較熟的話，可以請老師推薦，通常這樣機會就會滿大的。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

我一定會選「相關的」行業。其次是地點，最終自己開業時，會希望自己回到家鄉；但我可以接受在自己開業前、累積經驗之時，留在台北。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

應該是會比較難找工作，所以有工作就會先工作，讀書的話是隨時要回來念都可以。因為現在就是有一些房屋公司有提供一些實習機會，我想說可以在那裡找到一個位置。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

我覺得大一的時候可以介紹一下「這個系是在做些什麼」是比較好的，包括未來這個行業、工作可能要用的、尤其是比較實用的技能、專業等等，這樣我們會比較知道自己大學四年裡頭可以要怎麼安排。雖然說那時候學長姊也有輔導我們選課、有選課說明會，可是還是不太能了解哪些技能是特別重要的，像我有一堂課，當初沒有人跟我說那個課很重要，以致於我後來想修，卻都因為和別的必修課衝堂而無法修了。

因為我們系上必修課太多，所以那堂課並不是必修課，感覺就很遺憾，是切身之痛。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

目前系上有一個助教會定期發一個檔案容量很大的資訊給我們，比如說輔導高普考的啦、研究所考試的啦、研討會、最近又有什麼考試…等等各式各樣的活動，可是我不知道去的有幾個。有時候系上會有演講，或者老師平常偶爾也會提，不然還可以自己去老師問有關未來的事情。

最近系上因為畢業季也有辦一些邀請家長的活動，就是請父母可以來學校聽有關小孩子未來生涯的事情等等。

其實我平常不太會去參加那些活動，所以我不太清楚。我覺得一對一，不懂的直接問老師是比較有用的，而且老師也會有比較多的資料資源可以直接介紹或提供給你，雖然我平常並不會這麼做，因為我自己有自己的規劃了，只是有聽同學說而已。



(八) 社會科學學院 (共四名受訪者, 4/4)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

決定考研究所

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試...)

一開始是對於未來沒有想法, 再聽說研究所畢業比較好找工作, 所以決定要跟同學一起考研究所。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

沒有遇到什麼太大困難, 雖然會有些懷疑決定考研究所的動機, 但因為大學成績不好, 一直在玩社團, 出去也不會找到好工作, 所以還是要考研究所。

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

算是平靜吧, 因為家人也滿支持的。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職需具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他...), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

1. 證照: 證照很重要, 因為法規的關係, 所以我想做的工作必須要有基本證照, 即使學歷很好也沒有用, 所以證照是基本的。目前我正在準備證照考試。
2. 外語能力: 如果要在貿易公司或外商公司需要外語能力, 因為台灣目前有許多外商公司, 所以外語能力十分重要, 在學校的話就多選修或旁聽一些外語課程。
3. 課外活動參與度: 因為社團要常常與人接觸和合作, 所以在這過程中也可以學習與人合作。

六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他...)

都會考量, 希望在外商公司上班, 因為台北常下雨, 希望有捷運方便的地方, 但薪水不強求, 28K 就好。

七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後, 會影響你對未來職業方向的選擇嗎? 或影響到你原本的生涯規劃?

有一點, 原本會想要找研究員的工作, 因為比較穩定, 但這還是要研究所畢業之後才比較好找。目前要考研究所, 會想要等研究所畢業後再考慮這個問題。

八、 面對就業與求職方向的選擇, 您會希望學校及院系提供哪些幫助呢?

要考研究所其實有點隨波逐流, 也是因為現在不想考慮這麼多問題, 想要等研究所實在好好思考。會希望學校或系上多舉辦一些講座, 讓學生知道有更多選擇的空間。

## (九) 法學院 (共一名受訪者, 1/1)

**一、 距離畢業大約還有一年的時間,你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)**

畢業的話我應該會去考國家考試和證照考。

**二、 你是如何決定這個生涯方向的?可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題,尋求過誰的幫助或建議,中間做過哪些努力或嘗試…)**

家裡吧,家人會希望我畢業後趕快工作,我自己也是希望能盡快分擔家計,所以研究所的話就沒有什麼興趣。現在工作不好找,念到研究所也不一定就機會比較大;未來也許工作一段時間了,才會想唸。

我是誤打誤撞,純粹是分數剛好到,並不是因為興趣;也有一點是父母的期望。當初大一時念得有點痛苦,因為本來不是想念這個的。大概到大三的時候才好像感覺有一點心得,有一點興趣。也大概在那時候決定要考證照。

當初有想過要轉系,可是成績不夠,所以只好勉強待著。後來大二升大三的暑假去補習,好像是補習的關係,開始有點興趣,成績也變好了,也有成就感了,所以就繼續讀了下來。不過最大的原因還是家人,家人的支持和鼓勵對我幫助很大,他們說我的成績不差,大概中上,是我一直對自己期望太高。

**三、 在決定生涯方向時,你有遇到什麼困難嗎?你是如何面對這些困難的?**

本來想先從簡單的開始考起,不過,因為政大的學生都是高材生,很多人不願意屈就低層;所以感覺有一點同儕壓力,我會擔心自己和別人不一樣,例如唸書的時候就和別人唸的不一樣。而且我也沒有辦法同時都去考,因為考試日期好像是一樣的。

老實說最大的困難其是證照考試很不容易,所以如果我不是一次就考上,我會先去打工,然後一邊準備;因為一直唸書也滿累的。

**四、 在決定生涯方向的過程中,你的心情感受如何?**

我覺得我們系算是有滿多可以發展的路徑,像是也可以到一般公司。只是說我們的關卡就幾乎都是要考試。我覺得心情就是要有「長期奮戰」的準備,身體要顧好,因為像是光考試就一整天,一年的準備真的也很辛苦、很漫長。壓力和緊張應該也會隨時間接近而增加。

**五、 你覺得貴學院學生大學畢業後,求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…),若評估自己的這些能力,你覺得自己準備程度如何?**

- 1、專業知識:目前自評 70 分,畢業時希望能 80 分。
- 2、口語表達、人格特質:證照考試要口試,口語能力不能太差,不過它也不完全只是看你的表達能力,也再看你這個人的特質、性格。這很難自己打分數,要自己評自己的人格也很奇怪…大概 80 分吧。
- 3、外語能力:大學以後很少念外語了,因為我們系很少在碰原文書,所以英文變差了,大概 65 分。

