

第1章

第2章

第3章

第4章

第5章

第6章

第7章

第8章

第9章

第10章

第11章

第12章

第13章

# 認識自我與 升學就業路徑 探索及規劃

- 4.1 支援有自閉症的高中學生認識自我與探索及規劃升學就業路徑的重要性
- 4.2 協助有自閉症的高中學生認識自我
- 4.3 協助有自閉症的高中學生進行升學就業路徑探索及規劃
- 4.4 第二層支援示例：我劃我將來小組
- 4.5 重點提示



# 支援有自閉症的高中學生認識自我

## 4.1

## 與探索及規劃升學就業路徑的重要性

升讀高中後，學生除了應付學業的挑戰外，更要面對升學及就業的抉擇，甚至開始規劃未來的人生。要作出知情和負責任的升學及就業選擇，學生既需要認識自己的興趣、能力和事業目標，也要掌握升學或就業的路向。不同的文獻均指出，有自閉症的學生因社交溝通及想法解讀的困難，在自我認識及察覺方面皆有缺損（Huang, Hughes, Sutton, Lawrence, Chen, Ji & Zeleke, 2017），他們比一般同輩較少自然地發展出對工作及事業的興趣，又或對升學及就業的抉擇有狹隘的想法。此外，有外國研究顯示（Shattuck, Narendorf, Cooper, Sterzing, Wagner & Taylor, 2012），不少自閉症人士在完成中學或大專課程後在職場上較難獲聘，受聘率比其他有特殊需要的學生為低。因此，有自閉症的高中學生在生涯規劃的訓練及輔導，比一般學生需要更強的支援，以引導他們思考及計劃未來，並從宏觀角度思考人生發展，發揮個人獨特的潛能。

本章將介紹不同的支援方法，讓學校人員透過多元策略幫助有自閉症的高中學生認識自我與探索及規劃升學就業路徑。

# 協助有自閉症的高中學生


## 4.2

## 認識自我

自我認識涵蓋的概念甚廣，圖 4.1 為部分常見的範疇。學校人員可透過第二及第三層的支援活動，或協助學生製作個人檔案，幫助他們了解自己各項能力及特質。



圖 4.1 自我認識的部分範疇

自我認識乃持續的過程，學校人員可先了解校內生涯規劃組為一般學生設計的活動，然後在第三層支援時為有自閉症的高中學生作個別化的加強跟進，以提升支援效果。以下建議一些支援方法、工具及活動，供學校人員進行額外輔導時使用。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」及「認識自我與升學就業路徑探索及規劃」內的資料 ）

提升學生自我認識的方法	工具及活動內容舉隅
<p>透過填寫問卷了解學生及讓學生認識自己</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學習、社交及情緒適應問卷（高中）：AIM 高中支援模式備有學生、教職員及家長三套版本的問卷，以協助學生訂定個別學習計劃及其他相關行動目標。學校人員及學生可透過問卷全面了解學生在學習、社交、情緒適應方面的情況，以及各範疇的強弱項。</li> <li>● 荷倫職業性向問卷 (RIASEC)：學者荷倫 (John Holland) 指出人格特質與職業選擇息息相關，並按所界定的人格類型歸納成六種職業類型特質。學校可透過此問卷幫助有自閉症的高中學生認識自己在這六大特質的傾向，從而探索個人未來的職業方向。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《職業性向問卷及分析》）</li> </ul>



圖 4.2 RIASEC：荷倫提出的六種職業類型特質

## 提升學生自我認識的方法

## 工具及活動內容舉隅


- MBTI 性格測驗：瑞士心理分析家榮格 (Carl Jung) 提出的人格理論，把人的性格分為四個向度，每個向度分為兩端。學校可透過此性格測驗讓學生探索和了解自己的性格特質，以確定個人的事業方向和目標。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《MBTI 性格測試及分析》）



圖 4.3 榮格人格理論：人格四個向度的不同傾向

## 4.2 協助有自閉症的高中學生認識自我

提升學生自我認識的方法	工具及活動內容舉隅
透過訪問身邊的重要他人，讓學生更認識自己	<ul style="list-style-type: none"><li>● 學生就不同的範疇（如儀容、性格、能力、人際關係、學校表現及其他等）訪問身邊的長輩或朋友，從不同的角度找出自己的強弱項。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我的強弱項》）</li></ul>
設計工作紙讓學生作個人反思	<ul style="list-style-type: none"><li>● 讓學生填寫不同主題的工作紙，並與他們進行討論，例如：<ul style="list-style-type: none"><li>▶ 在《我是誰？》的工作紙中，着學生填寫有關自己的資料，包括夢想職業、喜歡的學科、個人優點及缺點等。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我是誰？》）</li></ul></li></ul> <div data-bbox="654 1030 1316 1500" data-label="Image"></div> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ 透過《我的個人價值》工作紙，讓學生反思個人價值觀如何影響個人選擇，並思考生活中個人重視的標準。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我的個人價值觀》）</li></ul>

