

## 職業導向(一)

導師：黃振權(社工)

完成訓練，學員能：

1. 確定方向
2. 瞭解就業需要及自身的不足之處
3. 訂定就業目標
4. 建立支援網絡

訓練內容：

時間(分鐘)	內容	形式
20	熱身遊戲	集體遊戲
30	就業性向測驗	心理測驗
10	小休	
30	社會現況分析	小組討論
30	遊戲一	處境遊戲
10	小休	
30	求職面試技巧	小組討論
10	總結和答問	
10	學員回饋	心意卡

所須物資：

電腦、投射機和幕、大畫紙和顏色筆、原子筆、遊戲道具由工作人員準備

## 探索自我 - 職業性向測驗

©104 心理網 編制

客觀的銜鑑工具往往能夠反應出個人真實的自我，而在以下 104 心理網所研究的職業性向測驗中，透過簡短的五個步驟，將可告訴你，你的特質是什麼？什麼性質的工作對你來說將會如魚得水？拿起筆，開始動手做做看吧！

**步驟 I：**請依據下列 20 個描述符合你的情形，在適當的欄位勾選。

請依據下列描述符合你的情形作選擇	完全符合					向度 C
	0	1	2	3	4	
01. 對自己及他人設定高標準。						A
02. 喜歡將東西收拾整齊。						
03. 深思熟慮，很少「不管三七二十一，做做看再說」。						
04. 今日事今日畢。						
05. 對於別人的想法，常表明願意接受的態度。						N
06. 喜歡幫助別人。						
07. 會同情流淚漢。						
08. 信賴他人。						
09. 會擔心很多事。						O
10. 覺得生活缺乏方向。						
11. 容易受慾望誘惑。						
12. 行為易受情緒影響。						
13. 有脾活的想像力。						E
14. 喜歡藝術。						
15. 做事喜歡按自己的方式，不會被傳統束縛。						
16. 喜歡嘗試新事物，接受新挑戰。						
17. 在聚會中喜歡與各類的人交談。						C
18. 嘗試領導他人。						
19. 喜歡成為被注意的焦點。						
20. 在空檔時會安排很多事。	0	1	2	3	4	

### 步驟 II：向度計分

- 依「完全符合」：4分、「大致符合」：3分、「有時相符」：2分、「不太符合」：1分、「完全不符」：0分，計算每題的分數。
- 每四題得分加總，將得分填於上表「向度計分」的欄位。

### 步驟 III：分數轉換

依下表將「向度總分」對換「轉換值」。  
例如：若向度 C 總分為 11 分，則在其 ( ) 內填上 3。

向度總分	0-5 分	6-8 分	9-11 分	12-16 分
轉換值	1	2	3	4

向度 C 轉換值 = ( )  
 向度 A 轉換值 = ( )  
 向度 N 轉換值 = ( )  
 向度 O 轉換值 = ( )  
 向度 E 轉換值 = ( )

### 步驟 IV：「工作遠配指數」計算

將各向度轉換值填於對應的  內，按公式計算填於 ( ) 內，再乘以各類型的權數，即得工作遠配指數。

社會型：	5	+	<input type="checkbox"/> A	-	<input type="checkbox"/> N	+	<input type="checkbox"/> E	= ( ) → ×20 =				
藝術型：	10	-	<input type="checkbox"/> C	-	<input type="checkbox"/> A	+	<input type="checkbox"/> N	+	<input type="checkbox"/> O	+	<input type="checkbox"/> E	= ( ) → ×12 =
企業型：	5	+	<input type="checkbox"/> C	+	<input type="checkbox"/> A	-	<input type="checkbox"/> N	+	<input type="checkbox"/> E	= ( ) → ×20 =		
研究型：	10	-	<input type="checkbox"/> C	+	<input type="checkbox"/> A	+	<input type="checkbox"/> N	-	<input type="checkbox"/> O	-	<input type="checkbox"/> E	= ( ) → ×20 =
事務型：	10	+	<input type="checkbox"/> C	+	<input type="checkbox"/> A	-	<input type="checkbox"/> N	-	<input type="checkbox"/> O	-	<input type="checkbox"/> E	= ( ) → ×15 =
實用型：	10	-	<input type="checkbox"/> C	-	<input type="checkbox"/> A	-	<input type="checkbox"/> N	-	<input type="checkbox"/> O	= ( ) → ×30 =		

