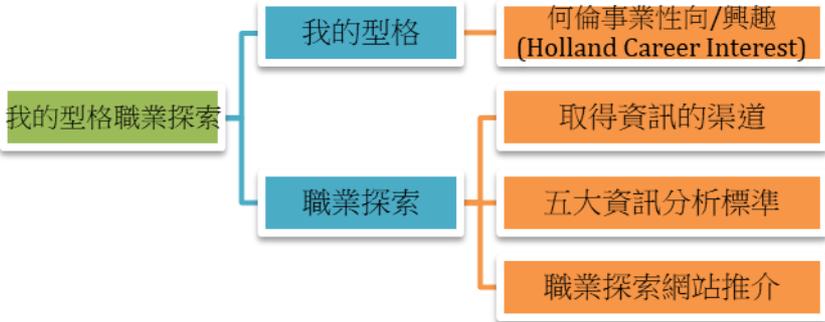


# 生涯規劃課程：我的型格職業探索

## 單元總表及教案

1. 單元名稱	我的型格職業探索																							
2. 學習目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>讓學生了解自己的何倫事業性向/興趣(Holland Career Interest)，提升自我認識。</li> <li>讓學生認識獲得職業資訊的途徑和資訊分析標準。</li> <li>讓學生認識常用職業探索網站。</li> </ol>																							
3. 建議對象	中五級學生																							
4. 建議課堂	班主任課／生涯規劃課程																							
5. 形式	小組分享、教師講授、《航行印記》工作紙																							
6. 本課題概念圖																								
7. 變化建議	<p>若課節許可，可把課後延伸活動小組任務放於課堂進行，並運用資訊科技協助進行，流程如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>每組學生獲派到一部平板電腦，同學們可<u>即時</u>瀏覽不同的職業探索網站(先從所屬的何倫代碼出發，於職業字典網站查看配合該代碼的職業，並揀選初步有興趣的職業)。</li> <li>各組到求職網站中，瀏覽不同的招聘廣告，並到訪其他職業探索網站以了解更多有關該工作的資料。</li> <li>各組須討論並揀選 1-2 則所有組員都有興趣的招聘廣告，該工作須切合組內每位成員的事業性向。然後向全班匯報，匯報內容包括： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 簡單介紹這份工作的工作內容、入職要求。</li> <li>➢ 這份工作吸引你們的地方是甚麼？</li> <li>➢ 這份工作如何配合你們的職業性向？</li> </ul> </li> </ol>																							
8. 延伸閱讀	<p>香港青年協會：職業字典 <a href="http://yen2.hkfyg.org.hk/jobtionary">http://yen2.hkfyg.org.hk/jobtionary</a>  職業訓練局：職業資料庫 <a href="https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/html/tc/occupation.php">https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/html/tc/occupation.php</a></p>																							
9. 資料參考來源	<p>金樹人 (2016)。《生涯諮商與輔導》。台灣：東華書局。  田秀蘭 (2015)。《生涯諮商與輔導》。台灣：學富文化事業有限公司。</p>																							
10. 單元總表	<table border="1"> <thead> <tr> <th>單元時間 55 分鐘</th> <th>航程出發 (引起動機)</th> <th>乘風破浪 (內容發展)</th> <th>航程發現 (內容反思及整理)</th> <th>航程反思 (總結)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>活動</td> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>介紹何倫事業性向／興趣類型</li> <li>何倫代碼分享活動</li> </ol> </td> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>按何倫代碼組成新組</li> <li>職業探索資源 得資訊的渠道 大資訊分析標 用職業資訊網站</li> </ol> </td> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>課後延伸活動講解：著學生到訪不同的職業探索網站，選取適合自己職業性向的招聘廣告</li> </ol> </td> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>總結本節重點</li> </ol> </td> </tr> <tr> <td>時間</td> <td>20 分鐘</td> <td>25 分鐘</td> <td>5 分鐘</td> <td>5 分鐘</td> </tr> <tr> <td>教學物資</td> <td>PowerPoint 顏色貼紙 何倫代碼咭</td> <td>PowerPoint 《航行印記》工作紙</td> <td>PowerPoint 《航行印記》工作紙</td> <td>PowerPoint 《航行印記》工作紙</td> </tr> </tbody> </table>				單元時間 55 分鐘	航程出發 (引起動機)	乘風破浪 (內容發展)	航程發現 (內容反思及整理)	航程反思 (總結)	活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>介紹何倫事業性向／興趣類型</li> <li>何倫代碼分享活動</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>按何倫代碼組成新組</li> <li>職業探索資源 得資訊的渠道 大資訊分析標 用職業資訊網站</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>課後延伸活動講解：著學生到訪不同的職業探索網站，選取適合自己職業性向的招聘廣告</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>總結本節重點</li> </ol>	時間	20 分鐘	25 分鐘	5 分鐘	5 分鐘	教學物資	PowerPoint 顏色貼紙 何倫代碼咭	PowerPoint 《航行印記》工作紙	PowerPoint 《航行印記》工作紙	PowerPoint 《航行印記》工作紙
單元時間 55 分鐘	航程出發 (引起動機)	乘風破浪 (內容發展)	航程發現 (內容反思及整理)	航程反思 (總結)																				
活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>介紹何倫事業性向／興趣類型</li> <li>何倫代碼分享活動</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>按何倫代碼組成新組</li> <li>職業探索資源 得資訊的渠道 大資訊分析標 用職業資訊網站</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>課後延伸活動講解：著學生到訪不同的職業探索網站，選取適合自己職業性向的招聘廣告</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>總結本節重點</li> </ol>																				
時間	20 分鐘	25 分鐘	5 分鐘	5 分鐘																				
教學物資	PowerPoint 顏色貼紙 何倫代碼咭	PowerPoint 《航行印記》工作紙	PowerPoint 《航行印記》工作紙	PowerPoint 《航行印記》工作紙																				

