

創意生涯規劃課程對大學生 生涯決策自我效能之影響

李藹慈* 聶子敬**

本研究採質量併陳之研究設計，以四組實驗設計方式蒐集量化資料，並輔以質性訪談。研究目的旨在探究：(1)實驗組學生接受創意生涯規劃課程，對其課程內容反應情形；(2)實驗組學生接受創意生涯規劃課程，對生涯決策自我效能的影響；(3)生涯規劃課程結束三至四個月後，實驗組學生生涯決策自我效能的發展情形。

研究結果發現實驗組與控制組生涯決策自我效能表現上，達到顯著差異，支持本課程訓練效果是存在的；經由進一步訪談得知，學生偏好創意教學設計的教學方式與課程內容，對教師教學態度與學習情境的塑造亦感到滿意，而藉由創意教學設計，學生表示修課後除了生涯決策自我效能提升之外，其他在人際關係、溝通技巧、時間管理、簡報技巧上也皆有所提升。

關鍵字：創意生涯規劃課程、創意教學、生涯決策自我效能

* 作者現職：國立中正大學成人及繼續教育學系副教授

**作者現職：國立中正大學成人及繼續教育學系研究生

壹、研究背景與目的

自 2002 年教育部頒佈「創造力教育白皮書」以來，創造力教育行動方案開始於全國各縣市學校實施。而國立中正大學教育學院於 95 學年度，特依據「教育部輔導大學校院推動創意學院補助要點」，訂定 MIC 創意教育學院計畫(Made In Chung-Cheng, 簡稱 MIC)。計畫中的「課程與教學創新實驗」行動方案，即是規劃一套完整的「創造力教育學程」，因此，本研究即建立在 MIC 創意教育學院計畫之上，選定 96 學年度第一學期之「創意生涯規劃課程」，作為本研究之課程。

選定此課程之原因，乃是生涯規劃的觀念長期來受到重視，尤其生涯發展成為各領域一個重要的研究議題，諸如：教育、心理、輔導、社會工作，有關生涯的研究極為豐富(田秀蘭，2003；Betz & Hackett, 1983; Coogan & Chen, 2007)。再者，若就 Erikson 的心理社會發展論來看，自我統合(ego identity)之達成，其關鍵期約在 18-22 歲，正值大學時期，對於大學生來說，此階段正處於學生與工作者角色的交接地帶，個人的選擇與決定對目前與未來生活的影響甚鉅，不安與惶恐的情緒亦會不斷的圍繞在其對生涯發展的思考上。而研究指出，欲了解人類生涯發展，可透過生涯自我效能(career self-efficacy)加以探討(田秀蘭，1998；Borgen, 1984; Niles & Sowa, 1992)；另外，生涯決策自我效能與生涯定向情形存在高度的相關，即生涯自我效能愈高者，生涯愈趨於定向狀態(王玉珍，1998；厲瑞珍，2002)。質言之，高度生涯自我效能者，面對生涯問題時，會以正向積極的態度來解決所面臨的困境，克服困難的容忍度較高。反之，低度生涯自我效能者，容易窄化了生涯選擇的範圍，甚至出現逃避行為。

再者，創意教學乃在激發學生以知識和經驗為基礎，發揮想像力與潛能解決問題，是一種活潑、求新求變、有創意的教學；而相關的實證研究也指出創意教學有助於提升學生的學習動機、興趣、與成效(沈翠蓮，2005；魏惠娟，2007；Jeffrey & Craft, 2004; Sawyer, 2004)。據此，大學生若能在此關鍵階段充分的進行生涯探索，而教師亦能於生涯相關課程中導入創意教學，設計一套具有創意的生涯課程，引導學生自我覺察，應有助於學生提高其生涯自我效能，並擁有正確的生涯信念，在大學生活中的適應也會較為良好，對未來的生涯發展亦有幫助。是故，透過創意生涯課程幫助大學生提升生涯決策自我效能，極具研究意義與價值。

綜合上述，本研究旨在探討學生修習創意生涯規劃課程反應，以及該課程對其生涯決策自我效能的影響。本研究目的如下：

- (一)探討實驗組學生接受創意生涯規劃課程，對其課程內容反應情形；
- (二)分析實驗組學生接受創意生涯規劃課程，對生涯決策自我效能上的影響；
- (三)深究生涯規劃課程結束三至四個月後，實驗組學生生涯決策自我效能的發展情形。

貳、文獻探討

一、創意生涯規劃課程

本研究所實驗的創意生涯規劃課程，乃以創意教學的理念為骨架，以生涯規劃的內容為主體，以下詳述其設計理念。

(一)創意教學設計基礎

賈馥茗（1976）認為創意教學，就教師本身來講，乃是鼓勵教師因時制宜變化教學方式；吳清山（2002）將創意教學解讀為，教師於教學過程中，能夠採取多元活潑的方式和多樣豐富的教學內容，激發學生內在學習的興趣，以培養學生樂於學習的態度和提升學生的學習能力；此外，洪榮昭、林雅玲與林展立（2004）等則認為創意教學就是透過創造性的教學計畫，加以適當的技巧靈活應用於教學上，使課程更活潑有趣；魏惠娟（2007）則認為創意教學，並非單指某一教學過程或是全新的教學方法，乃是透過教師不斷自我充實，發揮想像力，重視學生的需求和感受，最終能激發學生主動學習，有參與探索知識的能力。

國外學者則較持著學生為中心的觀點，Sawyer（2004）認為創意教學係以學生為中心，創造開放學習氣氛、鼓勵彈性思考、運用多樣化學習資源、加強團隊合作學習、實施多元評量、並提供學生問題解決的機會。Lucas 和 O'Hora（2003）根據「腦為基礎的學習理論」（brain-based learning theory）指出，創意的教學是以學生為中心，教師必須瞭解學生的需求與學習風格、教材和教學需以有趣的、有意義的、豐富個人（personally enriching）的方式傳遞；並在教學過程中自由的運用問題解決、詢問、互動及回饋等方法，以助於學習者的學習、保留與應用。Pike（2003）也強調創意教學是學生為中心，教師引導的一種教學方式（participant-centered, instructor-led），在此過程，教師必須運用多元的教學方法，重視學習者的經驗，利用小團體教學，以及強調真實生活的應用及行動計畫。Lucas 和 O'Hora（2003）也進一步提出創意的教學技術，包括開放式

問題、模擬、遊戲、心智圖法、腦力激盪、角色扮演、行動學習策略、案例教學、實務應用、繪圖等。

根據上述，本研究定義的創意教學為，為達到有效的學習，教師採用學習者為中心的教學策略，營造自由開放活潑的學習氛圍，以多元化的教學方法，促進學習者主動的參與學習，並能將所學與生活相結合。

(二)生涯規劃課程內容

生涯規劃旨在幫助個人瞭解自我、探索自我的潛能、熟知決策方法、瞭解工作世界，以做出最適的抉擇，並進而有圓滿的生涯發展。本實驗課程的內容，主要參酌 Swain 的觀點，他認為生涯規劃要著重三個層面，首先，探索「自我」包括興趣、性向及價值觀；其次要認識影響生涯發展的外在「環境」及建立生涯的資源，包括家庭、學校及社會環境之正負向因素；最後要收集「生涯目標相關資訊」包括人、事及資訊（張添洲，1993）。國內生涯學者金樹人（1991）稱之為生涯黃金三角形。當此三要素具備後，個人便開始做決定的歷程並採取行動。研究者進一步蒐集國內大學開設生涯規劃相關課程的授課內容，包括政治大學、清華大學、交通大學、中山大學、中興大學等，皆不外乎以生涯黃金三角形的架構，來設計課程內容。

