

自學手冊

邁向自我創化的旅程

政大臺灣實驗教育推動中心

鄭同僚 審訂



目錄

前言	v
1 從世界的舞台看台灣在家自學	1
2 給未來的自學者	11
2.1 自學的意義	12
2.2 自學生學習動機的轉變	18
3 多元需求的自學	32
4 自學「不完全」攻略	41
4.1 申請實驗教育計畫流程	42
4.2 參與自學前的評估	46
4.3 規劃學習資源	49
4.4 撰寫計畫	51
4.4.1 自學與十二年國教課綱	57
4.5 設籍與擬定合作計畫	66
4.5.1 國民教育階段（國中、國小）	67
4.5.2 高級中等教育階段（高中職）	69
4.6 提出實驗教育申請（常見問題集）	74
4.7 參與審議會（常見問題集）	83
4.8 接受訪視（常見問題集）	90
4.9 學習評量、成績計算（常見問題集）	93
4.9.1 學習評量參照資料	94
4.10 撰寫報告書	97

4.11 取得學習證明	100
4.12 自學生的權益	103
4.13 自學的轉換與銜接	107
4.14 高級中等教育階段自學後的銜接	111
5 自學生的常用學習資源	125
5.1 學習資源整理總表	126
5.2 分類學習資源與詳細資訊	130
5.2.1 綜合學科能力	130
5.2.2 國語文	132
5.2.3 語言學習	133
5.2.4 數理邏輯	134
5.2.5 人文社會	134
5.2.6 自然科學	135
5.2.7 程式語言 / 科技	137
5.2.8 藝術	138
5.2.9 體育	139
5.2.10 食農	140
5.2.11 綜合技能類	141
5.2.12 創新創業	142
5.2.13 行動學習	143
5.2.14 國際參與	145
5.2.15 生涯探索	146
5.2.16 公民參與	148
5.2.17 情感教育	149
5.2.18 自學社群	150
5.2.19 自學工具推薦	152

5.2.20 影片 / 紀錄片推薦	153
5.2.21 桌遊推薦	154
5.3 自學生與家長的其他資源	155
6 自學的光譜圖像	159
7 十位自學生的故事	162
一、黃岳涵 — 自學，使我享受自我挑戰！	164
二、徐天一 — 自學花式跳繩，不斷超越極限	174
三、李 昂 — 樂於接受改變，從中長出新生！	181
四、金瑄庭 — 消化社會期待，成為自由的真我！	195
五、高詩婷 — 全人之於我：在戲劇裡，直視自己的靈魂。	204
六、李珮玉 — 大自然的啟蒙，使我鍾愛生物！	211
七、王耀萱 — 狂野飛速中的洞見與柔情	218
八、李 情 — 在自學中找回目標與熱情	226
九、陳慧潔 — 勇敢是最好的裝備，冒險是青春的特權	234
十、蔡 山 — 廢青到農青的解放之路	244
8 附錄	
附錄 1：世界各國在家自學的概況	254
附錄 2：參考資料	263
附錄 3：自學計畫書參考	271
附錄 4：高中教育階段學校合作計畫書參考	272

前言 讓青春去冒險

鄭同僚

綜觀人類對下一代進行教育的過程，主要有兩種類型，一是灌輸，一是啟發。工業革命以來，人們為培養大量馴服的生產線上勞動力，透過標準化學校經營方式，齊一師資培訓、教學方法、課程內容與進度，乃至於考試與選才方式，對兒童及青少年進行有系統知識灌輸和行為訓練。這樣的教育方式，可以大量產生一定品質的勞動力，相當有效能，但也很容易讓學習者失去主體性和主動性。

另一種類型，則是強調人類理性自主的重要性，而教育的目的在於啟發人的自主動機，不在於學到什麼知識或技能。所以，教室裡，重要的不是學習內容包括（cover）了什麼，而是我們能否讓孩子自己去發現（discover）什麼。教育要做的是，讓兒童及青少年能自主學習，透過對現象的觀察與學習，進行自主提問，並經由獨立而科學的方式，去進行驗證與學習。啟蒙時代的德國學者洪保德（Alexander von Humboldt）認為，一個受過良好教育的人，最重要的核心素養，是在沒有外在控制的情況下，能獨立自主地去建構探索和創造。洪保德所說這種能讓學習者發展自主學習態度與能力的方式，就是啟發式教育類型最好的代表。

灌輸和啟發兩種教育方式相差很大，可惜過去近百年來，知識灌輸一直是臺灣學校教育主流方法，因此，我們看到很多升學主義和管理主義帶來的各種教育困境。面對急遽變化的自然環境和迅速數位化的人為世界，制式化知識灌輸帶來的人類疏離被動，顯然已經遠遠無法適應為來需要。所以，近年來從聯合國國際文教組織到 OECD，乃至於我國

的 108 新課綱追求的教育目標，幾乎都把培養學生自主學習當成首要工作。

但是，自主學習怎麼做？這是大部分習於灌輸式教育傳統的人所陌生的。所幸臺灣從 1990 森林小學創辦以來，傳統學校體制外，已經陸續有人嘗試不再用權威方式灌輸，而是啟發孩子學習動機，陪伴孩子自主學習。2014 年實驗三法通過後，有更多的人嘗試離開學校自學，前人所有努力，讓臺灣本土的自主學習經驗有了一定的厚度。這本自學手冊，就是整理了過去三十年來臺灣社會主要累積的自學相關資訊與智慧，內容主要包括如何善用非學校型態實驗教育機會向政府提出自學申請、自主學習學生常用的資源，以及十位各有特色的自主學習者的故事。我邀請政大臺灣實驗教育推動中心同仁李嘉年擔任本書的總編輯。確認手冊撰寫方向後，李嘉年和徐凡甘定期每週開會討論書寫內容，並陸續邀請宋沁、沈潔、閉恩濡、陳嫻霓加入，共同撰寫手冊各章節。過程中，他們於 2017 年底全台各地辦理 5 場焦點團體訪談，共訪問 46 位自學生和家長（其中一位後來成為作者之一）。待手冊初稿完成後，我們再邀請自學生、家長、審議委員閱讀與提供修改建議。

因此，本書能順利完成，除了感謝共同完成這本書的作者群的付出，也感謝出席焦點團體訪談的 46 位自學生和家長的意見，10 位接受個別訪談並分享其自學經驗的自學生，閱讀後提供修改意見的自學生和家長包括黃晶晶、李信興、陳圭鈺、王紫苓，協助繪圖的自學生王逸聖，以及政大實驗教育推動中心協助校稿的同仁林家瑄、張朝翔和胡庭碩。最後，這裡也感謝負責本書設計、編輯與排版的沈婉霖和邢本萱耐心地配合與協助，才能讓《自學手冊》的編輯工作完成最後一里路。無論如何，本書所感謝的所有人，都無須為書中所出現的錯誤與所表達的觀點承擔任何責任。

必須強調的是，在本手冊中雖以自學生為自主學習的例子，並不意味著只有離開傳統學校體制才能自主學習；恰恰相反，由於傳統學校體制仍然以集體化教學和制式化評量為主要，但所有人面對未來世界越來越需要自主學習的相關表現的事實並沒有不同，所以，這本手冊，也可以成為傳統學校體制內學生的參照鏡子。當然，不管身處什麼學習體制，所有的大人都可以從這本手冊，得到協助與陪伴自己孩子的知識或感動。

我自己最近曾經主持一場探討實驗學校高中畢業生出路的焦點團體座談，共有八所公私立實驗教育學校 / 機構的負責人出席。會中各校分享畢業校友出路時，我們有個共同發現：這些畢業生都很懂得自主學習，知道如何善用身邊的資源，所以，不論升學或就業，他們都能走出很不同的道路。我從那些經驗分享中體會到，當一個孩子不再受他人指揮，而是自己設定議題，自己尋找資源時，世界就變得很寬廣。最明顯的例子是，那些上了大學的學生，後來很多在大學裡就可以自己一邊當成功的學生，一邊還可以創業當老闆，這是傳統大學生幾乎不可想像的圖像。他們的積極主動與創造力，重新界定了年輕、學習，和未來。這樣能自主學習的年輕生命，何其精彩！！

從手冊中十位自學者的故事看來，踏實的自主學習意味著學習者自己找目標、善用資源、勇敢去實踐創造，同時還要不斷進步轉化，就是一種自我創化的過程。國內教育學者馮朝霖、詹志禹教授剛好都曾為文倡議自我創化的重要性，我們覺得，本手冊要催生的自主學習的歷程，和兩位所倡議的自我創化十分吻合，所以，特別使用自我創化這詞，代表理論上和實踐上，臺灣都有很好的自我創化本土經驗了，而這樣的經驗，正是大家可以更勇敢讓青春去冒險最珍貴的陪伴資產。



1.

從世界的舞台看台灣在家自學



本書首先說明，本書所使用的「自學」，是指依據《高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例》（簡稱非學條例）申請後進行的個人實驗教育，或稱個人自學。還沒有深入討論自學之前，我們認為有必要先帶大家瞭解世界各國在家自學的現況。每個國家有其獨特的歷史發展與文化脈絡，彼此共同形成世界舞台上的自學光譜。瞭解世界各國的自學現況，不僅知道臺灣在世界舞台中自學光譜的位置，也能或多或少看到臺灣自學未來的方向。

■ 自學在世界各國的法律定位 ■

在家自學，或國際上常稱的在家教育、在家上學（**home education / home schooling**），在目前有資料可查詢的 33 個國家當中¹，其法律定位可從光譜一端的完全開放（無須申請即可在家教育）、須依法申請，到另一端的無法可循，甚至是明確違法。這 33 個國家當中，在家教育屬於違法的國家佔了 7 個（德國、保加利亞、瑞典、斯洛伐克、中國、土耳其、巴西）。另外，2 個國家（馬來西亞和西班牙）的在家教育則是存於無法可循的現況。在荷蘭，在家教育並非合法承認的其中一種教育方式，除非家長以宗教信仰或哲學價值觀理由提出，政府再以個案方式來處理²。

在 23 個合法進行在家教育的國家當中，必然存在法律寬嚴之差。法律層面最尊重在家教育權利的國家，應屬英國、愛爾蘭和義大利。這 3 個國家都在憲法中明確保障家長教育選擇權，相較之下，台灣則是在一般法律中保障家長教育選擇權。只是，憲法明文保障家長教育選擇權，不一定代表其國民必然自動享有在家教育的權利。舉例來說，義大利雖然憲法保障家長教育選擇權，但同時規定家長須準備課程和其他資料，向學校申請，學校則會通過考試來衡量家長是否可以在家教育自己的孩子。英國、愛爾蘭，連同另外 8 個國家（丹麥、挪威、比利時、芬蘭、法國、葡萄牙、匈牙利、斯洛維尼亞），以及美國和加拿大部分地區的家長則只須知會（**notify**）地方政府或學校校長、或通過註冊（**register**）或聲明（**declare**），即可實行在家教育，政府和學校無權拒絕家長在家教育孩子。除了義大利之外，另有 9 個國家的家長須通過申請（**apply**）或申請豁免（**apply for exemption**）強制入學的方式，才可進行在家教育，包括奧地利、愛沙尼亞、波蘭、捷克、俄羅斯、南非、澳洲、紐西蘭、新加坡、以及美國和加拿大境內的另一部分地區。「申請制」與「知會

制」的主要差異，在於國家是否能依照所規定的程序或要求，來否決家長的在家教育。對美國、加拿大和澳洲來說，教育屬於地方政府的權限，不同州屬或省份的法律對在家教育的友好程度並不一致。

至於目前在家教育屬於無法可循的西班牙，西班牙憲法法庭於 2010 年宣判在家教育並不違憲（not unconstitutional），也請政府立法機關訂立相關法規，但西班牙至今仍未有在家教育的相關法律。嚴格來說，馬來西亞也面對類似的處境，雖然 2003 年修訂的教育法令第 29(A)1 條文規定所有 7-12 歲孩童強制入學（或強迫入學），且第 29(A)3 條文也註明教育部長可通過公報免除任何學生或群體的強制入學規定，只是歷任教育部長未曾公佈任何相關公報。對保加利亞、中國、巴西、土耳其來說，在家教育可說是違法的，因為這些國家都規定適齡孩童強制入學，且不提供學校之外的其他選擇。這種情況，應該也是多數缺乏在家教育資料國家的現況。無論如何，西班牙、馬來西亞以及多數這些國家的政府並沒有干涉（嚴格來說是「取締」）進行在家教育的家庭。

不過，政府與在家教育家庭的衝突，也確實發生在好幾個國家，如德國和瑞典。瑞典法庭案例顯示³，無許可的情況下進行在家教育，家長或合法監護人將被罰款，並由社福機構介入。至於德國⁴，一些在家教育的家長為了爭取在家教育的權利，向德國憲法法庭提出告訴，然而憲法法庭仍然宣佈在家教育違法（或國家規定強制入學並不違反德國憲法）⁵。

■ 各國如何監督自學 ■

在合法進行在家教育的國家當中，可根據政府所規定的教學內容和監督的方式來看出各國對在家教育進一步的管制強度。在英國、愛爾

蘭和 8 個無須申請即可在家教育的國家，以及美國和加拿大部分地區當中，英國、斯洛維尼亞和芬蘭對於在家教育的內容採取最寬鬆的政策，家長可以自行決定在家教育的內容。其中，英國不僅沒有對課程內容進行管制，也沒有訂下嚴格的監督方法。英國政府雖然可通過家訪等方式，確保家長提供全時（full time）、適當並足夠的教育，以保障孩子的福利，但家訪前必須取得家長的同意，意味著家訪並不是硬性規定，而是相互協調。斯洛維尼亞和芬蘭則規定在家教育的孩童須定期參與地方學校安排的考試，以確保孩童達到學校的標準。其他國家當中，只有比利時、葡萄牙和匈牙利規定家長須根據學校的課程來進行教學，其餘國家如丹麥、法國、挪威和愛爾蘭等國的法律皆以不同的方式讓在家教育的內容保持一定的彈性。比方說，法國的法律只訂下在家教育須學習的學科，而家長可自行選擇其學習方法。丹麥和挪威雖規定在家教育的內容須等同於學校教育，但何謂學校教育則沒有明確定義，更何況丹麥的公立學校教育樣貌相當多元，學校課程類別從蒙特梭利、華德福、自由學校到天主教學校等都差異甚多，在家教育很難說應根據何種學校課程。換言之，這種不明確定義讓家長能自由地選擇教學內容。至於 10 個須申請才能進行在家教育的國家，除了紐西蘭和台灣之外，所有國家都規定家長須依據國家課程綱要（或國家統一課程內容）來教育孩子。相較而言，台灣雖然規定孩童法定代理人或已成年的高中生須向地方政府申請，但並沒有規定須依據國家課程綱要進行在家自學，只規定引導學生適性學習。

另一方面，世界各國對在家教育的管制，也可從其監督機制看出其嚴格程度。在 23 個合法進行在家教育的國家當中，13 個國家的法律明確規定以評估（assessment）來監督孩童的在家教育成效，5 個國家以家訪（visit）或面談（interview）來確認孩童的教育程度。雖然法國規

定督學每年通過家訪了解在家教育孩童的學科學習程度，以確保孩童獲取適法的教育，然而在實務上，部分督學會以考試方式進行了解。挪威則綜合家訪和考試的方式來監督在家教育，荷蘭基本上沒有任何管理機制，這是因為在家教育並非合法承認的一種教育方式⁶。葡萄牙除了規定孩童參與學校和國家的考試之外，也規定家長每年須向地方教育部門提交學習進度報告。美國、加拿大和澳洲則依區域對在家教育進行不同程度的管制⁷。南非除了規定在家教育孩童在完成不同的學習階段後由教育部批准的合格且獨立人士進行評估，也規定在家教育的家長有責任保存孩童學習紀錄、學習檔案至少3年，以供教育部委派之人員查看。台灣法律規定地方政府每年對在家自學生進行家訪，家長或自學生每年也須提交學習狀況報告書，最後在完成實驗教育計畫後提交成果報告書。整體來看，台灣的情況，雖然比起多數以考試來監督其成效的國家而言，相對比較符合家長能自由選擇教育內容的意願而無須符合考試內容，但同時也是少數要求家長每年提交報告的國家之一。

■ 自學的補助 ■

在經濟上，世界各國對在家教育的經濟補助部份並不積極，除了紐西蘭、俄羅斯和加拿大的其中3個省份之外，大多數國家沒有對在家教育給予金錢上的補助。無論如何，部份國家針對特殊需求（special needs）的孩童進行在家教育是有額外補助的。同時，一些國家如挪威、奧地利和愛沙尼亞的在家教育家庭可免費取得學校教材和課本。台灣對在家自學的補助方面，國中小雖然沒有任何補助政策和方案，高中階段卻直接補助不掛籍學校的在家教育家庭每學期新台幣 \$5,000-\$33,560（按照家庭年所得總額和學科類別）。至於在家教育的特教生，雖然沒有明確針對特教生的補助，但無論是特殊教育法或非學校型態實驗教育條例都不約而同規定地方政府應為有關學生提供必要的資源和協助。與

其他國家不同的是，台灣法律也一併納入原住民和低收入戶學生作為協助的對象。

■ 各國自學生人數 ■

為了讓讀者對各國的在家教育現況有整體的瞭解，這裡也將各國在家教育相關法律定位與在家教育人數佔在學人數的比例資料整理成圖一。根據以上的資料，各國在家教育的法律定位，可簡單分為 4 大類，分別是「合法－知會」（即只須知會政府即可進行在家教育）、「合法－申請」（即必須向政府申請才能進行在家教育）、「法律定位不明」（即無法可循）和「明確違法」。從家長或監護人與孩子的教育選擇權利來看，合法－知會意味著家長與孩子（往往是家長而非孩子）擁有最高的自由度，無須經過國家體制的許可而得以自主選擇在家教育。合法－申請表示家長或監護人可以通過申請而進行在家教育，但這也表示政府握有因各種原因如國家基礎教育發展的義務或政策而拒絕家長或監護人為孩子進行在家教育的權力。無論如何，根據目前的資料，實行申請制的國家中被拒絕進行在家教育的案例比例相當低。在在家教育人數比例上（圖一），雖然美國在家教育的法規因各州屬政策而有所差異，但全美在家教育人數比例卻是全球最高，約 3.40%，即每一百位同齡學生當中有 3 位進行在家教育。接下來則是紐西蘭（0.80%）、匈牙利（0.70%）、英國（0.5%）、澳洲（0.45%）、愛爾蘭（0.40%）和愛沙尼亞（0.30%）。台灣在家教育人數比例為 0.19%，即每一千位學生當中有 2 位在家教育學生，與法國（0.26%）、加拿大（0.25%）、奧地利（0.20%）的人數比例相近。其餘國家的在家教育人數比例都低於 0.10%，意味著每一千位學生少於 1 位在家教育學生，包括挪威、西班牙、芬蘭、保加利亞、波蘭、丹麥、葡萄牙和荷蘭。

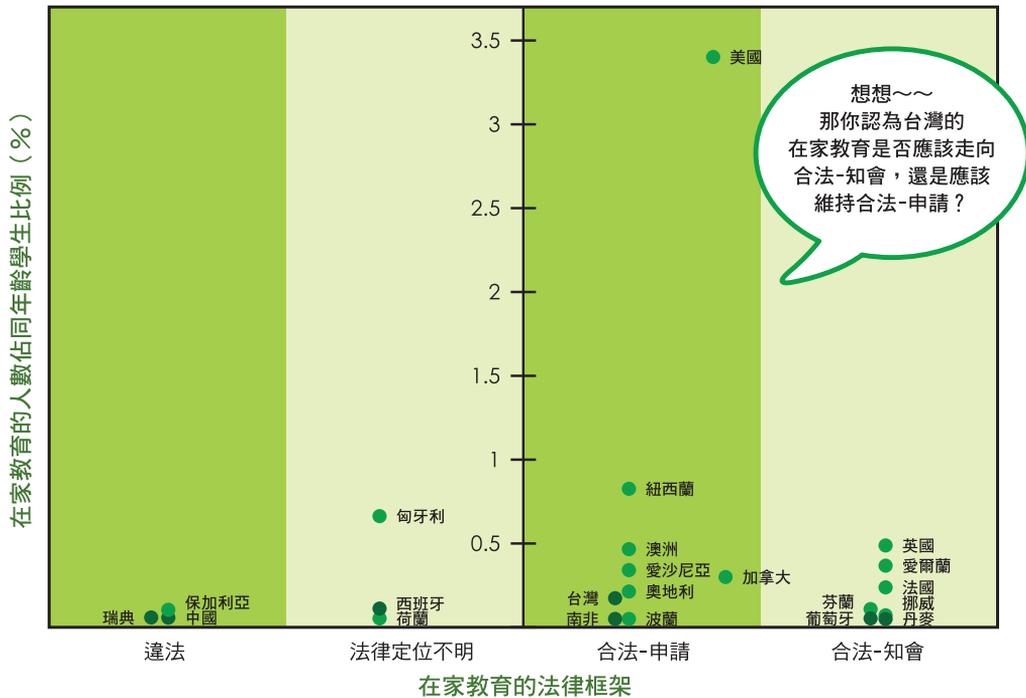


圖 1 各國在家教育的法律框架與人數比

資料來源：附錄 1- 世界各國在家自學的概況

註 1：美國和加拿大的教育屬地方政府權責範圍，部分地區要求知會，另有部分地區要求父母呈交資料申請，因此將之置於介於合法 - 知會和合法 - 申請之間的區域。

註 2：英國、愛爾蘭、加拿大和南非的人數比例資料並不精準。部分原因是因為英國和愛爾蘭只要求家長知會學校，而部分家長選擇不知會學校而進行在家教育。為方便製圖，這裡選擇將取其數據範圍的平均值。

■ 世界自學的光譜——臺灣在哪裡 ■

我們通過這一章來簡單概述世界各國在家教育的現況，讓讀者能在「假資訊亂竄的年代」得以根據相對有依據的資訊來瞭解台灣在家教育在世界發展趨勢中的位置。誠如本章的資料顯示，台灣的在家教育並不在該光譜中的兩端，而是偏向中間的合法－申請。另一方面，根據現有資料，立法（無論是憲法或一般法律）保障在家教育權利的國家多屬歐美或大洋洲國家。過去近 30 年台灣家長通過體制內外的爭取，使台灣成為少數有法可循進行在家教育的亞洲國家之一。另一方面，目前對在家教育有實質經濟補助的國家，除了加拿大 3 個省份之外，其他國家如紐西蘭、俄羅斯和台灣（補助高中無掛籍學校的在家自學生）都位於合法－申請的法律定位。所有在家教育法律定位屬於合法－知會的國家，有關家庭除了可獲得一般學生擁有的課本和教材之外，基本上並沒有任何額外的實質經濟補助。為什麼實行合法－知會制度的國家，在制度上比較尊重在家教育，但在經濟上卻不給予任何實質的補助？這是因為一部分的在家教育家庭並沒有知會政府，政府難以全面地落實補助在家教育家庭。而在實行合法－知會且有經濟補助的國家如加拿大的 3 個省份，也同樣須要家長提出申請，政府才能將有關經費轉給該家庭。

另一方面，在監督方面，實行合法－知會的國家幾乎都通過評估考試（examination）來監督在家教育孩子的學習成效（雖然有些國家的評估方式一定程度上相當重視孩子的個別差異）。相較之下，台灣雖然是落實申請制的國家，但並不採用單一標準考試，而是採取較容許個別差異的報告書和家訪的方式來監督在家教育孩子的學習成效。當然，在家教育人數近年來不斷增加的情況下（個人在家自學的學生人數從 2015 年立法時的 1510 位增加到 2018 年 3436 位），如何在實務上真正根據個別差異協助在家教育的學生，實為台灣在家教育制度的挑戰。

註：

1. 在家上學法律辯護協會 (Home School Legal Defense Association, HSLDA) 的網站展示世界九十多個國家的在家教育法律現況，該網站的一部分資料缺乏文獻資料佐證，或詮釋過於隱晦。舉個例子，網站顯示馬來西亞的在家教育屬於合法 (legal)，但實際上是無法可循的情況 (詳情見內文)。因此，這裡選擇從目前含審查機制的論文資料庫當中，搜尋各國的在家教育 (home education)、在家上學 (home school) 的相關文獻，根據不同國家的相關法律背景資料整理出這份資料。目前，多數的文獻資料來自北美洲、歐洲、大洋洲，少部分來自亞洲、非洲、南美洲。另外，這裡也盡可能以各個國家的教育部或主管機關網站資料來交互佐證文獻中的資料。當然，語言隔閡造成這裡無法涵蓋太多國家的資料。除了語言隔閡，這裡所提及的多數「缺乏在家教育資料」的國家，某種程度上意味著該國可能尚未具有一定規模的在家教育社群，也因此缺少相應數量的文獻。

2. 荷蘭的教育是採取教育券制度，符合一定學生人數的家長群可自行成立學校，並獲得政府撥款來維持學校的運作。教育選擇的自由，因此讓少數荷蘭家長選擇在家教育，多數家長則是能找到符合個人需求和哲學價值觀的公私立學校。

3. 在瑞典，直到 2011 年為止，在家教育被認定為義務教育的一種。之後，在家教育只有在特定情況下 (special circumstances) 才可進行，這個用詞幾乎否定了多數在家教育家庭的權利。

4. 德國法律規定，只有長期移動的父母、長期患病孩童，以及短期居留的移民後裔才能進行在家教育。孩童接受無合格教師證的家長所給予的教學是違法的行為。這種要求在家教育的家長具有合格教師證的情況，也同樣發生在斯洛伐克 (是 Slovak Republic，非斯洛維尼亞

Slovenia)。理論上，這條規定意味著德國和斯洛伐克只有「離職」的合格教師才能在家教育孩子，這是因為具有合格教師證的家長，若需要留在家教育孩子，則勢必需要離開教育職場，其伴侶也無法代為教導其孩子。

5. 後來，德國在家教育家庭甚至上訴到歐洲人權法庭，最終歐洲人權法庭也宣判德國政府勝訴，至今德國在家教育仍屬違法。

6. 荷蘭政府只有當出現投報案件時，主管機關（法務部孩童保護理事會）才會採取行動，調查並向法院提呈報告，必要時採取措施如移轉父母對孩子的監護權。雖然非常罕見，但有關案例確實存在。

7. 加拿大的所有省份當中，5 個省份須交上考試成績，5 個省份會進行家訪，其中 3 個省由設籍學校來進行。美國則是 25 個州屬要求家長定期提供考試成績（國家考試如 Iowa Test of Basic Skills 或州指定的標準測驗），其中 13 個州屬容許以合格教師檢驗其成績來取代有關考試成績。澳洲部分，南澳州的規定包括 8 個學習領域、5 個核心學習、7 個能力指標，再加上社交機會（social interaction opportunity）等。北領地（Northern Territory）更加嚴格，要求密集報告和家訪等。



2.

給未來的自學者



無論你是打算申請自學的學生，還是希望帶給孩子不一樣成長經驗的家長，這裡希望能讓你在還沒有開始申請之前，先瞭解兩件事，分別是自學的根本意義和自學生學習動機的改變。我們在臺灣北中南東訪談超過 40 位自學生、家長、實驗教育工作者（實驗團體、機構或學校的教師們）之後，大家不約而同認為，瞭解這兩件事，對還未開始自學的學生和家長來說特別重要。對這兩件事的理解越透澈，將有助於你在開始自學的時候，更懂得如何去應對自學過程中的各種挑戰和疑問。又或許這裡所討論過的概念，讓你在面對自學的挑戰而重新進行反思時有個參考的方向。

無論如何，若還沒有開始踏入自學的讀者在看完這一章之後，可能因為缺乏切身經驗而沒有同感，我們歡迎你帶著半信半疑的心情開始自學的旅途，並在自學的過程中隨時回來翻閱這一章。

2.1 自學的意義

為什麼我們要在這裡探討自學的意義？我們期盼讀者能在了解「如何成為自學生」之前，先釐清自己的自學動機（why），從而瞭解自學對自己的意義，創造對自己有益的學習。

■ 自學的定義 ■

本章節所提及之「自學」一詞，意指學習者本身，自己或在任何資深學習者如家長和教師的引導下，自主掌握學習進度，安排學習內容，設計學習架構的學習方式。其學習內容可能包含一般學校的領域學科，隨天賦與興趣發展的才藝技能，關注的專業領域與社會議題等。學習方式與學習資源，可能包含教科書及自修，線上學習平台，社區公共資源，亦或是已認識的專業領域工作者。

基於以上的定義，在本章將探討「自學」的意義與內涵，讓讀者能在閱讀過程中也思考並釐清對自學的想法與自學動機。對學習者（目前具學生或孩子身份的讀者）而言，釐清自學的意義，才能在開始自學前有個正確的方向或態度。對於同時具有學習與陪伴的身份者（目前具家長或教師身份的讀者）而言，瞭解自學的意義，一方面有助於成人重新檢視過去自己的學習經驗，並有機會重新詮釋甚至進一步掌握個人的學習主動權，持續進行個人的終身學習。另一方面，成人也因此能提升成人對孩子的正面效應，降低對孩子在自主學習路上的負面影響（後面會討論到有關的負面影響）。

■ 從「為什麼要自學」看見「自學的意義」 ■

自學的意義是什麼？通過以下的論述，可以看出自學的意義是藉

由「自由的學習，認識自己」。為什麼自學的意義是獲得自由？我們認為，這是因為學習的主權回歸到自己身上。在民主法治國家，憲法給予每個人自由的權利，然而現今社會環境結構，卻逐漸形成一種「必須通過教育獲得成就，才可獲得自由」的價值觀。舉例來說，在一般學校裡，我們要求學生「做完作業」才有「自由活動」的權利；有些班級導師，甚至要求學生把功課寫完，才有「參與課外社團」的權利；為了獲得好的成績，我們必須先在書桌前苦讀一番，在考試裡大展身手，我們才拿到「玩」的資格。尤其高中到大學的階段，許多學生一進入學校，就在為下個階段的升學考試準備。學生們從師長得到「考上大學就可以放心玩」的想法，也將「學生的本分就是唸書」的觀念銘記在心。然而，無論從新聞媒體、社群網站，或是當事人親自現身說法，愈來愈多案例是學生好不容易升上大學，卻選擇把時間拿來體驗從沒有嘗試過的娛樂，更慘的是，因為分數所選擇的科系，根本不是自己經過瞭解所選擇的，導致快要畢業時人心惶惶，不知道「自己擅長什麼」，不知道「自己喜歡什麼」，因為他不知道「自己是誰」。

有些眼尖的讀者已經發現，部分大學生在大學「玩四年」的情景，來自於喪失學習動機。升上大學以前，學生的學習動機來自「考上大學」這個目標，一旦目標達成（考上大學），原本的學習動機消失，便不再有動力面對學習。

那麼，「學習動機」和「自由」的關係是什麼？和我們本章所探討的「自學意義」又有哪些關聯？根據自學生的訪談內容，我們得出一個結論，那就是當一個人能「自由」的學習，他的「學習動機」就不會輕易消失，即便目標達成以後，正向的學習經驗，求生的原動力，都會使他尋找下一個目標，更新學習動機。而「自由的學習」正是「自學」能提供的。為什麼源源不絕的「學習動機」能透過「自由的學習」獲得？

因為當個體處於「自由的學習」狀態，他清楚知道每一種學習的內容，方式，來自他自己的選擇，他能藉由認識自己為何選擇，從而認識自己是什麼樣的人，包含我們前面講過很多次的「他喜歡什麼」、「擅長什麼」，當個體認識自己，他的學習動機不是來自父母師長或體制的要求，而是對自己的了解與需要，發自內心的動力更能長久。雖然「自學」在現今社會經常被形容為「最有效的學習方式」，但筆者認為，人們常常忽略了所謂「有效的學習方式」背後的學習動機如何形成。倘若自主學習是在父母師長威逼利誘之下發生，這樣的自學是「發自內心」的嗎？「學習動力」能持久嗎？當讀者根據非學條例選擇「自學」，其真正的精髓是將安排學習內容的權力重新交還學習主體本身，並在這樣的模式下，盡可能的發展自己的學習內容。

接下來我們要討論第二個問題，何謂「自由的學習」？首先，筆者認為對學習者而言，「學習的權利」其關鍵在於「思考並決定學習內容」，也就是說，孩子有權利決定「自己要學習什麼」。也許家長聽了會反問，「孩子還小，怎麼會知道自己要學什麼？」。筆者並不反對家長在過程中「引導」孩子，反而認為這也是「自由學習」中重要的一環。興趣、志向可以自己探索，價值觀卻需要時間與方向去塑造。學習者可以自行決定該學些什麼，父母在其中也可以表達自己的看法，「引導」孩子看見不同階段，學習哪些知識與技能，對孩子自己有幫助。親子之間溝通「該學些什麼？怎麼學？」其實就是父母在用價值觀影響孩子，無形中塑造他們看待世界的方式。

這些觀點也是筆者學習經驗的沈澱，我也曾是個在公立學校中追求高分的求勝者，對成績的盲目追求，使情緒發展極不成熟，常用歇斯底里的方式解決問題（或者根本沒解決）。高中加入自學團體，讓我不斷思考自己「為何而學」。當擁有「思考為何要學習」的自由（而不是盲

目地被考上好學校這個目標所逼），正是「學習」的權利與義務回歸到「自己身上」的開始，就如同前面所說，從而產生的「學習動機」與「自我認識」是發自內心的純粹。而除了筆者以外，我們另外收錄了幾位自學者表達他們認為「自學的意義為何」：

「自學對我來說已經變成是一種 life style（生活方式）。即便我今天從自學的狀態畢業了，我還是會一輩子去做這件事。因為對學習這件事情，有永無止境的渴望，不斷地覺得『還不夠還不夠還不夠』，我還想要再學習更多，或是我還要再多學什麼。當這變成你的生活習慣，我想那就是很成功的自學模式。」——自學畢業生陳慧潔¹

從慧潔的文字中看到，她認為當自學完整地成為生活的一部分，就是成長的原動力：不斷地看見自己可以進步的地方，永遠有可以繼續攀登的高處。

「自學就像是在野外求生。如果把知識比喻成食物，傳統的學校有點像去一家餐廳吃飯，他已經幫你配好各種菜色，而且是均勻的。雖然你不一定愛吃他提供的每個食物，但至少不會餓肚子；而長期來說，自學就如同在野外待久了，你可能不會餓肚子，因為你知道要怎麼去取得食物（知識），有時候你可能會吃得比別人更好，畢竟你是有自主權的。我想，每個人總有一天要離開『餐廳』，所以早一點去『野外求生』是可行的。」——自學畢業生黃岳涵²

自學對岳涵而言，如同在森林裡獨自尋找食物（知識）。獲得知識既然是必要的生存方式，無論是透過一般學校得到，還是透過自學自己

¹ 參見本書第 164 頁

² 參見本書第 234 頁

捕捉，最終都可能會離開穩定供給的環境，轉而進入社會倚靠自己獲得知識。因此自學就像是提早面對社會的挑戰。

「重要的不是自學這個體制，而是你有沒有自學的心：你是否會主動追求你的興趣？會主動學習想學的事？是否有在思考，你想要的是什麼？假如都做到以上幾點，就算沒有離開學校，就算父母不同意，你一樣是自學生。我認為自學並不是專屬於自學生的權利。」——自學畢業生 / 魔術師 / Youtuber 沈聲瀚³

沈聲瀚認為自學是一種態度，可以不受環境的影響。當清楚知道自己有哪些追求和目標，人人都是正在實踐自學的「自學生」。

除此之外，已畢業自學生、實驗教育工作者、自媒體粉絲專頁「自學教書一口血」這樣闡述自學：

「人為什麼要受教育和學習？一口血認為至少首先是為了成為一個能生活自理的個體。」——節錄自《【努力長話短說系列】都不用去學校了怎麼能不到處趕？》⁴

曾有位少年在申請高中自學計畫時告訴我：「我不喜歡我爸媽幫我做決定。」

所以他上網找法規，印出來一句一句的讀，在上面畫重點，蒐集好幾份別人分享到網路上的計畫書，經過各種篩選和自我審視，寫出了他的第一份申請自學的計畫書。

³ 參見影片《【Will Shen 嬭嬭】訪問！自學到底是什麼？為甚麼要自學？》
<https://www.youtube.com/watch?v=DGET9Sw66sQ>

⁴ 原文網址：<https://www.facebook.com/TeachYourselfOneKouXie/posts/551435728525364>

當今天你發自內心要做出一個家人不支持的自學決定，為了讓這個決定能夠發生，你就必須動用一切的方法和手段去達成這個目標。沒有天上掉下來的「我要自己做決定，你們就要讓我自己決定」這種事。為自己做決定的權限需要自己去爭取。而如何說服他人「我可以自己決定」？就從自己努力做功課、搞懂現在是什麼狀況、努力尋找資源和尋求協助開始吧。——節錄自《高中自學必備特質之『少年仔，喜歡別人幫你做決定嗎？』」（下）》⁵

曾是自學生，現在擔任自學團體的教師，長期與自學生相處讓一口血得出的結論是，在成為「自學生」以前，搞懂自學（非學校型態實驗教育）在做什麼，怎麼申請，如何寫計畫書等，就是一個自學的過程。同時，學習者能在過程中不斷釐清自己自學的動機與渴望。

■ 小結 ■

看到這裡，相信讀者瞭解為何在開始自學前，釐清自己的自學動機（why）和自學對自己的意義，對學習者是否能創造有意義的學習的重要性。我們也希望家長和教師能理解將學習主動權、選擇權與決定權交回學習者本身的根本意義。如此一來，成人將更加從容地面對自學的孩子和學生，從監督或主導的角色逐漸轉換為協助、影響、分享或陪伴的角色。另外，家長和教師也應避免將自主學習視為一種提升學習效率的方法，而忽略自主學習本身即為學習的目的。

⁵ 原文網址：<https://www.facebook.com/TeachYourselfOneKouXie/posts/505308003138137>

2.2 自學生學習動機的轉變

上一章節，我們談到自學的根本意義。不過，我們理解文字在表達意思的局限性。有些時候，要完全理解自學的意義，並不是通過看完一篇文章，或聽完一場講座，而是需要經歷討論、體會、實際操作，以及教導他人的過程。在逐漸理解自學意義的過程中，自學的過程實際上是一段逐漸轉變的歷程，我們姑且把這段歷程稱為「學習動機的轉變」。接下來，我們將通過一些學習理論和實際經驗的介紹，帶你走一趟「自學生學習動機的轉變」歷程。

■ 前言 ■

對於筆者而言，自學並非僅是一種「學習型態」的選擇，更是「自主學習態度」的實踐。從小到大已習慣學習的項目、進度、目標皆被安排好的孩子，大多是以被動式的吸收為其主要的學習模式。然而，學習並非只發生在學校或書本上，也在生活當中的方方面面。對於在生活各方面向來也都被安排照顧得很好的孩子，除了知識性學習以外，日常生活當中細節的獨立與自主性鍛鍊，也都是相當重要的。自主性的培養需要落實在生活裡，也實踐在學習當中。

自學的動能，往往來自於學習者本身的自主性，然而，從「被動」轉向「自動自發」並非在一夕之間轉換，而是有其醞釀與過渡。因此，此章節將著重於探討剛踏入自學的新手所會面臨的心理處境與學習動機轉換的狀態，也討論身為自學生家長能如何陪伴孩子經歷過渡期，長出內在力量。

■ 迷失，是自我探索的啟程 ■

選擇申請自學的原因相當多元，無論原因如何，選擇自學對於當事人而言都是一個全新的挑戰與改變。我們知道，當人面臨改變時，首要面對的難題便是安全感會受到挑戰，無論是以往習以為常的習慣、社會價值與認同感、或是舒適圈裡的人事物，都是建構我們安全感的要素。當這些固有的安全感被挑戰並產生刺激、有所轉變時，**這個過程，絕對不會是舒服的**，甚至隨之而來的是恐懼、焦慮感和不安感。這些感受是本能的自我保護與反應，畢竟熟悉代表安全，陌生可能潛藏危機。當我們感到陌生當中可能潛藏的未知，便會感到不安。這些恐懼與焦慮往往會驅使我們趕緊逃回安全的舒適區域。但是，若我們帶著客觀的認知與覺察，去理解這個過程是維護固有安全感自然的心理運作機制，便可以帶著這份理解，練習與不安感共處，而避免被情緒掌控而左右了我們的選擇。

選擇學習型態的改變，經歷過渡期是必經的過程。筆者高中時期剛從體制內學校離開時，也曾一度因為龐大的不安全感而陷入低潮，日記裡曾經紀錄著當時的心境：

「我感覺到自我的瓦解與破碎，從小到大我所習以為常老師的讚美、好成績的成就感、同儕的認同…這些建構自我價值感、引發我追求的外在認同都不見時，我不知道自己是誰？也不知道自己活著是為了什麼？我像是陷入一個無止盡的深淵，我待在這個軀體裡，卻感覺對自己好陌生……」

我記得當時迷失與不安的窒息感伴隨在每天的日子裡，甚至有些手足無措，但也因為經歷自我的破碎，感覺身在面目全非的空殼裡，強烈的迷失感將我席捲。這份難受促使我「停」下來，「重新感受」自己。

我開始渴望認識真實的自己，我想看清楚自己的面目。我想知道，撇除外在標籤後的我，究竟是誰？

反思自己從小到大的許多選擇與行為，皆是為了獲得外在認同，相當依賴外在認同來填補自我價值感，所以當身處的環境與情境改變時，我的內在也會經歷劇烈的改變。這是因為我將生命的主控權賦予外境，而沒有自我認同的基底。過渡期不是舒服的，甚至是痛苦的。因為迷失，激發了我想要反轉低谷的動力，而開始自發的自我釐清、感受與獨立思考。現在以自學畢業生的身份回頭來看，我相當感謝當時這段經歷，因為我是在此階段開啟了自我探索的啟程。而在採訪多位自學生的故事當中，也都有發現類似的經歷與轉變。其共通性在於：焦慮不安與迷失茫然的階段，卻也很可能是真實走向關鍵改變的象徵。就如同生命，往往總在突如其來的轉彎處，使我們瞥見最美麗的風景。因此，無論家長還是學習者本身，選擇自學前先建立正確的心理建設與觀念。這是一條逐漸長出內在力量、破關斬將的道路。身為家長，需要理解自學不是捷徑，而是陪伴孩子開啟自發性與自我探索的旅程。選擇學習型態的改變，家長需要陪伴孩子經歷過渡期，學習與不安感共處，一起面對。

■ 認識學習動機 ■

假使無法滿足學習動機，則自然而然無法讓人學習滿意的成果。

—（周希焯，2003）

「動機」的定義因心理學各理論學派立場不同，因此難有統一的界定。然而在一般大眾心理學書籍與學者研究當中，動機常被提及影響學習者的學習行為、表現與結果。學習動機（motivation to learn）為引起學習者對客觀的學習活動認知，自發的維持學習活動，以導使該學習活動趨向所設定的目標，並滿足其學習目標的內在心理歷程（廖志昇，

2004)。學習動機的探討根據不同心理學派理論為根基，因而關於學習動機的分類相當多元而複雜。大致上可簡單分為「內在動機」與「外在動機」兩個面向。

綜合學者相關論述，內在動機 (intrinsic motivation) 或所謂內在的學習動機，是個人對自己珍視、好奇、興趣或挑戰性的學習活動，在無明顯酬賞的狀態下，自動自發地投入，並從學習中獲得勝任感和控制感的滿足 (張春興，1996；林建平，1997)。

例如，已畢業的高中自學生徐天一，曾在訪談中提及，由於發現自身對於花式跳繩的熱愛，他因而開始每天自主訓練，雖然在鍛鍊中有時身體會感覺痛苦、疲累、甚至會受傷，他仍樂此不疲的表示：

「在鍛鍊中，身體會累，但心不會，因為有痛苦和疲累，代表我正在努力超越自己的極限！」

在徐天一練習花式跳繩的過程當中無明顯酬賞，而是基於內在動機與興趣，自動自發投入自主性的每日鍛鍊，並從中獲得成就感。(參考本書10個自學生的故事篇章，徐天一：自學花式跳繩，不斷自我超越！)

外在動機 (extrinsic motivation) 則是指個體行為未受到存在於行為本身的苦樂所影響，而是被行為以外的因素或獎懲所影響。換言之，當一個人的行為是為了獲得別人的獎賞或避免處罰時，其行為即是受到外在動機所驅動 (張景媛，2000)。例如，已畢業的高中自學生李昂提及過去在學校裡的學習，是以成績至上、考取明星學校為目標。她曾經因為考了全班第二名，沮喪的把自己關在家中，自責到足不出戶。爾後她因失去外在動機，曾一度懷疑自己存在的意義，更因憂鬱症休學。在接觸自學生之後，意外地帶給她極大的震撼。李昂表示：

「很多自學生都太有趣了！每個自學生都有自己的個人色彩與特色，我當時才意識到，原來人不是只有一種生活方式，認識愈多自學生，就會看見更多元的人生樣貌，而反觀過去在體制內的學習，我們總是被教育，活著只有一種可能性，要去拼命追求與競爭大家認為最好的人生標準答案，但是，我在自學生身上看到，他們完全沒有需要跟別人比較，總是踏實的做著自己，如實表達，並專注在自己的熱愛。」—畢業自學生李昂（參考本書 10 個自學生故事，李昂：樂於接受改變，從中長出新生！）

然而，在眾多自學生故事案例當中，我們發現曾經在體制學校學習，爾後走入自學的學習者，大多都曾提及自身的學習動機從外在動機轉換至內在動機的共同經驗。筆者本身高中剛開學，因為面臨阿嬤發生嚴重車禍造成癱瘓，當時決定先休學照顧她。休學期間我曾經相當失落且陷入低潮，感受到自我的瓦解與破碎，因為我發現，從小到大我一直在努力成為別人的期待，我始終看得懂考卷，卻看不懂我自己、不曉得自己的熱愛，少了追求成績的生活重心，我甚至不曉得除了為了家人以外，自己活著的意義究竟為何。爾後走入自學，我有很長一段時間是待在圖書館裡，在那段時間裡，圖書館裡的書成了我的新同學、老師，陪伴我反思生命、自我對話，當時我大概一個禮拜會看十幾本書，因為那是我第一次，真正感覺到學習的樂趣！純粹的好奇心，帶領我開始自發性的熱愛閱讀。

除了筆者之外，還有不少自學生，也曾經提及自身的學習動機從外在動機轉至內在動機的經驗。

「剛開始自學時，會有一段時間不知道自己該做什麼，對任何事情都缺乏興趣，但也因為百無聊賴，所以在沈靜之中那些始終被存放於內在底層，隱隱然的聲音和動機，都變得特別明顯且容易覺

察……也因為如此，內在動機與內在酬賞自然升起，我發現自己仍有非做不可的事！」一畢業自學生金瑄庭（現為國立臺北大學學生）

「我的老師形容，自學後我像『飛出籠子的鳥』，忙著在廣袤的森林中尋找適合自己的養分。自學過程中我所規劃的學習、訪談、演講或是選修「大規模開放式線上課程」，提問、表達自己想法的背後，是希望能在探索和觀察中發展創造力，足以去研究或思考，構成自己的意見；我想成為能夠獨立思考的人。可以省思，也可以勇敢抗拒，足以明白我們並不是一定要當領頭羊，也可以不用一味跟隨他人的價值，不用像企鵝一樣站在冰上等著其他人打開僵局。」一畢業自學生林芳如（現為國立清華大學學生）

「我從來沒有過我想要的生活，而這一切根本不是我要的。於是我開始思考，假如我繼續活下去，我的生活會是什麼樣子？我發現不外乎，就是考上好大學，找一份好工作，嫁一個好老公，生一個乖小孩，然後退休、等死。而這不是我要的生活，我那時每天都在想，人生究竟還有什麼樣的可能，最後我絕望的想著我要嘛自殺，要嘛出家。所幸後來遇到我的表妹，她說她念的學校很酷，因此我的人生才出現第三條選項！之後我所就讀的是人文無學籍行動高中，高中三年，我的教室遍及世界，我從台灣鐵道環島，到戲劇的巡迴演出，到香港的 MaD 論壇，再到美國打工換宿，還有柬埔寨國際志工學習。在這樣的過程中，都讓我逐漸發現學習的意義及生活的連結，也逐漸找回了學習的理由和動機。」一畢業自學生沈潔仔（現為國立交通大學學生，引述沈潔仔自 2017 年北京教育創新峰會短講內容）

「我開始會思考，不像在體制內時，接到指令叫我做什麼就做什麼；

再來是學習胃口被恢復。自學後，我會主動想要去學一些事情，有好奇心。這是第一次我發現自己對知識有興趣，以前沒想過知識、學習是好玩的事情。」—自學生、魔術師沈聲翰（引自台北市高中階段非學校型態實驗教育成果分享會）

「我覺得，自學之後，外顯和內在更加貼近，能夠更如實地展現自己，這樣的心境轉變是最棒的收穫。」—自學生李仕禧（引自台北市高中階段非學校型態實驗教育成果分享會）

綜合以上自學生的經驗闡述，我們可以參考由心理學教授愛德華·迪西（Edward Deci）和理查·萊恩（Richard Ryan）所提出的「自我決定論」（self-determination theory）簡稱 SDT，來延伸討論這個議題。

在 1970 年代，迪西教授當時相當好奇究竟外在獎勵對一個人動機的影響，於是展開一項實驗，迪西邀請他的學生分為 A、B 兩組在不同的房間玩立體積木拼圖，每個房間都放有娛樂雜誌。隨後要求學生在規定的時間內使用積木拼出指定圖案，並告訴 A 組學生，如果拼圖正確會有金錢獎勵，對於 B 組則沒有告知獎勵。實驗的過程當中，教授分別告訴學生實驗時間已經結束，他將離開 10 分鐘去輸入資料，這 10 分鐘內學生可以自由活動。但實際上，迪西並沒有去處理資料，而是默默觀察兩個房間學生的不同反應。實驗結果發現，A 組的學生在自由活動時間往往會分心放下積木拼圖跑去翻雜誌、找尋酬賞，而 B 組的學生則投入的玩出興趣來，繼續專心的玩積木拼圖。透過此實驗發現：外在獎賞會削弱內在動機。國立政治大學教育學系詹志禹教授也曾點出外在獎賞對學生的影響和適當使用外在獎賞的時機。他認為如果學生的內在學習動機很高，比方說學習時表現出專注、投入、感興趣、有成就感的樣子，就切勿再跟他訂定契約性獎賞。這種誤以為可透過外在誘因而進一步提升動機的做法，反而傷害了他原有的內在動機。只有當學生無論