階段	活動流程	時間
航程出發 引起動機	<p>1) 講解何倫事業性向類型介紹</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 美國心理學家何倫(John Holland)把職業歸納成六大類型，相應的也有六種不同類型的人，他相信人都在追求與其類型相匹配的工作環境；</li> <li>➤ 何倫相信個人與工作環境之間的適配性會影響：               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>職業滿足感</b>：工作評價/經驗所引起的愉悅心情</li> <li>2. <b>職業穩定性</b>：能夠長期/固定地從事一份工作</li> <li>3. <b>職業成就</b>：工作所帶來的個人能力/成果的肯定</li> </ol> </li> <li>➤ 這六類型為：Realistic 現實型（或稱實際型）、Investigative 研究型、Artistic 藝術型、Social 社會型、Enterprising 企業型、Conventional 傳統型，其字首的字母按照一個特定的順序排成一個六角形（RIASEC）；</li> <li>➤ 每一個類型，在其能力、性格和喜歡的活動上都有不同的特質；</li> <li>➤ 其實每個人或職業都有這六個類型的特質，只是程度有深淺，一般來說首三個最能突顯我們特質的類型會成為我們的何倫代碼（Holland Code），例如 CES, ASE, RIC。</li> </ul> <p>2) 何倫代碼分享活動：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 老師著學生與附近位置的同學組成 4-5 人的小組；</li> <li>➤ 完成分組後，每組派出一位同學拿取組物資，分別為一份顏色貼紙和一套何倫代碼咭；</li> <li>➤ 學生須查看各何倫代碼咭後的描述，各人嘗試從 6 個代碼咭中，選出 3 個最能代表自己的代碼；</li> <li>➤ 學生選擇了自己的何倫代碼後，在組內分享所選的 3 個代碼如何能代表自己，並以具體事例說明；</li> <li>➤ 老師需作分享示範（可以自己為例子），讓同學明白分享的要求；</li> <li>➤ 例如：「我的 Holland code 係 CES，我揀 C 傳統型，因為我係個好有條理的人，我的東西都是好整齊有系統的，例如 File，相片，我都會好有系統地分類，會經常為手機的相片備份，並開不同的文件夾（folder）以日期和性質妥善保在電腦內；我又留意細節，喜歡做事有清楚的規矩……」</li> <li>➤ 學生拿最能代表自己的第一個代碼的顏色貼紙貼在身上，並同時記錄在航行印記第二頁的橫線上。</li> </ul>	18 分鐘