再者，從 Super 的生涯發展觀點來看，大學生正值「探索」的階段，此時期的主要生涯發展任務，即在進行生涯探索增進自己對職場的了解，決定未來生涯發展的目標（Super, 1990）。關永馨、齊隆鯤（2006）的研究亦發現，歷年來大學生申請心理諮商之問題類別中，生涯輔導（含自我探索、轉系與升學就業）個案量即佔全部諮商個案人次之 30%至 40%，顯見，生涯發展問題為大學生求學生涯之核心問題。

據此，此門課的最終目標在於，幫助大學生從瞭解自我開始，進一步體認到生涯發展過程中個人與環境的互動關係，增進對工作世界的瞭解，釐清未來的生涯目標。

綜合上述，創意生涯規劃課程的構想，乃是基於，生涯規劃與發展是人與環境互動的產物，不應僅以傳統講述的方式，闡述生涯理論或是概念，學生學習到的會是沒有理解的知識，應該要提供學生一個學習情境，並藉由多元化的教學方法，讓其能將生涯議題與個人的生活經驗結合，以助其提升生涯自我效能。

二、生涯決策自我效能

生涯自我效能的概念，首次出現在 Betz 和 Hackett（1981）對於女性生涯

發展的研究中，將 Bandura 提出的自我效能概念，引至個體的生涯決策上，認為生涯自我效能是個體在生涯發展過程中，對自己能成功完成一項任務的看法、信念及期望。爾後，Taylor 和 Betz (1983) 根據 Crites (1981) 的生涯成熟模式，提出了生涯決策自我效能。Crites 認為，生涯成熟，代表個體達到生涯發展任務的程度，並與是否具備五項生涯活動的能力有關，分別是：(1) 正確的自我評量；(2) 職業資料的蒐集；(3) 目標選擇；(4) 未來計畫之擬定；(5) 問題解決。Taylor 和 Betz (1983) 根據此架構，進一步結合自我效能概念，提出生涯決策自我效能，即指個人在上述五項生涯活動上，所具備的信心程度。亦即當個體面對生涯議題時，有多少信心能應對與抉擇，亦可說是個體對自身生涯的自驗預言 (Betz, Klein, & Taylor, 1996; Betz & Luzzo, 1996)。若自我對其應對能力具有高度信心時，就愈可能排除生涯發展過程中所面臨的阻礙因素，進而獲致成功的生涯發展 (陳金定, 1987; Hall, 1997)。本研究即在試圖實驗，創意的生涯規劃課程，如何提高其生涯決策自我效能。

叁、實驗課程介紹

本實驗「創意生涯規劃課程」，為期 18 週，每週 3 節，每節 50 分鐘。以下介紹本課程各階段之教學目標及創意設計的手法，詳細之教學方法、教學活動、及評量方式，如表 1。

一、教學目標

本課程教學分為四個階段，各階段教學目標如下：

第一階段：幫助學生瞭解生涯發展的意義與理論。

第二階段：幫助學生增進自我探索的能力、評估自我的生涯興趣、以及發現自我的生涯價值觀。

第三階段：增進學生對於職場世界的認知。

第四階段：回顧本學期課程所學，整合生涯相關知識，幫助學生發展個人生涯規劃藍圖。

二、教學上的創意設計

本研究界定之創意設計，乃在於運用多元的教學方法、多元的學習活動及多元的評量方式，並以合作學習與體驗學習為主軸，以達學生主動參與學習，及所學能用的目的。創意設計展現如下：

(一)多元的教學方法

除了講述為基本的教學方法之外，每堂課搭配運用不同的教學技術，例如：開放式問題、模擬、遊戲、繪圖、角色扮演、腦力激盪、小組討論、參訪、行動學習、實作練習等。

(二)多元的學習活動

1.生涯彩虹圖的繪製：

講授完 Super 的生涯階段論後，輔以個人生涯彩虹圖的繪製，以助其瞭解理論，並與個人生涯發展結合。

2.Holland 拼布圖：

利用 Holland 測驗，找出每位同學的 Holland code，並請每人發揮創意，依其代碼繪出代表的圖案或符號，再將六個碼拼成拼布圖，以小組方式看圖說出生涯故事。

3.生涯情境模擬：

運用創意思考技術－「心智圖法」、「賀卡構思法」及「六頂思考帽」，讓學生嘗試從不同思考角度解決模擬的生涯困境。

4.職場體驗活動：

仿照美國轟動多年由唐納·川普（Donald J. Trump）所策劃的「誰是接班人」節目，設計了三項體驗任務：(1)行銷企劃案；(2)大家一起搞創業；(3)殘酷舞台，大吃體驗。本活動之設計旨在期望學生能體驗職場世界，得以提早為自己未來做出準備，並透過合作學習讓學生可以與不同領域學生合作，幫助學生開拓視野及思考方向。

5.職業大拍賣：

本課程有來自各學院的學生，此活動旨在依照修課學生背景，蒐集未來可能從事職業的相關資訊，幫助學生瞭解與掌握職場狀況，仿照古董拍賣方式進行，最後再討論每人所買到的職業類型與數量。

6.圓桌論壇：

學期中推薦三本書籍供學生閱讀，分別是「牧羊少年奇幻之旅」、「十四堂人生創意課」與「梅迪奇效應」，一方面藉由書籍內容供學生省思，一方面讓學

生能將書籍知識與課程活動進行連結。最後，透過三大圓桌論壇的方式分組討論，讓每位學生皆有機會分享閱讀心得，從中吸收他人的見解，並內化成爲自己的知識。

7.創意生涯走秀：

以走秀的方式，由每位學生依自我的生涯價值觀與興趣，以創意的服裝打扮或運用象徵物，在舞台上分享個人生涯藍圖，希望藉助同儕間互相鼓勵的力量，驅使學生朝向自己的生涯藍圖邁進。

(三)創意的分組方式

每堂課皆運用小組方式進行討論與分享，而每次皆採用不同的創意分組策略，例如：生日分組法、報數分組法、MM法等。除此之外，也利用競合的分組提升參與度，例如誰是接班人的活動，每次任務結束，即由組內評比，每組高分者與其他組之高分者重組團隊，組內低分者與其他組別低分者重組團隊，挑戰下一項任務，透過合作且競爭的方式，激勵士氣，並藉由團隊的重組，讓學生有機會與其他科系的同學合作。

(四)多元的評量方式

除了課堂的出席與參與討論的程度，尚利用非紙筆的方式，進行評量；並依據學生的特質與需求，在特定的主題下，允許其自由發揮，依新奇及內容豐富性加以評定。

1.生涯故事：

每個人根據過去的生涯足跡，製作個人的生涯故事，呈現形態不拘。

2.省思札記或活動心得：

針對各項學習活動，包括參訪、演講、閱讀等，撰寫心得札記。

3.任務評量表：

誰是接班人的三次活動中，皆有評量表，期能藉由各任務之進行，讓組內成員進行評比，以回饋組內其他成員，不僅能知道自己在本次任務中的表現狀況，更能瞭解自己在任務中所缺乏的能力，並作為未來改進依據。