**4、你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、薪資：這是最優先的考量；如果有證照、但剛開始的話，大概希望有 4 萬元，可是如果沒有證照，又是新鮮人，多少大概都沒關係。
- 2、地點：希望不是在台北、就是在花東地區，因為台北的話就是交通方便，花東的話是工作比較輕鬆，壓力比較沒有那麼大。
- 3、工作性質：我們的工作壓力真的很大、很忙、也很 boring。我猜我會提早退休，我其實只是想先賺一些錢，存了錢，我想做我有興趣的事，轉換跑道發展，我真正的興趣是繪畫。
- 4、成就感：我做一個工作會看它能不能帶給我成就感，也就是我能為人民服務到什麼，能否達到原本設定的目標。

**5、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

對我們的影響可能沒有那麼大，因為一定會有名額，一定會需要人才，所以就還好。也不太像一般高普考，大家都去考，影響錄取率。因為我們的專業性比較高，比較不會變成大家都來考、來搶。

**6、面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

我會想知道學長姊他們往什麼方向走，他們的生涯規劃是怎麼樣的。因為像我會碰到的學長姊都只有家聚的，其他都不太認識。我記得之前系上有一份資料，是在統計歷年畢業學長姊的職業，我很好奇其他人在做什麼，希望能多聽聽別人的經驗。

其他的話就沒有什麼了，可能因為我的路已經很明顯了，所以想不出需要什麼幫助，大部分就是要靠自己。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

可能多半是要自己主動吧，導師聚什麼的話如果有問題就多半自己去找老師，或者請老師寫推薦函什麼之類的。可是我不太會，我也比較沒有感受到學校對我的幫助。

系上會辦一些演講，或者請學長姊回來分享等等，也算是一種協助吧，我會比較多了解一些狀況。可是有時候因為請的人都是很成功的，他們的路其實也很難 copy，不算是很直接的協助。比較有用的應該是「怎麼準備考試」吧。

## (十) 國際事務學院 (共一名受訪者, 1/1)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

其實應該說我還沒有決定, 我還不知道我未來想從事什麼行業或走什麼方向; 像我們班比較明確的人就是去考公職或外交官, 可是我覺得我在這方面沒有很大的專長, 而且我也沒有想要準備考試的動力。總而言之, 目前還不太知道自己要找怎麼樣的工作。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

可能會想幾個方向, 然後看自己對什麼比較有興趣吧。我想做的會像是「國會助理」之類的工作! 我大概算是大三下開始聽到有這個工作, 我也覺得我對立法、國會、政治領域比較有興趣, 而國會助理也並不是真的在政壇上, 比較偏向處理一些周圍但又和政治相關的事務, 所以感覺還滿適合我自己的。

其實我對系上所學都滿有興趣的, 但沒有想考外交官是卡在語言的問題, 我英文不是很理想, 而外交官有 60% 都是在考語言, 所以就沒有想從事這方向。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

困難的話, 我覺得是我並不是很了解國會助理真正是在做什麼, 適不適合我等等之類的; 而且它也不是一個透過考試、或 104 人力銀行那種我投履歷就可以的管道去找到的工作, 變成它是一種隱藏性、非公開的機會, 會比較不知道怎麼去接近, 可能要透過認識的人介紹。簡單來說, 我想就是我覺得我很想了解更多這個職業, 可是沒有人可以多問、讓我可以多了解的! 不論是老師或補習班, 真的都很難取得完整資訊。

另外, 聽說這工作其實非常辛苦, 比如沒有固定的上下班時間, 尤其是在選舉期間, 可能更是如此; 甚至有些是說要自備交通工具、要跑來跑去, 這點對我來說也是沒有想像過、要適應的障礙。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

就是會擔心吧, 不知道大四畢業之後要找怎麼樣的工作。其實我覺得有方向很重要, 有方向就可以知道自己要做什麼, 例如我有同學要考研究所, 他們就會有目標可以去做, 例如就都在唸書; 可是像我完全沒目標, 就會徬徨吧! 另外, 如果是當國會助理的話, 我覺得毛遂自薦對我來說不困難, 而是比較怕跟自己想像有落差, 因為我不太知道那國會助理的工作內容, 如果實際情況我不喜歡, 那就真的不知道自己要什麼了。我曾經問過一個當過國會助理一年的學姊, 她跟我講的一些情形我大概是可以接受, 可是學姊也說你跟的人不一樣, 情況也會差很多。

### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、語言能力：一般人都會認為系上外語能力會很好，甚至會第二外語。最好要有外語證照，像多益至少要 900、甚至 990 分以上。自評 70 分。
- 2、國際觀：要對國際事務有了解、有世界觀，像是我們對國際性的新聞更新得都還滿快、滿能立即去接收的。自評 85 分。
- 3、交換學生之經驗：我們系的人通常都很積極往國外跑，或者是參加各種接待外使的工作、參與世界性的會議等等。
- 4、性格特質：大方、靈活、活潑、善於溝通口條好。自評 95 分。

#### **六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、興趣：會考慮這工作自己做起來喜不喜歡、適不適合自己。
- 2、薪資：除了興趣，但還是會在意薪水高低，所以才會猶豫公職。
- 3、工作性質：比方說公職是很穩定的，可是我不想要一開始就做這麼穩定、一輩子都被侷限住的工作，就想要試著先去嘗試別的。
- 4、社會觀感：我當初很猶豫不決政治圈就是因為一般人都認為這領域很奇特，很奇怪，我還是會在意別人的眼光，「是不是我做這個我跟別人就不一樣了？」
- 5、地點：我對陌生的地方會有種莫名的恐懼，所以未來會從熟悉的地區去找想跟隨的議員等。

#### **七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

可能就是對薪資要求會比較低吧！然後也覺得公職真的是一個很好的選擇，很優渥，被吸引。現在是卡到因為要考試，沒有很有把握、也沒有下定決心。

#### **八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

不知道是否有可能統計或整理歷屆學長姊的職業類別資訊，然後可以讓我們有機會去問到這些學長姊一些真實的、實際上的工作內容，我認為需要的是這個。

#### **九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

我覺得很難。像我們系上每次請來的都是很有名的外交官！可是如果你不是要從事這領域的話，就很困難取得你要的資訊。

另外，學長姊也很難接觸，不知道他們去哪裡了；只能靠「聽說」，或者「偶然知道」，然後才能想辦法自己去接觸或問到吧，不過也多半只是近幾屆的學長姊而已。

(十一) 商學院 (共四名受訪者, 1/4)

**一、 距離畢業大約還有一年的時間,你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)**

我講最理想的狀態,就是我是因為雙修所以才延畢,接下來的課變得很少,那我大概就是會利用接下來的一年準備高考,如果我考上了,我會當一年的公務人員,據我所知公務人員工作一年後離職資格還是在,所以接下來我想再工作兩年,再來就會出國,念研究所。

