

## 目錄

序言	
壹、教學設計理念說明	01
貳、教學單元案例	03
第一節：興趣與海洋職涯	06
第二節：海洋職業大觀園	08
第三節：海洋職涯配對大富翁	09
第四節：海洋職涯夢想道路	11
參、學習單	15
附錄1：人格特質檢核統計表	15
附錄2：人格特質、職業興趣與職業環境分類表	19
附錄3：海海人生	21
附錄4：海洋職涯配對大富翁	22
附錄5：海洋職涯試探教學興趣何倫碼對應海洋相關科系及職業	23

## 序言

### 心之所嚮，與海同行—推展海洋職業生涯發展

教育部委辦臺灣海洋教育中心(以下簡稱本中心)執行「海洋職涯試探教學發展計畫」。為使全國教師、學生、家長能有效認識海洋產業升學與就業的方向，於103年編製「海洋職涯發展宣導手冊」，於105年研發「海洋職涯試探與發展課程」教學包，包含教學手冊、職涯探索影片(實景版)結合即時回饋系統(Interactive Response System)，設計互動式課堂教學課程。自106年起持續辦理巡迴講師培訓研習，輔導與拓展現場教師對於海洋產業的認識及教學策略之應用。同時，並辦理各縣市的巡迴到校服務，提升學生未來投身於海洋產業的可能性。

107年起，本中心思考現場教學的實際需求，組成研發教師團隊，歷經兩年的設計、試教與修正，研發單元性的「國高中興趣對應海洋職涯發展」教案活動，透過生涯輔導與規劃的過程，協助學生了解與探索個人喜好及偏好，促進對於海洋產業的認識。第一節課「興趣與海洋職涯發展」，學生以人格特質檢核表進行自我觀察，以及同學眼中的我所具備的特質，藉由說明興趣何倫碼(Holland Code)，強調個人特質與職業之間的關聯性；第二節課「海洋職業大觀園」運用Kahoot!互動式課程，著重認識海洋產業的學群資訊及升學路徑；第三節課「海洋職涯配對大富翁」，學生藉由遊戲體驗觀察海洋職業工作內容及相應的興趣何倫碼(Holland Code)，進而深度連結海洋職業工作內容及該職業所需之人格特質；第四節課「海洋職涯夢想道路」，透過資訊搜尋方式，運用本中心研發海洋職業與科系興趣代碼網站(<http://career.tmc.ntou.edu.tw/>)，搜尋個人的興趣代碼，獲得對應的類科、升學科系、職業及就業方向的相關訊息，確實掌握海洋產業的職場概況及建構對於未來從業之想像。

本中心期望透過「國高中興趣對應海洋職涯發展教學包」做為未來推動海洋職涯的基礎，藉由深入課堂，協助學生探索自我、覺察個人興趣與專長之能力，並了解海洋工作的概念與特質，建立職業思考的正向價值觀。



臺灣海洋教育中心主任

張正杰 謹誌

# 壹、

## 教學設計理念說明

教育和未來職業選擇的方向是青少年階段重要的生涯議題，也是人生中面對重要抉擇的時機點。Holland 在1990年認為個人的職業選擇為其人格的反應，而職業興趣乃人格於工作、嗜好、休閒活動上的反應。其人格興趣類型可分為實用型(Realistic)、研究型(Investigative)、藝術型(Artistic)、社會型(Social)、企業型(Enterprising)以及事務型(Conventional)等六種。因為個人受到過去經驗的累積，加上人格特質的影響而選擇某種職業，故該職業亦將吸引有相同經驗與人格特質者，個人的職業選擇即為其人格類型與職業環境交互作用的結果。因此，藉由興趣何倫碼(Holland Code)來探索青少年的特質與其所能發展的職業為何，幫助學生對自己的未來職業有更精準的定位。

海洋蘊藏豐富的水資源、礦物資源、生物資源、觀光資源與替代能源，其天然優勢成為各國爭相重視的寶藏，臺灣位於洋流聚集之處，長期發展航海業、遠洋漁業、造船業及水產養殖業等，對於國家經濟發展具有

重大的貢獻。近年來，強調低碳、節能與兼具環保的思維下，期許在藍色經濟的趨勢，進而帶動商業創新、創造經濟發展和工作機會。為此，該如何提升我國投入海洋產業的人才培育，更是目前教育體系的當務之急。

本教案旨在透過興趣何倫碼(Holland Code)探索個人生涯興趣類型，進而了解未來有興趣從事的活動與職業為何？運用資訊網路協助學生認識海洋科系的內容與發展進路，藉以培養學生建立升學資料庫的準備與目標的設定，透過職業試探引導學生規劃未來對於海洋科系與職場的正向定位，以掌握個人與升學及就業之間的適配性，提高學生選擇海洋升學管道與從事海洋產業的教育願景。



