

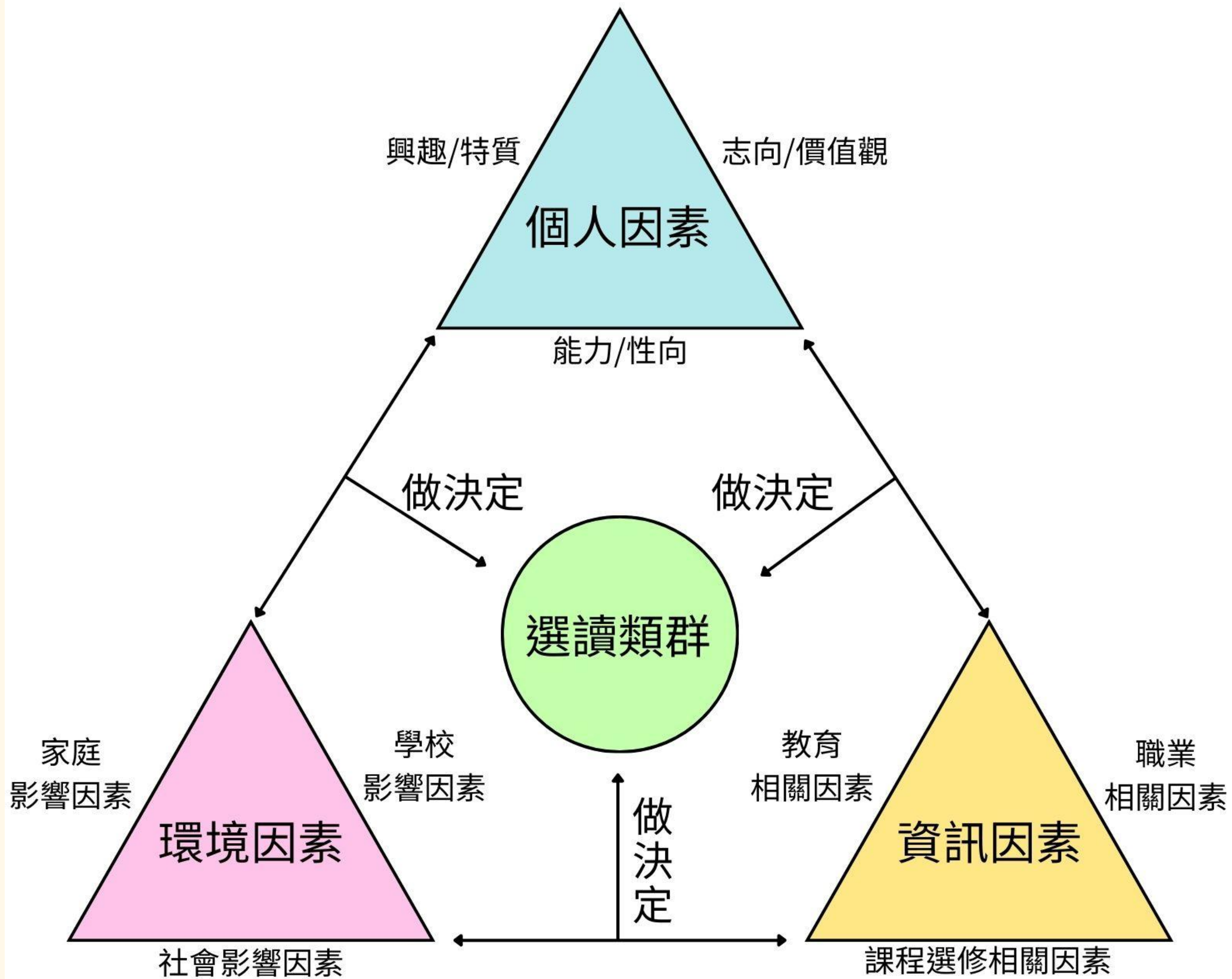
高一生涯輔導

課程類群選修家長說明會

進行主題	進行時間	主講(持)人
校長致詞	14:10~14:20	洪幼齡校長
本校課程類群選修 暨課程開設說明	14:20~15:00	課程諮詢師陳鈺玟老師
課程選修的探索歷程	15:00~15:30	輔導處王如意老師
綜合座談	15:30~16:00	輔導處周柏伶主任 教務處蔡岳暎主任 教學組陳小琳組長 課程諮詢師陳鈺玟老師

臺中女中 輔導處





第一個三角形 ~ 知己

- 興趣/特質 (我喜歡...)