內在或外在的學習動機都很低時，才不妨考慮採用外在獎賞作為啟動學習的初始手段，讓學生願意接觸和嘗試。不過，他提醒外在獎賞不宜作為長期維持學習動機的策略，否則將無法培育學生在自主學習和終身學習的素養。

迪西和萊恩認為透過外在誘因的動機無法驅使人的行為投入長期目標，真實的動機來自於內在動機，也就是行為本身的意義、享受與滿足感。他們主張人是積極的有機體，具有先天的心理成長和發展的潛能。人類是天生的學習者，本就具有創意跟好奇心的天賦，透過內在動機會促成各種有助學習與發展的行為。爾後，迪西和萊恩繼續透過一系列的實驗來研究內部動機和外部動機的關係，最終提出了「自我決定論」。

在自我決定論裡，除了創意與好奇心以外，人有與生俱來的心理需求，並會努力達成對自己的承諾來達到自我激發（self-motivation）與個性整合（personality integration）的目的。他們提出構成內在動機的三大關鍵要素包含：勝任感（competence）、自主性（autonomy）、自我連結（或稱關聯性）（relatedness），迪西和萊恩認為，如果能滿足這三大關鍵要素，則會為個人帶來長期的內在動能與發展。

在閱讀此理論與相關研究時，筆者深受感動，相當與之共鳴。我也相信每個人的生命力會在與自己內心深處的動能重逢時，重獲新生。或許教育的本質在於引導、陪伴孩子與自己重逢，找到真實的內在動機。

■ 必經的過渡期，是長出內在力量的醞釀：從他律走向自律的自我決定 ■

迪西教授和萊恩教授根據之前的自我決定論，再發展出有機整合論（organismic integration theory，簡稱OIT），來說明不同的外在動機和

背景因素如何影響個人的行為表現。圖一描繪 OIT 的分類方式，從左方「非自我決定」到右方「自我決定」的橫軸可理解為自發性的程度。動機類型的部分，最左邊（灰色區塊）代表缺乏動機的狀態；最右邊（青色區塊）代表極富內在動機的狀態；處於二者之間的是外在動機四個狀態。

我們可以想像，缺乏動機的狀態就如同行屍走肉，直白的解釋就像時下流行詞——「耍廢」狀態。在此狀態裡，無論何種方法、威脅或利誘，都無法使其產生動機並有所行動（也就是無調節）。此狀態卻是許多自學生提及剛從校園離開踏入自學階段，剛開始仍有些不安、迷失的時期所會經歷的狀態。這時的他們，對任何事情都興趣缺缺，缺乏動能。學習動機從外在動在轉換至內在動機，非一夕之間，而是有其過渡時期。

至於外部調節這一部分，最簡單的例子就是利用就是運用（無論是主動還是被動）所謂的外部誘因、懲罰如獎賞或罰則，來驅動個人的動機。內攝調節則是不假思索地參照外在的行為模式，由於個人的思想上並沒有認同所參照的行為模式，因此內攝調節和外部調節一樣屬於外在動機調節模式。認同調節則是個人對有關行為具有認同感，包括對認同其價值與意義，而整合調節則指個人已經內化有關行為模式，並將之整合成為自己的價值與需求。整合調節與完全內在動機非常相似，彼此共享許多特徵。

另一方面，由台灣早期的自學生家長、學生成立，長期提供家長與學生的自學諮詢的台灣自主學習促進會，也根據深入的觀察，針對剛從強烈外在約束環境脫離的孩子的行為模式提出親子與師生關係在四階段的對應要訣。他們認為，學習者從他律到自律的過程，一般會經過解放散漫、自我中心、眼高手低和自主成熟這四個階段。他們認為剛從強硬

圖 2 自我決定論圖解 (The Self-Determination Continuum Showing Types)

行為模式 Behavior	非自我決定 Non self-Determined					自我決定 Self-Determined
動機類型 Motivation	缺乏動機 Amotivation	外在動機 Extrinsic Motivation				內在動機 Intrinsic Motivation
調節風格 Regulatory Styles	無調節 Non-Regulation	外部調節 External Regulation	內攝調節 Introjected Regulation	認同調節 Identified Regulation	整合調節 Integrated Regulation	內在調節 Intrinsic Regulation
動機來源 Perceived Locus of Causality	非個人 Impersonal	外部 External	略外部 Somewhat External	略內部 Somewhat Internal	內部 Internal	內部 Internal
調節因素 Relevant Regulatory Processes	無目的 Non-intentional 無價值 Nonvaluing 無能力 Incompetence 無控制 Lack of Control	順從 Compliance 外部酬賞 External Rewards 懲罰 Punishments	自我控制 Self-control 自我投入 Ego-Involvement 內部酬賞 Internal Rewards 懲罰 Punishments	重要性 Personal Importance 價值意識 Conscious Valuing	一致性 Congruence 覺察 Awareness 自我整合 Synthesis With Self	興趣 Interest 享受 Enjoyment 內在滿足 Inherent Satisfaction

資料來源：Ryan,R.M&Deci,E.L.(2000)

外在規範環境離開，而進入相對自由的環境，通常會進入耍廢、自我放逐的狀態。此狀態並非不好，就如同一台電腦的系統要更新時也需要重新開機，此階段就如同重新開機前的短暫休養，自我清空，再重新建設。在解放散漫期需要安全感和逐漸健康的生活節奏，而在自我中心期需要外在明確界限，在眼高手低期需要踏實的累積與持續創作，最後才能逐

步走向自主學習的道路。因此，他們認為當中的過程，大多數都需要成人介入引導與提點的，兒童與青少年，若任其自生自滅，往往不能自己走過自主四階段。一般說來，要從他律邁向自律，多半會產生學習困惑、自我放逐、概念重建的「內在革命」歷程。每個階段所花的時間端看孩子的情況和家庭的對應而定，其中父母的態度有關鍵性的影響。根據他們的長期觀察，發現他律到自律過程，在親師生協同的良好對應下，前兩個階段大約需時半年到一年左右，第三階段則約用時一到兩年，才能達到自主成熟的階段，當然，如上所述，實際經歷時間和狀況，則因不同的個人和環境情況而有所差異。

在動機來源的部分，自主學習促進會根據孩子行為模式的觀察所提出的四階段論，缺少一塊對心理原因的深入探討。上述迪西教授所提出的自我決定論和有機整合論，則可以說明孩子學習動機的轉變過程中的心理變化。參考迪西教授的自我決定論圖，可以看見圖解裡由左往右，從完全沒有個人動機的成分（對應四階段中的解放散漫期），到仰賴外部動機而逐漸走向整合調節，甚至完全內在動機（對應四階段論的成熟自主期）。

當然，若對應在「剛開始」踏入自學的新手，不宜完全以線性秩序的方式來閱讀與理解此圖。迪西教授也同樣不認為每個人都會經歷有機整合論連續性的發展規律，並進行相應的調節。相反地，他認為每個人都會因為其過去經歷與當前環境因素，而採取任何一種的調節模式來進行新行為或態度的內化（internalization）。因此，此圖並非「預估」學習者面臨狀態轉換的每一步歷程，而是可以用來協助家長或學習者「參考對照」，並「釐清」目前身處與哪一個狀態。

換句話說，學習者剛開始從外在約束（他律）脫離，而希望最終能長出內在力量的過程裡，每個階段會因學習者本身過去的學習模式、身

表 1 從被動他律到自主自律的四階段

階段	第一階段	第二階段	第三階段	第四階段
階段類型	解放散漫期	自我中心期	眼高手低期	自主成熟期
觀察說明	剛開始孩子可能呈現放鬆、晃蕩、不上課、骯髒、玩不夠、黏人、食量大、多話、嗜睡、不願意嘗試新事物等情況。如果家裡要求嚴格，孩子對課業還會有個假裝在意的「偽裝期」。	愛頂嘴、自我中心、自私自利、挑剔父母、挑戰權威、容易憤怒、不守秩序。自己身體恢復得不錯，卻常常不自覺地造成別人的困擾、疲累或傷害。	開始知道自己的方向和目標，但是發現自己的能力和目標非常遠。想得到卻做不到，也對於如何建立自己的學習習慣、克服慣性的過程，容易感受到「我知道我應該，可是我很難去做」的挫折。	逐漸明白自己的力量，並懂得運用與掌控，長出自主能力。
建議成人應對方法	應確保孩子有好好吃、好好運動、好好睡眠，就可以安然渡過解放期。同時，應避免坐視孩子受到霸凌，或坐視孩子遭遇沒意識產生的安全問題。	應確保秩序的明確底限。成人也應明確與堅定地表達自己的感受（我一訊息）。同時，可透過角色扮演、設身處地的引導，培養孩子的同理心。	只要成人清楚、溫暖地接納與支持，陪孩子一起找尋適切方法，要啟動正向循環就不遠了。另外，可採取小階梯教學，明確診斷出學習的問題點並加以支援。同時應避免放低目標，不具體的安慰或唬弄學生。	熬過第三階段之後，孩子對人對事的包容力都會增加，有自信、有光彩、講道理、守規矩也知變通。

資料來源：自主學習促進會

(<https://sites.google.com/site/alearn13994229/a-03/xue-xi-zi-lue-si-jie-duan>)

心狀況、環境處境、家庭支持、探索程度等等因素而在不同的狀態當中轉換。在這段轉換的過渡時期，學習者本身對於目前身處的狀態若能有

所認知與認識，有助於「接納自己的不穩定」並陪伴自己，而減少自我批判與反悔卻仍無能為力改變，最終演變成自我厭惡的惡性循環。

自主學習促進會根據多年來的觀察，強調成人在此階段的態度與反應，對學習者有很深刻的影響。若家長和教師能理解孩子的狀態，瞭解不穩定的過渡其實是孩子內在養息的醞釀期，或迪西教授等所說的「調節模式」的轉換。成人應該暫時放下焦慮的心情，從鞭策轉為同行，單純的陪伴與接納。待學習者熬過初始的不穩定，才有可能走向穩定與成熟，這也是萬物自然法則裡蘊藏的道理，很難跳過其中的多數階段而直接抵達終點。待孩子休養足夠，有心力重新探索學習方法和動機，才能結合更多的自我認識。根據迪西教授等的說法，這時若能逐漸培養勝任感、自主性、自我連結的話，將有助於建立長期的內在動機，長出真實的內在力量。

這時，若孩子周遭存在無法理解孩子的家長或教師，意味著孩子除了經歷「內在心理革命」之外，還會面臨「外在的革命」。所謂「外在的革命」，主要是因為家長和教師本身以自身過去的成功或失敗的學習經歷來「說教」而與青少年孩子產生矛盾與衝突。常見一些成人可能會將自身現有的成功經歷（所謂的事業有成、家庭美滿等），歸因自己過去的學習經驗和價值觀，而要求剛脫離嚴格他律環境的孩子遵循其學習方式，甚至強硬要求孩子接受其個人價值觀，從而與正逐漸形成獨立自主人格的孩子發生衝突。事實上，個人的成功與否，夾雜許多社會環境的因素，而這些環境因素，如 20 世紀中期美國對台灣的經濟援助造就得後期的經濟起飛等，隨著時過境遷而無法複製。同時，20 世紀末期開始至今的網絡資訊科技的發展，也造就學習型態，甚至是學習內容的改變，成人幼時的學習環境與現在孩子的學習環境截然不同。另外，除了成功經歷，成人的失敗經歷，也可能會使家長歸因於某些學習方式或

價值觀，而要求孩子避免採取有關方式或信仰價值。一些研究實驗學校的文獻，特別是採自主學校理念的學校（劉若凡，2013；李嘉年、鄭同僚，2019），都提到家長與教師在孩子從他律轉化到自律的過程中，也因為與孩子的衝突而面臨個人「內在心理革命」。

因此，「他律到自律的四階段」或迪西教授等的 OIT，不僅可作為家長在孩子轉化過程中的指導依據，也是成人本身在面臨可能的內在心理革命時的個人參考指南。無論如何，成人在協助兒童與青少年的同時，也需注意成人是否會過於強勢干預而不小心造成孩子往他律的另一端搖擺。



3.

多元需求的自學



許多剛接觸實驗教育或自學的家長，往往因過去的經驗而有各種各樣的誤解，其中一個常見的誤解就是將自學等同於特殊教育，認為所有自學的孩子都是特教生。雖然從 1982 年《強迫入學條例》修正後，特殊學生可由家長在家自行教育，但現在的自學已不僅僅服務特教生，而是服務多元需求的學生。因此，這裡討論的「多元需求」，不僅涵蓋生理和心理上具特殊需求的孩子，也包括經濟或文化需求的孩子。這裡將根據我們和不同地區多元需求的自學生及家長的訪談內容，來進行這方面的說明。

回到 1982 年政府修正《強迫入學條例》的時間點，若要豁免強迫入學，同樣需要通過申請——向強迫入學委員會申請同意後，才能在家自行教育。之後，1999 年《國民教育法》修正後，開始提出「非學校型態之實驗教育」，而《特殊教育法》也於 2013 年修正後正式以「非學校型態實驗教育」來涵蓋進行在家教育的身心障礙學生。追根究底，身心障礙學生並不一定想要「實驗」，也不一定需要「非學校」，往往只是家長因為各種因素而離開學校在家教育。除了因與生俱來的生理特殊性，社會學理論也告訴我們周圍存在許多先天或後天形成的社會特殊性群體，如原住民、低收入戶家庭、單親家庭、異國家庭等。雖然非學條例第 26 條載明地方政府與學校對參與實驗教育之特殊教育、原住民及低收入戶學生，應提供必要之資源及協助，而如何能讓這些群體在申請自學時，能獲得公平與公正的對待，以符合非學條例第 26 條的立法精神，正是本章所要討論的主要方向。

■ 身心特殊需求的自學 ■

本節開始前，先要進行一些說明。本節所使用的的身心特殊需求的自學，主要指向依據《特殊教育法》所列出的 13 類身心障礙及 6 類資賦優異的群體，一般稱為特殊教育（special education）或國際上常用的特殊需求教育（special needs education），或簡稱特教生的在家教育，只是，教育學者和理論不斷地提醒，每個孩子都是獨特的，必須視每個孩子為一個獨立和特殊的個體。這樣看來，似乎每一個孩子都需要特殊安排、個別化的教育方式。雖然如此，統計學也同時告訴我們，足夠多的個體所集合而成的群體，一定會在某些特質上，呈現出一種常態（norm）。美國在家教育家長兼作家 Lisa Rivero 也曾提出疑問，到底一個孩子的特質要距離常態「多遠」，才會被定義為特殊孩子，才能被歸類在所列出的群體內，才是我們這裡要討論的對象？因此，對於以「特殊」一詞來描述以上群體，可能會有不同的看法。同時，也有人以多樣性教育或多元教育（diversity education）或差異化學習（learning difference）來說明以上群體。

以上所提及的群體，一般指向一些在生活與學習上面對與一般多數所不一樣的適應過程，他們的適應過程，往往因為其方式和速度與一般多數有差異而遭遇痛苦的經歷。他們的學習可能需要花更多的時間，才能達到一般多數的程度，也因此他們需要花費更多的時間和精力，才能享受到學習的樂趣。這些群體可能包括了亞斯伯格症、自閉症類群、選擇性緘默症、智能發展障礙、語言障礙、閱讀障礙、注意力不足過動症、思覺失調症等。

■ 為何身心特殊需求申請自學 ■

那這些特殊需求的群體，為何會想要在家教育？特殊教育學生會進行在家自學，似乎經常被認為是家長自己的選擇。事實上，很多時候，特殊教育學生走向在家自學，往往是不得已之下的出路。這種不得已，不僅僅是家長和學生的不得已，也是學校的不得已。好幾位進行在家自學的特殊教育學生的家長，異口同聲這麼說。

「我是我兒子上國中之後，因為適應不良，然後在學校狀況很多，但學校就說他們沒有國中還需要陪讀的孩子，那我兒子是會衝出教室的那種，學校就覺得很困擾，後來家訪之下，就是我找醫生……可是因為我們那天去的時候啊，學校老師有跟從，所以他抓到我有一個自學意願啊，他就直接推我，然後我就去自學。」

「我為甚麼要做實驗教育其實是非常曲折的，我的小孩 00，可是後來發現他拒學，他拒學有很多的原因，其實在拒學，甚至他在特殊生的時候我就有在了解在家教育，可是一開始那時候小孩子只有慕真這樣的機構，那時候只是在參考，那是因為拒學之後，不得不嗎，才開始自學。」

「我們那時候大概小孩子有很多焦慮的症狀，我們認為是跟學校有關，所以我們就是，然後三年級開始，像一二年級是半天就覺得還好，三年級開始很多是整天就會變多，然後科目變多，老師的風格就會不一樣，然後我們那時候就開始部分自學。」

身心特殊需求孩子申請自學，部分家長認為學校的環境和教師的風格，造成孩子的焦慮、拒學等。另外，學校教師發現特殊生父母有自學的想法後，也會鼓勵父母申請自學。如上文提及，身心障礙學生，並不一定選擇在家教育，也可通過學校的特殊教育配套在學校繼續學習。

只是，學校往往為了顧及所謂的「公平」和「管理」，也變成了把家長和特殊教育學生推向在家自學的推手。即使學校的特殊教育可以依照特殊教育法所賦予的權利，制定個別化教育方案（Individualized Education Program, IEP）來為特殊需求學生，進行差異化教學與評量，但是在實務上也未必能兼顧個別學生的需求。

「就是那時候我們上高中，我們會想到說那我要用 IEP 還是用自學計畫，那學校就很直接地跟我說，我們學校的 IEP 沒有你要的彈性，所以你還是要申請自學才有辦法。」

「還有就是學校的 IEP 彈性不夠大，比如說他很明顯地就告訴你說你如果缺席超過三分之一，你就，尤其是高中，你就直接休學，那國中還算是義務教育，他還會讓你請假畢業甚麼的，高中他就會開宗明義跟你說你如果沒有辦法到校，你的缺席超過三分之一，那怎麼辦，那就只好自學，那如果說他的 IEP 是很多彈性，然後他的特教是很多資源，那當然我們就會選擇留在學校。」

根據《特殊教育法施行細則》第 9 條，IEP 內容實際上包括對能力現況、家庭狀況及需求評估、所需特教、相關服務與支持策略、教育目標與評量方式、具情緒與行為問題學生所需之行為功能介入方案與行政支援、以及轉銜輔導與服務（含升學、生活、就業、心理輔導、福利等）。至於更進一步的教育目標與評量方式細節，則沒有相關規定。這完全取決於參與 IEP 會議的學校行政人員、特教教師、學生家長與相關專業人員所商議出的共識，在 IEP 基礎之下的個別化適性多元評量原則，在國中小教育階段尚能保持各種開放與彈性，只是一旦來到高中隨著畢業文憑和門檻的到來，彷彿就不太容易維持開放和彈性了。

■ 自學如何取得特教資源 ■

無論如何，當特教生因自學的彈性而選擇自學之後，反而還會遇到失去特教資源的困境。

「他就說他這樣自學我們已經不提供了，我就被資源班老師拒絕，我就想說算了。」

在學校裡，一般的特教生平時在普通班級上課，並根據 IEP 所制定的計畫內容，於特定時間抽離到資源班進行特定科目或學習能力的補強，教導的教師是特教教師。參與自學後，一些學生和家長面臨被學校方面拒絕其參與資源班的情況。實際上，離開學校進行在家自學的特殊教育學生，也不表示失去特教資源。根據《特殊教育法》第 24 條規定地方政府和學校應提供身心障礙學生評量、教學與行政的支援，並且適用於在家教育的特殊生，而第 33 條第 2 項則清楚指出在家自學的特殊教育學生，有權利要求學校提供教育輔助器材、適性教材、學習及生活人力協助、復健服務和家庭支持等服務。為了強調以上這一點，《高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例》（簡稱非學條例）也在第 26 條規定地方政府與學校應為特教學生、原住民學生和低收入戶學生提供必要的資源與協助。

就這一點而言，一些縣市政府教育局處為了避免學校對「自學即失去特教資源」的誤解，已採取一些積極方法，如直接在自學申請書上加上一欄「是否為特教生」，請申請者直接標注是否為特教生身份。另外，教育局處也可正式告知各學校應提供申請自學的特教生必要的協助。對部分學校來說，IEP 是屬於學校內的一般學生，自學是屬於非學校型態的實驗教育，兩者是分開的。事實上，自學可算是一個類 IEP 概念的計畫，兩者皆帶有個別化教育理念。只是，自學中有些申請者，並不需要

特教的資源，而部分申請者因身心障礙關係而需要特教的資源來輔助其學習。學校應該對申請自學的特教生提供特教與相關支持性的資源，並參考 IEP 的做法，邀請相關人員如特教老師、專業人員、家長、行政人員等來共同擬定協助方案。特教生家長也應熟悉並適時捍衛自身權益，於申請自學時請學校方面提供相關資源與支援。部分縣市的家長因明確寫在申請書或合作計畫書上，而得以順利得到資源班的協助。

「因為我在裡面有寫到說，就是我會挑選某些課去給老師上課，所以他就必須提供我回去上課的，我如果挑哪些課回去他就必須讓我哪些課回去，還有資源班也是，因為他原本就是特殊生，所以他可以接受我原本就是特殊生，原本就享有資源班的資格，我是自學生雖然我可以不回學校，但是因為我需要學校提供我這個，那我就可以挑資源班的課堂，他們排好，當然沒有辦法專為我們排，但是他們排好課堂，我們可以挑選去上資源班的課。」

除了資源班之外，一些特教生的家長也就評量方式向學校提出個別化的建議。無論如何，部分學校方面也似乎因過去的經驗而無法跳脫傳統的思考框架。

「他就覺得說你都沒來上課，表示你時間很多，那你時間很多，你都沒有來上課，所以你就寫很多報告，就一般的學生他可能就段考期末考，可是我們就要寫報告，然後每一科老師都這樣認為，高中老師 10 幾科，所以我現在算起來有 20 幾篇報告，然後我要考 20 幾個考試啊。」

這樣的要求，形成申請自學的特教生需要完成的報告數量往往超過可能負荷的範圍。特教生因其身心因素，未必能符合學校所提出的要求。一些特教生家長因此就孩子的能力所及範圍，提出相應的替代方案。

「那你說報告其實我們有些科目也是交報告，只是我在我的學習計畫當中，我就自己提了替代方式。」

另外，每個特教生因其身心障礙的不同而能力限制有所差異，學校方面應就不同孩子的差異性與多元性給予不同的教育與評量安排。有些縣市的學校行政人員，可以在理解自學的概念之後，容許學生以多元跨學科報告來取代一般的評量。

「就是老師的尺度要放很寬，我們不要讓學生為了一門課，寫一門作業，至少我覺得一門作業，可以用多元，比如說我跨什麼科，我可以這個一魚好幾吃。這個我們在那個會議上，我已經跟老師建立這個觀念了，不要說國文也要、英文也要，什麼都要，那到時候學生 21 門學科，21 門作業，那真的很忙。」

類似對自學的特教生友善的做法，還包括學校積極主動的輔導諮商制度。

「我們個管不錯就是他，他跟我小孩的過程，兩個禮拜找他一下，其實目的是為了觀察他的學習狀況，知道他的學習能力，是為了後續的鑑定，也是為了建立關係，可是多少學校的個管可以做到這樣，有再進一步做職業探索評量，而是說給他一些生涯規劃輔導。」

■ 經濟或文化方面特殊需求的自學 ■

法律規定政府和學校應協助因身心障礙或資賦優異而進行在家自學的特殊教育學生之外，也將協助對象延伸到原住民、低收入戶學生。這一點，其實也因為在家自學的光譜中，不少申請者本身具有上述所提的多元背景。這裡的「多元」，涵蓋了家庭文化和經濟背景的多元性。原住民和新住民進行在家自學，已經不再是稀有案例，經濟與文化弱勢

的學生也通過申請自學，滿足個別化與差異化學習的需求。對於經濟弱勢的高中階段學生，除了政府所應該給予的協助之外，非學條例也規定無設籍學校的高中職階段自學生，可獲得政府每學期新台幣 5000 元至 33,560 元的補助（依家庭收入與自學計畫類型而定）。從法律上看，非學條例確實為有意自學的高中生，減少經濟上的障礙，自學未必只是中高收入家庭的特權。不過，經濟弱勢的高中自學生，當政府的補助因行政作業程序延遲發放時，比較容易面對困境，也因此提高自學的難度。

「就是教育補助金的部分。就是每一個時期在發放補助金的時間是非常不固定的，那承辦人這邊的說法是因為大家回公文的時間不一定，所以有可能說 9 個學生都交了只等一個，他後面才能通過。那我是在想說，因為其實對於弱勢的學生或是弱勢家庭來講，這筆教育補助金是非常重要的，甚至會對我而言、甚至會影響到我課程繳學費沒有錢而中斷。」

除了經濟方面，多元文化家庭背景，如異國家庭、單親家庭、同志家庭等，已有申請在家自學的例子。多元文化的背景，都是法律所賦予的權利（包括《司法院釋字第七四八號解釋施行法》、《社會救助法》等），事實上不應成為申請在家自學的障礙。實際上，正是現階段的學校體制教育似乎難以提供全面包容、多元性的教育，才促使家長與學生尋求學校外的選擇。

「還有就是說，對，我女兒他很喜歡對於人權這一部分的主題，他有段時間對於人權平等，他有興趣，所以我們也有就是，他有意願的話可以去參加同志婚姻平權的講座……他（審議委員）就說那個平常不要去太多，那個只是活動」

由此可見，多元需求的家庭在自學過程中遇到的問題，可能較一般經濟中上或主流文化中的小康家庭來得多和複雜，包括來自審議委員、學校因認知差異所帶來的誤解等。無論如何，這些家庭申請在家自學，不代表失去學校和政府的支援和資源。當自學生面對家暴、急難等驟變時，社會和學校的福利機制仍應為自學家庭提供必要的協助。

總的來說，自學的特教生也不應被學校排除在特教的支援系統之外。相反地，學校的特教資源（資源教師、IEP 等），可借助自學彈性的架構，與家長一起為自學的特教生擬定具更大彈性符合個別需求的教學評量與輔助方案。特教生家長應更清楚《特殊教育法》與《非學條例》所賦予的權利，並在申請時清楚堅定地表達個別的需求與自身權益。另一方面，經濟弱勢的自學生也同樣能夠藉著政府對於無設籍高中職學生的直接補助，開展屬於自己的客製化學習計畫。而新住民、原住民、異國家庭、文化多元背景家庭的自學，不僅應該得到平等的尊重，也應在台灣社會福利制度的協助下，開拓各種學習的可能。



4.

給未來的自學者



接下來，我們將通過以下自學「不完全」攻略，按部就班說明如何開始自學。這一套攻略，是我們根據非學條例，以及過去三年累積超過15場活動，如實驗教育共識營、焦點訪談、個別訪談等，與自學生、家長、審議委員、教師、校長、教育局處實驗教育承辦人員，專家、學者等進行訪談後的資料整理出來的。我們稱之為「不完全」攻略，是因為我們在整理自學常見問題時，也深感難以窮盡所有家長和自學生所提出的問題，以及相應的回答。因此，自學的常見問題集會列在臺灣實驗教育推動中心的網站上，並維持滾動式修正。

4.1 申請實驗教育計畫流程

看到這裡，相信讀者已經大致上對自學有了一個基本的了解，也應該瞭解自己是否準備好開始自學。為了讓讀者有個簡單自我衡量的參考，本書準備了一個簡單的評估（參考 4.2 參與自學前的評估）。評估之後，如果你的答案是肯定的，或許你（或與孩子們一起）可以從規劃學習資源開始（請參考 4.3 規劃學習資源），視個人需要而逐步參考第四章的各個步驟。單純只是希望瞭解實驗教育與自學的讀者，也可以選擇跳過第六章。

為了讓讀者對整個自學的步驟有個概括性與全面性的認識，曾經高中自學的王逸聖根據非學條例畫出一個個人自學申請攻略地圖（參考攤頁的圖 3）。還沒開始之前，請務必留意申請的時間點。若讀者要在第一學期開始自學，請務必留意 2 月左右地方政府教育局處實驗教育相關網頁的公告，並在 4 月 30 日前提出申請；若要在第二學期開始自學，則須留意 8 月左右地方政府教育局處的公告，並在 10 月 31 日前申請。

每年 2 月至 3 月期間，各縣市政府教育局處就會公佈自學申請方法。通常，教育局處會將所有資料放在官方網站上。請先詳讀這些資料，並按照有關說明撰寫自學計畫書。雖然部分縣市會準備參考格式，但基本上不限定格式，唯內容必須包括所載明須附上的資料如姓名、家長或監護人姓名、戶籍地、目的、方式、教育理念及計畫特色、內容、預期成效、計畫主持人及參與實驗教育人員之相關資料等（請參考 4.4 撰寫自學計劃）。有些縣市委託特定學校統一收件處理，也有些則要求申請人將申請資料交給設籍學校，請留意你所設籍的縣市的實際做法。另外，也請務必要留意申請截止日期，分別是 4 月 30 日（第一學期）和 10 月 31 日（第二學期）是申請的截止日。如果教育局處通知你所繳交的資

圖3 個人自學申請攻略地圖

個人自學 申請攻略



料不齊全，請務必在 15 天內補齊有關資料。

教育局處在受理申請後兩個月內（最遲三個月之內），通知有關申請結果。在這之前，教育局處可能會請你出席審議會來當面談談自學計畫（特別是第一次申請自學者）。無論如何，申請人是否需要出席審議會，還須視各縣市的案件量和計畫書內容而定。近年來申請自學的人數不斷增加，部分縣市已經採用線上審議的方式，並通過 email 或電話先告訴你結果，隨後再發出公文寄到收件地址，未必需要親自出席面談。不過，當審議委員希望通過面談來深入瞭解你的計畫內容時，則會請你出席審議會。審議會由教育局處人員、專家學者、校長教師組織代表、實驗教育校長或教師、自學家長、自學生和實驗教育單位代表組成。如果申請人是原住民，審議會一定會有至少一位原住民的審議委員。

申請結果通常可分為 3 種，通過、補件後再審、不通過（有些縣市也有補件後通過）。如果申請通過了，就可以開始自學了。至於補件後再審，則是需要你再補上資料後，審議會才能重新審查你的申請。至於不通過，教育局處會說明審議會不通過的原因。另外，讀者也可以參考本書 4.6 和 4.7 的常見問題集。另外，高中職階段有分設籍學校和不設籍學校的差別（請參考 4.5 設籍與擬定合作計劃）。

自學期間，教育局處會通過審議委員或其他單位代表進行自學的訪視。訪視的方式有很多種，除了最常見的個別到家訪視之外，也有集中訪視，也會因距離因素而採用電話、視訊等。訪視最重要的目的是確保大家確實執行自學計畫的內容。另一方面，教育局處也通過訪視結果，為需要協助的個人或家庭提供必要的協助。關於訪視的常見問題，請參考本書 4.8 接受訪視。

每學年結束後 2 個月內，你需要撰寫一份學習狀態報告繳交給教育

局處。為期三年以上的自學計畫在結束當學年，則繳交一份學習成果報告（請參考 4.10 撰寫報告書）。教育局處將會根據不同的教育階段備查或核定所繳交的報告。如果你還需要繼續自學，那就重新走一次這個流程，重新申請自學。高中職階段的自學生在完成這個階段之後，在符合一定的條件後將會獲得教育局處發出的學習證明（請參考 4.11 取得學習證明）。

另外，本書也整理了自學生常用的學習資源列表（請參考第 5 章自學生的學習資源），其種類涵蓋線上課程、實體課程、社區設備、行動學習方案、公民參與行動、學習工具、學習媒體、書籍等等。部分資源是付費性質，但多數是免費性質，這也比較符合網絡時代的共享與開放資源的發展趨勢。

4.2 參與自學前的評估

在台灣，有的學生為了多元適性的學習方式選擇自學，有的家長為實踐教育理念而投身辦學，有些家庭因為變故或學生身心狀態而無法參與學校教育，有些則是因為厭倦考試升學的競爭壓力而離開體制。一樣是非學校型態實驗教育，卻有不同的考量，但相同的是，投身自學的家長與學生都在追尋學校教育之外的另一種可能。

在過去，媒體報導中的自學生常被形塑成「天資聰穎」、「精心栽培」的資優生或是「逃校拒學」、「不適應體制」的逃學者，然而現今蓬勃發展、已設專法的自學，已非上述特定教育者的特權，也並非學校體制的避風港，任何對於教育有理念與做法的家長與學生皆受法律保障，擁有參與非學校型態實驗教育的權利。在資訊網路發達及社會資源豐沛的今日，投身自學、動手打造教育所需要投入的成本不再是無法跨越的障礙，透過社群網絡及公共資源的串聯，人人皆能成為自造教育者。

值得我們留意的是，參與自學不應被視為對於現行學校教育的否定，而應該視為學生與家長對於教育理念的覺醒，以及實踐《教育基本法》第8條及《國民教育法》第4條提及的學生學習權及家長教育選擇權。此外，實驗教育也不應淪為升學考試的工具，利用實驗教育規劃補習教育、菁英教育、甚至是填鴨式教育，因為這已經違背實驗教育「以學生為中心，尊重多元文化與智能，以引導學生適性學習為目標」的精神。

投入自學涉及到學生的教育權益、身心狀況及未來發展，是一個影響深遠的決定，應被審慎評估。我們整合了不同層次、面向的問題，形

成以下的自學評估問題集，你可以依據這些參考問題，延伸探索其他相關問題，衡量自己的程度，以此瞭解投入自學需要注意的面向。在評估階段，充分的對話與理解是重要的，我們也建議，你可以將這些問題與和你有密切關聯的家人、老師等討論。在問題集中，有標註*的問題，為相對重要的核心問題，比起未有加註*的問題，較難以其他方法或方式來取代。因此，本書建議即將進行自學的學習者與家長在自我評估過程中，對標註*的問題至少具有正向的回應。



圖 4 自我評估自學問題集（學習者角度）

我能夠空出一定時間（部分或全職）投入支持孩子學習的事務（如陪伴、支持、指導、對話、共同工作）？

* 我了解投入實驗教育可能帶來不確定性及風險（如學習動機的改變及不適應後的返校銜接）？

孩子的學習需求無法被現有的學校教育制度滿足，他/她的學習狀態（如意願、學習表現）、身心健康可能在投入實驗教育後獲得改善？

我願意花時間瞭解實驗教育的相關資訊（如申請程序、法規權益），並有信心我有充足的體力、耐心面對因投入實驗教育而增加的行政程序（如申請、審議、訪視）？

* 我認為教育有特定的目的，對於孩子的教育方式、學習過程與未來發展有想法？

* 我具有一定的教育專業與能力，以協助引導孩子的學習；或我能提供或尋找所需的學習資源？

我已將家庭的經濟納入我的考量，我相信足以支持投入實驗教育的基礎開銷（這是因為目前除了高中職業階段的自學有補助之外，目前國中小階段的自學並沒有補助）？



圖 5 自我評估自學問題集（家長角度）

4.3 規劃學習資源

常有人擔心自學或參與實驗教育會很花錢，但其實有許多學習資源是不需要花錢的。我們認為，「花錢不見得能換來最佳的學習效果，相反的，不花錢也能有很好的學習效果」。關鍵在於如何運用既有學習資源發揮最大的效益。值得注意的是，這裡所提的學習資源是指能夠「促進學習者學習的關鍵資源」，並不僅限於金錢或實體物資。依據學習資源的層次與類別，我們提出以下學習資源表，並嘗試舉例，以供申請者參考。

表 2 學習資源表（內容為列舉）

資源層次 資源類別	家庭	學校	社區	社會	網路
師資	父母、手足、親戚	教師、同儕、員工	鄰居、社團成員、民眾	講師、業師、技師、導師	不特定對象
課程與學習活動	時間管理、生活技能、家事、烹飪、縫紉、勞作、農耕、照顧植物與家畜	各領域學科課程、選修課、課後活動、社團活動、運動會、各類競賽	才藝課、藝文活動、服務學習、社區活動、廟宇活動、社區大學課程、戶外體驗	大專院校課程、專題研究、專案實作、組織實習、職場體驗、遊學	MOOC 開放式課程、線上學習活動、社群活動、
學習素材與設施設備	報紙、影視節目、廣播節目、生活用品、勞動工具	教科書、作業簿、電腦、投影設備、實驗耗材、勞作用具、體育器材	藏書、DVD、歷史文本、展覽品、會議室設備、活動裝備	講義、資料文本、計畫案、法規、產品、軟硬體工具	網路影片、網路文章、電腦程式、手機軟體、電子硬體設備
學習空間（場域）	家裡	操場、教室、學校、舞蹈教室、游泳池	圖書館、公共空間、藝文中心、美術館、科學館、博物館	大專院校、行政機關、民間組織、工作室、企業	線上學習網站、課程媒合平台、網路社群

由上表可見，學習資源的定義是寬廣的，而且往往需調動到不同層面的資源，互相搭配。此外，學習資源沒有絕對的好壞，只有適不適合；也沒有固定的模式，可以視情況變動，就像食物有很多種，每個人的飲食喜好雖不同，但都需要基本的熱量及營養，應該依季節、產地、身體狀況、喜好等因素作適當調整。我們鼓勵申請者在撰寫實驗教育計畫前，根據上述表格以及自身的需求、能力以及可調度的程度，來盤點屬於你的資源表。所整理處理的資源表，可作為之後開始自學時隨時按需要而運用的學習資源。更多學習資源，可參考手冊第 5 章「自學生的學習資源」。

4.4 撰寫計畫

在對於自我狀態進行評估、進一步瞭解學習時所需調動的資源後，我們可以開始著手準備申請自學中最重要的工程－撰寫實驗教育計畫。依據非學條例第6條：「申請人應填具申請書，並檢附實驗教育計畫，至遲於每年四月三十日或十月三十一日前提出申請」。這裡所寫的「實驗教育計畫」，就是自學申請人或參與共學的申請人代表根據非學條例的規定所撰寫的自學計畫。個人自學與參與團體共學的實驗教育計畫規定有所差異，本節所寫的內容，主要以個人自學的實驗教育計畫為主。

實驗教育計畫除了影響能否通過審議、進行自學，也預告未來將如何進行學習，其涉及到的關鍵問題如「想學什麼？」、「如何進行學習？」往往需要自我探索、家庭對話、親師溝通，甚至向自學前輩或相關組織請益，申請者不妨將準備實驗教育計畫的過程視為自身對教育的探索與學習。

每個學生、家庭與團體的狀況都不相同，所提出的實驗教育計畫也不一樣，大原則是瞭解學生的特性與需求，並根據家庭、團體與周遭所能觸及、調度的資源，制訂合身且可行的學習內容。撰寫時，應以符合真實情境、回應學習需求的角度撰寫，不應為了追求審議通過，而寫出與實際狀況大相逕庭的計畫書，導致無法實踐，在接受訪視、繳交學習狀況報告書、取得完成證明時，皆可能遭遇不必要的困難。

常見的實驗教育計畫有形式相對規格化的，也有相對彈性活潑的，這跟計畫採用多少比例的學校課程或套裝課程有關，並無好壞。有些縣市會提供計畫書的參考格式，但不以此為限制。網路上、自學書籍中有計畫書範例，我們在本書附錄三中也提供了計畫書範例，申請者可以參考，但不應完全照抄，避免失去實驗教育追求以學習者為主體、多元適

性的精神。

依據非學條例第 6 條規定：「實驗教育計畫內容應包含實驗教育之名稱、目的、方式、內容（包括課程所屬類型與教學、學習評量及預定使用學校設施、設備項目；身心障礙學生使用設施之需求，應予載明）、預期成效、計畫主持人及參與實驗教育人員之相關資料。」，我們提供撰寫計畫的參考原則（下表）：

表 3 非學校型態實驗教育計畫的參考原則

應含項目	個人實驗教育□高中類別（ ）	團體實驗教育
申請人	已成年學生或未成年學生的法定代理人。	由學生的法定代理人，共同推派一人為代表。
聯絡方式	申請者的聯繫電話與電子郵件。	
實驗教育之對象及期程	參與實驗教育的學生姓名。 預計什麼時候開始、什麼時候結束？依據非學條例第 6 條規定，國民小學階段最長六年，國民中學及高級中等教育階段最長三年。	
名稱	可以想一個符合計畫教育精神的名稱。	
目的	一、從法律來解讀實驗教育的精神與目的： 1. 保障學生之學習權、受教權、身體自主權及人格發展權（教育基本法第 8 條）； 2. 為培養德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民（國民教育法第 1 條、非學條例 3 條）； 3. 保障學生學習權及家長教育選擇權，提供學校型態以外之其他教育方式（非學條例第 1 條）； 4. 以學生為中心，尊重學生之多元文化、信仰及多元智能，以引導學生適性學習為目標（非學條例第 8 條）。 二、以下狀況不應為實驗教育之目的： 1. 為準備升學考試，而規劃全程參加補習教育。 2. 非以學生為中心，或不以適性學習為目標，如鼓吹歧視某種族或群體的教育目的。	

<p>目的 (接上頁)</p>	<p>申請者可以思考：「我為什麼想申請實驗教育？」霸凌、考試競爭、升學壓力…在學校面臨的困境不應是申請實驗教育目的的全部，比起「我不想要什麼」，更重要的是「我想要什麼」和「我需要什麼」。</p> <p>申請者需要在此清楚闡述申請的動機與理由。若能從學生角度出發，簡述申請實驗教育的脈絡，並舉例表達學生的狀況（如特質、興趣、優缺點、身心狀況、在學狀況、家庭狀況），以此說明投入實驗教育的必要性與需求性，更能夠協助審議委員瞭解計畫的核心。</p>
<p>方式</p>	<p>方式，是指如何（how），或用什麼方法來達到以上所述的「目的」。申請者也可以從一個問題來思考：「我（們）會如何進行實驗教育的學習？」</p> <p>實驗教育的方式不要求新、求變，更重要的是適切、適性。依據教育理念、目的、學生的特質需求與家庭條件，實驗教育的方式有各種可能的論述，並沒有普遍標準的定義。值得注意的是，實驗教育目的與方式，兩者相輔相成，應有一致的脈絡，並且能夠相互呼應。</p> <p>常見的關鍵字如在家學習、家事、家教、生活中學習、自主學習、個別指導、親子共學、小組討論、身心平衡、五育均衡、行動學習、主題式教學、專題研究、經典教育、環境教育、戶外探索學習、混齡教育、參訪、實習、實作、對話、反思等。在撰寫論述時，可以先搜尋心中理想的教育關鍵字，確立最主要、最關鍵方式，在以此為核心描繪出教育的圖像。</p>
<p>內容（包括課程所屬類型與教學、學習評量及預定使用學校設施、設備項目；身心障礙學生使用設施之需求，應予載明）</p>	<p>申請者可以思考：「我（們）想要學什麼？需要學什麼？怎麼學？」</p> <p>從實驗教育目的（Why）、方式（How）到內容（What），從抽象到具體，三者應有一致的脈絡。舉個例子，以戶外探索教育為實驗教育目的的方式，就會以強調實際戶外實作，搭配適當的學習方式，學習的內容也會圍繞著戶外探索中所會接觸的內容為主。當然，這並表示在戶外探索教育中就不會學到國英數。比方說，戶外探索教育中的路程、時間的計算就會學習到數學的內容等。</p> <p>由於自學生可與學校合作（高級中等教育階段則通常須擬定合作計畫，才能正式進行合作，請參考 6.4.2），選擇部分課程返校學習，申請者需決定哪些課程要返校學習、哪些學習項目要自行規劃。就實驗教育的審議來說，如果大部分的學習內容是回學校就讀，就失</p>

內容
(接上頁)

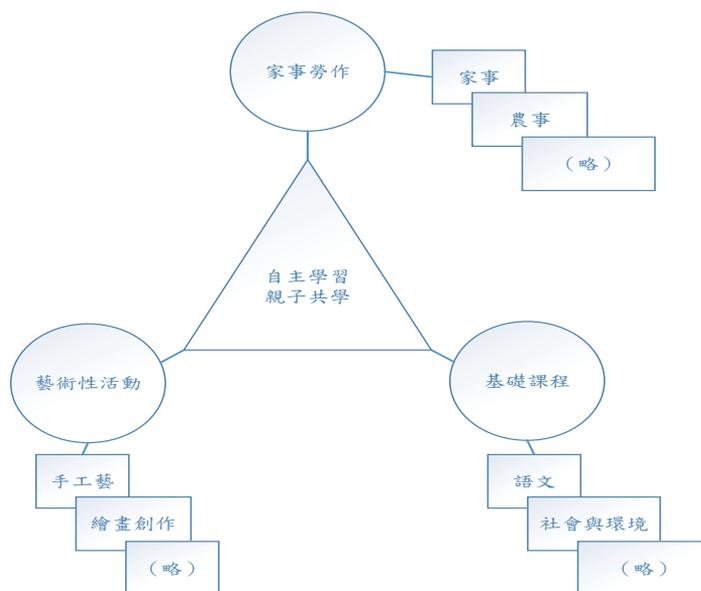
去選擇「非學校型態實驗教育」的意義了，因此，我們會建議「至少有一半」學習內容是非學校課程，且不宜安排學生僅是觀看教學錄影帶，而無實際教學活動。

內容的撰寫重點在於「具體、清晰的呈現學習規劃」，不僅掌握將來的學習計畫，也能讓審議委員清楚學習的相關細節，給予回饋意見。為了清楚呈現學習細節間的關聯，適當的歸類、製作圖表是重要的。

申請者可以將學習內容分成課程類型（學習領域）、進行時間、運用的教學方式、學習評量方式、使用的師資、教材、設備場地等，分項目逐一描述，也可以製作成表格（如下表範例）。

課程	時間	教學方式	評量方式	教材	師資	設備場地	學習領域
語文	每周三次 共 6 小時	文學作品 欣賞	自創小說	國內外 各類小學	家長指 導	家裡 圖書館	語文 社會 環境
數理	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)
才藝	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)

此外，也可以將教育目的、方式、課程與學習項目製作成課程地圖（如下圖範例）。



內容
(接上頁)

為了讓審議委員瞭解學習的步調節奏，可依照適切的時間單位（如日、週、月、學期表），將學習活動製作成學習表（如下表範例）。

	週一	週二	週三	週四	週五
早上 8 點					
早上 10 點					
中午 12 點					
下午 2 點					
下午 4 點					

課程類型（學習領域）：課程類型與學習領域可以依照學校學習領域及科目（如十二年國民基本教育課程分為語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八大學習領域），以及重大議題（如性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育）進行分類說明，也可依照自身需求規劃學習領域的分類與內容。

學習評量：評量的目的在於檢視學生的學習成效，了解學習的狀態，並做適當的調整以促進改善教導與學習方式及內容。學習評量方式的選擇要呼應學習方法與內容，如主題研究可配合專題報告、小組討論搭配同儕互評、技藝實作適合完成作品、行動學習適合活動紀實。此外，自學生的學習樣態未必相同（有視覺型、動覺型、操作型等學習者），因此，設計學習評量時可以思考「什麼樣的評量可以了解學習狀況？」、「適合我（們）的評量方式是什麼？」常見的評量方法除了筆試與口試，還可以搭配多元形式的評量工具，如圖文創作、歌曲編制、演戲、舞蹈、攝影、製作模型、策畫活動等。

預定使用學校設施、設備項目：國中小階段自學生的學籍設在學校，若有需要使用學校的設施設備，如實驗室、舞蹈教室、視聽教室、游泳池、運動場、體育器材、實驗器材等，可對應學習內容詳列預計使用學校的設施與設備，並就此先與設籍學校初步溝通。身心障礙與特教生仍可使用學校輔導室及資源教室提供的相關輔具或設施設備，如評量、教學、行政支持、教育輔助器材、適性教材、學習及生活人力協助、復健服務和家庭支持。高級中坵教育階段則參考 6.4.2 章節)

<p>預期成效</p>	<p>申請人希望在不同時間點及計畫到期時，學生會得到什麼能力？可以做到什麼？成為具有什麼特質的人？撰寫預期成效不在於設定宏大的目標，而是適切的反應學生當前的狀況以及學習的節奏。設定預期成效宜符合、盡量具體、可被觀察衡量、有明確時間、與應用相關、可被達成等原則，並且可同時包含質性的描述與量性的衡量，例如：「每個禮拜定期收聽英語電台節目，一學期後可以聽懂大部分節目內容，並以英文手寫或口述給他人。」</p>
<p>計畫主持人及參與實驗教育人員之相關資料</p>	<p>個人自學的計畫主持人為學生的法定代理人，通常為家長，可以檢附最高學歷、經歷證明文件。而參與實驗教育人員通常是指教學者或協助學習的人，除了學歷與經歷證明文件以外，需要附上實質具有與教學內容相關專長的證明文件，若該領域並沒有專業證照，可以提供相關的經歷證明資料或以文字簡述其經歷。若教學人員參與學生學習未達一定程度或非專業進階課程則無需繳交相關專長的證明文件。</p>

4.4.1 自學與十二年國教課綱

依據非學條例第 8 條：「實驗教育之課程與教學、學習領域及教材教法，不受課程綱要之限制。」。實務經驗中，課綱與教科書仍是實驗教育家庭相當重要的參考方向。從積極的用意來看，國家課綱形同一種對照，讓自學家庭在執行實驗教育計畫時瞭解特定學習階段的範圍和可達成的程度，並以此超越課綱的範圍和程度。另一方面，自學家庭也可以透過課綱得以瞭解學習者在某階段的學習是否落後於國家與專家學者的建議，並藉此瞭解其中的原因與採取相應的行動。事實上，對自學生而言，因為可不受課綱之限制，除了可以自行安排超前或延後調整學習範圍，也可以自行組合成跨領域的學習。舉個例子，籌備個人才藝的演出，或向社區售賣自己剛學會的糕點等，基本上已經涉及藝術、才藝、社會、商業等領域的知識。這些例子都說明課綱可以讓計畫主持人（家長）或自學生瞭解在進行實驗教育計畫哪個過程中，可（已）習得何種領域的知識與技能。最重要的是，教育者與學習者應時刻保持自己對教育的想像，且能在對照課綱之後，讓實驗教育計畫執行起來得更符合學習者的特質，才能真正做到超越課綱。因此，即便實驗教育計畫不受課綱限制，但瞭解國家課綱，對進行實驗教育計畫的自學生和家長而言，其利大於弊。