提升學生自我認識的方法	工具及活動內容舉隅
透過小組或個人活動 / 遊戲提升學生的參與動機	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 進行「歲月投資大拍賣」活動，讓學生競投認為是人生中重要的事物，例如戀愛、信仰、金錢等。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《歲月投資大拍賣》）</li> </ul> <div data-bbox="603 696 1289 1189" style="border: 1px solid orange; padding: 10px; text-align: center;">  <div data-bbox="847 757 1257 1016" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>歲月投資大拍賣</p> <p>每口叫價：<b>10 萬</b></p> <p>學號：_____</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">圖 4.5 「歲月投資大拍賣」活動中的叫價指示</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 進行個人反思及小組分享，讓學生感受在實踐夢想的過程中要面對的困難與挑戰，認清個人計劃的可行性，以及釐清或修訂目標等具體步驟。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我的理想生活》）</li> </ul>
讓學生從個人經歷中了解自己	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 讓學生回顧自己的其他學習經歷，並反思學到或發揮了哪些綜合能力和個人素質。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《回顧其他學習經歷（OLE）》）</li> </ul>
協助學生製作個人檔案	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學校人員可協助學生製作《學生個人檔案》，內容包括個別學習計劃、訪問及小組活動記錄、個人反思等，讓學校及家長更有效地檢視學生的進度，進一步加強學生的自我反思及自我認識。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《學生個人檔案工作紙舉隅_目錄》）</li> </ul>

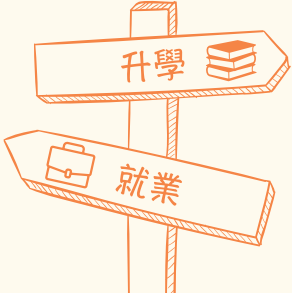

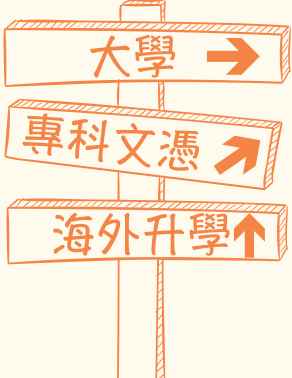



# 協助有自閉症的高中學生

## 4.3

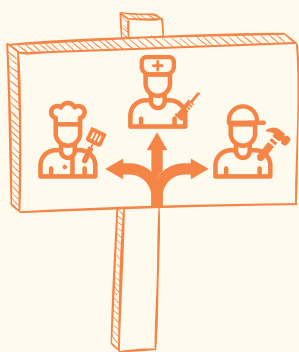
## 進行升學就業路徑探索及規劃

不少有自閉症人士在完成中學階段後仍未能認清升學及求職的方向。因此，除了認識自己、明白個人的強弱項、興趣和其他個人特質外，學校更可透過以下的支援方法，協助有自閉症的高中學生深入了解升學或就業路徑，並以多角度思考適合自己的就業方向，作出知情選擇及規劃。


支援目標	工具及活動內容舉隅
<p>協助學生探索升學或就業的可行性</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>● 協助學生探究適合個人特質、能力、興趣、喜好或抱負的選擇。學校人員可列舉在中學就讀、修讀大專課程及就業三者的各項分別，讓學生理解升學與就業的不同（包括環境、生活安排、社交要求及期望等）。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《選擇升學或就業》）</li></ul>
<p>協助學生了解不同課程的要求及出路，擴闊學生對升學出路的眼光</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>● 讓學生了解大學聯招安排，以及介紹聯招以外的本地和海外升學途徑，並掌握心儀課程的相關資料；（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《理想課程資料》）</li><li>● 協助學生了解自己的高中選修科目與專上課程的關係；</li><li>● 讓學生認識有效地尋找升學資訊的方法；</li><li>● 安排往大專院校參觀、邀請本地及海外院校人員到校舉辦講座；</li><li>● 因應學生的興趣和能力安排與院校學生對談，讓學生了解大專生活及出路，協助他們掌握院校或行業的現況。</li></ul>

