



五、生涯發展規劃書

恭喜您即將完成國中學業，準備邁向下一個學習階段。請依個人狀況加以分析評估，並嘗試擬出具體的生涯目標。過程中可以請家人或師長提供意見，並和您一起填寫這份規劃書。如有任何問題，別忘了可以尋求協助喔！

◎生涯評核表

國中畢業後究竟適合讀哪一類型的高級中等學校（普通型、技術型、綜合型、單科型）或五專？可利用下表進行評估。

1. 先將自己想升讀的高級中等學校（普通型、技術型、綜合型、單科型）、五專學校及科別寫於表格內。
2. 評估各項考慮因素與每個選項的符合程度，並填入「0～5」的分數，5分代表非常符合，0分代表非常不符合。
3. 將每所學校的各項考慮因素符合程度分數縱向加總，填入「總計」欄。參考總分高低，了解自己比較適合的學校或群科。

符合程度分數	升學選項	校名	校名	校名	校名	校名
		科別	科別	科別	科別	科別
考慮因素						
個人因素	符合我的學業表現					
	適合我的性向（專長能力）					
	適合我的生涯興趣					
	適合我的工作價值觀					
	適合我的人格特質					
	適合我的健康狀況					
	其他（ ）					
環境因素	適合目前家庭經濟狀況					
	符合家人期望					
	社會潮流與評價					
	通勤距離及時間					
	其他（ ）					
	其他（ ）					
資訊因素	生涯試探結果					
	學校入學管道與方式					
	學校多元社團及發展特色					
	未來升學就業管道					
	其他（ ）					
	其他（ ）					
總計						

