



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

輔導學生作生涯規劃的 各種嘗試

林桂華老師

楊貞暘姑娘



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

學校背景

- 一條龍學校
- 以校訓：

「遵循主道，愛己愛人，積極盡心，各展潛能」

為基礎，制訂了「循道衛理人」

生命教育培育架構



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

「循道衛理人」生命教育課程規劃

級別	主題
中一級	愛己 (珍惜生命、肯定自我)
中二級	愛人 (愛人如己)
中三級	積極盡心
中四級	(積極參與、盡心服務)
中五級	各展潛能 (發揮所有、勇於承擔)
中六級	循道衛理人 (關愛別人、積極盡心及勇於承擔)



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

校本升輔課程 (螺旋式)

中一級	認識工作世界
中二級	計劃前路在今天
中三級	尋找生命的色彩
中四級	「生涯地圖」(一)
中五級	「生涯地圖」(二)
中六級	「生涯地圖」(三)



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

曾參與校外計劃

- 中學生生涯規劃服務計劃

例：求職技巧理論、職場工作分享等

例：講座、工作坊、個人/小組面談、行業參觀、實習計劃



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

困難之處

未能完全配合校本需要：

學生需要、校本安排如時間安排、配對行業的錯配
情況



中一級	認識工作世界
中二級	計劃前路在今天
中三級	尋找生命的色彩(一)及(二)、生命之旅、各行各業試工閃、中三輔導計劃
中四級	DSE之路講座、大學之旅、應用學習介紹、生涯規劃日、SLP紀錄
中五級	生涯規劃講座、JOB SEEKER、大專之旅、我的自述(中文及英文)工作坊、SIMS模擬人生、拔尖輔導計劃
中六級	生涯規劃(一)聯招與我、生涯規劃(二)大專院校面面觀、認識多元出路——新興行業的介紹、中六輔導計劃、放榜前學生及家長輔導講座



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中一及中二級

- 中一「認識工作世界」：

讓同學認識工作種類，從而擴闊視野，初步認識工作世界。

- 中二「計劃前路在今天」：

讓同學認識自己的性格及潛能；讓同學進一步認識工作性質、要求及晉升途徑。



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中三級

- 中三「尋找生命的色彩」：讓同學了解自己的選科取向及考慮因素；以及其它升學途徑。
- 例：尋找生命的色彩(一)及(二)、生命之旅、各行各業試工閃、中三輔導計劃



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中四級

- 中四「生涯地圖」(一)：讓同學參觀不同的大學，初步了解大學的收生要求，從而訂立更高的升學目標。讓同學認識自己的性格及潛能。
- 例：DSE之路講座、大學之旅、應用學習介紹、「生涯規劃日」、SLP紀錄



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中五級

- 中五「生涯地圖」(二)：讓同學參觀不同的大專院校，讓他們認識不同的升學途徑。擴闊同學對不同升學及就業資訊的視野。讓同學全面了解自己及為自己的未來作出規劃。
- 例：生涯規劃講座、**JOB SEEKER**、大專之旅、我的自述(中文及英文)工作坊、**SIMS**模擬人生、拔尖輔導計劃



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中六級

- 中六「生涯地圖」(三)：向同學深入介紹不同職業的性質、入職要求及晉升條件，從而讓同學確立讀書的目標及方向。向同學提供JUPAS選科的策略，幫助同學妥善運用JUPAS所提供的選擇權。讓中六同學為自己的人生作進一步的規劃，以建立他們正確的價值觀，對人生問題進行反思。
- 例：生涯規劃(一)聯招與我、生涯規劃(二)大專院校面面觀、認識多元出路——新興行業的介紹、中六輔導計劃、放榜前學生及家長輔導講座



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

時間安排

- 開學周、全方位課、公民課、試後活動
- 午膳、放學
- 星期六
- 暑假



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

全校科組參與其中

- 組別：例如公民組、宗教組、生命教育組等
- 科目：例如旅款科、經濟科
- 大型活動如：**SIMS**模擬人生
- 中六關顧計劃：所有科任老師、宗教組福音周



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

課堂外、非全級：

- 校董師友計劃
- 校友師友計劃
 - 天循師友計劃
 - 循小師友計劃
- 考察團
- 暑期工實習體驗計劃
- 升輔大使培訓：公司參觀
- 校外培訓活動



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

(配合學生興趣及能力抽離式)