- 興趣測驗結果：[大考中心興趣量表](#)

- 課程學習的主觀偏好，例：最喜歡的學科

- 課餘的生活體驗，例：社團經驗、休閒活動...

- 個性與特質

- 能力/性向 (我能夠...)

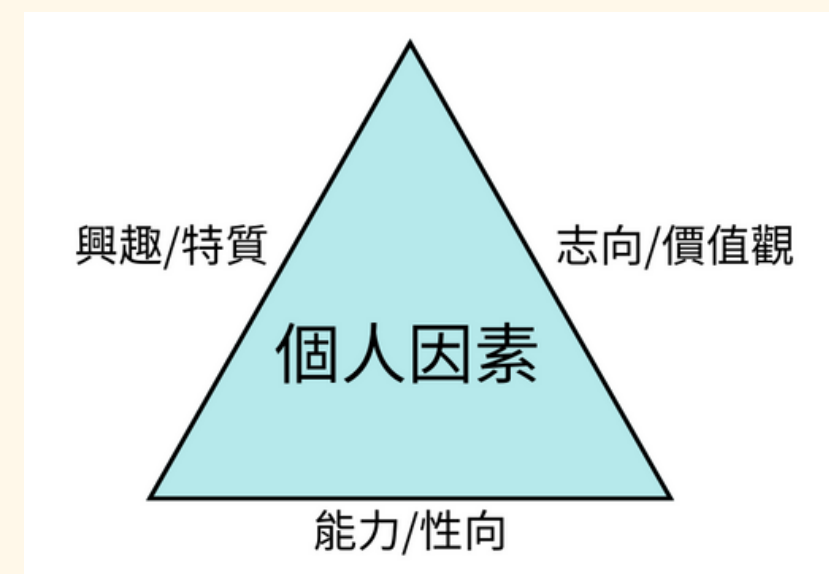
- 學習上的優勢表現，如：高一學科成績

- 專長及特殊表現

- 志向/價值觀 (我重視、追求...)