支援目標

協助學生了解不同職業的工作要求及待遇，擴闊學生對就業的認識及出路的視野



工具及活動內容舉隅

- 安排參觀職場和工作體驗活動，例如：
  - ▶ 參觀工商企業及社會企業，讓學生了解不同行業的實際工作情況（例如某行業的不同職位及工作範疇）；
  - ▶ 透過工作體驗活動，讓學生親身體會工作的性質和實際要求，反思自己是否適合該行業；
- 協助學生訪問職業從業員，讓學生了解該行業的要求、工作性質、待遇及工作環境，掌握行業的現況。另外，透過訪問身邊不同行業的親友，分享個人對該職業的看法，協助學生了解職場實況及作個人反思。（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《職業面面觀》）

**職業面面觀——人物專訪**

姓名：\_\_\_\_\_

班別：\_\_\_\_\_（ ）

---

我與受訪者的關係：\_\_\_\_\_ 受訪者職業：\_\_\_\_\_

工作年資：\_\_\_\_\_ 年 學歷：\_\_\_\_\_

請問您的主要工作是甚麼？

最有意思或具挑戰性的部分是甚麼？

工作最大的困難是甚麼？您如何克服？

這個職業給您帶來最大的改變或影響是甚麼？

為甚麼您會選擇這個行業？

請問您如何入行？

從事這個職業需要具備哪些知識、能力和要求？

這個行業的薪資和福利待遇是怎樣？

對於想要從事這個職業的同學，您會提供甚麼建議呢？

小反思：1. 從觀察和訪問中，你發現能夠從事這個行業的人有甚麼特質？  
2. 被訪者讓你對這個行業有甚麼新的發現？


圖 4.6 職業面面觀

協助學生作出知情選擇





- 在學生作出升學或就業的選擇前，協助他們掌握及綜合需考慮的因素，例如：

自己的特質	與理想職業相關的資料	與計劃升讀的課程相關的資料
包括性格、興趣、能力、價值觀等	包括就業情況、待遇、晉升機會等	包括院校、課程內容、升讀要求及出路等



（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我的個人價值觀》、《我的理想工作》及《理想課程資料》）



## 4.3 協助有自閉症的高中學生進行升學就業路徑探索及規劃

支援目標	工具及活動內容舉隅
<p>訂定目標及行動計劃，並引導學生靈活地因應情況而調整計劃</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>● 協助學生整理及綜合經以上活動所得的資料，並與學生訂定目標及行動計劃（包括與學習、情緒和社交相關的目標及行動）；（請參閱第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《我的目標及行動計劃》）</li><li>● 引導學生反思選擇，預備當計劃未能實現時的解決方法（目標是甚麼？若不能達到目標，有甚麼替代選擇？）。</li></ul>

在了解不同出路的同時，學校需根據有自閉症的高中學生的特質給予額外支援，為學生日後升學及就業作好準備。例如，與學生討論有關面對環境轉變時的情緒處理，協助學生認識在大專院校或相關職業的社交潛規則及禮儀。以下為一些支援方向及例子（有關潛規則的訓練，請參閱本資源手冊第七章：高階社交技巧——潛規則）：

- 透過小組活動或訪問院校學生，協助有自閉症的學生了解大專生的日常生活，如學習和社交的實況，讓學生認識在大專院校生活的社交潛規則。（請參閱第七章內容及第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《大專社交潛規則》）
- 透過工作體驗活動或訪問職業從業員，讓學生了解會在職場出現的真實社交情境或突發情況（例如：上班塞車引致遲到、申請病假），使他們理解職場與學校環境的不同，並認識自己有志投身的行業的潛規則和待人接物時的注意事項（例如，如何與僱主和同事相處）。（請參閱第七章內容及第十三章《資源篇》：「學生個人檔案」內的《工作潛規則及提示卡》）
- 安排模擬求職過程及面試，讓學生掌握一些基本的工作面試禮儀，為日後求職作好準備。

## 第二層支援示例：

### 4.4

## 我劃我將來小組

(請參閱第十三章《資源篇》：「認識自我與升學就業路徑探索及規劃」內「我劃我將來小組」的資料 )

