



我的生涯密碼

S 心在

一、【興趣篇】：

R (個數： 2)	I (個數：)	A (個數： 4)
<input type="checkbox"/> 自己煮菜或做小點心 <input type="checkbox"/> 組合模型或組裝電腦 <input type="checkbox"/> 整理花園或種植盆栽 <input checked="" type="checkbox"/> 飼養、照顧小動物 <input checked="" type="checkbox"/> 看一些DIY的雜誌或節目 <input type="checkbox"/> 從事球類、田徑等運動	<input type="checkbox"/> 參觀3C、多媒體科技展 <input type="checkbox"/> 到戶外觀察研究動植物 <input type="checkbox"/> 收看探索科學的頻道 <input type="checkbox"/> 閱讀醫療保健雜誌 <input type="checkbox"/> 喜歡上生物、實驗課 <input type="checkbox"/> 參加科學展覽	<input checked="" type="checkbox"/> 對街頭藝人表演感興趣 <input checked="" type="checkbox"/> 喜歡逛街創意市集 <input checked="" type="checkbox"/> 收看選秀節目 <input checked="" type="checkbox"/> 翻閱流行時尚雜誌 <input type="checkbox"/> 參加文學創作營隊 <input type="checkbox"/> 喜歡編舞或上台演出
S (個數： 2)	E (個數： 1)	C (個數： 2)
<input checked="" type="checkbox"/> 照顧小孩或老人 <input type="checkbox"/> 教同學功課 <input checked="" type="checkbox"/> 和朋友聊天、談心事 <input type="checkbox"/> 參加團體聚會或讀書會 <input type="checkbox"/> 協助朋友解決問題 <input type="checkbox"/> 擔任各處室服務小義工	<input type="checkbox"/> 挑戰金頭腦、知識王等APP軟體 <input checked="" type="checkbox"/> 校慶園遊會時負責銷售物品 <input type="checkbox"/> 擔任班級幹部管理班級 <input type="checkbox"/> 閱讀投資理財相關書籍 <input type="checkbox"/> 熱衷班級競賽爭取榮譽 <input type="checkbox"/> 排解同學紛爭主持正義	<input checked="" type="checkbox"/> 家政課時負責採買食材 <input type="checkbox"/> 擔任總務股長管理班費 <input type="checkbox"/> 管理班級圖書 <input type="checkbox"/> 喜歡珠、心算 <input type="checkbox"/> 編排或校對刊物 <input checked="" type="checkbox"/> 收納整理公仔、飾品等小物

二、【能力篇】：

(一) 測驗篇：中學多元性向測驗 (優勢能力1. _____ 2. _____ 3. _____)

分測驗	語文推理	數學能力	科學推理	知覺速度	空間關係	抽象推理	字詞釋義	文法修辭
百分等級								

(二) 自我觀察與他人回饋篇

代碼	個數	能力描述	代碼	個數	能力描述	代碼	個數	能力描述
R 總數：		R1手部靈巧	I 總數：		I1問題研究	A 總數：		A1肢體表達
		R2動植物培育			I2數理學習			A2空間概念
		R3裝置組合			I3實驗研究			A3藝術學習
		R4機器操作			I4邏輯思考			A4創造思考
S 總數：		S1同理心	E 總數：		E1教導他人	C 總數：		C1文書處理
		S2服務他人			E2團體領導			C2知覺速度與確度
		S3協調溝通			E3群眾管理			C3歸類建檔
		S4社交技巧			E4說服溝通			C4蒐集資訊

三、【特質篇】

R	R1 順從	R2 謙虛	R3 溫和	R4 坦誠	R5 穩定	R6 害羞	R7 勤奮	R8 堅毅	R9 實際	R10 行動力強
I	I1 分析	I2 獨立	I3 愛解決問題	I4 理性	I5 愛思考	I6 好奇	I7 善觀察	I8 追根究柢	I9 批判	I10 具科學精神
A	A1 感性	A2 複雜	A3 喜歡變化	A4 獨創性	A5 富幻想	A6 情緒化	A7 衝動	A8 不夠實際	A9 直覺派	A10 崇尚理想
S	S1 體貼	S2 助人	S3 親和力	S4 合作	S5 責任感	S6 友善的	S7 為人著想	S8 隨和	S9 寬宏	S10 人緣佳
E	E1 具領導力	E2 樂觀	E3 冒險	E4 精力充沛	E5 善表達	E6 具企圖心	E7 自信	E8 外向	E9 熱情	E10 果斷
C	C1 有效率	C2 喜歡規律	C3 一板一眼	C4 謹慎	C5 傳統	C6 講信用	C7 守本分	C8 按部就班	C9 細心	C10 有條理

四、【彙整篇】：

荷倫六型	(填個數)						前三名(填代碼)	
	R	I	A	S	E	C		
興趣							-	-
能力							-	-
特質							-	-

1.總結自己的類型(請圈選):