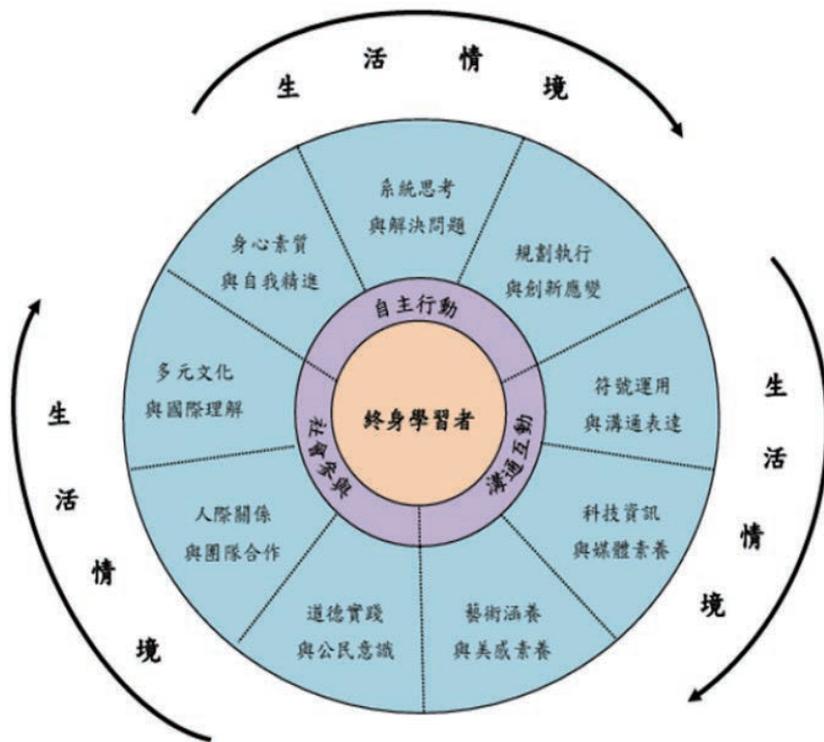


圖 6 素養導向的滾動圓輪意象

資料來源：教育部（2014）。十二年國民基本教育課程綱要。台北。

從上圖可以看出，12 年國教課綱所訂出的核心素養，強調培養以人為本的「終身學習者」，其目標和第二章所述之自學的學習目標，有異曲同工之處。其課程願景為「提升孩子的學習興趣及終身學習能力」、「成就每一個孩子—適性揚才、終身學習」。與實驗教育追求「以學習者為中心」、「尊重學生之多元文化、信仰及多元智能」、「以適性學習為目標」有共同的核心價值。課綱將終身學習者應具有的核心素養細為三大面向：「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」。自學生在自學過程中，除了習得「自主學習」的能力之外，也不應忽略與社會溝通及互動的能力。缺乏社會溝通與互動能力的自學，形同閉門造車，無

法因應社會的變動來進行調整。該三大面向再細分為九大項目：「身心素質與自我精進」、「系統思考與解決問題」、「規劃執行與創新應變」、「符號運用與溝通表達」、「科技資訊與媒體素養」、「藝術涵養與美感素養」、「道德實踐與公民意識」、「人際關係與團隊合作」、「多元文化與國際理解」。課綱也扼要說明每個項目在各教育階段的核心素養具體達致的內涵（下表）。

表 4 12 年國教總綱各教育階段核心素養具體內涵

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵		
				國民小學教育	國民中學教育	高等中等學校教育
終身學習者	A 自主行動	A1 身心素質與自我精進	具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	U-A1 提升各項身心健全發展素質，發展個人潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求至善與幸福人生。
		A2 系統思考與解決問題	具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。	具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵		
				國民小學教育	國民中學教育	高等中等學校教育
終身學習者	A 自主行動	A3 規劃執行與創新應變	具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。	E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	J-A3 具備善用資源以擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。	U-A3 具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為因應新的情境或問題。
	B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達	具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動的能力，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	U-B1 具備掌握各類符號表達的能力，以進行經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題。
		B2 科技資訊與媒體素養	具備善用科技、資訊與各類媒體之能力，培養相關倫理及媒體識讀的素養，俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係。	E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。	J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	U-B2 具備適當運用科技、資訊與媒體之素養，進行各類媒體識讀與批判，並能反思科技、資訊與媒體倫理的議題。

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵		
				國民小學教育	國民中學教育	高等中等學校教育
終身學習者	B 溝通互動	B3 藝術涵養與美感素養	具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美，透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。	E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。	J-B3 具備藝術展演的一般知能及表現能力，欣賞各種藝術的風格和價值，並了解美感的特質、認知與表現方式，增進生活的豐富性與美感體驗。	U-B3 具備藝術感知、欣賞、創作與鑑賞的能力，體會藝術創作與社會、歷史、文化之間的互動關係，透過生活美學的涵養，對美善的人事物，進行賞析、建構與分享。
	C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識	具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。	E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。	J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。	U-C1 具備對道德課題與公共議題的思考與對話素養，培養良好品德、公民意識與社會責任，主動參與環境保育與社會公共事務。

關鍵要素	核心素養面向	核心素養項目	項目說明	核心素養具體內涵		
				國民小學教育	國民中學教育	高等中等學校教育
終身學習者	C 社會參與	C2 人際關係與團隊合作	具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	U-C2 發展適切的人際互動關係，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。
		C3 多元文化與國際理解	具備自我文化認同的信念，並尊重與欣賞多元文化，積極關心全球議題及國際情勢，且能順應時代脈動與社會需要，發展國際理解、多元文化價值觀與世界和平的胸懷。	E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。	J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。	U-C3 在堅定自我文化價值的同時，又能尊重欣賞多元文化，具備國際化視野，並主動關心全球議題或國際情勢，具備國際移動力。

資料來源：教育部（2014）。十二年國民基本教育課程綱要。台北。

以 A1 身心素質與自我精進項目為例，12 年國教課綱提出國小教育階段應以孩子「具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能」為基本目標內涵，國中教育階段則以「具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐」為核心目標；高級中等教育階段則以「提升各項身心健全發展素質，發展個人潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求至善與幸福人生」為核心目標。仔細閱讀這個項目不同教育階段的目標，即可看出國小的孩子至少以培養

良好生活習慣，認識自我特質為主；國中則以探索自我潛能、人性、價值與生命意義為主；而高級中等教育階段則以發展個人潛能，肯定自我價值，並透過自我精進而追求至善與幸福人生為主。以 12 年國教課綱為例來對照自學的教育目標的話，以個人特質為例來看，國小的自學生主要透過認識自我的特質，國中的自學生則深入探索自我潛能、生命意義與價值觀，而在高級中等教育時，自學生可進而發展個人潛能與自我肯定個人價值，並持續追求個人未來的人生。由此可見，自學生與家長可適當透過參考 12 年國教課綱，來對比自學計畫中所擬定的教育目標。無論如何，上述表格所列舉的核心素養，主要描述一個人為適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。實務上，家長與學習者還須將核心素養，轉化為實際操作與學習的領域知能。

同樣以身心素質與自我精進項目為例，要怎麼樣才能落實上述的核心素養目標？以一般小學為例，學校裡的綜合活動課、彈性學習課、社團活動課似乎最能落實上述的核心素養目標，這些課會依據學校教師的專業能力、經驗與學校社區資源而有所差異。有些學校會通過邀請講師到校，或校內教師自行以活動的方式，或帶領學生外出參訪的方式來瞭解個人特質。國中則可能到不同場域（如社區職場、高中職專業群科）參訪的方式，讓國中生從實際經驗中深入探索自我潛能。高中職階段，則可通過專業學科或群科的學習，發展個人潛能，再搭配實際參與社會團體如非政府組織、政府單位、公益團體、企業的實習活動，來自我肯定個人價值。課綱已進一步在「課程架構」部分，對各個核心素養項目的對應課程進行詳細說明。家長與自學生應參考課綱的相關說明。以下表為例子，國小階段的課程架構主要涵蓋語言、數學、英語、生活課程（社會、自然、藝術、綜合活動）、健康、以及校訂彈性學習課程。

表 5 國民小學、國民中學與高級中等教育階段課程規劃

12 年國教各教育階段的課程架構

教育階段		國民小學						國民中學			高等中級學校		
領域	階段年級	第一學習階段		第二學習階段		第三學習階段		第四學習階段			第五學習階段 (一般科目)		
		一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二
部定課程 / 領域學習課程	語文	國語文		國語文		國語文		國語文			國語文		
		本土語文 / 新住民語文		本土語文 / 新住民語文		本土語文 / 新住民語文							
				英語文		英語文		英語文			英語文		
											第二外國語文 (選修)		
	數學	數學		數學		數學		數學			數學		
	社會			社會		社會		社會			社會		
	自然科學			自然科學		自然科學		自然科學			自然科學		
	藝術	生活課程		藝術		藝術		藝術			藝術		
	綜合活動			綜合活動		綜合活動		綜合活動			綜合活動		
	科技							科技			科技		
	健康與體育	健康與體育		健康與體育		健康與體育		健康與體育			健康與體育		
										全民國防教育			
	每週學習節數或總學分數	20節		25節		26節		29節			118學分		
校訂課程	彈性學習 / 必修 / 選修 / 團體活動	彈性學習課程 (含統整性主題 / 專題 / 議題探究課程、 社團活動與技藝課程、特殊需求領域課程、其他類課程)									校訂必修課程 選修課程 團體活動時間 彈性學習時間		
	每週學習節數或總學分數	2 ~ 4 節		3 ~ 6 節		4 ~ 7 節		3 ~ 6 節			校訂必修 + 選修課程占 62 學分，每週團體活動及彈性學習時間各占 2 ~ 3 節		

資料來源：國家教育研究院

資料來源：親子天下 | 5 分鐘看懂 108 課綱 (<https://futureparenting.cwgv.com.tw/family/content/index/7319>)

看到這裡，自學生與家長或許會產生一個疑問，自學計畫是否必須完全參考 12 年國教課綱中的課程架構所訂出的課程與對應的節數？事實上，12 年國教課綱所制定的節數，為考量學校制度與運作模式所擬定的。對於自學而言，課綱所擬定的內容，可作為擬定自學計畫的參考，自學計畫實際內容仍應以自學生本身為主要考量因素。自學計畫可著重

參考課綱的大方向，如核心素養項目、階段性目標等，而非課綱所擬定的細節如節數等，才不至於違背非學條例的立法精神。事實上，正由於自學具有高度客製化與可調整性，自學生和家長更應善用自學的彈性，根據學習者的特質、家庭社區資源來量身打造以自學生為中心的課程。比方說，自學生和家長在規劃自學計畫時，可多用整合性、跨學科、跨領域、真實世界的學習方式來自學。如上所述，為了探索興趣與志向，自學生也可於小學高年級階段，通過成人的協助，到社區職場進行見習，以達致瞭解個人特質的目標。通過實際觀察，以及簡單的操作，自學生有機會接觸不同特質的成人與職業，有助於進行後續的生涯探索。

4.5 設籍與擬定合作計畫

學籍為政府掌握人民受教育情況所需的基本資料。依據非學條例第 15 條：「參與國民教育階段個人實驗教育之學生，其學籍設於原學區學校；參與團體實驗教育或機構實驗教育之學生，其學籍設於受理辦理實驗教育申請之直轄市、縣（市）主管機關指定之學校。」，國中小、高級中等教育階段自學生的學籍、參與學校課程活動的狀態，整理如下表。

表 6 不同教育階段自學生的學籍與參與學校課程活動的差異

	國中小教育階段		高級中等教育階段	
	個人實驗教育	團體、機構實驗教育	個人實驗教育	團體、機構實驗教育
學籍狀態	學籍在學生戶籍所在地的學區學校。	學籍在主管機關指定的學校。	可在多元管道入學後擁有學籍，也可選擇不入學（學籍設於教育局處）。	
參與學校課程活動	建議申請者與設籍學校就參與學校課程活動相關事宜達成共識，並做成紀錄，避免可能發生的疑義。		擬取得學籍者與學校擬定「合作計畫」，沒有學籍則可以選擇是否與學校擬定「合作計畫」，對參與學校課程活動達成共識。	

從上表可以看出，國中小階段的自學生，雖然選擇依實驗教育來學習，其學籍依然設在原戶籍所在地的學校（又稱為設籍學校）。依照《非學條例》第 15 條，設籍學校對國中小階段的自學生，依然負有協助、輔導的責任，自學生也享有和其他學生相同的機會參與各類校內競賽，及需經學校推薦之競賽或活動。國中小的設籍學校也會在自學生的國中小階段修業期滿成績及格時，發出畢業證書。

至於高級中等教育階段，可簡單分為兩種。若自學生打算同時取得

高中職學籍（之後再取得畢業證書等），就需依照多元入學招生辦法規定，向相關學校申請。若沒有打算取得學校學籍，一旦實驗教育計畫通過後，其學籍將被設在戶籍所在地教育局處（或稱為無學籍自學生）。前者先在實驗教育計畫註明打算與某高中職合作取得學籍，待實驗教育計畫通過後，再與學校討論及擬定合作計畫。雖然《非學條例》沒有限制後者和學校合作，但實務上暫時還沒有高中職學校與非設籍的自學生合作的前例。

接下來，本書將根據教育階段（分國民教育階段和高級中等教育階段），說明國中小和高級中等教育階段的自學生如何與學校合作。

4.5.1 國民教育階段（國中、國小）

2014年8月起，十二年國民基本教育分兩階段，前九年為國民教育，依據《國民教育法》及《強迫入學條例》規定辦理。國民教育階段（國小、國中）學生的學籍是在設籍學校，即便實驗教育計畫通過審議，自學生的學籍仍是設於學區學校，設籍學校有義務提供學生學習所需的相關協助。在實務經驗中，可能因為校方不瞭解實驗教育、申請者與校方對實驗教育計畫的認知不同、雙方的權利義務模糊不清，因而產生誤會，甚至衝突。因此，建議申請者在準備申請實驗教育時，就與學校老師進行交涉討論，尤其當實驗教育計畫使用到學校的許多課程、師資、設施設備，更有積極尋求溝通的必要。建議可以先跟導師進行對談，再視需要尋求組長、主任或校長的溝通，或由校長或主任召集跨學科處室的合作專案會議，談定實驗教育計畫中所牽涉的課程、師資、設施設備及評量（成績計算）、各式活動與競賽的參與狀況與收費標準等，並記錄於會議記錄，甚至書面協議。

洽談合作計畫的目的是家長與學校達成共識，而非製造衝突對立。在對話時，應秉持著不卑不亢的態度，以誠意與理解為出發，不要認為所有提出的要求學校都必須配合（要視學校能提供的底線而定），也不要認為學校提出的要求都必須一概接受。應該在溝通過程中找到雙方都能接受的界線與狀態。若校方對於實驗教育計畫不夠理解，應該適時提供相關管道與資料給校方，必要時，可以諮詢校內或鄰近學校有實驗教育經驗的老師或家長提供實務經驗，或可聯繫教育主管機關實驗教育承辦人員提供協助。

洽談項目（參考）：

1. 會參與學校的哪些科目的課程？部分還是全部參與？若有返校參與學習，建議返校的課程節數不超過整體的半數；若是部分參與，建議與授課老師討論如何銜接返校就讀與自學部分的進度。
2. 如何計算各科的成績方式？由誰打成績？如何計算學期與學年的成績？成績是否納入排名？有些學校會在成績單上註明為實驗教育學生，若為家長自評的科目，也會註記。
3. 會參與哪些學校舉辦的活動？如校慶、校隊、運動會、科展、社團、藝文競賽、校外教學、畢業旅行、親師座談等，建議可以依照學校的行事曆與該學期的規劃討論。
4. 會使用到學校哪些設施、設備與空間場地？包含可借用的項目、時間，以及規則都需要釐清。
5. 如何收取學雜費、簿本材料費、場地設施設備費、活動費等？因為設籍學校有政府的學費補助，因此學校通常不會另外收取費用。建議依實際參與情況與學校協商收取費用的辦法。

6. 是否參與校內各項競賽活動？是否有代表學校參與縣市、全國或國際競賽的資格？成績排名與參與競賽的資格皆會影響其它在校生權益，因此建議達成明確共識，避免發生爭議。
7. 是否保留班級中的座位、教科書及學習材料？尤其是完全在家自學，且無需使用學校設施設備的申請者，需要與老師談妥在教室內所需協助保留的物件。
8. 是否需要學校的升學協助、輔導等支持，若為身心障礙學生，是否需要特教相關支援？原則上學校皆應提供輔導相關的資源，若有需求，也應主動提出討論。

4.5.2 高級中等教育階段（高中職）

根據十二年國民基本教育施政理念，高級中等教育有「普及」、「非強迫入學」、「免入學考試為主」的概念，亦即針對 15 歲以上之國民提供均等、足夠且多元的教育機會，但尊重學生與家長的教育選擇。受教育，在此階段是學生的權利而非義務，因此，學生及家長有更多的教育發展空間。

依據非學條例第 16 條、第 17 條，打算取得高級中等教育階段學籍的自學生之法定代理人（或已成年的自學生），須與學校洽談擬訂合作計畫。高一的自學生在提交實驗教育申請之前，須依多元入學招生辦法或「高中職及五專免試入學實施方案」⁴申請學校，同時在實驗教育計畫中註明打算與該所學校合作。錯過招生考試的自學生，則須參加有關學校的轉學考試。在撰寫實驗教育計畫之前，自學生可先與擬合作的學校人員初步溝通合作內容。當自學生取得實驗教育計畫通過公文後，就

可與擬合作學校進行正式的溝通與討論，並將有關內容寫成正式的合作計畫書，通過地方政府教育局處交教育部進行審議。合作計畫書其內涵描述如下：

一、合作計畫需載明之項目

依據《非學條例》第 16 條規定：「合作計畫書內應載明課程與教學之實施、成績之評量、校內活動之參與、學雜費之收取及其他有關實驗教育之事項。此外，合作計畫可包括審議通過的實驗教育計畫之實驗教育目的、方式、內容及預期成效等。」我們建議合作計畫書包含以下項目：

1. 實驗教育之目的及實施方式。
2. 課程與教學之實施或參與（法規規定應載明之項目）。
3. 成績之具體評量方式（法規規定應載明之項目）。
4. 師資。
5. 校內活動之參與（法規規定應載明之項目）。
6. 學雜費之收取（法規規定應載明之項目）。
7. 預期成效。
8. 其他有關實驗教育之事項。

二、合作計畫項目之參考原則

（一）實驗教育目的及實施方式

依照實驗教育計畫內容作簡要敘明。

⁴教育部在推動 12 年國民基本教育時，透過高中職及五專免試入學實施方案，讓國中生可選擇在該校對應的一所高中職報名，不須採計國中教育會考成績，其錄取成績也會在會考前放榜。

（二）課程與教學之合作方式

1. 課程、教學的合作應與審議通過之實驗教育目的及預期成效相符。
2. 為利自學生申請學費補助，應敘明課程所屬類型（普通型、技術型、綜合型、單科型或特殊教育課程）。⁵
3. 學生與學校合作欲取得該校畢業證書，其課程規劃應符合課程綱要相關學分之認定，建議排定「自學課程與課綱必修科目對應學分表」，並符合學生畢業學分條件。⁶
4. 敘明預定使用學校之設施、設備項目；身心障礙學生使用設施之需求，應予載明。⁷
5. 於合作計畫中敘明「請假規則」。

（三）成績之評量

1. 申請人應與合作學校共同擬定學生之學習評量方式，並敘明學生取得學分之標準。
 - (1) 在實驗教育精神之下，評量方式應保持彈性和多元，不硬性規定與校內一樣的評量方式。
 - (2) 一般學生：依高級中等學校學生學習評量辦法規定或申請人與學校共同擬定學生取得學分之標準。⁸
 - (3) 特殊教育學生：依學校擬定之學生個別化教育計畫（IEP）執行。⁹

⁵ 依據《高級中等學校向學生收取費用辦法》第 4 條

⁶ 依據《高級中等學校學生學習評量辦法》及《十二年國民基本教育課程綱要總綱》

⁷ 依據《高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例》第 6 條

⁸ 依據《高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例》第 16 條

⁹ 依據《高級中等學校學生學習評量辦法》及《特殊教育法》第 28 條

2. 學生修習跨校選修課程之學分採認、辦理方式及學習評量相關規定，依《高級中等學校學生學習評量辦法》第 17 條、第 18 條辦理。
3. 應敘明學生評量成績方式，成績是否列入學校比序、繁星推薦及申請各類獎助學金之依據。
 - (1) 成績列入學校比序、繁星推薦及申請各類獎助學金：學生參與各科日常考察科目、定期考察科目。
 - (2) 成績不列入學校比序、繁星推薦：學生成績之評量方式應以引導學生適性學習為目標，申請人得依學生實際學習狀況提出替代方案，與合作學校共同討論。

（四）師資

應敘明實際任教之師資。¹⁰

（五）校內活動之參與

1. 敘明參與校內活動之課程名稱。
2. 敘明是否參加各項競賽。
3. 敘明是否參與對外競賽之校內選拔活動。

（六）學雜費之收取

1. 申請人得依實際參與校內教學活動、使用學校設施設備之情況與學校協商學雜費之收取方式。
2. 若學生未參與學校課程，且未使用學校之設施、設備，得免收代收代付費（使用費）；代辦費中除團體保險費及家長會費等

¹⁰ 依據《高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例》第 8 條

應繳交之費用外，其餘均屬自由繳交費用，學校應事先調查確認學生繳交意願，並經其同意始得向學生收取費用。¹¹

3. 學生費用之收取須與申請人共同檢視並敘明收費項目及方式。

(七) 預期成效

1. 應與實驗教育計畫之目標相符。
2. 依「高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例」第十六條第二項規定：「成績及格者，由設籍學校依高級中等教育法相關規定，發給畢業證書或修業證明書」。十二年國民基本教育課程綱要總綱自 108 學年度高級中等學校一年級起逐年實施，畢業學分條件依該相關規定辦理。

(八) 其他有關實驗教育之事項

1. 申請學生若為特殊教育學生，應檢附身心障礙手冊或特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定證明、校內個別化教育計畫及特殊教育推行委員會會議記錄。
2. 升學協助：敘明是否協助學生參加模擬考、大學學科能力測驗及大學入學指定科目考試等各項升學考試報名試務作業及升學分發作業。
3. 合作計畫之修正：學校應邀請申請人共同參與合作計畫之修正，並於修正後之合作計畫書中檢附「會議紀錄」及「審查意見修正後對照表」。
4. 敘明若申請變更合作計畫，衍生成績評量及相關權益受損，責任之歸屬。

¹¹ 依據《教育部主管高級中等學校向學生收取費用補充規定》第 3 條

4.6 提出實驗教育申請（常見問題集）

2014 年實驗教育三法上路以來，民眾在申請實驗教育面臨許多問題，因此，本書通過行政人員及審議委員共識營及申請者等訪談記錄，整理出常見問題集，希望能協助有意申請自學的民眾，獲得問題的解答與支援。

問 1：誰可以申請非學校型態實驗教育計劃？

答 1：依據非學條例第 5 條，個人實驗教育（個人自學）由學生的法定代理人，通常是家長或監護人。已經成年的學生可自己提出申請；團體實驗教育（團體共學）由學生的法定代理人共同或推舉一人代表；機構實驗教育由非營利法人的代表人提出申請。

問 2：申請時應檢附的資料有哪些？

答 2：依據非學條例第 6 條，個人實驗教育應填具申請書，並檢附實驗教育計畫及家長、學生的身分證明文件；團體實驗教育另應檢附教學資源相關資料、教學場地同意使用證明文件（如使用固定場地）、學生名冊、計畫經費來源及財務規劃、其它學生法定代理人同意參與實驗教育之聲明書。上述資料宜按條例所提及的順序排列，以便承辦人員及審議委員審閱。

問 3：要在哪裡申請？

答 3：依據非學條例第 5 條，個人實驗教育向學生的戶籍所在縣（市）政府教育主管機關提出申請；團體實驗教育向占大多數的縣（市）政府教育主管機關提出申請；機構實驗教育向擬設實驗教育所在地的縣（市）政府教育主管機關提出申請。各縣市政府教育局（處）的作法不一定相同，有些會由教育局（處）行政業務承辦

人員收件，有些則是通過設籍學校，或是由指定承辦的學校負責收件。

問 4：何時可提出申請？

答 4：依據非學條例第 6 條，最遲於每年 4 月 30 日或 10 月 31 日前提出下一學期的實驗教育計畫申請。部分縣市採用隨到隨審特殊情況的個案。

問 5：如何得知申請流程與相關資訊？

答 5：依據非學條例第 5 條，地方主管機關應於二月底前將申請之相關資訊公告於網頁上。承辦人員通常會將申請日程、申請程序、申請表單、相關辦法及規定和聯繫窗口等資訊公告於網站上。根據非學條例第 24 條，主管機關對學生、家長、團體與機構於申請實驗教育之過程中，應提供必要之協助及輔導。有些地方主管機關也會舉辦申請說明會，說明申請流程、申請要項及計畫撰寫等事宜。

問 6：承辦人員對於實驗計畫可以進行怎麼樣的審查？

答 6：承辦人員會確認申請要件是否完備，若未合乎規定則請申請者補正。若對計畫內容有所疑義，會建議申請者進行調整，但並不能進行內容審查，內容審查屬於審議。承辦人員會確認申請者之實驗教育種類（個人實驗教育、團體實驗教育及機構實驗教育）、申請者之資格（個人、學校財團法人以外之非營利法人）、申請要件及戶籍所在地、申請人之法定代理人。

問 7：特殊情況提出申請，如具撫養事實之祖父母、親戚與寄養家庭，外國家庭？

答 7：不是法定代理人的代表在提出申請需檢附法定代理人的同意書或委任書，向學生的戶籍所在地的教育主管機關提出申請；已取得移民署發出居留證的外國家庭孩子以居留證代替戶口名簿，向居留地址的教育主管機關提出申請，但學生仍須符合國中小或高中的入學資格。

問 8：有任何問題，應該向誰詢問？

答 8：申請人有任何問題，應先詢問地方政府教育局處非學校型態實驗教育承辦人員。若有疑義，則可向中央主管機關（教育部國民與學前教育署）相關承辦人員進一步詢問。

問 9：欲設籍學校的高中階段學生應該如何處理？

答 9：根據非學條例第 16 條及第 17 條，擬設籍學校之高中階段學生應於實驗教育計畫審議通過後，與設籍學校共同擬訂合作計畫，包含課程與教學之實施、成績之評量、校內活動之參與、學雜費之收取及相關實驗教育之事項。實務上，打算設籍學校的高中階段學生通常在申請實驗教育計畫前先於設籍學校表達意願，並在實驗教育計畫中註明設籍學校。

問 10：非學校實驗教育條例第 6 條：「申請書或實驗教育計畫不合規定之程序者，應通知申請人於十五日內補正；屆期未補正者，得不予許可。」補正期限是從截止日起，還是從接收公文之日起算十五日？

答 10：補正期限以郵寄掛號送達申請者之時間起算十五日，並請參照《行政程序法》第 48 條至第 50 條相關規定。

問 11：礙於經費與場地限制，團體及機構實驗教育能如何面對 D-5 類建築法規？

答 11：依據非學校實驗教育條例第 7 條，團體及機構實驗教育申請者遇建築相關法令困難時，得按《專案許可非學校型態團體實驗教育及機構實驗教育教學場地建築物使用類組》專案申請主管機關許可，依許可內容辦理。若依法申請利用主管機關所屬公立學校之閒置空間，或學校財團法人之空餘空間，則不受 D-5 類建築法規之限制。

問 12：是否能申請以升學考試或補習教育的實驗教育計畫？

答 12：簡單來說，非學校型態之實驗教育計畫不能以準備升學考試或補習教育為目的，原因如下：

1. 依《國民教育法》第 4 條第 5 項規定：「補習及進修教育法所定之短期補習教育，不得視為前項非學校型態之實驗教育。」
2. 依 103 年 11 月 19 日公布之非學條例第 20 條之立法理由指出：「……另為避免學生於高三時，藉由參與實驗教育計畫之名義而至補習班上課之情事發生，爰規定其成果報告經審議通過且實驗教育計畫期程達一年半以上者，始得發給完成實驗教育證明。」
- 3 非學條例（以下簡稱非學校型態實驗教育條例）第 3 條第 1 項界定：「本條例所稱非學校型態實驗教育（以下簡稱實驗教育），指學校教育以外，非以營利為目的，採用實驗課程，以培養德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為目的所辦理之教育」。

問 13：可否申請以讀經、宗教教育為主的實驗教育計畫？

答 13：雖然根據《教育基本法》第 6 條之教育應本中立原則，公立學校不得為特定宗教信仰從事宣傳或活動，但立法院以尊重私人興學自由及保障人民之宗教教育選擇自由的理由於 2013 年修正《教育基本法》第 6 條，保障私立學校得辦理符合其設立宗旨或辦學

屬性之特定宗教活動的權利。同時，根據非學校實驗教育條例第 8 條實驗教育之理念，尊重多元文化及信仰之精神，非學校型態實驗教育個人、團體與機構的私人興學自由與宗教教育選擇自由應得到保障。簡單來說，任何人都依據個別文化及信仰來申請實驗教育計畫。實務上，審議委員將按照審議指標逐一檢視，注意計畫是否均衡學習發展、兼顧學習者之意願及性向。

問 14：可否申請僅安排體育或技藝課程的實驗教育計畫？

答 14：非學條例第 3 條第 1 項界定：「本條例所稱非學校型態實驗教育（以下簡稱實驗教育），指學校教育以外，非以營利為目的，採用實驗課程，以培養德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為目的所辦理之教育」，因此審議會基本上不會通過只有安排體育或技藝課程非學校型態之實驗教育計畫，除非該計畫以體育或技藝課程為特色或主軸之一，不單安排體育或技藝課程，且大致有兼顧五育之均衡發展。

問 15：實驗教育計畫是否可採用外國教材及外國語言授課？

答 15：依據非學條例第 8 條，實驗教育之理念應尊重學生之多元文化、信仰及多元智能，課程、教材、教法應以引導學生適性學習為目標，其課程教學、教材教法不受課程綱要之限制。簡而言之，課程及教材採用之語言並非審議要項，審議委員會回歸到其課程及教材是否符合立法精神及實驗教育計畫之教育理念及目的。

問 16：實驗教育計畫是否須檢附課表及進度表？

答 16：審議時，審議委員會著重在實驗教育計畫是否具備符合其教育理念與目的之教育方式，其課程之安排是否具體可行，制式課表及進度表為充分條件，非必要條件。

問 17：實驗教育計畫中教學人員的教學專業證明是否為必要項目？

答 17：《非學校型態實驗教育條例》第 8 條第 2 項規定：「實驗教育之教學，應由實質具有與教學內容相關專長者擔任。」並僅針對申請辦理機構實驗教育者要求提供「師資之相關資料」（第 6 條第 4 項），並要求實驗教育機構在申請立案許可時必須檢附「擬聘之教學人員與職員之名冊、學經歷證明及身分證明文件影本」。申請個人自學或團體共學的實驗教育計畫時，審議會應著重教學者是否實質具有與教學內容相關之專長，學經歷證明可作為佐證但非必要條件，也可以用其他足以說明「實質相關」的證明文件來取代。

問 18：非學校型態實驗教育學生若有特殊教育之需求，應如何處理？

答 18：非學校型態實驗教育學生無論是否有無學籍，有特殊教育需求的學生，可依下列法規請主管機關提供資源及協助。有學籍者應由設籍學校提供必要之資源及協助；無學籍者則由直轄市、縣（市）主管機關提供必要的資源及協助。

1. 《特殊教育法》第 24 條第 1 項規定：「各級主管機關應提供學校輔導身心障礙學生有關評量、教學及行政等支援服務，並適用於經主管機關許可在家及機構實施非學校型態實驗教育之身心障礙學生。」

2. 《非學校型態實驗教育條例》第 26 條規定：「直轄市、縣（市）主管機關與設籍學校對參與實驗教育之特殊教育、原住民及低收入戶學生，應提供必要之資源及協助。」

3. 《特殊教育支援服務與專業團隊設置及實施辦法》第 3 條規定：「各級主管機關應結合特殊教育行政支持網絡及專業人員，提供前條所定各項支援服務。前條所定各項支援服務得依下列規定申

請提供：一、由學校依相關規定申請所需之服務。二、經主管機關許可在家及機構實施非學校型態實驗教育之身心障礙學生，其所需之各項支援服務，應於申請辦理實驗教育計畫中載明。」

4. 《非學校型態實驗教育條例》第 6 條第 2 項規定：「前項申請書及實驗教育計畫，應分別載明下列事項：一、申請書：申請人、聯絡方式、實驗教育之對象及期程。二、實驗教育計畫：實驗教育之名稱、目的、方式、內容（包括課程所屬類型與教學、學習評量及預定使用學校設施、設備項目；身心障礙學生使用設施之需求，應予載明）、預期成效、計畫主持人及參與實驗教育人員之相關資料。」

5. 《非學校型態實驗教育條例》第 18 條規定：「依本條例參與高級中等教育階段實驗教育之學生，未入學高級中等學校取得學籍，得由辦理實驗教育之申請人造具參與實驗教育學生名冊，報請直轄市、縣（市）主管機關發給學生身分證明者，享有同一教育階段學校學生依法令所定之各項受教權益、福利及優惠措施，並據以平等參與各類競賽；其相關辦法，由中央主管機關定之。」

問 19：申請個人自學，若其實驗教育計畫已通過，且已依高級中等學校多元入學招生辦法之規定入學，但合作計畫最後不通過，後續應如何處理？

答 19：學生已依高級中等學校多元入學招生辦法之規定入學，並依學校所定時間報到註冊後取得學籍者，視同該校之學生，其學籍依學校相關規定辦理。因學校須於期限內將學生學籍表冊報各該主管機關備查，自學生應於開學一個月內與學校完成合作計畫，如果合作計畫未通過，自學生應可以選擇：

1. 繼續保有學籍且放棄自學。

2. 繼續自學且放棄設籍於學校，改掛學籍於教育主管機關。

學生若未於期限內辦理放棄學籍時，學校應依相關規定辦理後續程序，其依據如下：《非學校型態實驗教育條例》第 16 條第 1 項規定：「依本條例參與高級中等教育階段實驗教育之學生，擬同時取得高級中等學校學籍者，應依高級中等學校多元入學招生辦法之規定入學，並由其法定代理人就課程與教學之實施、成績之評量、校內活動之參與、學雜費之收取及其他有關實驗教育之事項，與該學校擬訂合作計畫，經學校報主管機關許可後進行合作。但學生已成年者，該合作計畫由其本人與學校擬訂。」此外，《學生學籍管理辦法》第 2 條第 1 項規定：「高級中等學校（以下簡稱學校）新生應檢具本法第 34 所定國民中學畢業或具同等學力證明文件正本，依學校所定時間報到註冊後，取得學籍。」《學生學籍管理辦法》第 3 條規定：「學校應就前條第 3 項第 2 款至第 5 款學生學籍表冊，依下列規定期限，報各該主管機關備查：一、新生名冊：九月三十日前。二、學生學籍異動名冊：九月三十日及三月二十日前。三、轉入學生名冊：九月三十日及三月二十日前。四、畢業學生名冊：九月三十日前。」

問 20：高級中等教育階段學籍設在教育局處者，若其實驗教育計畫以工作簽證到國外工作，並擬同時取得完成高級中等教育階段實驗教育證明，是否有違實驗教育之精神？

答 20：不同國家要求工作簽證的情況不同，例如有些國家對於實習也會要求工作簽證，若單純根據簽證型態，可能難以判斷申請者之情況是否符合實驗教育之立法目的與精神。《非學校型態實驗教育條例》第 3 條界定「實驗教育」指：「學校教育以外，非以營利為目的，採用實驗課程，以培養德、智、體、群、美五育均衡

發展之健全國民為目的所辦理之教育。」第 6 條要求實驗教育計畫必須包含「實驗教育之名稱、目的、方式、內容（包括課程所屬類型與教學、學習評量及預定使用學校設施、設備項目等）、預期成效、計畫主持人及參與實驗教育人員之相關資料。」申請者如果能詳細說明其國外「工作」性質，合理說明這些「工作」經驗如何培養德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民，並提供實驗教育計畫所有法定必備事項之資料，則審議會可就其實驗教育計畫之實質進行審議，而不以工作簽證進行否決。

問 21：是否可申請個人自學，但有許多教學時間是與他人共同進行團體共學？

答 21：根據 103 年 11 月 19 日公布之《非學校型態實驗教育條例》第 4 條之立法理由：個人實驗教育以「在家自學」為主。但從教育專業來考量，原則上鼓勵在家自學輔以團體共學有助於學習者之人際互動與社會發展。至於所謂「為主」之判斷，建議個人自學時間應佔總學習時間二分之一以上。若個人參與團體共學之時間超過總學習時間的二分之一以上，應改申請團體實驗教育，否則有規避團體實驗教育相關規範之嫌，其依據如下：

《非學校型態實驗教育條例》第 4 條，團體實驗教育指「三人以上學生，於共同時間及場所實施之實驗教育。」因此，若有三人以上之自學生於共同時間及場所實施實驗教育，則應申請團體共學。

4.7 參與審議會（常見問題集）

我國的在家自學是屬於申請審議制，其程序是依據非學條例，再由主管機關各縣市政府公告相關補充規定。初次申請者在審議階段容易因不熟悉而感到畏懼，尤其在過程中會接觸學校行政人員、教育局處行政人員及實驗教育審議委員，涉及許多對於法規程序與權利義務理解不足的狀況。因此，本節希望以常見問題集的形式，說明參與審議時申請者常有的困惑，藉此回應需求。

問 22：學校人員與行政承辦人員會進行審查嗎？

答 22：有些地方政府教育局（處）會委託設籍學校或指定學校收件，學校與行政人員依職權會針對申請人的資格、資料的齊備、格式的適切、程序的完備等進行「形式審查」，但不會針對計畫內容進行「實質審查」，計畫內容的審查依法屬於實驗教育審議會的職權。

問 23：什麼是審議會？

答 23：依據非學條例第 10 條：「主管機關為審議實驗教育計畫之申請、變更、續辦及其他相關事項，應組成非學校型態實驗教育審議會（以下簡稱審議會），並得依個人、團體或機構實驗教育之屬性，分組審議」。審議會是由地方教育局處委任熟悉實驗教育相關人士共同組成，主要任務為審議實驗教育計畫及相關報告書，以及訪視自學生等。

問 24：誰是審議委員？

答 24：依據非學條例第 10 條，主管機關聘任熟悉實驗教育之下列人員組成審議會，包含教育行政機關代表、專家學者、校長及教師組

織代表、具有實驗教育經驗之校長或教學人員、本人或子女曾接受實驗教育者、實驗教育相關團體代表。

問 25：審議委員扮演什麼樣的角色？

答 25：根據非學條例第 10 條及第 11 條，審議委員的職權包含實驗教育之申請、變更、續辦或廢止許可的審議。依據非學條例第 21 條及第 24 條，主管機關常會邀集審議委員組成訪視小組，辦理實驗教育之訪視業務，或委請熟悉個案之委員提供必要之協助及輔導。

問 26：審議會採取的決議方式為何？

答 26：依據非學條例第 10 條及第 11 條：「審議會得依個人、團體或機構實驗教育之屬性分組審議。」「審議會之決議，應有委員三分之二以上出席，以出席委員過半數之同意行之。」實務上，有些縣市因為案件量大，會採三階段分級審議制，先書面審查、未通過書審者再由審議小組進行面談，小組審議不通過者再經過集體審議委員面談決議；而案件量少的縣市則以全體審為主。

問 27：審議的標準為何？

答 27：依據非學條例第 12 條規定：「審議會審議實驗教育計畫時，應考量下列因素：一、保障學生學習權及落實家長教育選擇權。二、計畫內容之合理性及可行性，並應符合第八條第一項之規定。三、預期成效。前項實驗教育計畫為辦理團體實驗教育或機構實驗教育者，並應考量下列因素：一、申請人、實驗教育機構負責人、計畫主持人與參與實驗教育人員之資格及專業能力。二、計畫經費來源、財務規劃之健全性及收費規定之合理性。三、授課時間安排之適當性。」依據非學條例第八條：「實驗教育之理念，應

以學生為中心，尊重學生之多元文化、信仰及多元智能，課程、教學、教材、教法或評量之規劃，應以引導學生適性學習為目標。」

問 28：審議會對於申請案件審議之結果為何？

答 28：依據非學條例第 13 條，審議結果分為許可與不予許可。實務上審議會就個案有不同考量，可細分為四種狀況：通過（許可辦理）、修改後通過（由主管機關進行確認後許可辦理）、修改後再審（或補件後再審）、不通過（不許可辦理）。

問 29：什麼情況下會作成「修改後再審」或「補件後再審」之決議？

答 29：若審議會對法定代理人之資格、戶籍、與學校合作等狀況有疑義，或認為資訊不足時，可作成補件後再審，並請主管機關協助查證；若審議會對實驗教育計畫內容有疑義，認為修改後可達通過標準時，可作成修改後再審，通常會給予申請者明確的修改項目及具體建議。

問 30：申請學生、家長要出席審議會嗎？

答 30：根據非學條例第 11 條：「屬個人實驗教育審議案件者，審議會得邀請申請人列席陳述意見；屬團體實驗教育及機構實驗教育審議案件者，應邀請申請人或其推派提出申請之代表列席陳述意見；必要時，得邀請學生本人、設籍學校代表或學生之法定代理人列席」。實務上，在案件量較少的縣市，委員通常會當面與申請人對談，輔助資料審查做出適切的判斷；而在申請案件量大的縣市，審議委員針對比較有疑義或看法分歧的案件，較有可能要求申請人出席表達意見，進一步確認計畫內容。

問 31：什麼時候會得知審議結果？

答 31：依據非學條例第 13 條：「主管機關應自受理申請之日起算兩個月內，作出許可與否決之決定，必要時，得延長一個月，並通知申請人。」

問 32：如果審議會沒有通過個人實驗教育計畫，是否要回到學校就讀？

答 32：主管機關不予受理、不予許可辦理國中小教育階段實驗教育申請的學生，根據非學條例第 15 條，國民教育階段因故停止實驗教育之學生應返校就讀。違反者，主管機關應依《強迫入學條例》處理。如學生有特殊情況無法就學，得依《強迫入學條例》第 12 條，6 歲至 15 歲適齡國民但因殘障、疾病、發育不良、性格或行為異常，達到不能入學之程度，經公立醫療機構證明者，得核定暫緩入學；適齡國民經公立醫療機構鑑定證明，確屬重度智能不足者，得免強迫入學。

問 33：申請者該如何面對審議委員？

答 33：首先，申請者要了解「實驗教育是法律保障的權益」，對於法規的意旨和相關程序規範要有一定程度的理解；其次，申請者須理解非學條例屬於中央條例，具有一定的全國普遍性規範，但有關條例明訂申請、變更、續辦等權則在地方政府主管機關。實驗教育審議結果受各縣市的審議程序、評估標準與組成成員影響，申請者應了解上述的差異性並適當調整採取的策略；最後，面對審議會時，盡量保持「不卑不亢」的態度。面對不合情理的要求，應有提出異議的勇氣，面對良善客觀的意見，也應有接納的心胸。

問 34：在審議過程中，申請者有什麼程序權益？

答 34：本書編輯整理出了申請者的三種權利：「申請實驗教育審議會

的會議紀錄」、「要求將實驗教育審議結果（許可與否之決定）作成書面並載明理由」、「要求主管機關在作出「不予許可」處分前，給予陳述意見之機會」。以下分別敘述之：

申請實驗教育審議會的會議紀錄

依據《政府資訊公開法》第 6 條：「與人民權益攸關之施政、措施及其他有關之政府資訊，以主動公開為原則，並應適時為之。」即便政府不主動公開，人民可依《政府資訊公開法》第 10 條，填具申請書向政府機關申請提供政府資訊。實驗教育申請者可依據上述法規，自行填寫「提供政府資訊申請書」，向教育局（處）提出實驗教育審議會的會議紀錄申請。

要求將實驗教育審議結果（許可與否之決定）作成書面並載明理由

依據《行政程序法》第 95 條：「行政處分除法規另有要式之規定者外，得以書面、言詞或其他方式為之。以書面以外方式所為之行政處分，其相對人或利害關係人有正當理由要求作成書面時，處分機關不得拒絕。」實驗教育申請者可依據上述法規要求主管機關（縣、市政府）將行政處分作成書面。另外，依據《行政程序法》第 96 條：「行政處分以書面為之者，應記載下列事項：一、處分相對人之姓名、出生年月日、性別、身分證統一號碼、住居所或其他足資辨別之特徵；……。二、主旨、事實、理由及其法令依據。……。六、表明其為行政處分之意旨及不服行政處分之救濟方法、期間及其受理機關。前項規定於依前條第二項作成之書面，準用之。」

實驗教育申請者可依據上述法規，要求主管機關（縣、市政府）在書面的處分書中記載處分理由。

要求主管機關在作出「不予許可」處分前，給予陳述意見之機會
依據非學條例第 11 條：「審議會開會時，屬個人實驗教育審議案件者，得邀請申請人列席陳述意見；屬團體實驗教育及機構實驗教育者，應邀請申請人或其推派提出申請之代表列席陳述意見……。」另依據《行政程序法》102 條：「行政機關作成限制或剝奪人民自由或權利之行政處分前，除已依第三十九條規定，通知處分相對人陳述意見，或決定舉行聽證者外，應給予該處分相對人陳述意見之機會。但法規另有規定者，從其規定。」申請者可依上述法規，要求主管機關給予陳述意見之機會。

問 35：若不滿審議結果，可以怎麼辦？

答 35：若申請者行使前題所提的「申請者的三種權利」之後，仍然對審議結果不滿意，可經由陳情、訴願及行政訴訟三階段程序爭取權益。首先，申請者可按各縣市的陳情管道進行陳情；若不滿陳情結果，可提起訴願；對於訴願決定不服或提起訴願未獲決定的案件，則可提起行政訴訟程序。以下分別敘述之：

● 為維護教育權益向主管機關陳情

依據《行政程序法》第 169 條、第 170 條、第 171 條：「陳情得以書面或言詞為之；其以言詞為之者，受理機關應作成紀錄，並向陳情人朗讀或使閱覽後命其簽名或蓋章。」「行政機關對人民之陳情，應訂定作業規定，指派人員迅速、確實處理之。」「受理機關認為人民之陳情有理由者，應採取適當之措施；認為無理由者，應通知陳情人，並說明其意旨。」各縣、市政府設有服務平台、陳情管道，陳情者可依照陳情作業規定進行陳情。

● 陳情未果而提起訴願

依據《訴願法》第 1 條：「人民對於中央或地方機關之行政處分，認為違法或不當，致損害其權利或利益者，得依本法提起訴願。」訴願人應填寫訴願書，並載明規定事項及附上相關附件，於行政處分書送達次日起 30 日內，向訴願管轄機關（通常為原處分機關之上級機關）提起訴願。提起訴願並不一定要用制式訴願書，只須將當事人的姓名、出生年月日、身分證統一編號、住址及不服的行政處分、訴願請求、訴願的事實及理由表達清楚即可。各縣市政府的訴願窗口及方式略有不同，訴願人需要查閱相關資料。

● 訴願未果而提起行政訴訟

依據《行政訴訟法》第 4 條：「人民因中央或地方機關之違法行政處分，認為損害其權利或法律上之利益，經依訴願法提起訴願而不服其決定，或提起訴願逾三個月不為決定，或延長訴願決定期間逾二個月不為決定者，得向行政法院提起撤銷訴訟。」訴訟者對訴願決定書有所不服，於決定書送達二個月內向地方行政法院訴訟庭提起行政訴訟。

4.8 接受訪視（常見問題集）

訪視是主管機關為了瞭解實驗教育執行的狀況，所進行的評估。訪視的重點有三，一是檢視受訪者是否按審議通過的實驗教育計畫確實執行，二是評估實驗教育計畫的執行成效，三是瞭解受訪者是否有依照執行情況進行適當的調整。

依照這個原則，有些縣市教育局（處）發展出訪視表單及訪視項目，如學習環境、學習內容、學習成效、學生的身心狀況、家庭狀況等，提供受訪者及訪視委員使用。依照非學條例第 21 條，主管機關應於訪視前公布訪視項目。通常，在訪視之前，家長會收到教育局（處）或訪視單位（有些縣市會委託設籍學校或相關學術團體及專業機構辦理訪視業務）的訪視通知，通知內容應包含訪視單位、受訪視對象、進行方式、訪視項目、時間及地點。若有不清楚之處，家長可以致電給承辦人員或設籍學校詢問。

為了讓訪視順利進行，建議家長與學生準備學習檔案，如教材、作業、作品、學習紀錄單、評量單、獎狀等圖文資料，形式與內容沒有硬性規定，應視實驗教育計畫內容而定。有些受訪者會將紙本的學習歷程檔案放在資料夾中供訪視委員翻閱，有些受訪者的實驗教育計畫是立體及動態的，也會製作多媒體的影音創作或準備展演。在整理訪視資料的過程，也是整理學習歷程資料的機會，為將來的學習狀況報告書或學習成果報告作準備。

實驗教育計畫是事前規劃的，而在實際執行時會發生的變動，則是訪視委員關心的。如果沒有按照審議通過的實驗教育計畫進行，是因為不可抗力的因素、學生的興趣轉變、學習目標與進度的調整？受訪者是

否能作出合理的說明？針對上述的書面資料及實際訪查的狀況，家長與訪視委員會有具體的問答及討論，家長也可以適時提出進行實驗教育時遇到的困難與限制，訪視委員可就此給予建議。甚至，必要時，將相關需求作成意見，提供給主管機關，請主關機關提供必要的協助。

以下為訪視常見問題集。

問 36：什麼時候訪視？

答 36：依據非學條例第 21 條，主管機關每學年度辦理訪視，並於訪視後公布結果，時間通常在學期間，一年應該有一次，訪視前會收到教育局（處）的通知。

問 37：訪視會如何進行？

答 37：根據非學條例第 21 條，主管機關應邀集審議委員或委託相關學術團體及專業機構辦理訪視。原則上，以審議委員親訪為優先，也有的縣（市）主管機關要求設籍學校代表進行家訪；有些縣市則因為案件量大及幅員遼闊，因此採用集中訪視，統一時間邀集各實驗教育家長及學生到同一地點進行訪談。

問 38：訪視的原則與指標？

答 38：訪視之目的在於檢視受訪視者是否按照審議通過之實驗教育計畫確實執行，訪視委員會就審議會許可辦理的實驗教育計畫評估計畫執行之情況與成效。根據非學條例第 21 條，主管機關應於訪視前公布訪視項目。承辦人員宜至少兩週前公布訪視項目、通知受訪視者。