4.夢想學習行動紀實：

製作個人的學習檔案，內容需包括自我的剖析、該學期參與的各項校內外

專論

學習活動、獲得獎項、課堂學習活動紀錄，及個人未來生涯目標與藍圖的撰寫。

表 1 本課程創意教學設計一覽

教學目標	教學策略	教學方法	教學活動	評量方式
第 I 階段 1. 瞭解生涯發展的意義與相關理論		◆講授 ◆閱讀 ◆小組討論 ◆發表	◆生涯彩虹圖繪製 ◆Holland 拼布活動	◆每週札記 ◆生涯故事撰寫
第 II 階段 2. 增進自我探索的能力 3. 評估自我生涯興趣 4. 發現自我生涯價值觀 5. 提升創意思考的能力	合作學習、體驗學習	◆講授 ◆小組討論 /635 討論法 ◆測驗 ◆遊戲 ◆演講 ◆活動演練 ◆參訪 ◆創意思考	◆人格類型測驗 ◆生涯情境模擬 /誰是接班人 ◆創意生活 ◆生涯故事 /職業大拍賣 ◆設計博覽會參訪 ◆六頂思考帽 /賀卡構思法/ 心智圖法	◆每週札記 ◆課堂討論 ◆活動表現 ◆接班人評分表 ◆演講心得 ◆生涯故事 ◆活動表現 ◆參訪心得
第 III 階段 6. 職業世界的認知 7. 自傳與履歷表之撰寫		◆遊戲 ◆活動演練 ◆演講 ◆實作練習	◆誰是接班人 ◆職業大拍賣 ◆履歷表與自傳之撰寫 /面談之模擬	◆接班人評分表 ◆活動表現 ◆演講心得 ◆自傳履歷撰寫
第 IV 階段 8. 規劃未來生涯發展的藍圖		◆書籍閱讀 ◆實作 ◆創意走秀	◆與大師對話圓桌論壇 ◆創意生涯走秀	◆閱讀心得 ◆夢想學習行動紀實

肆、研究方法

一、研究設計

本研究採用所羅門四組設計，檢驗創意生涯規劃課程對大學生生涯決策自我效能之影響，並輔以質性訪談方式深入探討大學生修課後，對該課程的反應，以及自我生涯效能的發展情形。透過量化實驗的結果，固能看出實驗效果，但卻無法瞭解效果背後的意義，因此，輔以訪談，由事後回溯的方式，讓學生用自己的語言和概念表達自己在創意教學上的感受，具體說明其喜好的部份，以

確認本研究創意設計的效果。而生涯決策自我效能部份，則能夠由學生細緻及深入的描述，瞭解哪些課程設計對於生涯決策自我效能有幫助，及課程中所學，在生活上的應用情形。

二、研究對象與程序

本研究以中正大學 96 學年度第一學期「創意生涯規劃課程」為個案，並以修習課程之 30 名學生為研究對象，將之隨機分為前測實驗組（PE）及未前測實驗組（UE）各 15 名；並對應實驗組學生背景，隨機選取中正大學「甲門通識課程」學生 30 名，將之分為前測控制組（PC）與未前測控制組（UC）各 15 名。

(一)前測實驗組（PE）

本組共蒐集創意生涯規劃課程修課反應量表、生涯決策自我效能量表與訪談等三種資料。生涯決策自我效能問卷前測於課程開始第二週施測，並於期末最後一次課程同創意生涯規劃課程修課反應量表一併施行後測；而訪談則於課程結束後三至四個月進行。

(二)前測控制組（PC）

本組僅蒐集生涯決策自我效能量表的資料。於學期課程開始第二週，對應實驗組學生之背景，隨機挑選未修習本研究課程之學生 15 人施行前測；而後測則於期末前進行。

(三)未前測實驗組（UE）

本組共蒐集創意生涯規劃課程修課反應量表、生涯決策自我效能量表與訪談等三種資料。於期末最後一次課程同時施測兩份問卷；而訪談則於課程結束後三至四個月進行。

(四)未前測控制組（UC）

本組僅蒐集生涯決策自我效能量表的資料。於期末前對應實驗組學生之背景，隨機挑選未修習本研究課程之學生 15 人施行後測。

三、測量工具

依據本研究的目的與需要，研究者選用二份量表，即「創意生涯規劃課程

修課反應量表」與「生涯決策自我效能量表」，以及擬定訪談大綱，作為本研究工具。

(一)創意生涯規劃課程修課反應量表

本量表修改簡尙姿(2006)自編之「修習創造力課程意見調查表」，原計分方式採 Likert 七點量表，可區分三大面向，「教學方式及課程內容」、「學習狀況」及「創造力評分」共計 50 題，其信度 Cronbach $\alpha = 0.967$ 。在本研究中，「創造力評分」非主要研究目的，因而刪除該面向，保留其他兩向。依本研究課程之需要，修正用語，改採五點量表，以主成份分析及正交轉軸進行因素分析，修改與刪減題數後為 39 題，量表總解釋變異量為 65.53%，信度 Cronbach $\alpha = 0.95$ ，表示該量表具有相當良好的信、效度。

(二)生涯決策自我效能量表

本量表原為 Taylor 和 Betz(1983)所編製的「生涯決策自我效能量表」(Career Decision-making Self-Efficacy Scale, CDMSE)，內容包含五個分量表，分別為：正確的自我評估 (accurate self-appraisal)、職業資料之蒐集 (gathering occupational information)、目標選擇 (goal selection)、未來計畫之擬定 (making plan for the future)、及問題解決 (problem solving)，計分方式採 Likert 十點量表，共計 50 題。而本研究即採用謝宏惠(1990)參考 Taylor 和 Betz(1983)所編製的「生涯決策自我效能量表」加以修訂，改採五點量表，作為本研究測量生涯決策自我效能之工具。以主成分分析及正交轉軸進行因素分析，其因素負荷量皆大於 0.3，全量表 50 題均保留，量表總解釋變異量為 78.72%，信度 Cronbach $\alpha = 0.96$ ，表示該量表具有相當良好的信、效度。

(三)訪談大綱

如 Kirkpatrick(1994)所建議，實驗組之訪談於課程結束後三至四個月左右進行。訪談內容主要有二部份，其一為學生對課程採用創意教學的看法，其二為實驗組學生在修完本研究課程之後，生涯決策自我效能的發展情形。對於課程的反應，為免學生擔憂訪談內容將做為成績評定的依據，而不敢說出真心話，故於教師送繳學生成績後進行，但學期結束適逢春假，待學生皆回到學校後，恰與生涯決策自我效能的訪談時間點配合，故一同進行。此也可進一步瞭解，學生仍有鮮明記憶或對課程印象最深刻的部份。為求研究結果之豐富性，挑選訪談學生之標準有二，其一為不同學院與科系的學生；其二為課程出席率達 90%以上之學生，儘管符合二項標準的學生很多，但礙於研究者時間限制，僅從實驗組中挑選出 14 名學生作為訪談對象，訪談大綱如附件一。受訪者背景如表 2 所示：

表 2 受訪者背景說明

學院	科系	科系代碼	人數	個案代碼
教育學院	成教系	A	2 男, 4 女	A1 - A6
管理學院	企管系	B	2 男, 3 女	B1 - B5
管理學院	會資系	C	1 女	C1
文學院	哲學系	D	1 男	D1
工學院	化工系	E	1 女	E1
總計 14 人				