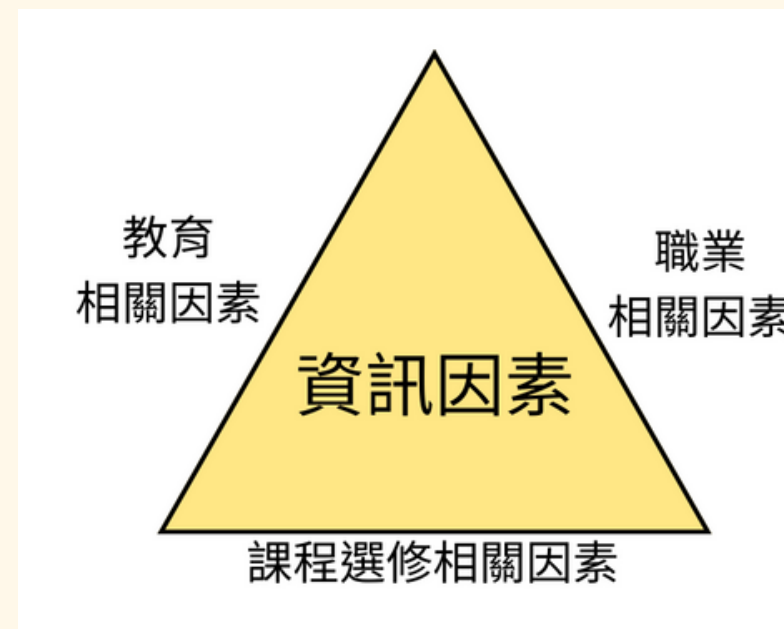
- 個人生涯規劃

- 看重的生活價值觀



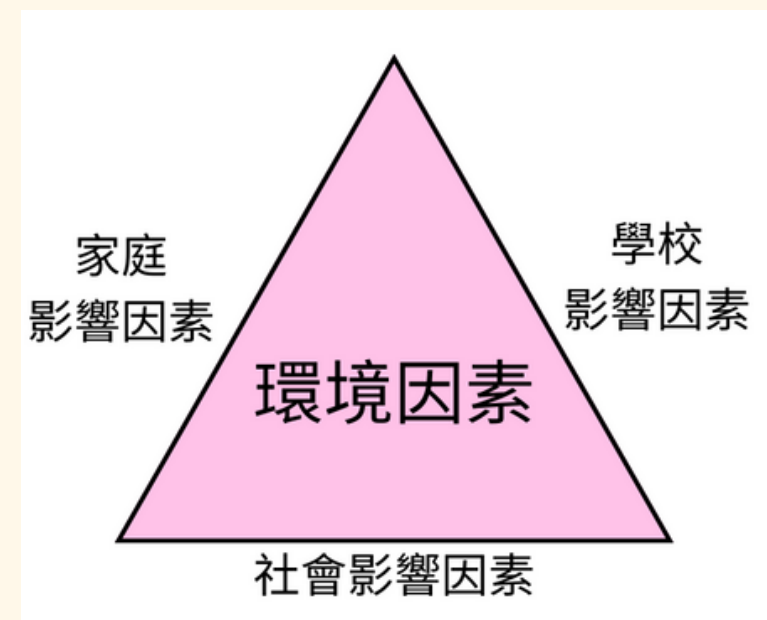
第二個三角形～知彼

- 教育相關因素
 - 大學多元入學方案
 - 大學學群與科系
- 職業相關因素
 - 職業的類別及內涵
 - 未來就業市場需求
- 課程選修相關因素
 - 各類群的必選修科目
 - 轉類群的辦法及規定



第三個三角形 ~ 知彼

- 家庭影響因素
 - 家庭背景
 - 父母的期望
- 學校影響因素
 - 師長的建議
 - 同儕的影響
- 社會影響因素
 - 職業發展趨勢
 - 人力供需狀況





決定前可參考的依據

- 個人的志願及生涯規劃
- 興趣 ~ 大考中心興趣量表
- 學業成績 ~ 高一學科平均
- 父母期望
- 學校師長建議
- 未來的就業市場需求



重要資料說明

- 高一課程選修輔導重要行事曆
- 大學學群和高中類群的關係
- 本校編班及轉班作業規定
- 高一課程選修輔導紀錄表

常見的迷思之一

- 認為讀某一類群比較有前途。
- 有性別刻板印象的考量，認為女生就要讀社會類群，男生應該讀自然類群。
- 認為社會類群的同学數學一定不好；或數學好就要讀自然類群，否則太可惜。
- 認為比較聰明、功課又好的人應該要讀某一類群。
- 不喜歡背誦文科，所以選擇自然類群





常見的迷思之二

- 不願與好友分開而選擇同類群，沒有考慮自己的興趣和能力。
- 家人都讀某類群，我應該也要讀某類群。
- 跟著熱門的行業或科系來選擇。
- 跟著選第四類群，進可攻退可守。
- 抱著試讀的心態選類群，預留轉類群的退路。

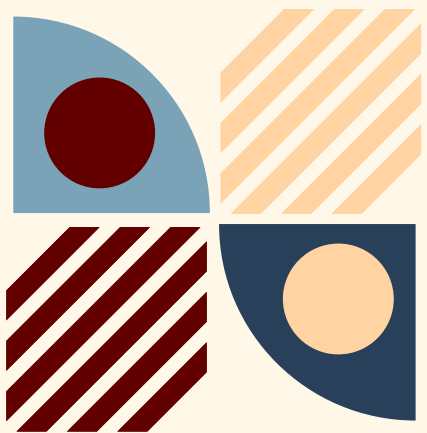


至今尚不清楚自己的興趣與能力，怎麼辦？

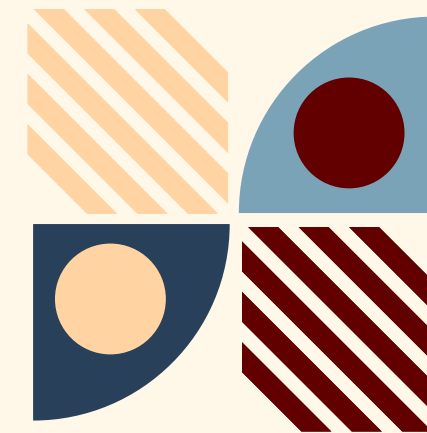


- 就目前有的測驗結果、高中學業表現及學科老師觀察等各方面資料，進行全面性的比較與分析，盡量找出與能力相符且較感興趣的類群。
- 搜尋「大學科系」相關資料；利用 [ColleGo](#) 網站校系資源介紹功能，檢索並瞭解大學校系學習內容，參考[IOH](#)網站或詢問就讀大學的學長姊相關經驗分析，亦可提供參考訊息。
- 找輔導老師進行個別晤談與討論。