**二、 你是如何決定這個生涯方向的?可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題,尋求過誰的幫助或建議,中間做過哪些努力或嘗試…)**

我叔叔是在大學教書,想要出國主要是來自這位叔叔,他三不五時就是會把我叫去,然後問我最近過得怎麼樣啊、考試考得怎麼樣啊等等,他非常鼓勵我出國,先不管專業上的,在生活上或語言能力上都會有非常大的體驗。

想當公務人員的話是因為我媽媽也是公務員,一方面是她會希望自己的孩子就是有很穩定的工作,然後另一方面我從小看我媽這樣子,也覺得這份工作滿不錯的,比起來不會那麼的操勞,薪水也很穩定。所以我就想當一年的公務員。但我真正想要的,是出國回來之後我可以到私人公司上班。

**三、 在決定生涯方向時,你有遇到什麼困難嗎?你是如何面對這些困難的?**

有,其實理論上我現在應該已經要開始準備高考了,可是我現在幾乎所有的時間都拿來做畢業專案。而且因為它畢竟是團體的作業,所以要配合大家的步調。所以我就滿擔心自己時間分配不均,或根本沒有時間念。

還有一個困難是我滿怕我當公務員的那一年會太安逸、發現這個工作實在太好了,然後就不想去業界工作了。

**四、 在決定生涯方向的過程中,你的心情感受如何?**

我覺得是有一點安定了,尤其就是當我把這樣的規劃告訴我媽、我叔叔和舅舅了之後,覺得終於對週遭關心妳的人有了一點交代。

可是另外也會有擔心,因為這樣的計畫真的是在很理想的狀態,會怕自己達不到,也會怕自己根本沒有那麼厲害。不過也很期待,因為如果真的這樣的計畫實踐了,未來就是自己想過的生活、自己想做的工作。

**五、 你覺得貴學院學生大學畢業後,求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…),若評估自己的這些能力,你覺得自己準備程度如何?**

- 1、學歷：現代社會不管哪一領域,好像都要有碩士以上比較好。
- 2、語言：在業界工作最好要有「英文」能力,專業能力反而還好。因為客戶會有外商公司、跨國企業,可能得要用英文和其他國家的人聯繫。
- 3、專業能力。
- 4、溝通能力：溝通能力很重要,因為常需要和客戶要資料。
- 5、壓力調節能力：因為在很忙很忙的時候,EQ 變得很重要。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、 工作性質：因為會影響工作心情，如果工作很快樂，即使每天加班也不在意。工作性質指工作環境，上級、同事好相處；然後工作對我來說有一些挑戰，可是又是在我能力許可範圍。
- 2、 可發展性：如果能夠升遷、可以接觸層面更廣，才能繼續做下去。
- 3、 工作時間：也希望不是每天都過熬夜的生活。
- 4、 薪水：公職的話薪水大概就是有一標準在的，無所謂能不能接受。
- 5、 福利。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

我的科系還滿好找工作的，所以還好。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

可以多邀請學業或事業有成的學長姊來演講，比方說學業有成的就可以給現在大一~大三的人參加，而事業有成的則可以給大四的人參加。另外像「實地」參訪那些也不錯。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

我的經驗裡不是系上提供，而是導師提供的。我們導師會請他的研究生，就是先工作了然後再回來唸書的那一種，在導生宴上請他們講一下他們的經驗，而且很多。另外或者是請現在在工作的學長姊回來演講。所以我們可以聽到很多不同的人的看法，很棒。

系上曾安排我們應屆的畢業生到知名企業參訪，他們很用心的安排兩位政大畢業的學長姊來和我們分享，而且兩位的生涯計畫是完全不同的，一位的路徑是和我差不多，一位則是研究所畢業直接進公司。當我聽到前者的計畫時，其實我那時也已經規劃我的差不多了，不過當下聽到覺得「不錯，那我的計畫也可行」。

在我的經驗裡頭，實際的參訪、實習，比老師在台上講半天更有效果，可能我們不見得聽得進去，可是實際去看，就完全能了解了。

## (十二) 商學院 (共四名受訪者, 2/4)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

沒有很確定。目前是想說先考研究所, 可是我只想考 11、12 月的推甄, 不想考 3、4 月的考試, 因為推甄的話政大只考一科, 可是 3、4 月的考試會考比較多科也比較難。而且我沒有在補習, 我只補英文一科, 就沒有再補研究所考試, 老實說我不是那麼確定我想唸研究所, 如果沒有考上我再去工作或什麼之類的吧。如果去工作的話, 是怎麼樣的工作也還在思考, 大概會是用刪除法, 可是我也不是很確定這樣刪掉之後還有什麼工作。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

到底要先念研究所還是先工作這部分的話, 我聽過有人說如果直接先念研究所的話至少你書不會忘記, 不過也有人說如果你先去工作的話因為有工作經驗你學起來可能會比較得心應手之類的。有很多不同的說法, 我不知道聽哪一個對自己比較好。因為我們家是那種不會跟我說你要做什麼、做什麼, 都是要自己決定。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

我的困難大概是如果我未來真的有想要出國打工、或唸書的話, 家裡的經濟沒有辦法配合。而當我想說要做「別的工作」時, 也會覺得大學念四年要幹嘛, 所以還是會想說那會不會我照著原本的路這樣走比較好, 而且也是自己比較熟悉的路, 可能別的選擇的話會要花更多時間。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

就是很矛盾, 我不確定自己到底該怎麼樣會比較好, 我會一直反覆思考自己這樣做到底是對還是不對? 是不是應該要多留一點路給自己? 不過後來我上了大學就一直在玩社團哪, 系學會的那些東西, 並沒有認真專心在唸書, 現在才要開始準備考試其實是滿困難的, 當我真正開始思考的時候就有點來不及了。

### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、 統計軟體: 我大概有 80 分吧。軟體的部分則只有 70 分, 因為我們學到的、或會使用的, 大部分只有老師有教的、考試會考的, 並沒有好好去摸索那些軟體所具有的功用。
- 2、 英文: 這是現在一般外面的公司都會要求的能力, 好像現在求職都會需要你英文能力的證明, 比方說你多益要考幾分。我覺得我的英文大概只有 60 分吧, 我英文沒有很好, 沒辦法可以和外國人自在的說話, 只能用中式的英文; 讀可以讀得懂, 可是聽和說就無法聽懂或說得出來。