人格特質檢核  
自我與社會我之觀察

Kahoot! 互動式課程  
認識海洋產業之學群資訊  
及升學路徑

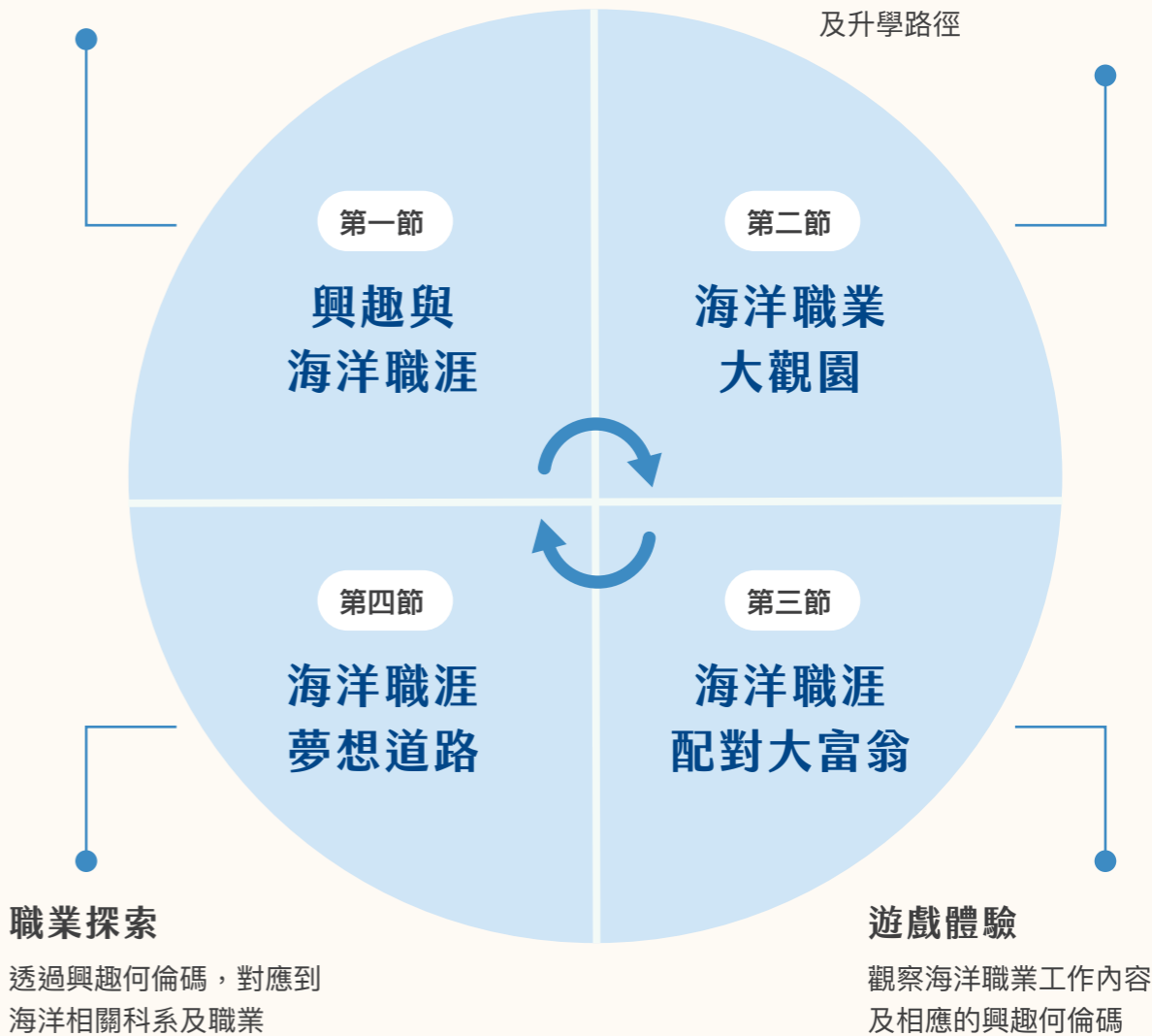
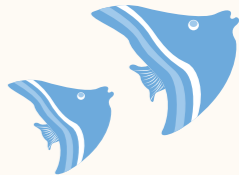


圖1 「國高中興趣對應海洋職涯發展」課程架構圖



# 貳、

## 教學單元案例



### 領域/科目

國中-綜合領域；高中-生涯規劃

### 單元名稱

國高中興趣對應海洋  
職涯發展

### 設計者 (依姓氏筆畫排列)

王文婷、黎美玉、簡珮韻

### 實施年級

國中3年級；高中1-3年級

### 總節數

共四節，200分鐘

### 領域連結

無

## 設計依據

學習重點		
	國中階段	高中階段
學習表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。</li> <li>● 1c-IV-2 探索工作世界與未來的發展，提升個人價值與生命意義。</li> <li>● 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 涯 1c-V-1 分析與統整個人特質、價值觀、生涯態度及信念。</li> <li>● 涯 2a-V-1 具備運用資訊分析個人特質與生涯進路的能力。</li> </ul>
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。</li> <li>● 輔 Cb-IV-2 工作意義、工作態度、工作世界與未來發展的探索。</li> <li>● 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 涯 Ac-V-1 個人能力和興趣。</li> <li>● 涯 Ba-V-3 特質與大學學群。</li> <li>● 涯 Ba-V-5 大學生涯與職業選擇。</li> </ul>

學習重點		
	國中階段	高中階段
核心素養	<ul style="list-style-type: none"> <li>● J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</li> <li>● J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習素養，並覺察、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● U-A1 提升各項身心健全發展素質，發展個人潛能，探索自我觀點，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求至善與幸福人生。</li> <li>● U-B2 具備適當運用科技、資訊與媒體之素養，進行各類媒體識讀與批判，並能反思科技、資訊與媒體倫理的議題。</li> </ul>
議題融入		
	國中階段	高中階段
核心素養	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海A1 能從海洋探索與休閒中，建立合宜的人生觀，探尋生命意義，並不斷精進，追求至善。</li> <li>● 海B2 能善用資訊、科技等各類媒體，進行海洋與地球資訊探索，進行分析、思辨與批判海洋議題。</li> <li>● 海C2 能以海納百川之包容精神，建立良好之人際關係，參與社會服務團隊。</li> </ul>	
學習主題	海洋社會	
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海J4 了解海洋水產、工程、運輸、能源與旅遊等產業的結構與發展。</li> <li>● 海J7 探討與海洋相關產業之發展對臺灣經濟的影響。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海U4 分析海洋相關產業與科技發展，並評析其與經濟活動的關係。</li> </ul>

## 教材來源

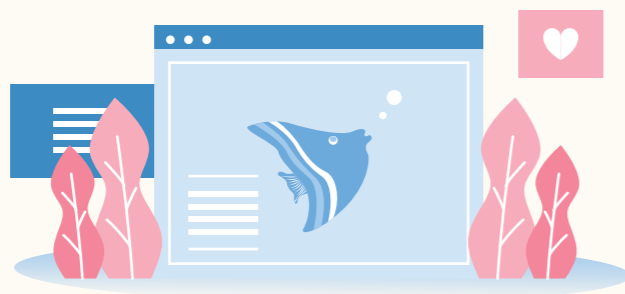
- 【特質塔羅】你是哪一種人格特質的展現，網址：<https://reurl.cc/vyvj1>
- 一零四資訊科技股份有限公司，104工作世界-學校專區-興趣何倫碼，網址：<https://wow.104.com.tw/jobWorld/holland>
- 生涯與就業協助系統，生涯世界- CHVS職業世界，網址：<http://www.cvhs.fju.edu.tw/cvhs2014/occupationWorld/occMajor>
- 財團法人大學入學考試中心基金會，漫步在大學，網址：<http://1061668.kjm.com.tw/>
- 全球華人股份有限公司，1111人力銀行，網址：<https://www.1111.com.tw/>
- 一零四資訊科技股份有限公司，104工作世界-學校專區，網址：<https://wow.104.com.tw/index/main.html>
- 海洋職業與科系興趣代碼網站，網址：<http://careertmec.ntou.edu.tw/>

