

市立新北高工 111 學年度第一學期 第一次段考 試題										班別	甲	座號		電腦卡 作答
科目	生涯規劃	命題 教師	吳雅楨	審題 教師	曾妙容	年 級	三	科 別	汽美	姓名				否

一、選擇題 ( 30% )：讀完題目後，從選項中選出最正確的答案。

- (     ) 1. 生涯規劃的重要性在於？
- (A) 能成就偉大事業
- (B) 能找到自己的人生方向
- (C) 能活成他人期待的樣子
- (     ) 2. 生涯規劃的主角是？
- (A) 時間 (B) 金錢 (C) 自己
- (     ) 3. 「無邊界生涯」指超越單一就業環境，常轉換不同組織、地點或到世界各地工作。下列哪種職業屬於「無邊界生涯」類型？
- (A) 警察 (B) 銀行理專 (C) 無國界醫生
- (     ) 4. 同時擁有心理師與烘焙師兩種職業身分，是屬於哪一種「生涯類型」？
- (A) 組合式生涯 (B) 標準化生涯 (C) 單一化生涯
- (     ) 5. 人生發展的歷程中，會經歷許多不同的階段，每個階段都必須扮演屬於自己的各種角色，也必須完成各個角色期待的任務，這些角色稱為？
- (A) 學生角色
- (B) 就業角色
- (C) 生涯角色

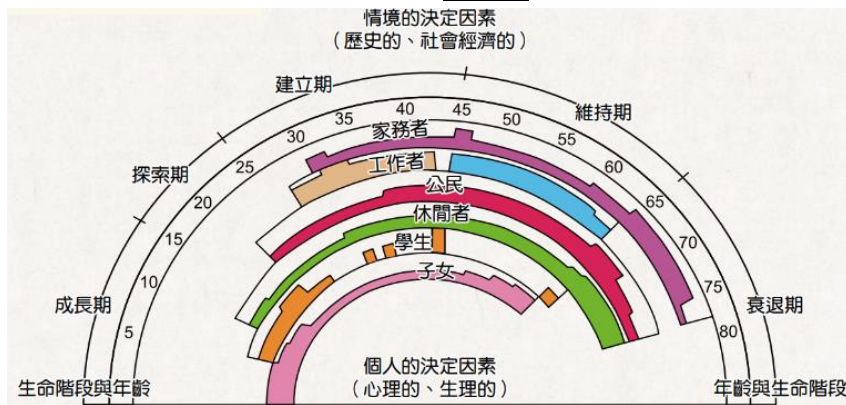
背面還有題目，請繼續作答！

( ) 6. 面對生涯規劃，我們可以透過不同方式幫助自己、了解自己。

請問下列哪個選項不恰當？

- (A) 可以參考生涯測驗的結果，思考自己的個人經驗
- (B) 只需要聽算命師的話
- (C) 與身邊的家人、朋友或師長，討論自己的生涯方向

( ) 7. 關於下圖的描述，何者正確？



- (A) 圖片內容是舒伯的生涯彩虹圖
- (B) 每個人一輩子只會有一個生涯角色
- (C) 高中職同學的生命階段屬於衰退期

( ) 8. 關於「生活型態」的說明，下列哪個選項錯誤？

- (A) 生活型態是一個人的生活方式，或稱為「生活風格」
- (B) 每個人都可以發展、規劃適合自己的生活型態
- (C) 生活型態是單一固定的，無法改變

( ) 9. 以生涯規劃的觀點來看，什麼才是適合自己的選擇？

- (A) 他人期待自己做的事
- (B) 做自己喜歡且擅長的事
- (C) 不符合自己興趣的事物

( ) 10. 有些人在生涯抉擇中重視財富，有些人重視文憑，這些評斷的主要標準就是？

(A) 個性 (B) 能力 (C) 價值觀

## 二、是非題 ( 40% )：對的打 O，錯的打×

如果人生是一輛火車，生涯像是讓火車平穩行駛的鐵軌。下列關於生涯規劃的敘述包含正確和錯誤內容，請你仔細閱讀再作答。

1. ( ) 進行生涯規劃只需要靠生涯測驗就夠了，實際經驗並不重要。
2. ( ) 找到最適合自己的生涯發展方向，就是最好的生涯規劃。
3. ( ) 自己喜歡的生活格言、勵志名言和座右銘等句子，容易反映出自己的生涯信念。
4. ( ) 每個人同時扮演著不同的生活角色，然而，這些角色之間不會產生衝突。
5. ( ) 生涯規劃就是職業選擇。
6. ( ) 在探索階段扮演學生角色的人，會過著完全相同的生活型態。
7. ( ) 父母親的期待會影響我們如何看待自己的生涯決定與機會。
8. ( ) 人如果用自己原來的樣子去生活，代表自己不夠上進，應以優秀的人為榜樣，努力改變自己。
9. ( ) 生涯規劃最重要是自己「喜不喜歡」，其他因素不需要考慮。
10. ( ) 雖然信念是一種推論，在還沒達成之前，沒有人知道最後的結果，但只要合理、正向的信念一直存在，這股力量就會推動我們繼續前進。

背面還有題目，請繼續作答！

三、配對題 ( 30% )：請找出圖片對應的生活角色，寫出英文代號即可。

配對選項： A.子女、 B.夫妻(情人)、 C.學生、 D.家務者、 E.父母親、

F.工作者、 G.退休者、 H.休閒者、 I.公民

 <p>受父母、長輩照顧、保護的角色，會因個別家庭經驗而有差異</p>	 <p>主要是在學校接受教育的角色，依個人求學的歷程不同，擔任學生的時間長短也有所不同</p>	 <p>投入就業市場，從中獲得報酬，可能是正式的職業（自雇、受雇和兼差），也可能是打工性質</p>
 <p>狹義指已達法定年齡，能夠行使投票權等政治權利的國民；廣義指民主國家中的所有國民</p>	 <p>在戀愛或婚姻中，身為戀人或伴侶的角色</p>	 <p>在家中負擔家務，如洗衣、打掃、煮飯等活動</p>
 <p>在例行生活作息或工作之外的時間，從事放鬆壓力、讓心情愉快及有興趣的活動</p>	 <p>生養、照顧並教育家庭中下一代孩子的人</p>	 <p>在職場中歷經一番磨練，於年紀已屆滿規定期限，或因轉向其他生涯計畫，而卸下職場工作的人</p>

✍能善用時間的人，必能掌握自己努力的方向。

恭喜你完成考卷，請再檢查一次，確認答案寫對！