### 六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…)



- 1、工作性質：我比較喜歡有挑戰性的工作，像公務員(公部門工作)的話就太無趣了。
- 2、地點：工作地點比較期待能在北部，北部的話我比較熟悉；那如果是有外派去大陸的那種機會我也會考慮，雖然是一個不熟悉的環境，可是現在這種社會局勢能出去見識一下也是很好的。
- 3、時間：不會很在意，只要假日能夠有時間休息就好。
- 4、薪資、福利：希望薪水至少有3萬元，其他福利也是還好。

**七、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

變成找工作的時候目標不能設定太高。因為找工作的人這麼多，如果自己的目標設定太高，可能公司在看你履歷的時候第一關就把你淘汰了。也許自己一開始不會要求太多，可能進入那公司之後再慢慢爬就好了，或再換工作吧。

**八、面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

- 1、我覺得學校應該不要轉系這麼困難。學校轉系這麼困難，以致於即使你真的對這個科系沒有興趣、不想讀，可是又因為分數的關係所以你沒有辦法轉到別的系，那你讀這個系讀了四年下來卻根本沒有想做這個系的工作，這樣的話就真的太可惜了，不如就儘早轉到自己有興趣的系。因為其實有很多人一開始填志願是自己想像的那個系的樣子，可是進來念之後發現不一樣。不然就是大一不要分系。
- 2、多提供生涯諮商方面的資料、管道，我知道學校有這方面的資源，不過有時候會發現那邊提供諮詢人只是學校某個系的碩士班學生，專業度或說服力都讓人存疑。職涯中心裡頭真正是輔導老師、可以提供生涯諮詢的其實只有兩位，其他多半都是負責其他行政事務的人員，或他們的背景也不符合。簡言之，專業度、能見度都需要再提升。
- 3、就業博覽會：學校現在雖然有辦就博，可是廠商數、規模等都還有待加強。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

1. 有辦一些講座，會請一些老師分享他們生涯上的經驗的那種演講吧，我是沒有去過，因為我並不喜歡聽那些講座。
2. 企業參訪：這還不錯，有些公司為了徵才也會主動找學校合作辦理參訪，這種機會我就覺得還滿難得的。

### (十三) 商學院 (共四名受訪者, 3/4)

#### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

我已經考上研究所, 也決定要先念研究所。

我覺得台灣的教育好像強迫大家都把學歷升高了, 如果我今天大學的學歷就可以像以前一樣生活的話, 我何必花時間念研究所呢? 所以今天如果不是教育的問題, 我應該會希望自己先去工作, 然後看缺哪一塊, 再回來念研究所去補足。可是今天我不是, 我就不知道自己興趣在哪裡? 缺哪一塊? 這樣效果就會打折。可是, 大環境使然, 沒辦法。

#### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程 (從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試...)

應該說我覺得研究所是必要的, 不管說你是要先工作, 還是畢業後馬上銜接。我那時候有一部分是父母的期待, 他們總覺得研究所是畢業後馬上念, 那我的話其實是覺得都可以, 所以我是以一種「複習大學四年的學習」的目標在準備, 考上了就念, 沒考上就先工作, 我沒有差。考上研究所之後我沒有保留學籍、然後先去工作, 是因為卡在我還沒有當兵。還有, 在我的想法中是說「研究所+當兵」不要超過三年, 因為超過三年我就比別人晚出社會太多, 我覺得這樣不好; 畢竟實務經驗還是比學校經驗重要, 而且我們系的教授都比較走實務, 都有和外面的企業作一個結盟。

然後我其實有想過要先去當兵再回來念研究所, 因為這樣畢業時就可以利用學校就業博覽會的資源什麼的, 我大四的時候就有去就業博覽會看過, 然後他們都說我們沒有當完兵不行。不過這些時間先後的問題我也沒有煩惱很久, 當時就是專先唸書, 之後考上與否、怎麼決定再說。大概就是父母的意見要尊重, 因為畢竟是他們出錢給我唸書。

#### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

我那時候在決定「時間先後」的時候其實沒有很掙扎, 反而是「選要念哪一所學校」時很掙扎。因為各校對於研究領域和專業都有不同的表現。

#### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

心情感受...其實就是覺得台灣的教育太失敗了, 不是生氣, 只是覺得根本不需要那麼多人念大學、也不需要那麼多人念研究所, 但很無奈的我今天就是得這樣選擇, 就是為了一張飯票, 我的「理念」和「所為」並不符合。

#### 五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力? (學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他...), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、專業技術、能力: 要有「整合」和「管理」的能力。
- 2、英文能力: 如果是國內大學畢業的, 能有具備外語的能力還是會比較加分。因為我未來的目標也是在外商公司, 所以英文一直都有在念。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、 「前」途：我有一些自己的夢想，可以自己創業，這是最終的；這之前的話就是能在知名的外商公司擔任主管。
- 2、 「錢」途：不能只是都做自己的夢想，結果都和家裡拿錢，或者無法養活自己，還是要有一些責任感。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

我想多少會受影響吧，不過不是「找不到」的問題，而是「能不能進想進的公司」；可是這時候才能顯示出自己的實力，我是這樣想的。另外因為我的目標不是在一些小公司，而是制度好的、甚至是外商公司，所以我覺得不會有所謂「22K」的問題。

當然說我知道可能我一開始最想去的第一志願的公司我進不了，我就會修正我的目標。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

- 1、 大一大二是可以著墨的，因為是摸索的階段，可以幫助學生開始思考自己的興趣、能力啊，去想自己想要什麼，如果到三大四大才開始想，可能就來不及了。我覺得大一大二是需要被人帶的，我自己要不是有出去實習、工作，可能就不會想那麼多，你剛剛問我的問題，我可能都會說「我不知道，等我念完研究所再說」。
- 2、 另外是管道的問題，我覺得不要用 e-mail 宣傳，那可能都會被當場垃圾信件，直接辦活動或演講，去「洗腦」學生可能會比較快。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

我知道學校有些資源，可是我沒有使用。比方說我知道有諮詢中心，可是我不會來，因為我覺得這裡的人不會懂我，比方說我剛剛想的專業問題，其實直接問老師或學長姊比較快，而通常問完也就沒有問題了。

系上有演講課，請業界的人來分享、讓我們了解出社會的情況等等，可是對我沒什麼幫助，因為他們沒有請到我要的領域的人。

就業博覽會的話，大概就是了解自己的「身價」，自己的「條件」，當初我覺得自己大學畢業沒有競爭力就是在就業博覽會，因為沒有當完兵。另外我也覺得今年的就業博覽會的講座也辦得十分差，竟然把「資方市場的概念」帶到「勞方」來，洗腦我們大學生，我比較建議以後不要請「人力銀行」的人來演講(受訪者：基本上人力銀行的人都是「資方走狗」)，應該找學長姊比較好。