深化學習

真實的
工作世界

循小師友計劃、Project share
暑期工作體驗等

以真實環境為中介
校園電視台、校園小記者、
少年企業家大比併等

課堂外

法律先鋒師友計劃、應用學習課程、港鐵 TRAIN 出光輝每一程訓練
計劃、Junior Achievement Hong Kong 國際成就計劃香港部的工作影子
計劃、Project we can、參觀工作場地及與在職人士面談等

課堂內 (全級性進階課程)

中一二	中三	中四至六
認識工作世界	尋找生命的色彩	生涯規劃

全級性進階課程



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

現參與校外計劃：Project WeCan

- 「生涯規劃日」
- 配對機構：清晰醫療集團
- 合作計劃：參觀公司、實習計劃、師友計劃



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

小組介入 (中三、中六小組輔導及科任關顧小組)

- 午膳時間
- 目的：
 1. 聚焦在職志方向的小組輔導，幫助學生從小組中了解不同選修科的出路與銜接課程
 2. 探索生命的價值和意義
- 邀請校友、學長及學姐、專業人士回校向學生作分享



中三升輔小組輔導

舉辦月份/時間	目的	形式
9月開學周	- 刺激學生思考出路(知識層面)	- 從Holland性格測試認識自我及合適的職業 - 使用桌遊作介入工具 - 認識自我：《尋找生命的色彩》簡單版
10月11日	- 初探有興趣的職志	- 邀請校友分享不同的職業
2019年11開始	- 進深了解職業/行業發展	- 天循師友計劃
2019年11至 2020年1月午膳時間	- 從實際工作層面認識職業/行業	- 透過校友、教會弟兄姊妹、友好商會作不同職業/行業分享



舉辦月份/時間	目的	形式
<p>3月初 (上學期考試後, 家長日前) 班主任課節</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 讓學生更深了解選修科的內容 	<ul style="list-style-type: none"> - 讓學生從高中生/科任中了解選修科的內容
<p>3月至4月 午膳時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 以小組形式讓學生制定人生目標及選科次序 	<ul style="list-style-type: none"> - 以小組形式輔導，每組一節 - 以桌遊形式(職業卡)幫助學生將自己的價值觀或看法講出
<p>3月 (非必須參加)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 讓學生了解VTC的上課模式及課堂內容 	<ul style="list-style-type: none"> - 參觀VTC及School for Higher and Professional Education (SHAPE)
<p>教務4月底至5月 收選科表</p>		
<p>7-8月 (如需要)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 在中三學生收取來年修讀的選修科後，給予相關的資料或情緒支援 	<ul style="list-style-type: none"> - 學生個別諮詢



天水圍循道 Tin Shui Wai Meth

第一部份「職業選擇」

你的想法	職業	你有這想法的原因 是因為職業本身、個人能力、父母期望或其他.....
無論如何 也 不會考慮	1.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	2.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	3.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
有點猶豫	1.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	2.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	3.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
如果 我有能力 我會選擇	1.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	2.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 父母期望： <input type="checkbox"/> 其 他：
	3.	<input type="checkbox"/> 職業本身： <input type="checkbox"/> 個人能力： <input type="checkbox"/> 其 他：



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai

第二部份 詳細了解 謹慎選擇

科目簡介及
修讀學生分享
影片



想了解 <input checked="" type="checkbox"/>	選修科目	觀看後，你對選修科增加了哪(些)認識？
	物理	
	化學	
	生物	
	組合科學(物理) 組合科學(化學)	
	經濟	
	企業、會計 與財務概論	
	旅遊與款待	
	地理	



你的想法	科目	為甚麼你對這個選修科目有此想法？ 是因為科目本質、個人能力、升學前路或其他.....
無論如何 也 不會考慮	1.	<input type="checkbox"/> 科目本質：_____ <input type="checkbox"/> 個人能力：_____ <input type="checkbox"/> 升學前路：_____ <input type="checkbox"/> 其 他：_____
	2.	<input type="checkbox"/> 科目本質：_____ <input type="checkbox"/> 個人能力：_____ <input type="checkbox"/> 升學前路：_____ <input type="checkbox"/> 其 他：_____
有點猶豫	1.	<input type="checkbox"/> 科目本質：_____ <input type="checkbox"/> 個人能力：_____ <input type="checkbox"/> 升學前路：_____ <input type="checkbox"/> 其 他：_____
	2.	<input type="checkbox"/> 科目本質：_____ <input type="checkbox"/> 個人能力：_____ <input type="checkbox"/> 升學前路：_____



