

第二節 認識自己的興趣

時間：1小時30分鐘

目的：1. 提升學生對興趣分類的認識
2. 讓學生了解興趣與生涯規劃的關係

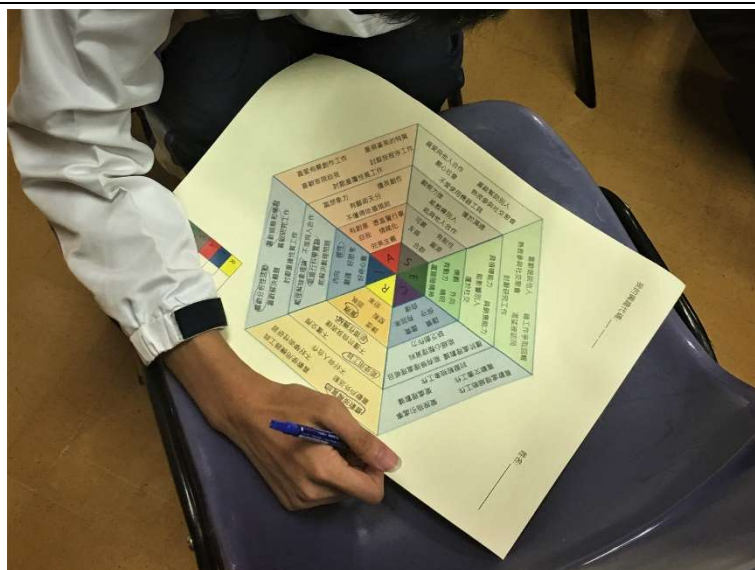
活動流程

時間	活動內容	物資準備
20 分鐘	<p>活動 1：引發動機</p> <p>「記憶方塊」</p> <p>目標：熱身遊戲，帶出此節活動的主題</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 導師準備「記憶方塊」投影片，邀請學生挑選主題題目，每項主題有九格項目，學生於限時內（建議為 30 秒）記住不同項目，完成後背出所記得的項目。 導師可因應參加者情況，以分組作賽形式進行。導師亦可因應參加者的喜好，而準備不同的主題。 引導問題： <ol style="list-style-type: none"> 你為甚麼選擇此主題？ 你用甚麼方法讓自己記下項目？ <p>➔ 帶出此節活動的主題「興趣」的重要性</p>	<p>附件 2.1： 投影片_記憶方塊</p> <p>計時器</p>
45 分鐘	<p>活動 2：主題活動</p> <p>「尋找興趣代碼」</p> <p>目標：認識興趣分類，了解興趣與生涯規劃的關係</p> <p>流程：</p> <p>第一部份：尋找 SDS 興趣代碼</p> <ol style="list-style-type: none"> 六角圖上的代碼用了六種顏色顯示，請學生在六角圖上圈出能夠形容自己的性格、能力與興趣的字詞。 請學生數算圈了的字詞數量，填在下方的表。 <p>第二部份：職業貼紙</p> <ol style="list-style-type: none"> 請學生透過分類職業貼紙，探索自己職業發展的可能性，把不同顏色的職業貼紙，按自己喜好，不要考慮其他因素，貼上分類表上「會選擇」、「不會選擇」及「有點猶豫」三格內。 	<p>附件 2.2： 興趣分類六角圖</p> <p>附件 2.3： 職業貼紙</p> <p>附件 2.4： 職業選擇工作紙</p> <p>附件 2.5：</p>