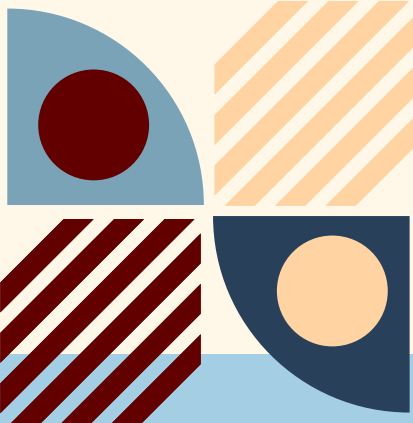


社會與自然類群成績表現差不多，
也分別有喜歡的科系，如何抉擇？

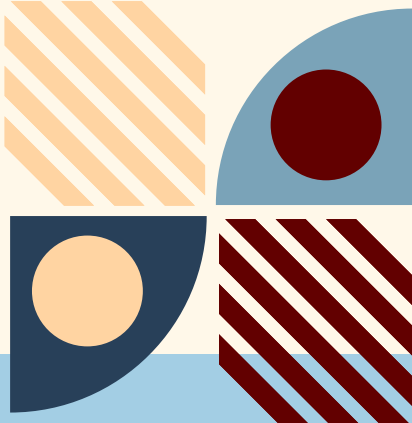


- 瞭解喜歡科系所重視的考科，是否恰好就是自己的拿手科目？再根據拿手科目來選擇類群。
- 比較社會類群與自然類群哪邊喜歡的科系比較多？這些大學科系中，哪些課程讀起來比較有把握？



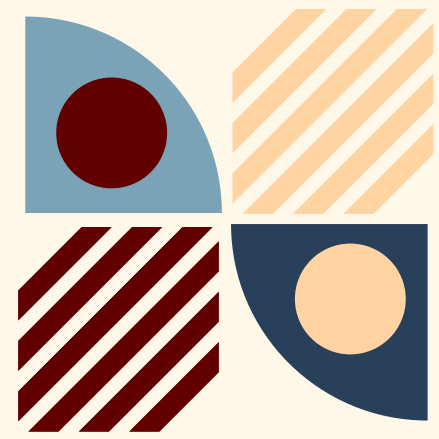


當自己的興趣和能力不一致時，要如何抉擇？

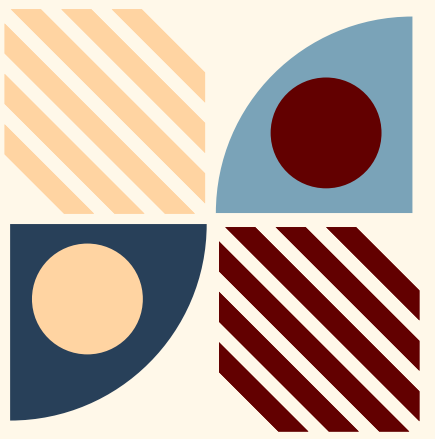


- 分別考慮選擇後必須承擔的代價為何，來決定如何取捨。
假設：依興趣抉擇，可能面臨成績不夠突出，將來在校系選擇上或許會吃虧。
假設：依能力抉擇，可能在未來校系選擇上不能如願直接進入有興趣的領域發展，勢必要有其他的補救措施。
當然也可以選擇個人學習上的優勢，再重新培養個人興趣，以期在學業表現上收事半功倍之效。