問 39：訪視的結果作何處理？

答 39：依據非學條例第 21 條：「訪視結果不佳者，直轄市、縣（市）

主管機關應予以輔導，並令辦理實驗教育者限期改善，屆期未改善者，經審議會審議通過後，廢止其辦理實驗教育之許可；訪視結果優良者，得作為許可續辦之參考。」

問 40：如果我的學籍及戶籍不同、教育場所不固定，甚至在國外進行實驗教育，該如何接受訪視？

答 40：訪視以實地訪視為原則，宜就辦理實驗教育者實際進行實驗教育之場所進行訪視。若不克進行實地訪視，主管機關可委託學術團體及專業機構就近辦理訪視。實務上，亦有縣市審議委員以視訊方式進行訪視。若受訪者因時空限制而無法進行實地訪視時，可採多元形式進行訪視，如網路視訊、錄影、投影片、電話等替代方式。

4.9 學習評量、成績計算（常見問題集）

學習評量是法規所提及實驗教育計畫需載明的項目之一，其方式以多元且能展現學習成果為主。在實務上，學習評量會涉及到學校的考試及成績考核，尤其是高中階段設藉在合作學校的申請人，須格外留意。以下為學習評量與成績計算的常見問題集，並提供我國現有法規對學習評量的方式與內容的詮釋，供申請者參考。

問 41：個人（團體）實驗教育之成績如何評量？

答 41：依據非學條例第 8 條：「……；學生學習評量，應依該許可之實驗教育計畫所定評量方式實施。」申請者應依照實驗教育計畫之評量方式進行評量，並將評量資料及結果繳交給學校，若有在學校學習的課程則應依與學校共同擬定的合作計畫（或合作協議）中與課程授課教師與學校達成共識之方式進行評量，並由學校按實登錄學生成績系統。

問 42：參與個人實驗教育者是否需要回到學校考試？

答 42：國民教育階段之實驗教育參與者依審議通過之實驗教育計畫進行實驗教育，除非實驗教育計畫或與學校簽訂之合作協議另有提及，否則無需返校參加考試。高級中等教育階段之實驗教育參與者若有設籍學校並與學校擬訂合作計畫，則依照合作計畫之成績評量方式評量，否則依審議通過之實驗教育計畫進行評量。

問 43：學生如何取得成績證明？

答 43 學生或家長可向學校申請成績證明，並請學校蓋章。實務上，因個人實驗教育學生的評量方式與學校不同，學校得在成績單上標註學生採用實驗教育及家長自評等註解。

4.9.1 學習評量參照資料

無論是何種實驗教育計畫，皆會涉及到學習評量的設計，以及採用哪些形式及評量項目。對自學而言，學習評量的功能，主要用於自我檢核學習過程的效果，以瞭解自學是否符合預期成效。另一方面，學習評量也是作為銜接下一階段學習的重要依據。由於不同教育階段的教育目標不盡相同，因此不同階段需要藉由評量來瞭解自學生是否達致前一階段的學習目標。當然，這並不意味學習評量只有在一個學習階段結束（如小學教育階段結束）才進行，學習評量可在每一個較短的時間段進行，以及時瞭解該時間段的學習成效。

尤其是設籍在學校、或與學校洽談合作計畫的自學生，課程成績或通過與否往往需要和學校達成共識，因此理解現行的評量邏輯，有助於規劃適合自身的評量並與學校老師進行溝通。下表整理了現行教育法規中，與評量形式與內容相關的條文，供申請者參考。值得注意的是，羅列出的條文內容僅是目前教育制度的規準，評量的可能性和實際操作的主體仍在申請者身上，例如是否一定要打分數、換算成等第，最終仍取決於申請者對於評量的期望。同時，學習評量並不意味只有紙筆測驗或口頭回答的方式，下表也一併列出各種學習評量方式，自學生與申請人可視自學內容與方式來選擇適合的自學方式。

表 7 各種學習評量內容與其來源依據

可參考的學習評量內容	來源
<p>學生成績評量原則如下：</p> <p>一、目標：應符合教育目的之正當性。</p> <p>二、對象：應兼顧適性化及彈性調整。</p> <p>三、時機：應兼顧平時及定期。</p> <p>四、方法：應符合紙筆測驗使用頻率最小化。</p> <p>五、結果解釋：應標準參照為主，常模參照為輔。</p> <p>六、結果功能：應形成性及總結性功能並重；必要時應兼顧診斷性及安置性功能。</p> <p>七、結果呈現：應質性描述及客觀數據並重。</p> <p>八、結果管理：應兼顧保密及尊重隱私。</p>	<p>《國民小學及國民中學學生成績評量準則》第 4 條</p>
<p>視學生身心發展及個別差異，採取下列適當之方式辦理：</p> <p>一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表等方式。</p> <p>二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現性目標，採書面報告、口頭報告、口語溝通、實際操作、作品製作、展演、行為觀察等方式。</p> <p>三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統彙整或組織表單、測驗、表現評量等資料及相關紀錄，以製成檔案，展現其學習歷程及成果。</p>	<p>《國民小學及國民中學學生成績評量準則》第 5 條</p>
<p>國民中小學學生學習領域之平時及定期成績評量結果，應依評量方法之性質以等第、數量或文字描述記錄之。</p> <p>前項各學習領域之成績評量，至學期末，應綜合全學期各種評量結果紀錄，參酌學生人格特質、特殊才能、學習情形與態度等，評定及描述學生學習表現和未來學習之具體建議；並應以優、甲、乙、丙、丁之等第，呈現各學習領域學生之全學期學習表現，其等第與分數之轉換如下：</p> <p>一、優等：九十分以上。</p> <p>二、甲等：八十分以上未滿九十分。</p>	<p>《國民小學及國民中學學生成績評量準則》第 8 條</p>

可參考的學習評量內容	來源
<p>三、乙等：七十分以上未滿八十分。</p> <p>四、丙等：六十分以上未滿七十分。</p> <p>五、丁等：未滿六十分。</p> <p>前項等第，以丙等為表現及格之基準。</p> <p>學生日常生活表現紀錄，應就第三條第二款所列項目，分別依行為事實記錄之，並酌予提供具體建議，不作綜合性評價及等第轉換。</p>	
<p>學生學習評量，應以了解學生學習情形，激發學生多元潛能，促進學生適性發展為目的，並作為教師教學及輔導之依據。</p>	<p>《高級中等學校學生學習評量辦法》第 2 條</p>
<p>學業成績評量應按學生身心發展及個別差異，並依學科及活動之性質，兼顧認知、技能及情意等教學目標，採多元評量方式，並於日常及定期為之；其各科目日常及定期學業成績評量之占分比率，由學校定之。前項多元評量，得採筆試、作業、口試、表演、實作、實驗、見習、參觀、報告、資料蒐集整理、鑑賞、晤談、實踐、自我評量、同儕互評或檔案評量等方式辦理。</p>	<p>《高級中等學校學生學習評量辦法》第 4 條</p>
<p>高級中等以下各教育階段學校，應以團隊合作方式對身心障礙學生訂定個別化教育計畫，訂定時應邀請身心障礙學生家長參與，必要時家長得邀請相關人員陪同參與。</p>	<p>依據《特殊教育法》第 28 條</p>

4.10 撰寫報告書

學生學習狀況報告書（以下簡稱學習狀況報告書）與實驗教育成果報告書（以下簡稱成果報告書）可說是學生進行自我學習狀況的檢視回顧，以及實驗教育的成果彙整呈現。報告書不僅攸關實驗教育的續辦、實驗教育證明的核發，也對於未來希望能在國內繼續升學，無論是特殊選才或是未來的大學考招將更重視學習歷程資料的展現。

對於報告書的形式、內容及繳交期程，各縣市略有不同，通常會有公文通知，或在網站、社群公告相關事宜。以下為依據非學條例第 20 條，所規定繳交時間與程序彙整如下表：

表 8 不同教育階段、規模的自學報告書的差異比較

	國中、國小階段		高中階段	
	個人實驗教育	團體、機構實驗教育	個人實驗教育	團體、機構實驗教育
每學年結束後兩個月內提出	學生學習狀況報告書（送主管機關備查）	年度狀況報告書（送主管機關備查）	學生學習狀況報告書（送主管機關核定）	年度狀況報告書（送主管機關核定）
期程三年以上實驗教育計畫於期程結束後兩個月內提出	實驗教育成果報告書（送主管機關備查）	實驗教育成果報告書（送主管機關備查）	實驗教育成果報告書（送主管機關核定）	實驗教育成果報告書（送主管機關核定）

自學生在開始自學後，須於每學年結束後兩個月內向地方政府教育局處提交學習狀況報告書。若自學生是屬於國中小階段，地方政府教育局處將備查學習狀況報告書。若是屬於高級中等教育階段，學習狀況報告書則會經由教育局處核定（通常經由非學校型態實驗教育審議會來進行審議）。若自學生的計畫期程是三年以上，自學生或家長則須在計畫

期程結束後兩個月內提出成果報告書。同樣，國中小階段自學生的成果報告書將送教育局處備查，高級中等教育階段自學生的成果報告書則會經由教育局處核定。

參與團體共學的家長代表，則須每學年結束後兩個月內提交年度狀況報告書，根據地方政府教育局處規定內容說明整體團體成員的學習狀況。若團體的計畫期程三年期程以上，則須於計畫期程結束後兩個月提出成果報告書。同理，國中小階段的報告書只須經由教育局處備查，而高級中等教育階段的報告書則須經由教育局處核定。

以下是撰寫報告書的原則，供學生與家長參考：

1. 平時多做拍照、錄影或文字記錄，並將各式作品、作業、活動證明、獎狀等資料確實保管，並做好掃描備份的習慣；善用檔案管理 APP 或軟體、雲端硬碟做好檔案管理，將學習資料依照學習領域、項目或內容進行分類。
2. 報告書並沒有固定格式與內容，呈現方式與風格視不同的實驗教育計畫而有所差異。圖畫、影音、照片、文字豐富並茂，有些報告書的風格像繪本、攝影集、作文、簡報……。
3. 整理學習資料變成歷程檔案，如學習紀錄、自評表、作業、練習本、創作、照片整理成冊，連同從申請實驗教育計畫、接受審議、訪視，與委員會談等資料一併附在報告書中，電子檔案或影音作品可以整理在雲端硬碟裡。
4. 為了方便檢閱實驗教育期間參與的各種活動，建議羅列學習活動內容製作成清單，如參加幾場工作坊、完成幾次表演、進行幾次行動學習等……。除了量化的數字，別忘了質化的反思，在實驗教

育的期間，有什麼樣的觀察與反思嗎？

5. 可依照實驗教育計畫的學習領域、科目或項目，完成一份學生自我評估及家長觀察表單（如下表），可包含通過審議時設定的學習進度或目標、目前達成的狀態、自我的評估、列舉所遇到的困難、未來會做的調整、需要的協助，並說明哪些沒學到，那些有額外學到。

表 9 學生自我評估學習及家長觀察表（建議）

	預期目標	目前進度	自我評估	待克服困難	未來調整	需要協助
語文領域	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)
鋼琴	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)	(略)

4.11 取得學習證明

下表彙整跟自學生有關的學習證明，如畢業證書、修業證明書、參與高級中等教育階段實驗教育證明書與完成實驗教育證明的相關條件及法源依據。基本上，完成高級中等教育階段實驗教育證明等同於高中職畢業證書，可作為下一階段升學等用途。若無法取得畢業證書或完成實驗教育證明者，才需報考學力鑑定考試。

國民教育階段（國中小）的自學生，參與自學的過程中，自學生的學籍將由一所設藉學校負責管理（通常是學區內）。自學生修業期滿，設藉學校負責根據自學生家長提交且經由非學校型態實驗教育審議會通過的實驗教育計畫中所載明的學習評量方法，來核發成績及格的自學生一份畢業證書。這個階段的自學生，其身份等同於一般在校學生，且同樣享有所有在校學生的同等權益。

至於參與高級中等教育階段的自學生，只要參與高級中等教育階段實驗教育計畫總期程達 1 年半以上，且學習狀況報告書或年度報告書經核定後，教育局處將會發出參與高級中等教育階段實驗教育證明。不過，這份證明文件，僅可作為曾參與實驗教育的證明。若完成 3 年高級中等教育階段的實驗教育，或就讀高級中等學校及參與實驗教育時間合計至少 3 年（參與實驗教育至少 1 年半以上），且學習狀況報告書或年度報告書經核定，自學生將會獲得教育局處核發的完成高級中等教育階段實驗教育證明。完成高級中等教育階段實驗教育證明的效力，等同於高級中等學校畢業證書之學歷，可作為申請下一階段國內升學如大專技職院校或其他選項的證明。

另外，高級中等教育階段的自學生，如果選擇設藉合作學校，該學

表 10 高級中等教育階段各類證書的差異比較

	參與高級中等教育階段實驗教育證明	完成高級中等教育階段實驗教育證明	學校畢業證書	高級中等學校修業證明書	自學進修高級中等教育學力鑑定考試 * 簡稱學力鑑定考試
法源依據	《非學條例》第 20 條	《非學條例》第 30 條	《非學條例》第 15 條及《國民教育法》第 13 條；《非學條例》第 16 條、《高級中等教育法》第 46 條	《非學條例》第 16 條及《高級中等學校學生學習評量辦法》第 25 條	《自學進修高級中等教育學力鑑定考試辦法》
效力	僅可作為曾參與實驗教育的證明。	等同於高級中等學校畢業證書，可作為申請下一階段升學如大專技職院校或等的證明。	可作為申請下一階段升學如大專技職院校或其他的證明	僅可作為修習部分課程的證明	等同於高級中等學校畢業證書之學歷，可作為申請下一階段升學如大專技職院校或其他的證明。
取得方式、條件	參與高級中等教育階段實驗教育計畫總期程達 1 年半以上，且學習狀況報告書或年度報告書經核定。	完成 3 年實驗教育，或就讀高級中等學校及參與實驗教育時間合計至少 3 年（參與實驗教育至少 1 年半以上），且學習狀況報告書或年度報告書經核定。	入學設籍在學校且學生修業期滿成績及格。	入學設籍在學生且修業狀況符合相關規定。	年滿 18 歲，且曾參與實驗教育的學生，但無法取得完成高級中等教育階段實驗教育證明者，可參加此學力鑑定考試，或年滿 20 歲。
核發單位	地方政府教育局處	地方政府教育局處	設籍學校	設籍學校	各考區所在直轄市政府（全國共 5 個考區，考生就近報考）

校將根據自學生與該校所擬定且經主管機關許可的合作計畫中所訂的評量方式內容來核發成績及格的學校畢業證書。高級中等教育階段學校畢業證書，其效力實際上和完成實驗教育證明一樣作為申請下一階段國內升學如大專技職院校或其他選擇的證明。評量成績無法達到合作計畫所訂內容的自學生，將由設籍學校發出高級中等學校修業證明書，其效力僅可作為修習部分課程的證明。

未來欲申請國外學校，自學生可依主管機關發給之英文版成績單和**完成實驗教育證明**，向英語系國家之學校提出入學申請。非英語系國家則須完成翻譯及公證流程。雖然完成高級中等教育階段實驗教育證明的效力等同於高級中等學校畢業證書，但由於實驗教育三法立法至今時間相對較短，部分單位（尤其是國外大專院校，如日本、韓國的部分大學）缺乏對臺灣實驗教育的認識而造成持有完成實驗教育證明的畢業自學生在升學方面遇到一些困擾。這裡建議遇到類似情況的自學生，可請駐外使館館協助提供說明文件，或自行附上教育部出版的臺灣現行學制的相關文件補充說明（教育部，2019，頁 241-242）。

年滿 18 歲，且曾參與實驗教育的學生，但無法取得完成高級中等教育階段實驗教育證明者或學校畢業證書的自學生，若需要申請下一階段升學或其他選項的證明文件，則可參加自學進修高級中等教育學力鑑定考試（簡稱學力鑑定考試）。成績及格者，將由各考區所在直轄市政府核發學力證書。

4.12 自學生的權益

自學生因「非學校型態實驗教育」學生身份，而可能遭遇一些誤解。最常見的誤解，是覺得自學生不具學校學生身份，不應享有臺灣法律規定學生身份的相關權益或優惠。因此，立法院在 2018 年修訂非學條例時，特別在第三條第三項加入「參與實驗教育者，視同各教育階段學校之學生」的文字，以強調實驗教育學生等同於一般學生，同樣享有學生應有的權益。

本文將各教育階段自學生的學籍狀況，整理成下表。國中小階段的個人自學生，其學籍設在原學區的學校。由於自學生的學籍計入設藉學校的學生總人數，且政府提供設藉學校的相應學生人數經費，因此設藉的學校應視自學生等同於一般在校學生。簡單來說，政府所提供的每位學生的教育經費，會隨著自學生的學籍而計入設藉學校。因此，理論上設藉學校提供有需要的自學生與一般在校學生相等的教育服務，如教學設施、設備、教材，不應有差異對待。若在學生無須付費的項目，自學生也無須付費。根據非學條例第 15 條，若特定項目依規定向使用學生收費，學校減免自學生所須付的金額（因為一般自學生的使用次數不如在校學生頻密）。具特殊需求的自學生（特教和身心障礙）也應得到與在校學生相同的資源與協助。參與團體和機構的自學生，其學籍根據非學條例第 15 條第 1 項，由地方政府教育局處指定的學校。理論上，參與團體和機構的自學生，也應獲得指定設藉學校的資源與協助。只是，實務上參與團體和機構的自學生比較少與指定設藉學校在資源和支援方面有互動。

表 11 高級中等教育階段各類證書的差異比較

學籍	國中小階段	高級中等教育階段	
		取得學籍	無學籍
個人自學	原戶籍學區學校	設藉於合作學校	設藉於地方政府教育局處
團體、機構	地方政府教育局處指定學校		

至於高級中等教育階段的自學生，則可以分為兩種情況。第一種情況，是如前文（6.4.2 章節）所述，打算取得高中階段學籍的自學生，其學籍自然就會設在該學校。第二種是沒有打算取得高中階段學籍的自學生，其學籍則設藉在地方政府教育局處（又稱無學籍高中自學生）。設藉在合作學校的高中自學生，和國中小階段的自學生情況類似，因其教育經費計入設藉學校，因此可取得設藉學校的資源與協助。至於無學籍的高中自學生，過去曾經因所謂「無學籍」的名稱，而遭遇不少權益受損的情況，自學生需花費時間口舌，並引用法規解釋才得以平等對待。教育部也於 2019 年 7 月 23 日訂定發布《高級中等教育階段非學校型態實驗教育未取得學籍學生受教權益維護辦法》，明確保障無學籍高中自學生的權益，範圍涵蓋身心障礙、特教、健康、保險、參與比賽、學費減免優惠、就學貸款、升學保送優惠、參與觀賞校外比賽補助、校外職場參觀實習補助、轉銜服務、國軍入學等（如下表所列）。

表 12 《高級中等教育階段非學校型態實驗教育未取得學籍學生受教權益維護辦法》
主要權益內容

權益類別	內容
身心障礙與特教	身心障礙學生支持服務與考試服務、特教鑑定等
健康與保險	團體保險、健康檢查、預防接種
參與比賽	平等參與各類比賽
學費減免、優惠、就學貸款	學費減免（軍公教遺族、身心障礙、原住民、中低收入戶、特殊境遇、經濟弱勢、軍人家屬）、就學貸款、軍公教員工子女教育補助、子女教養優惠（意外特種勤務、警察）
升學優惠、保送	升學優惠（蒙藏學生、離島地區學生、運動成績優良、身心障礙）、甄審及保送入學（技藝技能優良、奧林匹克數理競賽、科學展）
轉銜	轉入學校及從寬認定採認學分
國軍、兵役	國軍入學、申請援徵常備兵役
其他補助	補助參與觀賞運動競技或表演、校外職場參觀及實習、

同時，無學籍自學生可獲得相等於一般高中職學生的學費補助經費，來支付自學所需的費用。補助的金額，主要是根據教育部每年公佈的《高級中等學校 108 學年度學費收費數額表》，教育局處再依照自學生的科別（普通科或技術科）、家戶年收入與戶籍別核發。以下為 2019 年度的補助金額列表。

表 13 高級中等教育階段各科別按家戶年收入的補助金額

類別	每學期最高補助金額（新臺幣元）	
	家戶年所得總額 148 萬元以下	家戶年所得總額 超過 148 萬元
高中普通科	23,484	5,684
高職（藝術群科以外）	23,484	
高職（藝術群科）	34,567	

資料來源：依據高級中等學校 108 學年度學費收費數額表 - 臺教授國部字第 1080078783A 號公告。另外，其家戶年所得總額超過新臺幣（以下同）148 萬元，且未獲得免學費補助或差額補助者，核給私立高級中等學校定額補助，依戶籍別申請，如臺北市 6,000 元。

4.13 自學的轉換與銜

當自學遇到「轉變」，或到了特定的「銜接點」如畢業，可以怎麼處理？接下來的這一章節，將會討論自學時可能遇到的各種「轉變」與「銜接」。

首先，自學可能遇到的轉換，主要包括自學過程中可能遇到的各種情況的變化，如搬家、從個人自學轉到團體或機構（或反之）、又或者回到學校等。自學存在某種程度的不確定性。比方說，選擇實驗教育團體和機構，可能遇到實驗教育理念不合等問題而必須要做出轉銜的決定。選擇個人自學，也可能遇到各種各樣無法預知的可能性。

至於自學的銜接，則是指完成高中教育階段自學之後的出路，主要的包括升學、就業，也可能包括其他不同的生涯規劃選項如 gap year 等。

■ 搬家、遷戶籍 ■

每個人具有自由移動或遷徙的權利，搬家本來是天賦人權。只是，在現代國家政治體制的運作下，臺灣國民搬家可能涉及到戶籍的變更。同時，教育事務屬地方政府權責之一，不同的地方政府具有不同的教育政策。因此，進行非學校型態實驗教育計畫的自學生，在搬家時需要注意以下幾種情況。以下的情況（遷戶籍、轉換自學方式）僅針對國民中小學階段的自學生來說明，這是因為臺灣實行九年義務教育，六歲至十五歲（國中小階段）的國民因「強迫入學條例」規定需接受教育，高級中等教育階段的學生則不在此限。

首先，正在進行個人自學，且在遷戶籍之後也打算以個人自學的話，實驗教育計畫申請人（通常是家長，或已成年的自學生）須先向原

縣市教育主管機關申請轉出。拿到轉出證明公文後，按照遷入戶籍的地方政府轉學辦法規定，於取得轉出證明公文的3天內向遷入戶籍地方政府教育局處申請轉入。3天之依據，主要是根據非學實驗教育條例第15條第4項，強迫入學條例第8-1條。一般的情況下，地方政府教育局處會追認原縣市所通過的實驗教育計畫，讓自學生繼續自學，直到下一期的實驗教育計畫申請期程，重新在遷入的教育局處申請新的實驗教育計畫。除非，原縣市所通過的實驗教育計畫有於跨縣市轉銜後有重大窒礙難行之處，教育局處再視情況請學生先回設籍學校就讀或採隨到隨審方式辦理。

■ 轉換自學方式 ■

如果自學生在進行實驗教育計畫過程中，面對轉換自學方式的情況（如從個人自學轉換成加入團體共學）時，則需要看是否「產生新計畫」來決定處理方法。以上述的例子來看，如果從原本個人自學，換成加入現有的團體共學，而該團體本來就根據經審議會通過的實驗教育計畫進行共學，只涉及新增一位學生，並不需要一個新計畫來進行實驗教育，因此不算是「產生新計畫」。反之，如果一個團體共學的學生，決定退出該團體，同時不打算加入任何團體或機構，而選擇個人自學的話，則涉及到「產生一個新計畫」。下表整理出八種是否「產生新計畫」以及是否須重新審議的情況。

表 14 實驗教育轉換自學方式的八種情況

原	轉	新	是否產生新計畫	是否需要重新審議
個人	→	團體	否	不需
團體	→	機構	否	不需
個人	→	機構	否	不需
團體	→	團體	否	不需
機構	→	機構	否	不需
機構	→	團體	否	不需
團體	→	個人	是	需要
機構	→	個人	是	需要

因此，參與實驗教育機構或團體或個人自學者，於學期開始後，原則上得隨時轉入其他機構或團體。只有上表的最後兩種情況（從團體或機構，轉換為個人自學者），原則上仍須回設籍學校就讀，並配合接下來的實驗教育申請期程，提交個人自學計畫後才能自學。無論如何，對於特殊需求的學生，可根據特殊教育法第 24 條請地方政府協助安排。實務上，目前有些地方政府針對特殊需求學生提供隨到隨審的機制。另一方面，若團體的人數變化超過三分之一，團體負責人須向教育局處申請計畫變更。

■ 回到學校 ■

自學生在進行實驗教育計畫時，有兩種情況須回到學校就讀。第一種是申請人（家長或成年自學生）個人自己決定。申請人可能因種種情況，無論是自學的阻力或學校的吸力，而自己決定回到學校。所謂自學的阻力，主要是指自學生和家長在開始自學後，發現自學並不如自

已期待般。比方說，自學需要比在學校受教育時，具有更高的主動性，無論是尋找學習資源和同儕，比較不適合被動等待的個體。當然，自學生被動等待的情況，也可能如 2.2 章節所說正處於自學動機轉變的初始階段。有些家長可能擔心自學生缺乏動機的情況持續太久而選擇停止自學。至於學校的吸力，則是指自學生或家長在自學過程中，發現學校的優勢，如學校的同儕群體等，而自己選擇回到學校。

第二種情況，則是審議會訪視之後認為結果不佳，並依非學條例第二十一條第三項限期改善不果後，經審議會審議通過廢止其實驗教育的許可。雖然第二種情況比較少見，實際上也確實發生過審議會廢止非學校型態實驗教育機構的許可。

無論什麼原因，義務教育階段的國中小自學生在停止實驗教育計畫後，根據 強迫入學條例，須回到原學區設籍學校上課。而高級中等教育階段的自學生，因不受前述條例所限，在停止實驗教育計畫後無法自動回到學校上課。如該學生打算重新回到學校（無論是高中、高職等），則須先向教育局處申請停止實驗教育計畫（等同於休學），再依《高級中等學校學生學籍管理辦法》，向擬就讀的學校申請轉學。

另外，如同 6.10 章節所示，有意取得完成實驗教育證明的高級中等教育階段自學生，須注意其資格與條件（至少須完成一年半的實驗教育計畫，且成果報告書經審議會核定通過等）。

4.14 高級中等教育階段自學後的銜接

在完成國中小及高級中等教育階段的實驗教育之後，自學生一般會銜接到哪裡的類似問題，相信也是剛認識自學的讀者最為關心的一件事。無論是自學生自己，或是家長都希望了解目前高中職自學生畢業之後的出路。從 2015 年實驗教育三法通過至今，教育部統計處每年通過各校輔導單位追蹤調查的《高級中等學校應屆畢業生升學就業概況》，並不包含設藉地方政府教育局處的非學校型態實驗教育個人、團體與機構的高中職畢業生。目前，除了各實驗教育團體或機構基於瞭解辦學績效或關心孩子出路而各自進行追訪之外，目前應沒有任何系統性的追訪的調查研究，來瞭解自學生的去向分佈。無論如何，這裡將會根據目前常見的幾個出路方向進行大致的說明。

■ 國外升學 ■

在臺灣整體重視升學的大環境中，繼續升學似乎是自學生其中一個重要的選項。無論如何，一些自學生因經歷一段學習動機轉變以及不同的學習經歷，對於升學方面有自己明確的方向和目的。自學生的升學去向中，主要包含了國內和國外兩種。國外的升學，基本上都可憑著完成實驗教育證明書（如 6.10 章節中可向教育局處取得外文版），向國外各大學申請入學。實務上，有些國家的大專因不瞭解自學或實驗教育，須申請人出示更多來自教育部的說明文件加以佐證完成實驗教育證明書的效力等同於高中階段畢業證書。

■ 國內升學 ■

至於國內的升學管道，目前常見的自學生升學管道包括「特殊選

才」和「甄選入學 / 個人申請」這兩種。特殊選才是目前唯一不以學測或指考為申請資格的大學入學管道。特殊選才，顧名思義為改善現行大學多元入學制度難以鑑別部分具有特殊才能、經歷或成就的學生，讓大學自主決定招生方式來錄取該類真正具有潛能的學生（教育部，2019）。由於自學生的實驗教育計畫不以課綱為主，也因此高中自學生不一定在高中實驗教育計畫中準備學測或指考。因此，近年來成為自學生趨之若鶩的升學管道。近年來，自學生通過特殊選才入學的消息似乎佔據相當大的新聞版面。不過，根據一項統計調查，2018 年國內大學通過特殊選才管道錄取的實驗教育學生僅有 26 位，約佔全部名額的 5%（鄭同僚、詹志禹、陳嫻霓、程靜勤，2019）。而且，這 26 位實驗教育學生，除了個人自學生，也包含實驗教育學校、公辦民營學校、以及非學校實驗教育機構的學生。以上情況，除了顯示大學對特殊選才的招生對象不僅面向實驗教育學生的現實，也有待實驗教育學生有機會展示其特質，讓大學招生單位所看見。

■ 大學與四技二專的分流多元入學 ■

高中階段的自學生在申請實驗教育計畫時，即分為高中組及高職組，兩組升學管道不太一樣，建議在準備升學前的高中教育階段瞭解自己當時的志向是往一般學術研究升學發展或是往實作技術職業類科的科技大專校院發展（以下簡稱四技二專）。在選擇大專校院時的升學申請或報考，亦依高中組或高職組的不同而有不同的分流管道。在確定個人升學意願後，若在兩組（大學 / 四技二專）的特殊選才放榜不理想時，接下來的進路在高中組一般循「個人申請」、「分發入學」，在高職組循「四技二專甄選入學」、「四技二專聯合登記分發」的管道。對於升大學者參加的是「學科能力測驗」簡稱學測，對於升四技二專者參加的是「統一入學測驗」簡稱統測。

■ 繁星推薦與特殊選才 ■

大學多元入學及四技二專多元入學的升學進路中皆有「繁星推薦」及「特殊選才」。繁星推薦適合在校名列前茅，和人數較少的學校學生，除了學測成績外，也看重在校排名百分比。每所大學的學群對個別高中所開放名額非常有限，在高中職校內競爭非常激烈，幾乎是需要有參加班級排名、全校排名至少前三的學生才有機會獲得推薦。若實驗教育學生要參與繁星，依據《大學繁星推薦入學招生規定》第二條第2項及第5項之規定，會被學校基於考量全校學生的成績評比一致性要求而必須配合參與學校各項考試。因此，不在學校內全程學習或是部分參加學校課程合作或升學輔導合作的實驗教育學生，通常會以選擇放棄繁星以提高高中職校協助自學實驗教育合作計畫的意願。

另外一個開放實驗教育學生的升學管道是「特殊選才」。不過，依據109年各校招生簡章的分析，可以發現辦理特殊選才的大學在招生簡章中也同時招收：1. 具有單一學科的能力天賦，如單科天才或單科資優者、2. 具有藝能類的才藝專長、3. 具有創新能力與思維，或卓越的領導能力學生、4. 有特殊優良行為者、5. 逆境向上學生（如：離島、偏遠地區、特殊境遇家庭）、6. 不同教育資歷，如：境外臺生、新住民及其子女、經濟弱勢學生、實驗教育學生、持ACT（美國大入學考試）或SAT（學術能力測驗）的同學。這意味著選擇特殊選才管道的實驗教育學生，仍須與上述這幾類學生競爭有限的名額。這也說明了2018年錄取率調查所顯示，實驗教育學生錄取率只佔所有特殊選才名額約5%的原因。在特殊選才時程方面，大學端的特殊選才會比四技二專的特殊選才稍早半個月，實驗教育學生申請報名時須注意不同分流時程。

■ 大學多元入學管道 ■

大學端的「個人申請入學」或是「考試分發」管道須注意的是都需要先報名參加英語聽力測驗及學測。許多大學校系招生中會自訂要求「高中英語聽力測驗」成績須達到某一程度的檢定標準（如：A 級或 B 級）。若考生未來志向是重視英語能力的大學系所，需注意在每年的 10 月～12 月報考參加高中英語聽力測驗（簡稱英聽測驗）的時程，之後才是參加隔年 1 月中的學科能力測驗（簡稱學測）。有特殊體育音樂美術等藝能者，則需參加 1～2 月的術科考試，學生具備依大學學系招生要求的英聽、學測、術科考試（個別需要時）成績後，再向個別大學院校提出個人申請。各校系即會依上述測驗成績進行第一階段的篩選，通過各校簡章中要求的篩選成績後才有機會進入第二階段的個人申請入學甄試。設藉學校的高中階段自學生，可通過學校報名英聽、學測，而學籍掛縣市教育局處的高中階段自學生，可以洽詢各地縣市非學承辦人或各縣市非學校型態實驗教育審議的網頁查詢相關考試時程，透過實驗教育團體或個人方式直接向大考中心報名。若個人申請校系的結果不盡理想者，也還可接續「考試分發」管道，在五月報名參加指定科目考試（簡稱指考），然後循分發入學的管道繼續升學。其實，確立繼續升學之後的高中自學生，多數仍循參加學測與分發入學之管道升學（鄭同僚、詹志禹、陳嫻霓、程靜勤，2019），與一般學校高中職學生並無太大差異。下圖為大學多元入學管道的時間流程示意圖供自學生參考。每年的大學多元入學管道流程和相關時間會有調整，請參考教育部大學多元入學升學網站的最新資訊。

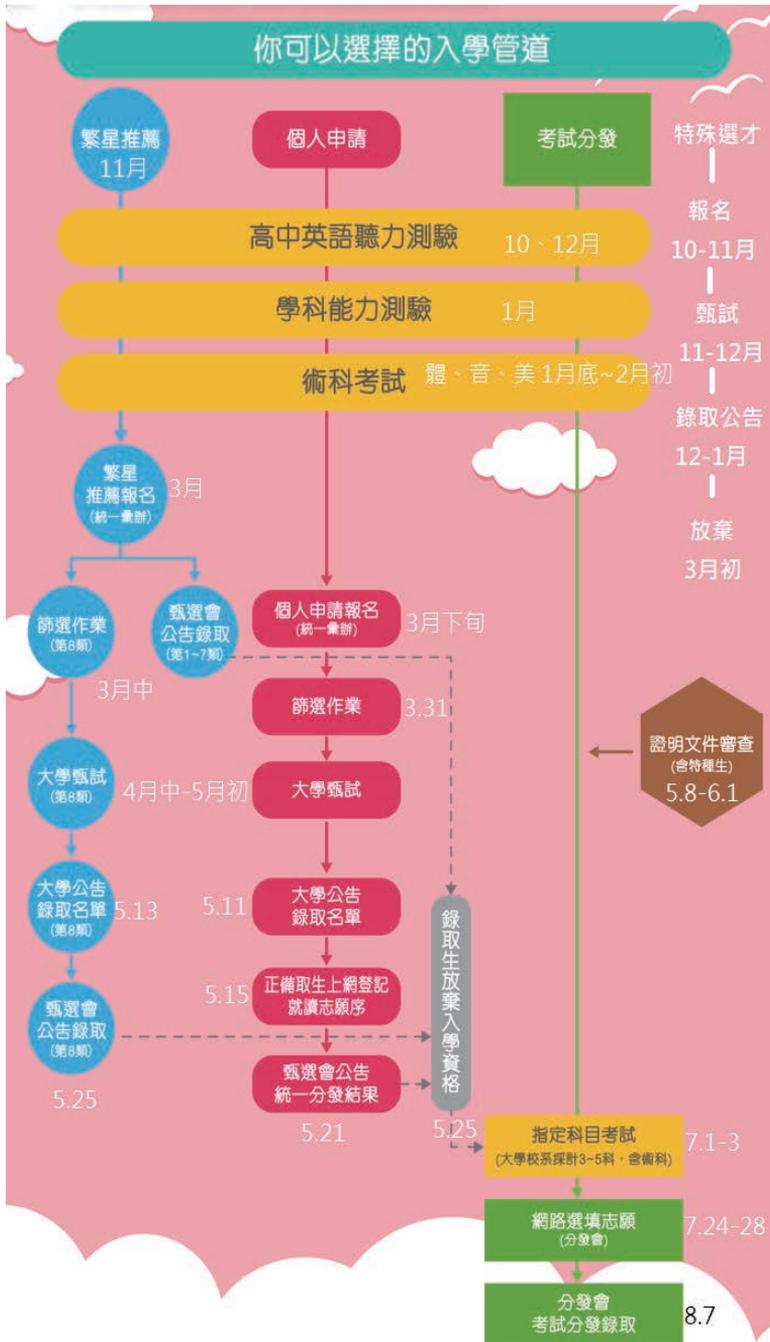


圖 7 高中升大學的多元入學管道

資料來源：109 年大學多元入學升學網（2020）。<http://nsdua.moe.edu.tw/>

■ 技專校院（四技二專）多元入學管道 ■

相較大學入學管道，四技二專入學管道的選擇顯得更為多元，提供應屆的高職組畢業生、非應屆及具同等學力者報考。四技二專的升學進路在過去幾年中似乎較未被實驗教育學生注意到。其實，對於會選擇參與實驗教育的學生而言，一部分學生在學習風格上較傾向於實作、體驗式的學習。因此，在高中教育階段的實驗教育計畫申請中，選擇高職組，銜接四技二專的升學進路，不失為另一個可以思考的升學方向。

由於四技二專重視各種職業技藝才能，因此在免統測考試成績的升學路徑上，比起大學升學原有的繁星或特殊選才，多了「技優保送入學」與「技優甄審入學」兩種。技優保送入學條件是參加各種國際或全國技藝技能競賽前三名獲獎者，或是正備取的國手級學生；而技優甄審訴求招生對象則是參加技藝或技能競賽得獎，或是取得各種乙級以上技術士證者。至於哪些是四技二專升學管道認可的國際或全國競賽，或是相關能夠於升學加分的語文檢定，可搜尋以下關鍵字如「四技二專甄選入學招生證照優待加分採認民間語文檢定項目」、「四技二專甄選入學競賽類別優勝名次及證照等級優待加分標準表」、「四技二專甄選入學招生認可之中央各級機關及直轄市政府主辦之全國性技（藝）能競賽」或在技專校院招生策略委員會的網站中 (<https://www.techadmi.edu.tw/page.php?pid=3>) 可查詢到。因此若是自學生在各特定領域學有專長，可考慮在高級中等教育階段的實驗教育計畫中，將取得相關技藝或技能競賽或是技術士證等學習活動納入實驗教育計畫中，以利未來順利銜接此類重視技藝技能的職業類群科的升學管道。

另外，四技二專的多元升學還特別為原選讀高中組學生開了一條「四技申請入學」的進路，讓高中學生轉職業類科技專院校者升學技職類型的科技大學。這條管道允許報考的高中組學生，以參加學科能力測

驗的成績來申請，但僅限普通類高中生符合四技申請入學資格者，相關詳情請見當年度簡章。

當高職組學生經過以上特殊選才、技優保送、技優甄審都未盡理想時，則一樣須在五月報考參加專屬高職學生的統一入學測驗，取得測驗成績後經過申請「甄選入學」。若甄選入學放榜不理想者，可再循「四技二專日間部聯合登記分發」入學，在聯合登記分發之後還有「日間部獨招」與「夜間部獨招」。

以目前臺灣普遍少子化的社會趨勢下，現有各大學技專校院的招生名額，已經大於每年的報考學生人數，再加上國內大學、四技二專推行多元入學管道的措施，若自學生能於國高中階段，甚至國小高年級階段探索個人未來志向選擇，預備自己未來升學就業所需之能力，在升學的進路上將可找到適合自己志向的學校就讀的。下頁圖為四技二專多元入學管道的時間流程示意圖。每年的四技二專多元入學管道日期都會有所調整，請參考該圖的相關網站，以瞭解最新時程。

四技二專升學管道流程圖

*畢業生含應屆、非應屆及同等學力

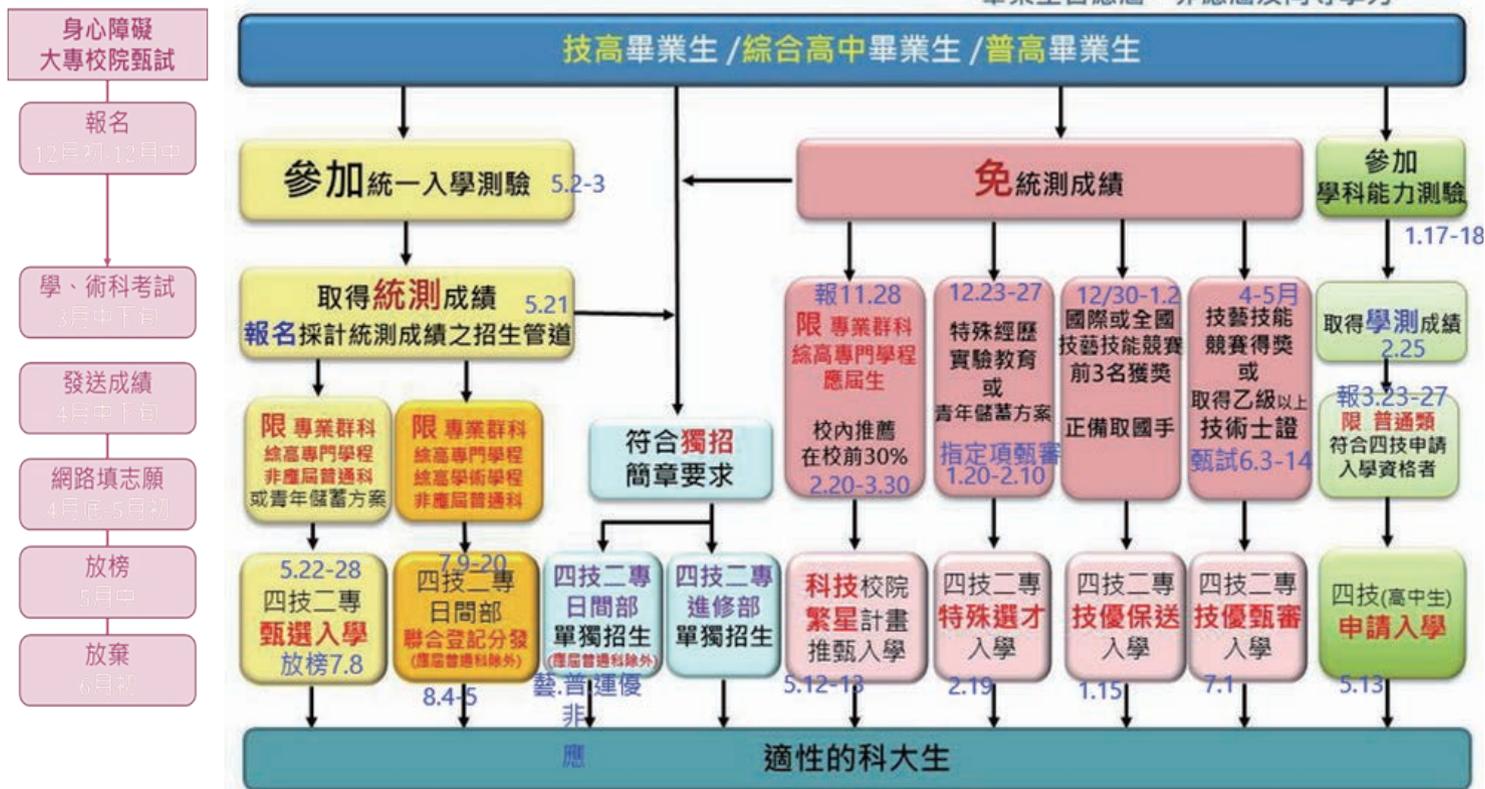


圖 8 四技二專升學管道流程圖

資料來源：技專院校招生策略委員會網站 <https://www.techadmi.edu.tw/>

■ 身心障礙大專校院甄試 ■

在實驗教育學生中亦有不少的特殊學習需求學生，如果學生領有身心障礙手冊，或是經學校特教鑑定安置鑑定為具特殊教育學生身分者，在升大學時還有另一條「身心障礙大專校院甄試」的途徑。此管道分為大學組與四技二專組，兩組之下又各別分為視覺障礙、聽覺障礙、腦性麻痺、自閉症、學習障礙、其他六類報考。考生須依所持有的相關特殊證明文件類別分類報考。此管道兩組的報名與考試期程統一，僅就分組分類在不同考區，同時間於每年三月考試，四月中放榜。身心障礙甄試在時程上稍晚於特殊選才。若實驗教育學生具有特教生或身心障礙身分者，建議在高中職教育階段維持與學校就特殊教育升學輔導的部分合作關係，包括在申請實驗教育計畫時的實驗教育計畫和合作計畫中載明學生需要相關升學輔導的支持性服務，即可於每年升學準備過程中，由設籍合作的學校協助一同報名此一「身心障礙大專校院甄試」。若未與學校合作者，則須由個人注意升學報名時間，或洽詢各地方教育主管機關，請求升學輔導相關諮詢或協助。此管道的報名及甄試時程，亦特別整合於本手冊大學生學管道及四技二專升學管道流程圖中。

■ 搭配青年教育與就業儲蓄帳戶方案與青年體驗學習計畫的升學配套 ■

有鑑部分高中職學生多以升學為導向，忽略個人性向與特長，且出現就業後的學用落差情況。因此，總統蔡英文亦表示，學生 18 歲畢業後不一定要急忙考大學，可以先去工作或到非政府組織（NGO）當志工進行體驗等。經過社會歷練之後重返校園，會更加清楚自己所追求的目標。

教育部為落實總統教育政策，自 2016 年起跨部會合作推動「青年

教育與就業儲蓄帳戶方案」(以下簡稱青儲方案)及「青年體驗學習計畫」,以鼓勵高中職應屆畢業生透過職場、學習及國際體驗,探索並確立人生規劃方向。「青儲方案」及「體驗學習計畫」的申請時程約為每年的11月至3月。若學生申請「青儲方案」通過,並經勞動部就業媒合成功與企業面試甄選錄用,參與兩年計畫者至少累積600日以上,三年計畫者至少累積900日以上的青年,於計畫期程結束後,可領取教育部為青年開設的青年儲蓄帳戶兩年領24萬或三年領36萬。不過,選擇參與青年體驗學習計畫者則沒有儲蓄帳戶的補助。青年完成兩年或三年的「青儲方案」及「體驗學習計畫」後,仍希望升學進入大學或四技二專,教育部為參與青儲方案或體驗學習計畫者,規劃了包括特殊選才、甄選入學(四技二專)、個人申請(大學)各管道的升學配套(如下圖)。

五、109學年度就學配套規畫

特殊選才

甄選入學

彈性選系

- 入學管道：一般大學及技專校院採**共同聯合招生**
- 招生方式：免持統測或學測成績，透過書面審查(含雙週誌及體驗學習報告書)、面試或實作測驗等方式參加甄試

- 入學管道：由校系採**分組招生**
- 招生方式：**第1階段**持原畢業學年度統測或學測成績作為篩選或檢定依據，**第2階段**甄試項目著重於體驗資歷(含雙週誌及體驗學習報告書)

- 入學管道：返校擬**變更原畢業年度錄取學系**，於學校規定期間持體驗資歷申請轉系
- 申請資格：已考取大學辦理保留入學資格，或休學者

17

圖 9 青年教育與就業儲蓄帳戶方案就學配套(一)

五、109學年度就學配套規劃



圖 9 青年教育與就業儲蓄帳戶方案就學配套（二）

資料來源：教育部青年發展署 109 年度「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」簡報 <https://www.yda.gov.tw/>

■ 大學是否可以自學 ■

最近，關於大學能否自學的議題，也經常出現在媒體的版面上。實際上，大專以上的學生，在學習和生活等各方面基本上具有很高的自主權，本質上就是一種自學的型態。從選修課、社團活動、課表安排、授課教師的選擇等，都仰賴自己選擇與安排自己的學習與生活。

無論如何，2018 年實驗教育三法修法時，《學校型態實驗教育實施條例》已修正為可辦理專科以上的實驗教育，同時立法院教育與文化委員會也在修訂《公立高級中等以下學校委託私人辦理實驗教育條例》

請教育部研議公辦民營延伸到專科以上階段的可行性。而截至 2019 年 10 月為止，尚未有任何一所辦理實驗教育的專科以上的大學。媒體所報導的「大學實驗教育」，主要是指透過特殊選才管道進入幾所大學的自學生，在該大學根據《大學法》的框架下所進行的一種創新。有的大學則大一不分系，或下調必修學分至 28，並容許入學的自學生自由選修不同院系的學分，有的大學甚至請學生自組學習小組，經校內審議通過後即可修課。這些相對目前一般大學較為創新的舉措，都是在不超越《大學法》規範內容的大學內部調整，與「實驗教育大學」可排除《大學法》的部分條例的模式不同。

事實上，《學校型態實驗教育實施條例》與《學校型態實驗教育實施條例》所載明的實驗教育大學，其實是指向具有某種有別於臺灣現行大學的教育理念與做法的大學。舉個例子，美國的 Tufts University 有一所 Experimental College，其院務會議成員超過一半由學生組成（目前臺灣《大學法》規定校務會議成員教師須至少二分之一），除了一般教師授課，連研究生和大三大四的學生也可以開課供選修。另外，法國有一所電腦程式設計學校——School 42，不僅入學無須高中文憑，也不會頒發畢業證書，更沒有教授，是一所學費全免非營利，學生主要通過自學和同儕共學的學校。總而言之，臺灣本土的實驗教育大學尚未出現，讓我們期待未來的實驗教育大學吧。

■ 就業 ■

如上所述，雖然缺乏確實的統計資料證明，但比起整體高級中等學校應屆畢業生升學的比例（2017 年約 82.64%），實驗教育的學生選擇就業和創業的比例可能較高。這是因為自學生在相對開放的自學環境中，通過不同的機會接觸和認識各種職業，從而確立個人的興趣志向。

因此，有些自學生在完成高中階段的實驗教育計畫之後，就選擇直接投入職場就業，甚至創業。

近年來，在臺灣普遍出現大專畢業生「學用落差」或「學無以致用」的情況下（行政院青年輔導委員會，2006；張峰彬，2016；李建興，2018），政府鼓勵應屆高中畢業生不必直接升學，而是進入職場就業或到非政府組織體驗。教育部青年署通過「青年就業領航計畫」，通過各種補助與青年儲蓄的方式，兩方面鼓勵廠商和應屆高中畢業生媒合就業。進入職場工作兩年至三年後，可以選擇申請進入大學就讀或創業，其青年儲蓄的金額將可作為升學經費或創業金。事實上，也曾有高中自學生申請透過進入職場就業，或到職場實習的案例，且獲得審議會通過其計畫。換句話說，高中自學生有機會在更早的時間進行自我生涯探索。有些家長或審議委員擔心自學生過早加入勞動市場，弊多於利，因此對自學生以職業和實習為主的實驗教育計畫持反對意見。其實，教育部青年署的「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」所規劃的配套措施中，清楚說明生涯規劃應該往下扎根，鼓勵國中從7年級開始辦理社區職場參觀，到9年級辦理技藝教育課程選修。另外，勞動力發展署的「青年就業旗艦計畫」與「產學訓合作計畫」，雖然性質與進行方式有所不同，但其共同點是鼓勵15歲以上29歲以下青年，透過直接僱用的職業訓練之機制，提升青年務實致用之專業技能。而根據《勞基法》規定，雇主不得僱用未滿15歲的工作者，除非已過國中畢業或經主管機關認定其工作性質及環境無礙其身心健康。因此，自學生，特別是高中階段的自學生，理應更有條件在進行生涯探索的前提下進入職場就業或實習。當然，以上任何年齡的青少年進入職場前，應給予充分的勞動權益與職業安全的資訊說明。

■ 社會體驗 ■

除了升學和就業之外，完成高中階段實驗教育計畫的自學生，可能不像一般高中畢業生到社會體驗，如進入非政府組織當志工，或壯遊等。最主要的原因，如第 8 章自學生的故事所展示，一些自學生在高中或更早之前利用實驗教育計畫期間，通過參與志工獲得社會體驗的經歷。有些自學生則通過創立非營利組織，親身參與社會議題的互動。因此，可以預料到教育部青年署所推行的國際體驗學習計畫，應該鮮少接到自學生的申請。

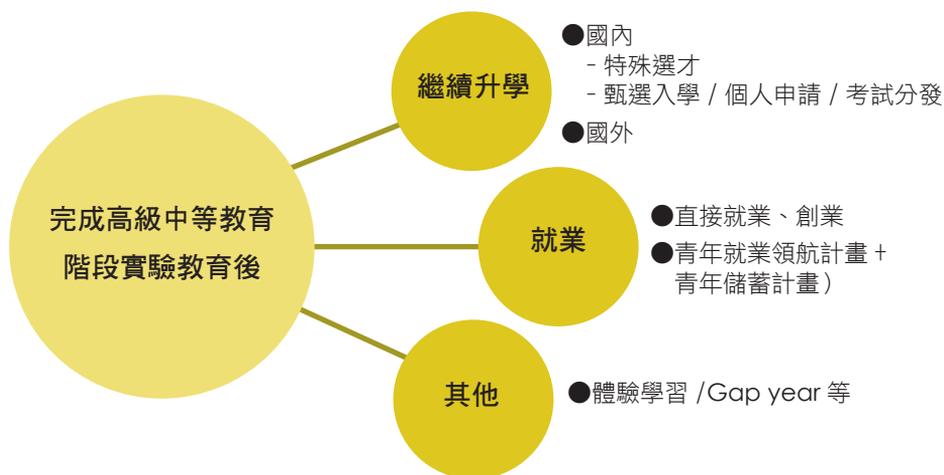


圖 11 高級中等教育階段自學生的去向圖

總的來說，完成高級中等教育階段的自學生，其出路基本上和一般學校畢業生一樣，除了可通過特殊選才、甄選入學、個人申請等管道在國內大專院校繼續升學，也可繼續到國外升學，或選擇就業或社會體驗等（如上圖）。比較特別的是，因為申請者可自行提出計畫（須經審議會通過），相對比較能在一般公私學校制度外進行更多客制化的安排，如配合個人生涯探索需要而提早進行職場體驗等。

5.

