

國立台東大學教育學系（所）

課程與教學碩士班

碩士論文

指導教授：連廷嘉 博士

青少年生涯自我效能量表編製之研究



研究生：黃惠香

中華民國九十七年七月

國立台東大學
學位論文考試委員審定書
系所別：課程與教學碩士班

本班 黃惠香 君

所提之論文 青少年生涯自我效能量表編製之研究
業經本委員會通過合於 碩士學位論文 條件
 博士學位論文

論文學位考試委員會：陳志賢
(學位考試委員會主席)

張如雲

連廷嘉

(指導教授)

論文學位考試日期：99年6月17日

國立台東大學

附註：1. 本表一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及相關組織進修部存查。
2. 本表應日夜學制適用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 教育學 系(所)
課程與教學組 96 學年度第 2 學期取得 碩 士學位之論文。
論文名稱：青少年生涯自我效能量表編製之研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授權予下列單位：

| 同意 | 不同意 | 單位 |
|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | 國家圖書館 |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 本人畢業學校圖書館 |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | 與本人畢業學校圖書館簽訂合作協議之資料庫業者 |

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

同意 不同意 本人畢業學校圖書館基於學術傳播之目的，在上述範圍內得再授權第三人進行資料重製。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

| 立即公開 | 一年後公開 | 二年後公開 | 三年後公開 |
|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：連廷嘉 (親筆簽名)

研究生簽名：黃惠香 (親筆正楷)

學號：9501209 (務必填寫)

日期：中華民國 97 年 7 月 7 日

1.本授權書(得自 <http://www.lib.nttu.edu.tw/theses/> 下載)請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2.依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議:研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本:2008/05/29

謝 辭

人生有幸，可以在投入職場多年後又回到校園重溫當學生的單純與喜樂。二年的碩士生涯在這篇謝辭盡頭即將畫下句點，此時回想起來，才猛然驚覺原來時光的流逝竟是如此地無聲。

能有這樣的機會完成自己的夢想，最想感謝的是我的指導教授－連廷嘉博士。從開始撰寫論文之際，老師總是不厭其煩地指導著資質駑鈍的我，讓我能老師的指點下茅塞頓開並且有勇氣繼續走下去。雖然在這過程中偶爾會讓老師動怒，但這卻也是讓學生更加鞭策自己不讓老師失望的動力，這一路上的顛顛跛跛，是有著老師的引導才能有些許成就的。

而從論文計畫審查到論文口試的過程中，特別想感謝的是鄧志平教授、張如慧教授及陳志賢教授，提供給學生精闢的意見，使得學生對於研究方向能有更清楚的思維，也更能修正論文內涵不足之處，正因為有你們的用心指正，學生才能如期完成論文。此外，還有協助我完成專家效度的彭慧玲教授、陳金定教授、何俊青教授、海山高工張添洲校長及小港高中黃瑛琪老師，您們的協助使得論文更加完備，更感謝熱心參與施測的青少年們，因為有你們的協助，才能有研究的最終結果。

此外，感謝課程與教學所的黃琇屏老師、王前龍老師、教育所蔡東鐘主任、鄭承昌老師及所有師長們的提攜，學習路上因著您們的鼓勵與教誨讓學生更有信心。而學習路上一路相扶持的課碩班所有同窗們－漢欣、慧華、珮儀、育葶、美琇、兆娟、慧琳、凰婷，想告訴妳們的是，好高興能與大家走過這段路程，迷糊的我總能適時的得到各位的大力幫忙，讓我度過一次又一次的難關。同門的書毓、正昇、智元，相信我們都忘不了這一年來打拼的酸甜與苦辣，當其中一個人陷入谷底時，另外三個負責努力把他/她往上拉的革命情感更是老師給我們最好的禮物吧。

最親密的家人是我任意遨遊書海的有力後盾，高齡的公婆幫我扛起了一半的責任，讓兩位小孫子可以健健康康的長大；遠在台南的爸媽，永遠以最大的精神支持給予我往前走的力量，除了關心我的論文進度，母親總不忘在電話的那一頭叮嚀著：「別太辛苦呀！」兩個姊姊雖也都有自己的家庭需照料，但仍不忘給最小的妹妹貼心的支持。兩位善體人意的孩兒－丞哲與堃彤，會在睡前到我的書桌前道晚安，並且問我：「媽媽，你快畢業了嗎？」

而最想感謝的人便是從我落腳後山就一路陪伴照顧我的輝俊，感謝你兩年前的支持，人生有你，夫復何求？

想感謝的人太多，在此化為一句「謝謝您們，願將這份榮譽與您們分享」。

青少年生涯自我效能量表編製之研究

作者：黃惠香

國立台東大學教育學系所

摘要

本研究旨在編製一適合國內青少年使用之生涯自我效能量表，並探討不同背景因素對青少年生涯自我效能的影響。為達研究目的，研究者首先進行文獻探討，探討有關青少年生涯自我效能之內涵，並據此編製「青少年生涯自我效能量表」。量表編製過程包含：預試問卷編製、問卷預試、預試結果分析、確定正式問卷、實施全國性抽樣調查。施測對象為目前在學之高中職學生，研究樣本分為三部份：第一部份為預試對象共 416 名，回收有效問卷 371 份；第二部份為正式量表對象共 1110 人；第三部份為重測對象共 102 人。

所得資料以統計軟體進行統計分析，經項目分析及因素分析所得結果確定正式問卷題目。之後進行全國性抽樣調查，待問卷回收完畢後以 SPSS 12.0 版統計軟體進行統計分析，包括項目分析、單因子變異數分析、積差相關分析並建立量表之信效度，並據此結果使「青少年生涯自我效能量表」臻於完整。有關本研究結果如下：

- 一、青少年生涯自我效能量表共計有二十五題，分有「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」五個分量表。
- 二、量表信度分析：正式量表中各分量表之 Cronbach's α 值介於.731 至.826 之間，而總量表之 Cronbach's α 值為.930，重測信度達.829，表示本研究之量表具有良好之內部一致性。
- 三、量表效度分析：本量表具內容效度，與陳金定「生計決策自我效能預期量表」之效標關聯效度為.565，與鄭如吟「生涯決定問卷」之效標關聯效度為.419。
- 四、背景變項差異考驗結果說明如下：
 1. 不同性別的青少年在整體生涯自我效能上無顯著差異。而在「蒐集資料」及「做出計畫」分量表則為顯著差異，女性均優於男性。
 2. 不同學制的青少年生涯自我效能達顯著差異，高中學生優於高職學生。
 3. 不同學校所在地區的青少年生涯自我效能達顯著差異，北部地區學生優於中部、南部及東部地區學生。
 4. 不同初生序的青少年在整體生涯自我效能及各分量表均未達顯著差異。
 5. 不同父親教育程度的青少年生涯自我效能達顯著差異。經事後比較發現，父親教育程度為博碩士者在「自我評價」的表現優於父親教育程度為高中職者。

6. 不同母親教育程度的青少年生涯自我效能達顯著差異。經事後比較發現，母親教育程度為博碩士者在「解決問題」上優於母親教育程度為大學專科及國中小者；母親教育程度為博碩士者在「整體生涯自我效能」的表現優於母親教育程度為國中小者。
 7. 不同父親職業類別的青少年生涯自我效能達顯著差異。在「自我評價」方面，父親職業類別為高級專業行政人員的青少年優於父親職業為技術性人員的青少年；在「選擇目標」方面，父親職業類別為半專業人員及一般公務員的青少年優於父親職業為技術性人員的青少年；在「解決問題」方面，父親職業類別為高級專業人員、半專業及一般公務員的青少年優於父親職業為無技術性人員的青少年。
 8. 不同母親職業類別的青少年整體生涯自我效能無顯著差異；然而不同母親職業類別的青少年在「自我評價」分量表上則達顯著差異。
- 五、量表常模建立：本量表建立全國常模、不同性別、學制、學校所在地區常模，同時也建立五個分量表之性別及學制常模。
- 六、量表應用與範例：說明本量表應用之界定標準，並藉由個別青少年施測結果說明本量表之應用。

關鍵字：青少年、生涯自我效能、生涯決定

The Construction of Career Self-efficacy Scale for Adolescents

Abstract

The purpose of the current study was to develop a Career Self-efficacy Scale (CSE) for adolescents. The 1110 Taiwan participants in senior high took the CSE, and the data collected were analyzed through item analysis, One-Way ANOVA, confirmatory factor analysis.

The results of this study are as follows:

1. The final version of the CSE consists of 25 items, divided into five subscales.
2. Reliability studies of the five subscales of CSE have yielded Cronbach's α coefficients, ranging .731 to .826. The test-retest reliability is .829.
3. The construct validity of CSE has been found satisfactory, including the content validity and the criterion-related validity.
4. Measures of relative position in the norm of CSE concludes percentile rank, in which the criteria can offer a meaningful application in career education of senior high school students.

Finally, based on the findings, the implication and suggestions for school teachers, career education, and future research are also provided.

Key words: adolescent, career self-efficacy, career decision.

目次

| | | |
|------|---------------------------|-----|
| 第一章 | 緒論..... | 1 |
| 第一節 | 研究背景..... | 1 |
| 第二節 | 研究目的..... | 5 |
| 第三節 | 研究問題與假設..... | 6 |
| 第四節 | 名詞釋義..... | 7 |
| 第五節 | 研究範圍與限制..... | 8 |
| 第二章 | 文獻探討..... | 9 |
| 第一節 | 青少年生涯發展理論..... | 9 |
| 第二節 | 生涯自我效能理論及相關研究..... | 13 |
| 第三節 | 生涯決定理論及相關研究..... | 23 |
| 第三章 | 研究方法..... | 33 |
| 第一節 | 研究架構..... | 33 |
| 第二節 | 研究對象..... | 37 |
| 第三節 | 研究工具..... | 40 |
| 第四節 | 實施程序..... | 44 |
| 第五節 | 資料處理..... | 45 |
| 第四章 | 研究結果與討論..... | 47 |
| 第一節 | 量表發展與題目分析..... | 47 |
| 第二節 | 量表信度分析..... | 59 |
| 第三節 | 量表效度分析..... | 68 |
| 第四節 | 不同背景因素受試者在生涯自我效能上的差異..... | 70 |
| 第五節 | 青少年生涯自我效能量表全國性常模之建立..... | 90 |
| 第六節 | 青少年生涯自我效能量表應用與範例..... | 125 |
| 第五章 | 結論與建議..... | 133 |
| 第一節 | 研究發現..... | 133 |
| 第二節 | 結論..... | 135 |
| 第三節 | 建議..... | 136 |
| 參考文獻 | | 139 |

| | |
|--------------------------|-----|
| 附錄..... | 146 |
| 附錄一 專家內容效度函..... | 146 |
| 附錄二 專家內容效度..... | 147 |
| 附錄三 青少年生涯自我效能量表（預試）..... | 156 |
| 附錄四 青少年生涯自我效能量表（正式）..... | 162 |
| 附錄五 同意書..... | 165 |
| 附錄六 同意書..... | 166 |
| 附錄七 專家意見評定名單..... | 167 |



表 次

| | |
|--|----|
| 表 2-1 生涯自我效能相關研究..... | 21 |
| 表 2-2 生涯決定相關研究..... | 27 |
| 表 3-2-1 九十六學年度分區母群高中高職學生人數及取樣之學生人數..... | 38 |
| 表 3-2-2 青少年生涯自我效能量表正式樣本人數分配表..... | 39 |
| 表 4-1-1 專家內容效度統計表..... | 48 |
| 表 4-1-2 青少年生涯自我效能量表修改內容彙整..... | 50 |
| 表 4-1-3 「自我評價」分量表題目分析摘要表..... | 53 |
| 表 4-1-4 「蒐集資料」分量表題目分析摘要表..... | 54 |
| 表 4-1-5 「選擇目標」分量表題目分析摘要表..... | 54 |
| 表 4-1-6 「做出計畫」分量表題目分析摘要表..... | 55 |
| 表 4-1-7 「解決問題」分量表題目分析摘要表..... | 55 |
| 表 4-1-8 青少年生涯自我效能因素分析表..... | 57 |
| 表 4-1-9 青少年生涯自我效能分量表構念表..... | 58 |
| 表 4-1-10 青少年生涯自我效能正式量表題號..... | 59 |
| 表 4-2-1 青少年生涯自我效能量表各分量表內部一致性交互驗證摘要表..... | 60 |
| 表 4-2-2 青少年生涯自我效能各分量表之前測-後測平均數與標準差..... | 61 |
| 表 4-2-3 青少年生涯自我效能量表之重測摘要表..... | 62 |
| 表 4-2-4 「自我評價」分量表題目與總分相關分析..... | 63 |
| 表 4-2-5 「蒐集資料」分量表題目與總分相關分析..... | 64 |
| 表 4-2-6 「選擇目標」分量表題目與總分相關分析..... | 65 |
| 表 4-2-7 「做出計畫」分量表題目與總分相關分析..... | 66 |
| 表 4-2-8 「解決問題」分量表題目與總分相關分析..... | 67 |
| 表 4-2-9 青少年生涯自我效能量表各分量表與總量表之相關..... | 68 |
| 表 4-3-1 青少年生涯自我效能量表與陳金定「生計決策自我效能預期量表」相關..... | 69 |
| 表 4-3-2 青少年生涯自我效能量表與效標依據之相關..... | 70 |
| 表 4-4-1 不同性別之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 72 |
| 表 4-4-2 不同性別之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 72 |
| 表 4-4-3 不同學制之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 74 |
| 表 4-4-4 不同學制之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 74 |
| 表 4-4-5 不同學校所在地區之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 76 |

| | |
|---|-----|
| 表 4-4-6 不同學校所在地區之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 76 |
| 表 4-4-7 不同出生序之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 78 |
| 表 4-4-8 不同出生序之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 78 |
| 表 4-4-9 不同父親教育程度之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 80 |
| 表 4-4-10 不同父親教育程度之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 80 |
| 表 4-4-11 不同母親教育程度之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 82 |
| 表 4-4-12 不同母親教育程度之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 82 |
| 表 4-4-13 不同父親職業之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 84 |
| 表 4-4-14 不同父親職業之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 84 |
| 表 4-4-15 不同母親職業之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差..... | 86 |
| 表 4-4-16 不同母親職業之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表..... | 86 |
| 表 4-4-17 不同背景變項之青少年生涯自我效能差異情形綜合表..... | 87 |
| 表 4-5-1 青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 91 |
| 表 4-5-2 青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表..... | 92 |
| 表 4-5-3 青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表..... | 93 |
| 表 4-5-4 青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表..... | 94 |
| 表 4-5-5 青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表..... | 95 |
| 表 4-5-6 青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表..... | 96 |
| 表 4-5-7 高中職男生青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 97 |
| 表 4-5-8 高中職女生青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 98 |
| 表 4-5-9 高中青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 99 |
| 表 4-5-10 高職青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 100 |
| 表 4-5-11 北部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 101 |
| 表 4-5-12 中部年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 102 |
| 表 4-5-13 南部年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 103 |
| 表 4-5-14 東部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表..... | 104 |
| 表 4-5-15 男生青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表..... | 105 |
| 表 4-5-16 女生青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表..... | 106 |
| 表 4-5-17 男生青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表..... | 107 |
| 表 4-5-18 女生青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表..... | 108 |
| 表 4-5-19 男生青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表..... | 109 |

| | | |
|----------|-------------------------------------|-----|
| 表 4-5-20 | 女生青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表..... | 110 |
| 表 4-5-21 | 男生青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表..... | 111 |
| 表 4-5-22 | 女生青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表..... | 112 |
| 表 4-5-23 | 男生青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表..... | 113 |
| 表 4-5-24 | 女生青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表..... | 114 |
| 表 4-5-25 | 高中青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表..... | 115 |
| 表 4-5-26 | 高職青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表..... | 116 |
| 表 4-5-27 | 高中青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表..... | 117 |
| 表 4-5-28 | 高職青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表..... | 118 |
| 表 4-5-29 | 高中青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表..... | 119 |
| 表 4-5-30 | 高職青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表..... | 120 |
| 表 4-5-31 | 高中青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表..... | 121 |
| 表 4-5-32 | 高職青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表..... | 122 |
| 表 4-5-33 | 高中青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表..... | 123 |
| 表 4-5-34 | 高職青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表..... | 124 |
| 表 4-6-1 | 青少年生涯自我效能總分及各分量表界定標準..... | 126 |
| 表 4-6-2 | 小強生涯自我效能總分及各分量表原始分數及百分等級..... | 127 |
| 表 4-6-3 | 高生涯自我效能青少年範例說明對照表..... | 129 |

圖 次

| | |
|-------------------------------|-----|
| 圖 2-1 職業發展成熟因素結構圖..... | 12 |
| 圖 2-2 Bandura 自我效能期望架構圖..... | 14 |
| 圖 2-3 社會認知生涯理論模式圖..... | 16 |
| 圖 3-1-1 研究架構圖..... | 33 |
| 圖 3-1-2 青少年生涯自我效能量表研究流程圖..... | 34 |
| 圖 4-6-1 青少年生涯自我效能評估側面圖..... | 128 |
| 圖 4-6-2 高生涯自我效能青少年側面圖..... | 129 |



第一章 緒論

本研究旨在依據社會認知生涯輔導理論觀點，編製一具有信效度及全國性常模之青少年生涯自我效能量表，希望藉由本研究之結果作為學校及相關輔導人員在實施生涯輔導課程時的工具，以了解高中職學生之生涯自我效能，並可依據測量結果作為進行生涯輔導時的參考。本章將分別依研究背景、研究目的、研究問題與假設、名詞釋義及研究範圍與限制等五節逐一說明。

第一節 研究背景

一、教育環境轉變，升學方式改變

教育改革在台灣如火如荼地進行十年有餘，其中對於莘莘學子影響最為深切的，莫過於升學方式的轉變。自民國九十學年度開始全面實施國中基本學力測驗以降，國中生面臨升學的方式不再只有過往「一試定終身」的殘酷選擇，新的升學方式帶來全新的經驗。然而，王雅蘭（2003）研究發現自國中基本學力測驗實施以來，面臨到越來越多的教育團體及家長團體，甚至是教學現場中的教師質疑的聲浪。

此外在大學招生管道暢通及廣設大學的教育政策下，台灣地區自八十三年起大學招生管道增加推甄入學，八十七年增闢申請入學管道，九十一年起將原來的大學聯招考試改為目前的指定科目考試。大學教育漸漸改變以往菁英式的教育而邁向大眾化的一般教育，人民接受高等教育逐漸成為一種權利而非少數學術菁英份子的特權。在大學的設置方面，目前台灣地區已設有 163 所大專院校，九十五學年度大學校院錄取率達 90.93%（教育部，2007）。招生管道暢通，學生要進入高等教育的殿堂不再是件難事，然而進入大學之前無法對於未來的生涯有足夠的認知、探索以做出適當的決定。鄧志平（1995）的研究結果指出，有將近半數（47.3%）

的高中生尚不能確定未來要就讀的大學科系，在如此高比例不確定的情況之下，卻只有少數會選擇轉系或重考，大多數學生仍然就讀原來的科系。畢業之後仍得面臨高學歷未必等於高就業率的窘況，在未來渾沌不明的情況下青少年對於自己在面臨人生各種生涯挑戰時擁有多少的信心是令人值得深省。

二、社會環境（大我）及個體身心發展（小我）的轉變

除了升學方式的改變，台灣學子所要面臨的還有整體社會經濟的轉變，近年來由於社會整體性的經濟環境不佳，越來越多的家庭必須爲了五斗米終日辛苦打拼，因此在面臨升學及就業的抉擇時，有不少學生必定會在人生的重要抉擇路口徘徊許久而不知所措。美國心理學家艾瑞克森（Erikson）將個體發展分爲八個階段，其中特別重視的是青少年期，此時期的個體發展關鍵在於自我統合，若能發展順利，個體便能有明確的自我觀念，對於未來追尋的方向也呈現正面肯定的態度；相反地，若未能發展順利，則可能面臨對於生活缺乏追尋的目標，對維來也較容易感到徬徨。從現代心理學的角度來看，青少年階段的學生正處於身心快速變化的階段，對於自己本身及週遭一切多半是在摸索及不確定的情況之下，因此，此時若面臨需要做決定的情況，若沒有足夠的自我瞭解及認同，往往會令其不知所措。

三、生涯輔導之重要性

面對如此多元的升學方式、瞬息多變的社會環境以及個人身心發展的轉變，如何做好自己生涯的選擇是當務之急，而生涯輔導在青少年階段扮演著相當重要的角色。

張麗鳳（2005）建議高中生的生涯輔導應列入必修之課程架構，以利學校輔導教師能夠有一個專屬的課堂時間落實生涯規劃課程。但目前高中生涯輔導未能落實的原因，張麗鳳（2005）認爲主要在於高中課程安排主要以升學學科爲主，在課程教學緊湊的情況下未能有時間提供學生完整的自我試探及生涯輔導課程。

教育部在九十五學年度開始實施的「普通高級中學課程暫行綱要」，其中將「生涯規劃」課程列入選修課程，從生涯輔導的角度而言，教師更能有一個完整的時段教導及陪伴學生探索對於未來的認識與培養其自信心，對於將來面臨升學或就業時所做的決定更可見其效果。

四、現場教學經驗省思

研究者身在教育界服務，多年來面對即將畢業的學生，在鳳凰花盛開的季節，心中雖欣喜能陪學生一同走過人生中青澀的歲月，卻總會有股淡淡的憂慮，掛心身處後山的學子是否能在未來擁有足夠的競爭力與他人一較長短、並駕齊驅。多年來，研究者總會在課堂上詢問即將畢業的學生對於畢業後的規劃與選擇，當學生們天真的臉龐出現茫然的神情時，他們對於未來的人生似乎沒有太多的憧憬，而在幾經細問之後，多數可愛的學生告訴研究者：去釘板模呀！去爬電線桿擦油漆！研究者心中卻僅能一再的思索者這樣的問題：難道這就是多年始終如一的答案嗎？

五、人生叉路口的抉擇

從升學的角度來看，無論是國中生或高中生，「決定」都是其生涯發展中相當重要的一項課題，其中高中生所面臨的課題更為複雜，包括選組、是否繼續升學、升學入學方式、以及進入大學前所選擇的科系。多數的生涯理論指出生涯發展是一個連續的過程，而青少年階段所要完成的生涯發展任務主要集中於生涯探索行為的發展與建立上（黃瑛琪、連廷嘉、鄭承昌，2006）。在目前我國大學採取多元入學的方式之下，高中生往往需要多方面的進行有關升學的一切準備，但是在面對如此多元的升學路徑時，卻常常遭遇到自我及外在環境認識不足的困境（莊珮真，2003），因此當面臨需要做出生涯決定時，並非多數的學生都能有自信的完成這樣的任務。

民初學者吳稚暉曾言道「人在走路時，轉彎最重要」，金樹人（1996）提到「生

涯的轉彎處，通常是人生的重要轉折處，需要生涯抉擇」。影響個體抉擇的因素相當複雜，對於國高中階段的學子，正面臨人生中需要有所抉擇的時刻，他們必須面對可能影響後半生的重要決定，例如這個階段的學生必須決定要繼續升學或是選擇就業，在選定某一途徑之後，依然得面臨各階段不同的再次抉擇，因此需要具備何種生涯決定的能力、而其能力是否又足以使其做出正確的選擇，都不斷地考驗著青少年。莊珮真（2003）曾指出高中生在面對多元入學方案的決策歷程中，所遭遇的困難主要為對自我與外在環境的認識不足，其研究結果並且建議學校輔導室能提供個人生涯與多元入學等相關資訊，以協助學生可以順利做出對於多元入學之決策。

六、國內外生涯自我效能研究

田秀蘭（1999）指出只要青少年的自我效能能夠維持在一定的強度，未來的發展並不會因為一時的升學失利而黯淡無光。目前國內關於生涯自我效能的研究近年來日漸增多，陳金定（1986）指出具高度自我效能者，對事務較無恐懼感且能降低對自我的貶抑，同時可以透過對於成功的預期來影響個人處理事務能力的努力程度；邱卉綺（2004）探討不同背景變項的高中生在生涯決定困難與生涯自我效能及焦慮憂鬱情緒上的差異情形，研究結果顯示高中生整體之生涯決定困難、生涯自我效能，會受年級、性別、就讀類組、等背景變項影響而有差異。由此可知，青少年的自我效能高低會影響他們在學業上的自我期望及解決問題的信心，甚者對於日後選擇升學科系或就業都有相當程度的影響力。

在國外研究方面，Betz 和 Voyten（1997）以 350 名大學生為對象探討自我效能對於生涯探索與生涯決定的影響，結果發現自我效能信念的確可以有效預測生涯未定向的情形，而自我效能信念程度較高的受試者其生涯定向程度也較高。Betz 和 Hackett（1981）的研究發現自我效能低的學習者在職業的選擇上會出現逃避或不確定的情形，換句話說他們的自信心比一般人低，對於自己的未來是沒有信心

的。

七、小結

根據文獻整理結果得知，國內有關生涯自我效能的研究自陳金定（1986）以降，有關生涯自我效能的研究漸受重視（吳怡君，1999；李詠秋，2001；陳淑琦，1998；黃雪瑛，2002；黎麗貞，1996；邱卉綺，2004），研究者發現在調查工具的使用上仍以編修或引用陳金定（1986）的生計決策自我效能預期量表為主，可見該份測量工具有其代表性；然而因年代久遠以及社會變遷之故，其中如升學制度的改革，現今的大學入學方式已採多元入學方式，此份測量工具中所建立之題目恐已無法完全適用於現今之社會；再者，為求測驗工具之本土化，建立全國性常模，研究者希望能夠編製一份適合國內青少年使用之生涯自我效能量表以作為高職生涯輔導課程進行之輔助工具。因此本研究希冀從了解青少年的生涯發展出發，佐以本土性之青少年生涯發展相關研究，編製一套青少年生涯自我效能量表，並且在量表編製完成之後提供研究結果予學校或相關教育單位，以作為規劃學生在生涯教育課程及方案之建議。

第二節 研究目的

基於上述動機與背景，本研究之主要目的在於編製一具有信效度考驗及全國性常模以符合國內青少年使用之生涯自我效能量表，有關本研究之目的如下所列：

- 一、探討青少年生涯發展的相關研究與文獻。
- 二、根據文獻探討所得有關生涯自我效能之意涵，編製一套適合國內青少年使用的生涯自我效能量表並且進行信、效度考驗及建立常模。
- 三、根據研究結果，提出有關青少年生涯自我效能量表編製或使用時的建議，供學校教師或相關領域的輔導人員參考。

第三節 研究問題與假設

一、研究問題：

根據研究動機與目的，研究者以國內外有關生涯自我效能的理論及研究作為立論基礎，針對國內青少年生涯自我效能相關因素進行探究，並編製一套適合青少年的「生涯自我效能量表」。

本研究所欲探討之問題如下：

- (一) 本研究所編製之「生涯自我效能量表」是否具有良好的內部一致性信度？
- (二) 本研究所編製之「生涯自我效能量表」是否具有良好的重測信度？
- (三) 本研究所編製之「生涯自我效能量表」是否具有良好的建構效度？
- (四) 不同背景因素（性別、學制、學校所在地區、出生序、父母親教育程度、父母親職業類別）的青少年生涯自我效能的表現是否有所差異？

二、研究假設：

- (一) 依據研究問題四，研究者進一步提出研究假設，研究假設條列如下：
 1. 不同性別的青少年，在生涯自我效能表現上有顯著差異。
 2. 不同學制的青少年，在生涯自我效能表現上有顯著差異。
 3. 不同學校所在地區的青少年，在生涯自我效能表現上有顯著差異。
 4. 不同出生序的青少年，在生涯自我效能表現上有顯著差異。
 5. 不同父母教育程度的青少年，其生涯自我效能表現有顯著差異。
 6. 不同父母職業類別的青少年，其生涯自我效能表現有顯著差異。
- (二) 青少年生涯自我效能與其生涯決定有相關。

第四節 名詞釋義

茲將本研究之重要名詞說明如下：

一、青少年：

青少年 (adolescence) 一詞原指生長成熟。心理學上對於青少年的界定並不以年齡為界定的標準，而是從個體的生理、心理及社會三方面發展為主。若以生理發展的觀點來界定青少年期，是指從第二性徵開始發展的十三、四歲到第二性徵已完全發展成熟的二十、二十一歲為止 (張春興，1986)。

因生物成熟有性別及個體等差異因素，本研究所指之青少年則以目前就讀高中職階段的青少年為主 (不包含夜間部)，就年齡觀點來看，高中職階段的學生年齡大約在十六到十八歲之間，屬於青少年後期階段。

二、生涯自我效能：

生涯自我效能的概念主要是根據 Bandura 社會學習理論中有關自我效能的概念發展而來，Betz (2004) 指出自我效能是指個體對於其能在某一特定領域中成功地表現某一行為的能力的信心程度。Hackett 和 Betz (1981) 首先將自我效能的觀念運用到生涯輔導的領域，並發展出不同的工具測量生涯自我效能。

本研究參考 Crites 生涯成熟的構念及 Taylor 和 Betz 於 1983 年所編定之「生涯決定自我效能量表」中五項指標作為生涯自我效能的依據指標，包含：自我評價、蒐集職業資訊、目標選擇、計畫和問題解決。受試者得分越高，表示其生涯自我效能預期程度越高，也就是說其越有信心做出生涯決定。

三、生涯決定：

決定是指為了達成某些任務，而從若干可能的行動方案中去做出最佳的選擇。本研究所指之生涯決定是指受試者在「生涯決定量表」中各分量表所得分數的結果，各分量表分別為「結構與信心」、「雙趨衝突」、「生涯資料」、「個人衝突」、

「外在障礙」五個部份。本研究採用鄭如吟（2003）編修之「生涯決定量表」作為測量受試者生涯決定之問卷。受試者得分愈高，表示其生涯決定程度愈高；得分愈低，則表示其生涯決定程度愈低。

第五節 研究範圍與限制

本研究以自編量表以目前仍在學的高中職學生為調查研究對象，探討青少年生涯自我效能的現況及影響因素。茲將本研究的研究範圍與限制說明如下：

壹、研究範圍：

一、研究地區：

將台灣地區分為北、中、南、東四區，從中隨機選取受試高中職在學學生。

二、研究對象：

本研究之對象以台灣地區在學之高中職日間部學生為母群，採取叢集抽樣方式選取研究樣本。

貳、研究限制：

一、研究方法的限制：

為獲得大量的研究資料，本研究僅以問卷調查法蒐集所需資料。若能佐以實際個案訪談等方法，以質性資料輔以量化資料進行更深入的探討，必能使研究結果更為嚴謹。但因研究者受限於時間、人力等因素而無法兩者兼備，實為此研究可改善之處。

二、研究對象的限制：

本研究採叢集抽樣方式選取高中職日間部學生為研究對象，並未涵蓋至其他階段之學生，因此不宜做過度的推論。

第二章 文獻探討

本章主要在探討青少年生涯發展過程中影響個體的重要因素，並以此依據發展一青少年生涯自我效能測量工具。本章共分三節，第一節為青少年生涯發展理論之探討，第二節為生涯自我效能理論及相關研究，第三節為生涯決定理論及相關研究。

第一節 青少年生涯發展理論

生涯輔導領域中主要有三大理論取向，分別為人格與心理動力取向、發展取向及決定取向。其中發展取向主要是從個體發展各階段的發展特徵及發展任務來描述個體生涯發展的情形。本研究欲探討個體在青少年階段的生涯發展，故以發展取向之論述來探討青少年階段個體的生涯發展。

一、Ginzberg 等人的生涯發展階段理論

Ginzberg 與一群研究小組首先由發展的觀點論及生涯問題，該小組研究的對象年齡包含從小學六年級到研究所階段(林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰, 1997)，因此涵蓋的範圍也就從十歲左右直到二十多歲的成年人。

Ginzberg 等人將個人的生涯發展主要分為三個階段：幻想期、試驗期及實現期。(1) 幻想期 (fantasy stage)：大約在十一歲之前。此階段的兒童主要從遊戲及幻想中漸漸發展其對於未來職業的偏好，他們並不會意識到要從事自己喜歡的工作需要具備何種能力。然而，從他們的遊戲中我們可以觀察到他們對於未來職業的偏好及興趣。(2) 試驗期 (tentative stage)：大約在十一到十七歲之間。此階段又可分為三個次階段：十一到十二歲之間的興趣期；十二到十三歲之間的能力期；十四到十七歲之間的統整期。其中統整期的青少年可藉由個人所從事的各項活動中去統整自己對於未來職業的興趣、能力及價值觀的建立與釐清。(3) 實現期

