

高中學生生涯自我效能評量表

親愛的同學，您好：

這份問卷的主要目的在瞭解您對未來職業方向的選擇情形及相關因素，共分三大部分，請仔細閱讀每個部分的說明，並作回答。有關個人背景資料部分，僅作為研究資料的整體分析之用，絕不會洩漏您的個人資料，請您放心填答。

本問卷的填答並無時間限制，大部分同學可以在四十五分鐘之內填寫完畢。填答完畢後，請再次檢查是否有遺漏的題目，並將問卷繳回。謝謝您！

國立屏東師院初教系

田秀蘭 教授

89.12.

* 如果您希望知道研究結果，或進一步接受訪談，請您填上地址、姓名、及電話，我們將與您聯絡。

縣市 鄉鎮區 路街段 巷 弄 號 樓之
小姐/先生啟

【基本資料】

1. 學校班級：_____ 高中 _____ 年 _____ 班
2. 組別：__ 文(社會)組、 __ 理(自然)組、 __ 尚未分組、 __ 其他(_____)
3. 性別：__ 男、 __ 女
4. 實足年齡：_____ 歲
5. 未來最想就讀的科系：
(第一) _____、 (第二) _____、 (第三) _____
6. 未來最想從事的職業：
(第一) _____、 (第二) _____、 (第三) _____
7. 父親職業：_____；母親職業：_____
8. 父親教育程度：_____；母親教育程度：_____

(請翻頁開始填答)

【第一部份】

你喜歡從事哪些職業？這些職業所包含的工作任務難不難？你會考慮從事某項職業的認真程度如何？是否有信心完成工作所交付的任務？在以下三十六個職業項目裡，請根據你的喜好程度、所知覺到的難度、會考慮從事的程度、以及能完成該項工作任務的信心程度回答。以計程車司機這項職業為例：

	[喜歡的程度]	[感覺到的難度]	[會考慮從事的程度]	[能完成工作任務的信心程度]
	不喜 歡	喜 歡	不 難	很 難
	不 喜 歡	喜 歡	不 考 慮	會 考 慮
	沒 信 心	有 信 心		
	-----	-----	-----	-----
計程車司機.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9

如果你非常喜歡「計程車司機」這份職業，請圈較高的數字 9；如果你覺得這份工作還算不難，可以圈 3；如果你會考慮從事這項職業，且可能性十分高，請你圈 9；如果能成功完成這項工作所交付任務的信心很高，請你圈較高的數字 9。請盡量以你的直覺來回答，不必在任何題目上花太多的時間思考。

	[喜歡的程度]	[感覺到的難度]	[會考慮從事的程度]	[能完成工作任務的信心程度]
	不喜 歡	喜 歡	不 難	很 難
	不 喜 歡	喜 歡	不 考 慮	會 考 慮
	沒 信 心	有 信 心		
	-----	-----	-----	-----
1. 保全人員	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
2. 土木工程師	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
3. 科學研究人員	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
4. 外科醫師	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
5. 攝影師.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
6. 漫畫家.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
7. 警察.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
8. 校長.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
9. 法官.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
10. 企業經理.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
11. 金融分析師	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9
12. 郵政人員.....	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9

(請翻頁繼續填答)

	[喜歡的程度]									[感覺到的難度 從事的程度]									[會考慮 任務的信心程度]									[能完成工作]								
	不 喜 歡			喜 歡			不 難			很 難			不 考 慮			會 考 慮			沒 信 心			有 信 心														
	-----									-----									-----									-----								
13.總機服務	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.裁縫師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15.婦、兒科醫師....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16.植物病理分析師.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17.舞蹈家.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18.美容師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19.空服員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.護士.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21.瘦身專業經營....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22.泡沫紅茶經營....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23.行政秘書.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24.銀行行員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25.運動員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26.清潔隊員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27.藥劑師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
28.大學教授.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29.室內設計師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
30.音樂家.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31.老師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32.觀光導遊.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33.推銷員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34.立法委員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
35.會計師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36.保險精算師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37.其他(請註明)_____ ...	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38.其他(請註明)_____ ...	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39.其他(請註明)_____ ...	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40.其他(請註明)_____ ...	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9

