

指導教師：蘇珮嫻 老師

認識自己

年 班 號 姓名：

重點一：興趣密碼

嬰兒滿一周歲的時候，
華人有個習俗，
就是放滿各式各樣的物品讓寶寶去抓取，
藉以猜測寶寶以後的興趣、要從事的行業，
這個儀式叫做『抓週』。



如果現在我們能再次『抓』出自己的未來，
你（妳）會對哪些東西特別感興趣呢？！

●把你感興趣的寫下來～

●為什麼？

猜猜看，各種物品代表什麼意思？

- 1、三字：代表文學家或律法。
- 2、毛筆：代表書法家、讀書人。
- 3、尺子：具有尺度的意味，代表制定法律者、規範制度者。
- 4、算盤/計算器：代表生意人。
- 5、銅錢：代表富有之意。
- 6、印章：代表官位或官權。
- 7、顏料：代表藝術家。

- 8、碎布頭/軟尺：代表手藝人、設計師。
- 9、足球/羽毛球/籃球/桌球：代表運動員。
- 10、笛子、二胡等樂器：代表音樂家。
- 11、勺子/筷子：代表廚師、飯店業者。
- 12、小鞋子：代表旅行家、探險家。
- 13、吃食/玩具：代表有口福，善於及時行樂。
- 14、草藥：代表醫生。
- 15、念珠：代表潛心修行。

- 1、書：會讀書，適合做學者、專家
- 2、筆墨：會成為作家、畫家
- 3、印章：有權勢，會做大官
- 4、算盤/計算器：會當商人、會計師，適合從商
- 5、錢幣：將來會很富有
- 6、雞腿：有福氣，表示一生將不愁吃穿
- 7、尺：將來可成為設計師、建築師

- 8、蔥：代表聰明
- 9、蒜：代表善於計算
- 10、芹菜：代表勤勞
- 11、稻草：適合農事工作
- 12、刀劍：能當軍官、警察
- 14、聽筒：適合醫護工作

原文網址：<https://kknews.cc/baby/g23eqje.html>

你（妳）選的物品代表什麼意思？

要達到這個目標我必須做哪些事才能得到？

重點二：我的生涯密碼

下列種活動中，勾選自己有興趣的活動，數目不限。

最後統計數量，寫在『個數』的括弧中。

R (個數 :)	I (個數 :)	A (個數 :)
☐ 自己煮菜或做小點心 ☐ 組合模型或組裝電腦 ☐ 整理花園或種植盆栽 ☐ 飼養、照顧小寵物 ☐ 看一些D. I. Y.的雜誌或節目 ☐ 從事球類、田徑等運動	☐ 參觀3C、多媒體科技展 ☐ 到戶外觀察研究動植物 ☐ 收看探索科學的頻道 ☐ 閱讀醫療保健雜誌 ☐ 喜歡上生物、實驗課 ☐ 參加科學展覽	☐ 對街頭藝人表演感興趣 ☐ 喜歡逛街頭創意市集 ☐ 收看選秀節目 ☐ 翻閱流行時尚雜誌 ☐ 參加文學創作營隊 ☐ 喜歡編舞或上臺演出
S (個數 :)	E (個數 :)	C (個數 :)
☐ 照顧小孩或老人 ☐ 教同學功課 ☐ 和朋友聊天、談心事 ☐ 參加團體聚會或讀書會 ☐ 協助朋友解決問題 ☐ 擔任各處室服務小義工	☐ 挑戰金頭腦、知識王等App軟體 ☐ 校慶園遊會時負責銷售物品 ☐ 擔任班級幹部管理班級 ☐ 閱讀投資理財相關書籍 ☐ 熱衷班級競賽爭取榮譽 ☐ 排解同學紛爭主持正義	☐ 家政課時負責採買食材 ☐ 擔任總務股長管理班費 ☐ 管理班級圖書 ☐ 喜歡珠、心算 ☐ 編排或校對刊物 ☐ 收納整理公仔、飾品等小物