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

我的理想職業：

工作入行	
工作性質	
工作要求	
工作前景	
看完自己的理想職業後想法感受：	



第五部份 升學及就業參考資料:

大學/大專課程分類

- ◇ 建築、建造及城市規劃
- ◇ 文科、人文科、學通識教育及綜合教育
- ◇ 生物科學、自然科學及數學科學
- ◇ 商業及管理
- ◇ 運輸及物流
- ◇ 電腦科學及資訊科技
- ◇ 經濟、會計、財務及投資
- ◇ 教師、師資訓練及運動科學
- ◇ 工程及科技
- ◇ 美術、表演藝術、設計、創意媒體藝術及產業
- ◇ 語言、翻釋及文學
- ◇ 法律及法學
- ◇ 大眾傳媒及傳播、新聞及公共關係
- ◇ 醫科、牙科及護理科
- ◇ 保安及紀律部隊
- ◇ 社會科學
- ◇ 休閒健康、旅遊及款待服務

2018-19 本校高中可供選擇的選修科 (暫定)

X1 (第一組別)

- (1) 資訊及通訊科技
- (2) 地理
- (3) 旅遊與款待
- (4) 企業會計與財務概論
- (5) 生物
- (6) 化學
- (7) 倫理與宗教

X2 (第二組別)

- (1) 中國歷史
- (2) 經濟
- (3) 視覺藝術
- (4) 體育-文憑
- (5) 旅遊與款待
- (6) 生物
- (7) 物理

職專文憑



ERB 課程總覽





我的理想職業



大學學位

IVE/高級文憑/副學士

其他必需有的技能

eg,
急救牌
教練牌

33222或以上

22222(5科合格)

22222或以下

毅進文憑

DSE成績



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

圖片 1



圖片 2





天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中六升輔小組輔導

舉辦月份/時間	目的	形式
暑假	<ul style="list-style-type: none">- 情緒支援- 了解升學資料	<ul style="list-style-type: none">- 個別/小組諮詢(如需要)
9月開學周	<ul style="list-style-type: none">- 讓學生合理地認清自己的學術能力- 定立升學或職志方向- 概略認識大專及大學的課程	<ul style="list-style-type: none">- 生涯規劃講座- 填寫「十年後的我」工作紙及Google Form，並會在中六小組輔導時使用
9月20日	<ul style="list-style-type: none">- 為自己訂立多元出路	<ul style="list-style-type: none">- 認識e導航
9月27日	生涯規劃(一) <ul style="list-style-type: none">- 簡介聯招系統、選科注意事項及策略、模擬選科、申請校長推薦- 不報JUPAS的同學參觀ERB作性向測試、探索自己升學就業的方向	<ul style="list-style-type: none">- 講座- 認識e-app
10月25日	生涯規劃(二) <ul style="list-style-type: none">- 認識IVE課程	<ul style="list-style-type: none">- 講座



舉辦月份/ 時間	目的	形式
午膳時間	<ul style="list-style-type: none">- 讓學生認識不同行業- 從實際工作層面認識職業/行業- 了解海外/內地升學	<ul style="list-style-type: none">- 透過校友、教會弟兄姊妹、友好商會作不同職業/行業分享
10月至12月	<ul style="list-style-type: none">- 從生命的價值定立方向- 以學生成績及預算出路分組- 2節小組輔導解答學生的疑難	<ul style="list-style-type: none">- 第一節小組：以桌遊形式(價值金銀幣)幫助學生將自己的價值觀或看法講出- 第二節小組：個案分析, 過來人分享, 學用升學指南
上學期班主任課節	生涯規劃(三) <ul style="list-style-type: none">- OEA及SLP輸入方法	<ul style="list-style-type: none">- 使用電腦室直接輸入學生檔案