(realistic stage)：大約從十七歲開始。此階段的任務除了對於統整期的繼續發展之外，個體也會開始嘗試對於個人有興趣的領域的具體發展，例如會花比較多的時間在喜歡的領域中，因此此階段的主要任務是在探索對於未來生涯發展的具體目標（林幸台等，1997）。

由 Ginzberg 等人的發展階段理論可以得知，青少年階段主要處於試驗階段，研究者認為學校在實施生涯輔導課程時可提供青少年有關自我探索相關課程，而青少年本身也可利用機會從事工讀，在此試驗探索的過程中更加釐清個人對於各項生涯可能性的認識，以奠定其未來可能從事的職業基礎。

二、Super 階段任務之生涯發展論

Super 在其生涯發展理論中採用了多位學者的觀點，並且在綜合各學派論點之後，將個體的生涯發展分為五個階段，分別為成長、探索、建立、維持及衰退五階段。其中由某一個階段到另一階段的轉移期間，又構成另一個小循環。有關各階段之發展任務說明如下（金樹人，1996；黃惠惠，2006；劉玉玲，2007）：

（一）成長期（出生至十四歲）：此階段最主要的角色是兒童，個體主要的成長環境是在家庭及學校，生活環境較為單純，發展的主要任務是在透過與生活中重要他人互動的過程中發展出自我概念，並發展出對於未來工作世界初步的了解。

（二）探索期（十五至二十四歲）：此階段正值青少年時期及成人初期。也就是大約從國中階段開始到大學畢業的時期。個體主要從學校課業、課外活動或休閒活動及各種工作經驗中進行自我探索及職業試探（黃惠惠，2006：138）。正因為此階段對於生涯的試探或決定都只是暫時性的，因此並不穩定，尤其是在個體接觸真實的工作世界後，對自己及週遭環境會有不同的理解與認識，因此透過學校課程、討論或做試探性的選擇是必要的發展任務（劉玉玲，2007）。

(三) 建立期 (二十五至四十四歲)：個體在此時期會經歷兩個階段，嘗試期及穩定期。個體在此時期的前五年仍未十分確定自己是否要投身於哪一個行業，因此會有更換工作的情形發生；一旦對於自己的職業有相當的適應，便會轉而追求工作上的成就，並在穩定中求發展。

(四) 維持期 (四十五至六十四歲)：此階段處於成年期邁入中老年的階段。個體在此階段心態上已趨於保守，主要任務是努力維持保有已創造的地位，並且準備為退休做計畫。不過在現今整體大環境不佳的情況下，也有少數人面臨失敗和不如意的窘境。

(五) 衰退期 (六十五歲以後)：隨著體力衰退，身心狀況大不如前。個體從工作世界回歸到家庭，隨著工作角色的結束，個體也需要適應新的角色。

依據 Super「成長—試探—建立—維持—衰退」五階段發展的連續過程，個體可顯現出其生涯成熟的程度，Super 認為有關生涯成熟的概念有可分為兩方面：個體在其職業生涯中達到社會所期望的水準程度，稱為生涯成熟 I；而在各發展階段的發展任務為標準所做的測量則稱為生涯成熟 II。之後 Crites 參考生涯成熟的觀點，建立了職業發展成熟因素的結構圖（見圖 2-1），同時 Crites 也根據各次級因素編製標準化的測驗工具，以測量個體在各個層面上的成熟狀態。本研究所編製之量表架構即參考 Crites 生涯成熟的五項能力指標：自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫、解決問題，用以判斷青少年生涯自我效能的程度。

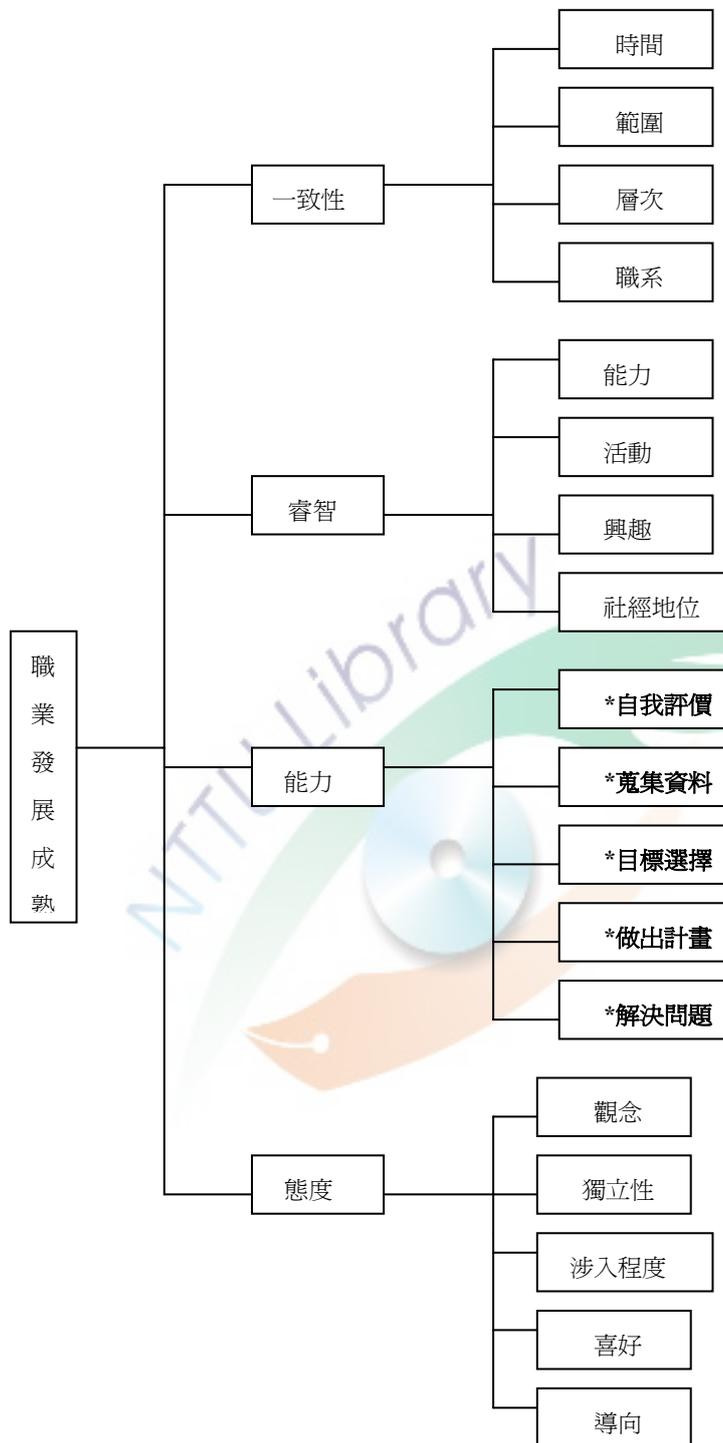


圖 2-1 職業發展成熟因素結構圖 (Crites, 1969, 引自林幸台, 1987: 93)

從 Super 對於個體生涯發展各階段的任務可得知, 青少年在探索階段的重要任

務是在對於職業選擇的具象化、明確化並且努力將其實踐。高中職階段的學生一方面可以在學校課程內瞭解自己的興趣或能力，也可以藉由社團的參與發現自己的興趣或職業偏好建立自己對於未來生涯發展的信心，並且在這過程中考量自己的能力、價值觀、重要他人期望或是外在環境的因素，以漸漸釐清自己對於未來的選擇。

第二節 生涯自我效能理論及相關研究

生涯自我效能理論是一新近發展的理論，學者 Betz、Hackett 和 Lent 等人依據 Bandura 社會學習論中的自我效能概念發展而來，並且提供研究證據來支持其理論，因此社會學習論可謂為生涯自我效能理論的奠基石。在本節中研究者以有關生涯自我效能發展的脈絡逐一探討，試圖將生涯自我效能發展的途徑作一整理與討論，以下分別說明自 Bandura 社會學習論以降有關生涯自我效能之發展。

壹、Bandura 自我效能論與社會認知生涯論

(一)、Bandura 自我效能論

Bandura 為社會學習論的創始人，他在 1982 年提出了自我效能論的觀點。所謂自我效能，是指個體在目標追求中面臨一項特殊工作時，對於該項特殊工作動機的強弱，將決定於個體對其自我效能的評估（張春興，1997：526）。也就是說，個人對於自己在某方面工作能力表現良好與否的評估便可稱為自我效能。Bandura 同時認為個體自我效能會影響其是否願意對所設定的目標採取行動，而採取行動後又是否能堅持到底，Bandura 認為這就是所謂的成果期望及效能期望，自我效能對於個體行為會產生三種主要的影響：趨避選擇、行為表現、堅持度。張春興（1997）提及在社會學習理論中，Bandura 認為有四種資訊會影響到個體自我效能的形成：1. **表現成就**（performance accomplishments）：個體過去是否成功表現於某一工作的經驗是影響個人自我效能最有影響力的來源。成功經驗的累積可提高

個體對於自我效能的提升，甚而增加其堅持到底的動機；相反地，失敗的經驗則會降低個體自我效能的提升。2. **替代經驗** (vicarious experience)：如果沒有親身的成功經驗，個體亦可藉由觀察他人行為表現的過程，引發自己起而效尤並且說服自己也有達成目標相同的能力。例如當個體觀察楷模成功完成某項任務時，對於提升自我效能也會有所助益。3. **口語說服** (verbal persuasion)：經由他人對自己的期待或是給予鼓勵性的話語，讓個體相信自己有能力去完成某項目標；有時也泛指是在個體決定達成某項目標時，周遭他人所給予的援助或支持。4. **情緒喚醒** (emotional arousal)：個體在面臨壓力的情況下，常會透過心理或生理上的反應來判斷自己是否能夠面對壓力。而情緒不穩定往往會影響到其應有的表現水準，例如當個體在面對壓力時會有胃痛的情形發生即可算是一種低自我效能的表現。上述有關 Bandura 自我效能論的架構圖見圖 2-2 所示：

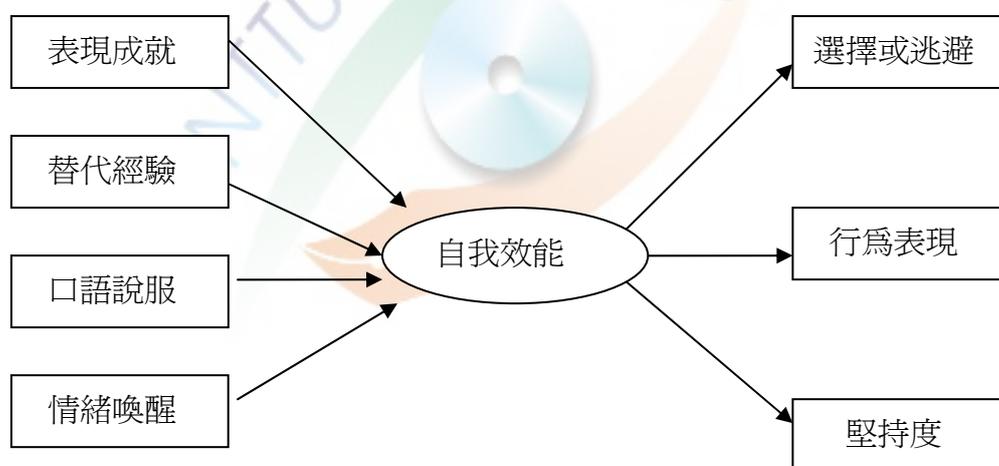


圖 2-2 Bandura 自我效能期望架構圖

(Bandura, 1977, 引自吳怡君, 1999: 30)

Betz (2004) 依據 Bandura 自我效能的觀點，認為自我效能是指個體對於自己能參與某一特定領域的能力的信心，個體對自己完成某項任務的信心會影響其對於之後的行為表現。參考以上論點，研究者認為在探討影響青少年自我效能相關

因素時，除了個體本身因素（表現成就、情緒喚醒）之外，外在因素（口語說服、替代經驗）亦是不可缺乏的重要考量。

（二）、社會認知生涯理論(Social Cognitive Career Theory, SCCT)

有關 Bandura 自我效能的概念影響之後西方學者對於生涯輔導的觀念，Hackett、Lent、Betz 和 Brown 等人運用 Bandura 自我效能的論點，經由一系列的實徵研究發展了近年來漸受重視的社會認知生涯理論（田秀蘭，2003；Krista, M. C. & Ellen, H. M.）。該理論主要是 Bandura 社會認知理論應用於生涯興趣形成過程的特殊應用，並且強調個體、情境及行為變項間的交互作用，此交互作用導致生涯興趣的形成，並且將這些興趣轉化為選擇目標及行動。而三個主要變項的交互作用分別為自我效能(Self-efficacy)、結果預期(Outcome expectations)及目標選擇(Goals)。

依據 Bandura 的觀點，自我效能影響了個體行為以及當個體面臨困難時行為的堅持度。換言之，自我效能是指個體對於能成功完成某一任務的信心程度，它對於幫助個體決定是否願意接受並堅持某一特定任務達到成功是有助益的，成功的經驗是提升自我效能最有利的來源，相反地，失敗的經驗則會降低自我效能。自我效能信念的來源是經由四個主要的個人變項，如性別、種族、健康狀況及個人或遺傳特質。結果預期是指個體對於表現出某種行為之後會有何種結果的想法。實徵研究亦顯示自我效能與結果預期間存在強烈的相關(Krista, M. C. & Ellen, H. M., 2003)，一般而言，自我效能低者其結果預期程度也會相對地低落，而當結果預期低落時又同時影響個體自我效能。舉例來說，一個人可能相信自己會有成功的一日，但如果他察覺到付出的努力並沒有得到正面的回饋或結果，那麼他的自我效能也會相對的降低。根據社會認知生涯理論，自我效能及結果預期結合作用會影響到興趣的發展，興趣又影響到個體生涯目標選擇及付出行動。也就是說目標選擇是指個體決定是否投入特定目標以付出努力並達成目標。

翁令珍（2006）認為社會認知生涯理論（SCCT）之核心概念即為自我效能預

期。自我效能通常較著重在個人對自身能力的評估；結果預期則是指個人在表現出某一行為之後，個人所認為會有怎麼樣的結果的預期，較偏重個人內心的想法；而目標的選擇則會引導個人日後更多的活動取向（田秀蘭，2003）。如從 Bandura 自我效能論的觀點協助個體，透過不斷重複的練習、示範以及重要他人的回饋，個體可逐漸發展特定的技巧、建立對於自己完成某項任務或做決定的信心，提高自我效能。

有關上述社會認知生涯的內涵可由其理論架構如圖 2-3 表示：

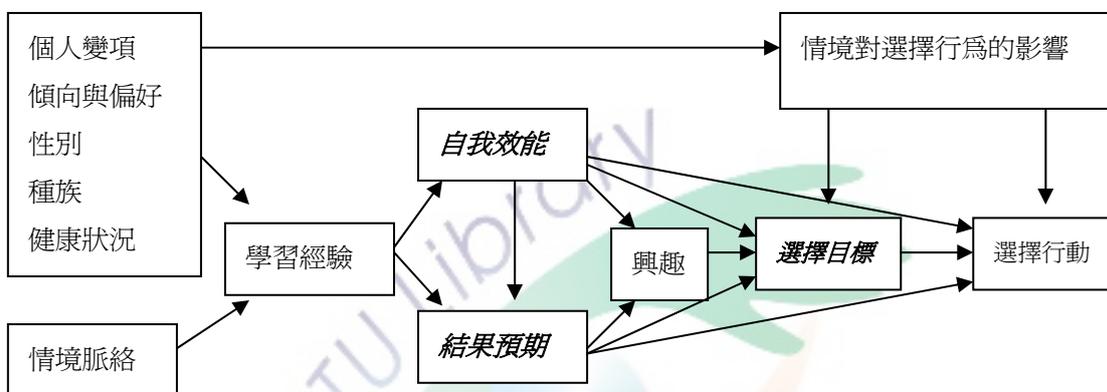


圖 2-3 社會認知生涯理論模式圖

(Lent, Brown, & Hackett, 1994, 引自黃瑛琪等, 2007: 41)

本研究以社會認知生涯論之生涯自我效能意涵作為研究的立論基礎，探討有關青少年的生涯自我效能意涵，並據此發展一套適合國內青少年使用的生涯自我效能量表，以作為生涯輔導課程參考測量工具或提供輔導相關人員使用。

貳、生涯自我效能論

一、意義

自 Bandura 提出自我效能論後，不同領域的學者運用自我效能的概念在其研究領域中，最早運用自我效能的概念於職業選擇與生涯發展的研究上的學者首推 Betz 和 Hackett (1981)，這兩位學者研究發現，個體自我效能是影響其生涯決定

歷程的重要因素。最早提出有關生涯自我效能定義的學者是 Taylor 和 Betz，生涯自我效能被定義為個體對於自己在面臨生涯抉擇能成功完成某樣事務的信心程度。生涯自我效能也常被用來測量個體自我評價、蒐集職業資訊、目標的選擇、計畫及問題解決的表現，許多的研究也指出生涯自我效能與其他生涯決定的指標有相關，相關研究證據顯示生涯決定的自我效能與生涯未定向有負相關（Betz, Klein, & Taylor, 1996）。

此外，Betz 與 Taylor 也在 1983 年研究大學生生涯定向程度及其與生涯決策自我效能的關係，結果發現生涯決策自我效能對生涯定向的預測值高，也就是說，生涯決策自我效能與生涯定向程度成正相關（黃瑛琪等，2006）。Paulsen 與 Betz 在 2004 年針對 627 位大學生進行生涯自我效能與生涯決定的相關研究，研究結果發現種族及性別差異能有效預測生涯自我效能，但整體而言，領導特質才是影響生涯自我效能最大的因素。

二、生涯自我效能量表的相關測量

（一）、生計成熟量表(Career Maturity Inventory)

Crites 根據 Super 生涯成熟的概念，編製一份生計成熟量表（Career Maturity Inventory, CMI），包含生涯態度及生涯能力兩種問卷，生涯態度問卷以是非題的形式作答，主要測量個人涉略生涯歷程的程度、對工作的傾向、決定的獨立性、生涯決定因素的偏好及決定歷程的概念；生涯能力問卷則以選擇題形式作答，是在測量自我評價、蒐集職業資訊、目標選擇、計畫及問題解決能力。兩份問卷各有五十題（林幸台，1987：167）。國內學者林幸台、陳麗娟、夏林清等人均修訂過生涯態度問卷的部份，並且建立了大學男女學生百分位數的常模。

（二）、Betz 等人的「生涯決定自我效能量表」

Betz 和 Taylor 在 1983 年所發展的生涯決定自我效能量表（Career Decision Making Self-Efficacy Scale，簡稱 CDMSE），該量表主要是用來測量個體對於能夠

成功完成生涯決定任務的信心程度。量表主要是參考 Crites 於 1969 年所發展的構念，分為五個分量表：自我評價、蒐集職業資訊、目標選擇、計畫和問題解決，每一個分量表包含十個題目，總共有五十個題目。量表採用十點量表，由「非常有信心 (9)」到「非常沒有信心 (0)」，受試者所得分數越高代表生涯決定自我效能越高，反之，分數越低者則表示生涯自我效能越低。該量表的各分量表內部一致性為 .86 至 .89，總量表則為 .97。

CDMSE-SF (Career Decision Making Self-Efficacy Scale-Short Form) 則是修改原來的量表題目，將原有的五十個題目減少為二十五題，量表架構依然參考 Crites 的構念，並且將原來的十點量表改為五點量表，由「非常沒有信心」到「非常有信心」，分數高的受試者代表生涯決定自我效能高。內部一致性從 .73 至 .83，總量表為 .94 (Wolfe & Betz, 2004; Betz, Klein, & Taylor, 1996)。

(三)、國內陳金定的生計決策自我效能預期量表

陳金定 (1986) 探討生計決策訓練課程對高一男生的生計決策行為之影響，以瞭解高一學生在職業、科系、大學類組選擇的確定情形。為探討實驗組學生在接受生計決策自我效能訓練課程的改變情況，將 Taylor 和 Betz 於 1983 年參考 Crites 的生計成熟模式的架構所編製的「生涯決定自我效能量表」修訂後保留 36 題，並且參考 1985 年林清文的「生計發展量表」、1976 年 Barrett 的「職業評量表」選取適合的題目，同時參考 1986 年「師大附中高一學生輔導工作調查」、師大附中選填志願輔導資料及當年度 (1986) 大學招生簡章編擬新題目共計 17 題，合併原來保留的題目共計達 53 題。問卷經預試後得有效問卷 347 份可用資料，經項目分析後再考慮各題選項分配的情形、之後經因素分析結果刪除不適合之問題，最後問卷共計保留 45 題，分有「生計計畫」、「目標選擇」、「生計資料的搜集」、「職業的自我評量」、「問題解決」及「能力與人格的自我評量」六個因素，累積解釋變異量為 61.4%。該量表採五點量表，從「完全沒信心」到「完全有信心」，得分越高表示信心程度越高。各分量表的內部一致性 α 係數依序

為.88、.90、.84、.74、.69、.63，總量表內部一致性信度達.95；間隔二週之重測信度中，各分量表的重測信度係數值依序為.83、.81、.73、.73、.79、.69，總量表之重測信度值達.85，為具有信效度之量表。

參、生涯自我效能的相關研究

影響個體生涯自我效能表現的因素眾多，依國內外文獻得知其影響因素因個人背景、環境因素而有所差異。以下茲分別就性別、科別、家庭因素（含父母教育程度及社經地位）探討生涯自我效能之相關研究，並且針對本研究之背景變項概念作一介紹。

一、性別與生涯自我效能

陳佩雯（2004）比較不同背景變項的技職校院學生在生涯自我效能、生涯阻礙因素與生涯發展狀況之差異，研究發現在性別方面，男性有較佳的生涯發展狀況及生涯自我效能，女性則知覺較多的生涯阻礙因素；邱卉綺（2004）研究發現高中生整體之生涯自我效能因性別之不同而有差異。李詠秋(2001)探討影響原住民大學生生涯自我效能的相關因素，研究發現大學生的自我效能並不因性別不同而有所差異；黎麗貞(1996)以大學四年級學生為對象，探討影響其生涯自我效能的相關因素，結果發現不同性別的大學生其生涯自我效能有顯著差異；陳淑琦(1998)則針對大學理工科系學生探討其生涯自我效能、結果預期、職業興趣與職業選擇之相關，發現不同性別的理工科系大學生之生涯自我效能是有顯著差異的。在國外研究方面，Betz & Hackett（1981）首先運用自我效能的理論探討性別在生涯自我效能的差異，研究結果發現女性的生涯自我效能較男性低，特別是在傳統上以男性為主的職業領域中此現象更形明顯。

二、就讀科別與生涯自我效能

國內外研究在有關以科別為變項探討其與生涯自我效能的研究並不多見，國內黎麗貞（1996）的研究中曾探討不同教育背景的女大學生的生涯自我效能，結

果指出不同教育背景的大學女生其自我效能並無顯著差異；陳佩雯（2004）則以台灣北區技術學院學生為樣本，探討技職校院學生生涯自我效能、生涯阻礙因素與生涯發展狀況三者間的關係，並比較不同背景變項在生涯自我效能、生涯阻礙因素與生涯發展狀況之差異，研究結果同時顯示技職校院學生的生涯自我效能與生涯發展狀況有高度正相關；黃焯容(2000)採實驗研究法探討生涯探索團體對高職二年級女生生涯發展的影響，其研究結果顯示生涯探索團體對於高職二年級女生的生涯自我效能並無顯著效果。綜合多數研究的研究資料顯示，多數的研究者探討的對象以單一背景(如教育背景、科別)為主，本研究欲探討不同學制（高中、高職）的青少年生涯自我效能之間的差異，在國內並無首例，研究者欲探討不同學制的青少年在生涯自我效能表現上是否有所差異，因此將學制別列為本研究之變項。

三、家庭因素與生涯自我效能

家庭是個人社會化所接觸的第一個基本單位，個體會在成長過程中受著家庭文化及環境的影響而形成個人之價值觀、態度、行為等。從生涯發展的歷程來看，家庭的確在個人生涯發展過程中扮演重要的影響因素。一般在討論家庭因素時，多以父母的教育程度及其職業水準為依據，國內外對於此變項對生涯自我效能的相關研究並不多，研究者在編製量表的基本資料時，即以父母教育程度及職業類別為兩大變項，希望能夠探究家庭因素對於生涯自我效能的影響。

有關國內關於生涯自我效能的研究日漸繁多，除了上述有關不同類別的探討之外，研究者整理相關研究如表 2-1 所示：

表 2-1 生涯自我效能相關研究

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|---------|------------|---|
| 陳金定 (1986) | 高一男生 | 調查法 實驗法 | 1. 實驗組在「生計計畫」、「目標選擇」、「生計資料的蒐集」、「職業的自我評量」及「問題解決」的得分高於控制組，且實驗組的後測分數顯著高於前測。 |
| 吳怡君 (1999) | 高中新生 | 調查法 實驗法 | 1. 約三分之一的高中新生有相當高的生涯困擾，其中以資訊不足、猶豫或決策焦慮特質的困擾程度最高。 2. 生涯團體輔導對減低學生生涯困擾具有顯著效果。 3. 生涯團體輔導對生涯自我效能之提昇具有顯著效果。 |
| 邱卉綺 (2004) | 高中生 | 調查法 | 1. 高中生整體之生涯決定困難、生涯自我效能及焦慮情緒，因年級、性別、就讀類組、有無上過生涯課程、決定狀態等背景變項之不同而有差異，但不受入學管道背景變項之不同而有所影響。 |
| 黃炤容 (2000) | 高職二年級女生 | 實驗研究 法 | 1. 生涯探索團體方案對高職二年級女生生涯發展之生涯感受、生涯信念、生涯認識、思考廣度、生涯探索、生涯計畫等方面的發展並無顯著效果。 2. 生涯探索團體方案對高職二年級女生生涯自我效能的發展無顯著效果。 |
| 郭佩菁 (2006) | 高一男生 | 準實驗研究 法 | 1. 生涯規劃課程的實施對降低參與者之生涯決定困難、促進參與者之生涯自我效能達顯著意義。 2. 生涯決定困難與生涯自我效能有顯著相關。 3. 決策型態與生涯決定困難、生涯自我效能有顯著相關。 |

表 2-1 生涯自我效能相關研究（續）

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|----------|-------|---|
| 李詠秋 (2001) | 原住民大學生 | 調查研究法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 大學生對其生涯發展狀況的回應(含生涯定向、生涯探索)隨著年級的增加而提高。 2. 大學生生涯自我效能不受其族群、性別或年級因素影響而有差異。 3. 原住民大學生比非原住民大學生較認為族群角色會阻礙其生涯發展。 |
| 黎麗貞 (1996) | 大學四年級學生 | 調查研究法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 不同性別的大學生其生涯自我效能、生涯阻礙與職業選擇有顯著差異。 2. 不同工作經驗的大學女生其生涯自我效能、生涯阻礙有顯著差異，其職業選擇沒有顯著差異。 3. 教育背景不同的大學女生其生涯阻礙與職業選擇有顯著差異，至於生涯自我效能則沒有顯著差異。 4. 不同性別角色的大學女生其生涯自我效能、生涯阻礙與職業選擇有顯著差異。 5. 大學女生的生涯自我效能、生涯阻礙有顯著的典型相關。 |
| 陳淑琦 (1998) | 大學理工科系學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 不同性別之理工科系大學生其生涯自我效能、結果預期、職業興趣、及職業選擇有顯著差異。 2. 修正後的社會認知生涯理論之職業選擇模式更適用於台灣地區理工科系大學生。 |
| 黃雪瑛 (2002) | 大學生 | 實驗研究法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 焦點解決取向團體對大學生生涯自我效能立即輔導效果不顯著。 2. 焦點解決取向團體在生涯自我效能有明顯的追蹤效果。 3. 焦點解決短期諮商生涯團體對受試者有正面的輔導效果。 |

由以上研究發現，不同研究者對於生涯自我效能的相關因素研究甚多，討論不同背景變項（如性別）影響生涯自我效能者（邱卉綺，2004；陳珮雯，2004；陳淑琦，1998 黎麗貞，1996；）發現男性的生涯自我效能高於女性，女性則對於生涯焦慮有較明顯的表現；以生涯輔導課程實驗設計研究提升生涯自我效能者（吳怡君，1999；郭佩菁，2006 陳金定，1986；黃炤容，2000）發現相關的團體輔導或是生涯規劃課程對於提升生涯自我效能是有助益的，鑒於生涯輔導課程應落實於目前高中職學生的課程架構，以協助其生涯之發展之目的，研究者希望能發展一簡潔且有信效度之生涯自我效能量表，提供生涯輔導相關人員或學校輔導教師應用於生涯輔導中，讓受試學生明確地瞭解自身的生涯自我效能情形，並且可提供測驗結果供學校輔導教師或相關人員作為生涯輔導課程之參考。

第三節 生涯決定理論及相關研究

生涯自我效能會影響個體面臨生涯選擇時所做的決定，兩者之間關係密不可分，本節主要討論有關生涯決定理論的內涵及相關之研究。

壹、Krumboltz 生涯決定社會學習理論

Krumboltz 運用社會學習理論在生涯輔導的領域裡，討論影響個人做出決定的因素。他認為影響個人生涯發展歷程的因素相當複雜，主要有四大類（李茂興譯，1997；林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰，1997；陳金定，1986）：

一、遺傳與特殊能力：指個人與生俱來的特點，並非經由學習而來，包含性別、種族、智力、外貌、特殊才能等。有些疾病有其生理上的體質或遺傳因素，有些個體天生具備某些特殊才能如音樂、繪畫等，這些因素除了可能對職業的選擇有正面的影響之外，也可能是阻礙的因素。

二、環境及重要事件：教育或職業的選擇有些是依個人計畫而行，然而有

更多是個人無法掌握的特殊情況。例如天災、社會經濟變化、政府政策等，這些無法掌握的情況都會對個人的學習或決定造成重大影響。

三、學習經驗：Kruboltz 認為個體對於某些職業的偏惡或偏好是受到自己過去學習經驗所累積的結果，就學中的青少年每天接受不同的訊息，所得到的經驗可能是美好的，也有可能是令人沮喪的。這樣的學習經驗包含直接學習而得的經驗及聯結性的學習經驗。直接學習而得的經驗的關鍵在於個體對於行為後果的認識與解讀，例如個人參加考試得到佳績，那麼他(她)會願意在該科的學習上更努力。連結性的經驗則例如對某一職業的偏好，乃因其他刺激連結而形成對此職業的偏好或厭惡，例如兒童時期對於看醫生的不好經驗致使個體對於該職業有偏惡的印象，此類的學習經驗不僅可以透過文字、語言，也可以經由閱讀、觀察或和他人接觸的經驗中獲得。

四、任務取向的技能：遺傳、環境及學習經驗三項因素的交互作用，使得個人會以獨特的技巧、價值、認知歷程及情緒來處理問題。這些技能不斷變化，進而影響到個人的職業決定，而後果也會反過來修改原來的技能。

Kruboltz 在 1977 年修訂了原有的職業決策模式 (DECIDES)，新的模式有七個步驟：一、界定問題。二、擬定行動計畫。三、澄清價值。四、找出可能的選擇。五、評價各種可能的結果。六、刪除。七、開始行動。上述模式提供了個體在面臨生涯決定時有一明確的指引，此外 Kruboltz 發展一套測量工具「生涯信念量表」協助個體評估生涯信念以釐清這些信念是否對生涯決定的過程造成影響。

貳、Gelatt 積極不確定論

Gelatt 於 1989 年提出了積極的不確定 (positive uncertainty) 論點，兩相對立的辭藻所引發的概念令人印象深刻。金樹人 (1997) 提到所謂積極的不確定，是以樂觀積極的態度來面對做決定時各種不可避免的不確定情況，例如資訊的不確定、認知的不確定、甚或是成功機率的不確定。

事實上 Gelatt 在提出積極不確定論之前也曾經是個理性決策的擁護者，但受到當代物理學的影響，認為沒有一件事情是絕對客觀的。因此 Galett 認為在新的科學思維出現之後，生涯輔導者也應該如科學家般運用不同觀點來看待生涯輔導而有所調整，積極不確定論遂成為 Galett 在生涯諮商的新論點（高先瑩，2004）。嚴格地說，積極不確定論是一種新的思維方式，Gelatt 對做決定的新定義：「做決定是一種將訊息調整再調整，融入決定或行動內的歷程」（金樹人，1997：334）。依此其職業決定模式包含有五個重要步驟如下：一、當事人經驗到做決定的必要性：例如高中生需面臨升大學選擇科系的決定。二、收集相關資料，以了解選擇後的可能結果。三、分析所收集的資料，並且預測所有選擇性可能面臨的後果。四、價值體系在此歷程中的重要性。五、評估並做出決定。此決定可能是最終的決定，也可能只是暫時性的決定（林幸台等人，1997）。