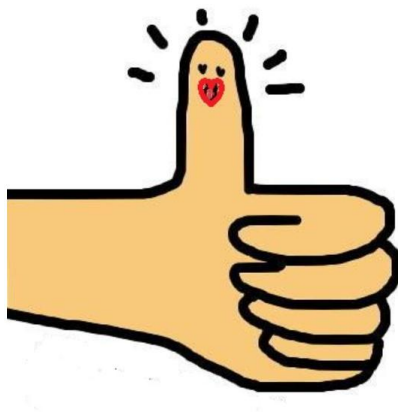
除了上面的活動，還有哪些我很喜歡的活動？

重點三：能力密碼

從幼稚園、國小到現在，對自己表現感覺很滿意的部分是什麼？

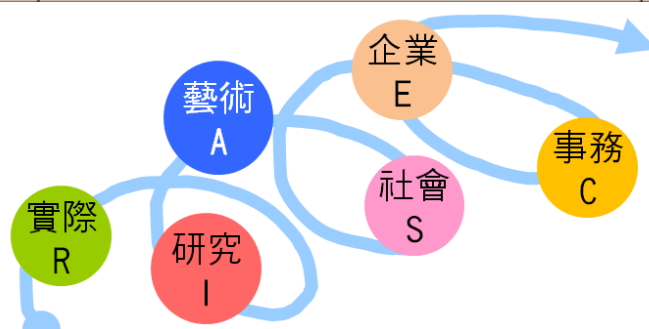


旁邊的人給我哪些印象很深刻的讚美？



能力密碼清單

能力名稱	說明	自評	同學一	同學二
範例：手部靈巧	能靈活運用雙手完成細緻的事物。	√		√
R1	手部靈巧	能靈活運用雙手完成細緻的事物。		
R2	動植物培育	能有耐性的飼養、訓練動物或栽培植物。		
R3	裝置組合	能修理、分解及組合東西。		
R4	機器操作	能靈巧的使用儀器、設備或工具。		
I1	問題研究	能以觀察、評估或分析等方式，思考解決問題的策略。		
I2	數理學習	數理與科學方面的學習活動表現優良。		



I3	實驗研究	能認真參與實驗，探究事理。			
I4	邏輯思考	能依據事實或概念進行推理，並能得到正確結論。			
A1	肢體表達	能以動作傳達個人內在的感受與想法。			
A2	空間概念	能以語文或描繪的方式，正確呈現不在眼前的事物。			
A3	藝術思考	通常在語文、文學、音樂、藝術等方面的學習表現優良。			
A4	創造思考	具有豐富的想像力與創造力，常有新點子。			
S1	同理心	願意傾聽別人的心聲，洞察別人的感受。			
S2	服務助人	能注意他人的需求，並主動關心，提供服務。			

S3	協調溝通	能以尊重的態度與他人交換意見，以解決問題。			
S4	社交技巧	很容易與人交朋友。			
E1	教導他人	能以說明、示範等方式指導或訓練他人。			
E2	團體領導	能在團體中有效帶領活動與討論。			
E3	群眾管理	能妥善分派他人的工作或責任，提升效率。			
E4	說服溝通	善用語文或資料影響他人的想法或做法。			
C1	文書處理	能將資訊整理成有條理的資料。			
C2	知覺速度與正確度	能注意細節，迅速精確的處理及校對資料。			
C3	歸類建檔	能蒐集、整理資料，將資料分門別類。			
C4	蒐集資料	善用周邊資源，獲取所需資訊。			

