



教育局專業支援— 與學校同行•推展生涯規劃教育

升學及就業輔導組

2021年11月12日

I. 背景

學校課程檢討專責小組於2020年9月提交報告，有關生涯規劃教育建議如下：

- 於初中階段盡早開展生涯規劃教育
- 清晰闡明推行生涯規劃教育的學習期望
- 加強校長和教師的專業培訓
- 為家長提供相關資訊

II. 相關跟進措施 (1 - 支援學校)

- 教育局已更新了《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》，主要更新重點如下：
 - ✓ 增補初中及高中推行生涯規劃教育的建議預期學習成果及介入活動；
 - ✓ 增補初中及高中生涯規劃教育推行策略的良好例子及檢視清單；
 - ✓ 簡介支援學校、學生和家長的措施，包括生涯規劃資訊網站及「我的生涯規劃歷程」網上學習系統、「商校合作計劃」和家長事業探索活動等；及
 - ✓ 新增評估工具／方法的參考資料，包括學生參與活動的成效問卷／調查表及中六畢業生出路統計調查表。
- 繼續透過學校探訪，持續檢視學校推行生涯規劃教育的情況，以規劃及加強未來的支援措施

II. 相關跟進措施 (2 - 支援教師)

- 繼續鼓勵校長和教師參加專業培訓，並於「中學升學就業輔導及生涯規劃證書課程」及「中學升學就業輔導及生涯規劃基礎證書課程」中加強初中生涯規劃教育的元素
- 繼續發展學習資源並上載「生涯規劃資訊網站」供學校參考
- 繼續鼓勵「商校合作計劃」機構伙伴更積極地安排校長和教師參加事業探索活動，以提升他們支援學生進行生涯規劃的能力
- 繼續透過舉辦大型活動，例如自2017年起每年舉辦的「生涯規劃教育研討會」，邀請香港及海外學者及專業人士擔任演講嘉賓，為專業人士、學者及教育工作者提供平台，就生涯規劃相關議題作交流及探討

II. 相關跟進措施 (3 - 支援學生)

- 持續更新及豐富「[生涯規劃資訊網站](#)」的內容，為學生提供更多升學及就業的資訊
- 增設的「[我的生涯規劃歷程](#)」專區網上學習系統，協助學生了解自己的興趣和長處
- 於「商校合作計劃」的網頁特設[初中學生專區](#)，方便學生及學校瀏覽適合初中學生參加的事業探索活動



II. 相關跟進措施 (4 - 支援家長)

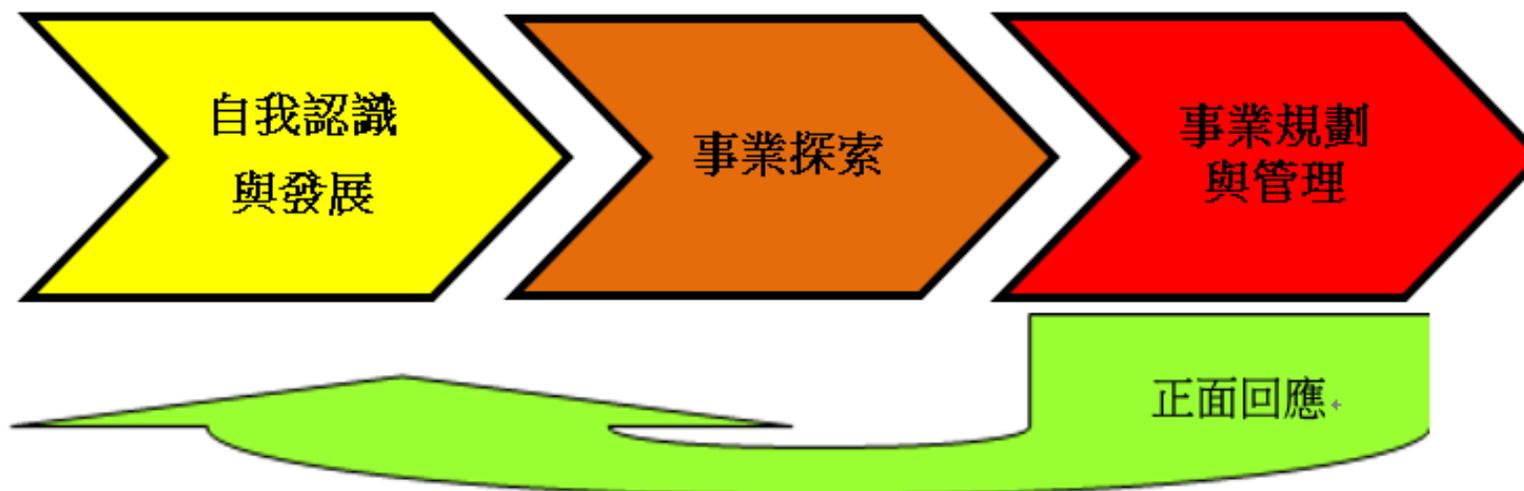
- 持續更新及豐富「生涯規劃資訊網站」的內容，為家長提供更多升學及就業的資訊
- 繼續透過短片、微電影及媒體等不同途徑加強家長教育，強調「行行出狀元」的訊息，以鼓勵家長支持學生根據其個人能力、潛能及志向進行職業及生涯規劃
- 透過「商校合作計劃」，為家長提供事業探索活動，例如工作坊、參觀工作場地及講座等
- 繼續鼓勵「商校合作計劃」機構伙伴更積極地安排家長參加事業探索活動，以提升他們支援學生進行生涯規劃的能力