#### (十四) 商學院 (共四名受訪者, 4/4)

一、 距離畢業大約還有一年的時間，你對於未來的生涯方向已經決定了嗎？(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

這學期我打算申請交換學生，在大四下出去，回來剛好畢業；學分上應該是沒問題，所以沒意外的話這個計畫是可以達成。

回來之後我想先當兵，當兵之後想說先去找工作，一來是吸收工作經驗，二來工作之後我會比較知道自己缺什麼、什麼是重要的。我覺得這樣唸碩士才有意義，不然碩士就和大五大六一樣，我又只是東學一點西學一點，完全不能專精。

二、 你是如何決定這個生涯方向的？可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題，尋求過誰的幫助或建議，中間做過哪些努力或嘗試…)

我那時候有和我們系上老師討論一下，因為我覺得現在碩士也很多，並不具競爭力，所以如果可以的話我想盡量唸到 Ph. D，那我們老師就建議我說如果我想拿 Ph. D，其實我就先工作，累積工作經驗，然後之後再直接以工作經驗去申請國外的 Ph. D，因為國外一些商管的 Ph. D 並不需要先有碩士學歷。

我會去問老師主要是那時候在考慮是要先當兵，然後唸台灣的碩士；還是先唸完碩士，再去當兵；還是唸完碩士要再唸博士…等等的。我也有問過學長姊，每個人的意見都不一樣。最後是跟那位教授討論完之後，才比較有具體的想法出來。加上我父母也很支持，所以我就決定先工作，而且是想要先去大公司，有制度的，不一定要是高階職位，因為我主要是去學人家怎麼做事。

三、 在決定生涯方向時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何面對這些困難的？

一連串的計畫就是申請交換學生方面不確定我自己托福會考得怎麼樣，另一個就是找工作吧；我覺得工作一定有，只是說你能不能找到符合你需求的工作，雖然說我想進大公司，但沒有要要求很高階的職位，可是也不能完全是一個無關緊要的小角色，完全學不到任何東西。最後就是出國申請學校方面，這我是覺得還好，只要我能工作時一邊多充實自己，朝我自己的目標計畫走，以「工作經驗」和「我是政大畢業的」，應該是可以申請得到學校。

四、 在決定生涯方向的過程中，你的心情感受如何？

我覺得有點像兵來將擋，水來土淹吧。大學之前讀書有點是為了父母的期待，可是大學之後，可能因為快畢業了，要面臨現實的問題，而且是我自己的人生，就慢慢開始有不一定的心態。我是認為如果我自己決定了一條路，既然這是我決定的，不管遇到什麼樣的問題，我就要欣然接；而且我會遇到某些事情，一定是有原因的，而我可以有不同的態度。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後，求職“需”具備哪些能力？(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…)，若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？

1、專業技能：專業能力一定要有，而且要能有專精，才能具備競爭力。自評 70 多分，因系上課程安排的關係，很多專業都是學一下就沒了，經過專案自己自學進步了很多，但也還是要再努力。

2、溝通整合、團隊合作的能力：要能整合團隊、要能與別人溝通協調，一個人

不太可能把所有的事都做好。自評 75 分，因為經驗還不足，自認為還有些欠缺。

3、語言能力：畢竟我們之後就是要和很多企業、很多國家競爭或合作，不太可能永遠範疇只在台灣，所以語言能力是很重要的；而這也是我目前最欠缺，要再加強的。自評 60 分；因一般口語溝通可以，但專業上或較深入的溝通、或正式文件的往來等，都還要加強。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

- 1、 公司規模及制度性、發展性(公司體質健全)：因為我是想要先學習一些經驗，所以會先看這個公司它的制度是否完善，內部運作是否具有系統。另外像是有培育員工的制度等等的。
- 2、 薪資：至少要合理，要超過 22K，能負擔我生活所需，因為將來我不排斥到外地工作。
- 3、 時間：工作時間希望能穩定些、能在自己的控制內，因為時間穩定我才能安排我其他的時間。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

影響的部分，我覺得要不是我有一個完整、支持的家庭的話，我的計畫雖然看似這麼就過去了，但事實上很困難，例如我可能要更努力考上獎學金才能去留學、或花更多年存錢；或者，我的第一份工作我就不可能要求只要負擔我自己的生計，也應該要包括對家裡負責。簡單來說，因為我有家裡支持我，所以目前影響還好。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

坦白說，講座之類的東西，會去使用、去聽的人就是會去，而不會去的人就是不會去；我覺得生涯規劃這類的事情其實需要好好的去討論，可能要花個好幾次來回討論、詢問的時間，尤其你中間可能又發生了什麼事，而需要再次的去整理。

所以我覺得如果說有一批人(而不是全校的學生只能找某一個人)，例如可能是專門輔導比如商學院的學生，但有點像是朋友、顧問這樣子的角色，然後他們是可以類似線上諮詢的、隨時提供詢問的(例如 ptt 上的小天使、透過 msn、電話或 email 的聯繫等)，而不只是固定在某個地方，我得要特地過去約時間諮詢的；我想這樣會比較好，也比較不會覺得好像只有我有問題，感覺很怪。那和學長姊不太一樣的地方是，這些人可能是比較能提供全面性的見解，在生涯上比較有經驗的人或受過專門訓練的人。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

至少有一項是很有幫助的，就是男生考預官的訓練。因為教官他們會給我們題庫、還有練習、模擬考等等，可是其他學校都沒有，所以我們比別人佔優勢，我們都大概知道怎麼做、會考些什麼。

再來就是你自己要主動去找、去問吧，比方說自己找系上的老師討論啊等等，這部分我覺得你要自己主動去找信任的、願意跟你聊的老師問。

## (十五) 傳播學院 (共兩名受訪者, 1/2)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

應該很有可能繼續考研究所。雖然我不太想考研究所, 可是我應該還是會去考。

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

我不太想考研究所是因為我上學期上了一堂課, 是有關研究的, 然後我就發現我不太喜歡做研究; 可是常常老師或學校會常請外面業界的人來演講, 就會聽到他們說唸研究所其實是還滿重要的, 例如他們會說研究所和大學畢業在工作待遇上就是不一樣的。所以即使我不想, 但迫於現實的限制, 我還是得去考。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

我現在是會怕說, 考研究所是爲了以後工作能比較好, 可是研究所唸的東西感覺比較像是要往「學者」的路, 就是說學到的東西跟實際工作是不一樣的。另外一方面則會想說大學好不容易考上政大, 可是萬一研究所考得沒有比政大好, 沒有考到理想的學校, 那是不是就乾脆不要唸比較好?

