

我的兴趣

人们乐于做自己喜欢的事。从事喜欢的工作，不仅会做得更好，同时在工作生活中也会更有幸福感！

Step 1: 请先想想自己喜欢做的事。

Step 2: 列出10项你喜欢做的活动，这些活动有时候被称作技能。如：阅读小说

Step 3: 分析这些活动。你是单独做的还是和他人一起完成？是否使用工具？是否使用语言或者数字？请在下表中勾选标示。

序号	活动	单独	和他人一起	使用工具	使用语言或数字
例如	阅读小说	√			√
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

Step 4: 列出5项你不喜欢做的活动。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

思考总结

⇒ 列出5项你喜欢做的事情：

⇒ 列出你想要去学习做的一件事：