## 教學設備 / 資源

課程學習單、海洋職涯探索影片

## 學習目標

- 能夠透過活動試探或體驗，探索自己的興趣與專長。
- 能夠協助學生建立個人學習資料庫，尋找對應的海洋科系與職業。
- 能夠利用網頁資料，探究與規劃海洋科系的學習內容與發展進路。



## 教學活動設計

### 第一節：興趣與海洋職涯

#### 1 準備活動

- 1 教師利用投影片之塔羅牌測驗進行暖身活動，說明自我探索重要性。 3分鐘
- 2 教師說明今日課程重點：每個職業的屬性不同，有些工作天天坐在電腦前，有些工作要天天跟人相處，因此在進行生涯規劃前，必須先了解自己的個性及特質，才能在未來找到適合自己的職業。 2分鐘

**備註**

- 本節課之作用著重於自我認識，可用於替代輔導處興趣何倫碼(Holland Code)施測前使用。如已完成施測，可直接進行第二節課。
- 塔羅牌測驗，網址：<https://reurl.cc/vyvj1>

#### 2 發展活動

- 1 教師準備每人1張「人格特質檢核統計表」(附錄一)學習單，讓學生將符合自己的形容詞用藍筆勾起來。 2分鐘
- 2 請學生可以任意尋找3位班上同學，並請每一位同學用紅筆勾選最符合自己的形容詞，鼓勵學生可尋找平常較少接觸的同學。 20分鐘
- 3 學生完成後，回到座位計算形容詞得分，並根據每一格人格特質的勾選次數計分(自己勾選的形容詞可得2分、別人勾選出的形容詞可得1分)，把每格的得分寫在右下角，並將相同字母的分數加總，利用「人格特質檢核統計表」(附錄一)，找出前三高分，在框框中打勾。 3分鐘
- 4 教師可視時間及班級掌握度，使用簡易版或完整版之教學方式：

#### 簡易版

全部18格裡任意勾選10個形容詞，計分方式同上，統計後，白色紙(學生自行勾選)最高可得20分，其他顏色紙(分別由其他3位同學勾選)每張最高可得10分，利用統計表，找出前三高分，並在框框中打勾。

#### 完整版

只要有勾選到的形容詞，每一個都可計算分數，計分方式同上，白色紙(學生自行勾選)每一格最高可得10分，其他顏色紙(分別由其他3位同學勾選)每格最高可得5分，利用統計表，找出前三高分，並在框框中打勾。



- 暖身活動之作用在於引起學生的學習興趣，塔羅牌亦可使用坊間其他「心理測驗」替代，以達趣味效果。建議教師說明興趣何倫碼(Holland Code)屬於「自我探索」較具有信度與效度的方式，亦可視班級情況及時間，補充其定義及相關說明。

- 備註**
- 附錄一：學習單-人格特質檢核統計表  
人格特質檢核統計表可用不同色紙印出，如：白色紙為同學本人使用，其他顏色(如：粉色、黃色、綠色)則分別由3個同學填寫。
  - 自己勾選得2分(加權)之意義，在於人格特質裡頭，相較他人觀察，更加重視個人自我覺察。
  - 簡報第6頁所使用的音樂為背景音樂，建議教師可自行更換成可引起學生學習動力之音樂。

### 3 綜合活動

- |   |  |      |
|---|--|------|
| 1 | 教師可搭配生涯規劃課程配合興趣何倫碼 (Holland Code)，進行RIA SEC每一型的興趣介紹。   | 10分鐘 |
| 2 | 同時發下「人格特質、職業興趣與環境分類表」(附錄二)學習單，讓學生根據剛才的人格特質分數類型，了解自己的特質與有哪些適合的職業，同時邀請學生上臺分享自己的探索體驗之後的感受。  | 5分鐘  |
| 3 | 教師總結今日課程重點：經過今天的活動相信大家都進一步發現自己的人格特質，不曉得跟你/妳想得不一樣呢？除此之外，我們同時也可以從他人的角度認識自己，挖掘出自己的另一面，同時也可以檢視自己需要修正的地方，這一堂課最重要的是帶領大家認識自己、喜歡自己與接納自己的優缺點。 | 4分鐘  |
| 4 | 教師提醒：下一節課，我們將透過遊戲互動的方式，進行「海洋職業大觀園」，讓大家了解海洋相關的職業。請學生可攜帶手機或平板，抑或轉往電腦教室進行課程。  | 1分鐘  |

- 備註**
- 高中教科書：生涯規劃，興趣何倫碼(Holland Code)章節
  - 附錄二：學習單-人格特質、職業興趣與環境分類表  
備案：UCAN職業興趣探索-Holland類型內容說明

## 《第一節課結束》

## 第二節：海洋職業大觀園



### 課前準備

教師在進行本課之前，應先了解與實際操作「Kahoot!」進行方式，由於「Kahoot!」需使用網路連線填答，教師亦先測試教室的無線網絡或桌上型網路的連線狀況，以便教學順利進行。

### 1 準備活動

- |   |  |     |
|---|--|-----|
| 1 | 教師先登入「Kahoot!」，取得Game Pin碼(一組8位數字)，並書寫在黑板上。說明「Kahoot!」操作方式，並帶領學生登入系統，輸入Game Pin碼，再輸入學生姓名(或學號)，便可以開始進行互動遊戲。 | 2分鐘 |
| 2 | 教師說明今日的課程重點：配合「Kahoot!-海洋職業生涯探索(官方版)」的互動遊戲，提醒學生專心觀看，並記錄互動遊戲影片內所提到的職業環境、職位角色、工作能力與升學途徑等資訊。                  | 3分鐘 |
| 3 | 利用3個暖身題，讓學生熟悉「Kahoot!」填答介面，並確認全班同學皆會操作互動遊戲。  |     |
| 4 | 教師發下「海海人生」(附錄三)學習單，並提醒學生可在聆聽或觀賞影片時進行筆記，將有助於後續互動遊戲。   | 3分鐘 |