訪談大綱依據研究目的所擬，共計 9 題。最後，在訪談資料分析部分，研究者先逐題逐行閱讀每一位受訪者之訪談稿後，結合研究目的所欲探究主題，將受訪者所陳述之相關字句內容歸屬至適合的研究主題中，並在文末加註編號以示出處。茲以下表陳述：

表 3 研究訪談資料登錄表

個案	訪談內容	登錄之主題
A1	我覺得上課的氣氛比較輕鬆，然後大家比較樂於上課，很少人會曠課。對啊，大家都喜歡來上這樣的課。(A1:3-2(42-43))	課程內容反應－上課之學習氣氛

上述列表之編號 A1，是指成教系第 1 位受訪者；而 3-2 (42-43) 是指，訪談大綱中第三題訪談內容的第二頁，第 42 行起至第 43 行之文句；其歸屬的主題為課程內容反應－上課之學習氣氛。

伍、研究結果分析

本研究旨在探討學生修課後對創意教學的反應、修課後在生涯決策自我效能上改變的差異情形。其結果分析如下：

一、學生對創意生涯規劃課程之反應分析

學生對於本課程的反應，可分別從問卷資料及訪談結果得知，分述如下：

(一)實驗組學生修課後，對本研究課程反應，如表 4 顯示：

表 4 學生修習完創意生涯規劃課程反應之平均數、標準差摘要

面向	平均數	標準差	平均數排列
教學方式及課程內容			
教學方式	3.71	.84	2
課程內容	4.07	.71	1
此面向整體狀況	3.95	.76	
學習狀況			
授課教師之教學態度	4.35	.66	1
上課之學習氣氛	3.80	.79	3
修課後的改變	3.89	.76	2
此面向整體狀況	4.05	.73	

1.教學方式及課程內容

以「課程內容」構面得分較高，亦即學生喜歡本研究課程之內容；而「教學方式」構面，顯示學生對於本課程之教學方式趨向「喜歡」的程度。整體而言，此面向平均數達 3.95，代表學生對於本課程之教學方式及課程內容介於「普通」與「喜歡」的程度，且較接近「喜歡」的程度。

2.學習狀況

以「授課教師之教學態度」構面得分最高，亦即學生同意本課程授課教師具有創意教學的態度；而「上課之學習氣氛」此構面，顯示學生對於本課程所營造之學習氣氛，富有挑戰性及能自由發揮想像，趨向「同意」的程度；最後，「修課後的改變」此構面，顯示學生修完本課程對自身是否有幫助，趨向「同意」的程度。整體而言，此面向平均數達 4.05，介於「同意」與「非常同意」的程度之間，且較接近「同意」的程度。

(二)訪談資料

1.創意教學設計下學生對於教學方式的感受

學生對於教學方式的感受，主要在教師運用許多創意分組方式，以及師生

間的互動很頻繁等兩方面。

(1)團隊合作學習時採用創意分組方式

學生表示，由於課程多以團隊合作的學習方式進行，所以常會將學生分組進行，而教師往往都運用多樣的創意方式，將學生打散分組合作。

這堂課老師用很多分組方式，你可能一進去教室老師就叫你抽籤，或是找看看椅子下有沒有放紙阿，就比較有趣。(A1：3-9 (12-13))

比如說用撲克牌或用抽籤或者是那個六頂思考帽，對啊，就分組方式對我而言覺得很特別，每次上課都會期待說是怎麼樣分組。(B3：3-4 (27-29))

(2)師生互動頻繁

本課程師生間互動頻繁，學生表示鮮少修過類似的課程，可以透過學生反應發現，學生對於這樣的教學方式較為喜愛。

我覺得很像美國式的那種教學方式，就是老師與學生會有很大的互動，我好像到現在都沒有上過一門類似這樣的課。(C1：3-2 (20-21))

這堂課教學方式很特別，是我上過最好的，因為一般大學課程就老師教學生聽嘛，那這堂課有大量互動，可以讓學生有不同的體驗，上完課後會很深刻。(D1：3-2 (2-3))

由上述可知，對於本課程教學方式學生表示，像是分組的方式很特別之外，授課時老師與學生間亦有許多互動機會，使得課堂中能讓他們自由發揮，而這樣的授課方式，學生認為有別於其他課程，從中也可以看出互動教學方式深受學生們的喜愛。

2.創意教學設計下學生對於課程活動安排的感受

在課程內容的安排上，學生認為活動富有創意，以及讓他們達到學中做、做中學的精神等兩方面。

(1)課程活動富有創意

專論

本課程教師所設計之創意活動，例如效仿電視節目的誰是接班人，規劃三次任務供學生分組競賽，藉由訪談可得知，學生表示這樣的活動帶給他們是種新體驗，即 B1 說到「像是誰是接班人活動，那是參考電視上一個節目嘛，可是活動內容又是自己設計的，所以可以說是一種全新的體驗（B1：5-3（24-26）」。而 A4、B4 表示本課程能將創意元素結合課程活動，使得他們能在創意活動中學習。

像老師讓我們走星光大道，這跟以往上課經驗很不同，能明顯看出一個人他想從事的職業。（A4：3-3（3-4））

我對課程中接班人任務三印象最深刻，那是我覺得自己最投入的一個活動，也第一次很深刻的感覺這個活動很好玩，發現原來還有這樣的活動方式，感覺真的很不一樣。（B4：3-3（15-17））

創意很好，如果一直講課本會很無聊，一點也沒有創意，我個人覺得這堂課這種方式很好，很少有課程這樣，而且受到學生喜愛。（D1：3-3（13-14））

(2)課程活動達到做中學、學中做的精神

本課程的活動順利讓學生達到做中學，亦即不只讓學生可以玩之外，尚能讓學生從活動中獲得啟發。

誰是接班人第二個活動一百萬創業那個，就覺得很好玩也對自己有幫助，因為跟自己切身有關，對自己未來生涯有關，可以去瞭解說怎樣創業。（A2：4-2（7-8））

老師的創意活動，讓我們可以從學中做，從做中學。（B5：5-7（11-12））

老師的活動不會只讓你玩而已，一定還會讓你有些啟發這樣子，我覺得創意的東西真的很難做到這樣。（C1：1-3（25-26））

由上述可知，學生對於創意教學設計下課程活動的安排，最大感受在於課程活動富有創意，如誰是接班人、創意走秀等活動，而且藉由創意活動，讓他們得以從中獲得不同的體驗與啟發。

3.學生對於授課教師教學態度的感受

創意教學的施行，教師扮演極為重要的角色，除了將創意結合課程內容，教師扮演引導者的角色，以及教師本身的特質，亦都是不可或缺的條件。

(1)引導者的角色

本課程教師扮演引導者的角色，活動時從旁協助學生，並引導學生達到活動欲達成之目標。

像是活動開始前，老師會先講遊戲規則，那活動開始後，老師他就會到各組指導我們，那如果偏離方向老師就會導正我們這樣。(B5：5-6(1-3))

老師很認真，會先講活動的遊戲規則，然後讓學生去互動，不會像一般的老師感覺像是強權，而是在旁邊協助大家去進行活動。(D1：5-6(15-17))

(2)教師的特質

教師的特質往往影響課程活動帶給學生的感受，而藉由訪談得知，學生認為本課程教師具有親和力、溫暖與創意等特質。

老師不管是跟我們分享經驗或是我們在分享，總可以感覺到老師眼神是很真誠看待你，真的在聽你的想法，讓我覺得很溫暖，想要跟他表達這樣。(A5：5-12(3-5))

