

親愛的同學：

您好！首先十分感謝您願意撥出時間填寫這份問卷。本問卷主要是在瞭解您在選擇生涯方向的信心程度以及您與父母相處的情況。這份問卷您不需具名，您的回答僅做學術上的研究，**資料絕對保密**，請放心作答。

請在詳細閱讀完每一部份的說明後，依照指示**完成所有題項**。作答內容並無好壞與正確與否之分別，請**認真勾選**並**不要漏答**。若您對於本問卷有任何疑問，歡迎來信至

lfisher@tpts6.seed.net.tw。非常感謝您的用心參與。

敬祝 學業順利
平安快樂

國立政治大學心理系

指導教授：修慧蘭博士

研究生：林惠瑜 敬上

第一部份 基本資料

以下請您**勾選**或**填寫**一些個人基本資料

(一) 您就讀的學校 _____

(二) 您的科系是 _____

是否雙主修或輔系 1.是 2.否

(三) 您就讀的年級是

1.一年級 2.二年級 3.三年級 4.四年級 5.其他_____

(四) 您的性別是 1.男 2.女

(五) 您是否曾有過打工經驗？

1.是

有的話，那你**主觀**覺得打工經驗對你的意義是..... (**可複選**)

(1) 純粹以賺錢與增長見識為目的 (例如：發傳單、餐廳服務生、生產線工人、工讀生等)

(2) 以賺錢與培養能力為目的 (例如：家教等)

(3) 以賺錢、培養專業經驗、學以致用、創業等為目的 (例如：專案設計)

2.否

(六) 您是否已經**決定未來生涯方向**？請在**最適合您的選**向前打勾 (**單選**)

1.我還不確定以後要做什麼，而且也不需要急著決定，反正船到橋頭自然直。

2.我尚未決定我的生涯方向，但即使是有足夠的探索，我也覺得很難決定。

3.對未來的生涯方向，我正感到疑惑，主要是因為探索還不夠。

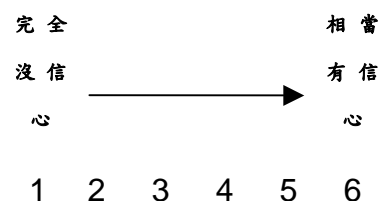
4.我沒有經歷過困惑或無法決定的階段，但我知道以後要做什麼。

5.經過一陣子的懷疑及思考之後，現在已經決定未來的生涯方向。

第二部分 生涯決策

這部分主要是想瞭解您在決定生涯方向（包括選讀研究所、雙修、輔系和未來工作）時，對處理這類問題的能力有多少的信心（或多少把握）。

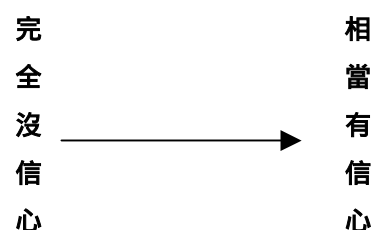
全量表共有 **50 題**，請詳細閱讀每一題的敘述，並在 1 至 6 的評定量尺中，**圈選**最符合您真實狀況的數字。**每一題都要作答請勿遺漏。**



例題：選擇符合自己興趣的研究所科系。

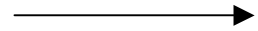
【假如您覺得「5」能代表你的信心程度，就請圈選「5」。

你有多少信心（或把握）能....



- | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 1. 決定一項工作後，就不去擔心這個決定是對或錯。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. 蒐集與自己所學領域有關的公司、機構之資料。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. 假如被退學，可以提出處理辦法。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. 從學校畢業 5~10 年後，再回學校進修。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. 蒐集與自己所學有關的教育計畫（如課程、升學、進修計畫...等等）資料。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 6. 為自己未來五年的目標（升學或就業）擬訂計畫。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. 選擇父母並不同意的科系或工作。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. 準備一份好的履歷表。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. 當不滿意所從事的工作時，能設法換工作。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. 選擇自己喜歡的科系，即使這領域的就業市場正在衰退當中。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 11. 正確地評估自己的能力。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. 從教授那裡獲得推薦信函。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13. 假如你面臨選擇主修科系方面的學業困擾時，能決定解決之步驟。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14. 選擇一個大部分工作人員是異性的職業。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15. 當不能如願地從事第一優先選擇的職業或就讀第一志願的科系時，仍可找到幾個適合自己的職業或科系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