- 備註**
- Kahoot! 互動遊戲，網址：<https://kahoot.it/>
  - 互動遊戲內的職涯探索影片，網址：<https://youtu.be/Swi0ZYErqs>

### 2 發展活動

- |   |   |      |
|---|---|------|
| 1 | 「Kahoot!-海洋職業生涯探索(官方版)」的互動遊戲設計，以介紹八大海洋產業並配合每一產業提出2~3題的互動提問。 | 30分鐘 |
| 2 | 建議教師在每題提問結束後，可進行答案的補充說明，或是當前時事對於該產業的發展近況，以便充實與豐富各個海洋產業特色。   |      |

## 3 綜合活動

- |  |      |
|--|------|
| 1 教師請學生們可根據互動式遊戲內所提到的海洋相關產業進行興趣填答「海海人生」(附錄三)學習單。 | 10分鐘 |
| 2 同時邀請學生可分享自己對於海洋相關產業的認識與未來想像。                   | 3分鐘  |

備註 ● 附錄三：學習單-海海人生

## 《第二節課結束》

## 第三節：海洋職涯配對大富翁

## 1 準備活動

- |  |     |
|--|-----|
| 1 教師透過問答方式回顧前兩次課程重點，並喚起學生經驗。同時邀請學生可分享自己對於海洋相關產業的認識與未來想像。   | 5分鐘 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>請學生說出海洋八大產業有哪些？</li> <li>請學生舉例說明產業內的相關職業？</li> <li>請學生根據提出的職業類型，說出若要從事該職業應具備何種能力與特質？</li> </ul> |     |

- |  |     |
|--|-----|
| 2 教師說明今日課程重點：配合「海洋職涯配對」的大富翁遊戲，引導學生了解海洋八大產業的就業方向、興趣何倫碼(Holland Code)以及升學科系。 | 2分鐘 |
|--|-----|

- |   |  |
|---|--|
| 3 教師發下「海洋職涯配對大富翁」(附錄四)學習單，請學生們根據教師課程活動討論相關問題。 |  |
|---|--|

## 2 發展活動

- |   |     |
|---|-----|
| 1 教師介紹「生涯資訊相關網站」教導學生如何根據自己的興趣何倫碼(Holland Code)，查詢適配的海洋職業的就業方向與升學相關科系。 | 8分鐘 |
|---|-----|

- |  |      |
|--|------|
| 2 教師可將班上學生分成4~5組(每組約5~6人)進行「海洋職涯配對大富翁」(附錄四)學習單遊戲，每組須完成海洋職涯的相關問題，並率先抵達終點者為獲勝隊伍。 | 30分鐘 |
|--|------|

- 各組學生可依人數進行分工，包含答題、智囊、資訊蒐集與擲骰運氣等任務。
- 可使用「生涯資訊相關網站」查詢大富翁內的關卡解答。
- 每題作答時間為2分鐘，未回答或答錯的題目則回到擲骰前的關卡位置。
- 建議教師在每個關卡解答完成後，可進行答案的補充說明，刺激學生對於八大海洋產業與相關職業的熟悉程度。

## 附錄四：學習單-海洋職涯配對大富翁

A3關卡地圖、4~5色隊伍磁鐵(同時亦可使用投影片方式進行闖關活動)

## 備註

## 生涯資訊相關網站：

- 一零四資訊科技股份有限公司，104工作世界-學校專區-興趣何倫碼，網址：<https://wow.104.com.tw/jobWorld/holland>
- 生涯與就業協助系統，生涯世界-CHVS職業世界，網址：<http://www.cvhs.fju.edu.tw/cvhs2014/occupationWorld/occMajor>
- 海洋職業與科系興趣代碼網站，網址：<https://careertmec.ntou.edu.tw/>

## 3 綜合活動

- |   |     |
|---|-----|
| 1 教師可根據今日大富翁中，學生較難回應或需花較多時間思考的職業興趣配對問題，進行解答。                      | 2分鐘 |
| 2 教師請學生回顧與檢視自己所屬的興趣何倫碼(Holland Code)，是否有跟海洋職業需具備的能力與特質有關，並邀請學生分享。 | 2分鐘 |
| 3 教師提醒：下一節課，我們將進行「海洋職涯夢想道路」，讓大家認識與了解海洋相關科系。                       | 1分鐘 |

## 《第三節課結束》



## 第四節：海洋職涯夢想道路

### 1 準備活動

- |                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 1 教師說明今日課程重點為職業探索，並引導同學思考跟海洋相關的工作有哪些？ | 2分鐘 |
| 2 播放海洋職業探索影片(動畫版)。                    | 7分鐘 |

備註 • 海洋職業探索影片動畫版：<https://www.youtube.com/watch?v=hhWPJzWpRa4>

### 2 發展活動

- |  |     |
|--|-----|
| 1 看完影片後，請學生選出三個自己比較好奇的海洋產業，並在「海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code)對應海洋相關科系及職業」(附錄五)的第二題依序填入1、2、3。 | 2分鐘 |
| 2 教師可視時間情況及班級掌握度，預填附錄五之第一題學生的興趣何倫碼(Holland Code)，加速後續網站之操作。                              | 3分鐘 |
| 3 教師介紹海洋職業與科系興趣代碼網站使用方式，並徵求1位同學之興趣何倫碼(Holland Code)進行示範。                                 | 8分鐘 |
| 4 學生操作電腦，自行輸入自己的興趣何倫碼(Holland Code)或好奇的海洋產業，探索及認識海洋相關科系及職業，並將查詢到的結果填寫在學習單第三題上。           | 4分鐘 |
| 5 若輸入興趣何倫碼(Holland Code)搜尋不到相關科系及職業，可請學生試著輸入前兩碼或首碼；或者直接點選學生有興趣之產業進行探索。                   | 3分鐘 |

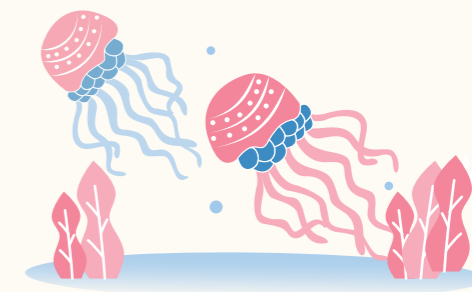
備註 • 附錄五：學習單-海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code)對應海洋相關科系及職業  
• 海洋職業與科系興趣代碼網站，網址：<http://careertmec.ntou.edu.tw/>