這門課最大的特色就是要像老師這樣的人來教會比較好。給我的感覺很有親和力，不會有那種拘束的感覺，會把老師當成朋友的感覺。然後她給我們的東西也都很特別，蠻有創意的。(B3：5-14(18-22))

勇於做一些別的老師不敢做的事情。(C1：5-5(11-11))

由上述可知，學生對於本研究課程之授課教師，認為能充分扮演引導者的角色，從旁協助學生進行活動。而教師本身具備的特質與態度，學生也認為是營造溫暖氛圍的重要因素。

4. 學生對於學習情境的感受

學生表示創意教學設計，可以讓上課氣氛變得生動與活潑，讓他們期待每一週課程的內容，亦可使之主動參與學習。據此，創意教學的設計，有助於提升學生的學習動機與激發學習興趣。

(1) 自由、和諧與支持的學習氣氛

創意教學著重學習情境的塑造，期許學生能在教師所營造自由、沒有壓力的氣氛中學習。

就整個氣氛很輕鬆，不僅老師他一直支持我們表達意見，那整體下來，可以發現就是同學們都很愉快，就是一同享受其中。(A3：3-3 (4-5))

的確以前沒有上過這類的課，每堂課都讓同學自由發揮、自由的講出自己的想法，確實跟自己的想像沒有相差太多。(B4：5-4 (10-11))

(2) 提供學生學習的動機、機會和環境

過去許多創意教學相關研究發現，創意教學的設計有助於學生提升其學習動機，亦即學生較為主動探究課程所要傳授的知識，此部分同樣能從學生訪談得知。

我覺得上課的氣氛比較輕鬆，然後大家比較樂於上課，很少人會曠課。對啊，大家都喜歡來上這樣的課。(A1：3-2 (42-43))

它讓我覺得不會有曠課的想法，一方面分組方式有趣；一方面這堂課很好玩，不會說無趣。實際互動很多，一堂不去就覺得差很多！(C1：3-7 (2-5))

覺得很好玩阿。它有一股吸引力，不會讓你想要曠課，因為來這都可以跟人家互動，可以學到很多東西，不會感到無聊，所以會有一股吸引力會讓你想要來這樣子。(D1：3-5 (27-29))

由上述可知，創意教學融入課程設計，將使學生出席率提高，並促使學生能踴躍參與課程活動。可見創意教學不僅備受學生喜愛，還能讓整個學習情境

創意生涯規劃課程對大學生生涯決策自我效能之影響

感受不到壓力，使得學生能在活潑、歡樂的學習情境中學習，提升其學習動機。

二、創意生涯規劃課程，對生涯決策自我效能上的影響

(一)實驗組與控制組生涯決策自我效能之前測與後測差異情形

由表 5 可知，前測實驗組學生在生涯決策自我效能上，皆優於兩組控制組；未前測實驗組也優於兩組控制組。

表 5 學生在生涯決策自我效能反應之平均數、標準差摘要

面向	組別	PE		UE		PC		UC	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
前測									
自我評估		3.88	.65			3.56	.63		
問題解決		3.53	.60			3.37	.66		
目標選擇		3.62	.59			3.26	.59		
未來計畫擬定		3.67	.68			3.30	.58		
職業資料蒐集		3.71	.67			3.48	.59		
後測									
自我評估		3.76	.67	3.79	.52	3.49	.54	3.47	.70
問題解決		3.64	.61	3.42	.70	3.26	.57	3.22	.67
目標選擇		3.55	.68	3.40	.56	3.28	.51	3.38	.59
未來計畫擬定		3.82	.62	3.59	.56	3.19	.54	3.28	.68
職業資料蒐集		3.64	.60	3.59	.42	3.49	.43	3.47	.70

進一步由表 6 得知，訓練主要效果五個 t 檢定結果都達顯著水準，其中前測實驗組 (PE) 其生涯決策自我效能後測平均數顯著高於前測平均數 (比較 1)；而兩組實驗組 (PE、UE) 其生涯決策自我效能的後測平均數，也都顯著高於兩組控制組 (PC、UC) 後測平均數 (比較 2、3、4、5)，說明了本研究課程的成效。

表 6 生涯決策自我效能前測與後測平均數之比較

比較	t 值	p
訓練主要效果		
1. 前測實驗組 PE (後測) > 前測實驗組 PE (前測)	-2.55*	.02
2. 前測實驗組 PE (後測) > 前測控制組 PC (後測)	2.82**	.01
3. 前測實驗組 PE (後測) > 未前測控制組 UC (後測)	5.17***	.00
4. 未前測實驗組 UE (後測) > 前測控制組 PC (後測)	2.16*	.04
5. 未前測實驗組 UE (後測) > 未前測控制組 UC (後測)	4.76***	.00
前測主要效果		
6. 前測實驗組 PE (後測) = 未前測實驗組 UE (後測)	.81	.43
7. 前測控制組 PC (後測) = 未前測控制組 UC (後測)	2.44*	.02
樣本污染效果		
8. 前測實驗組 PE (前測) = 前測控制組 PC (前測)	.69	.50

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

另外，前測主要效果與樣本污染效果之檢測，雖然比較 7 達顯著，不過並非實驗組造成的前測主要效果，而前測控制組 (PC) 的前測與後測總分並無顯著 ($F = .84$, $p = .81 > .05$)，代表前測控制組 (PC) 與未前測控制組 (UC) 是因為起始行為的不同才達顯著差異，不過並不影響本研究之進行。而比較 6 與 8 皆未達顯著水準，即不存在前測主要效果，表示無論實驗組或控制組，受試者前測分數並不會對後測分數造成影響，兩組並無差異。

(二)不同組別在生涯決策自我效能與各分量表上之差異情形

首先，在生涯決策自我效能總分上，Levene 變異數同質性檢定未達顯著 ($Levene = 2.43$, $p = .07$)，表示這四組學生的離散情形並無明顯差異。而組間效果的考驗達顯著水準，代表不同組別之學生，其生涯決策自我效能後測總分有顯著差異。而事後比較 Scheffe 檢驗結果顯示，實驗組學生比起控制組學生，在修完課程後其生涯決策自我效能皆有所提升，如表 7 所示。

而在五個分量表上，Levene 變異數同質性檢定皆未達顯著，即：正確自我評估 ($Levene = 1.46$, $p = .24$)、問題解決 ($Levene = 1.58$, $p = .20$)、目標選擇 ($Levene = 1.53$, $p = .22$)、未來計畫擬定 ($Levene = 2.01$, $p = .12$)、職業資料蒐集 ($Levene = 1.18$, $p = .33$)，表示這四組學生在各分量表的離散情形並無明顯差異。而組間效果的考驗達顯著水準，代表不同組別之學生，其生涯決策自我效能分量表上有顯著差異。而事後比較 Scheffe 檢驗結果，如表 7 所示。