完
全
沒
信
心



相
當
有
信
心

- | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 16.當不喜歡第一個優先選擇的科系時，會設法轉系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17.瞭解自己是否有能力，完成主修之課程。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18.瞭解哪些是（哪些不是）你準備放棄的項目，以便達成你的職業目標。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19.有效地運用學校輔導（諮商）中心或就業輔導資源，來訂立升學或就業計畫。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20.決定自己理想的職業。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 21.從一些未來可能從事的職業中，選出一種最適合自己的職業。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22.說出自己想追求之職業的工作職責。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23.成功地掌握工作面談的過程。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24.從一些考慮修習的科系中，選出一門最適合自己的科系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25.當研究所入學考試失敗後，會再重考一次。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 26.從圖書館蒐集感興趣的職業資訊。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 27.查出未來職業發展的新趨勢。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 28.列出數個自己感興趣的科系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 29.為了理想的工作，而遷居到另一個城市。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 30.確定自己的工作價值。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 31.即使遭遇到挫折，仍堅持自己的職業或科系目標。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 32.選擇一個符合自己理想生活方式的職業。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 33.於主修科系之外，尚能擬定對自己將來的職業有幫助的學習計畫。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 34.確定自己最擅長的學科。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 35.找出與自己未來職業有關的從業人員、公司或機構。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 36.在父母或朋友強迫你選擇超過自己能力範圍的職業或科系時，能設法堅持自己的決定。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 37.訂定計畫，採取必要的步驟，以成功地完成所選擇的科系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 38.列出數個自己感興趣的職業。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 39.選出適合自己能力的職業或科系。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 40.決定是否需要進入研究所或加強專業訓練以達成職業目標。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

<後面還有題目哦>

	完 全 沒 信 心	—————▶				相 當 有 信 心
41.選擇符合自己興趣的職業或科系。	1	2	3	4	5	6
42.選擇你最擅長的科系，即使須花較長的時間來完成學位。	1	2	3	4	5	6
43.從事與未來職業目標有關的工作（工讀），以獲得工作經驗。	1	2	3	4	5	6
44.蒐集有關研究所或專業的學院（如：技術學院、藝術學院等等）的資料。	1	2	3	4	5	6
45.蒐集某個職業從業人員的平均一年薪資所得之資訊。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
46.詢問學校老師，有關自己主修科系的研究所及工作機會的資訊。	1	2	3	4	5	6
47.向一位正任教於自己自己所考慮選擇科系的老師諮詢。	1	2	3	4	5	6
48.說出自己喜歡的生活方式。	1	2	3	4	5	6
49.決定將來要選擇與人（例如：公共關係工作）或資料（例如：文書或電腦處理）接觸的工作。	1	2	3	4	5	6
50.向一位正從事於自己所感興趣之職業的工作人員請教。	1	2	3	4	5	6

<即將進入第三部分囉>

第三部分 家庭關係

(一) 親子關係量表

這部分主要是想瞭解您與父母的互動情形。每一題敘述後面都有個評定量尺，請你用圈選方式評估每一敘述句與您和父母互動時的實際情況之符合程度。請依照您目前的真實情況作答，每題不必思考太久。每一題都要作答請勿遺漏。

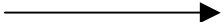
非常
不
符
合

—————▶

非
常
符
合

★父子部分

- | | | | | | | |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1. 我跟隨在父親身邊，陪著他做事情。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. 我和父親一起散步聊天。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. 我和父親有共同的活動。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. 我和父親之間會聊一些生活上的瑣事。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. 我和父親之間會分享一些生活上中的不愉快。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 6. 父親說話口氣溫和，讓我覺得親近。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. 父親會主動問我過的好不好。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. 父親會在我受挫折時給我打氣、鼓勵。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. 在家中，我跟父親有「同一國」的感覺。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. 在家中，父親會幫我說話。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 11. 在家中，父親會幫我對抗其他家人的批評。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. 若我跟其他家人發生衝突，父親會當我的居中協調人。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13. 我和父親個性很像。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14. 我和父親幾乎是同一個模子印出來的。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15. 我和父親有很多習慣很相似。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 16. 我和父親有很多喜好很相似。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17. 父親會偷翻我的東西。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18. 父親會偷偷拆閱我的信件。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19. 父親會偷聽我講電話。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20. 父親會偷看我的日記。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <hr/> | | | | | | |
| 21. 父親會在我無預警時打開我的房門。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22. 父親進我房間時不會敲門或先告知。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23. 父親會想知道我所有的行蹤。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24. 父親會想問清楚我所發生的一切事情。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25. 父親對於我所交往的朋友，會多所盤問。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

非常不符合  非常符合

26. 父親對於我要出去做什麼，會多所盤問。 1 2 3 4 5 6
27. 當我晚歸時，父親會責備我。 1 2 3 4 5 6
28. 我的情緒常會受到父親的左右。 1 2 3 4 5 6
29. 父親會用一些條件限制我。 1 2 3 4 5 6
30. 父親會用較情緒化的方式來要求我。 1 2 3 4 5 6