### 3 綜合活動

- |  |      |
|--|------|
| 1 播放「104工作世界」介紹影片。   | 3分鐘  |
| 2 教師以「船長」為例，說明查詢職業的方式及填寫「海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code)對應海洋相關科系及職業」(附錄五)。   | 10分鐘 |
| 3 學生自行操作電腦，進一步認識職業的工作場域及任務、薪水、所需學歷、證照及技能，以及近五年的職缺變化與工作機會。請學生邊查詢邊完成「海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code)對應海洋相關科系及職業」(附錄五)的第四題。       | 5分鐘  |
| 4 邀請2~3位學生上臺分享查詢到的海洋科系及職業之資訊，提出對於職業搜尋網站的使用想法，最後回收所有學生學習單。  | 3分鐘  |
| 5 教師總結：今天介紹了兩個網站，首先是利用自己的興趣何倫碼(Holland Code)來對應到海洋相關的科系及職業，接著再透過「104工作世界」，來查詢各種職業的現況，希望同學們在準備學業的同時也要認真思考自己的未來，找出最適合自己的一條路。 |      |

備註 • 104工作世界介紹影片，網址：<https://wow.104.com.tw/member/certify.html>  
• 104工作世界，網址：<https://wow.104.com.tw/index/main.html>

## 《第四節課結束》



## 參考資料

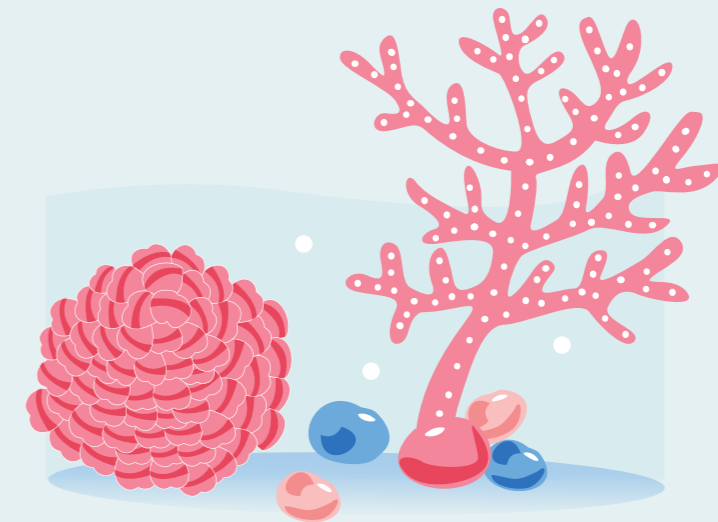
- UCAN職業興趣探索-Holland類型內容說明，  
網址：<https://tecs.nknu.edu.tw/UploadFile/Publish/20151125151546/UCAN職業興趣探索個人診斷結果解讀.pdf>
- 臺灣海洋教育中心-海洋職業生涯探索(2016實景版)，  
網址：<https://youtu.be/Swi0ZYEZrqs>
- 一零四資訊科技股份有限公司，104工作世界-學校專區-興趣何倫碼，  
網址：<https://wow.104.com.tw/jobWorld/holland>
- 生涯與就業協助系統，生涯世界- CHVS職業世界，  
網址：<http://www.cvhs.fju.edu.tw/cvhs2014/occupationWorld/occMajor>
- 臺灣海洋教育中心-海洋職業生涯發展宣導手冊，  
網址：<http://r016.ntou.edu.tw/p/412-1016-6262.php?Lang=zh-tw>
- 臺灣海洋教育中心-海洋職業與科系興趣代碼網站，  
網址：<http://careertmec.ntou.edu.tw/>

## 補充資料

- 教育部《看見你要的未來》，  
網址：<https://www.youtube.com/watch?v=L0hJD9ORtXE>

## 附錄

- 附錄一：學習單-人格特質檢核統計表
- 附錄二：學習單-人格特質、職業興趣與環境分類表
- 附錄三：學習單-海海人生
- 附錄四：學習單-海洋職涯配對大富翁
- 附錄五：學習單-海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code)對應海洋相關科系及職業





# 參、

## 學習單

### 附錄 1 人格特質檢核統計表



- 使用方式：本表可用不同色紙印出，如：白色紙為同學本人使用，其他顏色(如：粉色、黃色、綠色)則分別由3個同學填寫。
- 參考資料：Holland的類型理論，網址：<https://reurl.cc/VaQWMZ>

#### 1 白色(學生自行勾選) 請觀看表格內敘述，勾選符合自己特質的形容詞。

<input type="checkbox"/> 具優越感的 <b>S1</b> <input type="checkbox"/> 合作的 <input type="checkbox"/> 耐心的 <input type="checkbox"/> 友善的 <input type="checkbox"/> 慷慨的	<input type="checkbox"/> 喜複雜事務的 <b>I1</b> <input type="checkbox"/> 善分析的 <input type="checkbox"/> 謹慎的 <input type="checkbox"/> 善批評的 <input type="checkbox"/> 好奇的	<input type="checkbox"/> 難理解的 <b>A1</b> <input type="checkbox"/> 沒秩序的 <input type="checkbox"/> 情緒化的 <input type="checkbox"/> 善表達的 <input type="checkbox"/> 理想化的
<input type="checkbox"/> 直覺的 <b>A2</b> <input type="checkbox"/> 有主見的 <input type="checkbox"/> 富創意的 <input type="checkbox"/> 敏感的 <input type="checkbox"/> 開放的	<input type="checkbox"/> 助人的 <b>S2</b> <input type="checkbox"/> 理想化的 <input type="checkbox"/> 仁慈的 <input type="checkbox"/> 具說服力的 <input type="checkbox"/> 能站在別人立場的	<input type="checkbox"/> 獨立的 <b>I2</b> <input type="checkbox"/> 有知性的 <input type="checkbox"/> 自我反省的 <input type="checkbox"/> 悲觀的 <input type="checkbox"/> 精確的