表 7 不同組別在生涯決策自我效能與各分量表上的差異摘要表

來源	CDMSE	SS	df	MS	F	p	事後比較
組間 (組 別)	正確自我評估	921.25	3	307.08	10.69***	5.20**	.000 PE、UE>UC
	問題解決	520.67	3	173.56	5.55**		.003 PE、UE>UC
	目標選擇	433.40	3	144.47	10.13***		.002 PE>UC
	未來計畫擬定	889.38	3	296.46	8.29***		.000 PE、UE>PC、UC
	職業資料蒐集	581.78	3	193.93	10.33***		.000 PE、UE>UC
	CDMSE 總分	17216.85	3	5738.95			.000 PE、UE>UC； PE>PC
誤差	正確自我評估	1608.93	56	28.73			
	問題解決	1869.07	56	33.38			
	目標選擇	1457.20	56	26.02			
	未來計畫擬定	1639.20	56	29.27			
	職業資料蒐集	1310.40	56	23.40			
	CDMSE 總分	31122.13	56	555.75			
總數	正確自我評估	2530.18	59				
	問題解決	2389.73	59				
	目標選擇	1890.60	59				
	未來計畫擬定	2528.58	59				
	職業資料蒐集	1892.18	59				
	CDMSE 總分	48338.98	59				

三、實驗課程結束後，學生生涯決策自我效能之發展情形

為使修課學生有足夠時間，將課程之學習成效，成功遷移至日常生活中，因此於課程結束後三個月左右，針對 14 位學生加以訪談，得到以下結果：

(一)生涯決策自我效能的提升

1.修課前與修課後學生對自身未來的看法

訪談資料顯示學生修課前，多半對未來充滿疑惑與不安，修課後，對自身未來生涯藍圖漸有方向與規劃，且都能具備信心去努力，可以看出學生的自我肯定來自於生涯自我效能的提升。

我對自己未來想要做的事情更為確切，就是會督促自己往那個目標前進。(A2：2-1 (18-19))

我在修這堂課之前其實對自己未來沒有很關心，就是說沒有什麼規劃。但是修完課之後，開始讓我對未來有點方向。(B5：2-1 (20-21))

其實之前有想過，可是沒有這麼肯定，因為老師上課有一些自我探索的

專論

東西，會讓自己更相信自己有辦法做到，從事這樣的路。(D1:2-1(22-23))

自己越來越知道自己要什麼，大方向確定之後，路會一直改沒有錯，但是你就會開始有路可以走嘛，然後對自己就比較有信心，比較不會那麼茫然啦！(E1:2-6(25-27))

2.學生能將課程所學用以解決課業與生活周遭問題

藉由訪談資料得知，學生會運用課程所學的創意技法解決問題，同時有學生透過對課程創意教學的渲染，使得作業上表現出豐富的創意作品。如：A1同學在說明以前做報告與現在最大的不同在於，以前報告只是找資料，整理過後就上台報告，但是現在報告會開始加入創意手法，比如會演戲或拍影片等(A1:6-2(19-22))；以及企管系的同學也表示，有一次課程活動教師介紹創意思考技術，因為呈現的效果與感覺不錯，所以也有將它用於自身企管課業上的東西(B2:6-9(12-13))。至於運用課程所學解決生活問題，結果呈現如下：

我會在就是跟人家討論報告的時候，就是會用那個就是指定你一定要講一分鐘的那個。因為平常大家講話的可能都是一兩個，那我們每個人講一分鐘，硬擠一些東西出來，至少你會表達你自己的想法，然後團隊會比較有共識。(A1:6-10(26-30))

未來在面對二選一時，或是多選一的抉擇時，可以去考慮那個順序，就是老師有教我們可能你注重什麼，然後加權這樣。(A2:6-4(15-16))

六頂思考帽！像我在感情方面，對！因為有時候一項事情，我覺得兩個人思考是不一樣的時候，我可能就會用比較樂觀、然後他用比較悲觀，然後我們會去…討論怎麼去做會比較積極。(E1:6-4(29-31))

由上述可知，學生對於課程中帶來的創意技法與活動仍印象深刻，修完課後也都會將它們運用在自己生活與課業上，表示課程中安排的活動，能讓學生從中主動建構自己的知識，進而內化成功順利達到學習遷移。

3.學生對於目標訂定與未來計畫擬定都較為明確

學生指出因為課堂中安排的活動，讓他們對於未來有明確的方向，如 A1同學表示，上完這堂課決定要考研究所，會開始蒐集研究所相關資料，並規劃

研究所畢業之後的出路等 (A1: 7-7 (25-32)); B3 同學也表示, 修完這門課讓他發現對人資感到興趣, 所以嘗試運用推甄方式考人資所 (B3: 1-1 (16-24))。此外, 對於自己設定的目標或方向, 亦都具有信心能去達成。

這堂課之前你會有一些想法, 不過上完課會讓這些想法更堅定, 會讓你覺得應該就是這樣走, 對! 就是未來繼續選擇本科系的研究所繼續念。
(D1: 7-4 (23-25))

我覺得上完這門課, 對自己的視野有更加擴大, 然後更有想法。就是會更有信心, 或者是會更強壯一點去面對自己的未來規劃。(E1: 7-6 (16-8))

而對於課程中 Super 生涯發展理論的介紹, 嘗試讓學生繪出自己的生涯彩虹圖時, 也讓學生找回開始對初衷的熱愛, 以及嘗試規劃長期生涯目標等。

那時候我邊畫邊哭耶, 就是我會想為什麼我要來這裡, 因為我還是我, 我還是很喜歡餐飲這領域, 對, 所以那我那時候就覺得我要再回去, 可是我那時候思考後也覺得, 其實 xx(系名)也是個很服務性質的, 所以我參加系上五年一貫推甄時候, 我就想說要把所學領域結合餐飲這樣子。
(A4: 3-9 (5-8))

老師不是有叫我們畫那個, 譬如說一個彩虹圖阿, 可能你現在這個角色是女兒, 然後之後你會變成母親, 過來可能變成工作者什麼的, 就是感覺會想得比現在更遠一點這樣子, 還是會有差別…會想到比較長期的
(B2: 2-4 (27-30))

由上述可知, 本課程讓學生開拓視野之餘, 尚能協助學生訂定目標與擬訂計畫, 有學生決定報考研究所, 也有學生找回他所熱愛的領域與興趣。可見本課程融合創意教學的活動, 能讓學生修課完都能掌握到自己未來的方向, 並充滿信心堅定的向目標邁進。

4.學生表示對職業資料蒐集有幫助

透過訪談資料顯示, 學生對於課程中活動的安排, 尤其是其中一堂安排的演講受益良多, 對於職場最新的趨勢, 以及未來求職上需要注意的地方, 甚至是自傳與履歷表的撰寫等, 都讓學生感受到此次演講收穫良多。

專論

就會想說去走那個行業，然後既然我要走這行業，我要準備哪些事情這樣，先考試阿，還是先怎樣之類的，就會比較多涉略那方面的東西。(A3：8-6 (7-8))

就是問他一些事情，像是問他說如果我想從事藝術相關的職業，我該怎麼準備之類的，比較有實質上的幫助。(B5：8-5 (17-18))

而課程中施測 Holland 的六種人格類型測驗，也幫助了學生掌握自己未來欲從事職業，並主動去接觸相關資訊，如：B1 同學表示，在大三時做完這測驗，讓他將來找工作時會找偏向自己適合人格的職業，也會開始主動去接觸這方面的相關訊息 (B1：8-4 (31-31) -8-5 (1-5))。由此可知，學生開始會主動搜尋與自己切身相關的職業訊息，一方面是因為對自己未來開始有規劃；一方面因為課堂中許多的活動與測驗，幫助學生更加掌握自己的個性與人格。可見本研究課程在修課前學生對於生涯的不確定，到修課後成功提升其生涯決策自我效能，讓學生對自己未來都能充分掌握與準備。