	<p>2. 請學生數算「會選擇」內的貼紙顏色，填寫六角圖下方的表，以知道自己的興趣代碼。</p> <p>3. 可根據學生的排列優次、考慮因素作小組討論；討論希望加深學生對自己的認識，及擴闊對不同行業的想法與理解，討論方向：</p> <ol style="list-style-type: none"> i. 「會選擇」的貼紙中有否發現一些共通點？例如學生對某一個代碼的職業較有興趣，當中有什麼吸引地方？ ii. 「不會選擇」的貼紙中有否發現一些共通點？請分享不考慮一些職業類別的原因。 iii. 對「有點猶豫」的職業有甚麼想法？ iv. 有興趣的職業中有沒有可融合的地方？（例如撰寫專欄的廚師） v. 有興趣的職業中，有甚麼相關崗位？（如飛機師和與飛機相關的職業） <p>4. 反思問題：</p> <ol style="list-style-type: none"> i. Holland Code 興趣代碼的形容與你相似嗎？試舉例。 ii. 你對代碼提及的職業有興趣嗎？有想過認識這些職業嗎？ 	<p>職業分類參考資料</p> <p>附件 2.6： 投影片_ 認識自己的興趣</p>
15 分鐘	<p>活動 3：深化活動</p> <p>「影片分享」</p> <p>目標：鼓勵學生從興趣出發，克服困難。</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放影片：導師於互聯網搜尋有關有讀寫困難人士如何克服困難的影片，並提問以下問題： <ol style="list-style-type: none"> i. 片中主角有甚麼經歷？ ii. 他/她找到甚麼興趣？他/她以什麼方法克服困難？ iii. 大家是否有一項興趣或目標，讓你也想為著這目標去克服自己的困難呢？ 	短片
10 分鐘	<p>總結</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生可透過興趣分類的工具更認識自己，而且也了解與工作的關係。 2. 讓學生知道「興趣」在未來生涯規劃的角色，而且是動力的來源之一，亦鼓勵參加者從興趣出發，探索未來路向。 	

教學建議：

活動 1： 引發動機 「記憶方塊」	活動解說： 1. 導師可因應學生興趣製作「記憶方塊」投影片，讓他們更能投入及理解。
活動 2： 主題活動 「尋找興趣代碼」	活動解說： 1. 導師可根據參考資料介紹 Holland Code (R-I-A-S-E-C)，讓學生對「興趣分類」及「工作配對」感興趣，再進一步作更多的了解。 2. 興趣測驗的目標是要強化學生的自我認識，從代碼提出一些方向以作參考，以發展學生可能有興趣的學科與職業，擴闊他們對職業的視野及多元出路的看法。 常見情況： 1. 導師可採用顏色豐富的工具（興趣分類六角圖及職業貼紙）讓學生填寫，讓有讀寫困難的學生更能參與活動；如有需要作更深入「事業興趣測驗」評估，請看參考資料。 2. 在「興趣分類六角圖」時，部份學生可能不明白字詞的意思，導師可鼓勵發問，或透過觀察了解他們的困難，然後作協助；此外，也可能有參加者表示沒有一項字詞形容他，導師可透過一些例子以闡述字詞，引發他們填寫。 3. 由於學生的閱讀及理解能力可能有較大的差異，建議導師給予充足時間讓學生填寫「興趣分類六角圖」及使用職業貼紙分類。 4. 學生可能未能發現較明顯的興趣代碼，感到迷惘，導師可讓他們明白不是每個人都有清晰的興趣代碼，而且興趣會因信心和經驗的改變而更為清晰，宜鼓勵學生多留意自己平日的喜好，或嘗試不同的活動，增加自己經驗，更能認識自己。 活動照片：



圖：學生填寫興趣分類六角圖



會選擇	不會選擇	有點猶豫
護士	教師	救生員
藥劑師	保險代理	教練
化驗員	保安	寵物美容師
配藥員	投資分析員	牙醫助理
訓練員	百貨公司經理	醫生
1日	模特兒	自資公司老闆
3-5月	電腦程式設計	研究員
留2 weeks	歌星	科學家
評核	司機	
	記者	

Handwritten notes on the table include: '導遊' (Tour guide) with a red arrow pointing to '保險代理'; '律師' (Lawyer) with a red arrow pointing to '投資分析員'; '護士' (Nurse) with a red arrow pointing to '牙醫助理'; '牧羊' (Shepherd) with a red arrow pointing to '歌星'; and '修人' (Repair person) with a red arrow pointing to '司機'.