班級：

座號：

姓名：

<input type="checkbox"/> 理性的 <b>I3</b> <input type="checkbox"/> 含蓄的 <input type="checkbox"/> 保守的 <input type="checkbox"/> 謙虛的 <input type="checkbox"/> 獨來獨往	<input type="checkbox"/> 具想像力的 <b>A3</b> <input type="checkbox"/> 不切實際的 <input type="checkbox"/> 衝動的 <input type="checkbox"/> 獨立的 <input type="checkbox"/> 自我反省的	<input type="checkbox"/> 負責任的 <b>S3</b> <input type="checkbox"/> 善交際的 <input type="checkbox"/> 機智的 <input type="checkbox"/> 善解人意的 <input type="checkbox"/> 令人感到溫暖的
<input type="checkbox"/> 不善社交的 <b>R1</b> <input type="checkbox"/> 順從的 <input type="checkbox"/> 坦誠的 <input type="checkbox"/> 真實的 <input type="checkbox"/> 死板的	<input type="checkbox"/> 重利慾的 <b>E1</b> <input type="checkbox"/> 好冒險的 <input type="checkbox"/> 易討人喜歡的 <input type="checkbox"/> 具雄心壯志的 <input type="checkbox"/> 支配心強的	<input type="checkbox"/> 小心的 <b>C1</b> <input type="checkbox"/> 順從的 <input type="checkbox"/> 正直的 <input type="checkbox"/> 守成的 <input type="checkbox"/> 有效率的
<input type="checkbox"/> 固執的 <b>C2</b> <input type="checkbox"/> 拘謹的 <input type="checkbox"/> 有規則的 <input type="checkbox"/> 服從的 <input type="checkbox"/> 有秩序的	<input type="checkbox"/> 重物質的 <b>R2</b> <input type="checkbox"/> 不做作的 <input type="checkbox"/> 普通的 <input type="checkbox"/> 有恆心的 <input type="checkbox"/> 重實際的	<input type="checkbox"/> 精力充沛的 <b>E2</b> <input type="checkbox"/> 愛表現的 <input type="checkbox"/> 追求刺激的 <input type="checkbox"/> 外向的 <input type="checkbox"/> 慷慨的
<input type="checkbox"/> 不愛出風頭的 <b>R3</b> <input type="checkbox"/> 頑固的 <input type="checkbox"/> 簡樸的 <input type="checkbox"/> 洞察力差的 <input type="checkbox"/> 喜為旁觀者的	<input type="checkbox"/> 有恆心的 <b>C3</b> <input type="checkbox"/> 重實際的 <input type="checkbox"/> 過份謙虛的 <input type="checkbox"/> 精打細算的 <input type="checkbox"/> 缺乏想像力的	<input type="checkbox"/> 重氣氛情調的 <b>E3</b> <input type="checkbox"/> 樂觀的 <input type="checkbox"/> 有自信的 <input type="checkbox"/> 善交際的 <input type="checkbox"/> 喜說話的

**2 其他顏色** 請找同學，勾選符合自己特質的形容詞。

<input type="checkbox"/> 具優越感的 <b>S1</b> <input type="checkbox"/> 合作的 <input type="checkbox"/> 耐心的 <input type="checkbox"/> 友善的 <input type="checkbox"/> 慷慨的	<input type="checkbox"/> 喜複雜事務的 <b>I1</b> <input type="checkbox"/> 善分析的 <input type="checkbox"/> 謹慎的 <input type="checkbox"/> 善批評的 <input type="checkbox"/> 好奇的	<input type="checkbox"/> 難理解的 <b>A1</b> <input type="checkbox"/> 沒秩序的 <input type="checkbox"/> 情緒化的 <input type="checkbox"/> 善表達的 <input type="checkbox"/> 理想化的
<input type="checkbox"/> 直覺的 <b>A2</b> <input type="checkbox"/> 有主見的 <input type="checkbox"/> 富創意的 <input type="checkbox"/> 敏感的 <input type="checkbox"/> 開放的	<input type="checkbox"/> 助人的 <b>S2</b> <input type="checkbox"/> 理想化的 <input type="checkbox"/> 仁慈的 <input type="checkbox"/> 具說服力的 <input type="checkbox"/> 能站在別人立場的	<input type="checkbox"/> 獨立的 <b>I2</b> <input type="checkbox"/> 有知性的 <input type="checkbox"/> 自我反省的 <input type="checkbox"/> 悲觀的 <input type="checkbox"/> 精確的
<input type="checkbox"/> 理性的 <b>I3</b> <input type="checkbox"/> 含蓄的 <input type="checkbox"/> 保守的 <input type="checkbox"/> 謙虛的 <input type="checkbox"/> 獨來獨往	<input type="checkbox"/> 具想像力的 <b>A3</b> <input type="checkbox"/> 不切實際的 <input type="checkbox"/> 衝動的 <input type="checkbox"/> 獨立的 <input type="checkbox"/> 自我反省的	<input type="checkbox"/> 負責任的 <b>S3</b> <input type="checkbox"/> 善交際的 <input type="checkbox"/> 機智的 <input type="checkbox"/> 善解人意的 <input type="checkbox"/> 令人感到溫暖的
<input type="checkbox"/> 不善社交的 <b>R1</b> <input type="checkbox"/> 順從的 <input type="checkbox"/> 坦誠的 <input type="checkbox"/> 真實的 <input type="checkbox"/> 死板的	<input type="checkbox"/> 重利慾的 <b>E1</b> <input type="checkbox"/> 好冒險的 <input type="checkbox"/> 易討人喜歡的 <input type="checkbox"/> 具雄心壯志的 <input type="checkbox"/> 支配心強的	<input type="checkbox"/> 小心的 <b>C1</b> <input type="checkbox"/> 順從的 <input type="checkbox"/> 正直的 <input type="checkbox"/> 守成的 <input type="checkbox"/> 有效率的