### 3) 按何倫代碼重新分組：

- 著學生按顏色貼紙找出與自己相同職業性向類型的同學，組成新的小組，每組的人數約 4-5 人。

#### i) 職業探索資源－取得資訊的渠道

- 教師向學生介紹升學/就業資訊的渠道前，先請學生在小組內討論以下問題：「當你在升學、就業方面有疑問時，通常會向甚麼人詢問意見？或是在哪裡尋找資料？」（盡量詢問不同學生的意見，以搜集不同的渠道）；
- 總結從學生所得的答案，例如：「多謝大家分享，聽到大家取得資訊的渠道，包括了 xxxxx」；
- 「但其實除了剛才大家提及用開的渠道外，大家還可以參考這幅圖(PPT)」
- 教師講解獲得資訊的渠道：
  1. **互聯網**：搜尋引擎、機構官網、求職網站、教育網站、 社交網站；
  2. **人際網絡**：業內人士、家人、朋友、學長／姐等；
  3. **個人體驗**：機構參觀、工作影子、工作實習、兼職；
  4. **大型展覽**：職業博覽、招聘會。

#### ii) 職業探索資源－資訊分析標準

- 教師鼓勵學生：「從不同的角度，善用個人及社會資源，多方搜集資訊，而自己親身的體驗能更了解對該工作的認識以及是否適合自己，所以同學應爭取一些職業探索／工作實習的機會。」
- 「雖然現有好多渠道取得資訊，但我們都要小心分析並懂得如何揀選優質資訊。」
- 教師講解五大資訊分析標準（PPT）：
  1. **正確性**：對職業項目/ 學科的描述是否正確？
  2. **新近性**：資料是最近而非過時的？
  3. **沒有偏誤**：資料來源是可靠公正的？
  4. **容易了解**：資料是自己看得懂的？
  5. **完整足夠**：資料是否足夠，沒有缺漏？

### 4) 職業探索網站介紹

- 教師開啟瀏覽器，簡介以下的職業資訊網址。
  1. 香港青年協會：職業字典  
(教師可建議同學選擇『從性格出發』)  
<http://yen2.hkfyg.org.hk/jobtionary>
  2. 職業訓練局：職業資料庫  
<https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/html/tc/occupation.php>
  3. JUMP 招聘網站  
<http://jump.mingpao.com/>
- 若時間許可，可瀏覽其他本節介紹的網站。

25  
分鐘

<p>航程發現 內容反思及整理</p>	<p>5) 課後延伸任務介紹</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 教師講解課後延伸活動： <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 請學生到訪本節介紹的網站，以了解不同工作的資料；</li> <li>✓ 從求職網站中選取 1-2 則適合自己職業性向／興趣的招聘廣告，並於第二節帶回來與組員分享（請記錄在航行印記第二頁）；</li> <li>✓ 預告各組需於第二節生涯規劃課時達成共識，討論並從眾多招聘廣告中揀選一則符合所有組員的工作。</li> </ul> </li> </ul>	<p>5 分 鐘</p>
<p>總結</p>	<p>6) 總結學習</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 鞏固本節所教授的內容，包括了解自己的性格／興趣特質（何倫代碼）、獲得資訊的主要渠道和資訊分析的五大標準。</li> <li>➤ 總結訊息：「生涯規劃強調作出知情的選擇，故期望同學能做到『知己知彼』：『知己』是指了解自身的特質、性格、能力、價值觀等；『知彼』是認識各種可選擇的出路資料，擴闊自己的職業選擇；從而選擇最適合自己的路。」</li> </ul>	<p>5 分 鐘</p>