### 步驟 V：個人解釋報告

一、你的人格特質：圈選各向度的原始總分。分數愈靠近兩端者，表示你的個性愈符合該端的描述。

行動導向、享樂主義、重視此時此刻的感受	C	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	C	深惡熟慮、自我紀律、成就需求、勤懇負責
強調自我主張、不安協、多疑、批判性高	A	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	A	重視人際和諧、信賴他人、禮貌友善、樂於助人
情緒穩定、理性導向	N	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	N	感受敏銳、情緒導向
務實、傳統保守、抗拒改變、內向害羞、喜歡獨處、沈默安靜、	E	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	E	思想創新、接受多元思維、經常藝術、表訴表觀
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		活潑外向、喜愛群體、活力充沛

## 二、你適合的工作：將工作遠配指數登錄於每項工作前的內。

工作遠配指數愈高，表愈適合該類工作；可選擇分數較高的一、二類工作，作為職業選擇時的考量。

### 工作遠配指數

- 社會性質的工作：是運用良好的人際關係與溝通技巧，以期能了解、分析他人並進而達到訓練或改變他人的工作，老師、輔導員、觀護人、護士、社工員、培訓員、宗教人士、理財顧問、房地產仲介、壽險顧問等均屬於此類的工作。
- 藝術性質的工作：是藉由文字、動作、聲音、色彩、形式等來傳達美、思想及感受，演員、編劇、作曲/音樂家、舞蹈者、文字創作、室內家具/景觀/舞臺/橱窗等設計工作、攝影師、建築師等均屬於此類的工作。
- 企業性質的工作：是運用規劃、領導及口語能力、組織、安排、計劃事物、銷售、督導、策劃、領導等是這一類工作常見的活動，常見的工作有業務/銷售人員、行銷、企劃、經理人員、企業管理、活動策劃者、採購人員、銀行金融等。
- 研究性質的工作：是運用智力或分析能力去觀察、評量、判斷、推理及解決問題，喜歡與符號、概念、文字有關之工作，從事如生物、物理、化學、公共衛生、醫學、市場經濟、調查研究或品質管制等研究工作。
- 事務性質的工作：是需要注意細節及事務技能，通常不是決策人員，而是執行人員，屬於這一類的工作像是秘書、助理、財會人員、電腦操作、稅務人員、成本估價師、圖書管理員等。
- 實用性質的工作：是屬於客觀、具體、清楚、實在及體力上的技術性工作，如操弄工具、機械、物品或養育動物等性質的工作，常見屬於此類的工作有農業工作者、汽車修護員、機械/電器工程師、工業設計、儀器製造、飛機控制員等。

## 職業性向測驗 2

以下測驗的目的是提示你的個性、興趣和專長傾向那些類別的工作。它把不同類別的個性、興趣和專長分為六組，請你在這六個組別中選擇那些你認為是你所擁有的特性和專長，並在其方格內加上「✓」號。

1.	<input type="checkbox"/> 誠實	<input type="checkbox"/> 裝配物件	<input type="checkbox"/> 修理家庭電器
	<input type="checkbox"/> 害羞	<input type="checkbox"/> 操作機器	<input type="checkbox"/> 製作木器傢具
	<input type="checkbox"/> 節儉	<input type="checkbox"/> 修理家具	<input type="checkbox"/> 為家裡的牆壁髹漆
	<input type="checkbox"/> 現實	<input type="checkbox"/> 搬運物件	<input type="checkbox"/> 操作起重機裝卸貨物
	<input type="checkbox"/> 穩重	<input type="checkbox"/> 種植	<input type="checkbox"/> 製造五金模具
	<input type="checkbox"/> 物質主義	<input type="checkbox"/> 在戶外求生	<input type="checkbox"/> 裝配電子零件
	<input type="checkbox"/> 鑽而不捨	<input type="checkbox"/> 駕駛交通工具	<input type="checkbox"/> 駕駛貨車
	<input type="checkbox"/> 遵守規則	<input type="checkbox"/> 協調身體的動作	<input type="checkbox"/> 烹製食物
		總數	