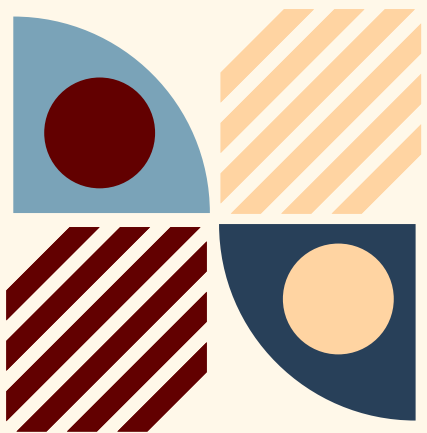


因為某些科系比較熱門，所以選擇某類群，
這樣的觀念正確嗎？

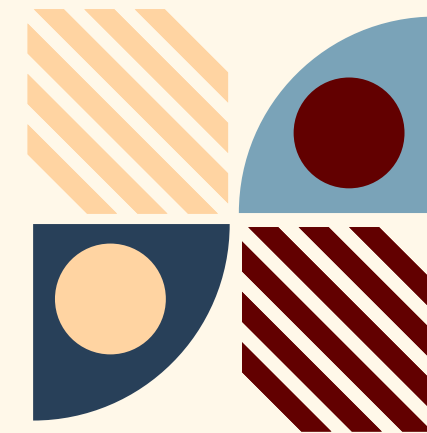


- 所謂「熱門科系」只是反映目前就業市場上的人力需求。同學應思考的是，當八、九年後，妳大學或研究所畢業時，該熱門科系是否依舊熱門？
- 建議以自己的興趣與能力為主要考量，再參考父母的期望、社會環境等因素，做出適合自己的最佳決定。
- 「熱情」 > 「熱門」



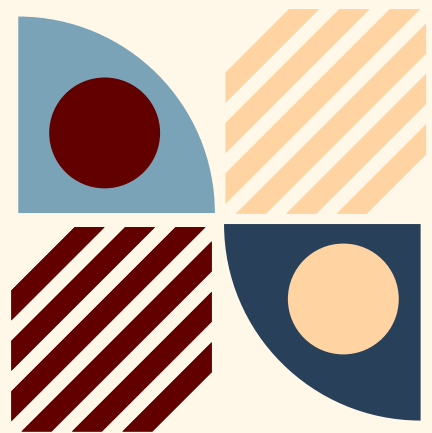


不喜歡史地，所以選擇自然類群，
這樣的考慮正確嗎？

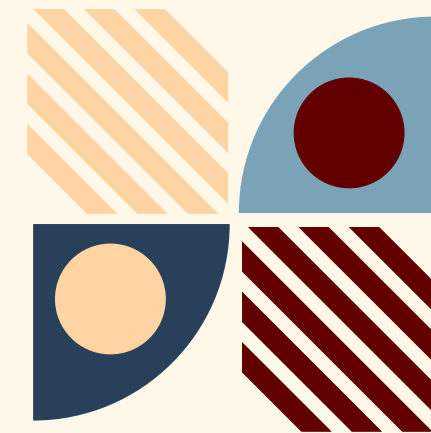


- 不喜歡史地，並不代表就有讀自然類群的能力，且目前所有類群都需要修史地的課程，如果不是真正因為能力或興趣而選擇自然類群，日後可能會陷入另一個困境。
- 社會人文學科的許多知識有一定的邏輯順序及因果關係，除了背誦方式外，更重要的是組織及融會貫通的能力，才能獲得真正的領悟與瞭解。



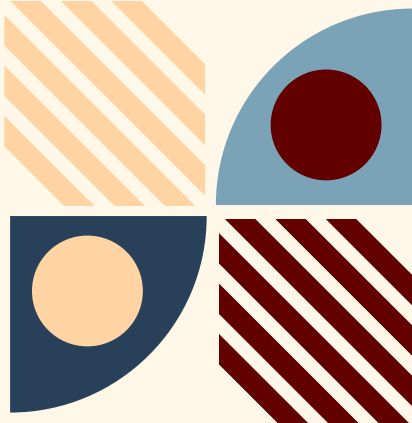
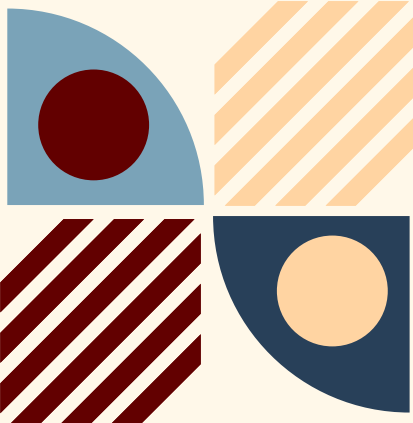