(二)創意教學設計下，學生的附加能力提升

在課程中嘗試加入的「誰是接班人活動」廣為學生推崇，透過訪談內容得知，此次活動有機會跟異領域的同學合作，對於學生能力提升有實質上的幫助，如：人際關係、溝通能力、時間管理、思考多元等附加能力。

1.人際與溝通能力

B3 表示藉由誰是接班人活動，「提升了溝通技巧，現在比較敢表達出自己的想法 (B3：4-2 (31-33))」；而 C1 也表示「藉由第三次接班人活動，因為透過與店家的接洽，也讓他提升了溝通技巧，以及實際行為變得比較放得開，更可以間接知道社會的樣子 (C1：1-4 (24-25))」。

像是接班人活動跟外系的人合作，他們的思維模式跟我們不一樣，所以小組從陌生開始，中間的溝通協調，包括創意的激發，會促使你一定要去互相激盪出一些東西，對我來說是很新的體驗。經過整個過程，我更容易跟不認識的人溝通合作，然後做出一個東西來。(A1：1-1 (21-27))

現在我在上我們本科系的課時候，可能老師也會有些開放式討論，我會有比較多的想法可以跟老師討論，對！就不會再靜靜的聽老師的想法。(B1：1-2 (16-18))

課程中許多與外系同學互動機會，所以也提升了我的人際關係。(E1：1-1 (22-23))

2.時間管理能力

同樣也是藉由誰是接班人的活動，學生表示因為屬於大型活動，加上隊友都是外系同學，所以得花許多精力做足準備，而慢慢增進不少對時間規劃的觀念。

因為接班人活動算是比較大型，得花很多精力做準備，或是跟隊友間溝通，所以其實這部分讓我增進不少對時間規劃的觀念。(A3：5-6 (14-15))

這活動很好阿！因為三次都可以跟不同的人接觸，雖然因為大家不同科系，聯絡上會比較麻煩一點，不過變成我會開始規劃自己的時間，讓自己課業與這活動之間達到一個平衡點這樣。(D1：4-2 (22-24))

3.多元思考

而本課程一學期活動下來，同時也幫助學生們思考模式變得多元、多面向。

因為這堂課跟很多外系的一起上，然後其實每個系他們的表達方式跟切入角度都不一樣，所以學到比較多思考的方式吧！學會從比較多角度、不一樣的角度思考。(B1：1-1 (11-13))

跟同學有很多互動時間，然後他們會提供很多你想不到的想法，或是你從頭到尾都沒有想到的那塊，久而久之你不會覺得說自己一定是對的，就會覺得別人的也不錯，也會從他的方向去思考。(B2：1-1 (17-19))

更促進自己思考除了讀書、工作以外還可以做什麼，用不同的角度想問題，以前似乎只會用既定的想法思考，現在學習多元思考。(B4：1-1 (10-11))

由上述可知，對於授課教師安排的課程活動，學生皆能感受到活動對自己的幫助所在，即溝通能力、人際關係、多元思考等方面，修課後皆有明顯程度上的提升，尤其這些能力的增長，多半是藉由誰是接班人的活動反應出來。

陸、結論與建議

本研究在探討「創意生涯規劃課程」對學生生涯決策自我效能之影響，以及創意教學設計學生的反應情形。課程進行主要分為四個教學階段，經過一學期共計 54 小時的學習，學生修課後皆對創意教學的設計反應良好；而在生涯決策自我效能方面，藉由訪談也可得知學生修課後皆有程度上的提升。據此，本研究之結論與建議歸納如下。

一、結論

(一)學生喜好多元的教學方式與生涯課程內容

就教學設計的反應情形而言，學生喜歡教師課堂中多元的教學方式，如：跨領域團隊合作、小組產生方式、及做中學的方式等；而對課程內容的反應上，學生表示教師能善於將生涯學習活動以創意方式展現，所以對於教課程活動亦都表示滿意，如：參訪創意展、演講、接班人活動、與大師對話、自我探索活動等，學生表示課堂中活動除了能讓他們樂在學習之外，還能經由教師的引導，與自身生涯問題進行連結，以從中正面思考並主動建構自己的價值觀。

(二)教師教學態度與學習情境的塑造，能激發學生學習動機與興趣

學生對於教師的教學態度反應而言，皆表示能感受到教師設計活動與教學的用心，並表示教師在課堂中常能與學生有良好的互動，甚至形同朋友般，對於活從旁引導協助進行適時給予回饋；而學習情境的塑造，學生覺得本課程的學習氛圍是自由開放的，由教師與學生良好互動下，也較感受不到教師的權威，本課程塑造之環境，能激發學生的學習動機與興趣。

(三)透過創意生涯規劃課程，學生表示在生涯決策自我效能上有明顯幫助

根據量化的資料分析，經過一學期的課程，實驗組學生較控制組學生，在生涯決策自我效能上有較佳的表現，而在生涯決策自我效能的五個層面上，正確自我評估、問題解決、目標選擇、未來計畫擬定、職業資料蒐集，實驗組學生亦表現得較好。

(四)修課後三個月，實驗組學生能將課堂所學，應用於日常生活之生涯議題

學生表示修課後讓他們更具信心、目標更堅定，未來有把握可以朝目標邁進。若從各層面來看，首先在自我評估面向，學生表示經過一學期的課程，除

了更了解自己之外，也知道自己缺乏什麼，該如何去彌補，並做出正確的自我評估；在問題解決面向，學生表示修課後開始運用課堂所學的創意技法，解決課業或日常生活的問題，以及規劃未來；在目標訂定面向，學生表示修課後至少都已有短程目標，清楚知道自己的發展方向；在未來計畫擬定面向，學生表示課程中許多活動讓他們與生涯連結，嘗試規劃長期的生涯計畫；最後，在職業資料蒐集面向，學生表示課程中安排的演講或測驗，不僅讓他們瞭解職場趨勢，及找到適合方向之外，修課後也開始主動搜尋自身欲從事職業的相關資訊，並對此做好準備。總體而言，可看出學生修課後，在生涯決策自我效能上皆有程度上的增長，而未來發展的穩定性也大幅提升。

(五)藉由多元教學策略，學生亦提升了其他附加能力

在修課後的收穫與改變，學生表示因為活動多採團隊合作方式進行，因而增進了人際關係、溝通技巧與時間管理等能力，進而影響實際行為的改變，尤其在誰是接班人、創意走秀、與大師對話等活動上印象深刻。據此，本研究課程嘗試融入創意教學於生涯規劃課程中，可以發現除了幫助學生在生涯決策自我效能上有所提升之外，對於其他額外的能力也都有所幫助。

二、建議

基於上述結論，研究者針對實務及後續研究兩方面提出建議，茲分述如下：

(一)實務面建議

1.課程內容面

本實驗課程內容，以生涯黃金三角及大學生的生涯發展任務為核心，所研發設計的學習活動，有良好的實驗效果，如誰是接班人、創意走秀、生涯情境模擬與創意技術的結合等，可做為未來教授生涯規劃相關課程的參考依據。

2.教學策略面

教師從事創意教學活動時，宜著重在多元教學策略與方法的運用，本研究顯示，透過團隊合作學習及體驗學習的教學策略，充份達到學生主動參與、建構知識、學習有用的目的。學生較偏愛實作、發表、互動、參訪等活動。因此，除了傳統講授外，應結合多元的教學方法，以善用每種教學方法的優勢，並顧及學生的學習型態。

