

澳洲中學生的職業探索平台與資源

駐澳大利亞代表處教育組

Riana 在非政府組織工作前完成大學學位，當她 12 年級決定大學的主修學位時，曾感到不知所措，對未來的職業選擇猶豫不決。同時，她也意識到除了個人興趣之外，必須做出務實的決定。她說，「有太多因素要考慮，我想選一個自己喜歡的學門，卻又顧慮到畢業後是否容易就業，能夠進入薪資高的產業」。

Andrew 選了兩個截然不同的學門領域，以對抗自己猶豫不決的情緒。「我知道十二年級畢業前必須確定目標，否則很難持續激勵自己。」Andrew 請教過父母師長們的意見，參加大學的開放日與招生說明會。Riana 對於請教師長們的意見亦表示重視，建議「保持好奇開放的心態，探索自己的職業選項」。

許多學生即便目標很明確，但是在職業探索的過程中仍然猶豫不決，導致最後選擇了自己平日比較熟悉的工作。Yasmin 十二年級畢業仍不知自己的未來職業偏好，最後選擇了教書，只因為這是自己比較熟悉的工作。

Yasmin 的職業選擇正反映出經濟合作暨發展組織 (OECD) 出版的《Dream Jobs》研究報告所指的職業探索「迷思」，即便如今已進入數位經濟或者健康服務業蓬勃發展的時代，青少年的生涯探索「往往只侷限在 10 個職業選項去做思考，包括：法律、工程、心理諮詢、醫學、教學、獸醫、物理治療、護理、商業管理、建築。」

以上摘自蒙納許大學「青年政策與教育實踐研究中心 (Centre for Youth Policy and Education Practice, CYPEP) 出版「管理生涯不確定性：對話的力量」一文的訪談，探究青少年在面對生涯探索的不安情緒。

對青少年而言，「生涯不確定性」往往被解讀為無法表達職業抱負，或者對成年生活的職業期望，隨著學校過渡到職場的不確定性逐日升高，就業市場競爭大，青年學子對「生涯不確定性」的情緒既困惑且焦慮。

蒙納許大學 CYPEP 分析一份收集自維多利亞州學校 2,800 名 10

至 12 年級中學生的調查數據，詢問他們的職業抱負、決策過程，以及畢業後的計畫，發現有超過三分之一認為「不知道什麼是最適合自己的職業」，另外 40.5% 的學生覺得自己「沒有職業方向」。41.5% 擔心學非所用，34.3% 擔心即便完成了學習仍無法順利就業，29% 對於選擇職業經常覺得焦慮沮喪，高達 59.3% 則是不確定自己的感覺。

究竟誰來決定未來的職業？如何與青年學子啟動有建設性的對話？

「當年輕人與父母、老師和學校的職業輔導顧問在進行這些對話時，他們對生涯不確定性的焦慮程度會降低。」CYPEP 設計一份簡短調查問卷，激勵中學生開始進行職業探索對話，輔助青少年在對話的過程中接納自我。

- 我不知道什麼職業最適合我
- 我常覺得在職業探索時感到資訊不足
- 我覺得自己漫無目標的學習及參加各式活動
- 我常感到自己無職業目標
- 我為了討好特定人而選擇特定職業
- 我的職業選擇由別人的期待所決定的
- 因為我自己的個性或是我的背景，我的職業選擇少
- 要選擇「正確」的職業，我感到壓力大
- 我感覺已經失去開發自己最大的潛能以進入我想要的職業
- 我擔心學非所用
- 我擔心自己的職業走向不清晰
- 面對選擇職業我常覺得心情低落且焦慮
- 我擔心完成學業仍無法就業

以上問卷以強烈不同意、不同意、不確定、同意、強烈同意五種選項回答。這也可以成為親子對話的起點，內容涵蓋年輕人對自己的興趣、認識自身的優勢、生涯目標與偏好、了解不同的職業途徑所要求的能力，以及他們從學校過渡到工作的想法。對年輕人而言，對話的目的安全且積極，他們的反應受到尊重，並且在討論中感到被傾聽。

除了在 CYPEP 網站上可搜尋與青年生涯探索相關的專業研究與資訊之外，Myfuture 是澳洲官方補助的一個全國性青年學子職業試探平台，由澳洲教育服務（Education Service Australia）管理，提供 10-

12 年級學生、老師及家長從校園轉型到職場的公正專業資訊。

Myfuture 以職業輔導專家的論述和專業人士開發的資訊為特色，秉持 DOTS 模式的四大要素組成的框架：自我意識、機會意識、決策學習和過渡學習。使用數據資料來源為：

澳洲及紐西蘭標準職業分類（ANZSCO）中的 358 個職業組概況

澳洲及紐西蘭標準職業分類（ANZSCO）中的 19 種企業概況

1 萬 5,000 個以上的澳洲高等教育與職業教育課程，提供生涯機會的全貌

撰稿人/譯稿人：駐澳大利亞代表處教育組 編譯

資料來源：

1.2023 年 8 月 27 日獨立媒體《The Conversation》教育專欄 ‘So many things to consider’ : how to help school leavers decide what to do next

<https://theconversation.com/so-many-things-to-consider-how-to-help-school-leavers-decide-what-to-do-next-211189>

2.Gleeson, J., & Walsh, L. (2023). *Managing career uncertainty and anxiety: the power of career conversations*. myfuture Insights series. Melbourne, Education Services Australia.

<https://myfuture.edu.au/docs/default-source/insights/Managing-career-anxiety-the-power-of-career-conversations.pdf>

3.Centre for Youth Policy and Education Practice, Monash University

<https://www.monash.edu/education/cyep/research>

4.2020 年《OECD》出版 *Dream Jobs? Teenagers’ Career Aspirations and the Future of Work*

<https://www.oecd.org/berlin/publikationen/Dream-Jobs.pdf>