2.	<input type="checkbox"/> 好奇	<input type="checkbox"/> 審查資料	<input type="checkbox"/> 設計電腦程式
	<input type="checkbox"/> 獨立	<input type="checkbox"/> 解決問題	<input type="checkbox"/> 在實驗室進行化驗工作
	<input type="checkbox"/> 仔細	<input type="checkbox"/> 評估意見	<input type="checkbox"/> 策劃調查及統計分析
	<input type="checkbox"/> 理智	<input type="checkbox"/> 將資料分類	<input type="checkbox"/> 閱讀科學書籍
	<input type="checkbox"/> 好學	<input type="checkbox"/> 創作新概念	<input type="checkbox"/> 分析及比較資料
	<input type="checkbox"/> 科學化	<input type="checkbox"/> 雷創作力	<input type="checkbox"/> 診治病人
	<input type="checkbox"/> 富分析力	<input type="checkbox"/> 研製新藥物	<input type="checkbox"/> 設計一項大型配電系統
	<input type="checkbox"/> 合乎邏輯地思考	<input type="checkbox"/> 用文字/數字/符號表達意念	<input type="checkbox"/> 研究河道污染情況，制定水質改善計劃
		總數	

3.	<input type="checkbox"/> 準確直覺力	<input type="checkbox"/> 表達情感	<input type="checkbox"/> 戶外寫生
	<input type="checkbox"/> 敏感	<input type="checkbox"/> 寫作	<input type="checkbox"/> 編曲填詞
	<input type="checkbox"/> 理想化	<input type="checkbox"/> 繪畫	<input type="checkbox"/> 設計一張宣傳海報
	<input type="checkbox"/> 情緒化	<input type="checkbox"/> 美術設計	<input type="checkbox"/> 參與話劇演出
	<input type="checkbox"/> 表達慾強	<input type="checkbox"/> 裝飾房間	<input type="checkbox"/> 指揮一個合唱團
	<input type="checkbox"/> 洞悉力強	<input type="checkbox"/> 作曲	<input type="checkbox"/> 撰寫電視劇劇本
	<input type="checkbox"/> 喜歡沉思	<input type="checkbox"/> 將概念形象化	<input type="checkbox"/> 修讀藝術或設計課程
	<input type="checkbox"/> 喜歡創作	<input type="checkbox"/> 分辨不同的色調	<input type="checkbox"/> 參與一齣電影的攝製工作
		總數	

4.	<input type="checkbox"/> 仁慈	<input type="checkbox"/> 採訪新聞，撰寫評論	<input type="checkbox"/> 訪問別人
	<input type="checkbox"/> 友善	<input type="checkbox"/> 籌辦青少年活動	<input type="checkbox"/> 聆聽別人意見
	<input type="checkbox"/> 慷慨	<input type="checkbox"/> 調解勞資糾紛	<input type="checkbox"/> 與人相處
	<input type="checkbox"/> 好交際	<input type="checkbox"/> 從事警務工作	<input type="checkbox"/> 教導別人
	<input type="checkbox"/> 富同情心	<input type="checkbox"/> 照顧病人	<input type="checkbox"/> 安慰別人
	<input type="checkbox"/> 體諒他人	<input type="checkbox"/> 與別人有效的高談	<input type="checkbox"/> 輔導情緒困擾者
	<input type="checkbox"/> 關懷別人	<input type="checkbox"/> 樂於助人	<input type="checkbox"/> 閱讀心理書籍
	<input type="checkbox"/> 照顧別人	<input type="checkbox"/> 富責任心	<input type="checkbox"/> 在學校任教
		總數	