對自然類群有興趣，但擔心高二的數學、
物化更難，自己無法應付該怎麼辦？



- 如果高一的數學及自然學科成績不差，就表示應具有自然領域學科學習的能力，不用太擔心，只要繼續努力學習，應該會有不錯的成績表現。
- 如果以往的數學及自然學科基礎不佳，但仍想選讀自然類群，可能會遇到較大的挑戰和困難，建議同學要有心理準備在選類群後，需要花費加倍的時間在課業準備上。

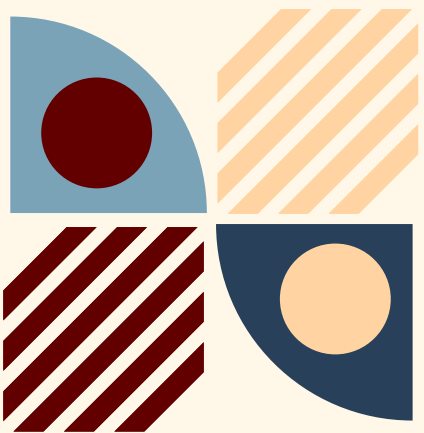




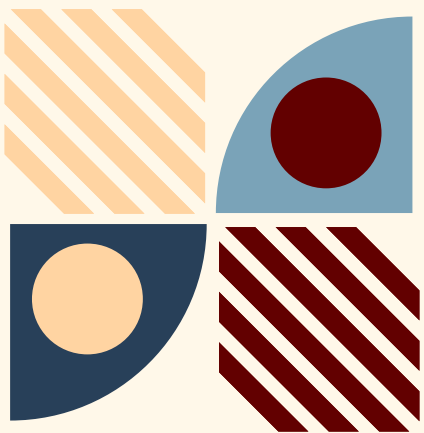
選讀自然類群修習「數甲」，未來加考「數乙」比較容易拿高分，增加升學機會，因此選讀自然類群比較好？

- 所有類群均可自由選擇應考科目。
- 數甲和數乙的考題方向因應課綱有所差異，依據大考中心的分析，數甲、數乙共同考生中，並非數乙的成績均較數甲來的高。
- 除非兼具對社會科學的興趣，否則即使增加就讀機會，也不一定符合自己的興趣，未來在大學的適應恐怕少不了許多的挑戰。



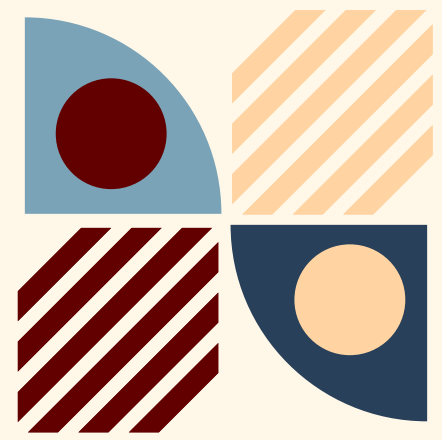


既然以後有轉類群的機會，現在先隨便
選個類群，讀不好再轉就好了！

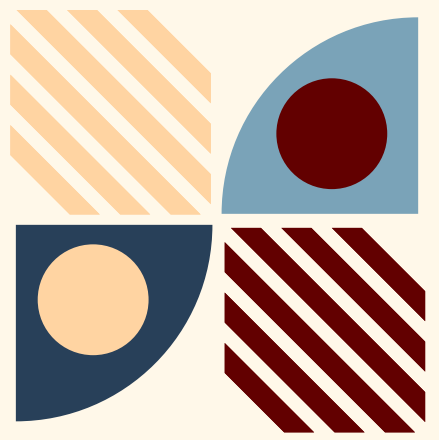


- 抱著學不好就轉類群的心態，可能很難全心投入課程的學習，也常不如目標清楚者努力，未能發揮自己的實力，成績表現自然較不理想。
- 即使轉了類群，若不認真思索自己在生涯上的選擇，就算到另一個類群，仍可能是一路後悔又辛苦。
- 選錯類群，倘若學科表現又不佳，除影響學習意願外，可能還要面臨重修或拿不到畢業證書的窘境。