班級：

座號：

姓名：

<input type="checkbox"/> 固執的 <b>C2</b> <input type="checkbox"/> 拘謹的 <input type="checkbox"/> 有規則的 <input type="checkbox"/> 服從的 <input type="checkbox"/> 有秩序的	<input type="checkbox"/> 重物質的 <b>R2</b> <input type="checkbox"/> 不做作的 <input type="checkbox"/> 普通的 <input type="checkbox"/> 有恆心的 <input type="checkbox"/> 重實際的	<input type="checkbox"/> 精力充沛的 <b>E2</b> <input type="checkbox"/> 愛表現的 <input type="checkbox"/> 追求刺激的 <input type="checkbox"/> 外向的 <input type="checkbox"/> 慷慨的
<input type="checkbox"/> 不愛出風頭的 <b>R3</b> <input type="checkbox"/> 頑固的 <input type="checkbox"/> 簡樸的 <input type="checkbox"/> 洞察力差的 <input type="checkbox"/> 喜為旁觀者的	<input type="checkbox"/> 有恆心的 <b>C3</b> <input type="checkbox"/> 重實際的 <input type="checkbox"/> 過份謙虛的 <input type="checkbox"/> 精打細算的 <input type="checkbox"/> 缺乏想像力的	<input type="checkbox"/> 重氣氛情調的 <b>E3</b> <input type="checkbox"/> 樂觀的 <input type="checkbox"/> 有自信的 <input type="checkbox"/> 善交際的 <input type="checkbox"/> 喜說話的

**3 統計表** 自己勾選(勾選、註記)一個給2分，別人勾選給1分

	自己	粉色	黃色	綠色
R1+R2+R3=	_____	_____	_____	_____
I1+I2+I3=	_____	_____	_____	_____
A1+A2+A3=	_____	_____	_____	_____
S1+S2+S3=	_____	_____	_____	_____
E1+E2+E3=	_____	_____	_____	_____
C1+C2+C3=	_____	_____	_____	_____

**加總** 請將前4項的分數累計起來，填入下方，並將前3高分的興趣何倫碼 (Holland Code)，在框框中打勾。

R1+R2+R3= \_\_\_\_\_  I1+I2+I3= \_\_\_\_\_  A1+A2+A3= \_\_\_\_\_

S1+S2+S3= \_\_\_\_\_  E1+E2+E3= \_\_\_\_\_  C1+C2+C3= \_\_\_\_\_

## 附錄 2

人格特質、職業興趣  
與環境分類表

• 參考資料：Holland的類型理論，網址<https://reurl.cc/VaQWMZ>

類型	人格特質	職業興趣	職業環境
實用型 R	情緒穩定、寧願行動，不喜多言、不易親近、重視物質、實際、節儉、溫和、害羞、坦白、誠實、自然、謙虛	喜歡需要體力、具體實在的、有系統的、戶外的、具有機械能力。	勞工、農人、機器操作員、加油工、航空人員、汽車修護員、搬運工
研究型 I	獨立思考、追根究柢、溫和內向、分析、批判、謹慎、理性、保守、精細、好奇、重視方法等特質	喜歡調查、分析、符號、概念、文字等有關的工作，具有數理及科學的能力。	生物學家、物理學家、人類學家、化學家、數學家
社會型 S	助人的、友善的、溫暖的、寬宏的、仁慈的、敏銳的、同理的、合作的、有責任的、令人信服的	喜歡社交活動，善於用語言交談協助他人，重視社會及道德問題。	教師、社工人員、宗教人士、臨床心理學家、輔導員
事務型 C	順從的、抑制的、實際的、謹慎的、保守的、有條理的、有效率的、自我控制的、缺乏想像的、有恆的	喜歡有系統的處理各種檔案資料，喜歡有組織的言語和數字活動，喜歡居於附屬角色，藉服從達成目標。	出納、簿記、速記人員、秘書、銀行員、統計員、人事人員、文書、行政助理、金融分析師

類型	人格特質	職業興趣	職業環境
企業型 E	善於表達的、引人注意的、野心的、衝動的、自信的、外向的、樂觀的、熱情的、精力充沛的、武斷的、受歡迎的	喜歡操縱他人以達成組織目標，重視政治與經濟上的成就，喜歡督導、策劃、領導等活動。	業務人員、經理人員、企業家、政治家、推銷員、採購員
藝術型 A	富幻想的、直覺的、獨立的、獨創性的、尚理想的、善表達的、情緒化的、複雜的、衝動的	有藝術、直覺、創造的能力，喜歡運用想像力和創造力，喜歡在自由環境中工作。	作家、指揮家、作曲家、演員、音樂家、室內設計師、詩人、雕刻家、劇作家、舞臺表演者

### 附錄 3

## 海海人生



### 活動 1 探索個人特質 (請先由中間格子開始填寫)

在欣賞完影片之後，請同學好好思考自己的個性、興趣及專長等各項特質：

- (1) 寫出自己各項特質的內涵，內容越詳細越具體，越能幫助自己探索未來的生涯發展。
- (2) 列出自己想要從事的工作，想像這份工作對自己將來的生涯有著怎樣的影響？

請描述自己的個性： (至少列出三項)  1	依據自己的興趣，在 生活中最喜歡做的事 情：(至少列出三項)  2	依據自己的專長，特 別擅長或表現傑出的 表現：(至少列出三項)  3
從事這項工作所需具 備的學歷、專業技能 或證照：  4	自己想要從事的 工作是  5	從事這項工作，每天 主要執行的工作內容 有：  5
從事這項工作所需付 出的時間、獲得的薪 資大約是：  6	想像一下，從事這項 工作的生活作息和型 態是：  7	從事這項工作，讓我 最感興趣、具有成就 感的是：  8