學校可開展生涯規劃小組，提升有自閉症的高中學生的自我認識、個人規劃、探索目標及反思的能力，並且協助他們初步訂立適合自己的人生目標。小組目標及大綱如下：

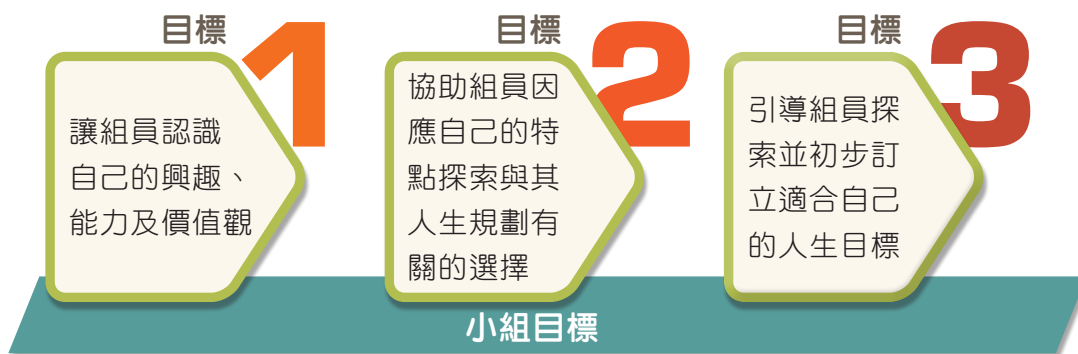


圖 4.7 由認識自我到規劃人生：層層遞進的小組目標

學習目標	內容重點及活動
1. 讓組員互相認識	● 組員自我介紹及互相認識
2. 讓組員初步探索自己的特質	▶ 透過活動，如運用物件作自我介紹及學習了解自己
3. 讓組員思考人生不同階段的角色及活動	● 組員介紹自己的個人特質（例如：興趣、能力）及理想職業 ▶ 透過 Bingo 遊戲，讓組員分享自己的理想職業或性格特質，從而認識自己，並找出與自己特質相似的組員 ▶ 進行自畫像活動，繪畫自己，並將自己的特點呈現於畫像內
	● 協助組員思考人生不同階段的角色及活動 ▶ 透過畫出「生涯彩虹圖」(Career Rainbow)，幫助同學了解生涯發展階段與角色之間如何互相影響

### 第一節

	學習目標	內容重點及活動
第一節		 <p>圖 4.8 以「生涯彩虹圖」展示在人生不同階段的角色變化</p>
第二節	<p>1. 讓組員認識自己的興趣、能力及價值觀</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 讓組員反思自己的特質如何影響自己及將來           <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 利用上一節所畫的「生涯彩虹圖」，與組員分享不同階段及不同環境下的自己</li> </ul> </li> <li>● 讓組員認識自己的價值觀           <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 透過活動「理想生活大拍賣」，讓同學體會自己重視的價值觀</li> </ul> </li> </ul>
第三節	<p>1. 讓組員進一步認識自己的特質</p> <p>2. 協助組員因應自己的特點探索與其人生規劃有關的選擇</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 讓組員進一步了解自己的個人特質和職業性向           <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 透過《荷倫職業性向問卷》，認識自己的職業性向，初步找出一種適合自己的職業</li> <li>▶ 透過個案討論，協助組員明白性格、興趣、價值觀和技能如何影響未來，亦提醒學生有些性格、興趣和技能是後天發掘或培養的</li> </ul> </li> </ul>

## 學習目標

1. 協助組員因應自己的特點探索與其人生規劃有關的選擇
2. 引導組員探索並初步訂立適合自己的人生目標

## 內容重點及活動

- 協助組員就着夢想職業，在不同年歲訂立目標
  - ▶ 利用工作紙《我的生涯地圖》，讓組員為自己初步選擇的職業訂立人生目標



圖 4.9 運用《我的生涯地圖》工作紙訂立目標的例子

- ▶ 讓組員認識訂立「S.M.A.R.T.」目標的原則
- ▶ 協助組員將目標轉為行動計劃
- 組員自我鼓勵及互相鼓勵
  - ▶ 透過活動「I AM MY BOSS, I HAVE SUPPORT」，與組員製作簡單打氣卡，以鼓勵自己繼續邁向目標



圖 4.10 「I am my boss, I have support」打氣卡的重點

- 鼓勵組員在小組完結後持續認識自己的興趣、能力及價值觀，探索自己的生涯地圖

## 重點提示

### 4.5

在支援有自閉症的高中學生認識自我及探索升學就業路徑時，宜留意以下要點：

- 學校應先了解校內有關生涯規劃的工作，並作出針對性的配合，例如因應學生參與的生涯規劃小組活動或個別面見的內容，在第三層支援時跟進。
- 學校可配合有自閉症的高中學生的特質給予支援，例如，學生的社交思考較弱，可與他多討論在不同社交場合待人接物時的禮儀及職場潛規則（請參閱本資源手冊第七章）。
- 學校也可在高中學習階段後期，安排學生重溫早期關於自我認識及思考生涯規劃的活動，鞏固個人所學及反思成長歷程。



## 第四章

### 認識自我與升學就業路徑探索及規劃



#### 結語

為增強有自閉症的高中學生對自我及社會的認識，學校需要提供更明確的教導及個別化的支援。同時，亦可安排與職場及生涯規劃相關的真實體驗，讓學生能更全面地探索多元出路，按自己的興趣和能力為將來作出規劃。