解決辦法的話, 我想我會陸續開始準備, 可能就時間越接近會越認真些, 但現在還不會太積極, 如果到最後沒有考上理想的學校, 我就先去工作吧!

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

掙扎、不確定感; 除了到底要不要唸研究所以外, 我也不確定我未來要做什麼? 我其實都不是很確定。只是我認爲唸書還是要唸有興趣的, 所以研究所還是會照著興趣走, 有關未來工作的事我就沒想太多。我不是很確定工作和唸書之間的關聯性到底多大, 我看過許多業界的人, 他們的工作好像和當初學的也不太一樣。有點害怕的感覺是想到如果真的進了研究所, 對於要完成研究、寫論文這部分, 會有點害怕。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職“需”具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

1、積極主動: 像我看我的學長姊中, 能去比較好的地方實習的學長姊, 都是參與各種比賽和活動比較積極的, 而且也是比較知道自己要什麼、決定好方向就很主動朝那方向前進的人。自評不及格。

2、表現成果: 參與比賽或活動最好還是有成果, 例如能得名等其實還是滿重要的。無法自評。

3、英文能力: 聽到滿多老師這樣說的, 而且台灣很多公司都是外商。自評 70~80 分, 普通, 和一般人差不多。

4、具備多項專精專業知能(全方位): 如果各領域都精通, 不管把你放在什麼位置都可以有競爭力。自評 70~80 分。

六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工

**作性質、公司發展性、地點、福利、其他…)**

- 1、 工作性質：一定要我有興趣我才會去做。
- 2、 薪資：25000 以上現在想像起來是可以接受的。
- 3、 公司規模、名氣等：會優先考慮大公司、或名聲比較大的公司。因為一個公司具有大規模應該有它的道理，可能它內部的員工比較厲害等等的，所以還是比較希望能去大公司。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

我覺得有滿大的影響。我們這個行業的工作機會不多，例如有的公司都倒閉了、或者沒有在台灣設分公司；而且，起薪好像也是所有行業中最低的，所以就讓我考慮到是否要往這條路走。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

- 1、 課有點太少且不穩定：系上開課沒有每年固定，例如某堂課大一開了，可是下次開可能就是大四了；或者是這堂課可能只開了一次，但又和我們其他課衝堂。我們同學都會有點擔心自己不能畢業，因為課太少學分不夠。
- 2、 資訊管道來源，自己要積極：其實我認為系上或學院都提供滿多機會了，只是自己怎麼獲取那些資源。像是我這兩年老師也都會帶我們去公司參訪、或到校外其他公司參觀等等，只是說我得要修那堂課我才能知道這訊息，否則就是要自己想辦法獲得消息。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

我知道系上每年會弄一個類似徵才的活動，系上會邀請業界的人來分享，然後學生也可以藉此推薦自己、表現自己，可能會因此而得到一個工作機會，所以大部分都是大三大四的人去參加。

另外，系上請學長姊回來分享他們的生涯規劃和工作經驗。老師方面的話，課堂上大部分請的人也都是業界的人，老師請他們來上課，但大部分也就是演講。這些演講會比較讓我了解工作的一些工作性質、發展等，這些分享很有幫助。

## (十六) 傳播學院 (共兩名受訪者, 2/2)

### 一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎? (找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

我可能會去紐澳打工遊學, 但還不確定, 如果沒有的話就是直接找工作。會說「不確定」是因為打工遊學是「想做的事、夢想的東西」, 可是不確定它的實際性, 也還沒有具體的計畫, 不知道到時候時間到了會不會去實行。

### 二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試...)

打工遊學是高中的時候就有的夢想, 因為去到那邊就得一個人生活, 處理所有事情, 對我來講這樣才有一種「長大了」的感覺, 算是長大的一個必經之路; 在這裡(政大)雖然表面上好像是獨立, 可視實際上還有很多是依靠家裡。另外也有一種不切實際的浪漫吧, 去到那裡好像有「一個人流浪」的感覺。

可是有關這個夢想, 雖然我現在有些猶豫, 但並沒有去尋求過誰的幫助, 可能因為我從小到大遇到什麼事情都是我自己一個人去決定的, 我爸媽也都不太會管我、干涉。

就業的話, 可能因為我自己唸的東西的關係, 我覺得上研究所不是我想要的, 而是直接去工作累積經驗會比較快。我現在想做的工作比較偏向文化創意產業方面的, 或者是藝術行銷、藝術行政這類的, 然後我對例如像是台北電影節這樣的活動也比較感興趣。

### 三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

如果是打工遊學的話, 畢竟自己還是會怕吧, 到一個陌生的地方, 遇到問題也不知道要找誰, 一切都要靠自己的能力或想辦法去求助。另外, 其實它是高中時候就設定好的夢想, 它一直在那裡, 中間我還是在過自己的生活、求學, 時間過去, 當我越來越靠近它時, 我反而變得不是那麼確定, 它真的是我想要的嗎? 當初想要的東西, 現在也許變得不太一樣。還有一年的時間, 我還在考量, 如果沒有的話, 我就想去工作。

就業的話, 可能因為自己還沒有找工作的經驗, 還沒有實際的體驗, 所以我還沒有那麼的惶恐; 我會認為只要你肯做的話, 一定會找得到工作, 如果真的找不到, 我也還有爸媽可以靠。

### 四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

我並沒有對於自己的未來特別的惶恐、緊張、或害怕, 目前就是且戰且走, 如果因為遇到一些可能的困難就害怕退縮的話可能就沒有什麼可以做的了。

而且我會覺得很多考研究所的人是因為畢業後不知道自己要幹嘛, 不知道自己想做什麼; 雖然我自己現在對於未來也有不確定感, 包括我會找到什麼樣的工作、適不適合我等, 可是我對於自己的方向、興趣的領域已經確立了, 所以我想只要肯做, 應該沒有「找不到」的問題。只是說一開始可能無法有你夢幻中的工作, 但是這種事情就是要累積經驗、慢慢的你有資歷、能力了, 就可以換成是你去選擇工作了。因為我已經確立了自己的「工作領域」, 如果試了第一個不喜歡,