對於生涯的不確定性是個體在生涯發展中多會遭遇的課題，Galett 提出此一觀點並非要否定傳統的理性決策模式，而是希望以彈性、直覺等非傳統的方式來面對生涯的不確定性，當然，在面臨生涯不確定性時可能帶給個體負面的情緒感受即是生涯輔導人員需積極看待而妥善處理的。

參、生涯決定相關研究

個體面臨生涯中重要決定時，會受到不同因素影響而有所差異，研究者整理文獻後分別就不同階段青少年、性別、就讀科別等因素探討生涯決定相關研究如下：

一、不同階段青少年生涯決定：

洪素蕙(2002)以自編問卷蒐集 925 份有效問卷探討國中學生因應高中高職多元入學方案的生涯決策歷程，研究結果發現影響國中生最後決定的主要因素為個人的興趣及能力；李慧貞(2004)以準實驗研究法探討國三學生接受生涯發展決策課程的影響，結果發現實驗組學生對於接受此類課程抱持肯定態度。而以高中職學生

為研究對象之研究，如李淑媛(1994)針對中部地區高一學生所做調查發現，高一學生的生涯決定狀態偏向「已定向」的狀態；黃瑛琪(1997)則以實踐研究設計針對高一生涯不確定型學生進行生涯探索團體，研究結果顯示生涯探索團體對於此類學生在生涯決策的自我效能預期程度增進的影響有顯著的效果；莊佩真(2003)以問卷調查高雄地區公立高中高三學生，發現高中生在面臨多元入學的決策歷程中會遭遇自我與外在環境認識不族的困難，其研究建議學校輔導室提供個人生涯及多元入學等相關資訊，以協助學生面對多元入學時的決策歷程；蔡慧玲(2006)研究身心障礙的大學生，發現身心障礙的大學生自我了解的程度對其生涯決策有預測力。

二、性別與生涯決定：

陳玫玫(1993)探討台北市高職補校學生生涯決定程度與生涯輔導需求之研究，研究結果發現學生的生涯決定程度因性別不同而有顯著差異；張仁家(1993)探討我國高級職業學校工業類科學生生涯決策相關行為之研究發現，不同性別的學生其生涯決策行為是有顯著差異的；蔡慧玲(2006)的研究則顯示，身心障礙的大學生其生涯決定不因性別而有差異。

三、就讀科別與生涯決定：

張仁家(1993)以全國高職工業類科的學生為對象，研究結果發現工業類科的學生生涯決定行為有偏低的傾向；高毓玲(2001)以軍校高中生為對象，發現軍校高中生的生涯決定程度屬於中等程度；蕭鈞育(2002)調查中部地區音樂資優班的國中生，研究結果發現近半數的國中音樂資優生在生涯決定程度上屬於未定向；趙華鈴(2004)則以高職建教班的男生為對象，實驗研究結果發現，生涯發展方案可促進輪調式建教班男生生涯探索，並可引發增加其生涯決定之雙趨衝突。

除了上述有關生涯決定中不同背景因素的探討之外，國內有關生涯決定的相關研究甚多，研究者將相關研究結果整理如表 2-2 所示：

表 2-2 生涯決定相關研究

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果 |
|---------------|---------------|------------|---|
| 陳金定 (1986) | 高一男生 | 實驗法 調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 在職業選擇方面，約有 40%~50%的男女學生無法確定未來可能從事的職業。 2. 在科系選擇方面，約有 35%~45%的男女學生無法確定未來可能就讀的科系。 3. 在大學類組選擇方面，約有 35%~45%的男女學生無法確定可能選擇的大學類組。 |
| 吳芝儀 (1990) | 台北商專 五年級學生 | 問卷 調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 受試者分為「生涯已定向」及「生涯未定向」兩類型。 2. 生涯已定向者在「生涯定向信念」程度高於生涯未定向者。 3. 生涯未定向者「情境焦慮」程度高於生涯已定向者。 4. 未定向者在「生涯行動」中的「不確定」程度及「逃避決定」、「猶豫不決」程度均高於已定向者。 |
| 陳玫玫 (1993) | 台北市高 職補校學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 台北市高職補校學生有 33%為職業選擇不確定者，有 40%為教育選擇不肯定者。 2. 學生在「生涯決定量表」上的得分以中度不確定者最多（62%），高度不確者次之（22%）。 3. 學生的生涯決定程度因其性別、年齡、類科別、工作狀況不同，而有顯著差異，但不因其年級不同而有顯著差異。 4. 學生對生涯輔導需求強度絕大部分為中度至高度，其中以「工作適應輔導」的需求最高。 5. 學生生涯輔導需求因其對就讀科別滿意狀況不同而有顯著差異。 6. 學生之生涯不確定程度與生涯輔導需求呈顯著正相關，亦即生涯愈不確定者，其生涯輔導需求愈高。 |

表 2-2 生涯決定相關研究（續）

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|----------------------|------------|--|
| 張仁家 (1993) | 高級職業 學校工業 類科學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 高級職業學校工業類科學生生涯決策行為有偏低的傾向。 2. 學生職業自我概念因就讀類群的不同而有顯著差異。 3. 學生之職業自我概念因「父親對學業方面的期望」、「父母親對職業方面的期望」之不同而有顯著差異。 4. 不同性別、年級、就讀類群的學生其生涯決策行為皆有顯著差異。 5. 學生之生涯決策行為因「家中排行」、「父母親對升學與就業的看法」、「父母親對高職畢業後的期望」、「父母親對學業方面的期望」、「父母親對職業方面的期望」之不同而有顯著差異。 6. 性別、就讀年級、職業類群、家庭背景因素、職業自我概念可有效預測生涯決策行為之不同向度。 |
| 李淑媛 (1994) | 中部地區 高一學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 高一學生「生涯決定狀態」偏向已定向的狀態，但屬中等程度。其中「自主取向」、「志趣符合」及「自我肯定」具有顯著性別差異。 2. 高一學生「問題解決態度」及「生涯不確定源」分別與「生涯決定狀態」有顯著相關存在。且高一學生「問題解決態度」與「生涯不確定源」能預測其「生涯決定狀態」的情形。 |
| 黃瑛琪 (1997) | 高一生涯 不確定型 學生 | 實驗研究設 計 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯探索團體對高一生涯不確定型學生生涯定向程度增進之影響無顯著效果。 2. 生涯探索團體對高一生涯不確定型學生生涯決策自我效能預期程度增進之影響在整體上有顯著效果。 3. 實驗組成員認為生涯探索團體對其思索生涯方向有助益。 |

表 2-2 生涯決定相關研究（續）

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|---------------------|---------------|---|
| 高毓玲 (2001) | 軍校高中 生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 軍校高中生生涯成熟程度、生涯不確定程度與生涯決定狀態屬於中等程度，且不因其年級及家庭結構而有所差異。 2. 軍校高中生生涯成熟程度與生涯不確定程度有顯著負相關、與生涯決定狀態有顯著相關。 3. 軍校高中生其生涯不確定程度與生涯決定狀態有顯著負相關。 4. 軍校高中生其生涯成熟程度與生涯不確定程度能預測其生涯決定狀態。 |
| 王麗芬 (2002) | 大學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 不同性別大學生在非理性信念與生涯信念有差異存在。 2. 大學生的非理性信念與生涯信念有典型相關存在。 3. 大學生的非理性信念可以有效預測生涯決定。 4. 大學生的生涯信念可以有效預測生涯決定。 |
| 洪素蕙 (2002) | 國中學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 國中學生選擇畢業後進路就讀學校科別是連續性的決策歷程。 2. 學生的重要他人是相關升學資訊的提供與諮詢討論者。 3. 學生背景條件的差異對決策歷程有不同層面的影響。 4. 個人的興趣與能力是影響形成最後決定的主要因素。 |
| 蕭鈞育 (2002) | 中部地區 國中音樂 資優生 | 問卷調查 半結構訪談 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 近一半國中音樂資優生屬生涯未定向。 2. 生涯決定程度愈高的音樂資優生，升學選擇確定度愈高，且傾向繼續就讀音樂班。 3. 個人興趣為決定升學的主要因素。 |

表 2-2 生涯決定相關研究（續）

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|----------------------|------------|---|
| 莊珮真 (2003) | 高雄地區 公立高中 高三學生 | 問卷調查 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 高中生選擇多元入學方案之生涯決策有其階段性的歷程。 2. 高中生獲得多元入學方案的資訊的主要來源為學校輔導室與平常課堂，而輔導老師是最重要的資訊提供者。 3. 高中生在選擇多元入學方案時，會重要他人討論。 4. 高中生在決定多元入學方案時，考量的主要因素為自己的能力與成績。 5. 高中生在面對多元入學方案的決策歷程中，會遭遇自我與外在環境認識不足之困難。建議學校輔導室能提供個人生涯與多元入學等相關資訊，以協助他們進行多元入學方案之決策。 |
| 李慧貞 (2004) | 國三學生 | 準實驗 研究法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 接受「生涯發展決策課程」的實驗組學生，在排除「生涯發展量表」前測分數後，其「生涯發展量表」的得分與控制組沒有顯著差異。 2. 研究量化結果雖未有立即的顯著效果，但從學生及觀察教師的描述性統計及回饋資料皆可發現，實驗組學生對於接受生涯發展決策課程多抱著支持與肯定的態度。 |
| 趙華鈴 (2004) | 高職建教 班男生 | 實驗研究法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 實驗方案可促進輪調式建教班男生生涯探索並引發增加生涯決策之雙趨衝突。 2. 實驗方案對輪調式建教班男生在生涯決策之增進自我了解、提供生涯資料、減少個人衝突、降低外在衝突與增進生涯自我效能等方面的發展並無顯著效果。 |

表 2-2 生涯決定相關研究（續）

| 研究者 | 研究對象 | 研究方法 | 研究結果或發現 |
|---------------|-----------------------------|----------------|--|
| 蔡慧玲 (2006) | 身心障礙 大學生 | 問卷調查法 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 身心障礙大學生在職業目標選擇方面呈現較高的確定性。 2. 身心障礙大學生在職業資訊收集方面呈現能力不足。 3. 身心障礙大學生對未來計畫與方向不明確。 4. 身心障礙大學生的自我了解程度對生涯決策有預測力。 5. 生涯自我效能和生涯決策不因性別和障別的不同而有顯著影響。 |
| 蘇孫鑫 (2007) | 六位曾經 就讀高中 資優班的 大學生 | 質性研究的 深度訪談法 | 影響資優生的生涯決定因素包含個人因素、校系及未來工作、經濟因素、重要他人及社會環境的考量。 |

由以上眾多研究發現，國內早期的研究較偏重於生涯不確定性的探討（陳金定，1986；吳芝儀，1990），在研究方法上以實驗性研究及調查研究兼俱（陳金定，1986；黃瑛琪，1997），亦有僅以問卷調查方式作為研究工具者（張仁家，1993；李淑媛，1994；高毓玲，2001；王麗芬，2002；莊珮真，2003；蔡慧玲，2006），以實驗課程進行研究者在近年亦有所見（李慧貞，2004；趙華鈴，2004），此外，蕭鈞育（2002）、蔡慧玲（2006）則以特殊學生為對象進行其生涯定向的研究。根據上述研究結果發現，生涯決定在青少年時期的確是其人生中相當重要的課題，影響生涯決定的因素頗為廣泛，不同性別對於生涯決定的確定程度即有所差異（陳玫玫，1993；張仁家，1993；王麗芬，2002），受試者對於生涯輔導的需求程度也顯現在其生涯不確定程度上，生涯不確定程度愈高對於生涯輔導的需求程度愈高。總括言之，青少年時期對於未來生涯決定仍然處於未定向的狀態，因此學校課程內安排生涯輔導課程是增進其認識自我及生涯需求的必行之道。



第三章 研究方法

本研究以社會認知生涯理論之生涯自我效能為基礎，佐以本土化實證性方法建構我國青少年生涯自我效能內涵，編製一套符合國內青少年使用且具有信效度的生涯自我效能量表，以作為生涯教育參考之用。本章將先說明本研究之研究架構，並依序說明介紹研究對象、研究工具、實施程序及資料處理。

第一節 研究架構

本研究目的為編製一青少年生涯自我效能量表，並考驗其信度、效度。依據研究動機與目的，在閱讀相關文獻之後，設計本研究之架構如圖 3-1-1，流程圖如 3-1-2 所示，並且說明如下：

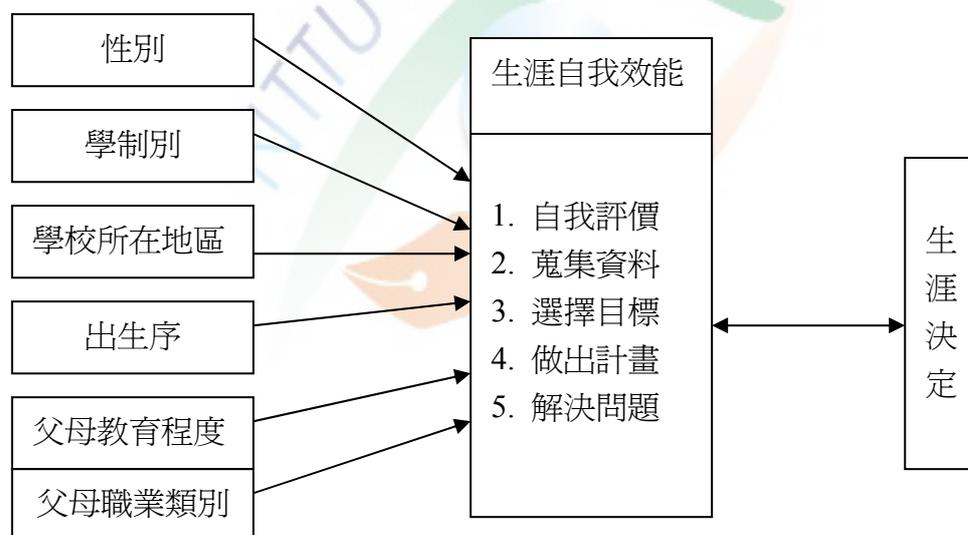


圖 3-1-1 研究架構圖

由圖 3-1-1 可知，背景變項包括性別、學制別、學校所在地區、出生序、父母教育程度、父母職業類別六個變項。本研究除編製量表並考驗其信效度外，也探討受試者的背景變項對於其生涯自我效能是否有差異，以及生涯自我效能與生涯決定間相關之程度。

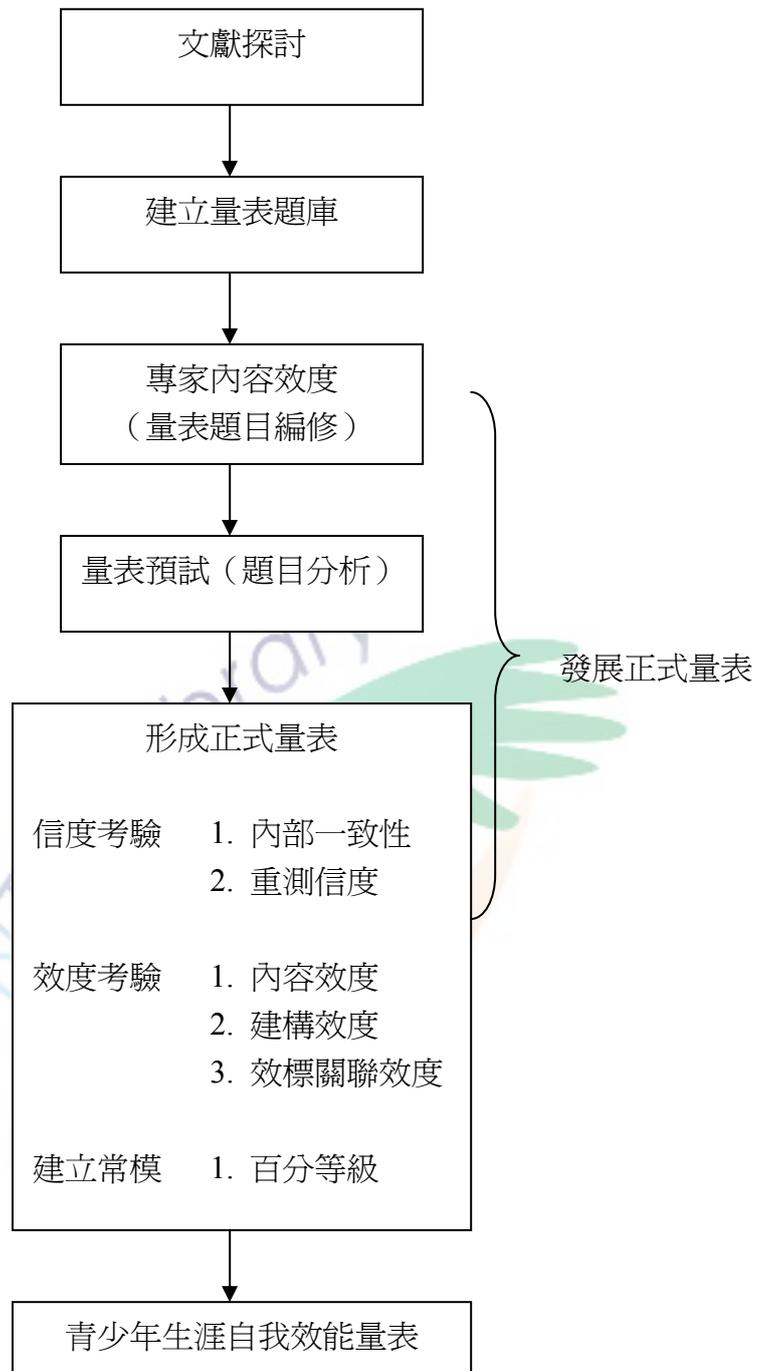


圖 3-1-2 青少年生涯自我效能量表研究流程圖

壹、建立量表題庫

透過文獻蒐集與分析的過程，本研究以社會認知生涯輔導理論之生涯自我效能內涵為主軸，運用生涯自我效能之構念並佐以本土性相關研究資料，編製適合我國青少年之生涯自我效能量表。量表參考 Betz 和 Taylor 於 1983 年所設計之生涯決定自我效能預期量表(CDMSE)之架構共分為自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫及解決問題五個分量表，初稿題目共計五十二題(如附錄三)。

貳、發展正式量表階段

一、專家內容效度：量表題目的編修

透過文獻資料的搜集與分析之後，所得有關生涯自我效能的內涵建立的題庫，為能更適合受試者作答，經過文字修飾後將題目首先交予指導教授修訂，並特請相關領域專家學者指正。在 2007 年一月上旬至中旬實施專家內容效度問卷之審查，相關領域專家包括六位學者及二位實務工作者，八位專家學者均具有博士學位(如附錄七)，研究者委請上述專家學者針對量表題目內容適切性及題目編排等提出建言，最後依各專家所給予之指導修正量表題目，成為本研究之預試量表，有關修正結果可參考表 4-1-1 至 4-1-2。

有關專家內容效度（如附錄一、二）共分為三個部份：問候語、作答方式說明及評定標準；問卷內容分為五個部份，題目共計有 52 題。在每一個題目之後會有三個選項，分別為「本題目可用」、「本題目不可用」及「修正後適用」請專家針對該題題目給予專業之評定意見。專家內容效度問卷於 2007 年一月上旬寄出八份，於一月下旬全部問卷回收完畢。

研究者於專家內容效度問卷回收完畢後將各專家學者所評定結果進行各題項之可用、不可用及修正後適用的百分比計算，結果如表 4-1-1；並進一步整理歸納各專家學者針對本研究量表中各題項之內涵所給予之建議，作為修改預試題目之依據，進而發展本研究「青少年生涯自我效能量表」之預試量表，茲將量表中所

修正的題項如表 4-1-2 所示。

二、量表預試

經過專家指導修正後所形成的預試量表，即為本研究之初稿。研究者考量各高中職開學第一週因開學相關事務繁忙，遂於九十七年二月中旬，即開學後第二週開始進行預試，量表預試對象以國內高中職學生為研究對象，取樣宜蘭羅東高工、台中市台中一中、台中女中、彰化市彰師附工、高雄市小港高中及台東縣公東高工學生作為預試對象。預試樣本於三月中旬回收完畢後，透過項目分析及因素分析所得結果對量表題目做進一步的刪改，以得到更為準確之量表題目。

三、正式量表定稿

根據預試所蒐得資料以 SPSS for Windows 12.0 統計分析軟體完成項目分析及因素分析，將原有預試量表 52 題刪修為 25 題，每一分量表各五題，以作為青少年生涯自我效能量表的定稿，有關項目分析及因素分析之結果可參閱表 4-1-3 至 4-1-8；正式量表原有題號及新編題號如表 4-1-10 所示。

四、信效度考驗及常模建立

正式量表完成後，以全國在學之高中職學生為母群體，分北、中、南、東四區選取樣本完成施測，並將問卷回收所得資料進行相關的信效度考驗。

（一）信度考驗

1. 內部一致性：本研究使用 SPSS for Windows 統計軟體進行青少年生涯自我效能量表的內部一致性考驗。

2. 重測信度：本研究以三所高中職預估 100 名學生為對象進行重測，在時間的間隔上以兩週為準，以考驗本研究之重測信度。

（二）效度考驗

1. 內容效度：本研究之題目係參考 Betz 和 Taylor 於 1983 年設計的生涯決定自我效能量表架構及陳金定（1986）編製之生計決策自我效能預期量表內容，並

且參照相關文獻及評量工具內容編擬而成。在量表題目完成之後，經過專家審查量表內容及分析（表 4-1-1 至 4-1-2），確定題目與研究構念間關聯性及適切性，完成本量表的內容效度。

2. 建構效度：研究者以 SPSS 統計分析軟體進行量表之項目分析，刪除預試題目中與所屬的分量表相關值較低的題目，以建立本研究之建構效度。

3. 效標關聯效度：研究者以陳金定（1986）編訂之「生計決策自我效能預期量表」及鄭如吟（2003）「生涯決定問卷」作為效標關聯效度之測量工具，求兩者相關以作為效標關聯效度之檢核。

（三）建立常模

本研究針對全國分北、中、南、東四區採叢集抽樣，以班級為單位，取全國各區高中職一至三年級學生約 1200 名作為建立常模之樣本，建立全國性及不同性別、不同學制（高中職）、不同地區之常模。而在常模的建立形式上，以原始分數為基礎，建立百分等級常模。

第二節 研究對象

本研究以九十六學年度高中職之在學學生為研究對象，將全國分為北、中、南、東四區，研究對象則分為三階段：第一部份為預試樣本，共 371 名；第二部份為正式量表樣本，預計共 1200 名；第三部份則為重測樣本，共 102 名。依各區學生人數多寡抽取受試學校，受試學校選定之後，便與該校之輔導室聯繫，委請協助有關問卷填答及回收事項。

壹、預試樣本對象

本研究之研究對象以全國高中職在學學生為母群，在預試樣本的取樣上也顧及母群體結構的特徵分布，以北、中、南、東四區分別抽取宜蘭縣羅東高工、台中一中、台中女中、彰化市彰師附工、高雄市小港高中、台東縣私立公東高工學

生為受試樣本。預試問卷共發出 416 份，回收問卷計 388 份，有效預試問卷計 371 份，回收率達 93.27%，可用率為 95.62%。依此進行題目分析，以刪除不當題目並初步考驗量表之信度。

貳、正式樣本對象

本研究以全國高中職全體在學學生為母群體，因此將針對全國北、中、南、東四區，依照全國之比例採取叢集抽樣，以班級為單位，採叢集抽樣抽取受試對象預計共 1200 名，作為建立常模之樣本進行施測。本研究的母群體為高中職在學學生，在抽樣上以學校為抽樣單位，研究者首先以電話向各受測學校說明研究目的及施測過程所需協助，並且保障受測者的施測結果不外洩，經過說明後若學校同意則將問卷寄出，而無法協助研究者施測的學校則將另行抽取其他學校單位直到研究對象人數符合。

有關各區之分配比例人數如表 3-2-1。

表 3-2-1 九十六學年度分區母群高中高職學生人數及取樣之學生人數

| 區域 | 高中 | | | | 高職 | | | |
|----|--------|--------|-----|------|--------|--------|-----|------|
| | 母群數 | | 取樣數 | | 母群數 | | 取樣數 | |
| | 學生數 | 百分比 | 學生數 | 百分比 | 學生數 | 百分比 | 學生數 | 百分比 |
| 北區 | 195964 | 47.43% | 270 | 45% | 143488 | 42.39% | 270 | 45% |
| 中區 | 92793 | 22.46% | 150 | 25% | 91882 | 27.15% | 150 | 25% |
| 南區 | 111742 | 27.04% | 150 | 25% | 95419 | 28.19% | 150 | 25% |
| 東區 | 12704 | 3.08% | 30 | 5% | 7684 | 2.27% | 30 | 5% |
| 合計 | 413203 | 100% | 600 | 100% | 338473 | 100% | 600 | 100% |

有關各區之統計比例說明如下：首先將全國分為北中南東四區，北區包含台北縣市、基隆市、新竹縣市、桃園縣及宜蘭縣；中區包含苗栗縣、台中縣市、彰

化縣、南投縣、雲林縣；南區包含嘉義縣市、台南縣市、高雄縣市、屏東縣及澎湖縣；東區包含花蓮縣、台東縣。其次將各區的高中職人數進行加總並計算其百分比，最後依據各區百分比進行取樣的人數分配，但由於東區人數較少，為顧及樣本之代表性，故在人數的取樣上稍為提高其比例。各區受試對象學校如下說明：北區包含基隆市中山高中、台北市成功高中、台北市萬芳高中、桃園市武陵高中、新竹市建功高中、台北市南港高工、台北市松山家商、台北市開南高工；中區包含台中縣大里高中、雲林縣斗六高中、彰化縣員林家商、雲林縣西螺農工；南區包含台南市私立瀛海中學、台南縣大灣中學、屏東縣潮州高中、台南縣新化高工、高雄市三民家商；東區包含台東市台東高中、台東市台東高商。

總計正式樣本共發出 1320 份，回收後刪除空白廢卷及填答不全之無效問卷後，有效問卷人數共計 1110 份，有關樣本人數分布情形如表 3-2-2 所示。

表 3-2-2 青少年生涯自我效能量表正式樣本人數分配表

| 變項 | 變項水準 | 人數 | 百分比 |
|--------|---------|-----|-------|
| 性別 | 男性 | 577 | 52.0% |
| | 女性 | 533 | 48.0% |
| 就讀學校區域 | 北部 | 400 | 36.0% |
| | 中部 | 340 | 30.6% |
| | 南部 | 291 | 26.2% |
| | 東部 | 79 | 7.1% |
| 學制 | 高中 | 540 | 48.6% |
| | 高職 | 570 | 51.4% |
| 家中排行 | 長子/長女 | 502 | 45.2% |
| | 次子/次女 | 284 | 25.6% |
| | 老么 | 266 | 24.0% |
| | 獨生子/獨生女 | 58 | 5.2% |

表 3-2-2 青少年生涯自我效能量表正式樣本人數分配表(續)

| 變項 | 變項水準 | 人數 | | 百分比 | |
|---------|---------------|-----|------|-------|-------|
| | | 父親 | 母親 | 父親 | 母親 |
| 父母親教育程度 | 博碩士 | 53 | 32 | 4.8% | 2.9% |
| | 大學專科 | 359 | 267 | 32.3% | 24.1% |
| | 高中職 | 410 | 508 | 36.9% | 45.8% |
| | 國中小 | 269 | 290 | 24.2% | 26.1% |
| | 不識字 | 3 | 4 | 0.3% | 0.4% |
| 家長職業類別 | | 父親 | 母親 | 父親 | 母親 |
| | 無技術、非技術性人員 | 137 | 448 | 12.3% | 40.4% |
| | 技術性人員 | 483 | 296 | 43.5% | 26.7% |
| | 半專業人員、一般公務員 | 241 | 171 | 21.7% | 15.4% |
| | 助理專業人員、中級行政人員 | 83 | 128 | 7.5% | 11.5% |
| | 高級專業人員、高級行政人員 | 129 | 46 | 11.6% | 4.1% |
| 其他 | 10 | 5 | 0.9% | 0.5% | |

參、重測樣本對象

為考驗本量表之穩定性，本研究以國立大灣中學、國立建功高中及國立西螺農工三校共計 102 名學生進行量表重測信度的檢驗。在第一次施測後間隔兩週進行青少年生涯自我效能量表的重測，以考驗本量表之重測信度。

第三節 研究工具

本研究所使用之研究工具為研究者自編之「青少年生涯自我效能量表」、「個人基本資料」、鄭如吟(2003)修訂之「生涯決定量表」及陳金定(1986)修訂之「生計決策自我效能預期量表」，以下說明各項研究工具：

壹、青少年生涯自我效能量表

一、量表編製依據

本研究參考社會認知生涯輔導理論之生涯自我效能內涵及國內外相關文獻及

評量工具，作為本問卷編擬題項的依據。在問卷編製方面，主要參考國內陳金定（1986）所編修的生計決策自我效能預期量表之架構，作為本研究量表之架構。

二、預試量表編製與施測

本研究預試量表的編製施測過程分為擬定初稿、確定預試問卷及實施預試等三個步驟，茲分別說明如下：

（一）擬定初稿

根據問卷架構及生涯自我效能理論為基礎，設計題目 52 題，量表內容由五個分量表建構而成，分別為自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫及解決問題，題目編排方式將測量相同結果的試題分散重新編排，並且經過專家學者（如附錄七）針對問卷構念和題目加以審閱及修改。

（二）確定預試問卷

綜合專家學者的意見，研究者修正初稿的缺失及語句上的修飾後，形成預試問卷，題目共 52 題。有關預試問卷之內容及記分方式說明如下：

1. 問卷內容

本研究之問卷依據文獻探討提出生涯自我效能的五個依據層面，包含自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫及解決問題。「自我評價」包含 1、3、5、7、8、10、11、12、18、20、35 十一題；「蒐集資料」包含 2、4、6、14、15、16、19、21、28、38 十題；「選擇目標」包含 9、13、24、25、26、27、30、31、33、48 十題；「做出計畫」包含 17、22、29、32、34、36、37、40、41、42、43 十一題；「解決問題」包含 23、39、44、45、46、47、49、50、51、52 十題；其中第 8、14、27、34、51 為反向題。

2. 計分方式

預試量表主要以肯定語句敘述，其中每一分量表設有反向題以偵測受試者的反應心向，受試者可根據其對於題目所敘述內容符合其自身的情形勾選適合的

選項，本量表採用 Likert 五點評定量表，5 代表「完全同意」、4 代表「大部分同意」、3 代表「部分同意」、2 代表「小部分同意」、1 代表「完全不同意」。正向題採順向計分，答「完全同意」者計五分、答「大部分同意」者計四分、答「部分同意」者計三分、答「小部分同意」者計二分、答「完全不同意」者計一分；反向題（8、14、27、34、51）則採反向計分。受試者得分越高表示其生涯自我效能程度越高。

（三）實施預試

預試量表編製完成後，立即進行預試，預試對象取全國北中南東四區高中職學生，預試問卷共發出 416 份，回收問卷計 388 份，有效預試問卷計 371 份，回收率達 93.27%，可用率為 95.62%。

三、正式問卷編製

預試問卷回收後，以項目分析及因素分析進行考驗，綜合項目分析及因素分析的結果，作為正式量表的編製依據。首先進行項目分析，依照項目分析所得結果，刪除決斷值(critical ratio, CR 值)及相關值皆未達.001 顯著水準的題目，接下來再以剩餘之題目進行因素分析，進行最後的刪題。

本研究將以下列三個標準為修改題目之標準：

- （一）刪除該題後，內部一致性的 α 係數將會提高的題目。
- （二）該題總分高低分組之差異與相關兩者有一為偏低者刪除。
- （三）以主成分分析抽取因素之後其共同性偏低的題目。

貳、個人基本資料

基本資料主要在蒐集受試者的背景資料以了解其背景分佈情形，有關各項基本資料的項目及說明如下：

- 一、性別：分為男、女。
- 二、學制別：分為高中、高職。

三、就讀學校所在區域：分爲北區、中區、南區、東區四區。

四、出生序：分爲長子女、次子女、老么、獨生子女及其他。

五、父母教育程度：參考林生傳（2000）之設計，將父母教育程度分爲五個等級，分別爲 1. 博士、碩士；2. 大學、專科；3. 高中職；4. 國中、國小；5. 不識字。