5	<input type="checkbox"/> 自信	<input type="checkbox"/> 宣傳貨品	<input type="checkbox"/> 操作文字處理機
	<input type="checkbox"/> 果斷	<input type="checkbox"/> 遊說別人	<input type="checkbox"/> 在詢問處解答顧客查詢
	<input type="checkbox"/> 熱心	<input type="checkbox"/> 主持會議	<input type="checkbox"/> 把文件分類存入檔案
	<input type="checkbox"/> 機智	<input type="checkbox"/> 演講	<input type="checkbox"/> 富野心
	<input type="checkbox"/> 人事管理	<input type="checkbox"/> 富支配力	<input type="checkbox"/> 計算帳單進行找贖
	<input type="checkbox"/> 激勵他人	<input type="checkbox"/> 富影響力	<input type="checkbox"/> 在貨倉紀錄貨物的進出
	<input type="checkbox"/> 領導他人	<input type="checkbox"/> 策劃一個行動	<input type="checkbox"/> 在機線提供侍應服務
	<input type="checkbox"/> 喜歡冒險	<input type="checkbox"/> 在一所大機構負責接聽電話	
		總數	

6	<input type="checkbox"/> 傳統	<input type="checkbox"/> 數字運算	<input type="checkbox"/> 在一家工廠負責人事管理
	<input type="checkbox"/> 可靠	<input type="checkbox"/> 編寫資料	<input type="checkbox"/> 替顧客買賣股票黃金期貨
	<input type="checkbox"/> 服從	<input type="checkbox"/> 處理金錢	<input type="checkbox"/> 管理一間酒店
	<input type="checkbox"/> 自律	<input type="checkbox"/> 記錄資料	<input type="checkbox"/> 為商業機構制訂發展計劃
	<input type="checkbox"/> 實際	<input type="checkbox"/> 注意細節	<input type="checkbox"/> 有系統
	<input type="checkbox"/> 服從命令	<input type="checkbox"/> 富組織力	<input type="checkbox"/> 聯絡海外買家，推銷產品
	<input type="checkbox"/> 做事盡責	<input type="checkbox"/> 審查公司帳目	<input type="checkbox"/> 調查保險索償個案
	<input type="checkbox"/> 有條不紊	<input type="checkbox"/> 有耐性	
		總數	

現在你可以數數看，那個組別所獲得的「✓」號最多即代表從你的個性、興趣和專長是比較傾向那類別的工作。每個類別的職位選錄如下：

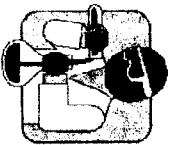
### 1 代表實務性工作 (Realistic Occupations)

實務性工作包括使用機器、工具及其他種類的設備來擔任構造、檢驗、修理和控制等工作，此外，亦包括一些服務行業的技術工作如廚師、裁縫等。這類工作往往要求從業員有一定的技能，而這些技能可以透過「跟師」或正式院校訓練取得。



### 2 代表考研性工作 (Investigative Occupations)

考研性工作涉及科技的研究及應用。研究方面，它主要是使用實驗或調查的，透過觀察、分析結果來認識事物；無論是自然現象，抑或社會經濟風氣，都可成為研究對象。應用方面，就是將科技實際運用在現實生活上，與實務性工作相比，它要求的技術較專門，所需的教育與訓練自然更嚴格了。



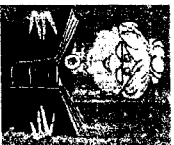
### 3 代表藝術性工作 (Artistic Occupations)

這類工作包括音樂、美術及設計等工作，可以让你充份發揮自己的意念和想像力。它可能令你絞盡腦汁，費煞思量，但一次成功的演繹或創作給你莫大的滿足感。



### 4 代表社會性工作 (Social Occupations)

社會性工作的範圍很廣，包括醫療、教育、傳播及社會福利等，主要為社會上一般市民提供各樣服務。由於這些工作需要經常與人接觸，從業員最好具備樂觀開朗的性格，處事成熟穩重並且具有服務他人的熱忱。



### 5 代表企業性工作 (Enterprising Occupations)

這些工作主要關乎策劃、管理、行政及一些商務專業工作，例如 按數、會計等。從業員需具備領袖財能，有決斷力，並能在壓力下獨立工作。



### 6 代表常規性工作 (Conventional Occupations)

這類工作包括一般服務及文書工作。一般服務工作需要經常與人客接觸，通常為一些零售或服務機構的前線工作，例如收銀員、酒店接待員、銀行櫃檯員等。至於文書工作，它主要負責維持辦公室的日常運作，及為行政人員提供輔助服務，工作範圍包括文件的儲存與處理及文儀器具的操作等。

