學習歷程檔案有什麼用？高中生的真實回饋大揭密



圖片來源：Pixta

【教育制度及政策研究中心研究員　簡瑋成】

在我國推動十二年國教與108課綱的背景下，學習歷程檔案被視為強化學生核心素養與促進生涯規劃的重要工具。然而，目前對其實施現況、實際效益及對升學選擇的影響，仍缺乏全國性實證研究支持。為回應此一研究缺口，本文以計畫行為理論（Theory of Planned Behavior, TPB）為理論架構，從高中生觀點出發，探討其對學習歷程檔案的信念、態度、主觀規範、知覺行為控制、意向與實際投入行為的現況與關聯，並進一步分析投入行為對核心素養、生涯規劃與升學選擇的影響。研究採用問卷調查法，針對全國高中進行隨機抽樣，最終回收3,638份有效問卷，具全國代表性。

高中生對學習歷程檔案的態度偏保留

研究發現高中生整體對學習歷程檔案制度的態度略偏負面。根據 TPB 模型中對「態度」變項的分析，學生平均得分落在負值，代表他們對學習歷程檔案在情感上或實務上的看法仍存在保留。具體來看，學生對於制度帶來的學習意義與自我成長幫助的感受不深，尤其在情感性信念方面分數偏低，顯示出他們在主觀感受上較難對此制度產生積極認同。雖然部分學生認為學習歷程檔案在升學申請時可能具備實用性，例

如可以幫助展示個人特質或課程成果，但這些實用功能尚未轉化為對制度的整體正向態度。這也呼應部分社會觀察指出，學生普遍將檔案視為升學工具而非學習歷程的一部分。這樣的認知落差，將使制度難以達到原本強調核心素養發展與自主學習的目標。因此，未來在政策推動與教育實施上，需特別強化學生對學習歷程檔案價值的理解與情感認同，透過課程設計、教師引導與學生參與的互動歷程，逐步改變其偏保留的態度，並重建對制度的正面期待。

覺得有資源但缺乏信心

在 TPB 模型中的控制信念與知覺行為控制分析中，研究指出學生普遍認為學校提供了充足的資源與機會來準備學習歷程檔案，例如課堂作業、學習成果紀錄、多元活動參與等。不過，儘管資源普遍可得，學生對於是否有能力完成好的檔案仍信心不足，特別是在自我評估是否能勝任的部分。知覺行為控制的構面中，「個人意志」的得分較高，表示學生在主觀上認為自己可以決定是否投入學習歷程檔案；但在「自信」這一項卻得分偏低，顯示他們不確定自己的能力能否勝任這項任務，尤其是如何產出有品質的內容、整理呈現學習成果、撰寫反思等，都是學生感到困難的環節。這也說明了即便制度設計上強調自主與彈性，若未給予學生足夠的教學引導與操作示範，將導致學生在實際執行中出現迷惘與挫折，進而影響其後續的參與意願。因此，學校應強化學習歷程檔案的實作教學與輔導支持，如舉辦示範課、提供檔案模版、安排教師指導等，進一步降低學生的不確定感與無力感。

社會氛圍支持，周遭壓力明顯

研究顯示高中生在準備學習歷程檔案時，受到來自教師、家長與同儕的強烈期待與壓力，這些來自外界的意見影響，構成了 TPB 中的「主觀規範」。在調查中，學生普遍認為周遭重要他人都期待他們投入學習歷程檔案準備，主觀規範得分也高於平均，顯示社會氛圍具有推動力。然而，這樣的壓力也可能形成「不得不做」的心態，使學生缺乏內在動機，只為了「符合期待」而投入檔案準備，而非真正認同制度的教育理念。此情況可能導致形式化準備或為應付而製作，反而違背學習歷程檔案強調反思與自主的初衷。未來在推動上，除了維持正向社會氛圍外，更應將學生主體意識納入考量，強調制度不只是為了升學而設，更是幫助他們探索自我、整理學習與發展方向的工具。教師與家長應扮演支持者與引導者的角色，避免僅以成果或分數來評價學生的

投入表現。

是否投入，關鍵在「自主掌控感」

學生是否願意積極準備學習歷程檔案，最關鍵的因素是他們是否覺得自己能夠掌控整個準備的過程。研究中顯示，「知覺行為控制」對於行為意向與實際投入行為皆具顯著正向影響，為整體模型中的核心關鍵。學生若覺得準備檔案的時間安排、資源取得與選擇內容都可以由自己決定，便較有意願參與，且投入也較深。而當學生感受到制度過於繁複、規定限制太多、無法做出個人化選擇時，便容易出現排斥或消極應對。因此，制度設計上應保留學生的彈性選擇空間，例如鼓勵自由發展興趣主題、多元展現成果形式，並避免一體適用的格式或僵化審查標準。透過「給予選擇」來提升學生的主控感，是促進有效投入的關鍵策略。

準備歷程有助素養與生涯發展

研究結果明確指出，學生在準備學習歷程檔案的過程中，能夠有效促進其核心素養的發展，包括自主行動、溝通表達、社會參與等能力；同時，也有助於其生涯規劃的明確化與實踐。具體來說，學生透過記錄與反思課程成果、多元表現與自我成長歷程，不僅強化了學習的整合力，也學會設定目標、規劃行動與展現成果。這些歷程同時也是培養未來職場所需能力的過程，對 108 課綱所倡導的「素養導向學習」形成良好呼應。此外，許多學生表示，準備過程讓他們更清楚了解自己的興趣、能力與價值觀，進而更有方向地思考未來科系與職涯發展，對於升學後不迷失方向或後悔選系具有預防效果。由此可見，若能妥善引導與落實，學習歷程檔案確實是一項促進學生全面發展的重要制度。

升學選擇受到些微影響

雖然社會普遍將學習歷程檔案視為升學的重要依據之一，但研究顯示其對學生升學管道選擇的影響有限，僅在部分入學途徑（如申請入學）產生些微作用。整體來看，學生在選擇升學方式時，仍以穩妥、安全與成本考量為主。普通高中生與技職體系學生在這方面的反應也略有不同。技職生較傾向使用檔案作為升學準備的一部分，可能與其所學科別較強調實作成果有關，亦可能是因為相關入學管道（如技優甄審）對檔案比重較高。儘管如此，從制度長遠發展的角度來看，仍應努力提升檔案在升學過程

中的真實參採比重與評分公平性，使其不僅是形式要求，而是能真實反映學生學習歷程與潛力的具體指標。

推動制度仍需多面支持

整體而言，本文呼籲學習歷程檔案制度的推動不能只靠學生單方面的努力，而應從制度面、學校面與師資面全面支持。政策上，應重新檢視評量標準是否過於繁瑣或缺乏彈性；學校層面，應設計適切的課程安排與檔案準備輔導；教師方面，則須扮演引導與陪伴的角色，協助學生釐清方向、發展內容與反思歷程。此外，未來研究亦建議可結合學生實際上傳的檔案資料，進行質量兼具的長期追蹤，以掌握制度推動成效與趨勢變化，並據以進行滾動式調整。如此，方能真正讓學習歷程檔案成為學生成長的重要工具，而非另一種隱性壓力來源。

資料來源

簡瑋成（2024）。計畫行為理論高中生觀點分析學習歷程檔案實施與效益之研究。**教育科學研究期刊，69**（3），31-73。連結網址：https://doi.org/10.6209/JORIES.202409_69(3).0002