六、父母職業種類：參考林生傳（2000）之設計，將父母職業分爲六類，分別爲：（一）無技術、非技術性人員。（二）技術性人員。（三）半專業人員、一般公務員。（四）助理專業人員、中級行政人員。（五）高級專業人員、高級行政人員。（六）其他。

參、生涯決定問卷

本份問卷之內容係爲鄭如吟（2003）參考陳金定（1986）所編之「生涯決定量表」修訂而成。問卷內容包含兩部分：生涯決定量表、生涯決定影響因素。在生涯決定量表預試部分，採五點式量表計分，第 1-4 題爲測量選擇職業及科系的確定程度，分數越高代表確定程度越高；第 5-25 題爲測量生涯不確定的程度，採反向計分；第 26 題爲問答題，讓受試者自由填寫問卷內容中未列出的其他原因。問卷修訂完成後進行預試，以國立台南家齊女中舞蹈班一年級學生 8 名及國立台中文華高中舞蹈班一年級學生 14 名共計 22 名爲預試對象，之後根據所回收問卷進行項目分析作爲正式量表刪題之依據。選題標準須達決斷值 .05 以上及 CR 值達 3.0 以上者使可列入正式問卷，根據分析結果，預試題目僅一題未達標準予以刪除，正式問卷總計共有 25 題。該正式問卷之內部一致性係數達 .9217，並經過專家效度評定，可視爲一份具有信效度之問卷。研究者在徵得問卷編製者同意後（如附錄五）使用本份問卷作爲青少年生涯自我效能與生涯決定效標關聯效度之工具。

肆、生計決策自我效能預期量表

陳金定（1986）將 Taylor 和 Betz 於 1983 年參考 Crites 的生計成熟模式的架

構所編製的「生涯決定自我效能量表」原有 50 道題目修訂後保留 36 題，並且參考 1985 年林清文的「生計發展量表」、1976 年 Barrett 的「職業評量表」選取適合的題目，同時參考 1986 年「師大附中高一學生輔導工作調查」、師大附中選填志願輔導資料及當年度（1986）大學招生簡章編擬新題目共計 17 題，合併原來保留的題目共計達 53 題。問卷經預試後得有效問卷 347 份可用資料，經項目分析後再考慮各題選項分配的情形、之後經因素分析結果刪除不適合之問題，最後問卷共計保留 45 題。該量表採五點量表，從「完全沒信心」到「完全有信心」，得分越高表示信心程度越高。此量表內部一致性信度達 .95，間隔二週之重測信度達 .85，為一具信效度之量表。研究者在徵得問卷編製者同意後（如附錄六）使用本份問卷作為構念效度之工具。

第四節 實施程序

本研究採叢集抽樣方式取樣共 1200 名，範圍遍及北高兩市及台灣省，礙於研究者本身人力及時間限制因素，無法親自赴各學校施測，因此採用郵寄方式將問卷寄發給各受試學校。而在寄發之前先與各受試學校輔導室聯繫，經取得同意協助問卷調查工作之後，便以郵寄方式將問卷寄發到各受試學校。

為了提高問卷回收率，每份郵件包含信函一封（內含本研究目的、作答方式、收發問卷注意事項）、問卷、回郵信封、施測教師之小禮物。並央請該校之輔導室負責人員於問卷收齊後寄回。

問卷於九十七年四月上旬寄出，其中多數的學校都能於二週內寄回，對於未能及時寄回者，則以電話聯繫，懇請該校負責人員撥冗將問卷寄回，經過此一程序，大多數的學校均能配合再將問卷寄回。而在四月底時正逢高中生面臨第二次定期考試，因此有兩所學校與研究者討論後決定於五月中旬再將問卷寄回。因此問卷於九十七年五月下旬時回收完畢，共計發出問卷 1320 份，回收 1217 份，

剔除作答不完整及無效問卷後，得有效問卷為 1110 份，回收率為 84.09%，可用率為 91.21%。

資料回收完畢後即以 SPSS 統計軟體輸入資料並進行統計分析，有關資料處理情形如第五節所述。

第五節 資料處理

本研究在施測完畢並將問卷回收之後，先剔除無效問卷（作答不完整、未作答者），將原始資料輸入電腦，以 SPSS for Windows 12.0 版統計軟體進行統計分析，對各項研究假設進行考驗。使用的統計方法如下：

- 一、以單因子變異數分析來探討不同性別的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 二、以單因子變異數分析來探討不同學制的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 三、以單因子變異數分析來探討不同學校所在地區的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 四、以單因子變異數分析來探討不同出生序的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 五、以單因子變異數分析來探討不同父母教育程度的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 六、以單因子變異數分析來探討不同父母職業類別的青少年在生涯自我效能上的差異。
- 七、以積差相關探討青少年生涯自我效能和生涯決定之間的相關情形。



第四章 研究結果與討論

本章共分六節以敘述研究之結果，第一節說明量表發展與題目分析；第二節說明量表信度分析，包括內部一致性、重測信度、各題項與總分之相關；第三節說明量表效度分析，包含內容效度、構念效度及效標關聯效度；第四節說明不同背景受試者在涯自我效能上的差異；第五節為常模建立，包括原始分數、百分等級常模；第六節則為青少年生涯自我效能量表應用與範例。

第一節 量表發展與題目分析

本節主要根據國內外文獻探討，逐步建立青少年生涯自我效能量表的題庫，以下針對量表編製的發展程序，逐一介紹題目的形成、專家內容效度評定結果以及量表題目項目分析及選題。

壹、初稿題目建立

本研究之青少年生涯自我效能量表在理論模式的建立上，是以 Crites 於 1969 年所提出有關生涯成熟的五項指標，作為編製本量表之架構基礎；並且參考 Taylor 和 Betz 於 1983 年所發展之生涯決定自我效能量表及國內外相關文獻研究之後，擬出初稿題目共計 52 題（附錄三）。作答方式則採用 Likert 五點量表，5 代表「完全同意」、4 代表「大部分同意」、3 代表「部分同意」、2 代表「小部分同意」、1 代表「完全不同意」。

貳、專家內容效度評定結果

初稿擬定之題目先與指導教授討論並經過指導教授審閱之後，委請國內專家學者共八人(如附錄七)，針對題意內容及意涵提供其專業之意見。研究者於一月下旬收其所有專家內容問卷之後，將評定結果整理如表 4-1-1：

表 4-1-1 專家內容效度統計表

| 量表題目 | 可用 | 不可用 | 修正後適用 |
|--|-----------|-----------|-----------|
| <u>一、自我評價</u> | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心及毅力去實踐。 | | | |
| 2. 面對新的生涯決定，我有信心能夠適應良好。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 3. 我對自己所做出的決定是有信心的。 | 8 (100%) | 0 | 0 |
| 4. 我有信心可以掌握未來升學或就業時的面談過程。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 5. 畢業後如果無法找到我最想要的工作，我仍然有信心可以 找到適合自己的工作。 | 4 (50%) | 1 (50%) | 3 (37.5%) |
| 6. 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。 | 7 (87.5%) | 0 | 1 (50%) |
| 7. 我有自信能準備一份完整且良好的履歷。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 8. 我不認為自己能夠表現出有自信的一面。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 9. 我相信我可以找到一個能滿足我抱負的職業。 | 7 (87.5%) | 0 | 1 (12.5%) |
| 10. 我能像別人介紹或說明我的個性，讓他們更了解我。 | 3 (37.5%) | 1 (12.5%) | 4 (50%) |
| 11. 我能說出自己不適合從事的職業類型。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| <u>二、蒐集資料</u> | | | |
| 1. 在做出新的決定前，我能收集到足夠的相關資訊。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 2. 我會嘗試去了解未來可能從事的行業。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 3. 我認為時間會帶給我正確的決擇，因此不急於一時。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 4. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的 資料。 | 8 (100%) | 0 | 0 |
| 5. 我相信學校老師可以提供我有關未來做選擇的資訊。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 6. 我相信父母可以提供我有關未來做選擇的資訊。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 7. 我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| 8. 我會主動詢問老師有關升學的相關資訊。 | 4 (50%) | 0 | 4 (50%) |
| 9. 我會運用輔導室所作的測驗結果幫助我更了解自己。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| 10. 在蒐集資訊時我會注意可能碰到的陷阱。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| <u>三、選擇目標</u> | | | |
| 1. 我能明確說出未來我所想要的生活型態。 | 7 (87.5%) | 0 | 1 (12.5%) |
| 2. 對於選定的目標，我能清楚的說明它的優缺點。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| 3. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業 或科系。 | 8 (100%) | 0 | 0 |
| 4. 即使遇到挫折，我仍然會堅持自己所選擇的目標。 | 3 (37.5%) | 1 (12.5%) | 4 (50%) |
| 5. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 6. 我認為世事難料，提早規劃未來是多餘而沒必要的。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 7. 我可以考上一個符合我心目中理想的科系。 | 4 (50%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |

表 4-1-1 專家內容效度統計表（續）

| | | | |
|------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| 8. 我對於目標的設定有信心。 | 2 (25%) | 1 (12.5%) | 5 (62.5%) |
| 9. 我相信生涯中的各種目標是可以透過自己內在的動力來完成。 | 3 (37.5%) | 1 (12.5%) | 4 (50%) |
| 10. 我有信心可以達成自己選好的目標。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| <u>四、做出計畫</u> | | | |
| 1. 我認為與其相信命運，不如好好計畫自己的未來。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 2. 我能為自己訂出一份未來五年的計畫。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 3. 我認為船到橋頭自然直，現在想未來的事都是多餘的。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 4. 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 0 |
| 5. 我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 6. 我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 7. 對於未來，我已經有明確的計畫，並且逐步在實踐。 | 5 (62.5%) | 1 (12.5%) | 2 (25%) |
| 8. 我可以說出好幾個自己感興趣的職業。 | 4 (50%) | 1 (12.5%) | 3 (37.5%) |
| 9. 我能說出自己以後想從事的工作型態。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 10. 我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | 3 (37.5%) | 2 (25%) | 3 (37.5%) |
| 11. 我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| <u>五、解決問題</u> | | | |
| 1. 遇到困難時，我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | 3 (37.5%) | 0 | 5 (62.5%) |
| 2. 遇到困難時，我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | 5 (62.5%) | 0 | 3 (37.5%) |
| 3. 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我有勇氣轉系。 | 3 (37.5%) | 1 (12.5%) | 4 (50%) |
| 4. 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我有勇氣轉換工作跑道。 | 4 (50%) | 1 (12.5%) | 3 (37.5%) |
| 5. 我對自己解決問題的能力有信心。 | 8 (100%) | 0 | 0 |
| 6. 我遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | 6 (75%) | 0 | 2 (25%) |
| 7. 在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | 4 (50%) | 1 (12.5%) | 3 (37.5%) |
| 8. 我對於未來的職業能有所堅持，不受他人影響。 | 5 (62.5%) | 2 (25%) | 1 (12.5%) |
| 9. 如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。 | 6 (75%) | 1 (12.5%) | 1 (12.5%) |
| 10. 我可以為了工作的需要而搬到另一個地方居住。 | 4 (50%) | 2 (25%) | 2 (25%) |

研究者進一步彙集統整專家學者對於青少年生涯自我效能量表中各個題項內涵建議的修改內容之後，將原量表中的部份題目進行修正，有關原量表進行修正

的部份如表 4-1-2 所示：

表 4-1-2 青少年生涯自我效能量表修改內容彙整

| 原量表題目 | 修正後題目 |
|--|--|
| 一、自我評價 | |
| 1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心及毅力去實踐。 | 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心毅力去實踐。 |
| 2. 面對新的生涯決定，我有信心能夠適應良好。 | 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。 |
| 3. 我對自己所做出的決定是有信心的。 | |
| 4. 我有信心可以掌握未來升學或就業時的面談過程。 | 我有信心可以掌握未來升學或就業時的甄試或面談過程。 |
| 5. 畢業後如果無法找到我最想要的工作，我仍然有信心可以找到適合自己的工作。 | 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以找到適合自己的工作。 |
| 6. 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。 | |
| 7. 我有自信能準備一份完整且良好的履歷。 | 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。 |
| 8. 我不認為自己能夠表現出有自信的一面。 | |
| 9. 我相信我可以找到一個能滿足我抱負的職業。 | 我相信我能找到一個施展我抱負的職業。 |
| 10. 我能像別人介紹或說明我的個性，讓他們更了解我。 | 我有自信能清楚介紹自己，使別人了解我。 |
| 11. 我能說出自己不適合從事的職業類型。 | 我有信心能說出自己不適合從事的職業類型。 |
| 二、蒐集資料 | |
| 1. 在做出新的決定前，我能收集到足夠的相關資訊。 | 我有信心在做出新的決定前，能蒐集足夠的資訊。 |
| 2. 我會嘗試去了解未來可能從事的行業。 | 我有信心我能努力去了解未來可能從事的行業。 |
| 3. 我認為時間會帶給我正確的決擇，因此不急於一時。 | 我認為時間會帶給我正確的選擇，因此不急於一時。 |
| 4. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資料。 | 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資訊。 |
| 5. 我相信學校老師可以提供我有關未來做選擇的資訊。 | 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。 |
| 6. 我相信父母可以提供我有關未來做選擇的資訊。 | 我相信我可以從父母那裡得到有關未來做選擇的資訊。 |
| 7. 我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | 我相信我會上網尋找有關未來升學的資訊。 |
| 8. 我會主動詢問老師有關升學的相關資訊。 | 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業的相關資訊。 |
| 9. 我會運用輔導室所作的測驗結果幫助我更了解自己。 | 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。 |

表 4-1-2 青少年生涯自我效能量表修改內容彙整（續）

| 原量表題目 | 修正後題目 |
|---------------------------------|--------------------------------|
| 10. 在蒐集資訊時我會注意可能碰到的陷阱。 | 在蒐集資訊時我有信心會注意可能碰到的陷阱。 |
| 三、選擇目標 | |
| 1. 我能明確說出未來我所想要的生活型態。 | 我有信心能明確說出未來我所想要的生活型態。 |
| 2. 對於選定的目標，我能清楚的說明它的優缺點。 | 對於選定的升學或就業目標，我能清楚的說明它的優缺點。 |
| 3. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。 | |
| 4. 即使遇到挫折，我仍然會堅持自己所選擇的目標。 | 即使遇到挫折，我有信心仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目標。 |
| 5. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | |
| 6. 我認為世事難料，提早規劃未來是多餘而沒必要的。 | |
| 7. 我可以考上一個符合我心中理想的科系。 | 我相信我可以考上一個符合我心中理想的科系。 |
| 8. 我對於目標的設定有信心。 | 我對於擬定升學或就業目標有信心。 |
| 9. 我相信生涯中的各種目標是可以透過自己內在的動力來完成。 | 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。 |
| 10. 我有信心可以達成自己選好的目標。 | 我有信心可以達成自己選定的升學或就業目標。 |
| 四、做出計畫 | |
| 1. 我認為與其相信命運，不如好好計畫自己的未來。 | 我相信與其聽天由命，不如好好計畫自己的未來。 |
| 2. 我能為自己訂出一份未來五年的計畫。 | 我相信我能為自己訂出未來五年的計畫。 |
| 3. 我認為船到橋頭自然直，現在想未來的事都是多餘的。 | |
| 4. 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。 | |
| 5. 我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。 | 我有信心我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。 |
| 6. 我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 |
| 7. 對於未來，我已經有明確的計畫，並且逐步在實踐。 | 對於未來我相信我已有明確的計畫。 |
| 8. 我可以說出好幾個自己感興趣的職業。 | 我有信心我可以說出三個以上自己感興趣的職業。 |
| 9. 我能說出自己以後想從事的工作型態。 | 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。 |
| 10. 我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 |
| 11. 我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 |

表 4-1-2 青少年生涯自我效能量表修改內容彙整（續）

| 原量表題目 | 修正後題目 |
|------------------------------------|------------------------------------|
| 五、解決問題 | |
| 1. 遇到困難時，我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 |
| 2. 遇到困難時，我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 |
| 3. 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我有勇氣轉系。 | 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我相信我有勇氣轉系。 |
| 4. 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我有勇氣轉換工作跑道。 | 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我相信我有勇氣轉換工作跑道。 |
| 5. 我對自己解決問題的能力有信心。 | |
| 6. 我遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 |
| 7. 在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 |
| 8. 我對於未來的職業能有所堅持，不受他人影響。 | 我相信我對未來的職業能有所堅持，不受他人影響。 |
| 9. 如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。 | 我相信如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。 |
| 10. 我可以為了工作的需要而搬到另一個地方居住。 | 我相信我可以為了工作的需要而搬到另一個地方居住。 |

參、量表題目項目分析及選題

本研究之青少年生涯自我效能量表初步擬定之題目經過專家內容效度審查後進行預試，並於問卷回收後對題目做進一步的分析，結果將作為題目修改或刪除的依據。

預試問卷共計發出 416 份，待回收後將有效問卷 371 份之結果輸入電腦，以 SPSS for Windows 12.0 版進行處理，研究者篩選題項之標準有以下四項：1. 進行各分量表的高低分組總分之計算，並檢視兩組間的差異，以此分析題項的鑑別度，將鑑別 t 值小於 3 者即刪除。2. 檢視各題項與所屬分量表之總分校正後的相關值小於 .2 者即刪除。3. 對各分量表進行內部一致性考驗，若將該題刪除後，其分量

表內部一致性的 α 係數會提升者即刪除。4. 最後針對各分量表進行主成份分析，採用主軸因素抽取法，並選用相等最大值法(Equamax)進行直交轉軸，抽取各分量表中最大的主要成份，以此考驗各題項對於所屬分量表主成份的因素負荷量，從中選擇保留因素負荷量較高的題項，負荷量較低的題項則刪除。

一、項目分析

有關各分量表的題目分析及選題結果之摘要如表 4-1-3 至 4-1-7 所示：

表 4-1-3 「自我評價」分量表題目分析摘要表

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | CR 值 t 考驗 | 分 量 | 刪 後 α | 刪 留 |
|-------------------------|--|--------|-----------------------|--------|-----------------|--------|
| 1 | 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心及毅力去實踐。 | 1 | 11.17*** | .563 | .816 | |
| 2 | 我對自己所做出的決定是有信心的。 | 3 | 10.63*** | .577 | .814 | |
| 3 | 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以找到適合自己的工作。 | 5 | 8.72*** | .469 | .824 | |
| 4 | 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。 | 7 | 11.36*** | .614 | .811 | |
| 5 | 我不認為自己能夠表現出有自信的一面。 | 8 | 4.40*** | .207 | .847 | 刪 |
| 6 | 我有自信能清楚介紹自己，使別人了解我。 | 10 | 9.93*** | .578 | .814 | |
| 7 | 我有信心能說出自己不適合從事的職業類型。 | 11 | 7.79*** | .295 | .839 | 刪 |
| 8 | 我相信我能找到一個施展我抱負的職業。 | 12 | 11.91*** | .635 | .809 | |
| 9 | 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。 | 18 | 12.55*** | .598 | .812 | |
| 10 | 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。 | 20 | 9.93*** | .572 | .814 | |
| 11 | 我有信心可以掌握未來升學或就業時的甄試或面談過程。 | 35 | 9.66*** | .537 | .818 | |
| 內部一致性總 α 信度 .834 | | | 刪除後總 α 信度 .857 | | | |

*** $p < .001$

表 4-1-4 「蒐集資料」分量表題目分析摘要表

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | CR 值 t 考驗 | 分量表 相關 | 刪題 後 α | 刪 留 |
|------------------------|---------------------------------|----------------------|--------------|-----------|------------------|--------|
| 1 | 我相信我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | 2 | 8.17*** | .487 | .689 | |
| 2 | 我有信心在做出新的決定前，能蒐集足夠的資訊。 | 4 | 12.23*** | .505 | .686 | |
| 3 | 我有信心在做出新的決定前，能蒐集足夠的資訊。 | 6 | 12.61*** | .580 | .677 | |
| 4 | 我認為時間會帶給我正確的選擇，因此不急於一時。 | 14 | 4.89*** | .344 | .816 | 刪 |
| 5 | 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資訊。 | 15 | 14.01*** | .540 | .683 | |
| 6 | 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | 16 | 8.51*** | .523 | .685 | |
| 7 | 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業時的相關資訊。 | 19 | 10.94*** | .597 | .669 | |
| 8 | 在蒐集資訊時我有信心會注意可能碰到的陷阱。 | 21 | 11.65*** | .518 | .686 | |
| 9 | 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。 | 28 | 7.38*** | .467 | .693 | |
| 10 | 我相信我可以從父母那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | 38 | 5.30*** | .248 | .728 | 刪 |
| 內部一致性總 α 信度.727 | | 刪除後總 α 信度.825 | | | | |

*** $p < .001$

表 4-1-5 「選擇目標」分量表題目分析摘要表

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | CR 值 t 考驗 | 分量表 相關 | 刪題 後 α | 刪 留 |
|------------------------|------------------------------|----------------------|--------------|-------------|------------------|--------|
| 1 | 我有信心能明確說出未來我所想要的生活型態。 | 9 | 11.36*** | .562 | .869 | |
| 2 | 對於選定的升學或就業目標，我能清楚的說明它的優點。 | 13 | 10.92*** | .598 | .866 | |
| 3 | 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。 | 24 | 16.00*** | .700 | .859 | |
| 4 | 即使遇到挫折，我有信心仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目 | 25 | 14.77*** | .698 | .859 | |
| 5 | 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | 26 | 14.98*** | .686 | .860 | |
| 6 | 我認為世事難料，提早規劃未來是多餘而沒必要的。 | 27 | 5.21*** | .161 | .904 | 刪 |
| 7 | 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。 | 30 | 14.31*** | .681 | .860 | |
| 8 | 我有信心可以達成自己選定的升學或就業目標。 | 31 | 15.60*** | .743 | .855 | |
| 9 | 我相信我可以考上一個符合我心目中理想的科系。 | 33 | 12.47*** | .658 | .862 | |
| 10 | 我對於擬定升學或就業的目標有信心。 | 48 | 12.95*** | .679 | .861 | |
| 內部一致性總 α 信度.878 | | 刪除後總 α 信度.904 | | | | |

*** $p < .001$

表 4-1-6 「做出計畫」分量表題目分析摘要表

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | CR 值 t 考驗 | 分量表 相關 | 刪題 後 α | 刪 留 |
|-------------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|-----------|------------------|--------|
| 1 | 我相信我能為自己訂出未來五年的計畫。 | 17 | 9.50*** | .535 | .852 | |
| 2 | 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。 | 22 | 14.80*** | .618 | .846 | |
| 3 | 對於未來我相信我已有明確的計畫。 | 29 | 12.46*** | .638 | .844 | |
| 4 | 我相信與其聽天由命，不如好好計畫自己的未來。 | 32 | 13.93*** | .522 | .852 | |
| 5 | 我認為船到橋頭自然直，現在想未來的事都是多餘的。 | 34 | 5.89*** | .212 | .880 | 刪 |
| 6 | 我有信心我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。 | 36 | 12.20*** | .652 | .843 | |
| 7 | 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | 37 | 12.96*** | .656 | .843 | |
| 8 | 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。 | 40 | 12.91*** | .666 | .842 | |
| 9 | 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | 41 | 13.56*** | .667 | .842 | |
| 10 | 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | 42 | 9.76*** | .544 | .851 | |
| 11 | 我有信心我可以說出三個以上自己感興趣的職業。 | 43 | 8.20*** | .507 | .854 | |
| 內部一致性總 α 信度 .862 | | 刪除後總 α 信度 .862 | | | | |

*** $p < .001$

表 4-1-7 「解決問題」分量表題目分析摘要表

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | CR 值 t 考驗 | 分量表 相關 | 刪題 後 α | 刪 留 |
|-------------------------|------------------------------------|-----------------------|--------------|-------------|------------------|--------|
| 1 | 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | 23 | 12.75*** | .568 | .779 | |
| 2 | 我相信我對未來的職業能有所堅持，不受他人影響。 | 39 | 9.59*** | .344 | .804 | |
| 3 | 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | 44 | 9.97*** | .509 | .786 | |
| 4 | 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我相信我有勇氣轉系。 | 45 | 7.67*** | .543 | .782 | |
| 5 | 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我相信我有勇氣轉換工作跑道。 | 46 | 8.81*** | .603 | .775 | |
| 6 | 我對自己解決問題的能力有信心。 | 47 | 12.61*** | .564 | .781 | |
| 7 | 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | 49 | 11.40*** | .656 | .771 | |
| 8 | 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | 50 | 15.31*** | .703 | .765 | |
| 9 | 我相信如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。 | 51 | 3.19** | .142 | .830 | 刪 |
| 10 | 我相信我可以為了工作的需要而搬到另一個地方居住。 | 52 | 5.76*** | .304 | .810 | 刪 |
| 內部一致性總 α 信度 .806 | | 刪除後總 α 信度 .837 | | | | |

*** $p < .001$

二、因素分析

因素分析採用主軸因素抽取法，並選用相等最大值法(Equamax)進行直交轉軸，抽取各分量表中最大的主要成份，以此考驗各題項對於所屬分量表主成份的因素負荷量，從中選擇保留因素負荷量較高的題項，負荷量較低的題項則刪除。研究者依據原問卷設計構念所設定五個因素進行因素分析，在進行因素分析之前先檢驗取樣適切性量數(KMO)值之大小，以判別是否適合進行因素分析，預試量表之 KMO 值為.954，根據學者 Kaiser 之觀點，KMO 直達.90 以上極適合進行因素分析(吳明隆，2007)，因此本預試量表可進行因素分析。因素分析結果如表 4-1-8，得到的五個因素與原量表構念一致，同時為了考量因素分析所得結果與原來量表的構念一致，五個因素依原有分量表命名，因素一命名為「選擇目標」，因素二命名為「自我評價」，因素三命名為「解決問題」，因素四命名為「蒐集資料」，因素五命名為「做出計劃」。在因素一「選擇目標」中與原構念不符之題目刪除，計有題號為 36、18、43、12、29、39、10 者；在因素二「自我評價」中與原構念不符之題目刪除，計有題號為 4、22、33、6 者；在因素三「解決問題」中與原構念不符之題目刪除，計有題號為 21、35、48 者；在因素四「蒐集資料」中與原構念不符之題目刪除，計有題號為 17、13 者；在因素五「做出計畫」中與原構念不符之題目刪除，計有題號為 46、45 者。

表 4-1-8 青少年生涯自我效能因素分析表

| | 三 | 一 | 五 | 二 | 四 | 刪 | 原 |
|--|------|---|---|---|---|---|---|
| | 選 | 自 | 解 | 蒐 | 做 | | 屬 |
| | 擇 | 我 | 決 | 集 | 出 | | 因 |
| | 目 | 評 | 問 | 資 | 計 | | 素 |
| | 標 | 價 | 題 | 料 | 畫 | 留 | |
| 36. 我有信心我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。..... | .668 | | | | | 刪 | 四 |
| 18. 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。..... | .536 | | | | | 刪 | 一 |
| 9. 我有信心能明確說出未來我所想要的生活型態。..... | .533 | | | | | 留 | 三 |
| 26. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。..... | .530 | | | | | 留 | 三 |
| 30. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。..... | .501 | | | | | 留 | 三 |
| 43. 我有信心我可以說出三個以上自己感興趣的職業。..... | .496 | | | | | 刪 | 四 |
| 12. 我相信我能找到一個施展我抱負的職業。..... | .495 | | | | | 刪 | 一 |
| 29. 對於未來我相信我已有明確的計畫。..... | .495 | | | | | 刪 | 四 |
| 39. 我相信我對未來的職業能有所堅持，不受他人影響。..... | .479 | | | | | 刪 | 五 |
| 10. 我有自信能清楚介紹自己，使別人了解我。..... | .472 | | | | | 刪 | 一 |
| 24. 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。..... | .453 | | | | | 留 | 三 |
| 25. 即使遇到挫折，我有信心仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目標。.... | .413 | | | | | 留 | 三 |
| 3. 我對自己所做出的決定是有信心的。..... | .735 | | | | | 留 | 一 |
| 4. 我有信心我能努力去了解未來可能從事的行業。..... | .636 | | | | | 刪 | 二 |
| 5. 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以找到 適合自己的工作。..... | .592 | | | | | 留 | 一 |
| 20. 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。..... | .538 | | | | | 留 | 一 |
| 1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心毅力去實踐。..... | .538 | | | | | 留 | 一 |
| 22. 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。..... | .518 | | | | | 刪 | 四 |
| 33. 我相信我可以考上一個符合我心目中理想的科系。..... | .517 | | | | | 刪 | 三 |
| 7. 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。..... | .516 | | | | | 留 | 一 |
| 6. 我有信心在做出新的決定前，能蒐集足夠的資訊。..... | .479 | | | | | 刪 | 二 |
| 31. 我有信心可以達成自己選定的升學或就業目標。..... | .469 | | | | | 刪 | 三 |
| 23. 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。..... | .680 | | | | | 留 | 五 |
| 47. 我對自己解決問題的能力有信心。..... | .647 | | | | | 留 | 五 |
| 49. 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | .638 | | | | | 留 | 五 |
| 44. 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。..... | .572 | | | | | 留 | 五 |
| 50. 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。..... | .560 | | | | | 留 | 五 |
| 21. 在蒐集資訊時我有信心會注意可能碰到的陷阱。..... | .496 | | | | | 刪 | 二 |
| 35. 我有信心可以掌握未來升學或就業時的甄試或面談過程。..... | .475 | | | | | 刪 | 一 |

表 4-1-8 青少年生涯自我效能因素分析表（續）

| | 三 選 擇 目 標 | 一 自 我 評 價 | 五 解 決 問 題 | 二 蒐 集 資 料 | 四 做 出 計 畫 | 刪 留 | 原 屬 因 素 |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--------|------------------|
| 48. 我對於擬定升學或就業的目標有信心。..... | | | .460 | | | 刪 | 三 |
| 16. 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。..... | | | | .665 | | 留 | 二 |
| 2. 我相信我會上網尋找有關未來升學的資訊。..... | | | | .608 | | 留 | 二 |
| 28. 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。..... | | | | .573 | | 留 | 二 |
| 19. 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業的相關資訊。... | | | | .509 | | 留 | 二 |
| 17. 我相信我能為自己訂出未來五年的計畫。..... | | | | .459 | | 刪 | 四 |
| 13. 對於選定的升學或就業目標，我能清楚的說明它的優缺點。..... | | | | .451 | | 刪 | 三 |
| 15. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資訊。..... | | | | .432 | | 留 | 二 |
| 40. 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。..... | | | | | .444 | 留 | 四 |
| 37. 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。..... | | | | | .303 | 留 | 四 |
| 41. 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。..... | | | | | .410 | 留 | 四 |
| 42. 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。..... | | | | | .326 | 留 | 四 |
| 46. 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我相信我有勇氣轉換工作跑道。 | | | | | .819 | 刪 | 五 |
| 45. 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我相信我有勇氣轉系。... | | | | | .830 | 刪 | 五 |
| 32. 我相信與其聽天由命，不如好好計畫自己的未來。..... | | | | | .371 | 留 | 四 |
| 特徵值 | 17.77 | 2.29 | 1.65 | 1.59 | 1.26 | | |
| 可解釋變異量(%) | 40.39 | 5.21 | 3.75 | 3.61 | 2.87 | | |
| 累計變異量(%) | 40.39 | 45.61 | 49.35 | 52.96 | 55.83 | | |

表 4-1-9 青少年生涯自我效能分量表構念表

| 分量表構念 | 題 號 | 因素分析後保留題目 |
|-------|----------------------------------|----------------|
| 自我評價 | 1、3、5、7、8、10、11、12、18、20、35 | 3、5、20、1、7 |
| 蒐集資料 | 2、4、6、14、15、16、19、21、28、38 | 16、2、28、19、15 |
| 選擇目標 | 9、13、24、25、26、27、30、31、33、48 | 9、26、30、24、25 |
| 做出計畫 | 17、22、29、32、34、36、37、40、41、42、43 | 40、37、41、42、32 |
| 解決問題 | 23、39、44、45、46、47、49、50、51、52 | 23、47、49、44、50 |

肆、正式量表

預試量表所得結果經項目分析及因素分析之後，發展出青少年生涯自我效能量表，共分為五個分量表，每個分量表各有 5 個題目，共計 25 題(附錄四)，累積解釋變異量為 55.83%。本量表之作用乃在於測量青少年生涯自我效能的信心程度，量表採正向計分，受試者如勾選「完全同意」得五分、「大部分同意」得四分、「部份同意」得三分、「小部份同意」得二分、「完全不同意」得一分；受試者得分愈高，表示其生涯自我效能的程度愈高。有關正式量表中各分量表之分配如表 4-1-10 所示：