自學生的常用學習資源



生活中各式各樣的事情都是值得學習的資源，因此我們實在無法將他們全部列上。以下所整理的總表，希望能提供你一些指引和參考。若有其他感興趣的資訊或領域不在表上，歡迎用「關鍵字」在網路上搜索，也可使用不同搜索引擎，會得到意想不到的資訊！

* 小技巧：

1. 可上網學習“關鍵字搜索技巧”
2. 搜索引擎列表：[https://zh.wikipedia.org/wiki/ 搜尋引擎列表](https://zh.wikipedia.org/wiki/搜尋引擎列表)

5.1 學習資源整理總表

表 15 學習資源整理總表

	國小	國中	高中	18 歲以上
綜合學科能力	(線上) 均一教育平台 可汗學院 PaGamO LearnMode 學習吧 ewant 育網開放教育平台 網易公開課 Coursera Crash course (線下) 學次方 時習教育工作室 啟萌教育 各縣市社區大學			
國語文	奇異果文創 深崛萌 地表最強國文課沒有之一 慕陽人一對一指導 亮語文創教育有限公司			
語言學習	阿滴英文 VoiceTube Memrise Duolingo Lerner!			
數理邏輯	洋蔥數學 數學想想國 數感實驗室			

	國小	國中	高中	18 歲以上
人文 社會	玩轉學校 台灣吧 巷仔口社會學 故事－寫給所有人的歷史 法律白話文運動			青平台慕哲政經塾 The School of Life Taipei
自然 科學	樂研數理實作教室 Kurzgesagt Google Earth	LIS 線上教學平台 國立臺灣科學教育館青少年跨域 整合人才培育計畫 HASSE 太空學校		
程式 語言 / 科技	橘子蘋果兒童程式學苑 RE-FUN 玩轉教育 Fablab Taipei Scratch			
藝術	小盒子藝術教育 各縣市劇場課程 勇氣即興劇場 人文展賦劇團 Music2Gather Skill Share			
體育	各縣市國民運動中心 武林文創 野雪塾 雲門舞集			
食農	上下游 農傳媒 食力媒體 農民學院 線下課程：自然農法、樸門永續設計 WWOOF			

	國小	國中	高中	18 歲以上
綜合技能學習	Hahow 得到 喜馬拉雅 FM 課外通 Accupass KKTIX 雜學校			Yotta
創意創新創業	奇德王國		MaD Asia 亞洲創不同年會	Q School WorkFace Taipei 社會創新實驗中心 混沌大學
行動學習	DFC 全球孩童創意行動挑戰	富邦青少年圓夢計畫	教育部青年發展署 青年體驗學習扎根計畫 夢想騎士 社團法人國際城市浪人育成協會 橘子關懷基金會：大夢計畫、夏日學園計畫	青年迴響計畫 Rethink2027 鹿樂 世界公民島 Fun 大視野想向未來青年創新實踐計畫 KEEP WALKING 夢想資助計畫
國際參與			雙橡海外教育 IDEC 國際民主教育論壇	Young 飛全球行動計畫 iYouth 青年國際圓夢平台 Skyline 國際機會平台 Au Pair Projects Abroad

	國小	國中	高中	18 歲以上
生涯 探索	Baby Boss	職人 SHOKUZINE See more 教育	拆框工作坊 上學好日子 時光旅 圖 -TimeMap 科 系探索與生涯教育 協會 啟夢教育諮詢協會 接棒啟蒙計畫 104 工作世界 青年職涯發展中心	Draft 下一張
公民 參與	沃草 GOV 零時政府 教育部青年發展署 公共事務青年人才培育 教育部青年發展署 青年好政聯盟			
情感 教育	失戀花園、失落花園 哇塞心理學 愛心理			

5.2 分類學習資源與詳細資訊

5.2.1 綜合學科能力

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
均一教育平台	國小到高中	線上，免費	均一教育平台是一個致力於發展個人化學習的線上教育平台，目前提供中小學、高中的線上教育資源，包含教學影片與練習題。課程範疇包括國小到高中數學、自然，互動式英文學習，目前有超過 1 萬 2000 部教學影片，超過 4 萬 4000 題習題。 網址： https://www.juniacademy.org/
可汗學院	國小到高中	線上，免費	提供一系列免費教材，現於 Youtube 載有超過 5,600 段教學影片，內容涵蓋數學、歷史、醫療衛生及醫學、金融、物理、化學、生物、天文學、經濟學、宇宙學、有機化學、美國公民教育、美術史、宏觀經濟學、微觀經濟學及電腦科學。 中文網址： https://zh.khanacademy.org/ 英文網址： https://www.khanacademy.org
PaGamO	國小到高中	線上，免費	PaGamO 是線上遊戲學習平台，提供多元優質的題庫，涵蓋英文學習、證照考試等，逾 50 萬玩家一同學習競爭。遊戲透過回答題目來攻佔領地，結合知識力與策略性，豐富學習體驗！ 網址： https://www.pagamo.org
Learn Mode 學習吧	國小到高中	線上，免費	整合內容與學習工具的開放式教學平台，將知識系統性的組織起來，提供學習素材與學習評量資源，讓學生自主學習。 網址： https://www.learnmode.net
ewant 育網開放教育平台	國中以上	線上，免費	由交通大學主導的開放式課程平台，讓台灣各大專院校都能夠相互提供精彩的通識教育課程。部分課程付費並參與線下認證考試通過後可取得學分。 網址： http://www.ewant.org

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
網易公開課	國中以上	線上， 免費	網易公開課提供國內外名校廣泛學科的公開課，亦有TED 與名人演講影片。 網址： https://open.163.com/
Coursera	國中以上	線上， 免費	Coursera 與世界頂尖大學合作，免費提供網絡公開課程。若想獲得修課認證可選擇付費或申請獎學金，有些大學亦承認其作為學分。 網址： https://zh-tw.coursera.org
Crash course	國中以上	線上， 免費	Youtube 教育頻道，涵蓋各領域的速成短片，一集平均 10 分鐘，包含：世界歷史、生物學、化學、心理學、經濟學、哲學、社會學、人文地理 等。 英文原網址： https://www.youtube.com/user/crashcourse 中文翻譯網址： https://www.bilibili.com/tag/242828
學次方	國小	線下， 付費	學次方提供三大類型的教育服務，分別為主題式課程、工作坊、桌遊。在三峽經營線下教室，設計不同主題的跨領域課程，以遊戲、體驗的方式規劃教案，希望培養小孩「自我學習、解決問題」的能力。 網址： https://medium.com/learn4power-tw
時習教育	國小到國中	線下， 付費	時習教育致力於重新定位「學科」在「生活」中的意義與連結。對「國小階段」做親子共學課程活動，對「中學階段」則以團體／學校為單位，提供知識遊戲化的營隊或工作坊。 網址： https://eduinlife.wixsite.com/lifeinlife
啟萌教育	國小	線下， 付費	啟萌用五大領域及引導式教學，帶孩子探索世界，觀察並記錄孩子不同的特質，讓孩子隱藏的專長能被看見，進而幫助孩子發現自己的天賦！ 網址： https://groupbe.com.tw
各縣市社區大學	18 歲以上	線下， 付費	整合內容與學習工具的開放式教學平台，將知識系統性的組織起來，提供學習素材與學習評量資源，讓學生自主學習。 網址： https://www.learnmode.net

5.2.2 國語文

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
奇異果文創	國中以上	線上＋線下，付費	奇異果文創是一間嘗試各種出版創新可能性的出版社，結合桌遊、實境遊戲、動漫講座、市集、與工作坊。 網址： https://www.facebook.com/kiwifruitstudio/
深崛萌	國小到高中	線上，付費	國文教育改革聯盟，深耕文學與語文教育議題，編新版國文課本。 網址： https://www.facebook.com/digdeeply.mo/
地表最強國文課沒有之一	國中到高中	線上＋線下，免費＋付費	一位教育工作者嘗試分享各種教學方式、建構式的教材，以及使用效果和相關的衍伸問題，希望能找到一些突破現有教育體制的契機。 網址： https://www.facebook.com/megachineseclash/
慕陽人一對一指導	國小到國中	線下，付費	課程使用翻滾海狸工作室的教材。翻滾海狸由致力於國文轉型的教師組成，以遊戲為形式、啟發為內涵。 網址： https://www.facebook.com/shepherd.neihu/
亮語文創教育	國小到高中	線下，付費	為孩子量身打造適合的課程，透過「生活觀察、營隊體驗、書刊發行、文創設計、藝術展覽、產學合作」等方式打造孩子的學習舞台。 網址： https://shininglife99.weebly.com

5.2.3 語言學習

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
阿滴英文	國小到高中	線上，免費+付費	透過影片分享各種有趣又有效學習英文的方法。 網址： http://youtube.com/rayduenglish
VoiceTube	國小到國中	線上，免費	上萬部 YouTube 影片，搭配中英文翻譯字幕與英漢字典，方便掌握日常對話、瞭解單字的發音與用法。 網址： https://tw.voicetube.com
Memrise	國小到高中	線上，免費	線上，免費 語言學習平台，提供 25 種語言、超過 150 個課程的服務。透過科學化的學習方法、有趣地學習過程以及社群化的力量和互動幫助學習。 網址： https://www.memrise.com/zh-hant/
Duolingo	國小到高中	線上，免費	語言學習平台，提供 23 種母語之間的 68 種語言學習課程組合。同時提供線上英語能力測驗平台、語言學習輔助程式。 網址： https://www.duolingo.com
Lernu!	國小到高中	線上，免費	透過各種課程學習世界語，包括文法綜覽、寫作練習、語文遊戲、閱讀、聽故事，以及各種詞典，並可與其他對世界語有興趣的人交換信息、參加虛擬課堂、聽世界語音樂，甚至觀看世界語短片。 網址： https://lernu.net/zh-tw

5.2.4 數理邏輯

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
洋蔥數學	國小到國中	線上，免費＋付費	線上數學教學內容平台，將課堂內容濃縮成 5 分鐘精彩有趣的動畫。 網址： https://yangcong345.com
數學想想國	國小到國中	線上＋線下，免費＋付費	線下數想國屬於孩子，網上數想國屬於所有愛好思考的人。以「數學想想」教材為教授內容的課程、寒暑假營隊、師資培訓，以及以落實「人本理念」為教育手段的安親服務。 網址： http://www.math-thinking.org.tw
數感實驗室	國小到高中	線上＋線下，免費＋付費	數感實驗室目標是讓每個人在生活中「看見數學」。網路文章包含介紹數學新知、生活中的數學應用，線下課程透過做中學讓學員親手感覺數學。 網址： http://numeracy.club

5.2.5 人文社會

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
玩轉學校	國小	線下＋書籍，免費＋付費	玩轉學校，一間沒有校舍與固定老師的學校，想要用遊戲，點燃孩子自主學習的熱情，讓孩子知道如何開創未來、並且面對各種挑戰，喚醒他們的天賦與熱情。 網址： http://www.pleyschool.org
台灣吧	國小到國中	線上＋線下，免費＋付費	致力於推出兼具資訊與娛樂性的數位內容，目前所產出的內容面向已經包含歷史、哲學、法律、教育議題、地方文化、經濟學等等。 網址： https://taiwanbar.cc

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
巷子口社會學	國中到高中	線上+書籍，免費+付費	推廣社會學知識給大眾，特別是大一新生、非社會系學生、高中公民老師以及社會上的公民，以淺顯易懂的文字來介紹社會學的某個概念或研究。 網址： https://twstreetcorner.org
故事一寫給所有人的歷史	國中到高中	線上，免費+付費	以人文歷史為核心的跨媒體內容團隊，致力於公眾教育、知識傳播與文化體驗。 網站： http://storystudio.tw
法律白話文運動	國中到高中	線上+線下，免費	改造台灣缺乏優質司法新聞與評論的媒體生態，讓優質的法律寫作和法律作者被看見，由下而上帶領民眾從不一樣的角度認識法律。 網址： https://plainlaw.me
青平台慕哲政經塾	18歲以上	線下，付費	以永續台灣、扎根台灣等價值課程為主。目標在於強化青年價值思辨能力，和公民參與的行動力。 網址： http://www.ystaiwan.org
The School of Life Taipei	高中以上	線上+線下，免費+付費	The School of Life 以哲學、心理學、文學、藝術等人文社會學科為基礎，探討工作、愛情、自我、家庭、社群等人生課題，有 youtube 影片及線下課程。 網址： https://www.theschooloflife.com/taipei/

5.2.6 自然科學

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
樂研數理實作教室	幼稚園到國中	線下，付費	致力於使用最符合未來需求的方式教育孩子的科學精神，培養科學素養、點燃他們對科學的熱情。希望讓所有人為了科學而快樂地學習，讓每個人都成為樂於研究的博士，整個城市都變成你的實驗室。 網站： http://uscience2015.wixsite.com/uscience

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
Kurzgesagt In a Nutshell	國小 以上	線上， 免費	國的團隊，宗旨在製作美麗、高品質的影片讓科學更親民。 原文網址： https://www.youtube.com/channel/UCsXVk37bltHxD1rDPwtNM8Q 翻譯網址： https://www.bilibili.com/tag/2523582
Google Earth	國小 以上	線上， 免費	Google 地球可以帶領你遨遊天涯海角，觀看衛星圖像、地圖、地形圖、3D 建築物，從外太空的星系到海洋的峽谷，一切盡收眼底。 網址： https://www.google.com.tw/intl/zh-TW/earth/
LIS 線上 教學平台	國小 到 國中	線上， 免費	LIS 從科學開始，重新打造適合 5-9 年級學生，為期兩年的自然教材，讓孩子從想學到為自己而學，帶著孩子跟著科學家的思維和大量的實作，學習用科學方法解決問題的能力。 網址： https://lis.org.tw
國立臺灣科學教育館青少年跨域整合人才培育計畫	國中 到 高中	線下， 免費	培養學生科學研究興趣，提高科學教育水準，同時發掘、輔導及培育具有科學研究潛力之學生從事科學研究，儲備國家未來科技人才。 網址： https://twsf.ntsec.gov.tw/Article.aspx?a=44&lang=1
HASSE 太空學校	國中 以上	線下， 付費	帶領學員親身了解美國太空總署面貌，並參與頂尖太空項目的教育研習，激發學生對科學與管理的興趣與潛能，增進團隊合作，培養計畫執行與組織運作的能力。 網址： http://tw.spaceschool.org

5.2.7 程式語言 / 科技

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
橘子蘋果 兒童程式 學苑	國小 到 高中	線上 + 線下， 付費	使用與矽谷同步的教材，提供注重思考、實做的兒童及少年程式設計教育。不只在課程中傳授程式設計的知識及技巧，更針對每一個課程精心設計活動及有趣的專題。 網址： https://orangeapple.co
RE-FUN 玩轉教育	幼稚園 到 國小	線下， 付費	培養孩子創新思維及解決問題的能力來面對未來所有挑戰，回歸到本質去看最真實的自己，並保有不斷嘗試的心去探索自己的樂趣。 網址： https://www.refunstudio.com
Fablab Taipei	國小 以上	線下， 付費 + 免費	Fablab Taipei 是個推廣使用數位製造工具的開放空間，鼓勵實作與知識共享的實體社群，幫助每個人實現創意，讓大家都可以成為一個 " 自造者 "。 網址： https://www.facebook.com/FablabTaipei/
Scratch	國小 以上	線上， 免費	「麻省理工媒體實驗室終身幼稚園組」開發的一套電腦程式開發平台，旨在讓程式設計語言初學者不需先學習語言語法便能設計產品。 網址： https://scratch.mit.edu

5.2.8 藝術

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
小盒子藝術教育	1歲以上	線下， 付費	透過精心編製的教材、故事與遊戲，加上老師用心引導能夠充分激發創意的關鍵問題，讓孩子在美好的環境中滋養美感，習於深入思考，且勇於嘗試並表達創作。 網址： https://littleboxart.weebly.com
勇氣即興劇場	國小以上	線下， 付費	致力於實踐一個簡單的初衷「讓即興劇在台灣發生」，透過即興劇演出及工作坊，促成更多更好的個人及團體創造力，解放更多人與生俱來的勇氣與創意。 網址： http://www.gutsimprov.com
人文展賦劇團	國中以上	線下， 付費	主要由國高中生組成的戲劇團隊，經由專業訓練、同儕間的影響力，透過教育劇場把我們的感動與生命力傳達給社會。 網址： https://www.facebook.com/ZhanFuTheatre/
Music2-Gather	4歲以上	線上， 免費+ 付費	音樂是必需品，除了豐富生活和靈魂，因此提供豐富易用的內容髮布和教學方案，攜手事音樂教育產業，讓學習變得更容易，更有趣，更負擔得起。 網址： https://www.music2gather.com/hant/
Skill Share	國中以上	線上， 免費+ 付費	縮小專業技能差距，提供高質量學習的普遍途徑。老師有設計師、營銷人員、企業家、程序員、藝術家...。而他們的共通點都是實作者，他們的專業知識來自現實生活經驗，而不是教科書。 網址： https://www.skillshare.com

* 自學生經驗談：各縣市的在地劇場或文化中心也會提供藝文相關課程，可以多關注。

5.2.9 體育

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
各縣市國民運動中心	國小以上	線下， 付費	政府為呼籲每位市民為了自己的健康、發展國民運動，都會區、人口密集地區都有國民運動中心，各式課程皆有。
武林文創	國小以上	線下， 付費	集結各門各派的精華，融合經典文藝、運動機能、品格教育、時尚元素，推出武術文創教育服務，以實現功夫夢為宗旨。 網址： https://www.wulink.com.tw
野雪塾	不限	線下， 付費	野雪塾是由台灣、香港與美裔華人在日本主導的華語滑雪學校。以「Share the stoke - 分享滑雪之夢」為宗旨。 網址： https://www.noyukiacademy.com
雲門舞集	國小以上	線下， 付費	希望享受肢體的韻律，也學習傾聽身體的聲音，從容自在的和自己對話。不分年齡和性別，都來到這，和自己的身體做一輩子的好朋友，讓舞蹈回歸到生活的片段，回歸到每次呼吸的瞬間。 網址： http://www.cgds.com.tw

5.2.10 食農

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
上下游	不限	線上＋線下，免費＋付費	上下游 News&Market（新聞市集）創辦於 2011 年，是一個關心農業，以及友善土地議題的社會企業，提供新聞報導、市集、生活文學副刊。 網址： https://www.newsmarket.com.tw
農傳媒	不限	線上，免費＋付費	農傳媒是由財團法人豐年社所成立的專業新聞網站，是一個「與農共聲、與食俱進、與環境共享」的獨立媒體。站在以農為本的角度，走入生活，觸及土地、食物、教育、文化等與農業相關的各項議題。 網址： https://www.agriharvest.tw
食力	不限	線上＋線下，免費＋付費	《食力 foodNEXT》是一家以「食」為報導主軸的媒體，站在食產業第一線，帶讀者瞭解國內外最新食品產業動態，以科學剖析、採訪調查、專家論述，提供讀者完整全面的產業報導，讓讀者開啟食域新觀點。 網址： http://www.foodnext.net
農民學院	18 歲以上	線下，付費＋免費	農委會為全面提升農業人力素質，於 2011 年設立農民學院，運用農委會各試驗改良場所之在地及專業優勢，建立完整的農業訓練制度，並透過一系列的訓練，讓一般民眾、新進農民及在職專業農民，生根發芽變成農業經營的菁英，也為台灣本土農業注入新活水。 網址： https://academy.coa.gov.tw
WWOOF	18 歲以上	線下，付費	WWOOF 是一個國際性的 NGO，起源於英國，旨在推廣有機農場永續經營的自然生活方式。現在全世界超過五十個國家有 WWOOF 組織，包含台灣。工作者一天為有機農場工作 4～6 小時，一星期工作 36～42 小時。農家則會提供免費的食宿，以及有機農業的相關知識。 網址： http://wwwoof.net

* 自學生經驗談：蠻建議自學生可以透過志工或者產地小旅行的方式，真的去參與食物生產的環節，才能體會到議題的現實困難以及真的要付出的心力，這是一個非常需要手腦並用的學習領域。如果想參與相關課程可以搜尋自然農法、樸門永續設計……等等。

5.2.11 綜合技能類

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
Hahow	國小以上	線上 + 付費	提供多元有趣的線上課程，透過獨特的課程募資機制，讓熱愛自學與交換技能的人在家就可以完成高效率的線上學習與成就，學那些學校不會教的事。 網址： https://hahow.in
得到 / 少年得到	國小以上	線上，免費 + 付費	主打知識服務的應用程序，通過訂閱專欄，付費音頻，電子書等方式為網友每天提供有價值感的知識內容。 網址： https://www.igetget.com
喜馬拉雅 FM	國小以上	線上，免費 + 付費	專業的音頻分享平台，匯集了有聲小說，有聲讀物，有聲書，兒童睡前故事等數億條音頻，超過 4.5 億用戶選擇的網絡電台。 網址： https://www.ximalaya.com
課外通	國小以上	線下，付費	旨在提供課本外的知識學習機會，網羅精選具有理念與堅持的教育業者，透過桌遊、繪本、生活教材等創意學習方法，鼓勵孩子做中學、錯中學、玩中學。 網址： https://www.exlearn.tw
Accupass	國小以上	線下，免費 + 付費	集結論壇、展覽、講座、免費體驗及各式有趣活動資訊。 網址： https://www.accupass.com
KKTIX	國小以上	線下，免費 + 付費	全功能售票購票平台，找活動、辦免費活動、辦售票活動、研討會、演唱會、郊遊踏青 皆可。 網址： https://kktix.com
雜學校	國小以上	線上 + 線下，付費	一個由民間自主發起由下而上的社會創新策展，建立 1-99 歲的「一站式教育資源平台」，聚集所有學校沒教 / 適合每一個你的不同學習路徑。 網址： https://zashare.org
Yotta	高中以上	線上，付費	以募資方式提供專業線上課程，包含設計、商業、科技、語言、文化等；學習門檻低，可隨時隨地上課。 網址： https://www.yottau.com.tw

5.2.12 創新創業

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
奇德王國	國小	線下， 付費	結合國內外兒童創業學習資源，課程與活動內容橫跨生活四大領域：自我探索、藝術美學、財務觀念與社會關懷。透過 PBL（任務導向學習課程）中當中培養發現問題、團隊溝通與主動執行的創業家精神。 網址： https://www.tridkingdom.com
MaD Asia 亞洲創不同年會	16 歲以上	線下， 免費＋ 付費	MaD 的長遠目標是建立創意公民社會。相信創意能為社會做更多。MaD 透過策劃年中不斷的活動，實踐創意的社會潛能、並賦予亞洲的年青人更多想法和力量，為當代社會挑戰尋找創新出路、帶來正面社會改變。另可申請亞洲學習者計劃，補助交通與住宿。 網址： http://www.mad.asia
Q School	高中以上	線下， 付費	Q School 致力於突破傳統教育，邀請涵蓋各領域的頂尖導師，以獨特的導師制度學習法，讓導師們以最有效的方式，把對真實世界運作方式的洞察，傾囊相授。 網址： https://www.myqschool.com
Work-Face Taipei	高中以上	線下	兩岸創變者社群，藉由連結與共創，為台灣新創產業建立共享豐盛的商業生態系統。 網址： http://www.workface.tw/blog/
社會創新實驗中心	高中以上	線下， 免費＋ 付費	經濟部中小企業處打造社會創新實驗場域與社會各界之對話平台，串連公眾參與創新發想，及社會企業之創新能量，創造屬於關心社會議題之社群一個開放、互助及試驗之環境。 網址： http://host02.iiiedu.org.tw/socialinnovationlab/
混沌大學	高中以上	線上， 免費＋ 付費	一所沒有圍牆的互聯網創新大學，匯集行業頂尖創新老師，傳授創新思維，致力於為這個時代培養跨學科的創新人才。 網址： https://www.hundun.cn

5.2.13 行動學習

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
DFC 全球孩童創意行動挑戰	18歲以下	線下+書籍，免費+付費	引導中小學孩童透過自主學習發想，尋找身邊的或是社會上的問題，並思考改善方法、解決問題的最佳情境，進而實際行動解決問題的挑戰活動。 網址： https://www.dfctaiwan.org
富邦青少年圓夢計畫	國中到高中	線上，免費	人因夢想而偉大，做夢是每個人天生享有的權利！你是否也擁有一個夢想盒，滿足你所有天馬行空的想像。透過圓夢基金的發放，青少年發聲網邀請大家有夢大聲說，試試看，為自己想要做的事情，具體的寫成企劃案，一起夢想前進吧！ 網址： http://dreamer.youngvoice.tw
夢想騎士	國中以上	線下，付費+免費	以社工、心理專業，「長期陪伴」脆弱處境青少年；以體驗教育方法帶領青少年「出走」，勇於突破自我。受過傷的生命被好好陪伴，能發出更耀眼的光芒並祝福他人！一起陪伴更多青少年成為自己的夢想騎士，成為台灣正向的力量。 網址： https://www.dreamlighter.asia
社團法人國際城市浪人育成協會	高中以上	線下，免費	透過遊戲式領導，讓青年開始試著用自己的力量為社會創造正面能量，並從中尋找到自己的價值與方向。 網址： https://www.citywanderer.org
橘子關懷基金會	18歲以上	線下，免費	【大夢計畫】鼓勵青年懷抱作大夢的勇氣，大夢計劃透過冒險教育的實踐，帶領青年突破舒適圈，去找到自己的夢想能量 【夏日學園計畫】從偏鄉學校的關懷服務、災後家園重整、文化與環境的學習體驗……等，帶領青年透過服務拓展自己的視野與培養實踐力，期許更多青年能為夢想跨出實踐的第一步。 網址： http://www.gamaniacheerup.org

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
青年迴響計畫 Rethink2027	18 歲 以上	線上 + 線下， 免費	迴響計畫是一個以問題為起點，以行動為燃料，以更好的社會為目標的「行動孵化計畫」！計畫透過四個月的階段性行動框架與多方資源整合，協助臺灣青年從發現問題開始，採取最簡單可行的行動，並強調不斷從中反思和學習，做為後續行動的基礎，用最腳踏實地的方式為臺灣社會帶來影響。 網址： https://www.facebook.com/RethinkTaiwan2027
鹿樂	國小 以上	線上 + 線下， 免費	媒合偏鄉學校與社會大眾的協力募集平台。 網址： http://ruo.tw
世界公民島	高中 以上	線下， 免費	「世界公民島：有任務的旅行」青年公益計畫，每年邀請 100 多位台灣社會領袖針對未來一、二十年台灣即將面臨的重大議題，各提出一個國家任務，並選拔 100 多位優秀青年赴世界 100 多國去做「有任務的旅行」。 網址： https://www.wisland.org
Fun 大視野 想向未來	18 歲 以上	線上 + 線下， 免費	青年創新實踐計畫，鼓勵年輕朋友投身公益並關注慈善議題，舉辦全國第一屆「青年公益實踐計畫」，期待藉發現年輕世代的觀點與力量，提供所需資源，結合專家、學者的輔導，讓青年公益計畫更容易付諸實現，並為世界挹注更多正向影響力。 計畫網址： http://www.visionfuture.org.tw/proj.aspx 網址： http://www.visionfuture.org.tw
KEEP WALKING	20 歲 以上	線上， 免費	夢想資助計畫，鼓舞台灣民眾勇於突破低迷的社會氛圍，持續堅持夢想的追尋與實踐，亦透過挖掘充滿嶄新視野的多元夢想，重現這塊土地上既有且未曾消逝的創新精神與蘊藏的豐富生命力。 網址： http://www.diageotwcsr.com

5.2.14 國際參與

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
雙橡海外教育	國中到高中	線下， 付費	為學生打開一扇「雙向」的窗，設計國際交流學習的體驗，創造「動手做」的學習經驗，經過「體驗」、「衝擊」、「反思」、「內化」，讓學生心中的橡果發芽。 網址： http://www.twinoaks-edu.com
IDEC 國際民主教育論壇	國小以上	線下， 付費	IDEC 是「國際民主教育會議」。從 1993 年開始。活動鼓勵參與者藉機在一個互相支援的氣氛下討論共同的問題，有些人也邀請可能改變觀念的人來參加，或是吸引公眾的注意來推廣民主教育的理念 ... 每次會議的目的是由主辦單位來決定。 網址： http://www.idenetwork.org/index.php/taiwan-idec
Young 飛全球行動計畫	18 ~ 35 歲	線下， 免費	教育部青年發展署鼓勵國內青年學子組隊「自主提案」赴海外研習交流，並在回國後分享見聞、進行提案發表。以及，鼓勵青年須實際「付諸行動」，實踐自我提案內容，盼能藉以提升青年國際視野及行動執行力，並促進人才流動。 網址： https://goo.gl/c9Cfu2
iYouth 青年國際圓夢平台	國中以上	線上 + 線下， 免費 + 付費	教育部青年發展署成立了「iYouth 青年國際圓夢平臺」這個網站給青年。這個網站由政府各相關部會共同建置，彙集了政府部門、大專院校、NGO 相關國際交流資訊，期望讓青年能快速且完整的取得相關資訊，進一步參與國際事務，並建立國際交流的線上社群。 網址： https://iyouth.youthhub.tw/main.php
Skyline 國際機會平台	高中以上	線上 + 線下， 免費	國際交流及人才發展的資訊整合平台，Skyline 致力消除各項國際活動訊息不流通的問題，利用免費且多元的平台讓青年即時獲取資訊。 網址： https://skyline.tw

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
Au Pair	高中以上	線下， 免費	Au Pair 源自法語，中文為互惠生（或稱安親天使），參與 Au Pair 計畫的人與寄宿家庭的關係，建立在互惠互利的基礎上一同生活；寄宿家庭提供生活所需，Au Pair 幫忙照顧小朋友以及簡單家務。 網址： https://www.aupairworld.com
Projects Abroad	高中以上	線下， 付費	Projects Abroad 是全球其中一個最大型的國際志工組織。國際志工或實習生可以在亞洲、非洲、拉丁美洲、歐洲及南太平洋地區參加項目。我們的國際志工項目類型廣泛，包括教學、關愛、環保、醫療及保健、新聞、法律及人權、國際發展、商業、建設、考古學等等不同類型的項目。 網址： https://www.projects-abroad.com.tw

5.2.15 生涯探索

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
Baby Boss	國小	線下， 付費	兒童角色扮演的職業場館。 網址： https://www.babyboss.tw/
職人 SHO-KUZiNE	國小以上	線上＋ 線下， 免費＋ 付費	一本翻轉臺灣技職教育的原創社會企業刊物，透過書寫職人故事、記錄教育及業界現場，《職人》SHOKUZiNE 自許成為傳遞夢想的媒體，替孩子點亮未來的閃閃火光。 網址： https://www.shokuzine.com
See more 教育	國中	線上＋ 線下， 免費＋ 付費	透過不同的職人、達人分享與互動，引導孩子們 SEE MORE，看見更多可能，對未來有更多的想像空間。 網址： https://seemoreeducation.weebly.com/

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
拆框工作坊	國中以上	線上＋線下，免費＋付費	解構，與再建構，創造適合自己的教育方式及愛情生活，這是拆框之所以叫拆框的由來，拆框工作坊關注實驗教育相關與開放式關係社群，於2016年8月誕生。 網址： https://www.facebook.com/trini.poly/
上學好日子	不限	線上＋線下，免費＋付費	由中部自學生創立，旨在讓中部實驗教育更蓬勃。辦教育講座、讓資源串聯、提供自學諮詢；上學好日子主張「出家自學」，並倡議「自學不是特權，是基本人權」。 網址： https://www.facebook.com/GoodDayFTheSchool/
Time-Map 科系探索與生涯教育協會	高中	線下，付費	TimeMap 結合「心理學生涯輔導理論」與「各領域體驗教育實務」，希望將生涯探索的主動權交給學生，打造出全方位的生涯探索系統。 網址： https://www.facebook.com/timemapeducation/
啟夢教育諮詢協會	高中	線下，付費	提供『系統化』科系探索方法，藉由家教或探索工作坊，讓高中生學會探索科系的方法，進而找到適合自己的科系。 網址： https://www.facebook.com/enlightendream/
接棒啟蒙計畫	高中	線下，免費	致力於將社會各界的專業善意，轉換成為學生們探索職業與了解自己天賦與熱情的價值。 網址： https://batonproject.com
104 工作世界	國中以上	線上，免費	透過工作職業關鍵字搜尋、職業地圖等方式，及大數據分析所得出的職業資訊，可瞭解工作所需條件、如何選擇專業。 網址： https://wow.104.com.tw

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
各地青年職涯發展中心	高中以上	線下，免費＋付費	勞動部勞動力發展署設立「青年職涯發展中心 (Youth Salon,YS)」以全人全職涯的觀點，提供給青年「職涯探索」、「職業訓練」、「就(創)業資訊」等內容，透過團體課程、或個別諮詢服務，讓青年用行動打造自我品牌，成就夢想。 網址： https://ys.nat.gov.tw/
Draft 下一張	高中以上	線下，免費	Draft 下一張是一個成長社群。嘗試許多不同的工作坊，陪伴迷惘的人一起探索什麼是更好的自己；認為我們都不完美，但相信能不斷變更好。也與臺大教授、臺大生命教育中心、教育部青年署合作。 網址： https://www.facebook.com/draft.lifestory/

5.2.16 公民參與

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
沃草	不限	線上＋線下，免費	沃草有限公司 (Watchout co.) 是一個獨立媒體，希望做一個農夫，致力於提供公民更好的參與時政的空間、工具與平台。相關產品有：總統，給問嗎？、立委出任務、國會無雙、公民學院等。 網址： https://watchout.tw
G0V 零時政府	不限	線上＋線下，免費	g0v.tw 是一個推動資訊透明化的社群。以開放原始碼的精神為基底，關心言論自由、資訊開放。認為資訊的透明化能幫助公民更確實了解政府運作，不被媒體壟斷，並有效監督政府，化為參與行動最終深化民主體質。 網址： https://g0v.tw/zh-TW/
教育部青年發展署公共事務青年人才培育	18～35歲	線下，免費	政府要以學生為中心，教育制度需要重新調整規劃。因此，推動服務學習及實施方式需要轉化為更彈性多元，以青年成為實踐主體，培養其新思維、新觀念、新行動，增進批判思考及自我實踐的能力。 網址： https://goo.gl/zuquPP

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
教育部青年發展署青年好政聯盟	18～35歲	線上＋線下，免費	青年好政聯盟透過建構政策參與平臺，提升青年參與校內外公共事務。也透過系列活動積極推動審議民主討論，促進民主深化發展。 網址： https://goo.gl/NBUwUW

5.2.17 情感教育

名稱	適用年齡	形式	詳細資訊
失戀花園、失落花園	國中以上	線上＋線下，免費＋付費	用心理學解決現代人在情感面的不知所措、陪大家度過貫穿人一生中的大小失落時刻。平台將原本鎖在象牙塔的心理學知識，以平易近人的語言，滋養灌溉所有網站內容和各式線上線下活動。 失戀花園網址： https://inbound.tw
哇塞心理學	國中以上	線上，免費	致力透過有趣好玩的方式分享心理學，讓它走出象牙塔不再被困於臨床診間或諮商室，能夠走回到生活裡的每一分每一秒，舉凡如何與他人溝通、走出失戀低潮期，甚至是面對自己即將到來的死亡。 網址： http://www.appliedpsy.com
愛心理	國小以上	線上＋線下，免費＋付費	舉辦線上線下知識性講座，也舉辦深度工作坊與沙龍，致力於將心理成長的觀念推動到全世界華人國家。 網址： http://www.iiispace.com

5.2.18 自學社群

Facebook 社團名稱	簡介
在家自學社群	<p>該社團發文採審核制。自學相關的理念、團體、課程、申請、困擾、活動、教材、教法、政策、心得、感想、團購 等學習上會出現的議題都可以分享。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/homeschooltw/</p>
高中自學生	<p>該團以學生為主（不限定自學生），老師、家長為輔。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/homehigh/</p>
國高中自學生社群	<p>這個社群主要是為了中學自學生而設立，加入的條件為參與過活動的人，但不限定自學生。以及非家長。這個社團的創立是希望能把「發現同伴」的那份感動繼續延續下去。透過持續舉辦交流會，期待讓青少年的社群連結更加穩固、壯大。網址：https://www.facebook.com/groups/542712252536869/</p>
Learn @ Home in Taiwan	<p>這個社團是給那些「在家教小孩」（或是有興趣這樣做）的人；而且你某種程度上與台灣有些連結，例如來自台灣，或是居住在台灣。無論你來自哪裡或你住在台灣多久，只要你是「在家自學」，或是對「在家自學」有興趣－這裡就是適合你的地方，讓你分享你經驗、讓你開心的事情、以及困擾的問題。如果你是「在家自學」學生，請加入其他「在家自學」小孩／青年的社團。這個社團是給家長跟老師的。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/learn.at.home/</p>
赤皮仔自學團	<p>赤皮仔自學團是以非學校形態實驗教育辦法成立的自學團體。希望這樣的理念與做法可以在台灣許多地方推行，歡迎大家參與討論並籌組新團。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/268798646510231/</p>

Facebook 社團名稱	簡介
自學生的遠距 共學團（自然 科學）	<p>因為自學生分佈北中南東各地，藉由網路的方便性，不限時間與地點，對於自然科學有興趣的都可以一起加入。你可以提出自己觀察到的自然現象、疑惑，或是與大家共同討論老師（或是某位成員）提出的問題。你也可以對於正在研讀的書籍中，有很棒的發現，或是有疑問的地方，在這裡提出來。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/173127322721863/about/</p>
高中數學問題 討論區（含免 費教學影片）	<p>這個社團主要是要建立高中數學免費線上教學網，歡迎高中學生加入。這裡可以免費使用教學影片，有問題可以提出來可以協助免費解答！也歡迎老師加入解題老師義工行列，一起幫助學生解答疑惑。另外，招募願意分享影音的高中數學老師！</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/906755429360775/about/</p>
自學數學團	<p>任何數學，數學學習、數學教學相關的問題都歡迎～在這裡，希望透過多元的「微教學」，交流不同工作者的教材教法和舉例、佈題、解惑與啟發的方式。歡迎學習者、家長，提出遇到的任何學習疑惑～也歡迎教育工作者，在此版當志工回答問題，積極協助有困惑提上來的朋友們。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/156709241062806/about/</p>
homeschool under the sun 南台灣自學團	<p>歡迎台南高雄屏東的家庭加入這個豔陽下的南台灣自學團！不論是自學前輩，或是自學新手，甚至是還在觀望思考猶豫中的探路人，都歡迎您來這個社團和大家一起交流討論，交換自學心得和資訊。</p> <p>網址：https://www.facebook.com/groups/481216725282972/</p>

5.2.19 自學工具推薦

名稱	簡介
(書) 學會如何學習 Learning how to Learn	<p>書籍名稱：大腦喜歡這樣學：先認識自己的大腦，找到正確的思考路徑，就能專注、不拖延，提高記憶力，學會如何學習</p> <p>從大腦神經科學和認知心理學的知識出發，帶領我們採用有效的方式學習。學習是一種創造性的過程，而不是在尋找唯一解答。</p> <p>課程網址：https://zh-tw.coursera.org/learn/learning-how-to-learn</p>
(書) 刻意練習	<p>書籍名稱：刻意練習：原創者全面解析，比天賦更關鍵的學習法</p> <p>透過正確的練習，亦即「刻意練習」，善用大腦和身體的適應力，每個人都能改善技能，甚至創造出你本來以為自己沒有的能力。</p>
線上 / 線下圖書館	<p>從國家圖書館、國立公共資訊圖書館，或各縣市、大學圖書館，到線上的台灣雲端書庫、Hy Read book 市立圖書館等，都提供免費租借服務，有些甚至有手機 app，可免費借閱電子書。</p>
免費資源網路社群	<p>以免費為主題的部落格，內容包含科技新知、免費軟體、線上工具、圖庫素材、WordPress 架站及應用程式介紹教學。</p> <p>網址：https://free.com.tw</p>
電腦玩物	<p>分享各種行動工作技巧、雲端生活應用，善用數位工具改變工作效率與生活品質。</p> <p>網址：https://www.playpcesor.com</p>
Coggle	<p>Coggle 是建立、共享心智圖的免費線上工具。無論是做筆記、集思廣益、規劃，Coggle 都可用來將想法視覺化呈現。</p> <p>網址：https://coggle.it</p>

5.2.20 影片 / 紀錄片推薦

名稱	簡介
bilibili 放映廳紀錄片	提供翻譯字幕紀錄片，包含人文、歷史、科學、自然 等。 網址： https://www.bilibili.com/documentary/
Youtube National Geographic 國家地理	以不斷創新、寓教於樂的精神，製作符合國家地理學會探險、保育與教育宗旨的節目，時常釋出免費紀錄片。 網址： https://www.youtube.com/channel/UCtmb2nQhbT2rxpmbdRjvVg
Netflix	線上影音串流平台，提供經典電影、兒童影片、各類紀錄片等內容。 網址： https://www.netflix.com/tw/

5.2.21 桌遊推薦

名稱	簡介
綿羊犬百寶箱	教育玩具與遊戲品牌，以臺灣原創・臺灣製造的高品質產品，提供孩子全新的遊戲與學習體驗。提供創作型學習素材組，讓孩子藉由「動手做」進行學習。 網址： http://www.shepherdkit.com.tw
阿普蛙工作室	阿普蛙藉由各式議題遊戲，透過「體驗式學習」，讓學員理解民主社會的組成，並培養公共意識、公民素養，對於社會議題產生自己的想法，提升學員的獨立思考能力及表達能力，並實際應用在生活當中。 網址： http://www.wasupstudio.com
他群工作室	致力於將各種議題轉化成遊戲，期望參與者在遊戲中的互動能獲得刺激，並討論議題，進而獲得新的見解。其作品包含：烏托邦賽局、夢想之道。 網址： https://www.facebook.com/taqun.taipei/
迷走工作室	迷走工作坊專注桌上遊戲的開發推廣，也是台灣最具桌遊集資經驗的顧問團隊。其作品包含：台北大空襲、高雄大空襲。 網址： https://www.facebook.com/mizoriot/
2PLUS 桌上遊戲設計工作室	2PLUS 不斷嘗試各種可能，透過遊戲呈現出這片土地上的千姿百態。其作品包含：走過，台灣、化學事、On the Go 台灣走透透 等。 網址： http://2plus.com.tw
程式老爹	利用 < 海霸 > 桌遊讓孩子透過遊戲學習，了解程式的基本邏輯概念，進一步培養孩子獨立思考與創造的能力。 網址： http://www.papacode.com.tw
動物大逃殺	知名插畫家《厭世動物園》結合台灣一線桌遊團隊，推出一款「求生不得，求死不難」的桌上遊戲。透過遊戲的過程，希望反映台灣動物因為人類開發走向滅絕的無力感。 網址： https://www.facebook.com/zoofdepression/
翻轉大稻埕	一款益智與經濟主題結合的輕度策略遊戲，必須依照當時歷史的情境作出最佳的判斷，一邊善用時勢創造商機，一邊可以體驗過去曾發生在臺北城的歷史回憶。 網址： http://www.sosostudio.com/dadaocheng

5.3 自學生與家長的其他資源

以下整理一些自學生家長、教師、教授等書寫的書籍，供有意更深入認識自學的讀者。

表 16 自學與實驗教育相關書籍

書名	作者
心教 - 點燃每個孩子的學習渴望	李崇建
自學時代 - 找回學習的動機與主權，成為自己和孩子的最佳教練	黃夏成
發現孩子的亮點	詹志禹
在家自學的四個孩子	許惠琇
我的家就是國際學校 - 波蘭媽媽 × 台灣爸爸的地球村教養經驗	陳怡光、魏多麗 Dorota Chen-Wernik

除此之外，我們也整理了一些影音資料，包括紀錄片、電影等，讓讀者可以通過不同的媒介對自學和實驗教育有更多的認識。

1. 紀錄片：《公共電視獨立特派員：自學的自由》

<https://www.youtube.com/watch?v=oXmoU3NNPbM>

簡介：

「自學」這個議題最近非常火紅，回顧台灣最早的實驗教育，是從個人自學開始。1997年台北市率先召開公聽會，允許四個小學生在家自學。現任數位政委唐鳳當時就以



自學生身分現身說法，催生相關法令立法。過去狹義的自學是「在家上學」，家長就是校長，父母就是孩子的老師，發生在特殊生或是資優生的個案居多。但是年輕一代的家長，不再以學業成就為導向，轉而強調自學是自己學，自動自發學，接受學校教育之外的「自主學習」。這一代父母強調家長的教育選擇權，但他們發現申請自學，並不是全然自由開放的多元選擇，相對的，反而有許多框架與限制及要求，需要突破。

2. 紀錄片：《公共電視獨立特派員：實驗學校來了》

<https://www.youtube.com/watch?v=-U6YsuZ6vC8>

簡介：

開學了，家長跟學生都在調適節奏，適應按部就班的生活作息，也有人開始思考，孩子適不適合現在的就學環境。「實驗教育」是最近幾年的熱門關鍵字，尤其



在 2014 年底「實驗教育三法」通過，讓個人自學、團體共學以及實驗學校這些不同型態的實驗教育，有了法源依據。尤其學校型態的實驗教育，才短短三年，從 8 所學校一下子成長 7 倍到 54 間，從北到南，由西向東，其中九成都是公立學校。人數也從三年前的不到三百人，暴增到超過五千人。不久前，實驗三法再次修法，放寬地方政府興辦實驗學校比例，教育部也鬆口，未來可以有實驗大學。公立小學改制成實驗學校，學費比照一般公校收費，教學內容又可以不照課綱，強調多元內容特色教學，對有興趣的家長來說，幾乎是再好不過的選擇。台北市大安區的和平實驗小學，這所全新開辦的實驗學校，不僅有全新的硬體設

備，沒有課本也不考試，而且每天第一節上體育課，讓孩子自主學習，入學中籤率僅 6%，是台北市最受關注的學校。但少子化問題，再辦新校機率微乎其微。小校面臨存廢問題想靠實驗教育翻身，高雄市壽山國小曾申請轉型卻不通過，努力三年，終於獲准招生。這所被學區家長放棄，一度瀕臨廢校邊緣的學校，居然轉進了兩班新生。怎麼辦到的？

3. 紀錄片：《宅私塾》

預告片：<https://www.youtube.com/watch?v=fJMq95K2nMs>

簡介：

家，原本就是每個人生命中的第一所學校。但在學校制度已經相當完熟的華人社會，在家自學反而成了異類。華人對於教育的重視舉世皆知，期盼兒女未來在社會上功成名就，但在考試主導教育內涵的集體意識下，要如何才能夠因應個別學生的資質，循能適性地達到因材施教的差異化教育呢？這部紀錄片透過四個家庭的家長與小孩——波蘭和台灣組成的國際家庭陳家；堅守傳統價值的詹家；傳統教育體制內適應良好但也選擇自學之路的羅家；曾經在學校受創又重新在體制外學校找回求學之路的麥家——審視四個不同背景、但同樣選擇自學的家庭，他們各自的樣貌與故事。台灣是目前唯一合法自學的華人地區，即便合法但在執行上仍然困難重重，影片中四個自學家庭向一般學校體制說不，以極大的勇氣開創自己的道路，面對盤根錯節、弊病叢生的主流教育與社會價值觀。追求自己孩子快樂成長，與望兒女成龍成鳳的期

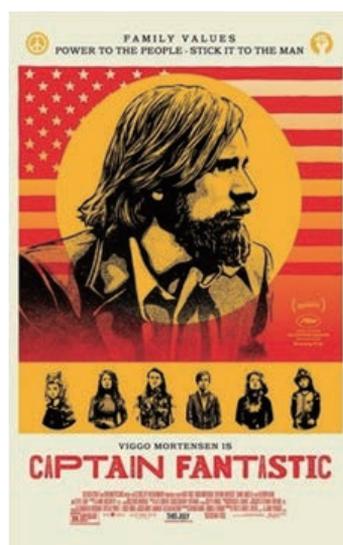


許是否相互矛盾呢？究竟我們該為孩子準備一個怎樣的學習環境呢？未來的社會究竟需要什麼樣的人才？不同背景環境的家庭與不同資質的孩子如何選擇合適的教育方式？到底什麼對孩子才是最好的？這一切都需要長時間觀察與考驗。

4. 電影《神奇隊長》(Captain Fantastic)

簡介：

這是一部描述遠離塵世在家教育的劇情片，導演 Matthew Brandon 通過這部電影，描述一對夫妻帶著 6 個兒女，離開一般教育體制和社會，在山中過著烏托邦般的生活。夫妻倆親自教授兒女各種生活技能和知識，舉凡物理、哲學、政治、打獵、攀山、搏擊等都精通。無論如何，他們的生活在孩子的母親去世之後，開始面對過去不曾面對的挑戰。孩子們開始通過和社會的互動過程中的各種矛盾，反思父母一直以來所帶來的影響。



6.