要換到第二個，但都還是會在這個領域裡面，所以第一個經驗還是會累積到下一個，還是有幫助的。

**五、 你覺得貴學院學生大學畢業後，求職“需”具備哪些能力？（學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…），若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？**

我自己是覺得我們系的學生出路很廣，就是我們不一定侷限在相關的領域才可以做，因為可以和很多其他領域結合，我們的訓練是讓你變成一個思考很多的人，就是並不是丟一個東西然後答案只有一個，而且鼓勵我們去選擇你有興趣的領域。所以說，我們就業的領域並不侷限；但如果真的要走本業，那真的是一條很苦的路，就是工時很長、工作很辛苦、可是又沒什麼錢；但如果真的去投入的人，就是對那興趣很深的人。

**六、 你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）**

1、符合興趣：因為我可能才要剛出社會，所以我目前覺得如果可以把興趣和工作結合在一起是最好的，或者說把興趣應用在工作上。我覺得做我喜歡的事會比較長久。

2、薪水：可能因為本來就知道做這一行的薪水不高，加上背後還有爸媽可以靠，所以目前還不會太在意，在意的話可能也不會留在這一行；不過也有可能以後變得很愛錢也不一定。

3、地點：可能還是比較希望能留在台北，因為目前還是以台北比較蓬勃。

**七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？**

因為我對經濟方面沒有什麼觀察，就我自己的狀況來說，並沒有什麼影響。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

1、 認為可能從大一開始就要協助他們思考「自己要什麼」，就是從最基礎的開始，找出自己的興趣。因為很多人從高中升上來是因為考試分數剛好到了，就進來了，可是連自己為什麼選這個科系都不知道。

2、 學校可以多和一些比較知名的企業合作，爭取到企業實習的機會，可能在大二升大三、或升大四的時候等等。像我有一些同學就有在大公司實習，而且是有支薪的；好處是實習完之後你可以知道自己能力上還有哪些不足、或者發現自己到底有沒有興趣、適不適合等等。

**九、在大學這幾年，系裡曾經提供給你們哪些生涯上的協助？**

其實我覺得很少。雖然我知道學校有職涯中心或什麼，可能我自己沒有接觸到，所以我覺得它對我的幫助很少，而我自己也不會從它的那邊去尋求我要的。

我知道畢業前學校會有就業博覽會，可是像我們學院的並不會有興趣想要去看，因為那種東西都是以商院同學為主吧，或是說他們比較有可能進入的場域，像我們不太會有興趣，對我們也不會有幫助，這是我之前看完的感覺。就覺得以後應該要改為『商院』就業博覽會。

(十七) 教育學院 (共一名受訪者, 1/1)

一、 距離畢業大約還有一年的時間, 你對於未來的生涯方向已經決定了嗎?  
(找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他)

決定了, 會想要先考證照, 因為我想要的工作一定要有證照。

二、 你是如何決定這個生涯方向的? 可否談談你的生涯決定過程(從何時開始思考這些問題, 尋求過誰的幫助或建議, 中間做過哪些努力或嘗試…)

是我自己決定的, 因為我從小對於這個工作就十分有憧憬, 也受到許多老師的影響, 所以考大學時就選擇這個科系。

三、 在決定生涯方向時, 你有遇到什麼困難嗎? 你是如何面對這些困難的?

唯一的困難但我的家人不太喜歡, 因為他們覺得證照很難考, 與其花許多年準備考試, 倒不如先去找一個穩定的工作。但我就是喜歡這個工作, 所以即使他們不喜歡我也不想被影響, 如果後果真的像他們說的, 我還是沒有考上證照, 那我就會心甘情願去找穩定的工作。

四、 在決定生涯方向的過程中, 你的心情感受如何?

還滿平靜的, 當然有時候會受到家人的影響, 也會懷疑這樣做是否真的好, 但心中還是有一個夢想或是熱誠吧, 還是想要試試看自己可不可以做到。

五、 你覺得貴學院學生大學畢業後, 求職需具備哪些能力?(學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…), 若評估自己的這些能力, 你覺得自己準備程度如何?

- 1、 專業證照: 目前尚在準備中, 所以目前應該是五成
- 2、 良好的工作態度: 有一些家教經驗, 可以培養專業能力。應該是八成
- 3、 求新求創的動力: 除了專業以外, 還要多接觸其他領域, 多關心社會事務等, 此外也要有創造力, 我覺得自己還滿有熱誠的, 大概是八成。

六、 你覺得自己在決定職業方向時, 會考量哪些職業的條件呢?(薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…)

1. 地點: 希望可以在交通方便的地方。
2. 機構的氣氛: 希望可以在融洽、正向的地方工作。

七、 經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後, 會影響你對未來職業方向的選擇嗎? 或影響到你原本的生涯規劃?

會害怕但不至於影響到原本的生涯方向, 工作都一定會找到, 試看自己願不願意做, 所以不會影響。

八、 面對就業與求職方向的選擇, 您會希望學校及院系提供哪些幫助呢?

多元的實習機會, 譬如到不同的地方實習。

(十八) 外語學院 (共三名受訪者, 1/3)

一、距離畢業大約還有一年的時間，你對於未來的生涯方向已經決定了嗎？（找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他）

要考研究所

二、你是如何決定這個生涯方向的？可否談談你的生涯決定過程（從何時開始思考這些問題，尋求過誰的幫助或建議，中間做過哪些努力或嘗試…）

自我自己決定的，但過程中有和很多老師討論過。自從做過專題後，我發現自己喜歡做研究，跟老師討論過，老師也覺得我適合繼續走研究這條路，家人也支持。

三、在決定生涯方向時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何面對這些困難的？

比較大的困難是不知道該如何選擇研究所吧，因為每個學校的專長不一樣，所以會很困惑不知如何選擇。對於這些疑惑我會去問老師，或是在讀研究所的學長姐，他們會告訴我比較詳細的資訊。

四、在決定生涯方向的過程中，你的心情感受如何？

還有點迷惘，但老師和學長姐是滿強大的後盾，所以還算有依靠的感覺。

五、你覺得貴學院學生大學畢業後，求職需具備哪些能力？（學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…），若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？

當然外語能力很重要，這是專業一定要顧好。另外我覺得邏輯思考和獨立研究的能力也很重要，但可能因為我要考研究所吧，所以對於這兩項能力又特別看重。

六、你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）

我個性比較穩定，所以希望可以一直念上去，做研究相關的工作或大學教授，所以會考慮是穩定性和發展性的問題，希望可以不斷讓自己進步。

七、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？

因為要考研究所所以覺得還好，可能等到就業時才會比較擔心。

八、面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？

對於想要工作的同學來說，希望可以多辦一些職業說明或是到企業參訪。至於像我要考研究所，會希望系上提供多一點資訊，並將這些資訊整理，這樣同學就不用一直靠資源找老師或學長姐，也可以自己看資料參考。