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(1)

文件位置 - [生涯規劃資訊網站](#)：

主頁 / 學校行政 / 《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》及《生涯規劃教育推行策略大綱便覽》

圖 6：生涯規劃的三個要素



III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(2)

(建議的預期學習成果- S1-S3)

發展特質：

在此學習階段，學生由小學升讀中學，需要適應新學習環境及校園生活，學校可幫助初中學生了解其個人興趣及能力，鼓勵他們訂立學業目標，並協助他們建立職業性向與學科選擇的連結，以準備高中升學之路。

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果
自我認識及發展 認識自己及外在因素的影響	<ul style="list-style-type: none">● 對個人的成就、素質、性向及能力進行實際的自我評估● 運用自評所得的結果，建立自信及正面的自我形象● 將自評結果與訂立學業及事業目標互相聯繫● 透過訂立目標、檢討、反思及策劃，制訂短期及中期目標● 避免對某些職業及工作定型

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(3)

(建議的預期學習成果 - S1-S3)

事業探索

初步了解學習和工作的機會與限制及整合資訊

- 識別及運用不同來源的升學就業資訊
- 在學校或家中主動尋求師長的輔導或支援
- 留意各種升學選擇可會帶來的機遇和限制
- 整合資訊，並運用研究技巧，篩選、分析及評估各種升學選擇
- 培養對周遭環境事物的探索能力
- 留意世界發展趨勢與變化

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(4)

(建議的預期學習成果 - S1-S3)

事業規劃與管理

作出決定、制訂高中升學計劃並付諸實行，從而面對各種過渡至高中階段的轉變

- 初步訂立高中升學計劃，計劃可與個人或事業目標/抱負有關或無關
- 留意訂立目標時的外在影響因素（例如來自家長及同輩的影響），並定好優先次序
- 認識及運用決策技巧
- 留意不同來源的資訊、指引及建議，並加以適當運用
- 對高中選科作出知情及負責任的選擇
- 就高中選科制訂應變計劃
- 將初擬的高中選科與切實可行的行動計劃互相聯繫
- 組織及介紹個人的資料和計劃
- 制訂個人學習歷程檔案和事業發展計劃
- 培養良好的態度(例如守時、負責任、懂得發問、敢於提出意見、懂得互相尊重和接納不同意見等等)

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(5)

(介入活動 - S1-S3)

介入活動	
<ul style="list-style-type: none">● 班主任課● 向學生提供校內外多元及客觀的升學、培訓及職業資訊及資源平台● 初中個人成長課/ 生命教育課● 生涯規劃教育課堂● 融入不同學科課堂，可包括各學科與未來職業的聯繫及可轉移技能的應用，也可融入德育及公民教育課、價值觀教育	<ul style="list-style-type: none">● 與升學、培訓機會、選科相關的輔導● 職場參觀● 職場相關的體驗活動● 升學及就業輔導講座● 個人及小組生涯輔導及諮商● 給予離校生的支援及跟進● 善用有質素的生涯發展及需要評估工具(個人/群體)，以了解個別學生及群體的強項及需要，以提供適時、適切的生涯教育方案

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(6)

(介入活動 - S4-S6)

介入活動

- 向學生提供校內外多元及客觀的升學、培訓及職業資訊及資源平台
- 生涯規劃教育課堂
- 融入不同學科課堂，可包括各學科與未來職業的聯繫及可轉移技能的應用，也可融入德育及公民教育課、價值觀教育
- 應用學習課程
- 職業性向評估測驗及跟進討論/解說
- 把學科與就業聯繫
- 參觀大專院校
- 大學入學及選科的輔導
- 模擬求職活動、求職及大學入學面試工作坊
- 工作體驗活動
- 師友計劃
- 升學及就業輔導講座
- 職業及/或升學博覽
- 生涯規劃學生大使
- 個人及小組生涯輔導及諮商
- 給予離校生的支援及跟進
- 善用有質素的生涯發展及需要評估工具(個人/群體)，以了解個別學生及群體的強項及需要，以提供適時、適切的生涯教育方案

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(7)

(生涯規劃教育推行策略的良好例子 - S1-S6)