R-I-A-S-E-C

2.試排自己的類型(前三名): - - -

3.我的度假小島(前三名): - - -

五、【生涯自我檢視】：

1.根據以上探索活動，請用一段話來形容自己的。



2.有哪些升學方向或職業名稱是從性向測驗說叫

3.考量目前的學業成績、興趣、能力與特質，

你可能考慮國中畢業後就讀：高中，高職_____群科，五專_____群科，其他，未確定
關於升學，你想多瞭解的是：

4.接下來，你認為你可以多跟誰討論升學及生涯規劃？父母，導師，_____科老師兄弟姊妹，其他

六、【教師回饋】：綜合本學期生涯相關測驗與試探，給予建議回饋如下。

- 你的_____方面不錯，建議多加試探且尋找適切學習方式。
- 可往_____多加瞭解探索。
- 現階段性向與興趣尚不明確，宜多探索或與家長、老師討論並記錄相關建議。
- 其他：_____。



【知識補充篇】



往後請保持對自我的探索~~

	特質	行為表現	職業/人物	科系-高職/大學
實際型 R	耐心/謙虛/堅毅/實際/坦誠/穩定...等	(1)喜愛行動/操作勝於人際互動、說話。 (2)對機械、工具類事物較感興趣。 (3)喜歡在講求實際、規則及動手環境中從事明確固定工作，且較喜歡獨自做事。 (4)重視眼前勝於未來想像。	機械/電子/土木工程/技術 農/漁/林/牧 ※汽車-龐德 ※建築-安藤忠雄 ※運動-陽岱鋼	電機/電子/機械/化工/農業/土木工程建築類科 ----- 資訊/電機/電子/醫檢/機械/建築土木工程學系...
研究型 I	觀察/思考/分析/推理/獨立/好奇/精確/追根究柢/理性/內向/批判等	(1)喜愛思考解決問題、重視邏輯/抽象思考 (2)能提新想法與策略解決問題，重視原則大於細節。 (3)喜歡思考少指引少規矩多時間。 (4)喜歡自己看書與思考、與相同興趣或專業者討論，對他人看法較不在意。	生物學/化學家 數學家/科學家 天文/醫學/心理 研究者/研發者 ※愛因斯坦 ※李遠哲/洪蘭	化學/物理學/心理學/數學/地質學/人類學/航空太空學系/心理學/人類學
藝術型 A	直覺/想像/創新/理想/表達/情感豐富/不重秩序/不服權威...等	(1)能藉由文字、聲音、色彩或形式表達創造力和美的感受。 (2)喜歡在無拘無束環境下獨立作業。 (3)喜歡創造事物，不喜歡管人與被管。 (4)重視審美價值與美感經驗。 (5)生活模式與人際關係較隨興、低計畫性。	音樂/戲劇/舞蹈 設計/導演/寫作 繪畫/藝術類師 ※導演-李安 ※特效化妝師-程薇穎	藝術類科/美容科服裝/室內設計科 ----- 中文系/外文系 戲劇/音樂/舞蹈系/室內設計學系...
社會型 S	合作/友善/助人/仁慈/溝通/體貼/利他/同理心/親切...等	(1)喜愛傾聽/瞭解/幫助他人，付出與陪伴。 (2)喜歡教導，重視社交/團體，不愛競爭。 (3)關心自己與他人感受。 (4)重視社會規範與倫理價值。 (5)關心他人勝於關心工作。	教師、社工 醫護、神職 輔導諮商、幼保 ※公益-沈芯菱 ※醫生-連加恩	醫護類科/幼保科/觀光/餐飲類科 ----- 心輔/教育/社教系兒福/幼教/社工系護理
企業型 E	冒險/競爭/衝勁/自信/精力充沛/外向/行動力/善社交/說服...等	(1)做事有計畫具行動力，不願花太多時間仔細研究。 (2)希望有權力改善不合理，善說服/組織。 (3)希望受團體重視與肯定。 (4)生活緊湊、好冒險競爭，傾向要求他人跟自己一般努力。	管理/銷售/司法/律師/政治 人員/保險/公關/仲介 ※律師-賴芳玉 ※企業-郭台銘	法律系、政治系 企管系、公共行政系...等
事務型 C	謹慎/順從/保守/規則/實際/重秩序/冷靜...等	(1)做事講求規矩與準確度。 (2)喜歡在清楚規範環境下學習/做事/工作。 (3)做事按部就班、精打細算，給人感覺精確、效率、仔細、可靠且有信用。 (4)喜歡穩定、不喜歡改變/創新/冒險/領導。	銀行/會計/金融/秘書/總務 /出納/助理/戶政/稅務...等	商業類科 ----- 國貿系、會計系、經濟系、財務金融系...等

步驟一：請將上頁各探索結果填入左下表中，並找出該類別顯示之前三名代碼填入。