自學的光譜圖像



當我們到全國各地向曾申請自學的家長與高中生訪談，提到是否應該提供一套實驗教育計畫的範本時，不少受訪者不約而同提到，自學其實不是只有一種方式，也不是一個標準範例。相反的，大家都認為自學的樣態，基本上在學習內容、自主性、自由度等不同的面向，都呈現一種光譜式的分佈。有些自學生，雖然申請實驗教育，但還是按照一套日常課表從早上 8 點一直進行到下午（甚至晚上），只是課表內容並不一定和一般學校一樣。有些自學生的實驗教育計畫，具有相當多的空白和自主決定的空間。前者一般是具有一套完整有別於學校教育的理念，如根據家長的宗教信仰或哲學理念，而希望接受目前一般學校難以接觸的宗教課程或傳統經典課程，又或者希望能發展需長時間專注訓練的體育運動或技術。後者通常是根據孩子的選擇，孩子可按照自己的想法來選擇學習的內容、頻率和時間。自學生態中所呈現的光譜，往往和成人與孩子在自學的參與程度有關。這裡所說的「參與程度」，包括從規劃到實踐的整個過程。傳統上的教學活動，成人在規劃過程中參與程度比孩子的參與程度高很多（甚至完全主導和掌控整個規劃過程和細節），而孩子則一般參與教學活動的實踐過程。但在自學當中，若家長在規劃過程中引入孩子的參與，孩子能共同規劃整個學習活動，那孩子的參與程度就明顯比單純參與實踐的過程來的高。這樣一來，就如第二章所言，孩子的內在動機也隨著參與程度而提升。

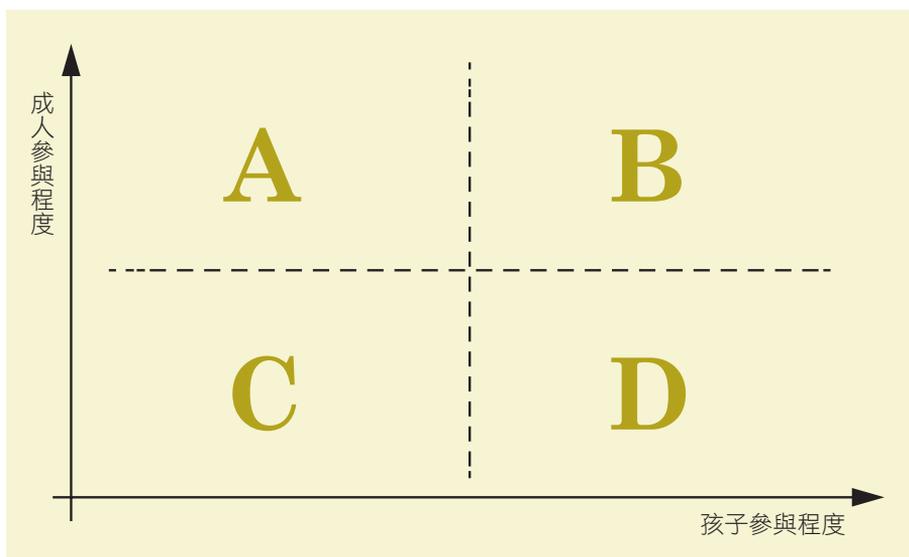


圖 12 成人與孩子在學習參與程度象限圖

首先，C 所代表的是孩子與成人的參與程度都較低的狀況，成人沒有積極規劃孩子的學習，孩子對自己的學習也沒有任何動力與參與意願。這種情況可說是「放牛吃草」或「無所事事」的狀態。

A 代表成人參與程度較高，但孩子參與程度較低的學習。成人按照個自己的教育想法或哲學理念，負責安排孩子的學習內容、時間和頻率。在這種情況下，孩子基本上按照成人所主導的內容學習，孩子本身並未真正參與自己的學習，也並未投入自己真正的想法。一般上，較年幼的自學生的家庭，或參與特定課程的自學生家庭比較可能出現這種情況。

另外，B 則是代表成人和孩子的參與程度都很高的情況。成人和孩子在自學過程中，都積極貢獻各自的想法，成人和孩子彼此相互討論自學的時間、內容等。成人適時地根據自己的經驗提供孩子參考，和孩子共同決定自學的內容。

最後，D 代表孩子參與程度比成人還高的狀況。在這種情況下，由於孩子的參與程度較成人高，孩子也相應地握有較多的學習決定權。孩子自由選擇自己的學習內容，並自行安排學習的時間。

除了C的「無所事事」模式明顯對成人和孩子都無益之外，我們很難說哪一個象限的自學模式最好，或最適合現在的你。正如第二章所言，我們相信自學的孩子往往會經歷一段學習動機轉變的階段，自學的孩子可能因此經歷不同的學習模式。成人和孩子個別的參與程度，隨著孩子的學習動機的轉變，而交替轉換。無論如何，我們相信，沒有人會反對，孩子學習的終極目的，是能獨立生存於社會中。因此，孩子在學習活動的參與程度應該呈現一種逐漸增加的趨勢，而成人在孩子學習的參與程度應該呈現一種逐漸減少的趨勢。自學的孩子，也理應逐漸取得學習的主導權，成人則是逐漸鬆開對孩子學習的掌控，完成學習主導權的轉移。

總而言之，我們很難為在家自學找到一個可以完全照抄的模式或SOP，也因此這本手冊選擇在第八章以各種不同的自學生經驗故事，讓讀者看到這種光譜式分佈的在家自學。讀者可以為自己或孩子找到一個比較符合自己的教育想象、理念的方向，再根據自己的情況來為自己或孩子準備自學的方案。



7.

十位自學生的故事



每個學習者都如同一顆獨特的種子，隨著環境、溫度、養分、陽光以及本質特性的不同，而有不同的開花結果，然而即便類似的品種，開展後，都仍有其獨特之處。

實驗教育就如同滋養著百花的土地，在這土地上我們逐漸看見新生的初芽、群花的綻放，許多的故事也在這片土地不斷的寫下。

我們收集了許多自學生的案例，從中發現依照自學生未來的發展與生涯選擇，可大致分為以下幾種類型：

- 一、繼續升學（國內升學或國外升學）
- 二、社會體驗
- 三、就業創業
- 四、專才與偏才
- 五、其他類型

在此仍須強調，此章節進行的類型分類與歸納，是當初為了篩選採訪名單時，避免採訪類型過於單一性，盼能呈現出實驗教育的真實多元樣貌，因而進行分類，然而在邀約採訪的過程，礙於採訪期程、個人受訪意願與時間行程等因素，我們盡力在有限制的條件之下，盡可能地呈現真實性與多元性，因此最後以此十位自學生的故事，提供讀者們參考。

事實上，當讀者讀完這十個自學生的故事，或許會發現這十個故事當中的一些共同點。其中一個共同點，就是這十位自學生都在進行一場如美國文學與文化研究教授、近代神話學大師坎貝爾（Joseph Campbell）所說的「英雄的旅程」。坎貝爾通過比較不同文化的宗教文字記錄、神話故事與文學作品，發現人類文化中的神話模式，他將之稱為英雄的旅程。英雄人物在得到某種（或某些）召喚之後，會毅然選擇踏上冒險之旅。在旅途當中，他經歷各種未知的挑戰與困難。最後，在同伴的協助下，他順利完成使命，並將帶回的獎勵用來改變原來的世界。以下這十位自學生，紛紛在他們各自的「教育」冒險之旅中經歷各種過去不曾見過的挑戰和困難。這些挑戰和困難是原來的世界（體制教育）所沒有的，讀者將看到他們各自使用不同的方法來面對並努力克服，最終他們也確實正在一點一滴地改變這個世界，包括通過這本書讓更多人看到他們的故事，影響更多人對教育產生不一樣的想象。

最後，希望通過這十個自學生的故事，能讓讀者理解每個人的實驗教育路，都不盡相同，且必然充滿各種未知數。因此，每個學習者對自己教育或生命的探索，永遠需要保持一種「冒險」的心理準備。若學習者已準備好進行一場「冒險之旅」，那歡迎進入實驗教育領域，完成屬於自己的「英雄之旅」吧！

1. 黃岳涵

自學，使我享受自我挑戰！



圖 / 黃岳涵提供

背著後背包，踏著輕快的步伐在交大的校園裡，黃岳涵拿著鏡頭錄影，紀錄著在交通大學令他難忘的場景和回憶，並對著鏡頭向同學述說著即將來臨的道別，他帶著不捨，也滿懷勇氣的語氣宣告他給自己新的挑戰 - 即將離開舒適圈，前往錄取率比哈佛還低的美國 Minerva 大學^{註1} 就讀！



九月之後，我要去讀 Minerva School.

👍 讚 🗨 留言 🔄 分享 ...

圖 / 黃岳涵臉書

■ 穿梭於體制內與體制外，磨練出適應力 ■

黃岳涵從小的學習歷程就像是一場接著一場的異國旅行，隨著不同的學習階段，皆身處不同的場域、體制，這猶如旅行般，多元精彩的學習經驗，也磨鍊出黃岳涵，穿梭在體制內與體制外當中，自在悠遊的適應力。

黃岳涵在國小時，就讀於由一群關心教育的家長興學創辦的種籽實小，在種籽強調學習自主性和大自然為伍的環境裡，對他來說，就像是一株幼苗，在有足夠空間和滋養的土壤當中培養出自發性的生命力。

岳涵表示，在種籽的時光，對他有許多深遠的影響，其中包含許多創作、實作的學習機會，而老師總是鼓勵能表達自己的想法，而非只有被動的接受知識，使得往後對於吸收新知的胃口較好，且能有反思與提出自己見解的習慣。而在人際互動上，種籽老師會引導彼此以同理心溝通，因此往後他也容易與人建立關係，懂得坦誠的表達。其中，在充滿大自然的環境裡學習，探索自然裡的各種生命，使他從小就對許多事物保有好奇心，也潛移默化的建構了他對生命的熱情。

■ 回歸體制內，樂於發現新的風景 ■

從種籽實小畢業的岳涵，在家長的安排之下，選擇從體制外學校到體制內的國中就讀，岳涵形容，那時候就像是從小遊走山林遍野，這會兒準備到城市闖闖的心態，因此體制內的國中生活，有許多對他來說是新鮮的，例如：會有開學典禮、在操場立正站好曬太陽的早晨集會... 等等，第一次到體制內學校，就好比是第一次出國旅行，對於本地人來說習以為常的事物，對當時的岳涵來說，卻都是新奇的體驗，他帶著好奇心與探索的眼光，也因此回到體制內學習的他，相當適應，就像旅者總是樂於發現新的風景。

岳涵表示唯一和以往不一樣的是，需要待在書桌前面的時間更多了，因此學習模式也要隨之調整，基於從小累積自主學習的經驗，使他很快的能上手體制內的學習要求，並隨之調整自己的學習習慣，也獲得了班上第一名的成績，他也發現，同學們對他也都很好奇，他也會在群體之中帶來新的點子，因此在國中的生活很開心，也結交許多朋友，然而，在體制內國中就讀完一學期後，岳涵決定規劃 Gap Year，前往全人實驗中學就讀。

■ 全人實驗中學，打破既有框架 ■

“如果有一個學習自由度的評量的話，種籽若是中間值，那麼體制內國中與全人，會各自在評量上的兩端。”

岳涵提到在全人的學習，是沒有框架的學習，學校非常尊重學習者的意願和想法，因此有很多時間可以決定自己要做什麼，而不是被規範的。岳涵興奮的說道：“有一次，我和全人的同學，因為有一段空閒時間，我們就直接去山林裡探險，去走沒有人走過的山路！在這段經驗

裡，我有所突破，帶給我前所未有的勇氣，我也發現勇敢冒險，可以打破自己固有的恐懼！在全人的學習，使我更有信心的去突破身上原有的框架。”

而後，岳涵的母親籌辦了赤皮仔自學團，岳涵也結束了他在全人的學習，開啟新的旅程。

■ 感謝母親始終陪伴與保持對話 ■

岳涵提到母親在學習的道路上扮演重要的角色，而他相當感謝父母，從來沒有要求他一定要成為什麼樣子，他因而能成為他自己。



圖 / 黃岳涵臉書 妹妹(左) 母親鄭婉琪(中)

他認為其中最重要的關鍵是，父母始終與他保持對話，有任何事情都可以討論，

尤其岳涵的母親，總是陪著他學習且保有對知識的熱愛。他說道：就讀體制內國中時一開始對生物科無法掌握，回到家時岳涵便會和母親討論，母親也會跟著一起找資料學習生物，與岳涵一起思考、討論、理解、解題。

因為家長的陪伴，一起學習成長，使岳涵遇到困難時，不會退縮，而是樂於找人討論、想辦法解決困難。

■ 赤皮仔，貼近生活的學習 ■

岳涵離開全人實驗中學後，來到母親籌辦的赤皮仔自學團，他說“在赤皮仔帶給我扎實的學習，因為時常會結合社區去實作專題，體驗到知識如何落實成行動力”，而在赤皮仔的日常學習裡，不只發揮行動力實際解決問題，同時也非常貼近生活，岳涵提到：“我們中午吃飯都是要自己做菜，為了不要吃到太難吃的菜我們會想辦法學會洗菜、切菜、烹飪，而且我們也有自己養雞，所以日常生活裡處處是學習，午餐也能是一門學問。”

■ 挑戰會考，自我鍛鍊 - 深化學科能力 ■

在赤皮仔的學習，岳涵除了從生活中學習，將學習的知識化為行動，也在主科課程當中，發現自己的學習熱情是在數學與自然領域，因此他決定給自己一個挑戰 -- 參加會考，希望能藉由參與會考，深化學科上的學習，因為他認為，不管高中要申請個人自學還是回到體制內，這些學科知識都還是要具備的，因此給自己設立明確的挑戰目標，並專注的全力以赴！而父母也始終尊重與支持他的決定。

岳涵提到，準備會考的期間，他也在鍛鍊自己的自律能力，時常會在圖書館或是赤皮仔靜靜的念書，並安排自己的學習進度，不斷練習、挑戰更難的習題，而在這個過程，也累積了成就感，最後實踐自主精神與自我挑戰的岳涵，考上了體制內國立高中的環境科學班。

■ 成長，是不斷將自己踢出舒適圈！ ■

來到國立高中的岳涵，因學校離家遠，因此寄宿在媽媽的朋友家，是一個台德家庭，同時他也向寄宿家庭學習德文，再次重回體制學校的

岳涵，同樣帶著新奇的心情探索，並在學校和同學一起開創好玩的事物，岳涵提到人際關係的建立，是他能協助自己快速適應新環境的關鍵能力，從小的學習環境，使岳涵樂於敞開心胸分享、與人交流，也很喜歡認識新朋友，因此每到一個新環境，都能很快的結交朋友，一起學習並開展好玩的事物。



圖 / 黃岳涵臉書 與朋友們出遊

在國立高中待了一個學期，仍然保持品學兼優的岳涵，感覺自己也逐漸舒適、安穩在這樣的學習環境，然而，學習的自發性仍不斷在岳涵的心中發酵，他渴望自己能找出自身的特色，希望自己的學習不僅限於學校內，能開展學校圍牆以外的學習，雖然捨不得同學，但是他決定再次將自己踢出舒適圈，給自己挑戰 -- 申請高中自學。



圖 / 黃岳涵臉書
與自學同學籌辦活動

岳涵高中自學的兩年，鑽研於自己熱愛的數學與物理，且遇到了兩位啟蒙老師。

數學領域，岳涵表示是去一門由台大教授開設給高中生的大學入門課，名為『數學潛水艇』，這門課程雖艱深，但是老師授課方式有趣，使他對於大學所學的知識內容更加好奇，並覺得數學非常好玩，能不斷挑戰自己的固有思維；而物理學領域，岳涵找到一位法國老師，他是一位退休的工程師，這位老師能將物理知識活用並帶往深度的探究，這位老師用英文授課，於是岳涵也同時間學習英文、鍛鍊英文口語能力，也找了自學夥伴一起參與共學，每週與這位老師學習物理。

兩年扎實的自學安排，岳涵回顧過去準備會考的經驗，在那段期間自己專心一致、自律並快速成長，以及自學過程中有機會提前體驗到大學裡所學的內容，他渴望能學習更加專精的知識，因此他決定再次給自己挑戰 - 參加學測！

岳涵說：“我覺得不管是參加會考還是學測，都很像是把我腦袋

裡已經學會的、有的，散亂的知識，建構出一個個系統化的抽屜，分類、存放，並不斷地拿出來更新、整理再放回抽屜，最後這些抽屜裡的知識都會變得清楚且整齊。所以參加考試對我來說，我把它視為成長的機會，而不只是考試，所以心態上覺得不會費力，反而我很享受這份挑戰。”

■ 自主學習就像肌肉，要不斷鍛鍊才行！ ■



圖 / 黃岳涵 Medium 攝於交通大學數學系教室

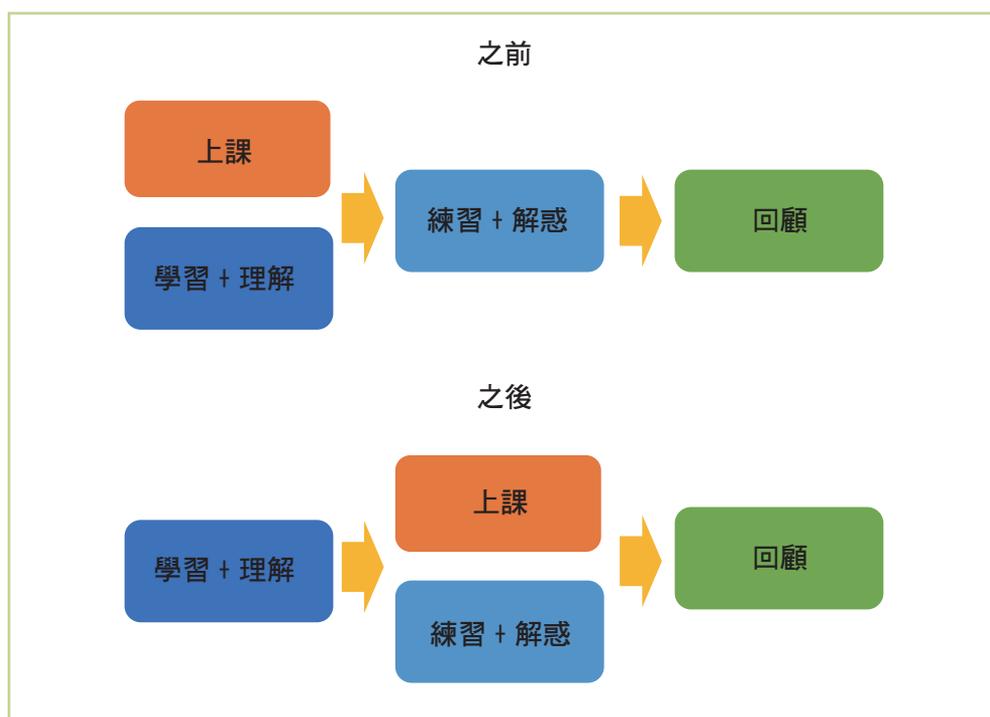
不斷樂於自我挑戰，並在過程中百煉成鋼的岳涵，來到了國立交通大學數學系。

來到大學的岳涵，摸索著大學課堂中的學習風氣，並努力實踐自主學習，且在部落格上紀錄著自己的學習體驗與反思。岳涵認為，如果學習只是一味地想追上進度，在一知半解的狀況下繼續下一段知識，其實是相當危險的。特別是會影響到對未來幾年的學習與工作，因為學習是累積性的，但是因為很難察覺累積程度，所以也要設計習題完成度，等可檢驗的指標來檢查自己的學習深度，他提到像是：Active Recall、錄

音記錄自己所學、費曼學習法，都是可以用來測量學習深度的方式。

岳涵用心的紀錄著自己在大學裡的學習實驗，什麼方法可以使學習發揮最大效能？

“我意識到，其實可以透過自己的預先準備，讓上課發揮最大的價值，具體的方式是：先自修內容，對該堂課已經有一定的掌握與理解，把上課當做複習，也在上課時完成作業，中間會發現自己不了解的地方，剛好在上課補足。有餘力的話，再下課時把所學寫成結論式筆記、教別人。要做到這種結論式筆記，其實是需要先在課堂上學到老師切入主題的方式，才更容易做到的，光是自己讀，在統整部分都常會比較吃力。



這是我下學期想挑戰的方向，雖然高中時就開始大學式的學習，但對我而言，自主學習就像肌肉，要不停鍛鍊才行！”



圖 / Minerva Schools 臉書粉絲專頁
在大學裡仍不斷自我成長的岳涵，再次將自己踢出舒適圈，前往 Minerva 就讀。

岳涵一路的學習歷程，就好比一場又一場精彩的異國旅行，他也擁有旅者所具備的特質：勇氣、冒險精神、行動力以及開放的心，使他每到一個新的環境，都能如魚得水，以嶄新的眼光探索眼前的風景；然而，岳涵也始終勇於離開舒適圈，不斷給予自己新的挑戰，自我鍛鍊並享受其中！

註 1: Minerva School: 為新型態大學，以線上學習與旅居各國實作專案、強調批判思考與解決問題能力等創新學習型態，於 2014 年開始全球招生，吸引來自世界各地的菁英學生熱烈報考，錄取率 2.8%，比哈佛錄取率還低。



2. 徐天一

自學花式跳繩，不斷超越極限



圖 / 徐天一提供

講起話來有些害羞的天一，當站上舞台表演花式跳繩時判若兩人，他的眼神堅定，充滿自信，在手上的跳繩彷彿被施了魔法，不斷變化，在空中畫出美麗的弧線，又快速的落回天一的手中，他總能快速應變，順勢且自在地與跳繩共舞，偶爾他會突然來一個漂亮的側空翻，使得圍觀的觀眾充滿驚喜，掌聲連連……然而，這些在花式跳繩裡的自在與應變能力，卻是數不盡的苦練與揮汗成雨的日子所累積出來的。

■ 對升學主義的迷惘，開始尋找學習的意義 ■

天一笑說，自己小時候是一個野孩子，總是喜歡在田野間跑來跑去，不見人影，喜歡徜徉在大自然中探索生命，找尋新的發現，然而這樣充滿好奇心與活潑好動的他，在就讀國小後，卻被老師貼上壞孩子的標籤，而他也觀察到，學校老師對於學生的態度是基於學業的表現，因此他開始努力用功，希望老師能看見他的努力。

開始發奮圖強的天一，成績不斷進步，最終考上了國中的升學班，然而，在數不清熬夜苦讀的時日，他也不禁開始思考，究竟自己是為何而唸書？是為了獲得老師的認同嗎？學習究竟是為了什麼？

他帶著這份疑問，開始詢問周遭的老師、家人、長輩，然而，得到的回答是：「你唸好書就好，想那麼多幹嘛？」、「好好準備考上好高中就對了，不要亂想！」

天一深感失望，他渴望找到學習的意義與動機，然而，始終沒有得到一個滿意的答案。天一沒有因此而放棄，他開始尋找關於學習的各種可能性，一次在網路上的查詢，他發現竟然有實驗教育、自學的管道！原來在台灣，是有學習選擇權，可以選擇自己想要的學習型態的！

天一對於自學的管道相當好奇，他開始整理相關資料與案例、找尋申請辦法，希望能和學校老師與家長討論選擇自學的可能，但是，在當時沒有人聽過「實驗教育」或「自學」，這些名詞不管對於學校老師或是家長，都過於陌生，因此即便天一積極整理資料，希望能嘗試申請自學，然而卻也都被學校老師與家長回絕。

在當時的處境，天一能理解人對於陌生的事情都會相當排斥，加上自己對未來志向和學習規劃確實還不明確，因此在與家長溝通破局之後，天一也要求自己收心，好好準備考試。

■ 跳繩，開啟自主學習的契機 ■

天一在國中三年級準備基測時，學校有安排許多性向測驗，老師也引導班上同學們開始思索自己的生涯規劃、熱愛以及未來想做什麼？他開始問自己：假設如果可以自學，究竟想學習什麼？自己的熱愛是什麼？

天一想起國小時，班導師曾上過簡單的花式跳繩課程，而他當時非常享受跳繩掌握在手中不斷變化、自由自在的感覺，回憶起當時的感受，仍熱血沸騰。他開始上網搜尋跳繩的相關資訊，在 Youtube 上面發現國外厲害的花式跳繩示範影片，深感興奮，沒想到跳繩可以有如此多變化與層次！因此他開始每天利用下課後的時間，看教學影片，自學跳繩。

爾後考上高職的天一，發現學校的教學方式並不鼓勵同學自我探索，而是不斷的準備未來的大學考試，往往讓自己沒有時間思考未來，升學壓力反而更劇以往，而學校也有安排第 9 節課程，從早上 6 點搭車去學校上課，回到家後，往往已過了晚餐時間，早已精疲力盡，即便如此，也沒有消磨天一對跳繩的堅持和熱愛，他還是努力打起精神，在吃過晚飯後，到家裡附近的學校川堂，在微微的燈光下，窗戶的反光當鏡子，不斷地練習在影片中所看到的跳繩招式與技巧，回到家後，再繼續讀書。

天一表示，剛開始這個方法隔天到學校會完全精神不濟，因此他改變作法，調整為回到家吃完飯後，先睡覺，凌晨 3 點起床練習跳繩一個小時，再繼續讀書。他努力的希望能兼顧跳繩與課業，但是身體仍不敵日夜顛倒的操勞，生了一場大病，高燒不退。

天一在病床上，開始思考著自己的未來，已經找到自身熱愛的他，

明白學校不是自己想要的學習環境，他下定決心，希望能申請高中自學。

在努力與家人溝通之下，已有明確方向的天一心意堅定，決定先辦理休學，想辦法理清申請程序、撰寫自己的學習計畫書。

然而，在家人與師長皆不看好之下，天一說：「當時台中是自學沙漠，沒有什麼人申請自學，因此找不到同學，我也時常在自學的社團發文求救，但是時常得到的不是建設性的協助，而是『加油』兩個字，當時心情真的非常無助」

即便處處碰壁，天一思考如果在網路上求助無門，也許找尋實體活動，或真正在自學生，會有所幫助，因此他想辦法打工存零用錢，北上參加自學團體的聚會，所幸遇到一些自學生樂於分享申請的經驗，才漸漸理清申請程序與完成自學計畫。

■ 在鍛鍊中，不斷自我超越 ■



圖 / 徐天一提供 2017 亞太盃跳繩錦標賽徐天一榮獲個人花式跳繩前八強與團體長繩八人八字冠軍

天一表示，自己的自學計畫，除了學科的安排以外，每一天，一定都會重訓、練習跳繩，對於跳繩的強烈熱愛與學習動機，使得練習跳繩這件事情，不知不覺已成了每天的自主訓練，雖然在鍛鍊中有時身體會感覺痛苦、疲累、甚至會受傷，但是天一表示：「在鍛鍊中，身體會累，但心不會，因為有痛苦和疲累，代表我正在努力超越自己的極限！」每天不停自我鍛鍊、累積扎實花式跳繩實力的天一，在2017年代表台灣，參加亞太盃跳繩錦標賽，榮獲個人花式跳繩前八強與團體長繩八人八字冠軍，跳出耀眼的成績。



圖 / 徐天一提供 與團隊榮獲團體長繩八人八字冠軍

■ 跟隨心中熱愛，生命自然會給你答案 ■

天一表示跳繩這項運動，在國際賽事上是冷門的，在台灣也不被重視，因此相關的訓練或出賽的補助經費微乎其微，他也始終要打工存比賽的機票錢與報名費用，在如此資源困頓的環境，也使得天一需更加自主地找尋出路，打破疆界，他也因此積極的結交國際跳繩選手、教練成為一起打拼的夥伴，即便一路還是有許多變化，但唯一不變的是他對跳繩的熱愛！

天一說走上花式跳繩這條路，他相當感謝母親，因為在自學期間，母親面臨婚姻的變革，也需扛起家中的經濟壓力，他感謝母親勇敢的活出自己的人生，也帶給了自己勇氣。

天一表示：「一般來說，我不會鼓勵別人自學，因為這條路是辛苦的，不是每一個人都適合的，但是只要有人想要瞭解自學管道或如何申請，我很願意提供經驗，然而，我希望不管是否選擇自學，或者是在體制內學習的學生，都可以有



圖 / 天一提供
天一與團隊獲得冠軍

足夠的空間去自我探索，找到自己的熱愛，勇敢的跟隨熱愛的指引，因為熱情會帶領自己過關斬將，走出屬於自己的路。」



圖 / 徐天一提供 天一至國小教學花式跳繩

而目前已是高中自學畢業生的天一，暫未打算繼續升學，決定先服兵役。在等待兵役的期間，天一對跳繩的熱情從未消失，除了日常鍛煉與準備賽事，天一也開始從事教學工作，他決定將這份熱愛，分享給其他小朋友，就像當初國小的那堂花式跳繩課程一樣，默默地在孩子們心裡種下一顆希望的種子。



3. 李昂

樂於接受改變，從中長出新生！



圖 / 李昂臉書

■ 在明星學校遇到想自殺的同學 ■

從小內向文靜，喜歡思考的李昂，總是以成績至上為目標，曾經因為考了全班第二名，沮喪的把自己關在家中，自責的足不出戶。如此自我要求高的她，在升上明星學校之後，功利主義的風氣，使她變得更加苛求自己，高漲而備受壓抑的精神壓力，隱隱然的，像是不斷被充氣的氣球，表面張力與負荷都已將近爆炸的臨界點，在這樣的日子裡，備受煎熬。

國中二年級時，李昂的班級上有一位同學向她表示想要輕生的念頭，受到驚嚇的李昂，開始思考：為什麼這位平時與人互動較霸道的同學會想要自殺？他正面臨著什麼樣的處境？有什麼苦衷？自己可以怎麼幫助他？

深怕一轉眼就眼看同學做出傻事的李昂，開始關心並陪伴著這位想要輕生的同學，聆聽著他愁腸百結的心事，開始逐漸瞭解這位同學心中的矛盾與困境。而一次期末考的早上，這位同學告訴李昂，他感覺自己真的無法承受這一切準備要去自殺了！李昂著急的詢問自己可以提供什麼幫助？希望同學不要做出傻事。這位同學表示希望李能昂陪他出去走走，透透氣，他或許會感覺好一點……深怕失去同學，李昂決定翹課，陪伴同學散心，然而，翹掉期末考是很嚴重的事情，李昂知道自己需要為此選擇負起代價，也準備好回學校受罰並承擔後果，當時的她很清楚自己想保護同學，並會為自己的選擇負責。

李昂一路守護著同學散心，確保同學的安全，然而，回到學校後，所有的老師、家長都將憤怒的矛頭接指向同學，只不停地怪罪這位同學，而當同學說出自己的苦處以及想要輕生的念頭，卻不被聆聽與接受，老師與家長們皆帶著預設立場，認為這都只是同學想要帶壞李昂的

說詞與手段……在一旁看著的李昂，不明白同樣選擇翹課，對於不同的學生，老師的態度為何如此兩極，而沒有人願意去聆聽與理解這位同學的求救，反而忽略他的求救，將他的求救解讀為惡意帶壞自己的手段……。

眼看這一切的不公在眼前發生，卻絲毫無能為力表達與反抗，埋藏在李昂心裡多年的壓力就像那顆持續被過度充氣的氣球——早已超過負荷，終究，爆發。



圖 / 李昂臉書

■ 憂鬱症的來襲，帶領自己揮別一切的理所當然 ■

在14歲時，李昂被判定得了憂鬱症，精神狀況不穩定的情況之下，已無法專心上課，只能離開學校，家人在此時也不知道該如何協助李昂。失去追求成績的生活重心以及同儕的陪伴，只剩家庭尷尬的氛圍與無能為力，李昂決定離家，當背包客，獨自前往離島生活。

來到離島生活的李昂，就像是為自己按下重新開始的設定，雖然憂鬱的情緒仍伴隨在每天的日常，她仍努力打起精神正視過去所累積在心中的沈重感，學習打破自己的心牆，重新喘息。

在優美的大自然環境與碧海藍天的陪伴之下，她拾回自我接納的勇氣，使得李昂逐漸找回生命力、揮別憂鬱。



圖 / 李昂提供

■ 程式語言，開啟自學熱忱 ■

在當時的離島 wifi 還沒有普及，於是她決定開始自學寫 Code，希望能讓 wifi 方便大家都能使用。

這是李昂開啟自主學習的契機，基於一項希望解決的問題，她自行找尋學習資源，想辦法讀懂程式語言，希望能有所改變。因想解決實際生活上的困難，而開始自學程式語言的李昂，無意間，她愈學愈有興趣，一股腦地投入專研。最終不但解決自己生活上所面臨的困難，也幫助了離島上的居民能更便利的使用 wifi。

李昂表示這段歷程幫助自己找到興趣所在，也體會到真正的學習是要能實際解決問題的，她非常享受這樣身體力行的學習方式，並開始實踐在往後的學習歷程當中。

經過不斷的自學與身體力行，開始對於程式語言有所掌握的李昂，決定前往上海實習，精進自己的能力並學習架設網站，她說：「雖然當時薪水不高，但我告訴自己，只要能活下來就好，能讓自己有機會學習專業這點才是最昂貴的。」

在上海實習 8 個月以後的她，逐漸開始思考自己的生涯規劃，是否不再繼續升學？她笑說，當時認真的問了自己：「雖然歌手張懸只有國中畢業，也活得好好的，但我會成為第二個張懸嗎？」帶著對未來的想像與疑惑，李昂不斷的自我探尋，也描繪著屬於自己的未來藍圖。

■ 認識自學生所帶來的震撼：人生不是只有一種可能！ ■

回到台灣後的李昂，思索著對自己生涯規劃的考量，她上網 google 了「自學」兩個字，為了能瞭解更加全面的資訊，她運用網路，連結到

與高中自學有關的實體社群，她決定前往瞭解自學生真正的生活與樣貌。

當時李昂參加台北高中自學生小聚的活動，在活動裡她有機會接觸到自學生，沒想到，這些自學生，帶給她極大的震撼與啟發，也使她開始反思自己的人生。

李昂說：「很多自學生都太有趣了！每個自學生都有自己的個人特色，我當時才意識到，原來人不是只有一種生活方式，認識愈多自學生，就會看見更多元的人生樣貌，而反觀過去在體制內的學習，我們總是被教育，活著只有一種可能性，要去拼命追求與競爭大家認為最好的人生標準答案，但是，我在自學生身上看到，他們完全沒有需要跟別人比較，總是踏實的做著自己，如實表達，並專注在自己的熱愛。」



圖 / 『高中自學生演講小聚』活動

■ 自學後，好奇心重新被點燃，個性從內向轉向活潑 ■

李昂說：「過去在體制內，我的好奇心是被壓制的，在課堂上舉手總是不被老師允許發問，但是在遇到自學生之後，我的好奇心重新被開啟！我總是有好多問題想問他們。」

原本個性較為內向、不善表達的李昂，在遇見不同的自學生之後，她開始讓自己學習敞開心胸去與人交流、認識新朋友，慢慢的李昂從在群體裡不敢講話、過度敏感的內向，逐漸找回自己活潑開朗的本然性格。

她說：「我覺得其中最大的轉變是，我開始比較相信自己，比較不害怕別人的眼光，體制的框架慢慢從我身上剝落，我的膽子變得很大，很多新奇的事情我會想要去瞭解與嘗試，對學習的好奇心與熱情在這個過程中重新被點燃。」



圖 / 李昂提供與自學生的合照

圖 / 李昂參加同志大遊行



■ 拿到北京的工作機會，Google 是我的好朋友！ ■

李昂於 104 學年開始申請高中個人自學，在自學的歷程當中，李昂表示 google 真的是她學習路途當中非常好用的工具，李昂表示，不管個性內向還是外向，都可以 google，她說：「當我有任何想找的東西，只要使用 google，就像在浩瀚的宇宙裡，伸出手，就能抓取到自己想要探究的線索。」而善用網路資源學習的李昂，她的自學計畫裡的學習，也著重於做中學，累積自己的實務經驗。

李昂提到她當時得到一份北京工作的故事：「當時我用了一個 app，我基於使用者的感受，覺得這個 app 太難用，有很多可以改善的

地方，於是我便上網 google 這間 app 所屬公司的 CEO 的聯絡資料，我當時寫了一份使用者經驗的感受，技術上的解決方案與建議，沒有想到，這位 CEO 回信給我的是，給予我到他們北京公司工作的機會。」

「後來我決定到北京工作，因為我覺得自己不擅長團隊合作，所以要去學團隊合作。

一開始有很多專業的用詞我聽不懂，我不會就 google，就去查資料找學習資源，趕緊學會，很快的就能讓自己上手。」



圖 / 李昂攝於北京

李昂也表示，自學後她開始學會去建構自己的學習資源，而這個能力在過去體制內的學習是沒有機會練到的，因為老師或補習班都已經幫你安排好了，但是這樣卻會使得學生完全沒有找尋、整合資源的能力，

而在自學之後，她發現必需磨練這項能力，然而帶給自己的幫助與好處，是超乎原本想像的，因為這樣的鍛鍊，使得自己在任何環境與難題面前，都能找資源想辦法克服困難，提升自己的能力。



圖 / 李昂推廣開源軟體的科技年會，盼能資訊流通平等

■ 前往敘利亞內戰擔任難民志工 ■

李昂提及在自學期間，她也會每年至少規劃一次背包旅行，她覺得旅行，能使自己從原有習以為常的生活中抽離，遊走在異國風景，往往能有更開拓的視野，協助自己回頭檢視現況。且在旅行當中，有大量獨處的時間，可以沉澱與充電，而曾經受憂鬱症所苦的李昂，知道壓力管理的重要性，並注意自己的精神狀態，旅行中往往能帶來壓力的釋放與精神的提升。

樂於旅行與出走的李昂，在 17 歲時和背包客朋友搜集物資，前往土耳其敘利亞內戰的前線，擔任難民志工，面對可能危及自身生命危險的決定，李昂表示她很感謝媽媽，始終相信她，並給予精神上的支持，明白各自是出生於不同世代的人，所以一定有代溝，對世界的認知跟想像一定會不一樣，她們接受彼此的差異，彼此尊重。

在土耳其擔任難民志工的時期，李昂表示當時自己在這個時刻每天的戰爭跟混亂使她沒有時間感。原本雖然規劃只去一個月，但是當時因為戰爭太嚴重，機場關閉，因此待了三個月。

其中最讓李昂永生難忘的是，志工其中一份工作，就是保護小孩，而許多小孩的父母都已經死了，家裡大多只剩祖父母留著陪伴小孩，然而他們的工作是必需要強制帶小孩去安全的地區，在面對隨時可能天人永隔的場景與孩子所剩唯一的親人，即便小孩再如何拒絕離開，她的工作就是必須強制帶走小孩，小孩奮力掙扎與掙脫救援，而在這個過程，李昂跟著孩子一起哭，陪著孩子一起心痛，她思考與掙扎著，究竟什麼是對的？要讓孩子留在戰爭可能所及之處與親人共處但隨時可能死亡，抑或要確保孩子安全，但是必須與親人分離？

三個月在土耳其的經歷，李昂說她改變很多人生觀，她開始能體諒別人在無常中的變與不變，回到台灣，降落到桃園機場，她第一個念頭是：「能活著真好！只要能活著，一切都很好！」她開始更加珍惜身邊的所有，並更有意識的探尋生命的意義。

■ 錄取清華大學拾穗計畫 ■

一次參加國際黑客松比賽當中，李昂認識了她生命中的兩位貴人，一位是工程師，另一位是創業家，兩位原本素昧平生的長輩，在一次的國際活動相遇，成了往後李昂在生涯、學習上請教的對象，李昂說這兩位長輩的存在，就像是朋友、也像是教練、更像是精神導師，往往在遇到生活中窒礙難行的關口時，能向長輩訴說與請教，而他們也樂於提供有建設性的建議與支持，使自己勇敢前行。

而一次在與這位工程師前輩討論自己的未來時，前輩以犀利且實務的眼光，帶著李昂去分析自己所欠缺的能力，而建議李昂在自身能力未能滿足野心之前，先靜下心來好好學習與進修，工作不急於一時，但是許多學習機會要趁年輕時把握，他建議李昂回到校園好好學習如何與人建立關係以及組織能力，並進修專業。

李昂在聽完建議之後，便好好思考沉澱，讓自己收心，因為她認為好奇心跟安全感其實是對立的，從 14 歲開始自己一直在強迫自己練習放棄安全感，但是好奇心愈大，探索愈大，安全感也會愈小。而這幾年的冒險固然精彩，但其實沒有安全感，所以想給自己一點時間，穩定下來，建立一些安全感，也像貴人所建議的，好好進修，專心培養技能，於是李昂用心準備特殊選才的大學申請，順利錄取 107 學年清華大學拾穗計畫。而即便尚未開學，充滿學習能量的李昂已經積極的走入清華大學的校園，探索學制與課程，認識新朋友、請教學長姐，並受邀至清華大學學生會的擔任資訊部部長，希望能爭取優化學校選課系統並重新建置學生會網站。



圖 / 李昂於交點分享自身故事

■ 自學留下的禮物 ■

李昂的學習歷程，豐富且深刻，而她也始終帶著如哲學家般的本質，不斷探究生命的意義與可能，李昂認為，這一路走來，留下了兩份珍貴的禮物，而這兩份禮物她也始終提醒自己必須保有在自己的人格之中。

第一個禮物，是成為自己的鏡子，不斷的自我面對。

第二個禮物，是擁有健康的得失心。

李昂認為有得失心是好的，可使人有進取的動力，但是以往她在體制內學習的得失心不是健康的，是沒有得到，就想自毀或自我貶低的得失心，她認為，自學後遇到各式各樣的自學生，發現要找尋自己的生命

本色，無關乎跟他人比較，健康的得失心，是跟自己比較，只要對得起自己，就夠了。

李昂對於即將選擇走入自學的學生，有想說的話，她引用愛因斯坦的名言：

唯一的不變，就是改變！

李昂認為生命中會有很多變化，所以請樂於接受改變與挑戰，慢慢會發現，自己能從改變中重生，長出新的力量！

而她的生命經驗，便是這句話的最佳寫照，就像是化蛹的毛蟲，在蛻變之際，接受變化，熬過痛楚，最終能找回生命本色，綻放飛舞。



4. 金瑄庭

消化社會期待，成為自由的真我！



圖 / 金瑄庭臉書

■ 對主流價值感到疑惑，促使自我探索 ■

金瑄庭是一位從小在台北市市中心長大的孩子，然而，即便在繁榮的都市、衣食無虞的環境中成長，許多生活裡的『理所當然』以及『主流價值的規則』卻也讓瑄庭產生諸多疑惑，她說：「我的父母雖給予我衣食無虞的生活，但因為忙於工作，所以對於照顧我的心理需求層面還是比較缺乏的，因此累積了一些問題，我開始對於學校裡老師所給予的觀念產生疑惑 – “讀書是為了要考上好學校，未來才能有好的生活”，但是我現在的生活已經很好且滿足了，那還要追求什麼樣的好呢？撇除追求成績以外的我，究竟為什麼而活著？」她不斷思考、探尋學習和生命的意義，卻也愈來愈迷惘，而這些未解的迷惘與疑惑，如同迷霧般的累積，始終撥雲卻無法見日，遮蔽當下視線，也阻擋了未來。使得在國中時期的她開始陷入憂鬱與焦慮，每天上學當她抵達校門口便會開始顫抖、焦慮不已並陷入無以復加的憂鬱情緒。這過於龐大的迷霧，已將她團團圍著，無法前行。國中二年級時，瑄庭開始拒學，她選擇待在家裡，或去誠品翻閱、探索自己有興趣的書籍。過了一段時間的修復，她提起勇氣回到學校完成國中學業。

然而，瑄庭表示當時學校的輔導功能和支持系統較弱，對於她在惘恍迷離的青少年時期，當面對自我探索、找尋社會位置和自我價值感的心理需求時，常常是自己摸索，較為辛苦且破碎，因此，也成了她後來希望能學習諮商跟助人工作的原因。

■ 哲學課啟發思考與表達力 ■

高中時期的瑄庭就讀高職，而學校對於學生的要求並不鼓勵思考和發想創意，而是相當追求統一標準，因此更加無法適應。同時，瑄庭也利用課餘機會前往實驗教育的推手 – 唐爸，開設的哲學課。談起哲學

課時，她語調上揚的說：「唐爸的哲學課程對我有蠻大的影響，我覺得有療癒的功能，因為在哲學課裡，總是被鼓勵表達自己的想法和聆聽別人的思路，那是我第一次發現，原來有師長與家長願意聆聽與理解孩子的想法！因為小時候會覺得沒有任何大人會在乎小孩的看法，因此在這門課裡，我開始學會思考和表達。」獨立思考意識開始茁壯的她，決定在二年級時，開始申請自學，參與高中自學團體，走向三年的自學計畫。

■ 在百無聊賴之中，仍有非做不可的事情！ ■

瑄庭表示剛開始自學時，會有一段時間處於慵懶、鬆散與沉潛的過渡期，那是當所有心上的束縛被卸下之後的修復期，無論是還摸不清楚方向的自我質疑，抑或是對於身旁事物提不起勁、興趣缺缺，都像極了待在無所適從的繭蛹裡，而過去的自我正逐漸死亡，準備迎接新生的自我。她提及過去這個階段有極大的轉變：「也因為百無聊賴，所以那些始終被存放於內在底層，隱隱然的聲音和動機，都變得特別明顯且容易覺察！也因為如此，內在動機與內在酬賞自然升起，我發現自己仍有非做不可的事！」

由於過去自身學習經驗當中的失落和體會，使詩晨內心升起強烈的學習動機與使命感，因此除了跟著自學團體學習學科，她也開始自主找尋學習資源，走入諮商領域並參與人本的師資培訓、擔任助教與安排實習工作。

■ 體驗多元的生活方式，從中反思心之所向 ■

除了學科、諮商領域、教育相關的學習，特別的是瑄庭在自學期間，她也有意識的安排自己去體驗不同的生活方式，以反思自己想要的生活樣貌為何？

她提起過去曾經參與「東海岸徒步行動」，這是由一群位於都蘭的藝術家與原住民所發起的環保運動，對於這份經驗她說：「在這裡我接觸到不同的價值體系，看見有別於主流價值對成功的定義以及溝通方式，像在這邊他們都是共識決，跟一般多數決很不同，因為對人的相信不同。他們會去傾聽不同身份的人，讓每個人的聲音都有機會被聽到，自然而然在表達中會形成一份理解。」



圖 / 瑄庭參與東海岸徒步行動

勇於體會不同生活方式、意識形態的瑄庭，不止參與社會運動，也曾經至國外探索，而其中讓她印象深刻的是前往舊金山遊學的經驗，她說：「走在舊金山的街頭，即便是陌生人，都會熱情的打招呼，另外因為是第一次獨立生活，我開始學習照料自己的日常起居、煮菜煮得很開心。在當時遊學團的同學都會找台灣人一起玩，但我會跑去認識當地人或是他們覺得有點危險的地方冒險，但也因為這樣我看見很多不同的風

景。像是一次認識了一位黑人街頭藝人，跟他聊天之下才瞭解美國的貧富差距有多嚴重，我覺得在那裏你會看見許多迷人的多元性，但其迷人的背後，仍有資本主義的殘酷。像是觀光客吃不完的麵包和食物丟滿地，結果鴿子吃得比路邊的乞丐還好。而這些經驗和景象，在學校是體會不到的。」

在接觸過許多不同生活方式、文化、價值體系的瑄庭，曾經思考是否要選擇充滿憤怒但善良的生活理念，但漸漸隨著時間的歷練，她帶著更深刻的眼光看待在臺灣和世界上的各種社會現象與議題，發現成因錯綜而複雜，因此她更加渴望能理解其背後的社會脈絡。然而，也因為如此，她發現自己選擇的學習領域，會跟自身的生命脈絡最相關，也會是最有動力去完成的事情。

■ 自學帶來的禮物：所有的經驗，都成了寶貴的資糧 ■

瑄庭成長的歷程始終帶著深究的眼光，觀察外境也瞥見內心。結束三年自學計畫後，她決定申請國立臺北大學進修部社會工作系：「我決定去念大學是因為我發現自己的能力還不足，還無法做自己想做的事，會知道自己能運用的技能和知識還太少，也無法說服別人，所以先靜下心學習。而後來之所以能夠錄取，很大一部分是基於自學時期所累積的經驗，以及經驗中的反思，讓我能有自己的思考，再者因為自學時期的學習是與社會連結的，所以也有機會累積人脈，過去的老師或工作的老闆也願意幫忙寫推薦信，是很感動的經驗。」

瑄庭表示，由於過去在自學時期，能自主地探索有興趣的事情，所以各領域都有接觸一些，而上大學裡的學習資源可以幫助自己巧妙的將過去的所學整合起來。她說：「我過去因為學過一些諮商、教育、社會學並參與社會運動，所以會知道自己的能力與條件，知道自己需要學習

