

**職**業不僅代表一份收入，它更讓個體發揮潛能、增強自信、獲得滿足感和成就感。按香港現行的教育制度，通常個人要到青年後期或成年早期，才需要作職業的選擇。雖然如此，職業的偏好卻可以很早便形成。有研究指出，人選擇職業時，大致會經歷以下三個階段：<sup>1</sup>

**(1) 開發期（五歲至十一歲）**

基於認同父母的職業或電視上所見的人物，兒童會想像自己將來成為教師、警察或太空人等。

**(2) 嘗試期（十一歲至十七歲）**

少年人選擇職業時，會先考慮自己的興趣。然而，隨着年齡的增長，自己的能力與所接受的訓練會變成先決條件；同時個人的價值觀也會逐漸影響職業的選擇。

**(3) 理智選擇期（十八歲至成年早期）**

這時青少年 / 成人開始投入工作場所，明白自己及現實環境的限制，因而修正自己的選擇；作出理智決定後，會投入新的目標，繼續工作。

由於職業選擇會影響青少年將來的個人成長、生活方式和社交圈子，因此需要審慎思量。思量的第一步就是認識自己，包括自己的性格、興趣及專長。

**(1) 性格：**性格既是與生俱來，也可以經由後天培養。若青少年選擇一份與他們性格配合的職業，就較得心應手，容易從工作中獲取滿足感。

**(2) 興趣：**興趣是個人對某些事物的依附或排拒，不受報酬所左右。若青少年能夠投身真正感興趣的行業，就會更有幹勁，更能投入工作。

**(3) 專長：**每個人都具備不同的專長，有些擅長表達，有些擅長分析、計算、設計或研究。不同工作需要不同的專長，若青少年選擇一份能夠發揮他們專長的職業，他們就更能充分發揮自己的才能及潛質，亦更能肯定自己的價值。

周惠賢博士

香港中文大學崇基學院神學院名譽副研究員

---

1. Mark Savickas & Robert Lent, *Convergence in Career Development Theories* (Palo Alto, California: Consulting Psychology Press, 1994)