31. 我會感覺父親對我情緒勒索。 1 2 3 4 5 6
32. 我會假裝聽父親的話，但實際上卻照自己的意思去做。 1 2 3 4 5 6
33. 有時我會假裝讓父親幫我做決定，但實際上卻照自己的意思去做。
1 2 3 4 5 6
34. 父親一直覺得我很聽話，事實上我沒有完全照他的意思去做。
1 2 3 4 5 6
35. 有些事情我絕對不讓父親知道。 1 2 3 4 5 6

36. 我和其他家人有一些小秘密是不會讓父親知道的。 1 2 3 4 5 6
37. 在父親面前，我有很多事是不能搬到檯面上的。 1 2 3 4 5 6
38. 父親有很多事是不會讓我知道的。 1 2 3 4 5 6
39. 我和父親之間不會談到太深的話題。 1 2 3 4 5 6
40. 我和父親之間會有意無意地盡量避免深談。 1 2 3 4 5 6

★母子部分

1. 我跟隨在母親身邊，陪著她做事情。 1 2 3 4 5 6
2. 我和母親一起散步聊天。 1 2 3 4 5 6
3. 我和母親有共同的活動。 1 2 3 4 5 6
4. 我和母親之間會聊一些生活上的瑣事。 1 2 3 4 5 6
5. 我和母親之間會分享一些生活上中的不愉快。 1 2 3 4 5 6

6. 我和母親之間會分享一些小秘密。 1 2 3 4 5 6
7. 母親會跟我聊一些她年輕時發生的事情。 1 2 3 4 5 6
8. 母親說話口氣溫和，讓我覺得親近。 1 2 3 4 5 6
9. 在家中，我跟母親有「同一國」的感覺。 1 2 3 4 5 6
10. 在家中，母親會幫我說話。 1 2 3 4 5 6

11. 在家中，母親會幫我對抗其他家人的批評。 1 2 3 4 5 6
12. 我和母親個性很像。 1 2 3 4 5 6
13. 我和母親幾乎是同一個模子印出來的。 1 2 3 4 5 6

	非 常 不 符 合	1	2	3	4	5	6	非 常 符 合
14. 我和母親有很多習慣很相似。	1	2	3	4	5	6		
15. 我和母親有很多喜好很相似。	1	2	3	4	5	6		
16. 母親會偷偷拆閱我的信件。	1	2	3	4	5	6		
17. 母親會偷聽我講電話。	1	2	3	4	5	6		
18. 母親會偷看我的日記。	1	2	3	4	5	6		
19. 母親會在我無預警時打開我的房門。	1	2	3	4	5	6		
20. 母親進我房間時不會敲門或先告知。	1	2	3	4	5	6		
21. 母親會想知道我所有的行蹤。	1	2	3	4	5	6		
22. 母親會想問清楚我所發生的一切事情。	1	2	3	4	5	6		
23. 母親對於我所交往的朋友，會多所盤問。	1	2	3	4	5	6		
24. 母親對於我要出去做什麼，會多所盤問。	1	2	3	4	5	6		
25. 母親會叫我不講電話講太久。	1	2	3	4	5	6		
26. 當我晚歸時，母親會責備我。	1	2	3	4	5	6		
27. 母親會在一些生活瑣事上嘮叨我或責備我。	1	2	3	4	5	6		
28. 母親會用一些條件限制我。	1	2	3	4	5	6		
29. 若我不依母親的期望，她會威脅我。	1	2	3	4	5	6		
30. 母親會用較情緒化的方式來要求我。	1	2	3	4	5	6		
31. 我會感覺母親對我情緒勒索。	1	2	3	4	5	6		
32. 我會假裝聽母親的話，但實際上卻照自己的意思去做。	1	2	3	4	5	6		
33. 有時我會假裝讓母親幫我做決定，但實際上卻照自己的意思去做。	1	2	3	4	5	6		
34. 母親一直覺得我很聽話，事實上我沒有完全照她的意思去做。	1	2	3	4	5	6		
35. 我會讓母親感覺她對我仍有影響力，但事實上決定權還是在我。	1	2	3	4	5	6		
36. 我和母親之間會有意無意地盡量避免深談。	1	2	3	4	5	6		
37. 有些事情我絕對不讓母親知道。	1	2	3	4	5	6		
38. 我和其它家人有一些小秘密是不會讓母親知道的。	1	2	3	4	5	6		
39. 在母親面前，我有很多事是不能搬到檯面上的。	1	2	3	4	5	6		
40. 母親有很多事是不會讓我知道的。	1	2	3	4	5	6		