什麼、為什麼要學這些和教科書裡的理論價值在哪裡、可以如何運用。在大學裡的學習對我來說是一種梳理，我也因此學習到更多詞彙幫助自己去表達和整理過去的經驗，出自於內在的學習動機愈來愈強烈。」

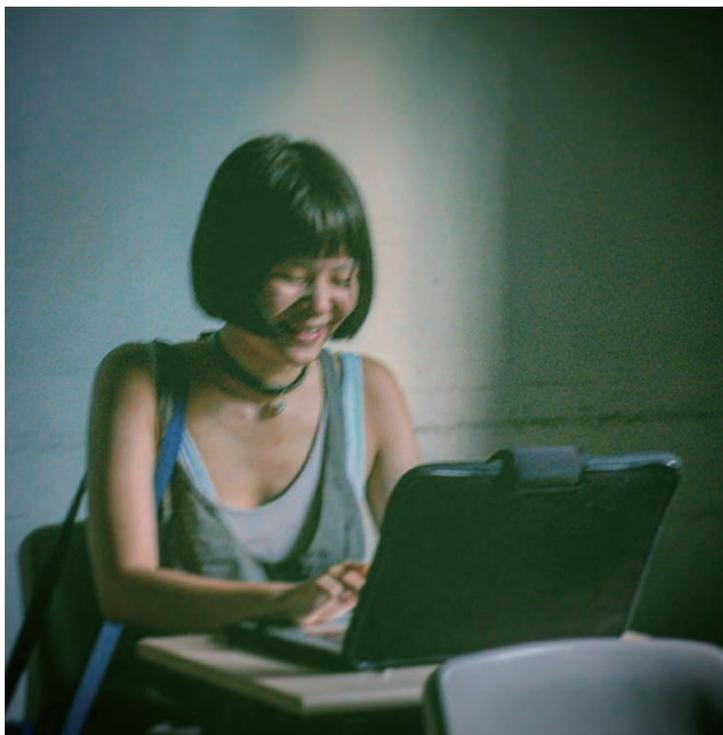


圖 / 瑄庭於臺北大學

■ 建置學生會，為進修部同學爭取權益 ■

進入大學的瑄庭除了帶著強烈的學習動機和豐富的體會，她也渴望能將自己身上的累積化為實踐，因此當看見進修部的學生權益與日間部學生的落差，同時承受許多污名，同學對自己的身份沒有認同感，她因此希望能做些改變，所以開始組織同學、與校方不斷溝通協商，最終成功使學校修改學生自治法，成立了合法平等的進修部學生會，讓進修部的同學能享有平等的權益。對於成立學生會這一路的辛苦與磨練，對她來說意義深重的，她說：「一方面我是藉此在鍛鍊自己能成為獨當一面

的助人工作者，另一方面其實也是看著過去實驗教育的家長或教育工作者是如何努力的在為自己小孩或學生爭取社會空間和學習權益，耳濡目染之下，知道自己其實也可以為值得的事情努力去爭取的。而學生會的成立也支持了很多同學，有機會和其他大學交流，會看見同學從一開始的毫無認同感和沒有自信，到後來擁有歸屬感、長出力量並對自己有所期待，看見這樣轉變，對我來說是很滿足的。」



圖 / 瑄庭於臺北大學進修部學生會

瑄庭進到大學校園後，不只將過去的學習統合也有所實踐，她也發現自己有些特質和能力是能對團體有所貢獻的，並且更加懂得如何與別人合作。對她而言，社會工作的學習除了分析社會現象以外，也是關於社會實踐的一門學科，目前也有修教程的她，認為社會工作專業領域的訓練是要能提出解方，而在教育領域要會設計課程，其實都是在解決問題，慢慢練功，學習從不間斷。

■ 消化社會期待，成為自由的真我 ■

瑄庭觀察到自己相較於其他大學生，有一個較為顯著的優勢：「我覺得我的家庭背景和父母較自由的教養態度，使我所受到的牽制比起一般大學生比較少，所以能提早消化掉社會期待所帶來的限制，有勇氣去探索自己的各種可能性，在自由當中發現真正的自己。另外一部分是父母除了經濟以外可能無法提供實質的幫助，所以自我探索和學習的責任一直都會落在自己身上。」瑄庭父母的教養態度自由，也始終給予信任和支持，使她一路上始終要為自己負責，而不是為別人的期待負責。

對於想要選擇自學的學習者，瑄庭想要分享：「我覺得在自學階段的累積，不管是寫學習計畫書所帶來規劃的能力、組織能力、走入社會，都會成為往後的優勢。但是每個人所得的資源會因為家庭經濟背景或性格等多重因素而有所差距，這是確實會發生的現象，但是趁年輕時



圖 / 瑄庭臉書

候去體驗和犯錯的成本還是比較低的。另外在自學階段的同學，會互相幫忙，一起成長，我認為這對於青少年階段在尋找社會位置或自我探索時的心理需求，是有幫助的。」

從小帶著深究的眼光成長，在自學階段裡多元探索、發現真我的瑄庭對自己的期待是能將自己的生命經驗與所學整合，落實於實驗教育領域，希望能來能從事情感教育或生涯教育的學習支持團體。一路一直陪伴著自己的瑄庭，也盼望能成為陪伴對世界與自我產生質疑的青少年，找回生命的光芒，就如同當初陪伴茫然無助的自己一般。



5. 高詩婷

全人之於我：
在戲劇裡，直視自己的靈魂。



高詩婷擁有一張標緻的面容，如東方美人般令人難忘，畢業於全人實驗中學的她目前已是一位演員、製片、同時也是導演。她的面孔也時常出現在電視廣告，對於熱愛表演工作的她，於幕前與幕後不斷耕耘著自己的夢想。

圖 / Model：高詩婷 攝影：漠視文化

■ 登山訓練，使我開始相信自己 ■

升上私立國中後課業壓力過大的詩婷，在家人的安排之下，從台北來到了水光山色的全人實驗中學就讀，從小在都市成長的詩婷，第一次全然在大自然的環境當中生活，山林間的鳥語花香、廣大的校園，開闊了她的心情。在全人住校的時光，她也開始學習獨立、打點自己的一切，她靦腆的笑說：「像是住校生活第一次學習如何使用洗衣機洗衣服，學習獨立照料自己的生活是能讓人快速成長的。」。



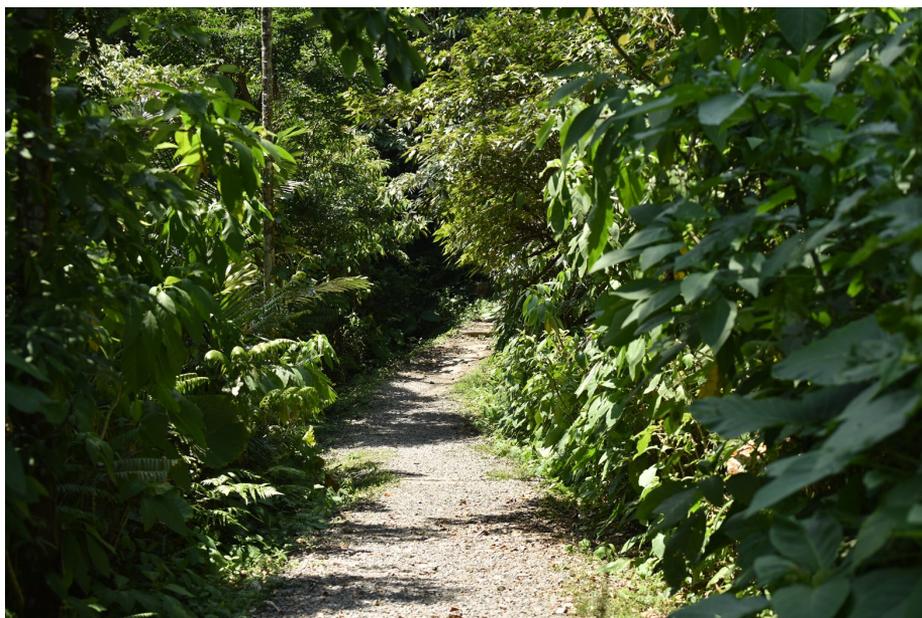
全人實驗中學位於苗栗的山林間，有豐富的大自然環境。

詩婷表示，全人是一所非常尊重每一個人自由意志的學校，爾後之所以走上表演藝術領域並擁有對戲劇的細膩感知，是在就讀全人期間獲得啟蒙。其中在全人最讓她印象深刻的是學校有登山的訓練，她說：「在登山的過程，會發現自己往往低估了自身的體力與意志，原來自己真的能做到征服恐懼與疲憊！登山的訓練，影響我在往後的日子裡，願意開始相信，只要我有目標，有所準備並努力堅持前行，有一天，我一定能

抵達心中的目標。」過去在私立國中較無自信心的詩婷，來到全人，開始找回了心中的篤定。

■ 民主生活帶來真正的理解 ■

一次在全人所發生的事件，使詩婷仍記憶猶新，當時有位同學基於個人情緒因素，將學校的芭蕉樹砍壞了，而在全人非常特別的是學校的校規大部分都由學生參與共同制定，以民主化的方式溝通取得共識，因而有九人小組、生活小組、法官團……等，在當時同學們共同討論如何處理，各自發表意見和在意的地方，最後大家共同決議讓這位同學重新去種一顆芭蕉樹，負責照顧生長。這件事情帶給詩婷啟發，原本以為施予同學的懲罰，卻是讓他有機會好好的認識與感受自己所破壞的植物，去感受生命的珍貴與生長的不易。這個解決之道是出自於同學們共同的發想，當事人也心甘情願的接受。這也不禁讓詩婷開始思考，過去



在一般體制學校所施予學生的懲罰方式，是否真的能讓學生理解，還是只是為了達到威嚇作用但仍一知半解？在全人的民主生活，讓詩婷看見透過民主生活，能使教育有不同可能並帶來真正的理解。

■ 在全人，自由與多元成了我的生命素材 ■

全人是台灣第一所民主學校，詩婷表示：「在全人非常尊重身而為人的自由意志，也給學生很多自由，大部分是隨心所欲的，在學校也有很多東西可以學，我們學生可以自己組織向學校提案我們想學的東西，學校會幫我們找到適合的老師。」在全人自由的學習空間大量探索，自發性油然而生，也有讓詩婷難忘的課程：「我記得有一堂課非常有趣，老師讓我們去看同一篇新聞，不同的報紙、不同的記者是怎麼寫的，寫出來的觀點和立場有何不同，以及其背後的原因，這堂課教我們學習如何判斷資訊，而不是一味的全盤接收資訊，讓我往後在閱讀資訊時，有獨立思考的能力去過篩。」除了資訊的判別，詩婷覺得全人的課程相當多元且靈活，課程內容也相當實用：「我記得還有一堂課叫做聊天課，有點像蘇格拉底式的對談，每一次探討的議題不同，例如：什麼是朋友？大家會一起討論，分享各自的觀點，因此會認識各種不同面向的想法，有一些自己沒有想過的議題，經過同學的分享能有所啟發，有一些想法若不能認同，會更加釐清自己所在乎的關鍵點為何，懂得表達，也尊重差異，接受不同意見，換角度去理解別人的思考脈絡。其實這些討論不會在下課後就結束，而是會延伸到日常生活，我們往往還會在下課後拿生活中的實際案例來討論。」

詩婷在全人的課堂中所學的不是知識的灌輸，而是建立思考與活用的習慣，同時間她也在全人的戲劇和舞蹈課程當中發現熱情所在：「全人也有戲劇課和舞蹈課，在上課的過程我發現自己很投入，能善用表

情、肢體或情緒去自我表達，透過演出，自我凝視，過程中非常享受，我才發現自己的興趣在這裡。」除了在課程當中發現自己的天賦，詩婷回顧之所以走上表演藝術與當時在全人的薰陶與人文素養的累積有極大的關係：「在全人有一百本必讀的文學和一百部必看的電影，當時我沈浸在文學和電影裡的薰陶，許多劇本觸動了我，畢業後我在戲劇上的表現，才發現當時在全人的累積，都成了我可以運用的素材，也醞釀了許多靈感。」

■ 在戲劇裡，直視自己的靈魂 ■

對詩婷而言，在全人發現自己的熱情與天份，並累積人文的底蘊使得往後表演工作能有許多素材和內在能量，選擇走上戲劇表演這條路她說：「身為演員，不同的劇本和角色會帶來不同的刺激與啟發，所以不停的在自我認識，演員的功課，是在自身探索、挖掘各種可能性與面向，透過每次表演，細膩而真誠地去感知、認識與直視著自己的靈魂。我發現人會在乎與自己切身相關的東西，所以揣摩人在不同情境脈絡之中的



圖 / 詩婷提供攝影師：林榮一

心境和情緒並透過表演與創作去呈現，觸動自己的表演，往往也能牽動他人、影響他人，對我來說，每一次在戲劇裡的自我探索，都是一種突破，因為你必須不斷打破自己原有的面具，進入更深的認識，並且向所有的可能性敞開，最後會與自己的靈魂相遇。」

■ 分享熱愛，讓希望延續 ■

目前詩婷除了從事表演幕前幕後的工作以外，也同時至萬里的偏鄉小學擔任兼職教師，雖然只有車馬費，但是她仍願意固定每個星期三舟車勞頓的前往教授孩子英文與表演藝術。她利用有趣的遊戲與肢體表達結合教學，讓孩子們喜歡英文，而不會害怕英文，建立對語言的信心。她也和學生們一起寫劇本，期末時表演呈現。詩婷維持至偏鄉教學今年已是第三年了，她分享自己在課堂上的觀察：「有一堂肢體表達的課程，我讓學生感受自己並在教室裡隨意走動，我發現很明顯的現象是低年級的孩子會自發性地走自己想走的方向和速度，而愈到高年級，學生愈會跟隨他人，並趨於一致的方向和速度，不敢走跟別人不一樣的路線，害怕走錯，我想這跟一般體制教育總是指出錯誤而不是讓學生找尋自己優點有關，我覺得很可惜……」談起教學與對學生的觀察，詩婷語氣堅定，多了一份使命感，從全人實驗中學畢業後的她，前往美國就讀高中，並於大學時期主修戲劇與舞蹈，談起國外的教育，她說：「我覺得正向的回饋對學習者來說是很重要的，大學時曾經有一堂舞台設計的課程，因為我想設計能旋轉的舞台，但是資源經驗有限，所以我沒有做出來，結果老師鼓勵我大膽去發想和堅持自己的創意，不要被資源和經驗所限制，先發想出來，再一步一步解決！在這樣的鼓勵之下，我也突破了原本給自己的限制。」詩婷也表示過去在全人實驗中學就讀的期間，由於老師們對學習者的尊重，使她能有足夠的空間自我探尋，最終找到一生的熱愛，她說：「因為這些經歷，我明白，教育對一個人的影響實

在太大了！」能找到自己的夢想、一路在戲劇領域耕耘的詩婷，認為她之所以能成為自己，很大一部分是因為過往生命中許多教育工作者對教育創新的堅持和老師對於激發學生潛能所作的努力，因此除了戲劇的夢想，她也會持續偏鄉教學的工作，期許自己能成為帶給學生正向影響的老師。



6. 李珮玉

大自然的啟蒙，使我鍾愛生物！



圖 / 李珮玉臉書

■ 嚴謹的自律能力，從小開始養成 ■

李珮玉擁有一雙令人難忘的單鳳眼、陽光般的笑容以及開朗的笑聲，總帶給人甜美的印象，然而樂觀的她，小時候的學習環境卻相當嚴厲。

珮玉國小時因為家人的工作而在北京就讀，她說：「北京的學習氛圍跟台灣的不太一樣，我所在的國小非常嚴格，不管上課或下課，完全都沒有學生的聲音，只聽得到老師講課的聲音。作息非常規律，學校對學生做筆記的訓練和標準非常嚴格，每上完一堂課，筆記裡除了要清楚明瞭的紀錄上課重點，還要能整合自己的觀點。」談起國小時在北京所受的教育，她認為當時的嚴格，雖然不好受，但是也為她奠定了往後自我管理與統合所學的良好基礎。

■ 國中自學與美國高中函授課程 ■

自我要求高的珮玉，一開始回到台灣就讀國中，進度超前的她，對於學習氛圍不太適應，因此於國二申請自學，並與學校合作，平時在家自學、定期回學校考試。

由於珮玉以考國外大學為目標，其母親在朋友的推薦之下，選用了美國高中的函授課程，然而，美國高中一年級的程度，約莫是台灣國中的學科程度，因此她的自學內容除了一般體制國中的學科，也包含美國高中的函授課程，同時規劃進日常的學習，而由於函授課程為全英文的教材，她表示：「一開始有很多陌生的字彙，為了要看懂教材，我只能埋頭不停的查字典，想辦法認識字彙的意義，而不知不覺間這樣的累積，也訓練了我的英文能力。」珮玉認為在學習階段當中要懂得給自己安排比現有程度難一些的挑戰，會幫助自己消化且運用已經會的知識去

學習較艱深一階的知識，能一步一步地前行，而不會一直待在知識的舒適圈當中。

■ 保持開放的心連結資源，結交有共同目標的朋友 ■

珮玉表示自學第三年時，由於想要考取美國的大學而準備 SAT，準備的過程是辛苦的，因為西班牙語是美國高中的必修，她當時為此相當頭疼。但是，非常幸運的，有次在捷運上遇到一位美國人，她便主動敞開心胸和對方聊天，才發現這位美國人大學時的主修剛好是西班牙語系，也考過 SAT！珮玉興奮的告知對方自己的學習需求，並邀請對方擔任家教，爾後，這位在捷運上原本可能只是擦肩而過的美國人，卻成了自己學習階段重要的老師與貴人。而這段經驗，讓珮玉更加懂得積極的敞開心、跨出舒適圈、去參加活動認識不同的朋友，她也因而認識了與她有共同目標，準備 SAT 考試的朋友，因此成了互相砥礪、一起學習的好戰友，而這位朋友也成了她的知己。

說起這段故事，珮玉興奮地說：「自學其實讓我發現這個世界很大！我所能認識、接觸到的人，不只僅限於在校園內，從不同的人身上能學到很多事情。而我也常在想，當時我如果沒有提起勇氣敞開心胸、積極的去與他人連結，我的際遇可能會很不一樣，因為我認為，積極主動的態度會為自己開路！不是只有應用在學習，也包含人生，因為天助自助者。」

■ 大自然的啟蒙 ■

珮玉表示她是一個非常善於獨處、喜歡跟自己相處的人，「享受獨處」是她自學期間所養成的習慣，因為獨處能讓她感受與整理自己的狀態，也能幫助自己靜下心來專注地做好一件事情。而在烏來的家鄉周

遭都是大自然，依山傍水，因此從小她便喜歡在大自然中探索，觀察不同生物的生活姿態「小時候當我第一次看見蜻蜓點水時，便童言童語的在想，牠是在喝水？還是在洗澡？基於從內心不斷湧出的好奇心與想像力，我會去找資料想要學習更多、想要瞭解不同生物所身處的世界。而每一次瞭解不同生物後，就會多一同新的視角來認識這個世界。」也是因為如此，珮玉很小的時候就發現自己對生物和環境的熱愛，立志未來所學要跟生物有關。珮玉說：「長大後，每過一段時間，我都會回到大自然裡充電、休息，再重新啟程，因為每當我靜下心來細細觀察，就會發現大自然裡能學習的東西以及感動實在是太多了！」



圖 / 珮玉表示，獨處、接觸大自然對她非常重要，因為靜下心來感受、思考與自我對話，是認識自己的好方法。

■ 自學是一輩子的事，不會停止！ ■

完成三年自學後，珮玉如願以償的考上了加拿大紐芬蘭紀念大學的環境生物學系。

談起在大學裡的學習，她說：「在這裡，是完全自由的跑班上課，雖有分科系但同科系的同學也不見得會一起上課，所以每個人都非常獨立、都是獨立的個體，很少成群結隊、也不會有小圈圈，每個人都懂得照顧自己，而友情關係真誠但不粘膩，因此能跟自己相處的時間非常多，而我覺得過去獨處的習慣，幫助了我適應這樣的環境，能自處並感到自在！而這裡的老師總是和學生保持亦師亦友的關係，因此很多事情可以討論、交流，老師本身也是不停的在學習。這邊的教學方式比較強調活用，會被要求要獨立思考、發表自己看法，比較沒有標準答案，會讓腦袋比較靈活。」



圖 / 珮玉（右 2）與
大學同學參加活動

回顧自身的學習歷程，珮玉認為從小養成自律的根基與做筆記、整理自己所學並消化的功力，對她後來在實踐自己的自學計畫時，較能得心應手，散漫期與陣痛期較短，然而更重要的是，從小就喜歡大自然、

探索生物與環境的她，很早發現自己的熱愛，設定好目標後，便一路朝著心之所向前行，遇到困難從不輕言放棄。



圖 / 珮玉於大學課堂中

珮玉對於想要選擇個人自學的學習者，有想要分享的話：

「考慮好自己的自律能力如何，是否能自我管理？自我管理能力是要能自我鍛鍊的，我覺得頹廢沒有問題，但要能有把自己抓回來的篤定。而選擇走入自學，最好一定要是自己的決定，不要被別人所左右的，因為要為自己的人生負責，才不會後悔。如果做了決定，就不要怕，努力前行就對了！」

關於有些家長會疑慮自學生是否會因為太多獨處、沒有在學校內和同儕相處，因而不夠社會化？

珮玉分享：「我認為懂得積極主動跨出舒適圈、敞開心胸的自學生，會比在學校的學生更社會化！因為不是被限制在單一的環境當中，學習環境更多元更廣，會遇到不同年齡層的人，提早學習待人處事！」

珮玉認為，自學不該是只有在申請階段才自學，自學應是一種學習態度與能力，是一輩子的事，不會停止！因此對生物有極大熱忱的她，表示大學畢業後會繼續攻讀碩士、博士，她盼望能在生物領域做研究並有所貢獻，願將來能在大學裡擔任教授，向學生分享熱愛與所學。



圖 / 珮玉攝於加拿大



7. 王耀萱

狂野飛速中的洞見與柔情



圖 / 有輪子的交通工具，都是王耀萱的熱愛。

一輛看似有些年紀的越野車停在豐原火車站，遲疑了片刻，猶豫要不要走近時，車窗隨即搖下：「嘿，我是耀萱，快上來吧！」認出我的受訪對象，我快步上前爬進車裡。在修車廠工作的耀萱，為了讓我親自感受他的工作環境，特定從苗栗卓蘭開車到台中豐原接我，上山到他任職的修車廠訪問。「你是不是覺得這台車很老很舊？可別小看他呀，這台車全身上下幾乎都被我改過了，只剩引擎還沒換。現在可以開得又快又穩，抓緊了！」語畢，駕駛一踩油門，我們便開始在鄉間小路的「飆速」，一路往山上奔馳。高低起伏，九彎十八拐的山路在高速行駛下，讓車子也搖晃震動，即使如此，卻不至於晃得令人坐立難安。看來我的受訪者不只對自己很有自信，對駕駛汽車是真的有兩把刷子。就在分不清乘坐的是汽車還是雲霄飛車，駕駛者不知不覺讓我們平安抵達目的地。

■ 興趣與親子關係的角力 ■

一望無際的藍天，卓蘭鎮依附著青山，覆蓋滿片綠意的鎮子在晴空下看來特別純樸。十年前，耀萱提著行李，隻身一人來到全人實驗中學就讀。在耀萱之前，姊姊已經先在全人就讀。姊姊的學習表現，令媽媽也想讓耀萱在全人讀書，而她讓孩子自己決定。耀萱感受到，在全人有更多自由的空間，能做自己想做的事，於是決定在這裡度過他的中學生涯。

「我從小就喜歡輪子」拆下卡車輪，耀萱熟練的將佈滿油污的軸心擦乾淨：「國小畢業時，我的夢想是學維修腳踏車。長大後在國外開腳踏車店。」進入青少年階段，開始追求速度感的耀萱，發現腳踏車已經滿足不了他，叔叔帶他接觸重型機車，卻因為爸爸的反對，只能偷偷騎車過乾癮。十六歲開始，耀萱更是將學習重心放到汽車上，學校為他找

到一座修車廠，以實習的方式學習汽車修理技術。「那時候我很喜歡學校的一輛校車，就跟副校長說要買下來自己改車，改裝後的成品就是我的畢業製作」。當時十六歲的他尚未符合可擁有駕照的資格，即使要買車也須監護人同意。然而，耀萱從不讓外在環境限制他的行動。眼見爸媽和學校都難以說服，他乾脆鋌而走險，一邊拿走爸爸的印章簽下同意書；一邊告訴學校父母已經同意買下校車。學校眼見監護人已同意，也沒有其他理由拒絕，就將校車賣給耀萱。等到帳單寄到家裡，父母才發現他的驚人壯舉。氣急敗壞的爸爸當天就從台北開車到苗栗，打算找兒子算帳：「我要告你偽造文書，你給我等著！」

一到學校，爸爸二話不說衝上前痛打耀萱，大罵不會再提供生活費給兒子：「既然你這麼有本事，就想辦法養活自己和這台車！」耀萱也不甘示弱：「好啊，以後我發達了你也別來沾我的光！」親子關係在幾乎決裂的情況下，長達兩年的時間，耀萱都不曾和家裡聯繫。



圖 / 耀萱向學校買下的校車。左上與左下為改裝前的樣貌，右側則為改裝後的樣子。

■ 實驗教育的滋養歷程 ■

「如果不是建光（老師），我和父母的關係應該更難修復。」在全人實驗中學，師生關係就如同朋友一般無話不談。老師從不全然禁止學生做某件事，只會先分析事情帶來的後果與影響。對耀萱來說，建光老師是他的恩師，從第一次見面時，就指導他修腳踏車、陪他聊心事。與父母因為校車衝突的期間，建光每兩週就會私下跟耀萱父母分享他的近況，甚至說服對方來參加耀萱的畢業典禮。「因為建光沒辦法全程參加我的畢業典禮，我感覺到重要的人不在身邊的失落。他鼓勵我打電話邀請爸媽，電話一接通，爸爸問『希不希望我們去參加？』我就開始掉眼淚，這時才發現我和爸媽有多想念彼此。」

「其實爸媽不是真的反對我做喜歡的事，有時候他們只是想測試我是不是真的喜歡。」回想自己和父母的衝突，除了汽車以外，腳踏車、重機也都曾被爸媽反對嘗試。但當耀萱真的把車牽回家，爸爸看見他的決心，也開始欣賞他的作品。就連因為偽造文書買校車，學校請父母去三方會談，爸爸也在會議上替耀萱向副校長說情：「我兒子就是這樣的性格，他想要什麼就會盡力去得到。如果學校讓他很不甘願的交回車子，他以後肯定會用更激烈的手段把車子拿回來。」耀萱回憶：「我心裡知道，爸媽從來沒有放棄支持我做任何事。」

全人中學給學生許多自由的空間，讓每個人在其中都能成長為自己的樣子。偽造文書取得校車的手段雖然讓耀萱負起停學的責任，「積極爭取自己目標」的態度卻讓副校長陳振淦老師印象深刻，在耀萱畢業後也經常提起，認為「自己想要的東西自己去爭取」是全人想帶給學生的精神。

除了汽車維修技術，在全人實驗中學的六年裡，耀萱也透過「學生

自治」的理念，了解「參與付出愈多，獲得的資源也愈多」的道理。高中三年，耀萱擔任過多項社團社長與自治會主席，還曾登山活動總召，主持學校年度傳統活動。「到了高三，感覺學校幾乎要歸我管了。」社團領導的經驗，讓耀萱看見自己「領導」的天賦：能周全的考慮，也能感染帶動他人，幫助團隊完成目標。

■ 充實裝備，攀上高峰 ■

領導的特質讓耀萱在大學一年級開始，就帶領學校車隊。今年畢業的他，大學就讀大葉大學「機械與自動化工程學系」。原本高三時沒有升學的打算，認為自己在實習的修車廠就可以學到很多，也有足夠的薪水能生活。但是修車廠老闆告訴他：「只有我這裡能接受高中文憑，沒有學歷，到其他地方工作也會這麼順利嗎？沒有學歷，人家只會請你做勞動性質的事，照這樣下去除了苦力之外，唯一能做的就是存錢開自己的車場，但是說不定存到錢時已經五十歲，年紀也大了。而如果去大學學習更多技術，畢業後薪水一定翻倍，做的也不會只是勞動的活。」經過老闆的一番勸說，耀萱感受到對方真心看重他，也會考慮他將來的發展，便開始準備考大學。

因為學測成績不理想，耀萱原先沒有達到入學門檻，但評審委員對這個學生很感興趣，在面試時感受到他的好學。面試結束後，評審委員繼續來找耀萱聊天，提到系主任可以先讓他先進入進修推廣部就讀，隔年轉到日間部。剛進入大學的耀萱，常帶著一種「知道自己要做什麼」的優越感。他認為既然是來學習的，就不該將時間浪費在沒有意義的事情上，同學之間的娛樂活動他幾乎都沒參與。然而，過去在不同體制的學習經歷，也讓他花了將近一年的時間，去適應學校的規定。「在體制內，就算你很想學習，老師也不一定很想教。」無法單靠聽講獲得知識，

車隊就是耀萱發揮所學的舞台。大學四年期間，耀萱有兩次都領導電動車隊拿下全國電動車競賽冠軍與亞軍。這般亮眼的成績，也讓一些汽車機械品牌注意到他，甚至邀請他畢業後到公司任職。



圖 / 耀萱在大學帶領車隊，拿下環保節能電動車賽冠軍

回顧四年的大學歷程，耀萱認為自己的收穫，比他當初所預想的還多。進入大學前，他的專業程度只停留在「汽車維修」，大學畢業後，技術提升到「汽車設計」的層級，也就是從模仿層面提升到創造層面，這也是機械大廠需要他的原因。「希望在三十歲以前，我能自己設計出一台車。」藉由車廠窗戶透進來的自然光，我看見耀萱專注修車的模樣，身上散發專業維修技師的氣質：「如果沒有讀全人，我應該百分之兩百走偏吧。」



圖 / 在修車廠工作的耀萱。十六歲起，這間修車廠就一直是他發展夢想的舞台

■ 自學生觀點 ■

Q：「怎麼找到適合自己的學習方式」？

A：我國小畢業就對這件事感受很深：我認為學習方式分為三種，第一種是「身體力行的學習」，也就是「做中學」；第二種是運用語言和圖像去「透過對話學習」；第三種是藉由「文字」學習。其中我最擅長的是第一種，手把手去學習；最不擅長的是第三種。像是大學的工程數學我就被當了兩次，因為我雖然看得懂文字，但那不是我喜歡的學習方式，會讓我覺得只用文字學習很浪費時間。

Q：「有些人覺得自學生的學習經驗有些偏頗，因為都只接觸有興趣的事，你的看法是什麼？」

A：真的偏頗嗎？我覺得比起大學都快畢業卻還不知道自己到底想做什麼，早早就找到自己喜歡的事，花時間去投入並把他培養成專業，不是更有效率嗎？

Q：「假如要對即將選擇自學的學習者給個建議，你會說什麼？」

A：請先問問自己，想透過「自學」學到什麼？想清楚之後再提自學計畫。我身邊有太多案例，都是他實際自學後，發現跟他想像的有落差，就開始耍廢。如果你要自學，就要負責任把這個歷程走完，因為你的人生沒有時間浪費。



8. 李情

在自學中找回目標與熱情



圖 / 自學期間，李情和大學生一起辦暑期營隊，帶國小孩子認識自然

初見李情，害羞溫和的氣質從靦腆的笑容與英氣的眉宇流露，言談間卻能感受到對學習的積極與企圖心。今年 22 歲的她，從高一開始自學。三年自學的歷程，她投入公益界，多次海外志工的經驗，讓她於 2014 年獲得「保德信青少年志工菁英獎」。訪問在李情家中進行，父母曾經營過書局，家裡藏書量多得像個小型圖書館，這裡同時也是陪伴她自學生活的場域。

■ 體制中的迷失成為自學動機 ■

李情從高中一年級開始「個人自學計畫」。國三時，基測表現不理想，使她選擇台南某間私立高中就讀。每天從位於新左營的家，通車一個半小時到台南上學，來回就要三個小時。除了舟車勞頓帶來的疲憊，更讓人逐漸對生活喪失熱情的，是日復一日為了「應付考試」的學習。

「某天上課時我正在打瞌睡，突然驚醒過來，問我自己『我到底為什麼要坐在這裡？』我才發覺，所有的學習都只是為了考試，為了成績。」她想從低迷中找到轉換的可能，原本打算轉學或休學，偶然間爸爸看到「個人自學計畫申請辦法」，鼓勵李情試試看自學，並且陪伴她一起撰寫「自學計劃申請書」。

■ 向外探索找回學習熱情 ■

我希望這段自學的時間，能幫我找回學習的熱情」這是李情剛開始自學時訂定的目標。她希望自己仍然朝大學的方向前進，但可以運用自學的彈性，探索自己真正喜歡的事，而非盲目的選擇。學科知識，起先對她來說仍舊乏味，在參與志願服務後，她發現自己對公益的熱情，也看見缺乏的能力，學習動機重新被點燃。「原本以為做志工就是奉獻自己，經歷之後才發現，志工與受助者彼此是雙向給予。」從辦營隊、淨灘，甚至到寧夏陪伴偏鄉孩童讀書、在泰北進行反毒培訓，李情透過公益看見自己的價值，也讓她在2014年獲得「保德信青少年志工菁英獎」，並且立定志向：大學以就讀社工系為目標，希望將社工與傳播媒體結合，讓弱勢族群的需要，能透過媒體被大眾看見。

向外探索的經驗，讓李情在書桌前面對學科時，有一套新的方法：她將關心的議題與學科知識結合，嘗試用自修裡的內容，套用在生活情

境思考。例如太陽花學運期間，她正好讀到民主制度與台灣選舉制度，為了能完整了解事件經過，她把相關法條都讀了遍，而不是依賴懶人包。



圖 / 李情參與海外志工，於 2014 年獲得保德信青少年志工獎

■ 回歸體制仍舊如魚得水 ■

高三那年的指考，李情考上國立臺北教育大學的「心理與諮商學系」，雖與當初設定的目標稍有落差，她歡快地分享自己的收穫和成長：「心理諮商系幫助我看到更大的世界，也讓我更了解人。但和從前不同，我不再隨意地給予他人建議，而是用陪伴和接納，讓每個人都成為自己想要的樣子。」

上了大學如同回歸體制，李情卻沒有不適應的狀況。同學回饋她：相較其他人不知道學習的意義，感到痛苦，她在大學中更如魚得水。因為李情知道自己要什麼，並且懂得管理時間，將心思都放在想學習的事

物上，而非消耗時間的娛樂。這些，都是自學帶給她的能力：運用自學的彈性探索自己的興趣與熱情、設定目標後尋找符合自己特質與能力的方法完成、在實踐過程中看見自己的不足，成為改進方向。



圖 / 李情到尼泊爾擔任志工

■ 自學收穫帶領自己持續前進 ■

在公益這條路上，李情計畫未來成立一間社會企業，推出能讓大眾體驗身心障礙族群的服務。她期望將「心理諮商」與「商業」結合，讓助人的事業能永續發展。隨著年紀的增長，她不再只是懵懂的少年模樣，認識愈來愈多的社會現實面，也讓她將抽象的願景轉化為更清楚的目標：期許自己以「企業家」為立足點，不斷擴大自己的影響力。

「曾有人問我選擇重要還是努力重要？曾經我一直認為努力比較重

要，那是因為我的人生一直走在平坦的大道上，只要努力就可以了；這次，我來到了十字路口，無法只依靠努力，終於需要做出選擇了，我才驚覺原來選擇比努力更重要。我不能確定我的選擇是否正確？但每個安排都是最好的安排，唯有愛我所選、全力以赴、盡我所能，才不會讓自己後悔！」這是李情申請自學以前，在部落格寫下的「自學宣言」，多年前踏上自學以前的戰兢，隨著時間化為真誠與自信。一路陪伴她的，是同樣為公益與社會服務的志工朋友，是永遠在身後做後援的家人，是自學之路結交的知己，還有那個勇敢踏入未知，不斷蛻變的自己。

■ 自學生觀點 ■

Q：「除了志工服務和學科知識以外，自學期間還有學習其他東西嗎？」

A：我在「高雄市望角攝影藝術研究會」學習攝影，因為我想將世界的美記錄下來。學會攝影中的構圖，看世界的方式都不一樣了。還有唐光華老師開的哲學課，每個月會有一群自學生在我們家一起上課。我原來是很「實務型」的人，要一直感覺到自己學習的事物有價值，才會有動力；哲學課讓我看見抽象思考的重要性，去探討事物的本質而非只有表面。除此之外，高一暑假參加的「高中生人文及社會科學營」對我影響也滿大的，增加我在學科知識的廣度和深度。營隊期間認識很多同年齡的高中生，對不同社會議題都有自己的看法，並且能清楚論述。那時候我覺得他們很厲害，很希望自己也成為那樣的人，回來念書時就想到把知識跟關心的議題結合，更能理解活用。

Q：「自學歷程中，有哪些人對你產生巨大的影響？」

A：爸爸媽媽就像是我的後勤部隊。當我對任何事情感到興趣，他們都支持我去嘗試。爸爸曾經寫過論文，撰寫自學計畫書時，他教會我

怎麼清楚的表達；媽媽則是我的心靈陪伴，總是傾聽我，給我力量。在自學之前，我和媽媽沒有那麼親密，自學期間讓我們有更多時間相處，關係變得比較像朋友。我認為父母是否支持學習者，對學習者本身有很大的影響，因為高中畢業之前，大部分生活所需還是要仰賴父母提供。以我自己的經驗，比較清楚自己要做什麼、學習什麼，可以得到父母比較多的支持。

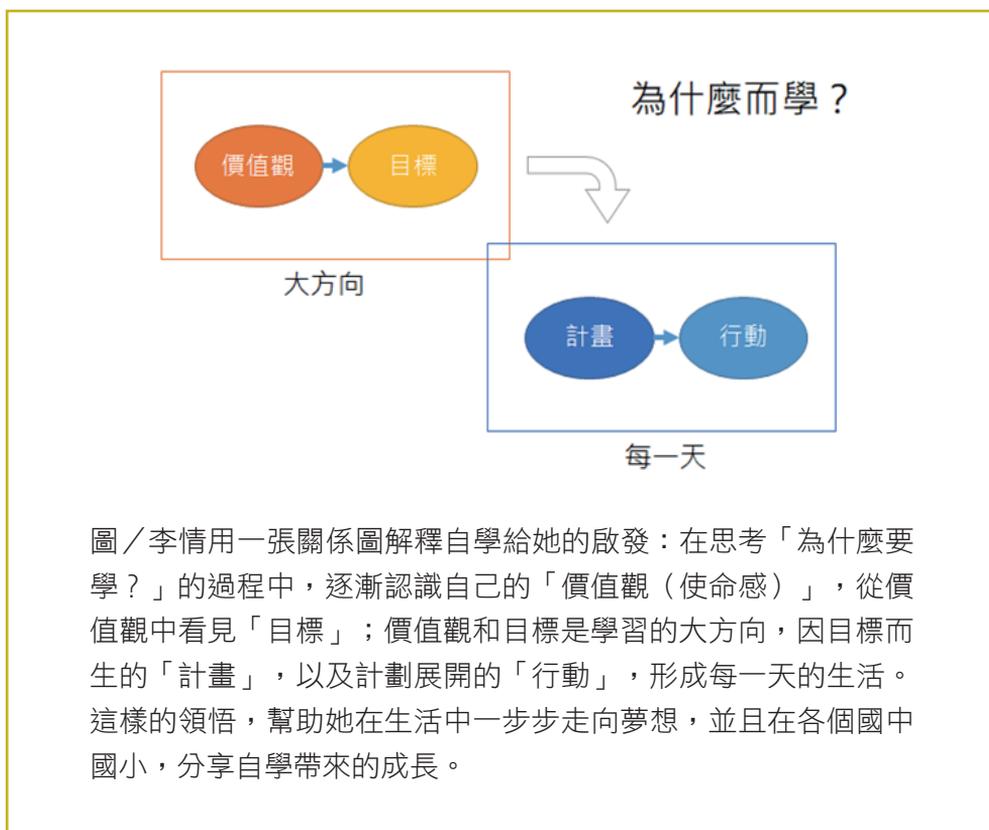
除此之外，我非常感謝國中班導兼國文老師黃裕文老師。上高中後，他很關心我的狀況，也感受到我沒有以前那麼快樂。在申請自學計畫時，我請他幫我寫推薦信，他在信中詳細描述我的特質，用我國中的詩詞作品，告訴委員「李情和其他同學不一樣，她要奔赴的前方，應該比歷屆考題和標準答案更廣，她的步伐應該邁在比熟悉重點和背誦公式更泥濘，更顛簸，更陡峭，但也更美麗動人的地方。」我感覺到理解和支持，因為他看到我想透過自學找尋自己。

另外還有在「保德信志工獎」認識的其他志工，我在他們身上看見很多讓世界更好的不同方法。我們現在都還會聯絡，因為社會服務這條路上，很多現實面會讓你很沮喪；但是如果有共享信念的夥伴，就能不斷感受到溫暖和動力。

Q：「怎麼找到自己想做的事？」

A：當我有一個明確的目標，我就會知道為了達成目標，應該要具備哪些能力或做到哪些事。例如為了創立社會企業，我需要學習商業知識，專案管理等。而為了學習領導組織，我也擔任系學會會長，或是跟同學參加創業競賽學習提案。不過，並不是每個人都能在年輕時找到自己的目標，或知道自己要做什麼。回想我怎麼找到目標，我認為是來自「使命感」。我從高中就想要創立社會企業，可是當時對我來說，這是個很模糊的概念。我之所以想做這件事，是因為

我有「想讓世界變得更好」的使命，基於這個使命，我開始問自己，怎麼做可以讓世界更好？於是我找到「成立社會企業」這個大目標。接下來，我把大目標切割成好幾個小部分，讓這個計劃成為我每天的生活，那麼我就可以透過逐步完成這些小部分，持續向目標靠近。



Q：「怎麼找到適合自己的學習方式」？

A：就學科而言，我嘗試過各種方法，包括自己讀或運用線上學習平台。自學很大的優點是，讀書的時間不受限制，學校一堂課是四十分鐘，但是自學可以自己設定一個科目要花多少時間學習。這也讓我發現，「查詢」是最有效的學習方式，他代表一種「主動」去了解某件事

的行為。例如我今天讀歷史，讀完講義後對某個部份感到好奇，就去查史料，更加深入。我有興趣的部分。「查詢」的動作應該是學到最多的狀態，因為那時候的自己發現「這個東西我真的好有興趣，我想再多學一點。」

Q：「怎麼尋找學習資源」？

A：首先要有想要嘗試、學習的東西，接著你就會往這方面去搜尋。過程中，爸媽也會幫我找相關學習資源，像是《高雄市望角攝影藝術研究會》的課程就是媽媽告訴我的。而「海外志工」的機會，是我自己上網在「微客」志工平台上找到的。

Q：「有些人覺得自學生的學習經驗有些偏頗，因為都只接觸有興趣的事，你的看法是什麼？」

A：以我自己來說，因為自學期間有準備升學，可能不像一些專才的自學生，完全投入在某個領域；但我不覺得完全投入專長不是偏頗，能在年紀輕輕時就知道自己想做什麼，是很難能可貴的。資訊碎片化的時代，人們愈來愈沒有耐心，大家都需要立即的反饋，看不到具體的成果就轉換跑道。現在不是都說斜槓青年，幾年前的 T 型人才也變成 π 型人才，但那個前提也是你其中一隻腳要站穩呀！所以專才的自學生，在年輕的時候就深入某個領域，我覺得很難得。如果不希望學習經驗偏頗，可以在深入專業時，也對其他事物保持好奇，不要完全拒絕就好。



9. 陳慧潔

勇敢是最好的裝備，
冒險是青春的特權



圖 / 慧潔攝於澳洲

「哈囉大家好，我是慧潔，我給自己一個特別的休學禮物，就是來澳洲打工度假一年。很多人問我為什麼選擇凱恩斯作為第一個城市，因為這裡除了海很美，擁有大堡礁之外，我也很喜歡這個城市的熱情。」新聞畫面裡，女孩宏亮自信的嗓音，閃閃發光的眼神，讓人對她目不轉睛。聽過慧潔的演講，閱讀過她的著作，影片中這位年輕的旅行社行銷企劃，在我眼裡卻是既熟悉又生疏。

「陳慧潔」這個名字在自學界並不陌生，14 歲就 東非饑荒籌辦募款音樂會，15 歲獲得保德信青少年志工獎，17 歲時擔任市議員候選人的競選助理，並出版書籍「有了夢想，然後呢？」介紹自己的學習經歷。同時自 15 歲起就長期佔據「最年輕演講者」的稱號。公益、政治領域似乎是大眾對她直覺的印象。當慧潔於 2016 年錄取清華大學拾穗計畫並前往就讀，許多人都感到意料之外，因為慧潔自 8 歲起就在家自學，清大可以說是她的第一所學校。而後，2017 年，慧潔決定從學校休學一年，到澳洲打工度假。（參見親子天下報導）此番決定更再度跌破眾人眼鏡，好奇她的選擇。我常在社群媒體上看到慧潔的相片：碧海藍天下，女孩總用自信的笑容，分享自己五彩班斕的冒險。

年紀輕輕就在公益界闖出一番成果，進入大學後，又為何選擇休學？到國外打工度假，她看見什麼，認識了怎樣的自己？在經歷這些過程後，她怎麼看待學習？為了解答這些疑惑，我採訪這位資深自學者，希望她分享自己新的收穫與成長。

以下為採訪精華：

■ 說走就走，世界就是最棒的教室 ■

進入大學就讀前，慧潔曾為自己設下幾個原則：其一是不以畢業為目標唸書。對她而言，大學很像一座圖書館，必須要自己尋找想學習想學的事物。大一時，她都選擇不同領域的課，在第一週選修非常高的學分，開始逐步減少。藉由參與第一堂課，判定教授教什麼，思考這堂課值得自己修習嗎？如果不適合就退課。

體驗了一年大學生活，慧潔發現清華大學是較著重資工領域的學校，當時的他無法在學校裡，找到與自己興趣匹配的領域，因此有了休

學的念頭。不過，真正在行動前推她一把的，卻是父母的放手與支持。

「休學之前，我很猶豫。因為我清楚我的個性，很有可能這輩子再也不會回學校，而這一年就是這輩子唯一的大學生活。」還未下定決心前，他將休學同意書拿給父母簽名，看到他們絲毫沒有過問原因，慧潔感到驚訝。父母告訴他：「十八歲以後的人生就是自己的，你可以自己決定如何選擇，但同時也要為自己的決定負責。」

既然爸媽都沒在擔心，自己又何須再猶豫？慧潔想起大一整年，學習的內容都侷限在教室裡，他想要換個環境，看看世界長什麼樣子。直覺告訴他，離開台灣能收穫更多，因此他決定申請打工度假，到澳洲展開一年的冒險。

事前沒有任何計畫，只是隨口請姊姊推薦一座「能看海」的城市，慧潔就訂了飛往凱恩斯的機票和簽證，連履歷都沒整理就出門了。剛到澳洲時，他在一間火鍋店打工。某日散步，碰巧看見一間華人旅行社，熟悉的中文讓他走進去遞給對方履歷。中間有一個月的時間，旅行社以訓練的名義面試他：帶他到一些旅遊景點，問問他對該地的看法。而後在火鍋店正式開幕的前一天，慧潔收到旅行社的通知，對方表示願意全職聘用他。他由此開始在旅行社的行銷工作。

舉凡平面設計、影片剪接、旅遊客服，甚至獨立開發旅遊客群，都是慧潔的工作範疇。有次，他發現航空公司的空姐每週都會飛來凱恩斯，有旅遊的需求，他便藉此整合成新的旅遊客群，讓空姐可以多選擇自家旅行社的服務。除此之外，為了能完整了解自家產品（觀光景點），他也獲得免費暢玩凱恩斯景點的福利。工作之外，一年一個月的假期，他也自己驅車到雪梨、墨爾本等不同城市旅遊。



圖 / 慧潔在旅行社的工作，讓她也能順帶體驗潛水、跳傘等活動

■ 享受冒險帶來的無預期收穫 ■

回顧澳洲打工度假的生活，慧潔發現雖然第一次踏入旅遊業工作，但當「企劃」成為自己的思考方式，邏輯是相通的，不會被侷限在某種領域裡。回台灣後，決定再度休學半年的他，已經開始尋找新工作，應徵了五間不同產業的公司。和影視公司老闆面試時，對方好奇他完全不懂影視產業，怎會有如此大的信心？慧潔回應，他了解的不是影視產

業，而是自己的特質和能力：「假如今天接到一個拍攝手錶的案子，我不會去想我要怎麼拍攝，而是思考這隻錶要賣給幾歲的人？他們這個年齡層的人會吸收什麼樣的廣告？他們會想看到誰來秀這隻手錶？拍完之後，廣告應該要投放在哪裡？」

現在的慧潔已具備「剪接，行銷，企劃，設計」的能力。尋找下一份工作時，他思考的是「還想要增進哪些能力？」所以投遞了「影視公司」，想學習拍攝等前置作業；投「社會企業」，因為認同對方的理念，想在該機構累積人脈；也找了「新媒體業」，因為它是接下來將蓬勃發展的產業，在不知道哪天熱潮退下來前，想更了解怎麼操作新媒體。這幾個領域不是隨便找到、感興趣的工作而已，而是經過深思，探索內心現階段渴望學習的事物為何。工作對慧潔而言不是薪水不錯、又可以生活就滿足了，他進一步思考「能在這份工作中獲得什麼」。這也是為什麼他沒有繼續留在澳洲：在旅行社裡，慧潔與公司能給予彼此的，已經陷入飽和，繼續待在旅行社沒有壞處，但是生活會進入一個穩定的循環。而這與慧潔的人生態度是不相符的，他期待「在冒險中充實自己」，對人生階段的規劃沒有侷限，不會預設自己「二十二歲拿到大學學歷，接下來工作幾年要存錢買一台車一棟房」等目標。當用「需要具備什麼能力」、「應該還可以學哪些東西」這些問題，作為思考未來的態度，慧潔相信就算沒有學歷，也不用擔心找不到工作。

從小備受注目讓慧潔發現，唯有不斷提升自己，才能持續自己的影響力。別人用讀書提升自己，他則是不斷去嘗試新事物，並且不去預設一定要學會什麼，因為冒險是不會有侷限的，重點是在過程中不斷問自己然後呢？接下來呢？「當我願意去實踐，就是在獲得更多能力。」