(請翻頁繼續填答)

【第二部分】

A：【對工作期望的結果與報酬】

你對未來的職業有何期望？不同的職業可能會帶給你不同的結果與報酬，當你在考慮要不要從事某一項職業時，你會期望得到哪些結果與報酬？舉例來說，有人期望工作有較多的自主性或升遷機會，而另一個人可能期望工作有足夠的穩定性、有較長的假期、或薪水較高等。

就你而言，當你在考慮從事某項工作時，你會期望得到哪些結果與報酬？請在下列 中勾選。

(可複選)

- | | | | |
|-----|---------|---------|-----------|
| 自主性 | 社會聲望 | 充裕的假期 | 進修與成長的機會 |
| 成就感 | 升遷機會 | 合理的薪資 | 志同道合的工作伙伴 |
| 穩定性 | 發揮專才的機會 | 其他_____ | (請填寫) |

B、【對工作結果期望的程度】

依據 A 題你所期望的結果與報酬，分別評估以下各職業項目可以符合的程度為何？請參考以下例題：

【能符合我期望的程度】

非常 不符 合	非常 符 合
---------------	--------------

計程車司機..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9

以你對「計程車司機」這項職業的瞭解程度而言，如果計程車司機這項職業非常符合你所考慮的結果與報酬，請將「非常符合」下面的數字「9」圈起來；若非常不符合你所期望的結果與報酬，則將「非常不符合」下面的數字「1」圈起來。

【能符合我期望的程度】

非 常 不 符 合	非 常 符 合
-----------------------	------------------

- | |
|----------------------------------|
| ----- |
| 1. 保全人員..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 2. 土木工程師..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 3. 科學研究人員..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 4. 外科醫師..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 5. 攝影師..... 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |

【能符合我期望的程度】

	非 常 不 符 合	-----							非 常 符 合
6. 漫畫家.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. 警察.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. 校長.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. 法官.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. 企業經理.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. 金融分析師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. 郵政人員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. 總機服務.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. 裁縫師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. 婦、兒科醫師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. 植物病理分析師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. 舞蹈家.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. 美容師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. 空服員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. 護士.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21. 瘦身專業經營.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. 泡沫紅茶經營.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. 行政秘書.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. 銀行行員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. 運動員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. 清潔隊員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. 藥劑師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
28. 大學教授.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29. 室內設計師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
30. 音樂家.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31. 老師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32. 觀光導遊.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. 推銷員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34. 立法委員.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
35. 會計師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36. 保險精算師.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37. 其他(請註明).....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38. 其他(請註明).....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39. 其他(請註明).....	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40. 其他(請註明).....	1	2	3	4	5	6	7	8	9

【第三部份】

一個人在生涯發展過程中難免會遇到一些阻礙，這些阻礙有的來自於外在因素，有的則是與內在的心理因素有關。以下的各個陳述，可能對一個人的生涯發展造成某些程度上的影響，你個人對這些陳述的看法如何？請以 1 到 9 的數字表達你的看法，如果你認為這個陳述對個人未來的生涯發展完全沒有影響，請填 1；如果你認為有很大的影響，則請填 9。