自己的決定與父母不一致時，怎麼辦？



- 建議說明做決定的思考歷程，連同客觀的測驗結果、各學科的學業表現等資料，試著與父母溝通。若父母瞭解你的選擇是經過一番認真的思考，通常比較能接受你的決定。
- 父母對你選擇類群的期待，通常是出於關心和擔心，父母的想法一方面來自他們自身的人生經驗，另一方面來自對你的觀察和期許，因此在溝通時應儘量傾聽父母的想法，感受父母的用心，並表達願為自己的選擇負責。





家長如何協助孩子做決定

- 完全放任不管或強硬干涉孩子作選類群的決定，都不是恰當的態度。
- 在選類群的過程中，讓孩子覺得父母是可商量的，自己是可以有自主空間的，可能是較合宜的方式。
- 您可以做的是：
 - (1)提供對孩子的觀察與瞭解。
 - (2)提供孩子經驗、資訊以及探索與體驗的機會。
 - (3)陪同孩子整合自我及外部資訊，理性分析各種選擇的利弊。
 - (4)以孩子為本位思考，避免將自己的理想或未完成心願投射在孩子身上。
 - (5)支持孩子的選擇，並提醒其為自己的選擇負責。



孩子決定之後.....



- 瞭解大學多元入學管道內容，並做相關的準備。
- 進一步確認自己的能力及興趣，並探索與大學科系及職業的關係，作為將來校系選擇的參考。
- 瞭解各大學校系的概況、特色及內涵。
- 養成良好的讀書習慣和正確的學習方法，並持之以恆。
- 有效規劃生活並妥善利用時間，在課業與社團取得平衡點。
- 激勵對學習的興趣與信心，進行壓力與情緒的自我調適。
- 保持生活規律、注意飲食營養，以培養健康的身心基礎。



最後的提醒

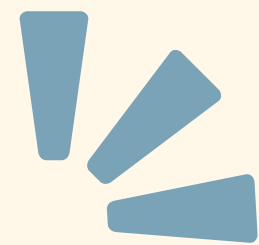


- 115年6月9日(二)為高一課程選修輔導紀錄表最後繳交期限，同學確實依自己的能力、性向、志趣與升學需要選修類群，並完成紀錄表內容之填寫，經家長、導師簽章後，由輔導股長收齊交至輔導處。
- 完成類群選修後，若個人因故需提出轉類群申請，應依照本校相關規定辦理。



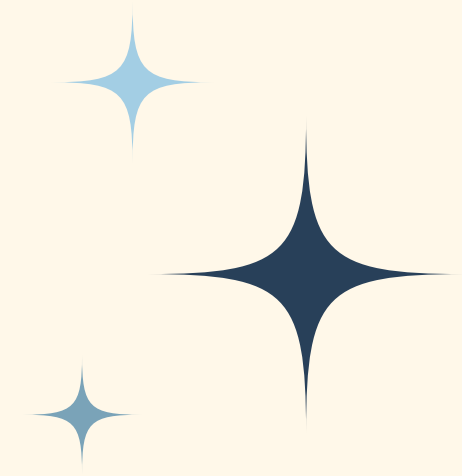
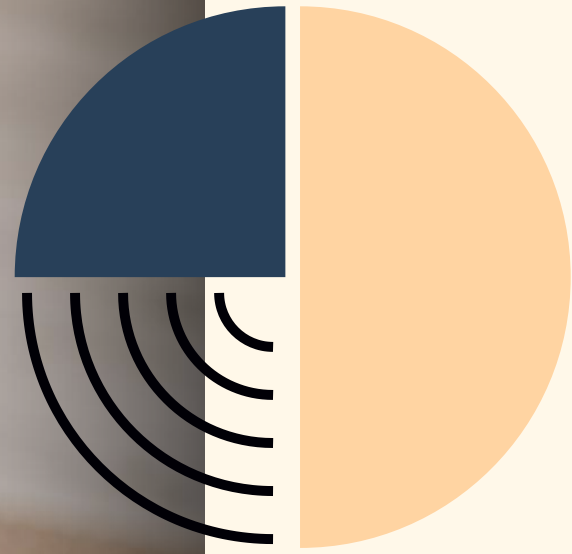


回條提問



- 貴校課程類群選修課程如何對應之後的大學學群，如理工、醫農。





綜合座談 時間