表 4-1-10 青少年生涯自我效能正式量表題號

| 分量表 | 原題號 | 新題號 | 合計題數 |
|------|----------------|----------------|------|
| 自我評價 | 01、03、05、07、20 | 01、03、04、05、10 | 5 題 |
| 蒐集資料 | 02、15、16、19、28 | 02、07、08、09、15 | 5 題 |
| 選擇目標 | 09、24、25、26、30 | 06、12、13、14、16 | 5 題 |
| 做出計畫 | 32、37、40、41、42 | 17、18、19、20、21 | 5 題 |
| 解決問題 | 23、44、47、49、50 | 11、22、23、24、25 | 5 題 |

第二節 量表信度分析

為考驗本研究所發展之青少年生涯自我效能量表是否具有良好的信度，研究者使用實證資料進行相關的信度考驗，以下分別說明所使用之方法，依序為內部一致性信度、重測信度、各題項與總分之相關、生涯自我效能各分量表之相關分析等四個部份。

壹、內部一致性信度

本研究之預試量表經過預試樣本施測後進行題目分析，並且計算各分量表之

內部一致性 α 值；在正式問卷施測並回收完畢之後，同樣再進行一次各分量表之內部一致性 α 值之計算，以檢視當研究樣本增加時，內部一致性 α 值是否會隨之提高。由表 4-2-1 發現，雖然正式問卷施測結果之 α 值略低於預試結果之 α 值，五個分量表的 α 係數介於.731 至.826，總量表之內部一致性係數則高達.930，表示本量表具有良好的內部一致性信度。

表 4-2-1 青少年生涯自我效能量表各分量表內部一致性交互驗證摘要表

| 分量表內涵 | 正式量表題數 | 預試結果 α 值 | 正式施測結果 α 值 |
|----------------|--------|-----------------|-------------------|
| 自我評價 | 5 | .780 | .787 |
| 蒐集資料 | 5 | .693 | .731 |
| 選擇目標 | 5 | .844 | .826 |
| 做出計畫 | 5 | .806 | .761 |
| 解決問題 | 5 | .838 | .793 |
| 全量表 α 值 | | .938 | .930 |

貳、重測信度

為進一步檢測本量表之穩定度，研究者以國立大灣中學、國立西螺農工及國立建功高中三所學校各一班學生共計 102 名進行量表重測信度的檢驗。以間隔兩週進行青少年生涯自我效能量表的重測，表 4-2-2 所示為前後測之平均數與標準差摘要。

表 4-2-2 青少年生涯自我效能各分量表之前測-後測平均數與標準差

| 分量表 | 組別 | 平均數 | 標準差 | 前後測平均數 差異的絕對值 | 前後測標準差 差異的絕對值 |
|------|----|---------|---------|------------------|------------------|
| 自我評價 | 前測 | 17.4608 | 3.63882 | 0.588 | 0.148 |
| | 後測 | 18.0490 | 3.49080 | | |
| 蒐集資料 | 前測 | 18.3235 | 3.50999 | 0.294 | 0.056 |
| | 後測 | 18.6176 | 3.56563 | | |
| 選擇目標 | 前測 | 17.4216 | 4.07707 | 1.118 | 0.216 |
| | 後測 | 18.5392 | 3.86062 | | |
| 做出計畫 | 前測 | 18.9216 | 3.41426 | 0.265 | 0.162 |
| | 後測 | 19.1863 | 3.57586 | | |
| 解決問題 | 前測 | 18.7941 | 3.63519 | 0.020 | 0.106 |
| | 後測 | 18.7745 | 3.52897 | | |

由表 4-2-2 中可以得知，各分量表中前後測的平均數差異的絕對值除了「選擇目標」(1.118) 稍微大於 1 一些之外，其餘各分量表的前後測的平均數與標準差之差異的絕對值皆小於 1，由此可表示本研究之青少年生涯自我效能量表在前後兩次施測的結果不論是在集中或變異情形，都尚稱穩定。

此外，重測結果之相關矩陣如表 4-2-3 所示，由主對角線的各分量表重測信度介於.654 至.850 之間，前後兩次施測的結果經由統計分析求兩者相關值達.829，均可表示本量表的確具有不錯的重測信度。

表 4-2-3 青少年生涯自我效能量表之重測摘要表

| 前測 後測 | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 量表總分 |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 自我評價 | .763** | .523** | .721** | .662** | .522** |
| 蒐集資料 | .504** | .850** | .557** | .569** | .564** | .721** |
| 選擇目標 | .626** | .572** | .744** | .638** | .464** | .727** |
| 做出計畫 | .643** | .610** | .665** | .736** | .515** | .753** |
| 解決問題 | .542** | .551** | .537** | .589** | .654** | .682** |
| 量表總分 | .700** | .706** | .735** | .727** | .616** | .829** |

** $p < .01$

參、各題項與總分之相關

以下分別針對五個分量表中各題項進行與其分量表總分相關性之檢視，以正式問卷所得數據與預試問卷所得之數據進行對照，以此審視各題項與總分之關聯性。所得結果如表 4-2-4 至 4-2-8。

一、「自我評價」分量表

根據表 4-2-4「自我評價」分量表題目與總分相關分析表顯示得知，此分量表的題目與總分之相關，無論是在預試或正式施測時都達顯著正相關($p < .01$)。其中預試與總分間相關係數 r 值介於.495 至.613 之間；正式施測與總分間相關係數 r 值介於.579 至.666 之間。由上述結果可以發現，青少年生涯自我效能量表在預試及正式施測時「自我評價」與生涯自我效能具有相關性。

表 4-2-4 「自我評價」分量表題目與總分相關分析

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | 預試與 總分相關 | 正式施測 與總分相關 |
|--------|--|--------|-------------|---------------|
| 1 | 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心毅力去實踐。 | 1 | .593** | .643** |
| 2 | 我對自己所做出的決定是有信心的。 | 3 | .552** | .602** |
| 3 | 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以 找到適合自己的工作。 | 4 | .495** | .614** |
| 4 | 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。 | 5 | .613** | .579** |
| 5 | 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。 | 10 | .590** | .666** |

** $p < .01$

二、「蒐集資料」分量表

根據表 4-2-5「蒐集資料」分量表題目與總分相關分析表顯示得知，此分量表的題目與總分之相關，無論是在預試或正式施測時都達顯著正相關($p < .01$)。其中預試與總分間相關係數 r 值介於.483 至.662 之間；正式施測與總分間相關係數 r 值介於.483 至.635 之間。由上述結果可以發現，青少年生涯自我效能量表在預試及正式施測時「蒐集資料」與生涯自我效能具有相關性。

表 4-2-5 「蒐集資料」分量表題目與總分相關分析

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | 預試與 總分相關 | 正式施測 與總分相關 |
|--------|--------------------------------|--------|-------------|---------------|
| 1 | 我相信我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | 2 | .483** | .506** |
| 2 | 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資訊。 | 7 | .662** | .635** |
| 3 | 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | 8 | .542** | .483** |
| 4 | 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業的相關資訊。 | 9 | .638** | .602** |
| 5 | 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。 | 15 | .483** | .461** |

** $p < .01$

三、「選擇目標」分量表

根據表 4-2-6「選擇目標」分量表題目與總分相關分析表顯示得知，此分量表的題目與總分之相關，無論是在預試或正式施測時都達顯著正相關($p < .01$)。其中預試與總分間相關係數 r 值介於.612 至.751 之間；正式施測與總分間相關係數 r 值介於.612 至.717 之間。由上述結果可以發現，青少年生涯自我效能量表在預試及正式施測時「選擇目標」與生涯自我效能具有相關性。

表 4-2-6 「選擇目標」分量表題目與總分相關分析

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | 預試與 總分相關 | 正式施測 與總分相關 |
|--------|--------------------------------|--------|-------------|---------------|
| 1 | 我有信心能明確說出未來我想要的生活型態。 | 6 | .612** | .612** |
| 2 | 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。 | 12 | .751** | .717** |
| 3 | 即使遇到挫折，我有信心仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目標。 | 13 | .712** | .674** |
| 4 | 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | 14 | .720** | .694** |
| 5 | 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。 | 16 | .719** | .649** |

** $p < .01$

四、「做出計畫」分量表

根據表 4-2-7「做出計畫」分量表題目與總分相關分析表顯示得知，此分量表的題目與總分之相關，無論是在預試或正式施測時都達顯著正相關($p < .01$)。其中預試與總分間相關係數 r 值介於.538 至.699 之間；正式施測與總分間相關係數 r 值介於.518 至.716 之間。由上述結果可以發現，青少年生涯自我效能量表在預試及正式施測時「做出計畫」與生涯自我效能具有相關性。

表 4-2-7 「做出計畫」分量表題目與總分相關分析

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | 預試與 總分相關 | 正式施測 與總分相關 |
|--------|------------------------------|--------|-------------|---------------|
| 1 | 我相信與其聽天由命，不如好好計畫自己的未來。 | 17 | .605** | .612** |
| 2 | 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | 18 | .699** | .716** |
| 3 | 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。 | 19 | .691** | .611** |
| 4 | 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | 20 | .682** | .586** |
| 5 | 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | 21 | .538** | .518** |

** $p < .01$

五、「解決問題」分量表

根據表 4-2-8「解決問題」分量表題目與總分相關分析表顯示得知，此分量表的題目與總分之相關，無論是在預試或正式施測時都達顯著正相關($p < .01$)。其中預試與總分間相關係數 r 值介於.572 至.704 之間；正式施測與總分間相關係數 r 值介於.517 至.662 之間。由上述結果可以發現，青少年生涯自我效能量表在預試及正式施測時「解決問題」與生涯自我效能具有相關性。

表 4-2-8 「解決問題」分量表題目與總分相關分析

| 選 項 | 題 目 | 題 號 | 預試與 總分相關 | 正式施測 與總分相關 |
|--------|----------------------------------|--------|-------------|---------------|
| 1 | 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | 11 | .636** | .616** |
| 2 | 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | 22 | .585** | .517** |
| 3 | 我對自己解決問題的能力有信心。 | 23 | .572** | .662** |
| 4 | 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | 24 | .608** | .635** |
| 5 | 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | 25 | .704** | .640** |

** $p < .01$

肆、生涯自我效能各分量表之相關分析

根據表 4-2-9 顯示，青少年生涯自我效能量表五個分量表與總量表間呈現顯著相關($p < .01$)。其中自我評價與其他分量表相關係數 r 值介於.564 至.710 之間；蒐集資料與其他分量表相關係數 r 值介於.564 至.595 之間；選擇目標與其他分量表相關係數 r 值介於.585 至.718 之間；做出計畫與其他分量表相關係數 r 值介於.595 至.718 之間；解決問題與其他分量表相關係數 r 值介於.592 至.637 之間。而總量表與其他分量表相關係數 r 值則介於.790 至.872 間。由以上分析結果可得知，本研究所設計之青少年生涯自我效能量表各分量表之間及與總分間具有相關性，這也顯示出所要測量的概念彼此間具有關聯。

表 4-2-9 青少年生涯自我效能量表各分量表與總量表之相關

| | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 生涯自我效能 |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 自我評價 | 1 | | | | | |
| 蒐集資料 | .564** | 1 | | | | |
| 選擇目標 | .710** | .585** | 1 | | | |
| 做出計畫 | .611** | .595** | .718** | 1 | | |
| 解決問題 | .636** | .592** | .617** | .637** | 1 | |
| 生涯自我效能 | .843** | .790** | .872** | .849** | .829** | 1 |

**p < .01

第三節 量表效度分析

為考驗本研究所發展之青少年生涯自我效能量表是否具有良好之效度，研究者採用內容效度、構念效度及效標關聯效度進行相關之效度分析，以下分別說明：

壹、內容效度

本研究所發展之「青少年生涯自我效能量表」在內容效度方面，首先在研究之初，研究者即參考生涯自我效能相關理論文獻及國內外相關評量工具編擬初稿題目，在量表初稿題目完成之後，並且經過八位專家學者協助審查量表內容及分析（附錄二），確定題目與研究構念間關聯性及適切性。因此可說明本量表具有不錯的專家內容效度。

貳、建構效度

研究者以項目分析及因素分析考驗本研究之建構效度。首先研究者以有效預試樣本 371 份進行項目分析先刪除八個題目，再接著以其他 44 個題目進行因素分析，設定五個因素，並且進行相等最大值法(Equamax)的直交轉軸，選取因素負荷值.30 以上的題目，同時為考量與原量表之構念一致，將與原構念不符之題目刪除。經過此一程序，共計刪除 19 個題目，正式題目保留 25 題，因此可說明本研究之問卷具有建構效度。

參、效標關聯效度

研究者以陳金定(1986)所編修之「生涯決策自我效能預期量表」為構念效度工具。表 4-3-1 說明本研究之「青少年生涯自我效能量表」及「生計決策自我效能預期量表」之相關,經過分析結果顯示研究者設計量表之各分量表與陳金定(1986)修訂之「生計決策自我效能預期量表」相關介於.280 至.614 之間,兩個總量表相關為.565,達顯著相關($p < .01$)。根據邱皓政(2006)表示,相關係數絕對值介於.40~.69 時,表示兩個變項關聯程度達到中度相關,本研究所設計之分量表在「自我評價」、「選擇目標」及「做出計畫」均能達到中度相關,而「蒐集資料」與「解決問題」則偏向低度相關。整體而言,研究者設計之青少年生涯自我效能量表與陳金定「生計決策自我效能預期量表」屬於中度相關。

表 4-3-1 青少年生涯自我效能量表與陳金定「生計決策自我效能預期量表」相關

| 自編問卷 | 自我評量 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 總分 |
|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 自我評價 | .614** | | | | | |
| 生計資料 的搜集 | | .366** | | | | |
| 目標選擇 | | | .575** | | | |
| 生計計畫 | | | | .471** | | |
| 問題解決 | | | | | .280** | |
| 總分 | | | | | | .565** |

** $P < .01$

研究者接著以鄭如吟(2003)生涯決定問卷做為效標關聯效度之測驗工具。王文科(2002)認為若測量工具所獲得之分數與外在效標有密切的關係,那麼即可表示效標關聯效度高,反之則表示效標關聯效度低。表 4-3-2 說明本研究之青少年生涯自我效能及生涯決定問卷之相關,經過分析結果顯示各分量表與生涯決定相關介

於.184 至.436 之間，總量表與生涯決定量表相關為.419，達顯著相關($p < .01$)。根據邱皓政(2006)表示，相關係數絕對值介於.40 至.69 時，表示兩個變項關聯程度達到中度相關，因此可得知本研究之量表與鄭如吟 (2003)所編製之「生涯決定」量表應可達中度相關。

表 4-3-2 青少年生涯自我效能量表與效標依據之相關

| 效標依據 本量表 | 生涯決定量表 |
|-------------|--------|
| 自我評價 | .422** |
| 蒐集資料 | .184* |
| 選擇目標 | .419** |
| 做出計畫 | .436** |
| 解決問題 | .265** |
| 生涯自我效能 | .419** |

* $p < .05$ ** $p < .01$

第四節 不同背景因素受試者在生涯自我效能上的差異

為瞭解不同背景因素的青少年在生涯自我效能量表上得分的差異情形，研究者以描述統計及變異數分析來探討其是否有所差異，以下分別就性別、學制、學校所在地區、出生序、父母教育程度及父母職業類別等六個自變項來探討在生涯自我效能的表現上是否有所差異。

一、不同性別的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同性別的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以性別為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同性別在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-1 為不同性別的青少年在本研究所發展之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-2 則為不同性別的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-2 可以發現，不同性別的青少年在「自我評價」($F=1.732, p>.05$)、「選擇目標」($F=.940, p>.05$)及「解決問題」($F=.641, p>.05$)上未達顯著，其他在「蒐集資料」($F=16.428, p<.05$)及「做出計畫」($F=4.905, p<.05$)的差異均達到.05 的顯著水準，由此可知，不同性別的青少年在「蒐集資料」及「做出計畫」的分測驗是有差異存在的。但同時也發現，在整體的生涯自我效能表現上，不同性別的青少年是沒有顯著差異存在的。若從表 4-4-1 可以得知，男生在「自我評價」及「選擇目標」的平均數略高於女生，在「蒐集資料」、「做出計畫」及「解決問題」的平均數則低於女生，整體而言，女生在生涯自我效能量表的總得分略高於男生。

表 4-4-1 不同性別之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 男生 | | 女生 | |
|-----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.5485 | 3.43450 | 17.2703 | 3.56284 |
| 蒐集資料 | 17.5744 | 3.35229 | 18.3811 | 3.24227 |
| 選擇目標 | 17.9983 | 3.74049 | 17.7810 | 3.67107 |
| 做出計畫 | 18.7805 | 3.38107 | 19.2287 | 3.33295 |
| 解決問題 | 18.5540 | 3.41893 | 18.7175 | 3.36228 |
| 生涯自我效能總量表 | 90.2548 | 14.37890 | 91.2158 | 14.67122 |

表 4-4-2 不同性別之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 |
|--------|------|------------|------|---------|--------|------|
| 自我評價 | 組間 | 21.178 | 1 | 21.178 | 1.732 | .188 |
| | 組內 | 13378.760 | 1094 | 12.229 | | |
| | 總和 | 13399.938 | 1095 | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 178.875 | 1 | 178.875 | 16.428 | .000 |
| | 組內 | 11966.598 | 1099 | 10.889 | | |
| | 總和 | 12145.473 | 1100 | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 12.926 | 1 | 12.926 | .940 | .332 |
| | 組內 | 15050.808 | 1095 | 13.745 | | |
| | 總和 | 15063.734 | 1096 | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 55.313 | 1 | 55.313 | 4.905 | .027 |
| | 組內 | 12415.665 | 1101 | 11.277 | | |
| | 總和 | 12470.977 | 1102 | | | |
| 解決問題 | 組間 | 7.374 | 1 | 7.374 | .641 | .424 |
| | 組內 | 12689.453 | 1103 | 11.504 | | |
| | 總和 | 12696.827 | 1104 | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 255.871 | 1 | 255.871 | 1.214 | .271 |
| | 組內 | 233599.737 | 1108 | 210.830 | | |
| | 總和 | 233855.608 | 1109 | | | |

二、不同學制的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同學制的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以學制為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同學制的青少年在生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-3 為不同學制的青少年在本研究所發展之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-4 則為不同學制的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-4 可以發現，不同學制的青少年除了在「選擇目標」($F=3.188, p>.05$) 未達顯著之外，其他在「自我評價」($F=7.667, p<.05$)、「蒐集資料」($F=4.994, p<.05$)、「做出計畫」($F=5.145, p<.05$) 及「解決問題」($F=11.683, p<.05$) 的差異均達到.05 的顯著水準，由此可知，不同學制的青少年在「自我評價」、「蒐集資料」、「做出計畫」及「解決問題」的分測驗是有差異存在的。同時也發現在整體的生涯自我效能表現上，不同學制的青少年達到顯著差異 ($F=9.417, p<.05$)。從平均數可得知，高中學生整體及各層面的生涯自我效能均高於高職學生。

表 4-4-3 不同學制之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 高中 | | 高職 | |
|-----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.7135 | 3.33754 | 17.1299 | 3.62442 |
| 蒐集資料 | 18.1925 | 3.08893 | 17.7456 | 3.51869 |
| 選擇目標 | 18.0993 | 3.70329 | 17.6998 | 3.70396 |
| 做出計畫 | 19.2305 | 3.27266 | 18.7717 | 3.43675 |
| 解決問題 | 18.9888 | 3.15223 | 18.2945 | 3.57351 |
| 生涯自我效能總量表 | 92.0852 | 13.56521 | 89.4193 | 15.27146 |

表 4-4-4 不同學制之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 |
|--------|------|------------|------|----------|--------|------|
| 自我評價 | 組間 | 93.257 | 1 | 93.257 | 7.667 | .006 |
| | 組內 | 13306.681 | 1094 | 12.163 | | |
| | 總和 | 13399.938 | 1095 | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 54.939 | 1 | 54.939 | 4.994 | .026 |
| | 組內 | 12090.534 | 1099 | 11.001 | | |
| | 總和 | 12145.473 | 1100 | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 43.724 | 1 | 43.724 | 3.188 | .074 |
| | 組內 | 15020.010 | 1095 | 13.717 | | |
| | 總和 | 15063.734 | 1096 | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 58.010 | 1 | 58.010 | 5.145 | .024 |
| | 組內 | 12412.967 | 1101 | 11.274 | | |
| | 總和 | 12470.977 | 1102 | | | |
| 解決問題 | 組間 | 133.081 | 1 | 133.081 | 11.683 | .001 |
| | 組內 | 12563.746 | 1103 | 11.391 | | |
| | 總和 | 12696.827 | 1104 | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 1970.739 | 1 | 1970.739 | 9.417 | .002 |
| | 組內 | 231884.869 | 1108 | 209.282 | | |
| | 總和 | 233855.608 | 1109 | | | |

三、不同學校所在地區的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同學校所在地區的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以學校所在地區為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同學校所在地區在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-5 為不同學校所在地區的青少年在本研究所發展出之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-6 則為不同學校所在地區的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-6 可以發現，不同學校所在區域的青少年在「自我評價」($F=3.069, p < .05$)、「蒐集資料」($F=3.989, p < .05$)、「選擇目標」($F=3.621, p < .05$)、「做出計畫」($F=3.405, p < .05$)及「解決問題」($F=2.717, p < .05$)的差異均達到.05 的顯著水準，整體生涯自我效能 ($F=4.220, p < .05$) 也達顯著差異。由此可知，不同學校所在區域的青少年在生涯自我效能的整體及分測驗都是有差異存在的。經事後比較結果發現，北部地區的青少年在「蒐集資料」及「選擇目標」上顯著高於南部地區的青少年。而從平均數的結果可以發現，北部地區的整體生涯自我效能也高於其他三個地區。

表 4-4-5 不同學校所在地區之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 北區 | | 中區 | | 南區 | | 東區 | |
|--------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.8291 | 3.42980 | 17.2870 | 3.59243 | 17.0903 | 3.45385 | 17.0769 | 3.44820 |
| 蒐集資料 | 18.4106 | 3.22712 | 17.7847 | 3.59868 | 17.5952 | 3.08763 | 17.8158 | 3.19879 |
| 選擇目標 | 18.3740 | 3.62391 | 17.7300 | 3.77114 | 17.5467 | 3.72567 | 17.4744 | 3.58831 |
| 做出計畫 | 19.4246 | 3.24609 | 18.7500 | 3.53279 | 18.7448 | 3.26411 | 18.7975 | 3.42083 |
| 解決問題 | 18.9347 | 3.37732 | 18.6165 | 3.47099 | 18.4448 | 3.33567 | 17.8590 | 3.19791 |
| 生涯自我效能 | 92.7175 | 14.10710 | 90.0382 | 15.15666 | 89.2612 | 14.19011 | 88.8608 | 14.11195 |

表 4-4-6 不同學校所在地區之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 | 事後比較 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|------|
| 自我評價 | 組間 | 112.036 | 3 | 37.345 | 3.069 | .027 | |
| | 組內 | 13287.902 | 1092 | 12.168 | | | |
| | 總和 | 13399.938 | 1095 | | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 131.063 | 3 | 43.688 | 3.989 | .008 | 北>南 |
| | 組內 | 12014.410 | 1097 | 10.952 | | | |
| | 總和 | 12145.473 | 1100 | | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 148.223 | 3 | 49.408 | 3.621 | .013 | 北>南 |
| | 組內 | 14915.511 | 1093 | 13.646 | | | |
| | 總和 | 15063.734 | 1096 | | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 114.862 | 3 | 38.287 | 3.405 | .017 | |
| | 組內 | 12356.115 | 1099 | 11.243 | | | |
| | 總和 | 12470.977 | 1102 | | | | |
| 解決問題 | 組間 | 93.312 | 3 | 31.104 | 2.717 | .043 | |
| | 組內 | 12603.515 | 1101 | 11.447 | | | |
| | 總和 | 12696.827 | 1104 | | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 2646.408 | 3 | 882.136 | 4.220 | .006 | 北>南 |
| | 組內 | 231209.200 | 1106 | 209.050 | | | |
| | 總和 | 233855.608 | 1109 | | | | |

四、不同出生序的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同出生序的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以出生序為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同出生序在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-7 為不同出生序的青少年在本研究所發展之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-8 則為不同出生序的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-8 可以發現，不同出生序的青少年在「自我評價」($F=1.102, p>.05$)、「蒐集資料」($F=2.041, p>.05$)、「選擇目標」($F=.645, p>.05$)、「做出計畫」($F=.516, p>.05$)及「解決問題」($F=2.078, p>.05$)的差異均未達到.05 的顯著差異水準，整體生涯自我效能 ($F=1.493, p>.05$) 也未達顯著差異。由此可知，不同出生序的青少年在生涯自我效能的整體及分測驗並沒有差異。

表 4-4-7 不同出生序之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 長子/長女 | | 次子女 | | 老么 | | 獨生子女 | |
|---------------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.3353 | 3.42995 | 17.6441 | 3.63338 | 17.2154 | 3.39653 | 17.8772 | 3.84555 |
| 蒐集資料 | 17.9498 | 3.19952 | 18.3036 | 3.35541 | 17.6038 | 3.45392 | 18.0690 | 3.50369 |
| 選擇目標 | 17.8394 | 3.62396 | 18.1210 | 3.62525 | 17.7137 | 3.87423 | 18.0893 | 4.07331 |
| 做出計畫 | 18.9619 | 3.38562 | 19.1809 | 3.35862 | 18.8371 | 3.30111 | 19.1034 | 3.52778 |
| 解決問題 | 18.4600 | 3.37686 | 19.0423 | 3.42795 | 18.4755 | 3.35528 | 18.8393 | 3.40469 |
| 生涯自我效能 總量表 | 90.4402 | 14.11301 | 92.1092 | 14.75017 | 89.6053 | 14.66990 | 91.3793 | 15.96249 |

表 4-4-8 不同出生序之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|
| 自我評價 | 組間 | 40.448 | 3 | 13.483 | 1.102 | .347 |
| | 組內 | 13359.490 | 1092 | 12.234 | | |
| | 總和 | 13399.938 | 1095 | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 67.411 | 3 | 22.470 | 2.041 | .106 |
| | 組內 | 12078.062 | 1097 | 11.010 | | |
| | 總和 | 12145.473 | 1100 | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 26.615 | 3 | 8.872 | .645 | .586 |
| | 組內 | 15037.119 | 1093 | 13.758 | | |
| | 總和 | 15063.734 | 1096 | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 17.549 | 3 | 5.850 | .516 | .671 |
| | 組內 | 12453.429 | 1099 | 11.332 | | |
| | 總和 | 12470.977 | 1102 | | | |
| 解決問題 | 組間 | 71.490 | 3 | 23.830 | 2.078 | .101 |
| | 組內 | 12625.337 | 1101 | 11.467 | | |
| | 總和 | 12696.827 | 1104 | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 943.077 | 3 | 314.359 | 1.493 | .215 |
| | 組內 | 232912.531 | 1106 | 210.590 | | |
| | 總和 | 233855.608 | 1109 | | | |

五、不同父母教育程度的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同父母教育程度的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以父親教育程度為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同父親教育程度在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-9 為不同父親教育程度的青少年在本研究所發展出之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-10 則為不同父親教育程度的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-10 可以發現，不同父親教育程度的青少年在「做出計畫」($F=1.440$ ， $p>.05$)及「解決問題」($F=2.154$ ， $p>.05$)未達到顯著差異，其他在「自我評價」($F=3.599$ ， $p<.05$)、「蒐集資料」($F=3.058$ ， $p<.05$)及「選擇目標」($F=2.676$ ， $p<.05$)的差異均達到.05 的顯著水準，整體生涯自我效能($F=3.525$ ， $p<.05$)也達顯著差異。事後比較結果亦發現父親教育程度屬博碩士的青少年在自我評價高於父親教育程度屬高中職者。由此可知，不同父親教育程度的青少年在生涯自我效能的整體及分測驗都是有差異存在的。

表 4-4-9 不同父親教育程度之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 博碩士 | | 大學/專科 | | 高中職 | | 國中/國小 | | 不識字 | |
|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 18.7358 | 3.81873 | 17.6938 | 3.41151 | 17.1436 | 3.55100 | 17.3220 | 3.35007 | 14.6667 | 6.42910 |
| 蒐集資料 | 18.3208 | 3.25679 | 18.2732 | 3.32024 | 17.9803 | 3.24828 | 17.5843 | 3.39662 | 13.6667 | 5.03322 |
| 選擇目標 | 19.0189 | 3.60283 | 18.1887 | 3.81061 | 17.7027 | 3.67424 | 17.7757 | 3.54672 | 14.6667 | 5.68624 |
| 做出計畫 | 19.5094 | 2.98472 | 19.2374 | 3.43112 | 18.7359 | 3.47310 | 19.1019 | 3.08604 | 19.5000 | 7.77817 |
| 解決問題 | 19.6226 | 3.42067 | 18.8687 | 3.36102 | 18.4177 | 3.41865 | 18.5858 | 3.31212 | 17.0000 | 5.29150 |
| 生涯自我效能總分 | 95.2075 | 13.46699 | 92.1448 | 14.70724 | 89.8146 | 14.61117 | 90.0706 | 13.71344 | 75.3333 | 31.34220 |

表 4-4-10 不同父親教育程度之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 | 事後比較 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|-----------|
| 自我評價 | 組間 | 174.187 | 4 | 43.547 | 3.599 | .006 | 博碩士 > 高中職 |
| | 組內 | 13005.901 | 1075 | 12.099 | | | |
| | 總和 | 13180.088 | 1079 | | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 134.295 | 4 | 33.574 | 3.058 | .016 | |
| | 組內 | 11857.406 | 1080 | 10.979 | | | |
| | 總和 | 11991.701 | 1084 | | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 145.802 | 4 | 36.450 | 2.676 | .031 | |
| | 組內 | 14656.794 | 1076 | 13.622 | | | |
| | 總和 | 14802.596 | 1080 | | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 64.764 | 4 | 16.191 | 1.440 | .218 | |
| | 組內 | 12162.294 | 1082 | 11.241 | | | |
| | 總和 | 12227.058 | 1086 | | | | |
| 解決問題 | 組間 | 98.343 | 4 | 24.586 | 2.154 | .072 | |
| | 組內 | 12371.301 | 1084 | 11.413 | | | |
| | 總和 | 12469.644 | 1088 | | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 2933.285 | 4 | 733.321 | 3.525 | .007 | |
| | 組內 | 226547.422 | 1089 | 208.033 | | | |
| | 總和 | 229480.707 | 1093 | | | | |

有關不同父母教育程度的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，接著以不同母親教育程度為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同母親教育程度在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-11 為不同母親教育程度的青少年在本研究所發展出之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-12 則為不同母親教育程度的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-12 可以發現，不同母親教育程度的青少年除了在「選擇目標」($F=1.886, p>.05$)及「做出計畫」($F=1.981, p>.05$)未達到顯著差異外，其他在「自我評價」($F=3.737, p<.05$)、「蒐集資料」($F=2.841, p<.05$)及「解決問題」($F=4.071, p<.05$)的差異均達到.05 的顯著水準，整體生涯自我效能 ($F=4.035, p<.05$) 也達顯著差異。事後比較結果發現母親教育程度屬博碩士的青少年在「解決問題」高於母親教育程度屬大學專科及國中小者，同時母親教育程度屬博碩士的青少年在生涯自我效能總量表也高於母親教育程度屬國中小者。由此可知，不同母親教育程度的青少年在生涯自我效能的整體及分測驗都是有差異存在的。

表 4-4-11 不同母親教育程度之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 博碩士 | | 大學/專科 | | 高中職 | | 國中/國小 | | 不識字 | |
|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|---------|
| | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 18.8750 | 4.49910 | 17.6241 | 3.50439 | 17.4620 | 3.40525 | 17.0839 | 3.38520 | 12.6667 | 6.02771 |
| 蒐集資料 | 19.3438 | 3.64213 | 17.8864 | 3.23514 | 18.1146 | 3.29396 | 17.6923 | 3.36490 | 15.2500 | 3.30404 |
| 選擇目標 | 18.9688 | 4.02800 | 18.0802 | 3.80427 | 17.9583 | 3.59840 | 17.5889 | 3.70385 | 15.2500 | 2.06155 |
| 做出計畫 | 20.4375 | 3.05791 | 18.9436 | 3.61869 | 19.0614 | 3.27239 | 18.8368 | 3.23274 | 17.2500 | 4.03113 |
| 解決問題 | 20.5938 | 3.30063 | 18.6278 | 3.33995 | 18.7698 | 3.27449 | 18.3310 | 3.43412 | 16.2500 | 1.50000 |
| 生涯自我效能總分 | 98.2188 | 16.12798 | 91.0187 | 14.63759 | 91.2047 | 13.99399 | 89.3103 | 14.51262 | 76.5000 | 6.60808 |