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

中六升輔小組輔導

舉辦月份/ 時間	目的	形式
1月17日	- 認識新興行業	- 講座
翌年7月 晚上	- 幫助學生作心理準備 - 讓學生在升學上作兩手準備	- 中六學生及家長放榜講座
翌年7月 中六放榜日	- 派發成績表 - 相關課程諮詢 - 情緒支援	- 中六放榜當日
放榜日後三 天	- 修改JUPAS 選項 - 相關課程諮詢 - 情緒支援	- 中六放榜後支援



天水圍循道衞理中學

2019/2020 中六開學週

生涯規劃小組輔導

姓名：陳 XXX

班別：6A

學號：1

一、 價值觀

1. 最重視以下哪三項？歡樂, 道德感, 自我實現
2. 最不重視以下哪三項？健康, 挑戰, 權力
3. 按著我的價值觀，我對以下工作有興趣：演藝工作, 電影及視頻編輯, 學校教師



天水圍循道衞理中學

二、同學對你的看法

	同學 A 對你的看法	同學 B 對你的看法
你認為該同學適合從事以下哪項工作?	演藝工作, 醫務人員, 電影 7 及視頻編輯	
你有上述建議的原因		
你認為同學「重視」以下哪些價值觀?	追求美感, 歡樂, 挑戰	
你認為該同學「不重視」以下哪些價值觀?	追求美感, 收入與財富, 權力	



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

三、 預計成績：

中文	英文	數學	通識	X1 地理	X2 旅款	數學(M2)
3	1	1	3	1	2	沒有選修

四、 根據上述成績，您推算自己可以取得以下哪一個升學出路

HKDSE 成績：3 3 2 2 2 (包括中文及英文達 3 級)， 符合"學位課程"最低入學資格



天水圍循道衛理中學

Tin Shui Wai Methodist College

五、 JUPAS / 大專 首三個志願

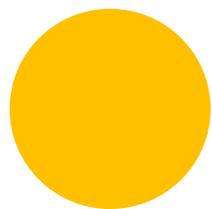
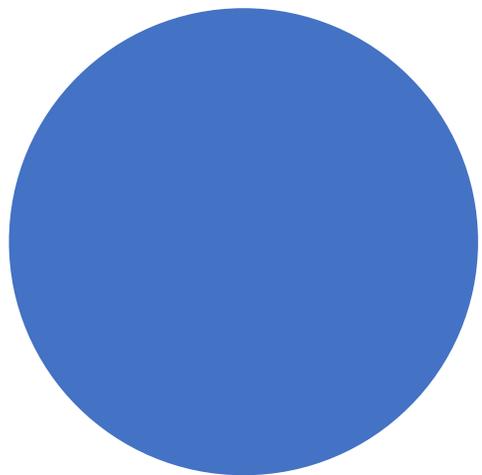
	DSE 成績「合乎理想」計劃	DSE 成績「未如理想」計劃
類別	JUPAS 資助學士學位 (Degree)	自資高級文憑 (Self-financed Higher Diploma)
學院	香港浸會大學 (BU)	香港浸會大學 電影學院
課程名稱	電影電視	電影
成績要求 (過往收生成績, 如 DSE 成績中位數)	19.539999999999999	10
在修畢課程後, 有沒有相關的銜接課程? 如有, 是什麼課程?		



元
T

學
ge





學生分享



6C吳宛思

- **中五SIMS：模擬市民**
 - 活動過程中體驗工作
 - 小組討論：透過老師帶領，啟發思考未來
 - 例子：航空業，模擬實境

6C吳宛思

- 珠海、澳門升學就業探索考察團
 - 增加學生對未來升學發展的方向
 - 了解不同行業的發展(參觀企業、3D打印、大灣區發展)



Project WeCan
「學校起動」計劃

6B 吳樂儀

- 暑期工作實習體驗計劃
 - Project Share 追夢計劃和 Project WeCan
 - 與Mentors傾談有關升學及就業的事宜
 - 邀請了Mentors到校午膳分享



**Project
Share**

6B 吳樂儀

- **中六關顧計劃**

- 科任老師會給予很多有關升學的建議
- 給予我們支持及關心
- 如何準備**DSE** (例如：分配時間)

總結

- **APASO**(情意及社交表現評估套件)
- 中六升學統計

Carl Rogers

- 無條件接納
- 同理心
- 真誠



天水圍循道衞理中學

Tin Shu