(十九) 外語學院 (共三名受訪者, 2/3)

一、距離畢業大約還有一年的時間，你對於未來的生涯方向已經決定了嗎？（找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他）

會先當兵再開始找工作。

二、你是如何決定這個生涯方向的？可否談談你的生涯決定過程（從何時開始思考這些問題，尋求過誰的幫助或建議，中間做過哪些努力或嘗試…）

因為有經濟壓力，所以想先工作，不想給家裡負擔。

三、在決定生涯方向時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何面對這些困難的？

原本是想考商科的研究所，但是想到當兵再加上研究所還要再等三年，所以決定先去當兵再開始工作，如果以後因工作需要會再去進修，但短時間內還不會考慮。

四、在決定生涯方向的過程中，你的心情感受如何？

剛開始會有點無奈吧，因為許多同學開始再準備研究所或是出國讀書，也是有想過出國讀書這條路，但是因為我是男生，再加上家裡經濟條件不許可，所以也慢慢的調適心情，反正如果真的想出國也是開始工作之後再說。

五、你覺得貴學院學生大學畢業後，求職需具備哪些能力？（學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…），若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？

- 1、專業能力：一定要有專業能力，最好還有幾張證書檢定，這個年頭沒有證書很難找工作。我自己有幾張證書，目前會想要再往上考。
- 2、學歷要求：學歷還滿重要的，我在找打工時發現是不是好學校差很多，如果是好學校很快就找到工作了，所以身為政大的學生還滿有競爭力的。
- 3、其他能力：除了外語是基本能力以外，還要再多跟其他領域接觸，畢竟我未來想找的工作還是在企業界或商業界，還是要多有不同或是商業的思考脈絡，我會看一些先關的雜誌，像是商業週刊之類的。

六、你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）

薪水的話會希望有 3K，但不強求，畢竟我沒有碩士畢業。但會希望在大公司發展，因為這樣未來才比較有發展性。

七、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？

不會特別的影響，但是會想增加自己的第二專長和第二外語，因為經濟不景

氣大家會比較搶同一份工作，所以需要比別人更多的能力。

**八、 面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？**

還好耶，因為我先去當兵。但如果系上可以多提供一些未來出路的可能會好很多。像是請在各領域或是各產業的學長姐回來分享，會讓我們打開更多視野。另外，就業博覽會如果可以請更多廠商或是產業來會更好，不然每次都是商學院的天下，讓其他科系沒有發揮的空間。

(二十) 外語學院 (共三名受訪者, 3/3)

一、距離畢業大約還有一年的時間，你對於未來的生涯方向已經決定了嗎？（找工作、考研究所、延畢、出國進修、當兵、未決定、其他）

想要出國讀書，會開始準備留學考試。

二、你是如何決定這個生涯方向的？可否談談你的生涯決定過程（從何時開始思考這些問題，尋求過誰的幫助或建議，中間做過哪些努力或嘗試…）

我從小就嚮往出國讀書，再加上父母支持，也有親戚在國外，所以大二時就決定要出國讀書。

三、在決定生涯方向時，你有遇到什麼困難嗎？你是如何面對這些困難的？

最大的困難是考試吧，因為想去美國念書，但現在越來越難申請學校，成績要達到一定程度。至於面對的話，就盡力準備，也要維持在校成績。

四、在決定生涯方向的過程中，你的心情感受如何？

很期待，雖然有些緊張，但是很期待國外的研究所生活。

五、你覺得貴學院學生大學畢業後，求職需具備哪些能力？（學業表現、專業證照、外語能力、學歷要求、課外活動參與度、軟實力、核心職能、其他…），若評估自己的這些能力，你覺得自己準備程度如何？

專業能力是一定要有的，再來就是要培養第二專長，另外我覺得課外活動也很重要，像我申請學校時也要提出相關證明。這三個我大概都中上吧。

六、你覺得自己在決定職業方向時，會考量哪些職業的條件呢？（薪水、工作性質、公司發展性、地點、福利、其他…）

如果從國外回來會希望薪水可以好一些，也希望可以在外商銀行上班，一方面是比較有外派的機會，另外是福利較好。不過我希望研究所畢業後可以留在美國找工作，這是我的目標。

七、經歷金融風暴以及整體環境的不景氣後，會影響你對未來職業方向的選擇嗎？或影響到你原本的生涯規劃？

一定會有影響，像美國失業率很高，那我可能留在美國找工作的機會不高，但我覺得還是有很多出路，像是可以去大陸工作等等。雖然多了些限制，但仍可以調整自己的期待。

九、面對就業與求職方向的選擇，您會希望學校及院系提供哪些幫助呢？

系上老師有許多都是國外回來的，所以要出國的資訊很多都可以問老師。但我看我同學他們都會卡在就業和研究所中迷惘，所以希望能有專門的生涯中心，可以到班上演講或是開放座談。

表 4-4-4	各背景變項在「生涯困擾程度分量表」上的平均數 t 考驗或變異分析.....	55
表 4-4-5	各背景變項在「生涯困擾程度分量表各因素」上的平均數 t 考驗或變異分析.....	56
表 4-4-6	各背景變項在「生涯抉擇不安感分量表」上的平均數 t 考驗或變異數分析.....	57
表 4-5-1	生涯定向狀態在各量表上之平均數 t 考驗.....	59
表 4-5-2	生涯定向狀態—「已決定者」在各量表上之變異數分析.....	60
表 4-5-3	生涯定向狀態—「兵役後決定」在各量表上之平均數 t 考驗.....	60
表 4-5-4	生涯定向狀態—「就業者-類別決定」在各量表上之平均數 t 考驗.....	61
表 4-5-5	生涯定向狀態—「就業者-選擇因素」在各量表上之變異數分析.....	61
表 4-5-6	生涯定向狀態—「升學者-系所別決定與否」在各量表上之平均數 t 考驗.....	62
表 4-5-7	生涯定向狀態—「升學者-國內外決定」在各量表上之變異數分析.....	62
表 4-5-8	生涯定向狀態—「升學者-系所別選擇」在各量表上之變異數分析.....	63
表 4-5-9	各生涯定向狀態在「生涯困擾程度分量表各因素」上的平均數 t 考驗或變異數分析.....	63