圖 / 回到台灣後，慧潔決定再休學一年，投入職場學習

■ 在自學中學習對自己負責 ■

慧潔的「自學態度」並非從小就形成，而是經年累月中，對自己的認識而得出的結論。雖然小學就開始在家自學，但在高中階段前，學習的內容完全按照學科，爸爸教社會自然，媽媽教國語數學。國小時還會跟著學校進度參加段考，到了國中則是自己訂定學習進度，不會的地方請爸媽教。學習模式真正開始轉變，則是在高一時的某個下午。

「那天我媽陪我念國文第一課，課文在講胡適媽媽的髮叉。我們讀完後，我問媽媽『為什麼我們要坐在這整個下午，看一個過世的人談論他媽媽的一根髮叉？』然後我們倆開始大笑。」自此以後，慧潔再也沒用教科書來學習，而是開始思考自己對什麼有興趣、想要學什麼，並且自己尋找資源和老師。

起先，他到電影公司實習三個月，跟著團隊拍片，或打逐字稿，並從那時起開始學習剪接。他發現，行銷是每個人必備的能力，因為不管在哪個公司都必須想辦法把產品賣出去。於是慧潔開始上網找業界行銷課程，每個禮拜自己坐車到台北上課。「平面設計」也是自己靠網路，學習操作 *Illustrator*（繪圖軟體）而磨練的能力。

「不過，我不會否定高中以前學習學科的經歷。」慧潔認為很多時候，實際經歷過後，才會產生不同的想法。這也是他當時錄取清大，再三考慮後決定去唸大學的原因：不能沒有嘗試，就說自己不要、不屑、現在過得好好的，沒有學歷也沒差。還記得那時曾有位小有名氣的自學生對他說：「陳慧潔，我真的覺得你不應該去唸，第一，你本來就沒打算唸完；第二，你聽聽看，『清華大學錄取你但是你拒絕去讀』跟『你念完一年清大決定休學』，哪一個聽起來比較厲害？」可是慧潔來說，連試都沒有試，根本沒有資格去否定這個選擇。

他認為自學生幸運的地方，是不用花太多時間走冤枉路，可以從小探索自己的興趣。能早早知道自己的志向，並且朝此發展，對未來是正向的。但對慧潔本人而言，他願意花點時間體驗傳統體制，因為起碼他有嘗試過，覺得不喜歡才說不要。

很多人聽到他的自學經歷，覺得自學是很好很棒的制度。他反問，有沒有想過好在哪？棒在哪？對考慮申請自學的學習者與家庭，他建議對方「想清楚你希望在自學過程中，得到什麼？達成什麼目標？為什麼要自學？」把這件事梳理清楚，才會了解要怎麼自學，要往哪個領域發展。就如同他的自學經歷無法複製到每個人身上，他也從來不提倡或是鼓吹他人自學，因為每個人的家庭狀況，和喜歡的事情都不一樣。「請思考適合自己的學習模式是什麼吧！如果只是追隨社會潮流，那將會很迷惘。」

那麼，該如何找到想做的事呢？慧潔認為，可以從「問一個問題」開始：發現一個問題，就去思考怎麼解決；看到一件事，想想「自己可以做點什麼」。十二歲時，他開始接觸公益就是看到東非飢荒的新聞，因此思考自己可以做什麼改善現況。現在工作時則會思考「這間公司還可以怎麼成長？」這不代表公司本身有問題，而是還有更多發展可能，目前被他發現而已。例如，在凱恩斯的旅行社工作時，業務只接會走進旅行社的遊客，但慧潔發現還有很多人會來凱恩斯，只是透過網路尋找旅行社，而不一定會走進實體店面，所以他開始思考怎麼找到這些潛在客群。在過程中看到問題，嘗試解決，完成之後發現自己還滿喜歡這件事，就朝這個方向一直做下去。

「我相信，當自學成為人生態度，你會對很多事情產生好奇。」學海無涯，年輕的自學者仍舊在其中盡情冒險，他唯一的指南針，是對自我的認識，與沒有限縮的企圖心。



圖 / 慧潔攝於澳洲

■ 自學生觀點 ■

Q：有些人覺得自學生的學習歷程都專注在興趣上，有些偏頗，你的看法是什麼？

A：高中以前，除了公益活動，學習內容還是傳統學科比較多，但我不會否定那段經歷。很多時候，你必須要先經歷某個過程，才會產生不同的想法。這也是為什麼當時錄取清大，再三考慮後，我決定去唸。我不能沒有嘗試，就說我不要、我不屑、我現在過得好好的，沒有學歷也沒差。那時有位小有名氣的自學生對我說：「陳慧潔，我真的覺得你不應該去唸，第一，你本來就沒打算唸完；第二，你聽聽看，『清華大學錄取你但是你拒絕去讀』跟『你念完一年清大決定休學』，哪一個聽起來比較厲害？」可是對我來說，連試都沒有試，根本沒有資格去否定這個選擇。我不認為「學自己喜歡的事物」是一件壞事。自學生很幸運的地方，就是不用花很多時間走冤枉路，可以從小探索自己的興趣。我年紀還小時，就知道自己對數學沒有興趣，以後也不會往這個領域發展，所以我往社會領域發展。假如你現在什麼都學，進到工作場域，卻發現這些東西完全用不到，或不一定會幫助到未來要走的領域，你會不會選擇早點朝興趣發展？

總歸來說，我覺得很早找到自己的志向，並且朝那去發展，對未來是好的。但對我來說，我會願意花點時間體驗傳統體制，因為起碼我有嘗試過，覺得不喜歡才說不要。這是我的態度。

Q：如果要給自學生一個建議，那會是什麼？

A：很多人覺得自學很好，自學很棒。那好在哪？棒在哪？先想清楚你希望在自學過程中，得到什麼？達成什麼目標？為什麼要自學？家

庭因素？個人因素？至少要把這件事講清楚，才會了解要怎麼自學，要往哪個領域發展。我一點都不覺得我的自學案例可以複製到每個人身上，我也從來不去提倡或是鼓吹別人自學，因為每個人的家庭狀況，和喜歡的事情都不一樣。請思考適合你的學習模式是什麼？而不是大家都在自學，感覺很棒，就盲目的投入。如果只是追隨社會潮流，會很迷惘很迷惘。



10. 蔡山

廢青到農青的解放之路



蔡山

男性

25歲
(剛滿10天)

樣樣都學
樣樣不精

想要過自己理想的
懶人永續生活

圖 / 蔡山在演講中的自我介紹，自稱「懶人」的他，種田，木工，建築和攝影樣樣都上手。

在人文行動高中的學生，多少都有聽過蔡山，「南澳自然田」、「樸門農法」、「最年輕的農夫」是圍繞在他身上的標籤，除此之外，我便對他一無所知。因為在我入學以來，蔡山就沒跟著團體一起上課，而是在自家實行有機農法的「好糧代耕 - 南澳自然田」工作。畢業之後，他不只在待在南澳，還到台東學習璞門農法。之後還蓋自然建築，動態攝影等工作。多樣的工作型態，讓我對他的畢業發展感到好奇：「對蔡山來說，做這麼多不一樣的工作，他關心的是什麼？沒有選擇主流的升學路徑，他對自己生涯的規劃又是如何？」

帶著這樣的好奇，我來到台中后里。這裡是即將開幕的花博園區，蔡山的工作是拍攝一間自然建築（自然建築 2.0，採用純木構以及預製稻稈泥土粉光複層牆體）與周圍的飲食花園，戶外廚房的永續家園建造過程。我們在他借宿的背包客棧訪問，環境就如同我對蔡山的印象一般，簡樸而大方。

■ 自卑壓抑的井底之蛙 ■

「高中以前，我覺得自己就是個廢物。」小學就讀竹科實小的蔡山，父親在新竹科學園區上班，母親的工作是小學教師。蔡山從小就不擅長讀書考試，相較於成績總是名列前茅，還拿獎學金考上清華大學的姊姊，他極度的自卑，不知道自己的價值是什麼。基測考了 176 分的他，以原住民身份加權後的分數，在新竹可以錄取的學校就是私立「世界高中」。

恰巧當時父親投資股票失敗，意外接觸秀明自然農法，並決定為了推廣該農法，成立「南澳自然田」。在蔡山還未決定要直接就讀或重考前，父親帶著他環島參觀台灣各地的有機農場。「那是我第一次體驗

到，這個世界不只是讀書和考試。」環島後，父親繼續帶著蔡山到南澳練習種水稻等農作物。當他咬下第一口自己種的出來的番茄：「那一刻，我終於感覺到，自己不是個廢物。」

■ 從體制內到體制外 ■

為了要幫聖嚴法師將佛經製作成電子書，父親在研究相關技術時，得知宜蘭的人文國中小有位教形象文字演變的老師。蔡山隨著爸爸來到人文國中小拜訪時，巧遇自己國小的數學老師蘇老師。多年未見，蘇老師感受到蔡山沒有從前的開朗，而是變得沈悶封閉，好奇問他發生什麼事，蔡山回答：「我不知道活著的意義是什麼」並透露自己想要結束生命。蘇老師打電話給蔡山母親，告訴對方人文國中小要成立高中階段的自學團體。在老師介紹下，蔡山來參加自學團體的面試。蔡山在兩位面試委員面前，吐露自己十幾年來的壓抑、自卑。其中一位老師在聆聽蔡山的自白時不斷掉淚，面試結束後，當下就決定要讓蔡山加入自學團。「因為她覺得這裡是我最後一絲希望。」

自學團的氛圍剛開始讓蔡山很不習慣：「這裡剝掉體制內競爭的思維，沒有人會互相比賽，因為大家都是平等的。如果你有某些擅長的事，其他人是真心欣賞你，而不是想著要打倒或是贏過你。」同時，另一個讓他感到不習慣的，是沒有人再告訴他「要做什麼」。在體制內，每天的課程與活動都被學校和老師安排好；來到自學團，老師的工作卻轉變為「幫助學生找到自己要做什麼」。蔡山形容，從體制內轉換到體制外，找到自己「要做什麼」是個痛苦卻必經的歷程。他認為這是自學團的精華，有些學生無法走出這個階段，可能又會回到傳統學校。也許經過這歷程的「篩選」，僅有很少的人能待在自學的狀態裡，但是一但成功轉換，「老師就不需要再為學生做什麼了，因為他們會自己去尋找學習資

源。」

起初，還未找到自己目標的蔡山，仍舊整天窩在房間裡打電動。直到有次，團體到中國海南島行動學習十天，在當地學校體驗上課的經驗，成為蔡山在自學團的轉捩點。「每個學生都比你想的還要努力，還要認真學習，不是因為他們喜歡，而是他們很清楚知道，在競爭的大環境下，不努力就會被淘汰。」人文的行動學習，讓蔡山走出井底，看見真實的世界。他開始思考：「這個世界真的很大，比我努力的人很多，如果我不擅長讀書，要做什麼才不會餓死自己？」

海南島之旅的啟發，讓蔡山下定決心好好認識自己，他想知道自己是什麼樣的人，優勢和天賦在哪裡？幾經觀察，他發現相較於團體裡其他同學，他擁有「解讀複雜資訊」的能力，能將艱深的專業領域用自己的方式清楚的詮釋，因此蔡山在期末成果發表做的簡報常常是最吸引人的。「先相信自己有這樣的天賦，隨著時間將它累積成技能。」同時，他也開始了解自己的個性。「我們社會很喜歡推崇一些成功學，暢銷書籍的書名都是『成功人士的幾項習慣』，好像看了就真的能成功一樣。」視成功學如「狗屎」的蔡山，認為真正重要的是理解自己是什麼樣的人。「如果我是魚，天生就該在水裡游泳，為什麼還要模仿鴨子？我只需要管在水中怎麼生存。當我知道自己是誰，所做的每件事都會是最有效率的。」

蔡山發現，當每個學生都從「不知道要做什麼」進入「知道自己要做什么」的階段，就開始一個個離開團體，自己到外學習。「我覺得學校只需要教三件事：『批判社會的能力』，『獨立思考』，『自主學習的能力』。只要學到這些精髓，就不再需要學校，把你丟到社會，你也能想方設法生存，並且透過生存學習。」



圖 / 正在蓋自然建築的蔡山

■ 離開群體，走入社會 ■

前面兩年待在團體裡的蔡山，一次環島行動學習結束，踩著腳踏車回基地的路上，他突然想通，覺得「學校該教的三件事」他都學會了，便跟老師商量，離開團體回到南澳自然田學習。自然田運用秀明農法種植有機無農藥蔬果，雖然很有意義，但因為秀明農法主張「不灑農藥，不施肥也不除蟲，讓作物自然生長」，因此每季的收成總不勝枚舉。蔡山開始思考，為什麼實施自然農法會「活不下去」？他決定回歸源頭，研讀秀明農法創辦人岡田茂吉的著作，以及老子哲學。然而，潛心探究的結果卻是「什麼也沒有」。迷惘如他，偶然在書店看到《向大自然學設計》一書，恍然大悟這就是自己想追求的：向自然借鏡，學習永續發展的生活方式。

為了實踐永續生活，蔡山到台東的「大地旅人」樸門設計工作室學習「樸門」——將永續貫徹在環境、社會以及經濟的生活方式。結束

訓練的蔡山回到南澳自然田，打算向爸爸證明樸門的發展性，沒想到第一次試種馬鈴薯卻以失敗告終。這讓他重新反省自己的學習經驗，發現對樸門的理解僅止於「聽講」，而缺乏實作經驗，於是再次回到大地旅人實習一個月。而後學成歸來，再次的試驗結果，是運用樸門農法種植作物，一期十坪的產量相當於爸爸一期三千坪的產量。蔡山用行動向爸爸證實樸門帶來的未來，自然田也開始大面積運用樸門農法種植。接下來，蔡山發現自己對樸門了解的仍不夠深入，便跑到陽明山和唐亞曼老師，以及另一位從泰國回來的自然建築老師學習。蔡山在跟隨他們的過程中，開了眼界，看到全世界不同的自然建築樣式，也發現全世界的樸門大師，都是具備「十項全能」的「全才」：舉凡水電，焊接，五金，到蓋房子和室內設計等，樣樣都能做。「要當大師就是要成為全才」，這成為他心中的目標，同時也看見達成目標而需累積的過程。

接著，蔡山遇見劉德輔老師，學習運用自然材料蓋「七堵戶外廚房」協力工作坊。藉由老師的引薦，他認識自然建築公司「風中之星」，並且獲得在其中當學徒的機會，一待就是兩年。期間，蔡山跟著公司一起蓋綠建築「孩子的書屋－青林書屋建案」。他起初透過動態拍攝，參與書屋的群眾募資，在尼伯特颱風將營建中的書屋吹毀後，蔡山也用紀錄了書屋重建的歷程，作品被採用在書屋更新的群眾募資計畫中。這次經驗也開啟蔡山在「動態攝影」方面的技能，使他將動態攝影也磨練為職業技能，成為收入來源之一。二十二歲前的蔡山，因著過往十幾年的壓抑和自卑，很想要證明自己，展現成就。他想象中未來的生活，能吃到自種的有機蔬果，住自己蓋的自然建築，使用的傢俱也是自己親手設計並打造的，可是還沒實現目標讓他時常焦慮不安。有天早上，蔡山起床燒柴，風中之星的老闆娘走過來對他說：「阿山你有發現嗎？其實你已經在過你想要的生活。你現在就在燒柴，每天早上起來做木工。也跟著

我們蓋房子。還會拍片。你每天都吃到健康的食物，住在自然建築裡。」
頓時，蔡山驚覺自己過去都在向外尋求認同，然而璞門講求的是當下開始實踐，累積成一個環境。他終於定下心來，回到南澳生根：「在長出自己的根之前，不管學多少東西都沒有用，因 那都不是真正屬於我的。」



圖 / 蔡山跟隨劉德輔老師在七堵蓋自然建築「戶外廚房」

現在的蔡山，除了接案動態拍攝以外，還與女友一同創立報導農作生產者的媒體「東台灣食通信」，將鮮為人知，卻在烈日下努力培育作物的小人物，帶到大眾眼前。「行動學習讓我發現，這個社會有很多有經驗的長者，願意把他們畢生所學分享出來。只要先拿出誠意，讓對方看到你真心想請教，他就會很樂意跟你分享。」許多人學習拍攝，常先到廣告公司或影視公司從基層學起，蔡山卻有自己的一套策略：「這個時代真正賺錢、得到流量的都是快速變化的東西。我不要一直去跟別人競爭，而是去做沒有人做過的事，拍沒有人拍過的東西。因為這個題材只有我拍，畫質再爛也會有人需要。同時，作品也一直累積，直到經驗和技術是他人無法超越的。」過去為自然田及孩子的書屋拍攝群眾募資影片，使他歸納出這個經驗法則，今年，他也拍攝位於后里花博園區的示範性自然建築「四口之家」的建造過程。接案工作以外，他也用vlog 影片記錄生活，將自己蓋房子、做木工、種植作物的經驗製作為知識內容，他視影片為長期資產，因為現在市場需要的正是知識經濟，而除了他，沒有人在拍「如何過這種生活」的知識內容。

■ 永續生活的未來願景 ■

蔡山未來的目標，是在三十歲以前蓋好一棟自己住的自然建築，而現在的生活，都在存錢購買建材，以及學習建築相關技能。他希望有一天能建立自己的「微型樸門農場」，相較以前很多樸門大師學成後一直去開課，蔡山認為這個市場目前已經飽和，而他要做不一樣的事。但就如所景仰的大師，開設農場前必須讓自己成為「全才」，現階段要的就是潛心磨練。「當你做的每件事情都跟目標有關，你每天都會很有動力且超級開心，遇到的人也會因此被感染，很喜歡你。」曾經是躲在房間用電玩逃避自我的少年；曾經也藉由抗爭挑戰主流價值的憤青，如今長成一位專注於目標，在生活中修行的實踐者。「只有當我把現在的生活

過好，才能讓人知道『生活有不同選擇』，讓大家不再認為『去大城市賺很多錢』是生命唯一的出路。」攝影機隨著他的腳步在台灣各個農田與山林穿梭，將一個個如他一般不被主流價值看見的實踐者挖掘出來。「其實我還沒拿到行高的畢業證書呢」，在行動高中，每個學生的畢業條件都不同，我好奇這麼燦爛的生命，還得達到哪些標準才能畢業？「我和老師說好，要在 TED 上演講。我想，應該快了吧。」

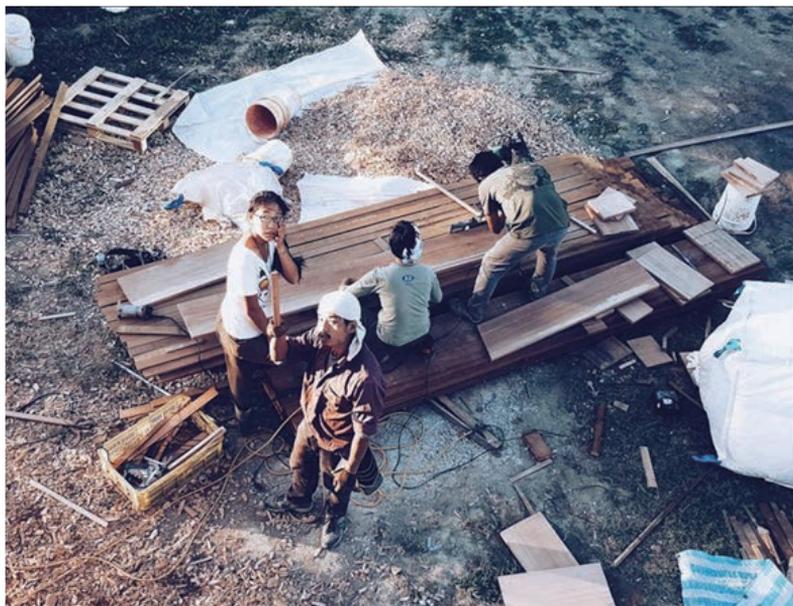


圖 / 與大自然相處，是蔡山每天的生活

■ 自學生觀點 ■

Q：「假如要對即將選擇自學的學習者給個建議，你會說什麼？」

A：如果你的家庭狀況不是特別富裕，記得「好自為之」。可以先去分析自己的個性、天賦是什麼？（必須實際觀察自己在群體中，和別人不一樣的地方）找到以後，再去看看在生活和學校裡，做什麼事會讓你忘記時間，這是個很關鍵的指標。接下來，知道自己做什麼事

會忘記時間後，去分析這件事的性質，在社會上有哪些相似的工作，將它全部列出來。並且分析哪個類型的工作，跟自己個性是相符合的。最後，根據你的家庭環境和背景，以及能掌握的資源，去訂定你的學習策略。

我們第一屆有很多學生意識到自己「沒有退路」，所以他們特別認真。某個同學是單親家庭，因為媽媽非常辛苦的工作，他總是比其他同學加倍努力學習，因為他沒有時間浪費。我相信沒有退路會激發出「想要擁有更多資源」的渴望。

我自己覺得，思考自己未來想過怎樣的生活很重要。要是沒有任何夢想或畫面，你要怎麼勾勒你的生活？這些年來，我做各種不同的工作（拍片，木工，蓋自然建築），雖然很累但都繼續做，是因為這些就是我理想生活的畫面。我在切木頭的時候，想的都是我未來的家長什麼樣子，而當這些事跟我以後的目標有關聯，我的動力就會源源不絕。

編按：2020年的蔡山，在 Youtube 開啟他的個人頻道「山小日子」，用影片記錄自己的理想生活：<https://reurl.cc/b5eN0d>



8.

附錄



附錄 1

表 17 世界各國在家自學的概況

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
台灣	合法	非學校型態實驗教育條例規定學生的法定代理人或已成年的學生向地方政府申請。	無需根據國家課程規定，只規定引導學生適性學習。	地方政府每年對學生進行家訪，家長每年需提交報告書。	國小和國中階段無補助；高中階段則只限無掛籍學校者有直接補助 \$5,000-\$33,560 (按家庭年所得與學科類別)。	比例為 0.19 (共 4,786 位) (台灣教育部, 2018)
英國	合法	憲法保障教育權 — education, 家長只需知會學校校長即可。	無需根據國家課程規定	政府通過家訪等方式 (但非硬性規定), 確保家長提供全時 (full time)、適當並足夠的教育, 以保障孩子的福利 (Foster&Danechi, 2018)	無補助 (但法規註明需補助特殊需要的孩子)	比例約 0.2%-0.8%, 約 48,000 (BBC, 2018)
愛爾蘭	合法	憲法 (第 42 條) 保障在家教育權。家長或監護人向國家教育福利會 (NEWB) 註冊。	根據愛爾蘭教育與科學部對 certain minimum education 的說明 (MOES, 2002)	NEWB 負責評估 (面談) 家長, 確保孩子達到特定最低教育 (certain minimum education)。	無補助	比例為 0.10%-0.70% (Blok, Merry, Karten, 2017)

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
義大利	合法	憲法 (第 30 條) 保障父母教育權。每年 3-4 月, 家長需準備一份個別化課程 (personal curriculum) 和考試需求 (request for exam) 向學校申請。衡量家長在家教育孩子的標準是通過考試評估孩子的能力。	課程需以意大利文進行	孩子需通過考試, 才能獲准在家教育 (Controscuola, 2018)	無補助	無資料。
斯洛維尼亞	合法	1996 起, 家長無需申請, 只需在新學年開學前 3 個月知會設籍學校校長在家教育作為其中一種教育方式。	可自行選擇	掛籍學校負責監督, 孩童每年需參加考試, 以證明達到掛籍學校標準 (可重考一次)。1 至 3 年級考數學和母語, 4 至到 6 年級考加上外語, 7 至 9 年級再加上歷史、公民、倫理、體育等。成績不達標則需要回到掛籍學校 (Kostelecká, 2010, 2017)。	無資料	無資料
芬蘭	合法	1998 起法律容許在家教育。家長需向地方政府註冊。	無規定	地方政府監督, 規定自學生需參與由地方教師準備的考試, 以確保孩子的學習進度。	無補助	比例為 0.05%, 約 400 位 (Beck, 2012; Blok, Merry, Karten, 2017)

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
法國	合法	每年需向地方政府和中央督學註冊。法律規定 16 歲國民需參與與一般學校同等的教育。	法律明訂需學習的學科，學習方法自訂。	督學 (inspector) 每年通過家訪了解學科學習程度，以確保孩童獲取適法的教育。實務上，部分督學會以測驗方式進行了解。若訪視結果不理想，則進行第二次訪視。重複不理想結果，孩童須強制入學。	無補助	比例為 0.26%，約 13,547 位 6-11 歲孩童 (Blok, Merry, Karten, 2017)
丹麥	合法	1855 年起立法保障在家教育。家長需知會政府。	和學校教育“相等”	地方政府負責監督，規定在家學生每年需參與考試，以確保孩子受到妥善的教育，唯考試標準因地制宜。	無補助	比例為 0.02%，約 200 位 (非正式統計) (Beck, 2002, 2012; Blok, Merry, Karten, 2017)
挪威	合法	家長知會地方政府在家教育	同等於學校課程	地方政府通常一年進行 2 次訪視，亦可依法通過考試評估孩童，以確保孩童得到同等於學校的教育。	無，唯家長可免費取得學校教材和課本	比例為 0.07% (Beck, 2002; Blok, Merry, Karten, 2017)
葡萄牙	合法	家長需每年向學校聲明 (declare) 進行非學校教育，其種類有 2，一為由家長教導的家庭教育 (ensino doméstico)，另一為合格教師教導的個別教育 (ensino individual)。	需根據國家課綱，學校須提供家長考試的相關資訊。	家長每年需向地方教育部門提呈孩童學習進度報告。4、6、9、11、12 年級需參與國家的葡萄牙語和數學考試，其他學科則每個階段結束 (小學、中學) 參加學校考試。	無資料	比例為 0.02%，約 338 位 (Beck, 2002; Blok, Merry, Karten, 2017)

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
奧地利	合法	家長向教育機關申請，若被拒絕亦可上訴。	在家教育課程必須符合學校課程。	每年孩童必須參與一般學校考試，每年通過率為 99% (Blok, Merry, Karten, 2017)	無，唯家長可免費取得學習材料。	比例為 0.20% 以上，人數約 2000 位，但有關人數含就讀私立學校人數。
愛沙尼亞	合法	1992 起法律容許家長向掛籍學校為孩子申請在家教育（以醫療原因或特定原因），2010 正式立法。	根據學校課程	由掛籍學校監督，每年 2 次考試，以確保學生主要根據學校課程學習。	無補助，唯家長可免費取得學校教材，作業等。	比例為 0.30% (Blok, Merry, Karten, 2017)
波蘭	合法	家長需向掛籍學校校長申請學校外教育 (out-of-school education)，並提供地方教育意見書，聲明書（將依照國家課綱和參與必要的考試）	依照國家課綱 (core curriculum)	掛籍學校負責監督，並通過年度考試評估學習進度。掛籍學校成立委員會來評估孩童成績（由校長或副校長擔任委員會主席，委員則由各科教師組成）。考試日期和每天考科數由家長和委員會共同決定，家長可擔任觀察員。考科不含科技、藝術、音樂、體育等 (Kostelecká, 2017)。	無資料	比例為 0.03%，約 1500 位 (Blok, Merry, Karten, 2017)
捷克	合法	1996 年開始實驗在家教育，2004 年正式立法，家長向學校申請（師資至少完成高中教育，附教育心理諮商的書面意見，在家教育使用材料、空間和科技），並由小學校長批准。	根據國家課綱	掛籍學校負責監督在家教育，每年 2 次課綱內各學科考試。校長成立委員會，並安排考試日期，若家長對考試成績有疑慮，可向地方主管機關申請重考 (Kostelecká, 2017)。	無補助 (Kašpárová, 2015)	無資料

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
俄羅斯	合法	1997 俄羅斯聯邦法律保障在家教育的機會 (Staroverova, 2011)。有 3 種方式，分別是生病無法上學家庭教育、在家教育和走讀生 (externship)。第一種由學校安排教師到家教學。第二種是完全在家教育，第三種是學校和家庭合作，方式由學校校長規定。	根據國家課綱	在家教育 (第二類)，每年需參與考試。走讀生 (第三類) 則參加一年 12 次或更少考試 (Melnikova, 2010)。	第一種由政府安排教師到家，第二種完全在家教育有國家補助，第三種沒有補助。	無資料
南非	合法	家長依法向教育部申請在家教育，並符合規定如：語言政策，8 個學習領域，每天至少 3 小時的接觸教學 (contact learning)，保護孩童不受虐待或種族歧視與宗教偏狹等教育，符合南非憲法精神。	符合課程的最低要求	教育部負責監督，家長有責任保存孩童學習記錄、學習檔案至少 3 年以供教育部委派之人員查看，並在完成不同的學習階段後由教育部批准的合格的獨立人士進行評估。	無補助	30,000-100,000 (Olatunji, 2017)
加拿大	部分省合法	教育屬地方權限，因此加拿大沒有一個中央法規與在家教育相關 (1867 憲法)。一些省家長只需知會，一些省則需要申請，有些則法律沒有註明。	不同的省有不同規定。3 個省份需符合學校課程	不同的省有不同規定。5 個省份需交上考試成績。同時，5 個省份會進行家訪，其中 3 個省由設籍學校來進行 (Bosetti & Pelt, 2017)	3 個省份有補助每年 800-1000，其餘 8 個省份無補助	0.10%-1.40% (Bosetti & Pelt, 2017; Brabant & Dumond, 2017)

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內容規定	政府監督權、監督方式	補助	人數比例
美國	部分州屬合法	9 個州不需要申請或法規無說明；14 個州只需要知會當局；20 個州和華盛頓特區則需要知會，並附上孩童成績評估方法；5 個州不僅要求知會和成績評估方法，課程和師資也需要符合規定 (Kolenc, 2017)。	不同的州有不同規定，5 個州屬要求課程等同於公立學校 (equivalent to that of public school)	各個州屬的監督規定並不一致。25 個州屬要求家長定期提供考試成績 (國家考試如 Iowa Test of Basic Skills 或州指定的標準測驗)，其中 13 個州屬容許以合格教師檢驗其成績來取代有關考試成績 (Kolenc, 2017; Lagos, 2011)。	無補助	比例為 3.4%，約 180 萬位 (Noel & Stark & Redford, 2016)
澳洲	合法	6 州 2 領地都有教育機關來登記在家教育的孩童 (除了南澳州以豁免強制入學方式)。另外一種則是通過遠距教育 (distance education) 的方式。	不同的州有不同規定	不同的州有不同的監督規定，南澳州的規定包括 8 個學習領域、5 個核心學習、7 個能力指標，再加上社交機會 (social interaction opportunity) 等。北領地 (Northern Territory) 更加嚴格，要求密集報告和家訪等 (Jackson & Allan, 2010)。	補助特殊需求孩子 (special need)	比例為 0.45% (約 19,000 位)
紐西蘭	合法	家長向地方教育局申請，通過後可獲得免費教材。	無規定	地方教育機關負責監督與聯繫家長以了解學習進度 (New Zealand MOE, 2018)	補助	比例為 0.03%，約 1500 位 (Blok, Merry, Karten, 2017)
新加坡	合法	家長需向教育部申請豁免強制教育，以進行在家教育，並需符合 2 個關鍵目標：核心知識，建立國家意識和共識。	使用國家課程	小學畢業時需參加國家考試 (英語、母語、數學和科學 4 科)，並達到一定標準 (standard level) (Singapore Ministry of Education, 2018)	無補助	無資料

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內 容規定	政府監督權、監督方 式	補助	人數比 例
匈牙利	無明確在家教育法規，唯孩童以私人學生 (private student) 方式接受個別化教育 (individual education)	1993年開始，有意在家教育的家長需知會掛籍學校成為私人學生 (private student)，並聯繫地方福利機構以確保教育不會危害孩童。(Kostelecká, 2017)	根據國家課綱	掛籍學校負責審核、監督，並了解家庭資源和孩子受教育進度。2015年開始，地方政府和醫療官員需同意在家教育對相關孩童無害 (Blok, Merry&Karten, 2017)。家長可要求獨立委員會來評估孩童成績，但決定權在掛籍學校	無資料	比例為0.70% (約5700位) (Blok, Merry, Karten, 2017)
荷蘭	非合法承認的一種教育方式，除非家長以宗教信仰或哲學價值觀理由提出。	只有保護孩童的法規，主管機關為法務部孩童保護理事會。	無規定	只有當出現投報案件時，理事會才會採取行動，調查並向法院提呈報告，可採取必要的措施如移轉父母對孩子的監護權 (非常罕見，但有關案例確實存在)。	無補助	比例為0.02% (約400-500位) (Blok, Merry, Karten, 2017)
西班牙	法律定位不明	西班牙憲法法庭於2010年宣判在家教育不違憲，也請政府立法，唯至今尚未有在家教育的相關法律。政府也沒有干涉家長進行在家教育。	—	—	—	比例為0.07% (Beck, 2002; Blok, Merry, Karten, 2017)
馬來西亞	法律定位不明	2003年修訂後的教育法令第29-A-3條雖然明訂7-12歲孩童強制入學，但部長可通過公報免除任何學生或群體的強制入學規定。目前政府沒有干涉家長的在家教育 (Malaysia Education Act, 2003)。	—	—	—	無資料

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內 容規定	政府監督權、監督方 式	補助	人數比 例
德 國	違法 (Sperling, 2015; Blok, Merry, Karten, 2017)	只有長期移動的父 母、長期患病孩 童，以及短期居留 的移民後裔。孩童 接受無合格教師證 的家長教學是違法 的行為。	—	—	—	—
瑞 典	違法 (2011 年以前合法)	直到 2011 年為 止，在家教育被認 定為義務教育的一 種。之後，在家 教育只有在特定 情況下 (special circumstances) 才可進行 (幾乎不 可能)。	完全符 合學校 教育	法庭案例證明，無許 可的情況下進行在家 教育，將被罰款，並 由社福機構介入。目 前沒有明確的監督方 式，畢竟很少人獲得 在家教育的許可。	無補助	比例為 0.01% (Beck, 2012; Blok, Merry, Karten, 2017)
保 加 利 亞	違法	6-16 歲強制入學、 但可因醫療理由申 請在家教育，接受 教師教導。	—	—	—	比例少 過 0.05% 或 400 位 (多數 沒有知 會政府) (Blok, Merry, Karten, 2017)
斯 洛 伐 克	違法	2008 年起容許家 長以醫療或被監 禁理由，向學校 校長申請個人教 育 (individual education)， 申請條件包括師 資只能是政府認 證之小學教師。 (Kostelecká, 2017)	—	掛籍學校和督學負責 監督，並進行家訪， 孩童需參加每年 2 次 的課綱內各學科的 考試 (Kostelecká, 2017)。考試由學 校組成的委員會來負 責 (委員包括校長或 教師，監考人員，具 相關科目領域專業資 格的考官)。考試當 天家長可在場。考試 成績是最後決定，不 得申訴。	—	無資料

	合法 / 違法 (現況)	法律框架 (申請 / 知會)	課程內 容規定	政府監督權、 監督方式	補助	人數比例
中國	違法	違反《義務教育法》），但政府目前沒有干涉在家教育家庭	—	—	—	6000（王佳佳，王斌，武翠，2017）。
土耳其	違法	只有因醫療或特殊需求學生才可進行在家教育，家長必須申請（附上醫療等證明資料）	—	—	—	—
巴西	違法	2009 年修憲後，4-17 歲國民強制教育 (compulsory education)，再加上教育法規規定家長有義務安排孩子進入學校就讀。因此，強制教育基本上等於強制入學（Barbosa, 2016）	—	—	—	—

附錄 2：參考資料

中文參考文獻

- 王佳佳、王斌、武翠（2018）。中国“在家上学”发展的新动向。教育蓝皮书中国教育发展报告（2018）。北京：社會科學文獻出版社。
- 行政院青年輔導委員會（2006）。在正式的教育中提升就業力。
- 吳清山（2015）。非學校型態實驗教育的新紀元。師友月刊，9，53-57。
- 李建興（2018）。55.4%上班族學非所用技職學用落差高於普大。2018大學暨技職入學指南。台北。遠見天下文化。
- 李嘉年、陳嫻霓、程靜勤（2019）。實驗教育作業手冊 2019 年修訂版（鄭同僚、詹志禹審定）。教育部實驗教育推動中心。
- 李嘉年、鄭同僚（2019）。台灣實驗學校女性創辦人生命歷程之個案研究—以種籽親子實驗小學創辦人李雅卿為例。應用心理研究。70，279-316。
- 林建平（1997）學習輔導理論與實務。台北。五南書局。
- 周希（2003）。學習動機、人格特質與學習滿意間關係之研究——以私立大學商管學程碩士在職專班為例。未出版碩士論文，私立淡江大學，新北市。
- 張春興（1996）。教育心理學－三化取向的理論與實踐。台北：東華。
- 張峰彬（2016）。高教擴張與學用落差。巷仔口社會學。取自 <https://>

twstreetcorner.org/2016/04/26/changfengpin/

張景媛（2000）。教育百科。國家教育研究院辭書。取自 <https://pedia.cloud.edu.tw/Entry/Detail/?title=%E5%A4%96%E5%9C%A8%E5%8B%95%E6%A9%9F>

教育部（2018）。青年教育與就業儲蓄帳戶方案（核定版）。取自 [https://youthtravel.tw/userdata/doc/73/%E9%99%84%E4%BB%B6-%E6%95%99%E8%82%B2%E9%83%A8%E9%9D%92%E5%B9%B4%E6%95%99%E8%82%B2%E8%88%87%E5%B0%B1%E6%A5%AD%E5%84%B2%E6%88%B6%E5%B8%B3%E6%88%B6%E6%96%B9%E6%A1%88-%E6%A0%B8%E5%AE%9A%E6%9C%AC\(1070817\).pdf](https://youthtravel.tw/userdata/doc/73/%E9%99%84%E4%BB%B6-%E6%95%99%E8%82%B2%E9%83%A8%E9%9D%92%E5%B9%B4%E6%95%99%E8%82%B2%E8%88%87%E5%B0%B1%E6%A5%AD%E5%84%B2%E6%88%B6%E5%B8%B3%E6%88%B6%E6%96%B9%E6%A1%88-%E6%A0%B8%E5%AE%9A%E6%9C%AC(1070817).pdf)

教育部（2019）。中華民國 108 年版教育統計。取自 http://stats.moe.gov.tw/files/ebook/Education_Statistics/108/108edu.pdf

教育部統計處（2018）。106 學年度高級中等學校應屆畢業生升學就業概況調查。取自 http://stats.moe.gov.tw/files/investigate/high_graduate/106/106high_graduate.html

教育部統計處（2018）。教育統計簡訊。取自 <http://stats.moe.gov.tw/files/brief/%E5%AF%A6%E9%A9%97%E6%95%99%E8%82%B2%E5%AD%B8%E7%94%9F%E6%A6%82%E6%B3%81.pdf>

陳雅慧（2019）。台大學生生涯探索調查十大發現：如果重來僅四成台大生會選原科系。親子天下。取自 <https://www.parenting.com.tw/article/5080138-%E5%8F%B0%E5%A4%A7%E5%AD%B8%E7%94%9F%E7%94%9F%E6%B6%AF%E6%8E%A2%E7%B4%A2%E8%AA>

%BF%E6%9F%A5%E5%8D%81%E5%A4%A7%E7%99%BC%E7%8
F%BE+%E5%A6%82%E6%9E%9C%E9%87%8D%E4%BE%86%E5%
83%85%E5%9B%9B%E6%88%90%E5%8F%B0%E5%A4%A7%E7%9
4%9F%E6%9C%83%E9%81%B8%E5%8E%9F%E7%A7%91%E7%B3
%BB/

詹志禹（2017）。維持學習動機別依賴獎賞。親子天下。95。取自
<https://www.parenting.com.tw/article/5075442-%E8%A9%B9%E5%BF%97%E7%A6%B9%EF%BC%9A%E7%B6%AD%E6%8C%81%E5%AD%B8%E7%BF%92%E5%8B%95%E6%A9%9F%E5%88%A5%E4%BE%9D%E8%B3%B4%E7%8D%8E%E8%B3%9E/?c=37>

劉若凡（2013）。運動中的另類學校：學校變革的組織分析。國立臺灣大學社會學研究所碩士論文，台北市。

鄭同僚、詹志禹、陳嫻寬、程靜勤（2019）。推動高級中等教育階段發展實驗教育實施計畫成果報告。教育部委託之專題研究成果報告。臺北市：教育部。

外文參考文獻

Barbosa, L. (2016). Homeschooling in Brazil: A Matter of Rights or a Political Debate? *Journal of School Choice*, 10(3), 355-363.

Beck, C. W. (2002). Home Education in Northern Europe. Paper to the CESE-Conference, Univ. of London 13.-19. of July 2002

Beck, C. W. (2012). Home education – a mirror for differencies in educational politics, Paper to Branigin lecture, Indiana University, 12 April 2012.

Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/273057312_Beck_Christian_Watkin_Home_education_A_mirror_for_differences_in_educational_politics

- Biancolli, D. E. (2015). *An Archipelago of Thinkers: The Free School Movement as a Social Movement* (Doctoral dissertation).
- Blok, H., Merry, M. S., & Karsten, S. (2016). *The legal situation of home education in Europe*. *The Wiley Handbook of Home Education*, 395.
- Bosetti, L. & Pelt, D. V. (2017). *Provisions for Homeschooling in Canada: Parental Rights and the Role of the State*. *Pro-Posições*, 28(2), 39-56.
- Brabant, C., Bourdon, S. et Jutras, F. (2003). *Home Education in Quebec: Family First*. *Evaluation and Research in Education*, 17(2-3), 112–131. Retrieved from <http://www.informaworld.com/smpp/content~db=all~content=a907086388>
- Chapman, S. (2017). *Registered home educated students in Australia*. Southern Cross Educational Enterprises. Retrieved from <http://accelerate.edu.au/wp-content/uploads/2018/04/Homeschool-Growth-in-Australia-2011-2017-1.pdf>
- Controscuola, n. d. (2018). *Homeschooling in Italy*. Retrieved from <https://www.controscuola.it/english/>
- Damme, K. V., Bruneel, S. (2018). *Rapport huisonderwijs 2015-2016 en 2016-2017*. Retrieved from <https://www.vlaanderen.be/nl/publicaties/detail/rapport-huisonderwijs-2015-2016-en-2016-2017-1>
- Department of Education and Science (2003). *Guidelines on Assessment of Education in places other than recognized schools*. Retrieved from: https://www.tusla.ie/uploads/content/Guidelines_on_Assessment_of_Education.pdf

Educationcounts (2018). Retrieved from <https://www.educationcounts.govt.nz/statistics/schooling/student-numbers/homeschooling>

Foster, D., Danechi, S. (2018). *Home Education in England*. House of Commons Library.

Friskoleforening (2017). *The free Danish school tradition*. Retrieved from https://www.friskoler.dk/fileadmin/filer/Dansk_Friskoleforening/Billeder_og_video/Eng_version/faelles_international_web.pdf

Graubard, A. (1972). *Alternative Education: The Free School Movement in the United States*.

Home School Legal Defense Association (2016). Estonia. Retrieved from <https://hsllda.org/content/hs/international/Estonia/default.asp>

Jackson, G. , Allan, S. (2010). *Fundamental elements in examining a child's right to education: A study of home education research and regulation in Australia*. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 2(3), 349-364.

Kašparová, I.(2015). *Homeschooling, Freedom and Control in Czech Education*. *Global Dialogue*, University of Berkeley: International Sociological Association, 5(3), 31-32. Retrieved from <http://globaldialogue.isa-sociology.org/homeschooling-freedom-and-control-in-czech-education/>

Kılıç, E. D. (2017). *Home education in Asia minor*. *The Willey handbook of home education*. 446-467.

Kolenc, A. B. (2017). *Legal Issues in Homeschooling*, *The Willey handbook of home education*. 59-85.

Kostelecka, Y. (2010). *Home education in the post-Communist countries: Case study of the Czech Republic*. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 3(1), 29-44.

- Kostelecká, Y. (2017). **Home education experience in selected post-communist countries**. The Willey handbook of home education. 422-445.
- Lagos, J. A. (2011). **Parental Education Rights in the United States and Canada: Homeschooling and its Legal Protection**. PhD diss., Pontificia Universitas Sanctae Crucis Facultas Iuris Canonici.
- Melnikova, K. (2010). **Homeschooling in Russia**. The old school house, 2010 Spring, 32-35. Paul and Gena Suarez, Tennessee. Retrieved from <https://creation.com/homeschooling-in-russia>
- Miller, R. (2002). **Free schools, free people: Education and democracy after the 1960s**. Suny Press.
- Ministry of Education, Singapore (2018). Retrieved from <https://www.moe.gov.sg/education/education-system/compulsory-education/exemptions>
- Ng, K. S., Ahmad, A. R. B., Sulaiman, M. I. B., Ng, M. X. S. (2015). **Homeschool in Malaysia: A Foresight Study**. International Education Studies, 8(10), 163-174..
- Noel, A., Stark, P., and Redford, J. (2016). **Parent and Family Involvement in Education, From the National Household Education Surveys Program of 2012** (NCES 2013-028.REV2), National Center for Education Statistics, Institute of Education Sciences, U.S. Department of Education. Washington, DC. Retrieved [11 Sept. 2018] from <http://nces.ed.gov/pubsearch>
- Olatunji, M. O. (2017). **Contemporary Homeschooling and the Issue of Racism: The Case of South Africa**. The Wiley Handbook of Home Education, 494-515.
- Rangvid, B. S. (2008). **Private School Diversity in Denmark's National Voucher System**. Scandinavian Journal of Educational Research, 52(4), 331-354.

- Rivero, L. (2008). *The homeschooling option: how to decide when it's right for your family*. Palgrave MacMillan, NY.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). *Self-Determination Theory and Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-Being*. *American Psychologist*. 55(1), 68-78.
- Sperling, J. (2015). *Home Education and the European Convention on Human Rights*. In *International Perspectives on Home Education*. 179-188. Palgrave Macmillan, London. International perspectives on home education.
- Staroverova, T. I. (2011). *Home education in Russia*. *Russian Education and Society*. 53(10), 23–36.
- Stronach, I. and Piper, H. (2009). *The Touching Example of Summerhill School in Woods*, P. A. & Woods, G. J. eds. *Alternative education for the 21st Century, Philosophies, Approaches, Visions*. Palgrave Macmillan, NY.
- Strongoli, R. C. (2014). *New education and active school in Europe in the early 20th century*. *Models, themes and figures*. *History of Education & Children's Literature*, 9(2), 813–822. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=30h&AN=99845788&lang=zh-tw&site=ehost-live>
- Vee, S. (2016). *Can you save money by home-schooling your children?* Retrieved from <https://www.1life.co.za/blog/can-you-save-money-by-home-schooling-your-children>.

網絡資料與數據

1. 非學校型態實驗教育相關法規
https://teec.nccu.edu.tw/resources2_detail/16.htm
2. 各縣市非學校型態實驗教育相關法規
https://teec.nccu.edu.tw/resources2_detail/35.htm
3. 各縣市教育主管機關非學校型態實驗教育相關網址
https://teec.nccu.edu.tw/resources2_detail/21.htm
4. 自主學習促進會協作平台
<https://sites.google.com/site/alearn13994229/a-03/xue-xi-zi-lue-si-jie-duan>
5. 保障教育選擇權聯盟網站
<http://www.homeschool.tw/>
6. Educating your child at home(UK)
<https://www.gov.uk/home-education>
7. Parent Education in New Zealand
<https://parents.education.govt.nz/secondary-school/secondary-schooling-in-nz/home-education/>
8. Partnered Home Educators & Centrelink
<https://home-ed.vic.edu.au/financial-assistance-to-partnered-home-educators/>

附錄 3：自學計畫書參考

為了讓剛接觸實驗教育的學生、家長在撰寫實驗教育計畫的時候有個參考的方向，這裡將提供一些曾申請並或通過的自學家長和學生的計畫書供參考。然而，就如我們在這本手冊不斷提到的一個觀念，自學永遠是因人、因環境而異，每個人都無法直接按照他人的計畫來操作。因此，我們希望提供至少 3 個以上的實驗教育計畫。在參考有關計畫並撰寫實驗教育計畫時，請務必依據個別對學習者個人與環境的了解進行適度的調整，才符合個別化教學的原則。

自學計畫書參考鏈接

https://teec.nccu.edu.tw/resources2_detail/30.htm



附錄 4：高中教育階段學校合作計畫書參考

高中教育階段的學生申請自學時，如選擇與學校合作，則必須撰寫一份學校合作計畫書。同樣的，這裡收集了幾份通過申請的高中職階段學校合作計畫書。請通過以下鏈接登入參考。以下所展示的合作計畫書是根據該申請人與合作學校所溝通結果所撰寫的，讀者在參考其撰寫方式後，應根據個別或孩子的現況與合作學校的溝通結果來自行撰寫自學計畫書。

高中職階段學校合作計畫書參考鏈接

https://teec.nccu.edu.tw/resources2_detail/31.htm





國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

自學手冊：邁向自我創化的旅程 / 宋沁等作。

-- 臺北市：政大教育系，2020.09

面；公分

ISBN 978-986-98602-4-6(平裝)

1. 自主學習 2. 在家教育

528.1

109012578

自學手冊：邁向自我創化的旅程

審訂：鄭同僚

作者：宋沁、李嘉年、徐凡甘、閉恩濡、陳嫻寬（以姓氏筆劃排列）

策劃、執行：政大臺灣實驗教育推動中心

出版：國立政治大學教育學系 <https://edu.nccu.edu.tw/>

地址：11605 臺北市文山區指南路 2 段 64 號國立政治大學

電話：02-29393091 分機 66010

出版時間：2020 年 9 月

版次：初版

本書同時登於政大臺灣實驗教育推動中心網站，網址為
<https://teec.nccu.edu.tw/>

定價：非賣品

排版製作單位：點點語文工作室

編輯與封面設計：邢本萱

政大臺灣實驗教育推動中心保有本書所有權，欲利用本書全部或部分內容者，需徵求同意或書面授權。



本書為政大臺灣實驗教育推動中心策劃出版，希望為有意認識在家教育或在家自學（簡稱自學）的家長、青少年、學校教育人員、教育工作者等提供正確而實用的資訊。本書共分為七章，內容不僅涵蓋各國自學現況與數據、也深入探討自學的意義和特殊教育的自學，同時提供完整的申請自學流程、方法和學習資源。

本書也深知自學光譜的多元性，每個自學生的經驗都不盡相同，因此本書提供十個自學生的故事，讓讀者一覽各種不同取向的自學生所走過的路與其反思心得，期待未來每一個自學生都能勇敢地邁向自我創化的旅程。



政大臺灣實驗教育推動中心



9 789869 860246