能力密碼統計表

代碼	個數	代碼	個數	代碼	個數
R		I		A	
S		E		C	

填完能力密碼評量，你（你）對自己有什麼新發現？
你（妳）有什麼能力也很棒？

重點四：特質密碼統計表

順從 R1	謙虛 R2	溫和 R3	坦誠 R4	穩定 R5
分析 I1	獨立 I2	愛解決問題 I3	理性 I4	愛思考 I5
感性 A1	複雜 A2	喜歡變化 A3	獨創性 A4	富幻想 A5
體貼 S1	助人 S2	親和力 S3	合作 S4	有責任感 S5
有領導力 E1	樂觀 E2	冒險 E3	精力充沛 E4	善表達 E5
有效率 C1	喜歡規律 C2	一板一眼 C3	謹慎 C4	傳統 C5



害羞 R6	勤奮 R7	堅毅 R8	實際 R9	行動力強 R10
好奇 I6	善於觀察 I7	追根究柢 I8	批判 I9	具科學精神 I10
情緒化 A6	衝動 A7	不夠實際 A8	直覺派 A9	崇尚理想 A10
友善的 S6	為人著想 S7	隨和 S8	寬宏 S9	人緣佳 S10
有企圖心 E6	自信 E7	外向 E8	熱情 E9	果斷 E10
講信用 C6	守本分 C7	按部就班 C8	細心 C9	有條理 C10

特質密碼統計表

代碼		個數		代碼		個數		代碼		個數	
R				I				A			
S				E				C			

填完特質密碼統計表，你（你）對自己有什麼新發現？

重點五：這是我！！

● 劃出我的生涯密碼

仔細讀『荷倫六型特徵』的內容，
將『非常符合』的字句劃雙底線（兩條底線），
『大致符合』的字句劃單底線（一條底線）。

荷倫六型特徵



情緒穩定、有耐性、坦誠直率，寧願行動不喜多言，喜歡在講求實際、需要動手環境中從事明確固定的工作，依既定規則，一步一步製造完成有實際用途的物品。對機械與工具等事物較有興趣，生活上亦以實用為重，眼前的事重於對未來的想像，比較喜歡獨自做事。

- 速配職業/科系：喜歡從事機械、電子、土木建築、農業等工作。適合就讀高職、五專電機電子、機械、化工、土木工程建築及農業類科；大學資訊工程學系、電子工程學系、電機、機械工程學系。



善於觀察、思考、分析與推理，喜歡用頭腦，依自己的步調來解決問題，並追根究柢。不喜歡別人指引，工作時也不喜歡有很多規矩與時間壓力。做事時，能提出新的想法與策略，但對實際解決問題的細節較無興趣。不是很在乎別人的看法，喜歡與有相同興趣或專業的人討論，也喜歡自己看書或思考。

- 速配職業/科系：喜歡從事生物、化學、醫藥、數學、天文等相關工作。適合就讀大學化學、物理學、心理學、應用數學、地質學，以及航空太空學系、人類學系。



直覺敏銳、善於表達與創新。希望藉文字、聲音、色彩或形式表達創造力和美的感受。喜歡獨立作業，在無拘無束的環境下工作效率最好。生活目的就是創造不平凡的事物，不喜歡管人與被人管。朋友的关系比較隨性。

- 速配職業/科系：喜歡從事音樂、寫作、戲劇、繪畫、設計、舞蹈等工作。適合就讀高職、五專藝術類科、家事美容科、服裝科、室內設計科；大學中文系、外文系、室內設計系、戲劇、音樂及舞蹈學系。



對人和善，容易相處，關心自己與別人的感受，喜歡傾聽和了解別人，也願意付出時間與精力去解決別人的衝突，喜歡教導別人，並幫助他人成長。不愛競爭，喜歡大家一起做事，一起為團體盡力。交友廣闊，關心別人勝於關心工作。

- 速配職業/科系：喜歡從事教師、輔導、社會工作、醫護等相關工作。適合就讀高職、五專醫護類科、家事類幼兒保育科、商業類觀光、餐飲科；大學輔導系、教育系、社教系。



精力旺盛、生活緊湊、好冒險競爭，做事有計畫並立刻行動。不願花太多時間仔細研究，希望擁有權力去改善不合理的事。善用說服力與組織能力，希望自己的表現被他人肯定，並成為團體的焦點人物。不以現階段的成就為滿足，也要求別人與自己一樣努力。