表 4-4-12 不同母親教育程度之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 | 事後比較 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|----------|
| 自我評價 | 組間 | 179.669 | 4 | 44.917 | 3.737 | .005 | |
| | 組內 | 13006.837 | 1082 | 12.021 | | | |
| | 總和 | 13186.506 | 1086 | | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 124.448 | 4 | 31.112 | 2.841 | .023 | |
| | 組內 | 11902.835 | 1087 | 10.950 | | | |
| | 總和 | 12027.282 | 1091 | | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 102.530 | 4 | 25.632 | 1.886 | .111 | |
| | 組內 | 14716.643 | 1083 | 13.589 | | | |
| | 總和 | 14819.173 | 1087 | | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 88.736 | 4 | 22.184 | 1.981 | .095 | |
| | 組內 | 12205.206 | 1090 | 11.197 | | | |
| | 總和 | 12293.942 | 1094 | | | | |
| 解決問題 | 組間 | 180.620 | 4 | 45.155 | 4.071 | .003 | 博碩士>大學專科 |
| | 組內 | 12102.145 | 1091 | 11.093 | | | 博碩士>國中小 |
| | 總和 | 12282.766 | 1095 | | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 3318.552 | 4 | 829.638 | 4.035 | .003 | 博碩士>國中小 |
| | 組內 | 225342.153 | 1096 | 205.604 | | | |
| | 總和 | 228660.705 | 1100 | | | | |

六、不同父母職業類別的青少年在生涯自我效能上的差異

有關不同父母職業類別的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，首先以父親職業為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同父親職業類別在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-13 為不同父親職業的青少年在本研究所發展出之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-14 則為不同父親職業的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-14 可以發現，不同父親職業類別的青少年除了在「蒐集資料」($F=1.771, p>.05$)及「做出計畫」($F=1.722, p>.05$)未達到顯著差異外，其他在「自我評價」($F=4.234, p<.05$)、「選擇目標」($F=3.411, p<.05$)及「解決問題」($F=4.931, p<.05$)的差異均達到.05 的顯著水準，整體生涯自我效能($F=3.990, p<.05$)也達顯著差異。事後比較結果發現父親職業類別屬高級行政專業人員的青少年在「自我評價」高於父親職業類別屬技術性人員者；父親職業類別屬半專業人員一般公務員的青少年在「選擇目標」高於父親職業類別屬技術性人員者；在「解決問題」方面，父親職業類別為半專業人員、一般公務員的青少年高於父親職業類別無技術人員者，高級專業人員則高於無技術人員。由此可知，不同父親職業類別的青少年在生涯自我效能的整體及分測驗都是有差異存在的。

表 4-4-13 不同父親職業之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 第一級 | | 第二級 | | 第三級 | | 第四級 | | 第五級 | |
|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.3088 | 3.57463 | 17.0254 | 3.45173 | 17.9042 | 3.34914 | 17.1687 | 3.12277 | 18.3672 | 3.63896 |
| 蒐集資料 | 17.5821 | 3.60513 | 17.8773 | 3.30333 | 18.3138 | 3.23418 | 17.6145 | 3.16163 | 18.4882 | 3.22162 |
| 選擇目標 | 17.7353 | 3.47101 | 17.5639 | 3.75043 | 18.5690 | 3.67744 | 17.5750 | 3.49240 | 18.5156 | 3.65432 |
| 做出計畫 | 18.6791 | 3.57435 | 18.9271 | 3.28419 | 19.3583 | 3.25048 | 18.5783 | 3.54800 | 19.4574 | 3.43240 |
| 解決問題 | 17.8540 | 3.57800 | 18.5083 | 3.41650 | 19.1088 | 3.07277 | 18.0964 | 3.24832 | 19.5156 | 3.40908 |
| 生涯自我效能總分 | 88.8978 | 15.09689 | 89.7164 | 14.38707 | 93.0747 | 14.16196 | 88.8795 | 13.24755 | 94.1938 | 14.51081 |

註：第一級為「無技術、非技術性人員」；第二級為「技術性人員」；第三級為「半專業人員、一般公務員」；第四級為「助理專業人員、中級行政人員」；第五級為「高級專業人員、高級行政人員」

表 4-4-14 不同父親職業之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 | 事後比較 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|-----------------------------------|
| 自我評價 | 組間 | 251.987 | 5 | 50.397 | 4.234 | .001 | 高級專業行政人員>技術性人員 |
| | 組內 | 12653.001 | 1063 | 11.903 | | | |
| | 總和 | 12904.988 | 1068 | | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 96.768 | 5 | 19.354 | 1.771 | .116 | |
| | 組內 | 11674.119 | 1068 | 10.931 | | | |
| | 總和 | 11770.887 | 1073 | | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 229.188 | 5 | 45.838 | 3.411 | .005 | 半專業人員一般公務員>技術性人員 |
| | 組內 | 14297.900 | 1064 | 13.438 | | | |
| | 總和 | 14527.088 | 1069 | | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 96.519 | 5 | 19.304 | 1.722 | .127 | |
| | 組內 | 11997.989 | 1070 | 11.213 | | | |
| | 總和 | 12094.508 | 1075 | | | | |
| 解決問題 | 組間 | 277.120 | 5 | 55.424 | 4.931 | .000 | 半專業人員一般公務員>無技術性人員 高級專業人員>無技術人員 |
| | 組內 | 12060.316 | 1073 | 11.240 | | | |
| | 總和 | 12337.437 | 1078 | | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 4102.999 | 5 | 820.600 | 3.990 | .001 | |
| | 組內 | 221510.416 | 1077 | 205.674 | | | |
| | 總和 | 225613.415 | 1082 | | | | |

有關不同父母職業的青少年在生涯自我效能表現上的差異情形，接著以母親職業為自變項，依變項為本研究所設計量表之五個分量表，分別為「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」及「解決問題」，進行變異數分析比較不同母親職業在青少年生涯自我效能量表上表現的差異情形。

表 4-4-15 為不同母親職業的青少年在本研究所發展出之生涯自我效能量表上的平均數與標準差；表 4-4-16 則為不同母親職業的青少年在生涯自我效能各分量表上之單因子變項變異數分析摘要表。

由表 4-4-16 可以發現，不同母親職業類別的青少年除了在「自我評價」($F=3.298, p < .05$)達到顯著差異外，其他在「蒐集資料」($F=1.042, p > .05$)、「選擇目標」($F=1.275, p > .05$)、「做出計畫」($F=1.944, p > .05$)及「解決問題」($F=1.360, p > .05$)的差異均未能達到.05 的顯著差異水準，整體生涯自我效能 ($F=2.047, p > .05$) 也未能達顯著差異。

表 4-4-15 不同母親職業之青少年生涯自我效能各分量表的平均數與標準差

| | 第一級 | | 第二級 | | 第三級 | | 第四級 | | 第五級 | |
|--------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | 平均數 | 標準差 |
| 自我評價 | 17.2230 | 3.49037 | 17.1146 | 3.40486 | 17.9704 | 3.21719 | 17.5547 | 3.59748 | 18.8913 | 3.68316 |
| 蒐集資料 | 17.9731 | 3.32295 | 17.7645 | 3.34682 | 18.2012 | 3.15583 | 17.8661 | 3.35318 | 18.8261 | 3.50431 |
| 選擇目標 | 17.8934 | 3.67423 | 17.5884 | 3.84743 | 18.2619 | 3.36633 | 17.8125 | 3.77048 | 18.7778 | 3.69821 |
| 做出計畫 | 18.9775 | 3.32029 | 18.8108 | 3.40060 | 19.1775 | 3.21517 | 18.7109 | 3.67403 | 20.1304 | 3.17356 |
| 解決問題 | 18.4955 | 3.49624 | 18.5608 | 3.26403 | 18.8155 | 2.87179 | 18.7619 | 3.53367 | 19.6739 | 3.62739 |
| 生涯自我效能 | 90.4174 | 14.67660 | 89.6419 | 14.47102 | 92.1520 | 12.77683 | 90.6641 | 15.41360 | 96.1087 | 14.50552 |
| 總分 | | | | | | | | | | |

表 4-4-16 不同母親職業之青少年生涯自我效能單因子變項變異數分析摘要表

| | 變異來源 | 平方和 | 自由度 | 平均平方和 | F檢定 | 顯著性 | 事後比較 |
|--------|------|------------|------|---------|-------|------|------|
| 自我評價 | 組間 | 198.082 | 5 | 39.616 | 3.298 | .006 | |
| | 組內 | 12901.070 | 1074 | 12.012 | | | |
| | 總和 | 13099.152 | 1081 | | | | |
| 蒐集資料 | 組間 | 57.157 | 5 | 11.431 | 1.042 | .391 | |
| | 組內 | 11848.121 | 1080 | 10.970 | | | |
| | 總和 | 11905.278 | 1085 | | | | |
| 選擇目標 | 組間 | 86.650 | 5 | 17.330 | 1.275 | .272 | |
| | 組內 | 14609.746 | 1075 | 13.590 | | | |
| | 總和 | 14696.396 | 1080 | | | | |
| 做出計畫 | 組間 | 109.731 | 5 | 21.946 | 1.944 | .084 | |
| | 組內 | 12212.177 | 1082 | 11.287 | | | |
| | 總和 | 12321.908 | 1087 | | | | |
| 解決問題 | 組間 | 76.560 | 5 | 15.312 | 1.360 | .237 | |
| | 組內 | 12195.142 | 1083 | 11.261 | | | |
| | 總和 | 12271.702 | 1088 | | | | |
| 生涯自我效能 | 組間 | 2123.640 | 5 | 424.728 | 2.047 | .070 | |
| | 組內 | 225764.043 | 1088 | 207.504 | | | |
| | 總和 | 227887.683 | 1093 | | | | |

七、綜合討論

研究者針對上述檢驗不同背景因素的青少年在生涯自我效能量表上的差異情形，將結果整理如表 4-4-17 並且說明如下：

表 4-4-17 不同背景變項之青少年生涯自我效能差異情形綜合表

| | | 生涯自我效能 | | | | | |
|------|--------|--------|------|------|------|------|-----|
| | | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 總量表 |
| 背景變項 | 性別 | | * | | * | | |
| | 學制 | * | * | | * | * | * |
| | 學校所在地區 | * | * | * | * | * | * |
| | 出生序 | | | | | | |
| | 父親教育程度 | * | * | * | | | * |
| | 母親教育程度 | * | * | | | * | * |
| | 父親職業類別 | * | | * | | * | * |
| | 母親職業類別 | * | | | | | |

* 表示達顯著差異

(一) 不同性別的青少年在生涯自我效能量表上無顯著差異

研究者針對不同性別青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現男女生的整體生涯自我效能並無顯著差異，但在「蒐集資料」及「做出計畫」兩項分測驗中則達顯著差異。此結果與國內其他研究者（邱卉綺，2004；陳珮雯，2004；陳淑琦，1998；黎麗貞，1996）不同，然而李詠秋（2001）的研究則發現，大學生生涯自我效能不受性別影響而有所差異。

研究者認為現今的社會追求兩性平等，女性對於自己的性別角色比起過往有更多的認同與自信，因此女性對於自己在生涯自我效能的信心程度並不會比男性差。

(二) 不同學制的青少年在生涯自我效能量表上有顯著差異

研究者針對不同學制青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數

分析比較，研究結果發現高中學生在生涯自我效能總量表及分量表「自我評價」、「蒐集資料」、「做出計畫」及「解決問題」上均較高職學生表現更有信心。研究者認為此結果與長久以來社會大眾對於高中職的刻板印象不無相關，而在升學的考試中，多數學生進入高中的基本學力測驗分數也比進入高職就讀的學生高。在如此情況下，高中學生的自信也會比高職學生來得高，長久下來，心理學上的「比馬龍」效應也會發生在這兩類學生身上。顯而易見的，高中學生的生涯自我效能就比較高了。

（三）不同學校所在地區的青少年在生涯自我效能量表上有顯著差異

研究者針對不同學校所在地區青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現北區學生的生涯自我效能最佳，依序為中區、南區、東區，而在事後比較發現，北區學生的自我效能優於南區學生的自我效能。目前國內並無相關研究有關不同地區學生的生涯自我效能表現，研究者認為城鄉差距可能是造成此項差異的主要原因，個體在不同的文化環境及資訊環境下成長，漸漸就會受生長環境的影響，北區學生所接收的文化及資訊刺激比起其他三個地區的學生來得豐富。

（四）不同出生序的青少年在生涯自我效能量表上無顯著差異

研究者針對不同出生序青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現出生順序並不會影響個體在生涯自我效能表現造成差異。就表 4-4-8 可得知，出生順序在生涯自我效能總量表及各分量表上都無顯著差異，研究者推論可能原因為現代家庭對於子女的教養態度趨於一致，並不會因長幼而有所差別。

（五）不同父親教育程度的青少年在生涯自我效能量表上有顯著差異

研究者針對不同父親教育程度青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現不同父親教育程度的青少年在「自我評價」、「蒐

集資料」、「選擇目標」三個分量表均達顯著差異。若從平均數差別比較可得知，父親教育程度在專科以上者的青少年其生涯自我效能優於父親教育程度在高中職以下者。研究者認為，父親之角色在傳統社會中乃為一家之主，父親對於子女有效仿的功能，當父親自身的自我效能程度高者，對於其子女也會有潛移默化之效果，子女在耳濡目染之下，對其自我效能也會相對提升。

（六）不同母親教育程度的青少年在生涯自我效能量表上有顯著差異

研究者針對不同母親教育程度青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現不同母親教育程度的青少年在「自我評價」、「蒐集資料」及「解決問題」三個分量表呈現顯著差異，且整體之生涯自我效能也呈顯著差異。而這樣的結果可推知，母親教育程度的確會影響子女的生涯自我效能，母親教育程度較高者其子女對於自己的評價較高，對於蒐集資料的信心及解決問題的信心程度也較高。而事後比較也發現，在「解決問題」信心程度方面，母親教育程度在博碩士者其子女的高於母親教育程度為大學專科及國中小者；而整體的生涯自我效能的表現上，母親教育程度為博碩士者也高於母親教育程度為國中小者。綜合父母教育程度對子女生涯自我效能的影響而言，研究者認為學歷高低確實會影響子女的生涯自我效能程度。

（七）不同父親職業類別的青少年在生涯自我效能量表上有顯著差異

研究者針對不同父親職業類別青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現不同父親職業的青少年在「自我評價」、「選擇目標」及「解決問題」三個分量表呈現顯著差異；整體之生涯自我效能也有顯著差異。經事後比較發現，父親職業為高級專業行政人員(第五級)的青少年在「自我評價」上高於父親職業為技術性人員者，由此可推論若父親的職業屬於社會階層金字塔之中上層者由於對自己的自信程度較高，相對地其子女的自我評價也較高。在「選擇目標」方面，父親職業為半專業人員暨一般公務員的青少年優於技

術性人員，研究者推論，因為父親職業性質屬於較穩定者，子女對於自己在選擇目標時也許會聽從長輩建議或由自己父親的角色中獲得穩定的訊息，因此對於自己在選擇未來目標時也比較有信心。

(八) 不同母親職業類別的青少年在生涯自我效能量表上無顯著差異

研究者針對不同母親職業類別青少年在生涯自我效能量表上之表現進行單因子變異數分析比較，研究結果發現不同母親職業的青少年除了在「自我評價」有顯著差異外，其餘各分量表及整體生涯自我效能均無顯著差異。有關這些結果，研究者認為母親角色在我國社會中仍是以家庭為重，即便現今社會中就業婦女比例攀升，但對於家庭主婦這個角色並不能置身事外，因此，子女在家中感受到母親職業類別的影響也就相對地降低了。

第五節 青少年生涯自我效能量表全國性常模之建立

為了進一步建立本研究所發展之青少年生涯自我效能量表的全國性常模，研究者以全國 1110 位高中職在學學生為建立常模之樣本依據。以問卷施測所得之數據以 SPSS 套裝軟體進行資料處理，建立總量表及各分量表的百分等級常模，希望能提供予使用本量表者能根據受試者的原始分數，即可找到相對應的百分等級。表 4-5-1 至表 4-5-6 為總分及各分量表之全國常模；表 4-5-7 至 4-5-14 為總分之性別、學制、學校所在地區之原始分數及百分等級對照表；表 4-5-15 至 4-5-34 為各分量表之性別、學制之原始分數及百分等級對照表。

表 4-5-1 青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 56 | 34 | | 67 | 97 |
| 2 | 60 | 35 | 85 | 68 | |
| 3 | 64 | 36 | | 69 | 98 |
| 4 | 66 | 37 | | 70 | |
| 5 | 68 | 38 | 86 | 71 | 99 |
| 6 | 69 | 39 | | 72 | |
| 7 | 70 | 40 | 87 | 73 | 100 |
| 8 | 71 | 41 | | 74 | |
| 9 | 72 | 42 | | 75 | 101 |
| 10 | 73 | 43 | 88 | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | 102 |
| 12 | 74 | 45 | 89 | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | 103 |
| 14 | 75 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | 90 | 81 | 104 |
| 16 | 76 | 49 | | 82 | |
| 17 | 77 | 50 | | 83 | 105 |
| 18 | | 51 | 91 | 84 | 106 |
| 19 | 78 | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | 107 |
| 21 | | 54 | 92 | 87 | 108 |
| 22 | 79 | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 109 |
| 24 | 80 | 57 | 93 | 90 | 110 |
| 25 | | 58 | | 91 | 111 |
| 26 | 81 | 59 | | 92 | 112 |
| 27 | 82 | 60 | 94 | 93 | 113 |
| 28 | | 61 | | 94 | 115 |
| 29 | | 62 | | 95 | 116 |
| 30 | 83 | 63 | 95 | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | | 97 | 118 |
| 32 | | 65 | | 98 | 119 |
| 33 | 84 | 66 | 96 | 99 | 120 |

表 4-5-2 青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | 19 |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | 16 | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 12 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | 20 |
| 11 | 13 | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | 17 | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | 14 | 50 | | 83 | 21 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | 18 | 89 | 22 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 15 | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 23 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-3 青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | 11 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | 12 | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | 17 | 72 | 20 |
| 7 | 13 | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | 14 | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | 21 |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | 18 | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | 15 | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 22 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 23 |
| 28 | 16 | 61 | 19 | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-4 青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | 20 |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 12 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | 17 | 74 | |
| 9 | 13 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 21 |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 14 | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | 18 | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | 22 |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | 15 | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | 23 |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | 19 | 94 | 24 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | 16 | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-5 青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | |
| 3 | 12 | 36 | | 69 | |
| 4 | 13 | 37 | 18 | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | 21 |
| 7 | 14 | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | 15 | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | 22 |
| 15 | | 48 | 19 | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | 16 | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | 23 |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | 17 | 60 | 20 | 93 | 24 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-6 青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 13 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 14 | 42 | 18 | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | 21 |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 15 | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 22 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | 19 | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 23 |
| 23 | 16 | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 24 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 17 | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | 20 | 99 | |

表 4-5-7 高中職男生青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 48 | 34 | | 67 | |
| 2 | 55 | 35 | 85 | 68 | 96 |
| 3 | 60 | 36 | | 69 | 97 |
| 4 | 64 | 37 | 86 | 70 | |
| 5 | 66 | 38 | | 71 | 98 |
| 6 | 69 | 39 | | 72 | |
| 7 | 70 | 40 | | 73 | 99 |
| 8 | 71 | 41 | 87 | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | 100 |
| 10 | 73 | 43 | | 76 | |
| 11 | 74 | 44 | 88 | 77 | 101 |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | 75 | 46 | 89 | 79 | 102 |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | 103 |
| 16 | 76 | 49 | 90 | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 104 |
| 18 | 77 | 51 | | 84 | 105 |
| 19 | | 52 | 91 | 85 | |
| 20 | 78 | 53 | | 86 | 106 |
| 21 | | 54 | | 87 | 107 |
| 22 | 79 | 55 | 92 | 88 | 108 |
| 23 | 80 | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | 109 |
| 25 | | 58 | 93 | 91 | 110 |
| 26 | 81 | 59 | | 92 | 111 |
| 27 | | 60 | | 93 | 112 |
| 28 | | 61 | 94 | 94 | 114 |
| 29 | 82 | 62 | | 95 | 115 |
| 30 | | 63 | | 96 | 116 |
| 31 | 83 | 64 | | 97 | 117 |
| 32 | | 65 | 95 | 98 | 118 |
| 33 | 84 | 66 | | 99 | 119 |

表 4-5-8 高中職女生青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 58 | 34 | | 67 | 98 |
| 2 | 63 | 35 | 85 | 68 | |
| 3 | 64 | 36 | | 69 | 99 |
| 4 | 66 | 37 | | 70 | |
| 5 | 68 | 38 | 86 | 71 | 100 |
| 6 | 69 | 39 | | 72 | |
| 7 | 70 | 40 | 87 | 73 | 101 |
| 8 | 71 | 41 | | 74 | |
| 9 | 72 | 42 | 88 | 75 | 102 |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | 73 | 44 | 89 | 77 | 103 |
| 12 | 74 | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | 104 |
| 14 | 75 | 47 | 90 | 80 | |
| 15 | 76 | 48 | | 81 | 105 |
| 16 | | 49 | 91 | 82 | |
| 17 | 77 | 50 | | 83 | 106 |
| 18 | | 51 | | 84 | 107 |
| 19 | 78 | 52 | 92 | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | 108 |
| 21 | 79 | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 109 |
| 23 | | 56 | 93 | 89 | 110 |
| 24 | 80 | 57 | | 90 | 111 |
| 25 | | 58 | 94 | 91 | 112 |
| 26 | 81 | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 113 |
| 28 | 82 | 61 | 95 | 94 | 115 |
| 29 | | 62 | | 95 | 116 |
| 30 | 83 | 63 | | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | 96 | 97 | 118 |
| 32 | | 65 | | 98 | 120 |
| 33 | 84 | 66 | 97 | 99 | 121 |

表 4-5-9 高中青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 60 | 34 | | 67 | 97 |
| 2 | 63 | 35 | 87 | 68 | |
| 3 | 65 | 36 | | 69 | 98 |
| 4 | 69 | 37 | | 70 | |
| 5 | 70 | 38 | 88 | 71 | 99 |
| 6 | 71 | 39 | | 72 | |
| 7 | 72 | 40 | 89 | 73 | 100 |
| 8 | 73 | 41 | | 74 | |
| 9 | 74 | 42 | | 75 | 101 |
| 10 | 75 | 43 | | 76 | 102 |
| 11 | 76 | 44 | 90 | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | 77 | 46 | | 79 | 103 |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 78 | 48 | 91 | 81 | 104 |
| 16 | 79 | 49 | | 82 | 105 |
| 17 | | 50 | | 83 | 106 |
| 18 | 80 | 51 | 92 | 84 | 107 |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | 81 | 53 | | 86 | 108 |
| 21 | | 54 | | 87 | 109 |
| 22 | 82 | 55 | 93 | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 110 |
| 24 | 83 | 57 | | 90 | 111 |
| 25 | | 58 | 94 | 91 | 112 |
| 26 | 84 | 59 | | 92 | 113 |
| 27 | | 60 | | 93 | 114 |
| 28 | | 61 | | 94 | 115 |
| 29 | 85 | 62 | 95 | 95 | 116 |
| 30 | | 63 | | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 86 | 65 | 96 | 98 | 118 |
| 33 | | 66 | | 99 | 119 |

表 4-5-10 高職青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 51 | 34 | 82 | 67 | |
| 2 | 58 | 35 | | 68 | 97 |
| 3 | 60 | 36 | 83 | 69 | 98 |
| 4 | 64 | 37 | | 70 | |
| 5 | 66 | 38 | 84 | 71 | 99 |
| 6 | 67 | 39 | | 72 | |
| 7 | 69 | 40 | | 73 | 100 |
| 8 | 70 | 41 | 85 | 74 | |
| 9 | 71 | 42 | | 75 | 101 |
| 10 | | 43 | 86 | 76 | |
| 11 | 72 | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 102 |
| 13 | 73 | 46 | 87 | 79 | |
| 14 | 74 | 47 | | 80 | 103 |
| 15 | | 48 | 88 | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | 104 |
| 17 | 75 | 50 | 89 | 83 | 105 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | 90 | 85 | 106 |
| 20 | 76 | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | 91 | 87 | 107 |
| 22 | 77 | 55 | | 88 | 108 |
| 23 | | 56 | 92 | 89 | |
| 24 | 78 | 57 | | 90 | 109 |
| 25 | | 58 | | 91 | 110 |
| 26 | | 59 | 93 | 92 | 111 |
| 27 | 79 | 60 | | 93 | 112 |
| 28 | | 61 | 94 | 94 | 113 |
| 29 | 80 | 62 | | 95 | 116 |
| 30 | | 63 | | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | 95 | 97 | 118 |
| 32 | 81 | 65 | | 98 | 120 |
| 33 | | 66 | 96 | 99 | 121 |

表 4-5-11 北部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 56 | 34 | 87 | 67 | |
| 2 | 63 | 35 | | 68 | |
| 3 | 65 | 36 | | 69 | 100 |
| 4 | 69 | 37 | 88 | 70 | |
| 5 | 70 | 38 | | 71 | 101 |
| 6 | 71 | 39 | 89 | 72 | |
| 7 | 73 | 40 | | 73 | |
| 8 | 84 | 41 | | 74 | 102 |
| 9 | | 42 | 90 | 75 | |
| 10 | 75 | 43 | | 76 | 103 |
| 11 | | 44 | 91 | 77 | |
| 12 | 76 | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | 104 |
| 14 | 77 | 47 | | 80 | 105 |
| 15 | | 48 | 92 | 81 | 106 |
| 16 | 78 | 49 | | 82 | |
| 17 | 79 | 50 | 93 | 83 | 107 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | 94 | 85 | 108 |
| 20 | 80 | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | 109 |
| 22 | 81 | 55 | | 88 | |
| 23 | 82 | 56 | 95 | 89 | 110 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 83 | 58 | | 91 | 111 |
| 26 | | 59 | 96 | 92 | 112 |
| 27 | | 60 | | 93 | 113 |
| 28 | 84 | 61 | 97 | 94 | 115 |
| 29 | | 62 | | 95 | 116 |
| 30 | 85 | 63 | 98 | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 86 | 65 | | 98 | 119 |
| 33 | | 66 | 66 | 99 | 120 |

表 4-5-12 中部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 54 | 34 | 84 | 67 | |
| 2 | 58 | 35 | | 68 | 96 |
| 3 | 59 | 36 | | 69 | |
| 4 | 63 | 37 | 85 | 70 | 97 |
| 5 | 64 | 38 | | 71 | 98 |
| 6 | 66 | 39 | 86 | 72 | 99 |
| 7 | 67 | 40 | | 73 | 100 |
| 8 | 70 | 41 | | 74 | |
| 9 | 71 | 42 | 87 | 75 | 101 |
| 10 | 72 | 43 | | 76 | |
| 11 | 73 | 44 | 88 | 77 | 102 |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | 74 | 46 | 89 | 79 | 103 |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 75 | 48 | | 81 | 104 |
| 16 | | 49 | 90 | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 105 |
| 18 | 76 | 51 | | 84 | |
| 19 | 77 | 52 | 91 | 85 | 106 |
| 20 | | 53 | | 86 | 107 |
| 21 | 78 | 54 | | 87 | 108 |
| 22 | | 55 | 92 | 88 | 109 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | 79 | 57 | | 90 | 110 |
| 25 | | 58 | 93 | 91 | 111 |
| 26 | | 59 | | 92 | 112 |
| 27 | 80 | 60 | | 93 | 113 |
| 28 | 81 | 61 | 94 | 94 | 114 |
| 29 | | 62 | | 95 | 116 |
| 30 | 82 | 63 | | 96 | 117 |
| 31 | | 64 | | 97 | 118 |
| 32 | 83 | 65 | 95 | 98 | 119 |
| 33 | | 66 | | 99 | 120 |

表 4-5-13 南部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 55 | 34 | 83 | 67 | 94 |
| 2 | 63 | 35 | 84 | 68 | |
| 3 | 64 | 36 | | 69 | 95 |
| 4 | 67 | 37 | | 70 | |
| 5 | 68 | 38 | 85 | 71 | 96 |
| 6 | 69 | 39 | | 72 | 97 |
| 7 | 70 | 40 | | 73 | |
| 8 | 71 | 41 | | 74 | 98 |
| 9 | | 42 | 86 | 75 | |
| 10 | 72 | 43 | | 76 | 99 |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | 73 | 45 | | 78 | 100 |
| 13 | | 46 | | 79 | 101 |
| 14 | 74 | 47 | 87 | 80 | 102 |
| 15 | 75 | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | 88 | 82 | 103 |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | 76 | 51 | | 84 | 104 |
| 19 | | 52 | 89 | 85 | 105 |
| 20 | 77 | 53 | | 86 | 106 |
| 21 | | 54 | | 87 | 107 |
| 22 | 78 | 55 | 90 | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 108 |
| 24 | 79 | 57 | | 90 | 109 |
| 25 | 80 | 58 | 91 | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 111 |
| 27 | | 60 | | 93 | 112 |
| 28 | 81 | 61 | 92 | 94 | 113 |
| 29 | | 62 | | 95 | 114 |
| 30 | | 63 | 93 | 96 | 116 |
| 31 | | 64 | | 97 | 117 |
| 32 | 82 | 65 | | 98 | 118 |
| 33 | | 66 | | 99 | 119 |

表 4-5-14 東部青少年生涯自我效能量表原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 59 | 34 | 82 | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | 95 |
| 3 | 63 | 36 | | 69 | |
| 4 | 67 | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | 83 | 71 | |
| 6 | 69 | 39 | | 72 | 96 |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | 84 | 74 | |
| 9 | 70 | 42 | | 75 | 97 |
| 10 | 71 | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | 85 | 77 | 98 |
| 12 | | 45 | | 78 | 100 |
| 13 | 72 | 46 | 87 | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | 101 |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | 88 | 82 | |
| 17 | 73 | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | 89 | 84 | 102 |
| 19 | 74 | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | 90 | 86 | 103 |
| 21 | 76 | 54 | | 87 | 104 |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | 77 | 56 | | 89 | 105 |
| 24 | 78 | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | 92 | 91 | 106 |
| 26 | | 59 | | 92 | 108 |
| 27 | 79 | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 109 |
| 29 | 80 | 62 | | 95 | 117 |
| 30 | | 63 | 93 | 96 | 118 |
| 31 | 81 | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | 94 | 99 | 121 |

表 4-5-15 男生青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | 16 | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 12 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | 13 | 43 | | 76 | 20 |
| 11 | | 44 | 17 | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 14 | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | 21 |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | 18 | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 22 |
| 24 | 15 | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 23 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | 19 | 99 | 25 |

表 4-5-16 女生青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | 19 |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | 11 | 37 | 16 | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | 12 | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | 20 |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | 13 | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | 17 | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 21 |
| 18 | 14 | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 22 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | 18 | 92 | |
| 27 | 15 | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | 23 |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 24 |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-17 男生青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 12 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 13 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | 17 | 76 | 20 |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 14 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | 21 |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | 18 | 87 | |
| 22 | 15 | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | 22 |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 23 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | 16 | 65 | 19 | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-18 女生青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | 17 | 68 | 20 |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 13 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | 14 | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 21 |
| 13 | | 46 | 18 | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | 15 | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | 22 |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | 19 | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 16 | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 23 |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | 24 |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-19 男生青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | 20 |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 12 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | 13 | 41 | 17 | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | 21 |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 14 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | 18 | 84 | 22 |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | 15 | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 23 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | 19 | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 24 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | 16 | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-20 女生青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 12 | 39 | | 72 | 20 |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | 17 | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | 13 | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | 21 |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | 14 | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | 18 | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | 22 |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | 15 | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | 23 |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | 19 | 95 | 24 |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 16 | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-21 男生青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | 11 | 35 | | 68 | |
| 3 | 12 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 13 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | 14 | 40 | 18 | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | 21 |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | 15 | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | 22 |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | 19 | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | 16 | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 23 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 24 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | 17 | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | 20 | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-22 女生青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | 18 | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | 21 |
| 4 | 13 | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | 14 | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | 19 | 78 | 22 |
| 13 | 15 | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | 16 | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | 23 |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | 20 | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 17 | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 24 |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-23 男生青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 13 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | 18 | 75 | |
| 10 | 14 | 43 | | 76 | 21 |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | 15 | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 22 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | 19 | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 23 |
| 24 | 16 | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 24 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 17 | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | 20 | 99 | |