### 活動 2 想想看

在看完影片後，好好想想如何培養自己從事這項工作的能力？可以規劃哪些具體的訓練做法？

### 附錄 4

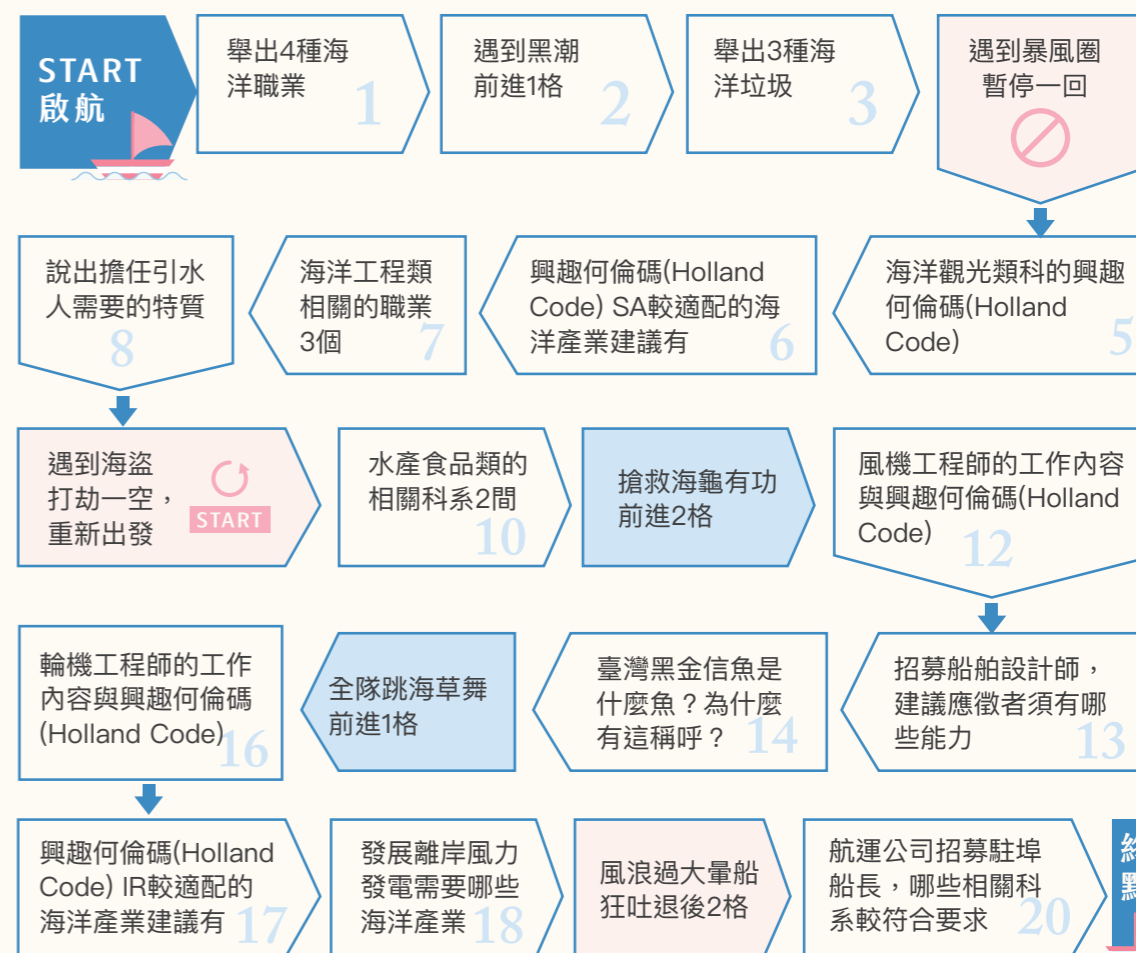
## 海洋職涯配對大富翁

海洋職涯配對大富翁對應答案：  
<https://drive.google.com/drive/folders/1jeo0DMRd175NkohpiqA5wkIDDrVe000E?usp=sharing>

#### 生涯資訊相關網站

- 一零四資訊科技股份有限公司，104工作世界-學校專區-興趣何倫碼，網址：<https://wow.104.com.tw/jobWorld/holland>
- 生涯與就業協助系統，生涯世界- CHVS職業世界，網址：<http://www.cvhs.fju.edu.tw/cvhs2014/occupationWorld/occMajor>
- 臺灣海洋教育中心-海洋職業與科系興趣代碼網站，網址：<http://careertmec.ntou.edu.tw/>

- 1 全班分成4~5組競賽，各組內可進行工作分工(如：組智囊團找答案)，每格答題時間2分鐘。
- 2 小組可透過「生涯資訊相關網站」找答案。





## 附錄 5

# 海洋職涯試探教學興趣何倫碼(Holland Code) 對應海洋相關科系及職業

班級： \_\_\_\_\_ 座號： \_\_\_\_\_ 姓名： \_\_\_\_\_

### ① 我的興趣何倫碼(Holland Code)為 \_\_\_\_\_

可上「大考中心」查詢點選：「生涯輔導」▶「生涯測驗」▶右上角「登入」▶「學生登入」。

(1)帳號：身份證字號、(2)密碼：自行設定

### ② 看完海洋職業探索影片後，我對各產業的好奇度，由高至低依序為何？ (請在空格中依序填入1、2、3…)

\_\_\_\_\_ 海洋休閒觀光    \_\_\_\_\_ 船舶建造維修    \_\_\_\_\_ 漁業    \_\_\_\_\_ 水產養殖  
\_\_\_\_\_ 海洋海岸工程    \_\_\_\_\_ 海洋科研管理    \_\_\_\_\_ 海運    \_\_\_\_\_ 水產加工

### ③ 請輸入自己的興趣何倫碼(Holland Code)，會對應到哪些科系及職業？

臺灣海洋教育中心-海洋職業與科系興趣代碼網站，網址：<http://careertmec.ntou.edu.tw/>

如果對應到很多科系及職業，請各寫下3個即可；若查詢不到，請試著輸入前兩碼或首碼；或者直接點選自己有興趣之產業進行探索。

- 對應到的類科或升學相關科系有： \_\_\_\_\_
- 對應到的職業或就業方向為： \_\_\_\_\_

### ④ 認識更多科系及職業—104工作世界 網址：<https://wow.104.com.tw/index/main.html>

- 我查詢的職業是 \_\_\_\_\_ • 工作場域及任務 \_\_\_\_\_
- 所需要的學歷是 高中 \_\_\_\_\_ %、專科 \_\_\_\_\_ %、大學 \_\_\_\_\_ %、研究所 \_\_\_\_\_ %
- 工作機會 \_\_\_\_\_

## 《國高中興趣對應海洋職涯發展》教學手冊

指導單位：教育部

出版單位：國立臺灣海洋大學臺灣海洋教育中心

發行人：張清風

總編輯：張正杰

編輯指導：林彥伶、張在欣、吳靖國、蔡良庭

教案設計：王文婷、黎美玉、簡珮韻（依姓氏筆畫排序）

執行編輯：張家菀、張瑋倫、宋侑軒、張國珍

編輯群：張凱婷、林玟均、陳克蕾、鄭心惠、吳佩珊

美術設計：陳穎穎

地址：20224基隆市中正區北寧路2號

電話：(02)24622192

網址：<http://tmec.ntou.edu.tw>

出版日期：108年10月