在學習評量上，宜採用多元評量方式，除了傳統紙筆測驗、報告外，增設如：課堂討論、主題實作、遊戲活動等方式，一方面讓學生在多樣的活動中學

習，開發多元的思考模式；一方面得以讓學生在不同的活動中有發揮的空間。

3.環境面而言

教師應營造良好互動的學習氛圍，讓學生感受學習的樂趣，畢竟生涯的議題，應與其切身相關。其次，活動進行中教師應從旁協助，促進學生熱絡的討論並適時給予回饋，也要多鼓勵與肯定平時較少發言的學生，讓學生感受到課程的吸引力。

(二)研究限制與後續研究的建議

1.研究設計

由於研究者在同一學期內，無法同時開設「創意的生涯規劃」與「非創意的生涯規劃」課程，以兩相對照創意教學的效果，因此，本研究的重點強調有無修生涯規劃課程，對其後續生涯發展的影響，同時也以質性訪談的資料來補充創意教學部份的成效。未來在現實允許的情況下，應以創意的生涯課程與非創意的生涯課程，進行設計，以突顯創意教學的效果。

2.訪談人數

本研究雖採質、量並重的方法，不過礙於研究者時間的限制，以及課程結束後，修課學生的聯繫不易，僅從實驗組學生中挑選 14 位進行。建議後續研究，可嘗試將訪談對象擴增至實驗組全部學生，亦可加入控制組學生，以比較兩組學生更多差異性，讓研究更趨於完善。

參考文獻

- 王玉珍 (1998)。生涯探索團體對高二女學生職業建構系統及生涯自我效能之影響研究。國立臺灣師範大學心理與輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 田秀蘭 (1998)。男女大學生生涯阻礙因素之分析研究。*教育心理學報*，30(1)，133-149。
- 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。
- 吳清山 (2002)。創意教學的重要理念與實施策略。*台灣教育*，614，2-8。
- 沈翠蓮 (2005)。創意教學設計與教學實踐之研究。*課程與教學季刊*，8(3)，55-71。

- 金樹人 (1991)。生計發展與輔導。臺北：天馬。
- 洪榮昭、林雅玲、林展立 (2004)。國中小創意教師教學策略之研究—四位創意教學特優教師的個案分析。教育心理學報，35(4)，375-392。
- 張添州 (1993)。生涯發展與規劃。臺北：五南。
- 陳金定 (1987)。生計決策訓練課程對高一男生生計決策行為之實驗研究。國立臺灣師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 賈馥茗 (1976)。英才教育。臺北：開明書局。
- 厲瑞珍 (2002)。南部地區大學應屆畢業生自我統合危機與生涯自我效能之相關研究。國立高雄師範大學教育學系研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 謝宏惠 (1990)。大專生性別角色、場地獨立性、決策型態、生涯自我效能與生涯不確定之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 簡尚姿 (2006)。大學生修習創造力課程對於創造力與學習狀況影響之研究。私立慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 魏惠娟 (2007)。「方案規劃」的創意教學設計與實施之行動研究。課程與教學季刊，10(4)，63-84。
- 關永馨、齊隆鯤 (2006)。大學生生涯成熟及其相關因素之研究：以中部某大學為例。教育科學期刊，6(2)，91-107。
- Betz, N. E., & Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 399-410.
- Betz, N. E., & Hackett, G. (1983). The relationship of mathematics self-efficacy expectations to the selection of science-based college majors. *Journal of Vocational Behavior*, 23, 329-345.
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a short form of form of the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 47-57.
- Betz, N. E., & Luzzo, D. A. (1996). Career assessment and the Career

- Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 413-428.
- Borgen, F. H. (1984). Counseling psychology. *Annual Review of Psychology*, 35, 579-604.
- Coogan, P. A., & Chen, C. P. (2007). Career development and counseling for women: Connecting theories to practice. *Counseling Psychology Quarterly*, 20(2), 191-204.
- Crites, J. O. (1981). *Career counseling: Models, methods, and materials*. New York: McGraw-Hill.
- Hall, H. (1997). Overcoming career barriers: A model of cognitive and emotional processes for realistic appraisal and constructive coping. *Journal of Career Development*, 24(1), 25-37.
- Jeffrey, B., & Craft, A. (2004). Teaching creatively and teaching for creativity: Distinctions and relationships. *Educational Studies*, 30(1), 77-87.
- Kirkpatrick, D. L. (1994). *Evaluating training programs: The four levels*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers.
- Lucas, R. W., & O'Hora, M. (2003). *The creative training idea book: Inspired tips and techniques for engaging and effective learning*. New York: NY, American Management Association.
- Niles, S. G., & Sowa, C. J. (1992). Mapping the nomological network of career self-efficacy. *Career Development Quarterly*, 41(1), 13-21.
- Pike, R. W. (2003). *Creative training techniques handbook* (3rd ed.). Amherst, MA: HRD Press Inc.
- Sawyer, R. K. (2004). Creative teaching: Collaborative discussion as a disciplined improvisation. *Educational Researcher*, 33(2), 12-20.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space to career development. In D. Brown, L. Brooks, & Associates, *Career choice and development* (2nd ed.) (pp. 197-261). San Francisco: Jossey-Bass.
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the

understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63-81.

專論

附件一 訪談大綱

1. 創意生涯規劃課程已經結束數個月，可以談談您的收穫嗎？
2. 上此門課之前，您對自己未來有何想法？上完課之後呢？
3. 對本課程安排之課程內容或活動，您的感受是什麼？對您的影響是什麼？
4. 您對課程中哪一個活動印象最深刻？為什麼？
5. 這門課導入創意教學，課堂中老師的教學態度與提供的教學情境，您覺得這樣的教學方式符合創意教學嗎？可行嗎？
6. 請談談您上完本課程後，對於自身自我評估方面的幫助？及問題解決方面的幫助？
7. 請談談您上完本課程後，對於目標訂定與未來計畫之擬定，對您的幫助？
8. 請談談您上完本課程後，對於未來欲從事職業，或是職業資料的蒐集，對您的幫助？

整體而言，本課程採用創意教學方式進行，假如未來還有機會，您會再繼續選修或主動參與類似創意課程嗎？

The Effects of Creative Career Planning Course on Undergraduate Students' Career Decision Efficacy

Ai-Tzu Li* Zi-Jing Nie**

The purpose of the study was to explore (1) the reaction of the student subjects in the experimental group toward the creative career planning course, (2) the difference in the career decision efficacy between the experimental group and the control group, and (3) the influence of the course on the student subjects in the experimental group after taking the course 3-4 months. The study utilized a four-group quasi-experimental design and the interview method to collect data. The participants of the experimental group were those who took the “creative career planning course” in the fall semester, 2007. Results showed that the student subjects in the experimental group were satisfied with the course and there was significant difference between the experimental group and the control group. They perceived that the learning climate was creative, vivid, and challenging. The course not only was helpful in their career decision efficacy, but also enhanced their capability in interpersonal relationship, communication skills, time management, and oral presentation. Besides, they were able to use creative methods to solve problems, and therefore, were more tolerated to stress and more confident in future career success.

Keywords: creative career planning course, creative teaching, career decision efficacy

* Ai-Tzu Li, Associate professor, Department of Adult & Continuing Education, National Chung Cheng University

**Zi-Jing Nie, M.Ed., Department of Adult & Continuing Education, National Chung Cheng University

專論