圖：學生使用職業貼紙，貼上「會選擇」、「不會選擇」及「有點猶豫」

	三格內，並附註原因。
活動 3： 深化活動 「影片分享」	活動解說： <ol style="list-style-type: none"> 1. 重點不在於主角改善讀寫障礙，而是當人找到非常喜歡的興趣，堅持去做和發展，在追求的過程中會感到快樂和滿足，也能提昇其他地方，甚至找到自己的人生目標。 2. 曾有學生分享，他不懂打字，但因為喜歡打機，打機當中需要打字與人溝通合作，又要識看日文，為了完成遊戲任務他便會想盡辦法，不知不覺學懂基本日文和輸入文字的方法，興趣成為了他學習的動力。 3. 另一個學生分享他英文成績非常差，但他喜歡吃西餐，想在西餐廳試工做侍應，為了做好侍應工作，他在試工很認真的背英文餐牌，不懂便問同事和導師。 4. 回應職業貼紙部份，我們要求學生只考慮興趣去貼貼紙，但現實像主角般，需要考慮現實條件。在計劃初期，學生對職業的認知未必很多，自然覺得不吸引而排除。而在選擇的過程中，學生通常會先排除一些不能接受的可能性，例如認為寫字不好而不能做作家、醫生需要很高學歷所以對醫療相關工作都排除。學生因現實環境而排除理想，因此在此節我們強調以興趣去考慮，再以過來人的例子鼓勵學生。 5. 發展是一個持續的過程，學生在探索的過程中，有關事業的自我概念也會因成長和經驗而變更。鼓勵學生不要過早排除一些學業進修和職業可能性。

補充資料

「職業選擇理論」

- 「職業選擇理論」是由 John Holland 博士於 1959 年提出，其主要目的在於建立「興趣」、「性格」、「職業」之間的對應關係，並以此進行分類，理論重視人與環境的契合，認為職業選擇就是人格特質的表現，人會尋找配合自己興趣及價值觀、發揮自己技能的環境。此理論可說是目前最被廣泛應用的生涯規劃探索工具與職業分類體系之一。
- 「Holland Code」職業代碼是「職業選擇理論」中重要一環，每一種類型都有其獨特的興趣與人格特質，各個類型也有其技能強項，對應於職業選擇的取向，理論提出個人特質的類型與職業類型配合情況下，較有滿足感及動力。職業代碼分別是：Realistic（實務型）、Investigative（研究型）、Artistic（藝術型）、Social（社交型）、Enterprising（企業型）、Conventional（行政型）。興趣代碼可透過填寫職業自我探索量表(SDS)而了解，完整的問卷可協助填表者了解自己，讓他們知道自己所屬的人格特質類型及其配合的職業類型。
- SDS 具有不同的部分，也有其基本解釋的原則及重點，包括同一職業內的變異性，代碼的適配度(Congruence)、一致性(Consistency)、明顯度(Differentiation)等。詳細內容可參考「青少年生涯發展服務培訓計劃教材套」：事業興趣的評估方法單元中的闡釋及解說。

參考資料

1. 香港輔導教師協會（2010）。《生涯地圖：高中事業發展學習工具 學生手冊》（2010 年版）（頁 28-30）。香港：香港輔導教師協會。
2. 香港社會服務聯會（2006）。《青少年生涯發展服務培訓計劃教材套》（頁 73-90）。香港：香港社會服務聯會。取自：
<http://webcontent.hkcss.org.hk/cy/Employment%20-%20Training.htm>

附件

- 附件 2.1：投影片_記憶方塊
- 附件 2.2：興趣分類六角圖
- 附件 2.3：職業貼紙
- 附件 2.4：職業選擇工作紙
- 附件 2.5：職業分類參考資料
- 附件 2.6：投影片_ 認識自己的興趣