1 2 3 4 5 6 7 8 9
 |-----|
 完全沒有影響 稍微有影響 有很大的影響

- | | |
|----------------------------------|-------------------|
| 1.不清楚自己的興趣。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 2.不清楚自己的能力。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 3.專業知識及能力不夠。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 4.人格特質方面的限制。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 5.不清楚自己的價值觀念。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 6.很難決定未來的發展方向。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 7.不確定自己活著真正要追求的是什麼。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 8.對工作世界的認識不夠。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 9.現實環境中並沒有一份讓人覺得是真正理想的工作。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 10.不知道求職所需的步驟。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 11.很多事情的變數很大。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 12.自信心不夠。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 13.挫折忍受力不夠。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 14.自尊心偏低。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 15.上司存有性別偏見。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 16.因為性別因素而不受上司尊重。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 17.因為性別因素使得能力沒有受到重視，甚至被低估。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 18.因為性別的因素而得到較低的薪水。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 19.某些工作有單身條款的限制。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 20.不是老闆所期待的性別而無法被錄用。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 21.因為性別因素而不容易得到升遷。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 22.工作環境中有性騷擾的情形。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 23.因為性別因素而在謀職及升遷方面受到負面影響。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 24.因為結了婚或是有了小孩而在工作上受到差別待遇。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |
| 25.因為工作而沒有把小孩照顧好，會有很深的罪惡感。 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 |

(請翻頁繼續填答)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	完全沒有影響			稍微有影響			有很大的影響		

26. 未來的夫妻關係不佳。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
27. 未來的親子關係不佳。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
28. 家裡突然發生變故。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
29. 未來所學的領域前途不被看好。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
30. 未來所學專業不受重視。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
31. 未來就讀的學校名氣並不高。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
32. 未來所學過於冷門。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
33. 未來就讀的科系聲望不高。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
34. 學歷不夠高。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
35. 父母親不支持。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
36. 父母親的限制太多。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
37. 未來的主管或上司不支持。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
38. 未來的配偶不支持。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
39. 交男(女)朋友。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
40. 配偶的家人不支持。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
41. 家人不鼓勵自己從事以異性為主的職業
(例如：男生當護士；女生開公車) 1 2 3 4 5 6 7 8 9
42. 女性的個性較情緒化，不適合擔任主管。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
43. 女性比較難以應付複雜的人際關係。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
44. 女性需分擔較多的家務。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
45. 女性在體力方面的限制。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
46. 社會對女性的角色期待仍舊保守。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
47. 女性為了遷就配偶的住處而限制其工作的選擇機會。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
48. 擔心事業發展得太順利反而會帶來一些不好的後果
(如嫁不出去或婚姻失敗)。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
49. 不知如何妥善地做時間規劃。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
50. 工作適應能力不夠而無法很快得到升遷。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
51. 不知道如何調適工作上的壓力。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
52. 未來需要扮演的角色太多，而角色間的衝突使自己無法在工作上
全力發揮。 1 2 3 4 5 6 7 8 9

(請翻頁繼續作答)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	完全沒有影響			稍微有影響			有很大的影響		

- 53.工作壓力影響了家庭生活。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 54.對自己的要求過高，期望扮演好所有的角色。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 55.家庭與事業兩者很難兼顧。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
- 56.現今社會大部份的人還是認為一個人應從事適合他的性別的職業。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 57.認為自己不適合從事以異性為主的行業。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 58.從事與自己性別不符的職業，而被認為自己的表現不像自己的性別。 . 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 59.在以異性為主的職業領域裡，自己的就業機會不多。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 60.薪水過低。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
- 61.不欣賞老闆的領導方式。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 62.工作地點離家太遠。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 63.一直沒有升遷機會。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 64.工作單位的福利制度不佳。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 65.工作環境不佳。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
- 66.容易感到職業倦怠。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 67.經濟不景氣。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 68.所學的領域雖是熱門，但競爭相當激烈。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 69.沒有工作經驗。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 70.語言上的限制。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
- 71.年紀太輕或太老。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 72.學業成績太差。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 73.時運不佳。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 74.體力上的限制。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 75.未來需要花較多的時間照顧小孩。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
-
- 76.未來很難為小孩找到好的幼稚園或托兒所。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 77.未來組成家庭後會阻礙自己的事業發展。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 78.家庭雜務太多。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 79.結婚後以家庭為重。 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 80.未來會過於重視家庭使得工作績效降低。 1 2 3 4 5 6 7 8 9

(填答到此結束。謝謝您的協助！)