<加油，只剩兩頁囉>

(二) 自我感受量表

這部分主要是想瞭解您與父母的互動中您的感受與想法。每個敘述後面都有個評定量尺，請你用圈選方式評估每一敘述句與您和父母互動時您的實際想法與感受之符合程度。請依照您目前的真實情況作答，每題不必思考太久。每一題都要作答請勿遺漏。

非常
不符合

—————>

非常
符合

★父子部分

1. 父親會給我很大的發展空間。	1	2	3	4	5	6
2. 父親會給我意見，但不會限制我一定要怎樣。	1	2	3	4	5	6
3. 父親會鼓勵我要獨立自主。	1	2	3	4	5	6
4. 父親會鼓勵我有自己的想法，而不是都照著他的意思。	1	2	3	4	5	6
5. 在父子關係中，我感覺被認同。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
6. 我會感覺父親把我當大人看。	1	2	3	4	5	6
7. 父親很肯定我的表現。	1	2	3	4	5	6
8. 父親會不經我的同意，就擅自幫我做決定。	1	2	3	4	5	6
9. 父親會命令我照他的意思去做。	1	2	3	4	5	6
10. 在父親面前，我沒有很大的決定權。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
11. 父親會不顧我的意願。	1	2	3	4	5	6
12. 父親會限制我的某些想法。	1	2	3	4	5	6
13. 父親把我當小孩子看待，不讓我作自己可應付的事。	1	2	3	4	5	6
14. 父親會反駁或不贊同我的意見。	1	2	3	4	5	6
15. 父親會覺得我能力不足。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
16. 父親會覺得我不懂得人情世故。	1	2	3	4	5	6
17. 父親會批評我所交的朋友。	1	2	3	4	5	6
18. 父親會不先問事情源由，就先下批評。	1	2	3	4	5	6
19. 我覺得父親不信任我。	1	2	3	4	5	6
20. 父親會說他經驗多、懂得比我多。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
21. 父親很少給我鼓勵或稱讚。	1	2	3	4	5	6
22. 父親很少表達他對我的感受。	1	2	3	4	5	6
23. 父親不太瞭解我內心的想法。	1	2	3	4	5	6
24. 我和父親之間的感覺是疏遠的。	1	2	3	4	5	6
25. 父親很少給我正向的回饋。	1	2	3	4	5	6
26. 父親很少主動跟我表示親近。	1	2	3	4	5	6

非常
不
符
合

—————→

非
常
符
合

★母子部分

1. 母親會給我很大的發展空間。	1	2	3	4	5	6
2. 母親會給我意見，但不會限制我一定要怎樣。	1	2	3	4	5	6
3. 對於自己的事，母親會讓我自己做決定。	1	2	3	4	5	6
4. 母親會鼓勵我要獨立自主。	1	2	3	4	5	6
5. 母親會鼓勵我有自己的想法，而不是都照著她的意思。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
6. 我會感覺母親把我當大人看。	1	2	3	4	5	6
7. 母親會主動找我商量重要事情。	1	2	3	4	5	6
8. 母親會主動向我尋求協助。	1	2	3	4	5	6
9. 母親很肯定我的表現。	1	2	3	4	5	6
10. 母親會不經我的同意，就擅自幫我做決定。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
11. 母親會命令我照她的意思去做。	1	2	3	4	5	6
12. 在母親面前，我沒有很大的決定權。	1	2	3	4	5	6
13. 母親會要求我與她的想法一致。	1	2	3	4	5	6
14. 母親會不顧我的意願。	1	2	3	4	5	6
15. 母親會限制我的某些想法。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
16. 母親把我當小孩子看待，不讓我作自己可應付的事。	1	2	3	4	5	6
17. 母親會反駁或不贊同我的意見。	1	2	3	4	5	6
18. 母親會覺得我不懂得人情世故。	1	2	3	4	5	6
19. 母親會說她經驗多、懂得比我多。	1	2	3	4	5	6
20. 母親很少給我鼓勵或稱讚。	1	2	3	4	5	6
<hr/>						
21. 母親很少表達她對我的感受。	1	2	3	4	5	6
22. 母親不太瞭解我內心的想法。	1	2	3	4	5	6
23. 我和母親之間的感覺是疏遠的。	1	2	3	4	5	6
24. 母親很少給我正向的回饋。	1	2	3	4	5	6
25. 母親很少主動跟我表示親近。	1	2	3	4	5	6

< 問卷終於結束了，非常感謝您的撥冗填寫，祝您一切順利愉快 🤖 >