

生涯諮商與輔導 授課大綱

課程名稱	生涯諮商與輔導		學分數	2	全或半學年		半學年
教師姓名	黃淑華	開課系所	通識教育中心/人文組	開課年班	二專109年班	課程類別	選修
時數	2	實習時數	0	教室		人數	
教師專業背景	黃淑華：中原大學心理研究所碩士，台南大學教育與經營管理研究所博士						
課程核心能力關聯說明	邏輯分析	以生涯理論為基礎，逐步探討個人心理特質、成長歷程、生命意義的期許，以及對生活世界的本質現象的理解，藉以幫助學生瞭解全人發展取向的生涯規劃觀。					
	價值判斷	提供生涯諮商之資源，幫助學生瞭解自我生涯中最重要價值觀，並協助學生為自我規劃具體可行的生涯行動方案，找出自己的人生方向，建立工作與休閒平衡的人生觀，為自己的人生掌舵。					
	探索解決	能瞭解、解釋生涯理論的概念，並發現生涯理論與生活結合，或實務應用的樂趣。瞭解生涯理論對自己未來的生活及工作有其重要性，並能應用生涯理論的所學知識解決生活中所遇到的問題，使生活更美好。					
教學目標 (綱要) (127字)	<p>1. 本課程以心理學為基礎，探討個人心理特質、成長歷程、生命意義的期許以及對工作、休閒世界的本質現象的理解，藉以了解全人發展取向的生涯規劃觀。</p> <p>2. 提供生涯諮商之資源，幫助學生為自我規劃具體可行的生涯行動方案，找出自己的人生方向，建立工作與休閒平衡的人生觀，為自己的人生掌舵。</p>						
主要教材	《生涯規劃》，陸啟超著，台北：全威圖書有限公司，2016年。						
參考書籍	<p>《生涯發展與心理輔導》，劉玉玲著，台北：心理出版公司，2007年。</p> <p>《生涯探索與規劃—我的生涯手冊》，吳芝儀著，台北：濤石出版公司，2000年。</p>						
評分標準	期中成績(30%) / 期末報告成績(30%) / 平時成績(40%)						
預計進度	單元	授課內容				備註	
第1週		<p>1. 學術倫理簡介，灌輸學生勿抄襲或不當引用文章內容等行為，避免違反學術倫理。</p> <p>2. 課程導論：上課遊戲規則，課程要求，教學方式</p>					
第2週	生涯的聯想 I	社會變遷與生涯規劃的關聯性，軍校生的優勢與劣勢，生命的意義與價值					
第3週	生涯的聯想 II	生涯規劃的意義、目的、重要性					

第 4 週	生涯的聯想 III	生涯規劃的重點，個體的生涯發展階段，生涯規劃系統的實施	
第 5 週	生涯的聯想 IV	生涯型態，影響生涯發展和目標的因素	
第 6 週	生涯諮商理論的探討與應用 I	生涯類型論、生涯發展論	
第 7 週	生涯諮商理論的探討與應用 II	社會學習論、生涯建構論、生涯金三角、家族系統理論	
第 8 週		期中考	期中考(30%)
第 9 週	我的多元面向 I	自我認識與探索---我的人格特質、我的生涯興趣	
第 10 週	我的多元面向 I	自我認識與探索---我的人格特質、我的生涯興趣	
第 11 週	我的多元面向 III	自我認識與探索---我的生涯故事	
第 12 週	探索工作世界 I	工作的意義，認識工作世界，職業道德、工作場合中的人際關係	
第 13 週	探索工作世界 II	履歷與自傳 / 探索工作世界 1	生涯訪談口頭報告 1 (20%)
第 14 週	探索工作世界 III	探索工作世界 2	生涯訪談口頭報告 1 (20%)
第 15 週	生涯發展中的難題 I	生涯決定的意義、生涯決定歷程、我的決定風格	
第 16 週	生涯發展中的難題 II	家庭期待與溝通、生涯願景與規劃 / 理想生涯目標、生涯準備與行動	繳交個人筆記本 (40%)
第 17 週	與生涯共舞 I	休閒管理、時間管理、壓力管理	繳交我的金錢觀(加 10 分)
第 18 週	與生涯共舞 II	金錢管理、家庭管理、人際管理	

課程需知：

(一)成績計算：

1. 平時成績佔 40%、期中考 30%、期末報告 30%，總成績為 100 分。
2. 期中考以筆試方式為主，期末考以書面報告為主。
3. 平時成績計算方式以作業成績為主，凡作業延遲繳交，依延遲天數，扣其應得分數五分(例如：一月四日為作業繳交最後期限，如果一月六日繳交，則扣十分；例假日均包含在內)。

(二)教學紀律暨獎懲：

1. 上課學習認真，能提出頗具見地之問題，抑能周延回答、補充同學或教師所提問題且頗具參考價值者，視其深度酌加平時成績 5 至 10 分。
2. 考試成績優異者，開具「優良之『管教訓五聯單』」，請所屬中隊按權責議獎，除登載於考核資料外並建議放提早假，以激勵勤勉向學風氣。
3. 上課請勿打瞌睡、吃零食、看課外讀物或其他違反上課紀律情事，違者視情節輕重，第一次警告及沒收零食或課外讀物，第二次扣其平時成績十分並予以罰站，第三次開具「違反上課紀律之『管教訓五聯單』」，以茲警惕。
4. 如有無故缺課之情形，除轉告隊上懲戒外，並扣其平時成績二十分。