表 4-5-24 女生青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | 13 | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | 14 | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | 18 | 75 | 21 |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 15 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | 22 |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | 19 | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | 23 |
| 22 | 16 | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 24 |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | 17 | 65 | 20 | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-25 高中青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | 11 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | 12 | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | 13 | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | 17 | 75 | 20 |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 14 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 21 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | 18 | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | 15 | 56 | | 89 | 22 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 23 |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | 16 | 65 | 19 | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-26 高職青少年生涯自我效能量表－『自我評價』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | | 68 | |
| 3 | 10 | 36 | | 69 | 19 |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 11 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | 16 | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 12 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 20 |
| 13 | 13 | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | 17 | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | 21 |
| 19 | 14 | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 22 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | 18 | 93 | |
| 28 | 15 | 61 | | 94 | 23 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 24 |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-27 高中青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | | 35 | 17 | 68 | |
| 3 | 12 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 13 | 38 | | 71 | 20 |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 14 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | 18 | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | 21 |
| 16 | 15 | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 22 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 16 | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | 19 | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 23 |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | 24 |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-28 高職青少年生涯自我效能量表－『蒐集資料』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 12 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | 20 |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 13 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | 17 | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 14 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | 21 |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | 18 | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | 15 | 55 | | 88 | 22 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 23 |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | 19 | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | 24 |
| 31 | 16 | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | |
| 33 | | 66 | | 99 | 25 |

表 4-5-29 高中青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | 20 |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 6 | 39 | 17 | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | 13 | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | 21 |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | 14 | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | 18 | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 22 |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | 15 | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | 23 |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | 19 | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 24 |
| 29 | 16 | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-30 高職青少年生涯自我效能量表－『選擇目標』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 9 | 34 | 16 | 67 | |
| 2 | 10 | 35 | | 68 | |
| 3 | 11 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 12 | 39 | | 72 | 20 |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | 13 | 43 | 17 | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | 21 |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | 14 | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | 18 | 86 | 22 |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 15 | 58 | | 91 | 23 |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | 24 |
| 30 | | 63 | 19 | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-31 高中青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | 18 | 68 | |
| 3 | 13 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | 21 |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 14 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | 15 | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 22 |
| 13 | | 46 | 19 | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | 16 | 50 | | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | 23 |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | 17 | 58 | 20 | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | 24 |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-32 高職青少年生涯自我效能量表－『做出計畫』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | 11 | 35 | | 68 | |
| 3 | 12 | 36 | | 69 | |
| 4 | | 37 | | 70 | |
| 5 | 13 | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | 18 | 73 | 21 |
| 8 | 14 | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | 15 | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | 22 |
| 17 | | 50 | 19 | 83 | |
| 18 | | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | 16 | 55 | | 88 | 23 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 24 |
| 29 | | 62 | 20 | 95 | |
| 30 | 17 | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-33 高中青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 11 | 34 | | 67 | |
| 2 | 12 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | |
| 4 | 13 | 37 | 18 | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | | 39 | | 72 | |
| 7 | 14 | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | 21 |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | | 44 | | 77 | |
| 12 | 15 | 45 | | 78 | |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | 19 | 82 | 22 |
| 17 | | 50 | | 83 | |
| 18 | 16 | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 23 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | | 91 | |
| 26 | 17 | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | |
| 28 | | 61 | | 94 | 24 |
| 29 | | 62 | 20 | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

表 4-5-34 高職青少年生涯自我效能量表－『解決問題』原始分數與常模對照表

| 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 | 百分等級 | 原始分數 |
|------|------|------|------|------|------|
| 1 | 10 | 34 | | 67 | |
| 2 | 11 | 35 | | 68 | |
| 3 | | 36 | | 69 | 20 |
| 4 | 12 | 37 | 17 | 70 | |
| 5 | | 38 | | 71 | |
| 6 | 13 | 39 | | 72 | |
| 7 | | 40 | | 73 | |
| 8 | | 41 | | 74 | |
| 9 | | 42 | | 75 | |
| 10 | | 43 | | 76 | |
| 11 | 14 | 44 | | 77 | |
| 12 | | 45 | | 78 | 21 |
| 13 | | 46 | | 79 | |
| 14 | | 47 | 18 | 80 | |
| 15 | | 48 | | 81 | |
| 16 | | 49 | | 82 | |
| 17 | | 50 | | 83 | 22 |
| 18 | 15 | 51 | | 84 | |
| 19 | | 52 | | 85 | |
| 20 | | 53 | | 86 | |
| 21 | | 54 | | 87 | |
| 22 | | 55 | | 88 | 23 |
| 23 | | 56 | | 89 | |
| 24 | | 57 | | 90 | |
| 25 | | 58 | 19 | 91 | |
| 26 | | 59 | | 92 | |
| 27 | | 60 | | 93 | 24 |
| 28 | 16 | 61 | | 94 | |
| 29 | | 62 | | 95 | |
| 30 | | 63 | | 96 | |
| 31 | | 64 | | 97 | |
| 32 | | 65 | | 98 | 25 |
| 33 | | 66 | | 99 | |

第六節 青少年生涯自我效能量表 應用與範例

本研究發展青少年生涯自我效能量表之目的，在於協助教育現場輔導教師及相關領域之輔導人員能在短時間內評估學生的生涯自我效能，以作為生涯輔導或相關課程與教學之參考依據。以下針對本量表之使用、界定標準及範例做一說明。

一、青少年生涯自我效能量表界定標準

使用本量表之人員可以將學生各項測驗之原始分數對照表 4-5-1 至 4-5-34，以找出與其相對應的百分等級。本量表主要在評估青少年生涯自我效能的程度，評估標準則以平均數以上一個標準差為分割點，也就是說受試者的分數若高於平均數一個標準差以上者為可視其為高生涯自我效能者；相反地，受試者的分數若低於平均數一個標準差以上者為可視其為非高生涯自我效能者。

本研究所發展之青少年生涯自我效能量表在建立常模時，總量表之平均數為 90.72、標準差為 14.52，因此可計算出分割點的原始分數為 105.24，其對應之百分等級為 83，因此百分等級為 83 以上者，可表示其具有高生涯自我效能，而百分等級 83（含）以下者，即表示其非具有高生涯自我效能。學校輔導教師或輔導人員對於非高生涯自我效能表現的學生可介入輔導並協助其提升其生涯自我效能。

二、青少年生涯自我效能各分量表之界定標準

本研究所發展之量表包含五個分量表，以下分別說明各分量表界定之標準。

（一）「自我評價」分量表在建立常模時，總量表之平均數為 17.41、標準差為 3.50，因此可計算出分割點的原始分數為 20.91，其對應之百分等級為 83，因此百分等級為 83 以上者，可表示該受試者具有高度自我評價，而百分等級 83（含）以下者，即表示其非具有高度自我評價。

（二）「蒐集資料」分量表在建立常模時，總量表之平均數為 17.96、標準差為

3.32，因此可計算出分割點的原始分數為 21.28，其對應之百分等級為 81，因此百分等級為 81 以上者，可表示該受試者對於蒐集資料具有高度信心，而百分等級 81（含）以下者，即表示其對於資料蒐集不具有高度信心。

（三）「選擇目標」分量表在建立常模時，總量表之平均數為 17.89、標準差為 3.71，因此可計算出分割點的原始分數為 21.60，其對應之百分等級為 85，因此百分等級為 85 以上者，可表示該受試者對於選擇未來目標具有高度信心，而百分等級 83（含）以下者，即表示其對於選擇未來目標不具有高度信心。

（四）「做出計畫」分量表在建立常模時，總量表之平均數為 19.00、標準差為 3.36，因此可計算出分割點的原始分數為 22.36，其對應之百分等級為 80，因此百分等級為 80 以上者，可表示該受試者對於做出計畫具有高度信心，而百分等級 80（含）以下者，即表示其對於做出計畫不具有高度信心。

（五）「解決問題」分量表在建立常模時，總量表之平均數為 18.63、標準差為 3.39，因此可計算出分割點的原始分數為 22.02，其對應之百分等級為 83，因此百分等級為 83 以上者，可表示該受試者對於解決問題具有高度信心，而百分等級 83（含）以下者，即表示其對於解決問題不具有高度信心。

表 4-6-1 青少年生涯自我效能總分及各分量表界定標準

| | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 總量表 |
|------|------|------|------|------|------|-----|
| 原始分數 | 21 | 21 | 22 | 22 | 22 | 105 |
| 百分等級 | 83 | 81 | 85 | 80 | 83 | 83 |

三、範例說明

本研究以一名就讀高中之青少年為例，說明量表之使用與解釋。

受試學生（小強）十八歲，男性，目前就讀於東部某高中二年級。家中排行老大，有一妹就讀於高一，雙親皆有高中學歷，父親為公務員，母親則為家庭主婦。

經由施測結果，小強在生涯自我效能量表之總分為 93 分，各份量表的得分分別為「自我評價」17 分、「蒐集資料」21 分、「選擇目標」15 分、「做出計畫」21 分、「解決問題」19 分；其中總分 93 分如換算成百分等級為 57，依據界定屬於「非高生涯自我效能」（低於 84），在各份量表的百分等級分別為「自我評價」46、「蒐集資料」為 81、「選擇目標」為 23、「做出計畫」為 72、「解決問題」為 54。由圖 4-6-1 可看出，該名受試者各分量表都不屬於高生涯自我效能者，其中以「蒐集資料」（PR=81）表現最突出，由總分所佔各項之常模顯示，該受試者的生涯自我效能程度屬於中等（PR=57），但在「蒐集資料」項目百分等級為 81，研究者推測可能原因為網路資訊發達，即使身處後山，受試者仍可藉由網路搜尋其想獲得之資訊，因此對於蒐集資料的信心也就相對提升不少。

表 4-6-2 小強生涯自我效能總分及各分量表原始分數及百分等級

| | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 總量表 |
|------|------|------|------|------|------|-----|
| 原始分數 | 17 | 21 | 15 | 21 | 19 | 93 |
| 百分等級 | 46 | 81 | 23 | 72 | 54 | 57 |

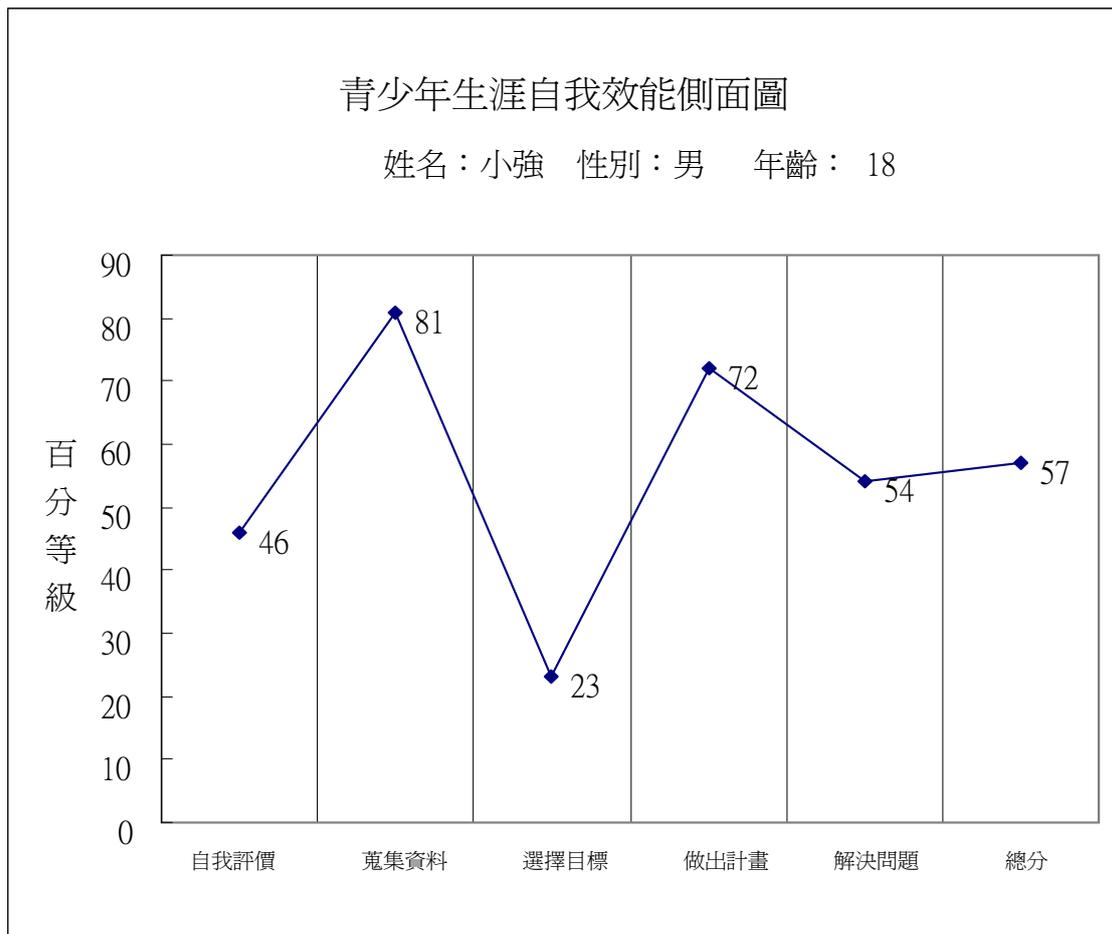


圖 4-6-1 青少年生涯自我效能評估側面圖

三、常模參照釋例

爲了應用上的方便使用，茲就高生涯自我效能青少年之實例加以說明本量表之應用。

(一) 高生涯自我效能青少年範例說明

若今有台北市某高二男生參加此次生涯自我效能量表施測，其測量結果總分爲 117 分，各分量表得分則分別爲「自我評價」24 分、「蒐集資料」23 分、「選擇目標」25 分、「做出計畫」20 分及「解決問題」25 分。表 4-6-2 所示爲不同參照常模下該生所得百分等級，爲了瞭解該生所得原始分數之意義，需從可參照常模

觀之。

表 4-6-3 高生涯自我效能青少年範例說明對照表

| | 自我評價 | 蒐集資料 | 選擇目標 | 做出計畫 | 解決問題 | 總量表 |
|------|------|------|------|------|------|-----|
| 原始分數 | 24 | 23 | 25 | 20 | 25 | 117 |
| 全國常模 | 97 | 93 | 98 | 60 | 98 | 96 |
| 男生常模 | 97 | 93 | 99 | 64 | 98 | 97 |
| 高中常模 | 97 | 94 | 98 | 58 | 98 | 96 |

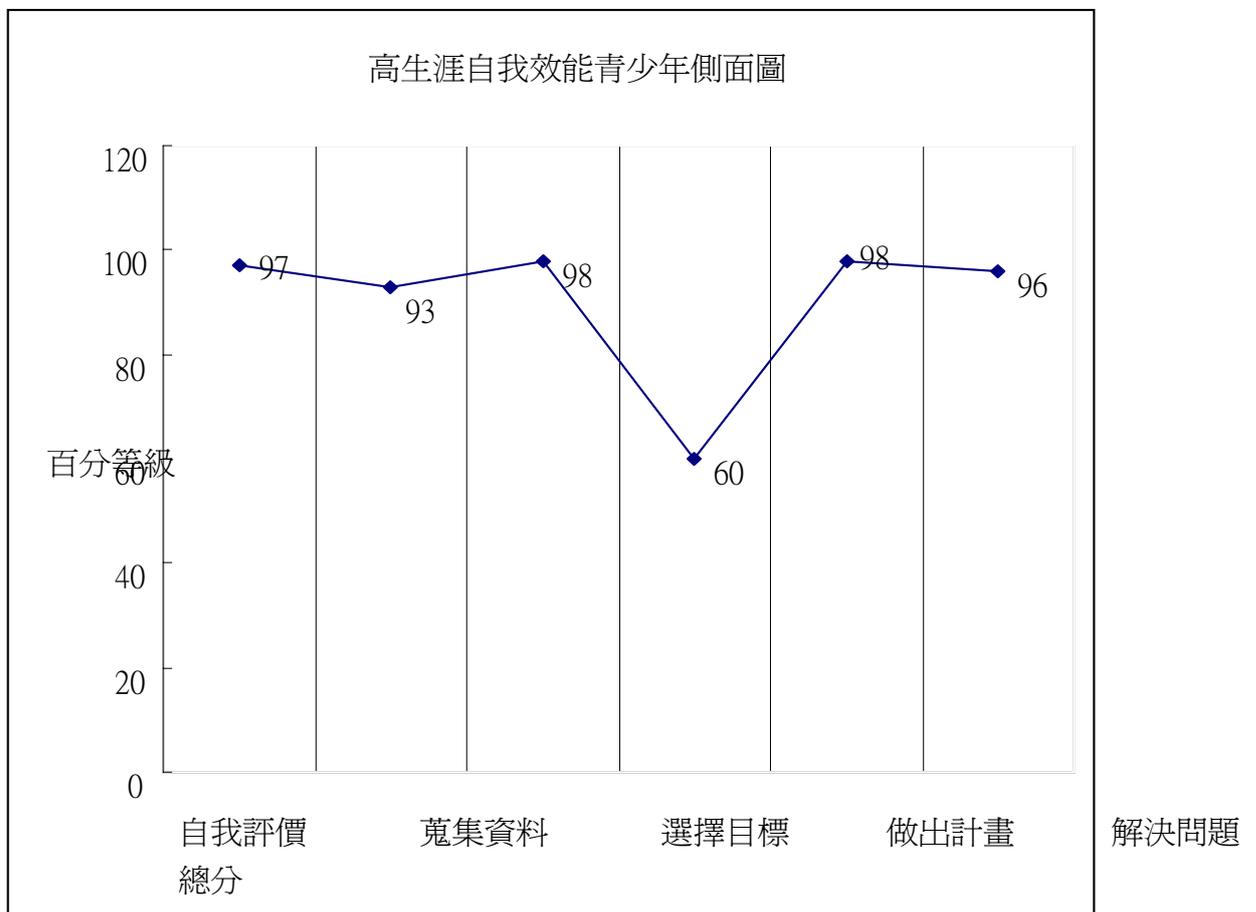


圖 4-6-2 高生涯自我效能青少年側面圖

若以全國常模（參考表 4-5-1 至 4-5-6）來看，該生全量表總分為 117 分，對照常模參照表可知其百分等級為 96；也就是說，該生在青少年生涯自我效能的評估上，在 100 名高中職學生中，得分低於該生者有 96 名，換句話說，僅有 4% 的

高中職學生其生涯自我效能程度優於該受試者，整體而言，該生使屬於高生涯自我效能者。若以各分量表得分來看，「自我評價」原始分數為 24 分，百分等級為 97；「蒐集資料」原始分數為 23 分，百分等級為 93；「選擇目標」原始分數為 25 分，百分等級為 98；「做出計畫」原始分數為 20 分，百分等級為 60；「解決問題」原始分數為 25 分，百分等級為 98。綜合以上各分量表之百分等級可得知，該生在「自我評價」方面，優於全國 97% 的高中職在學學生；在「資料蒐集」方面，優於全國 93% 的高中職在學學生；在「選擇目標」方面，優於全國 98% 的高中職在學學生；在「做出計畫」方面，優於全國 60% 的高中職在學學生；在「解決問題」方面，優於全國 98% 的高中職在學學生。整體而言，該生在青少年生涯自我效能的評估上偏向高生涯自我效能表現者。

如考慮性別差異因素，則須參考男生常模對照表（表 4-5-7、表 4-5-15 至 4-5-23），由各參照表得知該生在男生常模參照中各項分數如下：「自我評價」原始分數為 24 分，百分等級為 97；「蒐集資料」原始分數為 23 分，百分等級為 93；「選擇目標」原始分數為 25 分，百分等級為 99；「做出計畫」原始分數為 20 分，百分等級為 64；「解決問題」原始分數為 25 分，百分等級為 98；量表總分為 117 分，百分等級為 97。綜合以上各分量表之百分等級可得知，該生在「自我評價」方面，優於全國 97% 的男性高中職學生；在「資料蒐集」方面，優於全國 93% 的男性高中職學生；在「選擇目標」方面，優於全國 99% 的男性高中職學生；在「做出計畫」方面，優於全國 64% 的男性高中職學生；在「解決問題」方面，優於全國 98% 的男性高中職學生；在總分方面，優於全國 97% 的男性高中職學生。整體而言，該生在青少年生涯自我效能的評估上偏向高生涯自我效能表現者。

再者如考慮學制差異因素，則須參考高中常模對照表（表 4-5-9、表 4-5-25 至 4-5-34），由各參照表得知該生在男生常模參照中各項分數如下：「自我評價」原始分數為 24 分，百分等級為 97；「蒐集資料」原始分數為 23 分，百分等級為 94；「選擇目標」原始分數為 25 分，百分等級為 98；「做出計畫」原始分數為 20 分，百分

等級為 58；「解決問題」原始分數為 25 分，百分等級為 98；量表總分為 117 分，百分等級為 96。綜合以上各分量表之百分等級可得知，該生在「自我評價」方面，優於全國 97% 的高中學生；在「資料蒐集」方面，優於全國 94% 的高中學生；在「選擇目標」方面，優於全國 98% 的高中學生；在「做出計畫」方面，優於全國 58% 的高中學生；在「解決問題」方面，優於全國 98% 的高中學生；在總分方面，由於全國 96% 的高中學生。整體而言，該生在青少年生涯自我效能的評估上偏向高生涯自我效能表現者。





第五章 結論與建議

本研究主要目的在探討目前國內青少年生涯自我效能之現況，並藉此建立一具有信效度及全國性常模之青少年生涯自我效能評量工具，作為學校及相關輔導人員在實施生涯輔導課程時有效可靠之衡鑑工具。因此本研究採用問卷調查法作為主要的研究法，透過文獻分析瞭解有關青少年生涯自我效能的意涵之後，編製本研究之「青少年生涯自我效能量表」。此外，為建立全國性常模，抽取全國北、中、南、東四區的高中職在學學生為施測對象。而在信效度的建立部分，研究者透過 SPSS for Windows 套裝軟體進行統計分析，所得結果已於第四章呈現。在本章中，研究者主要就本研究之發現加以歸納整理形成結論，並且針對本量表之使用與限制及未來繼續發展量表與研究方向提出建議。

第一節 研究發現

本節依據研究目的，分別陳述本研究之主要發現與結果，包涵青少年生涯自我效能量表之發展與試題分析、正式量表之信度分析、正式量表之效度分析、不同背景變項在生涯自我效能上的差異及常模的建立。

一、「青少年生涯自我效能量表」之發展與試題分析

本研究依據社會認知生涯理論之生涯自我效能內涵為主要依據，透過文獻探討建構出生涯自我效能的五個分層面。這些分層面即形成量表中的五個分量表架構，分別為自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫及解決問題。而後再依據這五個分層面內涵編製「青少年生涯自我效能量表」，並且經過題目項目分析及因素分析，建置正式量表題目共計 25 題（附錄四）。

二、「青少年生涯自我效能量表」正式量表之信度分析

（一）內部一致性：正式量表中各分量表之 Cronbach's α 值介於.731 至.826 之間，

而總量表之 Cronbach's α 值為.930，表示本研究之量表具有良好之內部一致性。

(二)重測信度：正式量表於第一次施測後間隔兩週實施重測，重測信度達.829，表示本量表具有不錯的重測信度。

(三)各題項與總分之相關：正式樣本各分量表與總分之相關值皆高於.30。

(四)各層面分量表之間及與總量表之相關：相關值皆高於.30。

三、「青少年生涯自我效能量表」正式量表之效度分析

(一)內容效度：本研究所發展之青少年生涯自我效能量表經文獻探討過程編擬初稿題目，並且經過八位學者專家協助審查量表內容及分析(附錄二)，如此可說明本量表具有不錯的專家內容效度。

(二)構念效度：本研究所發展之青少年生涯自我效能量表與陳金定(1986)「生計決策自我效能預期量表」在總量表的相關係數 α 值為.565，達到中度相關。

(三)效標關聯效度：本研究所發展之青少年生涯自我效能量表與鄭如吟(2003)「生涯決定問卷」在總量表的相關係數 α 值為.419，達到中度相關。

四、不同背景變項在青少年生涯自我效能量表上的差異考驗

1. 不同性別青少年在生涯自我效能程度上無顯著差異。
2. 不同學制青少年在生涯自我效能程度上有顯著差異。
3. 不同學校所在地區青少年在生涯自我效能程度上有顯著差異，北部青少年生涯自我效能程度優於南部青少年。
4. 不同出生序青少年在生涯自我效能程度上無顯著差異。
5. 不同父親教育程度青少年在生涯自我效能程度上有顯著差異。
6. 不同母親教育程度青少年在生涯自我效能程度上有顯著差異，母親教育程度為博碩士者其生涯自我效能優於母親教育程度為國中小者。
7. 不同父親職業類別青少年在生涯自我效能程度上有顯著差異。
8. 不同母親職業類別青少年在生涯自我效能程度上無顯著差異。

五、「青少年生涯自我效能量表」常模的建立

本量表建立全國常模，性別常模、學制常模及學校所在地區常模，同時也分別建立「自我評價」、「蒐集資料」、「選擇目標」、「做出計畫」、「解決問題」五個分測驗之性別及學制常模。

第二節 結論

本研究依據文獻探討、問卷調查及針對上述的主要研究發現，可綜合歸納成以下討論，以作為提出建議之依據。

一、量表適用於台灣地區青少年生涯自我效能之評量

本量表發展之初，首先透過文獻分析理解有關青少年及生涯自我效能之內涵，並且參考國內外有關生涯自我效能量表之編製而形成本量表之預試問卷。並且經過專家學者針對題目之編排及內容適切性提出建議，最後依各專家所給予之指導修正量表題目(表 4-1-1 至 4-1-2)。而為了能更貼近受試對象的生活經驗，在預試工作進行之前，也委請台東高中二年級十位學生填寫問卷，從十位學生所給予之回饋再度進行問卷語句及題目順序上之調整，使得接下來的預試工作能更順利進行。此外，國內部分學者們在推動本土心理學過程中亦致力於心理測量工具的本土化(連廷嘉，2004)。因此研究者不以翻譯外國量表作為測量工具，而是藉由具有本土化青少年語句的測量工具讓受試者更能清楚瞭解題意，因此也就更能測量出青少年的生涯自我效能現況。藉著本量表施測結果可作為高中職生涯輔導課程之參考，由此可知，本量表應適用於台灣地區青少年生涯自我效能之評估。

二、本量表具有良好的信效度

本研究所發展之量表經過全國樣本的預試施測所蒐集的資料，經過項目分析及因素分析之後，由原預試量表之 52 個題目刪減為 25 題，共有五個分量表。在

信度考驗方面，本量表通過內部一致性考驗，五個分量表之內部一致性 α 值介於.731 至.826 之間，而總量表之內部一致性 α 值為.930，具有良好之內部一致性信度；而重測信度也達.829。在效度方面，本量表具有良好的專家內容效度，構念效度達.565，效標關聯效度達.419，由此可知本量表具有良好的效度。

三、建立評鑑工具之常模，使得分數解釋更具有客觀依據

本研究所發展之量表除了具有良好的信效度之外，爲了能增加本量表在解釋過程的客觀程度及使用時的可靠性及便利性，遂以全國共計 1110 位高中職學生在該量表的總分及五個分量表得分之原始分數爲基礎，作爲建立量表全國性常模的依據，進而建立了台灣地區高中職學生在使用本量表時所適用的百分等級常模。本量表之常模依總量表、性別、學制、不同學校所在地區建立常模，同時五個分量表也依性別、學制建立分量表的常模供使用者參考。

第三節 建議

研究者在本節中依據前述相關文獻、研究發現及結論，提出本研究在青少年生涯自我效能輔導上的應用及對未來研究之建議，期望能作爲相關輔導領域工作者之參考。

一、青少年生涯自我效能量表之應用

(一) 及早運用本量表進行生涯自我效能之評估

近年來由於整體之社會結構轉變，過去的線性生涯發展模式不全然能適用於今日的青少年身上。青少年若能即早認識自己對於面對生涯選擇的信心程度，絕對有助於其在面臨人生重大升學或就業時做出正確的決定。研究者建議學校輔導教師可以在學生進入高中職時(一年級階段)施測，提早瞭解學生狀況，必要時介入提供相關資訊或進行輔導。除此之外，本量表亦可運用當做診斷工具之用，對於

在量表所得分數偏低者進行必要之個案輔導，未雨綢繆必能收事半功倍之效。

(二) 運用本量表所提供之常模，瞭解受試者在團體中的相對應情形，提供適切之輔導

本量表建立總量表之全國性、不同性別、不同學制及不同學校所在地區之常模，目的在於瞭解青少年在團體中的相對地位，對於相對位置偏低之學生輔以適切之輔導策略，增進對自我的信心，以協助其做出更適合自己的生涯決定。施測者在解釋施測結果時也必須依據參考常模對學生做說明，同時對於百分等級偏低的受試者在解釋時亦應秉持專業態度小心解釋，莫讓受試者對測驗結果有所誤解，並且注意解釋測驗結果時該遵守之倫理。

二、對未來研究之建議

(一) 研究對象方面

限於時間及金錢因素，本研究樣本僅以台灣地區之高中職學生為樣本，並未包括國小高年級、國中及大專層級的學生，研究者認為若能將青少年各階段對象均納入研究，必能更清楚瞭解青少年生涯自我效能的整體現象。因此建議未來進行更深入之研究時，可以擴大研究對象的取樣範圍，以期對整體青少年之生涯自我效能有更進一步的瞭解。

(二) 研究方法方面

本研究以問卷調查法進行研究，已初步得知青少年生涯自我效能之現況，然而僅以問卷調查受試對象，較無法蒐集受試者更為深入的想法，因此研究者建議未來若在時間允許的條件下，可以先做試探性研究，以深入訪談、焦點團體法對青少年自我效能的內涵做進一步瞭解，相信對於問卷結構會更臻於完整。

(三) 研究變項方面

本研究針對性別、學制、學校所在地區、出生序、父母教育程度及父母職業類別等變項進行青少年生涯自我效能的研究，然而影響青少年自我效能的因素應

不僅於此，其中此次研究未能將年級納入背景變項，實為遺憾之處。因此未來在進行更深入之研究時，建議可將年級納入背景變項討論。另外，研究者建議可加入其他變項，在個人分面，例如自我期望、成就動機、價值觀等；家庭方面，例如手足關係、父母管教態度、父母期望等；學校方面，例如師生關係、同儕關係、學業成就等的影響。



參考文獻

一、中文部份

- 王文科 (2002)。教育研究法 (增訂七版)。台北市：五南。
- 王雅蘭 (2003)。高中多元入學方案意見調查之研究。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 王麗芬 (2002)。大學生非理性信念、生涯信念及生涯決定之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 田秀蘭 (1994)。生涯輔導過程中的主要概念及其測量。測驗與輔導，122，2508-2510。
- 田秀蘭 (1999)。多元入學？多元應考？多元的生涯輔導？。測驗與輔導，155，3235-3236。
- 田秀蘭 (2001)。青少年生涯發展中的重要議題及輔導策略。中等教育，52 (5)，38-52。
- 田秀蘭 (2003)。社會認知生涯理論之興趣模式驗證研究。教育心理學報，34 (2)，247-266。
- 何麗儀 (1989)。生涯試探計劃對國中三年級男生職業自我概念、生涯成熟、生涯決定之影響研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 吳怡君 (1999)。高中新生的生涯困擾與實施團體輔導之改變效果。國立政治大學心理學系碩士論文，未出版，台北市。
- 吳明隆 (2007)。SPSS 操作與應用：問卷統計分析實務。台北市：五南。
- 吳芝儀 (1990)。五專五年級學生生涯決定信念、情境—特質焦慮與生涯決定行動之研究—以國立台北商專五專五年級學生為例。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 吳芝儀 (2000)。生涯規劃與探索：我的生涯手冊。嘉義市：濤石。