- 速配職業/科系：喜歡從事管理、銷售、司法、從政等工作。適合就讀大學法律系、政治系、企管系、公共行政系。



個性謹慎，做事講求規矩與精確。喜歡在有清楚規範的環境下工作。做事按部就班、精打細算，給人的感覺是有效率、精確、仔細、可靠而有信用。生活哲學是穩紮穩打，不喜歡改變或創新，也不喜歡冒險或領導。會選擇與自己志趣相投的人成為好朋友。

- 速配職業/科系：喜歡從事銀行、金融、會計、秘書等相關工作。適合就讀高職、五專商業類科，大學國貿系、會計系、財務金融系。

你（妳）劃底線最多的類型有哪些？

你（妳）對自己有什麼新發現？

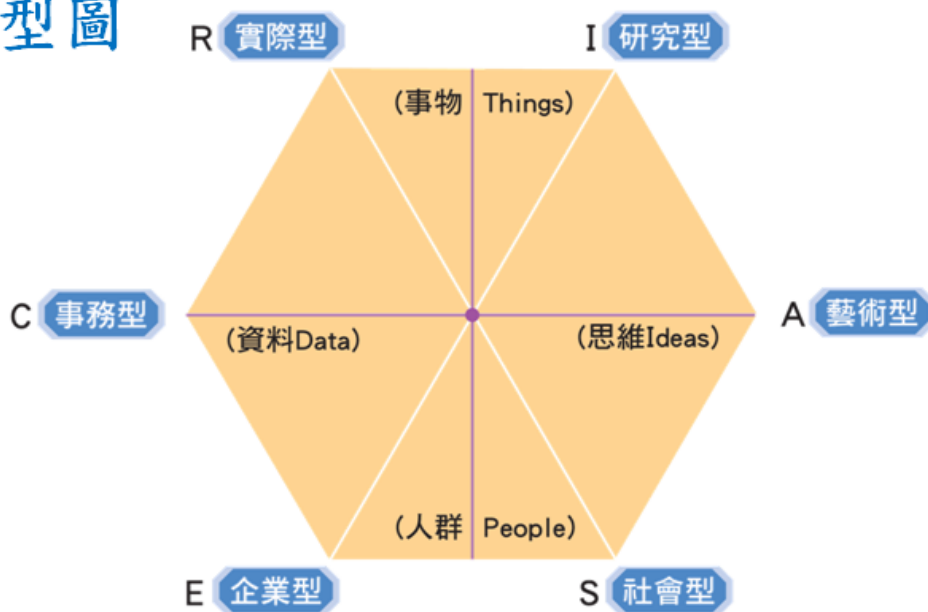
經過這些活動後，

你（妳）對未來發展有什麼想法？

你（妳）要如何為未來準備？

資訊補給站

◎生涯興趣類型圖



- (一)資料(Data)：喜歡處理文字或數字資料的紀錄、查對、分類、組織等工作。
- (二)思維(Ideas)：喜歡創造、發現、解釋抽象概念，從事知識開發、統整與傳遞。
- (三)事物(Things)：喜歡從事與機械、器具有關的工作，並且喜歡處理物理現象的問題。
- (四)人群(People)：喜歡從事與人群有關的工作，喜歡處理人際情況。
- (五)實際型(R)：喜歡運用工具、以手操作機械，參與體能運動與戶外運動。
- (六)研究型(I)：喜歡學習新知，研究解決抽象的問題，重視科學。
- (七)藝術型(A)：喜歡自由發揮想像力，創作或鑑賞藝術品。
- (八)社會型(S)：喜歡了解他人或與他人溝通，關心他人福祉。
- (九)企業型(E)：喜歡領導他人工作或銷售商品，並以言語說服或影響他人。
- (十)事務型(C)：喜歡以系統、具體、例行的程序，處理文書或數字資料。