- 吳芝儀（譯）（1996）。生涯發展的理論與實務。台北市：揚智。
- 李茂興（譯）（1998）。生涯諮商：理論與實務。台北市：揚智。
- 李淑媛（1994）。高一學生問題解決態度、生涯不確定源與生涯決定狀態之相關研究。國立彰化師範大學輔導學系碩士論文，未出版，彰化市。
- 李詠秋（2001）。原住民大學生生涯發展狀況、生涯自我效能與其生涯阻礙因素之關係研究。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，新竹市。
- 李慧貞（2004）。生涯發展決策課程對國三學生生涯成熟效果之研究。濟南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，南投縣。
- 林正昌（1992）。不同生涯決策型態大學生的決策行為研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 林生傳（2000）。教育社會學。臺北市：巨流。
- 林幸台（1987）。生計輔導的理論與實施。台北市：五南。
- 林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰（1997）。生涯輔導。台北縣：國立空中大學
- 邱卉綺（2004）。高中生生涯決定困難、生涯自我效能與焦慮憂鬱情緒之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 邱皓政（2006）。量化研究與統計分析。台北市：五南。
- 金樹人（1996）。生計發展與輔導（第七版）。台北市：天馬文化。
- 金樹人（1997）。生涯諮商與輔導。台北市：東華。
- 洪素蕙（2002）。國中學生因應高中高職多元入學方案生涯決策歷程之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 洪鳳儀（1996）。生涯規畫自己來。台北市：揚智。
- 翁令珍（2006）。社會認知生涯選擇模式在生涯諮商中的運用。輔導季刊，42（3），21-29。
- 高先瑩（2004）。高中職學生生涯不確定量表之編製暨調查研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系輔導活動教學碩士班碩士論文，未出版，彰化市。

- 高毓玲（2001）。**軍校高中生生涯成熟程度生涯不確定程度與生涯決定狀態之相關研究**。國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 張仁家（1993）。**我國高級職業學校工業類科學生家庭背景因素、職業自我概念與生涯決策行為之相關**。
- 張春興（1997）。**現代心理學**。台北市：東華書局。
- 張添洲（1993）。**生涯發展與規劃**。台北市：五南。
- 張瑛真（2007）。**後設認知量表編制之研究**。國立台東大學教育研究所碩士論文，未出版，台東市。
- 張德聰、周文欽、張鐸嚴、賴惠德（2006）。**青少年心理與輔導**。臺北縣：國立空中大學。
- 張麗鳳（2005）。高中生涯輔導課程之需求與規劃－請聽聽輔導實務工作者的看法。**輔導季刊**，41（3），68-71。
- 教育部統計處（2007）。**大學校院新生錄取人數及錄取率**。台北市：作者。
- 莊珮真（2003）。**高中生因應大學多元入學方案生涯決策之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 連廷嘉（2004）。**高危險群青少年衡鍵量表編製及其應用之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所博士論文，未出版，高雄市。
- 郭佩菁（2006）。**生涯規劃課程對高一男生生涯決定困難、生涯自我效能及決策型態之實驗效果研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系在職進修碩士班，未出版，台北市。
- 郭玟嫻（2002）。**科技大學學生生涯決策自我效能、工作價值觀與未來進路調查之研究**。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄市。
- 陳秀婷（2002）。**國中學生生涯自我概念之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 陳佩雯（2004）。**技職校院學生生涯自我效能、生涯阻礙因素與其生涯發展狀況之**

- 關係研究**。銘傳大學教育研究所碩士在職專班，未出版，台北市。
- 陳玖玖（1993）。台北市高職補校學生生涯決定程度與生涯輔導需求之研究。國立台灣師範大學社會教育學系碩士論文，未出版，台北市。
- 陳金定（1986）。生計決策訓練課程對高一男生生計決策行為之實驗研究。國立台灣師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 陳淑琦（1998）。大學理工科系學生生涯自我效能、結果預期、職業興趣與職業選擇之相關研究。高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 黃天中（1995）。生涯規劃概論—生涯與生活篇。台北市：桂冠。
- 黃炤容（2000）。生涯探索團體方案對高職二年級女學生生涯發展及生涯自我效能之影響研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃淑敏（1999）。師院生生涯自我效能、生涯動機、生涯成熟相關因素之研究。國立台南師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台南市。
- 黃雪瑛（2002）。焦點解決短期諮商生涯團體對大學生生涯自我效能輔導效果之研究。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃惠惠（2006）。邁向成熟：青年的自我成長與生涯規劃。台北市：張老師文化。
- 黃瑛琪（1997）。生涯探索團體對高一生涯不確定型學生生涯定向與生涯決策自我效能預期程度之影響研究。國立高雄師範大學輔導研究所，未出版，高雄市。
- 黃瑛琪、連廷嘉、鄭承昌（2006）。升涯輔導課程方案對高三學生生涯自我效能及生涯定象之效果研究。諮商輔導學報，14，36-63。
- 黃毅志（2005）。台東縣教育長期資料庫之建立：國中小學生學習狀況與心理健康追蹤調查。國立台東大學教育研究所，台東市。
- 趙華鈴（2004）。生涯發展方案對高職建教班男生生涯決策與生涯自我效能影響之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- 劉玉玲（2007）。生涯發展與心理輔導。台北市：心理。

- 蔡慧玲（2006）。身心障礙大學生生涯自我效能與生涯決策之研究。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，南投縣。
- 鄭如吟（2003）。高一舞蹈資優班學生生涯決定及相關影響因素之研究。國立台灣師範大學特殊教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 鄧志平（1995）。高中生選擇大學主修科系決策歷程之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 黎麗貞（1996）。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。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 蕭鈞育（2002）。中部地區國中音樂資優生生涯決定與升學選擇之研究。國立嘉義大學特殊教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 蘇孫鑫（2007）。高中生資優生生涯發展、生涯決定因素之探索研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- 蘇鈺婷（2003）。在學青少年生涯發展之相關因素研究。國立成功大學教育研究所碩士論文，未出版，台南市。

二、英文部分

- Betz, N. E. (2004). An expert's perspective: Self-Efficacy. *The Career Development Quarterly*, 52, 340-353.
- Betz, N. E. (2005). Reliability and validity of five level response continua for the career decision self-efficacy scale. *Journal fo Career Assessment*, 13(2), 131-149.
- Betz, N. E.,& Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college men and women. *Journal of counseling Psychology*, 28(5), 399-410.
- Betz, N. E., Klein, K., & Taylor, K. (1996). Evaluation of a short form of the career decision making self-efficacy scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 47-57.
- Betz, N. E., & Voyten, K. K. (1997). Efficacy and outcome expectations influence career exploration and decidedness. *Career Development Quarterly*, 46, 179-189.
- Betz, N. E., Hammond, M. S., & Multon, K. D. (2005). Reliability and validity of five-level response continua for the career decision self-efficacy scale. *Journal of Career assessment*, 13(2), 131-149.
- Crites, J. O.(1969). *Vocational Psychology*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Griffiths, J. H. (2006). *Academic self-efficacy, career self-efficacy, and psychosocial identity development: A comparison of female college students from differing socioeconomic status groups*. (Doctoral dissertation, North Carolina State University, 2006)
- Hackett, G. (1991). Career self-efficacy measurement: Reactions to Osipow. *Journal of Counseling & Development*, 70, 330-331.
- Hampton, N. Z. (2005). Testing for the structure of the career decision self-efficacy scale-short form among Chinese college students. *Journal of Career Assessment*,

13(1), 98-113.

- Krista, M. C., & Ellen, H. M. (2003). Applying social cognitive career theory to the empowerment of battered women. *Journal of Counseling & Development, 81*, 425.
- Lent, R.W., & Hackett, G., Brown, S.D. (1999). A social cognitive view of school-to-work transition. *The Career Development Quarterly, 47*, 297-311.
- Levinson, E. M., Ohler, D. L., Caswell, S., & Kiewra, K. (1998). Six approaches to the assessment of career maturity. *Journal of Counseling & Development, 76*, 475-482.
- Luzzo, D. A. (1996). A psychometric evaluation of the career decision-making self-efficacy scale. *Journal of Counseling & Development, 74*, 276-279.
- Moogan, Y. J., & Baron, S. (2003). An analysis of student characteristics within the student decision making process. *Journal of Further and Higher Education, 27*(3), 271-287.
- Paulsen, A. M. & Betz, N. E. (2004). Basic confidence predictors of career decision-making self-efficacy. *The Career Development Quarterly, 52*, 354-362.
- Sterling, L. K. (2005). *The influence of a life skill course on athletic identity and career decision self-efficacy of collegiate student athletes*. (Doctoral dissertation, Kansas University, 2005)
- Wolfe, J. B., & Betz, N. E. (2004). The relationship of attachment variables to career decision-making self-efficacy and fear of commitment. *The Career Development Quarterly, 52*, 363-369.

專家內容效度函

教授道鑑：

素仰教授學識淵博，教學研究有成，學經歷豐富，令人敬佩。今於百忙之中叨擾，尚請包涵！

學生目前在國立台東大學課程與教學研究所碩士班進修，今在 連廷嘉博士指導下，擬以「青少年生涯自我效能量表編製之研究」作為碩士論文題目，本研究之目的旨在編製青少年生涯自我效能量表，以提供教育工作者或相關輔導人員客觀有效之工具，作為生涯輔導之參考依據。

本研究理論依據社會認知生涯理論之生涯自我效能觀點編製問卷，為求審慎，在進行預試之前，擬請 貴教授惠允審視本評量題目。隨函並檢附本研究之編製構念，供您參考。

本評量表共有五個分量表（自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計劃、解決問題），每一個分量表約有十至十一題。懇請 貴教授撥冗指導，提供寶貴意見，耽誤 教授寶貴時間甚感抱歉，在此先致上誠摯的謝意。也懇請您於評妥量表之後，於一月十八日（五）前將評定表擲入所附之回郵信封寄回，若有疑問或其他指教意見，請與學生聯絡（0937601573 或 e-mail: playwun@yahoo.com.tw）。再一次感謝您的指導！謹此

敬祝

教安

國立台東大學課程與教學研究所研究生

黃惠香

敬上

2008/01/06

附錄二

教授：您好

非常感謝 您同意撥出時間審查、指導學生碩士論文「青少年生涯自我效能量表編製之研究」的專家審查版量表題目。本量表計有五個分量表（自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計劃、解決問題），每一個量表約有十至十一題，總計有五十二個題目。在每個分量表前都有其定義與專業說明，請您參閱後費心審閱每一個題目內容，並於其後選擇一適當選項勾選或填寫您的審查意見： 本題目可用 本題目不可用 修正後適用（請說明：_____）。審查後煩請於元月十八日（五）前擲入所附之回郵信封寄回，若有疑問或其他指教意見，請與學生聯絡（0937601573 或 e-mail: playwun@yahoo.com.tw）。肅此敬謝！

敬祝

教安

國立台東大學課程與教學研究所研究生 黃惠香 敬上

2008/01/06

生涯自我效能量表

Hackett 和 Betz 於 1981 年根據 Bandura (1977) 的自我效能理論衍申到生涯輔導的領域，他們認為只要是將自我效能的概念運用到生涯輔導的領域內即可稱為生涯自我效能。Betz、Klein 和 Taylor (1996) 認為生涯自我效能是個體在評估自己生涯能力的信心程度。生涯自我效能高者對於自己的信心程度高，較能做出適合自己的生涯決定，相反地，生涯自我效能低者對於自己信心程度低，在面臨生涯決定時往往會不知所措，無法做出正確的決定。本研究之青少年生涯自我效能量表理論模式的建立乃是依據 Crites 提出生涯成熟的能力指標：自我評價、蒐集資料、選擇目標、做出計畫、解決問題，作為編製量表之架構。

一、自我評價：

個體在生涯發展過程中對於自我愈了解，愈能將自我逐步具體實現於未來的職業選擇之中（Super, 1957）。自我評價主要在測量個體自我了解的信心程度。

1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心及毅力去實踐。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

2. 面對新的生涯決定，我有信心能夠適應良好。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

3. 我對自己所做出的決定是有信心的。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

4. 我有信心可以掌握未來升學或就業時的面談過程。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

5. 畢業後如果無法找到我最想要的工作，我仍然有信心可以找到適合自己的工作。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

6. 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

7. 我有自信能準備一份完整且良好的履歷。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

8. 我不認為自己能夠表現出有自信的一面。【負向題】

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

9. 我相信我可以找到一個能滿足我抱負的職業。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

10. 我能像別人介紹或說明我的個性，讓他們更了解我。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

11. 我能說出自己不適合從事的職業類型。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

二、蒐集資料：

青少年階段的發展任務在於進行職業試探，個體對於自身蒐集資料的能力具有的信心程度亦可表示個體生涯自我效能的高低。

1. 在做出新的決定前，我能收集到足夠的相關資訊。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用 (請說明：_____)

2. 我會嘗試去了解未來可能從事的行業。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
3. 我認爲時間會帶給我正確的決擇，因此不急於一時。【負向題】
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
4. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資料。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
5. 我相信學校老師可以提供我有關未來做選擇的資訊。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
6. 我相信父母可以提供我有關未來做選擇的資訊。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
7. 我會上網尋找有關未來升學的資訊。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
8. 我會主動詢問老師有關升學的相關資訊。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
9. 我會運用輔導室所作的測驗結果幫助我更了解自己。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）

10. 在蒐集資訊時我會注意可能碰到的陷阱。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

三、選擇目標：

個體對於選擇未來職業或升學目標時所具有的信心程度即為生涯自我效能的表現行爲。

1. 我能明確說出未來我所想要的生活型態。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

2. 對於選定的目標，我能清楚的說明它的優缺點。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

3. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

4. 即使遇到挫折，我仍然會堅持自己所選擇的目標。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

5. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

6. 我認爲世事難料，提早規劃未來是多餘而沒必要的。【反向題】

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

7. 我可以考上一個符合我心中理想的科系。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

8. 我對於目標的設定有信心。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

9. 我相信生涯中的各種目標是可以透過自己內在的動力來完成。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

10. 我有信心可以達成自己選好的目標。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

四、做出計畫：

面對未來可能的生涯選擇，個體對於自己規劃未來能力的信心程度即爲生涯自我效能的表現。

1. 我認爲與其相信命運，不如好好計畫自己的未來。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

2. 我能為自己訂出一份未來五年的計畫。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
3. 我認為船到橋頭自然直，現在想未來的事都是多餘的。【反向題】
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
4. 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
5. 我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
6. 我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
7. 對於未來，我已經有明確的計畫，並且逐步在實踐。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
8. 我可以說出好幾個自己感興趣的職業。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）
9. 我能說出自己以後想從事的工作型態。
- 本題目可用 本題目不可用
- 修正後適用（請說明：_____）

10. 我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

11. 我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

五、解決問題：

個體在面臨未來生涯發生的問題，具有多少信心程度可以解決遭遇的問題或困難即可顯示其生涯自我效能的程度。

1. 遇到困難時，我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

2. 遇到困難時，我會請教週遭的親友來謀求解決之道。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

3. 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我有勇氣轉系。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

4. 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我有勇氣轉換工作跑道。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

5. 我對自己解決問題的能力有信心。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

6. 我遇到學業上的挫折時會主動請教別人。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

7. 在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

8. 我對於未來的職業能有所堅持，不受他人影響。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

9. 如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。【反向題】

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

10. 我可以爲了工作的需要而搬到另一個地方居住。

本題目可用 本題目不可用

修正後適用（請說明：_____）

親愛的同學，你好：

首先非常感謝你能協助填答本問卷，你的幫忙必能對此研究有莫大貢獻！

這份問卷主要目的是幫助你了解，當你自己在面臨選擇未來生涯選擇（例如選擇就讀類組、大學科系和未來職業選擇）時，你對自己能處理這些情況的能力有多少信心。調查的結果僅提供學術研究之用，並不會對外公開，因此請你放心地根據此時此刻真實的想法來作答。此問卷並非考試，並無分數的好壞之分，只是對於自己的了解！你的意見對於本研究相當珍貴，在此誠心感謝你的支持與協助。

指導教授：國立台東大學教育學系 連廷嘉 博士

研究生：國立台東大學課程與教學碩士班研究生 黃惠香敬上

第一部分 【生涯自我效能量表】

作答說明：這部份的量表共有五十二題，每個題目都有五個選項，分別為完全同意、大部份同意、部份同意、小部份同意及完全不同意，請同學們在看完每一道題目後，仔細地想想與你本身的情況是否相同，再依據相同的程度，勾選出適合的答案。請逐題填答，再一次感謝您的協助！

- | | 完
全
同
意 | 大
部
份
同
意 | 部
份
同
意 | 小
部
份
同
意 | 完
全
不
同
意 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心毅力去實踐。 | <input type="checkbox"/> |
| 2. 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。 | <input type="checkbox"/> |
| 3. 我對自己所做出的決定是有信心的。 | <input type="checkbox"/> |
| 4. 我有信心可以掌握未來升學或就業時的甄試或面談過程。 | <input type="checkbox"/> |
| 5. 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以找到適合自己的工作。 | <input type="checkbox"/> |
| 6. 我有信心可以選出符合自己興趣的職業或科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。 | <input type="checkbox"/> |
| 8. 我不認為自己能夠表現出有自信的一面。 | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我相信我能找到一個施展我抱負的職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我有自信能清楚介紹自己，使別人了解我。 | <input type="checkbox"/> |

- | | 完
全

同
意 | 大
部
份
同
意 | 部
份
同
意 | 小
部
份
同
意 | 完
全

不
同
意 |
|------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 11. 我有信心能說出自己不適合從事的職業類型。 | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我有信心在做出新的決定前，能蒐集足夠的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我有信心我能努力去了解未來可能從事的行業。 | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我認為時間會帶給我正確的選擇，因此不急於一時。 | <input type="checkbox"/> |
| 15. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資料。 | <input type="checkbox"/> |
| 16. 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 17. 我相信我可以從父母那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 18. 我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 19. 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業的相關資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 20. 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。 | <input type="checkbox"/> |
| 21. 在蒐集資訊時我有信心會注意可能碰到的陷阱。 | <input type="checkbox"/> |
| 22. 我能明確說出未來我所想要的生活型態。 | <input type="checkbox"/> |
| 23. 對於選定的升學或就業目標，我能清楚的說明它的優缺點。 | <input type="checkbox"/> |
| 24. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 25. 即使遇到挫折，我仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目標。 | <input type="checkbox"/> |
| 26. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 27. 我認為世事難料，提早規劃未來是多餘而沒必要的。 | <input type="checkbox"/> |
| 28. 我可以考上一個符合我心目中理想的科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 29. 我對於擬定升學或就業的目標有信心。 | <input type="checkbox"/> |
| 30. 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。 | <input type="checkbox"/> |
| 31. 我有信心可以達成自己選定的目標。 | <input type="checkbox"/> |
| 32. 我認為與其相信命運，不如好好計畫自己的未來。 | <input type="checkbox"/> |
| 33. 我相信我能為自己訂出未來五年的計畫。 | <input type="checkbox"/> |

- | | 完
全
同
意 | 大
部
份
同
意 | 部
份
同
意 | 小
部
份
同
意 | 完
全
不
同
意 |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 34. 我認爲船到橋頭自然直，現在想未來的事都是多餘的。 | <input type="checkbox"/> |
| 35. 我有信心可以按照計畫逐步實踐未來的夢想。 | <input type="checkbox"/> |
| 36. 我有信心我能說出未來我想從事的職業需要具備的條件。 | <input type="checkbox"/> |
| 37. 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | <input type="checkbox"/> |
| 38. 對於未來我相信我已有明確的計畫。 | <input type="checkbox"/> |
| 39. 我有信心我可以說出三個以上自己感興趣的職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 40. 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。 | <input type="checkbox"/> |
| 41. 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | <input type="checkbox"/> |
| 42. 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | <input type="checkbox"/> |
| 43. 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | <input type="checkbox"/> |
| 44. 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | <input type="checkbox"/> |
| 45. 未來我若發現所就讀的科系不是我所喜歡的，我相信我有勇氣轉系。 | <input type="checkbox"/> |
| 46. 未來我若發現所從事的工作不是我所適合的，我相信我有勇氣轉換工作跑道。 | <input type="checkbox"/> |
| 47. 我對自己解決問題的能力有信心。 | <input type="checkbox"/> |
| 48. 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | <input type="checkbox"/> |
| 49. 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | <input type="checkbox"/> |
| 50. 我相信我對未來的職業能有所堅持，不受他人影響。 | <input type="checkbox"/> |
| 51. 我相信如果未來所從事的工作不如我願，我也只能屈服。 | <input type="checkbox"/> |
| 52. 我相信我可以爲了工作的需要而搬到另一個地方居住。 | <input type="checkbox"/> |

第二部份 【生涯決定量表】

作答說明：

這部份的量表共有二十五題，每個題目都有五個選項，分別為完全相符、大部分相符、部分相符、小部分相符及完全不符，請同學們在看完每一道題目後，仔細想想與您的情況是否相同，再依據符合的程度，勾選出適合的答案。請逐題填答，再一次感謝您的協助！

- | | 完
全
相
符 | 大
部
份
相
符 | 部
分
相
符 | 小
部
分
相
符 | 完
全
不
符 |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我已選出未來想就讀的科系，並對這項決定感到滿意。 | <input type="checkbox"/> |
| 2. 我知道如何實現自己的選擇，以順利進入想就讀的科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 3. 我已選出未來想從事的職業，並對這項決定感到滿意。 | <input type="checkbox"/> |
| 4. 我知道在未來應該如何實現自己的選擇，以順利謀得想從事的職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 5. 我現在仍無法決定就讀哪一科系，因為我不瞭解各科系未來的出路和發展。 | <input type="checkbox"/> |
| 6. 假如我現在必須選出未來想就讀的科系，恐怕我會做錯誤的選擇。 | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我知道將來我必須就業，但我所知道的職業沒有一種能吸引我。 | <input type="checkbox"/> |
| 8. 直到現在我仍未詳細考慮未來職業的事。當我想到這件事時，有種不知所措的感覺。 | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我很少有獨自做決定的經驗。同時，目前我仍未有足夠的資料來幫助我選擇未來要從事的職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我覺得很氣餒，因為與選擇職業有關的任何事，似乎相當不確定，因此目前我仍抱著拖延的態度，暫時不考慮此問題。 | <input type="checkbox"/> |
| 11. 「決定未來的職業」這件事，實在夠煩人的。我想很快做決定，然後結束這件事。真希望能做份測驗，讓它告訴我，我該選哪一種職業。 | <input type="checkbox"/> |

- | | 完
全 | 大
部
份 | 部
分 | 小
部
分 | 完
全 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 相 符 | 相 符 | 相 符 | 相 符 | 不 符 |
| 12. 我不知道自己有哪些興趣。雖然有些事情吸引我，但我不敢確定這些是否與未來的職業方向有關。 | <input type="checkbox"/> |
| 13. 好幾種職業同時吸引我，我實在無法決定該選哪一種。 | <input type="checkbox"/> |
| 14. 有一些科系同樣吸引我，但我不知道該將何者列為第一優先選擇。 | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我的興趣非常廣，而且不管我選哪種職業，我都有能力做得好，所以很難從中選擇。 | <input type="checkbox"/> |
| 16. 雖然我知道將來我想從事那種職業，但我不知道該具備有哪些能力或訓練，以便順利謀得此項工作。 | <input type="checkbox"/> |
| 17. 決定未來職業之前，我需要更多的資料來瞭解各種職業間的差異。 | <input type="checkbox"/> |
| 18. 依照我的能力，我該選擇某一科系，但我的興趣並不在此，因此我到現在仍無法決定該選哪一科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 19. 我知道我感興趣的是哪一科系，但我這方面的能力似乎不足，以致到現在還不確定該選哪一科系。 | <input type="checkbox"/> |
| 20. 我知道我感興趣的職業是什麼，但我的能力卻不足以接受此種職業必備的訓練或學歷。 | <input type="checkbox"/> |
| 21. 以前我曾想過將來要從事某種職業，但最近發現，我無法達成理想，現在只好考慮其他的職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 22. 我希望將來從事某項職業，但這違背某人的願望。由於此人對我相當重要，以致使我無法現在做決定。我希望能找出方法，使我倆皆滿意。 | <input type="checkbox"/> |
| 23. 雖然我很想選擇某一科系或職業，但一想到未來出路的問題，就讓我猶豫起來。 | <input type="checkbox"/> |
| 24. 我知道我喜歡哪種職業，但社會上對該種職業的評價並不高，以致於現在我還不敢確定將來是否該選擇此種職業。 | <input type="checkbox"/> |
| 25. 以上各題所描述的都未符合我目前在做生涯決定上的困境。請在下列欄位作補充說明： | | | | | |

第三部分 【個人基本資料】請在適當的「□」中打√。

1. 性別： 男 女
2. 就讀學校所在地區： 北部 中部 南部 東部
3. 就讀學校學制別： 高中 高職
4. 家中排行： 長子/長女 次子/次女 老么
 獨生子/獨生女 其他，請說明_____
5. 父母親教育程度（請填入代號即可） 父親：_____ 母親：_____
- ① 博士 ② 碩士 ③ 大學 ④ 專科
⑤ 高中職 ⑥ 國中 ⑦ 國小 ⑧ 不識字

6. 家長職業類別：請從下列項目中勾選父母親的職業類別，若以下的職業項目都不符合，那麼請在「其他」項目中寫出您父母的職業。

| 父親 | 母親 | 職業類別 |
|---------------------------|--------------------------|---|
| (1) 無技術、非技術性人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：小販、農漁牧工作人員、清潔工、服務生、娛樂業、工友、大樓警衛、打零工、家庭主婦（夫）等。 |
| (2) 技術性人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：推銷員、零售商、小店家、店員、自耕農、領班、郵差、司機、美容師、裁縫師、士官、工廠工人或雇工、打字員等。 |
| (3) 半專業人員、一般公務員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：廚師、警察、保全人員、消防隊員、批發商、代理商、包商、蔚級軍官、查帳員、技佐、護士、管理員、出納員、秘書、代書、演員、船員、委任公務員等。 |
| (4) 助理專業人員、中級行政人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 中小學教師、幼稚園教師、法律行政專業助理人員、醫療農業生物技術員、航空航海技術員、薦任級公務人員、商業、會計專業助理人員、校級軍官。 |
| (5) 高級專業人員、高級行政人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 校長、大學教師、法官、律師、醫師、會計師、高科技工程師、行政主管、企業主管、將級軍官、民意代表等。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | (6) 其他： 若上列沒有適合的選項請在此勾選，並請說明父母親的職業。 父親：_____ 母親：_____ |

此份問卷到此作答完畢，再次感謝您的協助幫忙！

青少年生涯自我效能量表

親愛的同學，你好：

首先非常感謝你能協助填答本問卷，你的幫忙必能對此研究有莫大貢獻！

這份問卷主要目的是幫助你了解，當你自己在面臨選擇未來生涯選擇（例如選擇就讀類組、大學科系和未來職業選擇）時，你對自己能處理這些情況的能力有多少信心。調查的結果僅提供學術研究之用，並不會對外公開，因此請你放心地根據此時此刻真實的想法來作答。此問卷並非考試，並無分數的好壞之分，只是對於自己的了解！你的意見對於本研究相當珍貴，在此誠心感謝你的支持與協助。

指導教授：國立台東大學教育學系 連廷嘉 博士

研究生：國立台東大學課程與教學碩士班研究生 黃惠香敬上

第一部分 【生涯自我效能量表】

作答說明：這部份的量表共有二十五題，每個題目都有五個選項，分別為完全同意、大部份同意、部份同意、小部份同意及完全不同意，請同學們在看完每一道題目後，仔細地想想與你本身的情況是否相同，再依據相同的程度，勾選出適合的答案。請逐題填答，再一次感謝您的協助！

| | 完 全 同 意 | 大 部 份 同 意 | 部 份 同 意 | 小 部 份 同 意 | 完 全 不 同 意 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 面對新的生涯決定，我相信我能有恆心毅力去實踐。 | <input type="checkbox"/> |
| 2. 我相信我會上網尋找有關未來升學的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 3. 我對自己所做出的決定是有信心的。 | <input type="checkbox"/> |
| 4. 畢業後如果短期內無法找到我最想要的工作，我仍然有信心未來可以找到適合自己的工作。 | <input type="checkbox"/> |
| 5. 我有自信能準備一份完整且良好的自傳。 | <input type="checkbox"/> |
| 6. 我有信心能明確說出未來我所想要的生活型態。 | <input type="checkbox"/> |
| 7. 對於我有興趣的職業或科系，我有信心可以找到相關的資訊。 | <input type="checkbox"/> |
| 8. 我相信我可以從學校老師那裡得到有關未來做選擇的資訊。 | <input type="checkbox"/> |

- | | 完
全 | 大
部
份 | 部
份 | 小
部
份 | 完
全
不
同
意 |
|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 9. 我有勇氣與信心，找機會主動詢問老師有關升學或就業的相關資訊。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 面對新的生涯決定時（如升學、就業），我有信心能夠適應良好。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 我有信心當遇到學業上的挫折時會主動請教別人。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我相信我有能力去判斷並決定生涯目標。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 即使遇到挫折，我有信心仍然會堅持自己所選擇的升學或就業目標。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我有信心可以找到一個適合我的職業或科系。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我相信我會運用輔導室所做的測驗結果幫助我了解自己。 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 我有信心可以從好幾個可能的選項中選出我想要的職業或科系。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. 我相信與其聽天由命，不如好好計畫自己的未來。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. 我有信心我會主動選讀對未來的職業有助益的課程。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. 我有信心我能說出自己以後想從事的工作型態。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. 我相信我會積極的尋找工作機會，並且主動投寄履歷表求職。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. 我相信我會利用工讀的機會來增加自己對於職業的了解與認識。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. 遇到困難時，我相信我會請教週遭的親友來謀求解決之道。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. 我對自己解決問題的能力有信心。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. 我相信我在工作上遇到不懂的地方時，我會主動詢問別人以求解決之道。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. 遇到困難時，我相信我會閱讀相關的資料來謀求解決之道。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

【 下頁還有題目 】

第二部分 【個人基本資料】請在適當的「□」中打✓。

1. 性別： 男 女
2. 就讀學校所在地區： 北部 中部 南部 東部
3. 就讀學校學制別： 高中 高職
4. 家中排行： 長子/長女 次子/次女 老么
 獨生子/獨生女 其他，請說明_____
5. 父母親教育程度（請填入代號即可） 父親：_____ 母親：_____
- ① 博士 ② 碩士 ③ 大學 ④ 專科
⑤ 高中職 ⑥ 國中 ⑦ 國小 ⑧ 不識字

6. 家長職業類別：請從下列項目中勾選父母親的職業類別，若以下的職業項目都不符合，那麼請在「其他」項目中寫出您父母的職業。

| 父親 | 母親 | 職業類別 |
|---------------------------|--------------------------|---|
| (1) 無技術、非技術性人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：小販、農漁牧工作人員、清潔工、服務生、娛樂業、工友、大樓警衛、打零工、家庭主婦（夫）等。 |
| (2) 技術性人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：推銷員、零售商、小店家、店員、自耕農、領班、郵差、司機、美容師、裁縫師、士官、工廠工人或雇工、打字員等。 |
| (3) 半專業人員、一般公務員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 如：廚師、警察、保全人員、消防隊員、批發商、代理商、包商、蔚級軍官、查帳員、技佐、護士、管理員、出納員、秘書、代書、演員、船員、委任公務員等。 |
| (4) 助理專業人員、中級行政人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 中小學教師、幼稚園教師、法律行政專業助理人員、醫療農業生物技術員、航空航海技術員、薦任級公務人員、商業、會計專業助理人員、校級軍官。 |
| (5) 高級專業人員、高級行政人員： | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 校長、大學教師、法官、律師、醫師、會計師、高科技工程師、行政主管、企業主管、將級軍官、民意代表等。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | (6) 其他： 若上列沒有適合的選項請在此勾選，並請說明父母親的職業。 父親：_____ 母親：_____ |

此份問卷到此作答完畢，再次感謝您的協助幫忙！

同 意 書

本人同意黃惠香君使用本人所編製之「高中舞蹈資優生生涯決定問卷」，以進行其碩士論文----「青少年生涯自我效能量表編製之研究」。

同意人：
中華民國 97 年 2 月

同 意 書

本人同意黃惠香君使用本人所編製之「生涯決策自我效能預期量表」，以進行其碩士論文----「青少年生涯自我效能量表編製之研究」。

同意人： _____

專家意見評定名單

- 彭慧玲 國立台北商業技術學院教授
- 陳金定 國立台灣體育學院副教授
- 張如慧 國立台東大學教育學系（所）副教授
- 鄧志平 國立彰化師範大學輔導與諮商學系所助理教授
- 何俊青 國立台東大學教育學系（所）助理教授
- 連廷嘉 國立新竹教育大學教育心理與諮商學系（所）助理教授
- 張添洲 國立海山高級工業職業學校校長
（國立台灣師範大學教育研究所博士）
- 黃瑛琪 高雄市立小港高中專任輔導教師
（國立高雄師範大學輔導研究所博士）