	中一至中三	中四至中六
自我認識及發展	<ul style="list-style-type: none">● 生涯規劃教育課堂，例如進行模擬社會體驗活動（初階）、透過生涯規劃咭牌遊戲（夢想實踐咭、職業咭、生涯咭），讓學生自我認識● 融入不同學科課堂，例如以「我的志願」及「撰寫自傳式文字」為題作中英文寫作。讓學生回顧自己的成長經歷，探索自己的個性特點及思考理想的職業● 為學生編製學生學習概覽、學生學習歷程檔案文件夾及學生學習規劃冊，從而協助學生認識自己，透過了解自己的特質、確立目標	<ul style="list-style-type: none">● 生涯規劃教育課堂，例如進行模擬社會體驗活動（高階）及/或生涯規劃咭牌遊戲● 融入不同學科課堂，例如以「個人簡介」或「履歷表」為題作中英文寫作、以「選擇職業的最重要條件」、「敬業與樂業」為論題。讓學生就論題進行討論交流，探討擇業要訣及專業精神● 跟進有需要的學生，包括提供輔導、加強與家長溝通、轉介教育心理學家

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(8)

(生涯規劃教育推行策略的良好例子 - S1-S6)

	中一至中三	中四至中六
事業探索	<ul style="list-style-type: none">● 運用不同的升學就業資訊，例如瀏覽網上資訊（教育局生涯規劃資訊網站）、並完成工作紙、播放校友和家長事業探索的短片● 分享有關成功人士的文章和短片，並完成相關工作紙，令學生對不同工作和成功故事加深了解，對事業探索有基本的認識● 升學及就業輔導講座，例如邀請不同行業的嘉賓（包括校友）舉辦升學選科分享會、工作經驗分享日● 參觀職業訓練局青年學院	<ul style="list-style-type: none">● 參觀大專院校及大學● 職場參觀及/或影子計劃、工作體驗、暑期工作實習、暑期工作體驗計劃● 應用學習課程● 把學科與就業聯繫，例如 ICT 科安排應用程式工作坊、物理科/數學科參加機械人設計或創科比賽● 師友計劃及生命導師計劃● 升學及就業輔導講座

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(9)

(生涯規劃教育推行策略的良好例子 - S1-S6)

	中一至中三	中四至中六
事業規劃與管理	<ul style="list-style-type: none">● 與升學、培訓及選科相關的輔導，例如向學生提供個人及 / 或小組活動（小組面談）● 透過生涯規劃營或生命之旅活動，讓學生在活動中訂立目標● 參觀職業訓練局青年學院、大專院校及大學	<ul style="list-style-type: none">● 職業性向評估測驗，例如進行 CII 測驗、BIM 測驗、COA Probe Test 及職業導向遊戲● 透過不同的評估測驗，讓學生多了解自己的興趣及長處● 大學入學及選科輔導● 模擬求職活動、撰寫履歷、個人自述寫作工作坊及大學入學面試工作坊、模擬放榜體驗活動● 參觀大學及大專院校● 工作體驗活動● 職業及 / 或升學博覽● 生涯規劃學生大使

III.更新《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》(10)

(新增附錄3-5)

附錄3 推行策略檢視清單

附錄3

推行策略檢視清單

(一) 制定校本升學及就業輔導計劃及政策

- 訂定為學校發展計劃的關注事項
- 加強升學就業輔導組/生涯規劃組負責統籌及策劃生涯規劃教育工作，成員可包括：
 - 校長、副校長或資深教師(升學就業輔導主任)作為統籌；
 - 升學就業輔導教師；
 - 班主任及科任教師；和
 - 學校其他人員，如領導課程發展人員、輔導教師、學校社工、資訊科技統籌員及行政支援人員。
- 因應校情及切合學生需要，推行不同形式的全校參與模式³¹
- 提供生涯規劃教育課堂學習活動
例如：透過周會、班主任課、早讀課
- 融入不同學科的課堂/課外學習活動
例如：中文、英文、經濟、會計、初中個人成長課、德育及公民教育課、其他學習經歷及應用學習課程
- 結合不同組別的學習活動
例如：課外興趣小組活動、義務工作活動及制服團隊活動
- 提供個人化的升學就業輔導/支援
例如：大學入學及選科輔導、協助學生編制學習概覽
- 制定轉介安排
為有需要的學生安排輔導的跟進工作，加強提供個人化的輔導，與家長溝通及轉介學生予社工或教育心理學家作跟進
- 加強家長教育
例如：家長日、中三選科或多元出路講座、家長教師會活動及工作坊
- 建立校友支援網絡
例如：師友計劃、選科及職業分享

參考資料：

- 教育局(2021)《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引(第二版)》
<https://lifeplanning.edb.gov.hk/te/school-administration/guide.html>
- 課程發展處與香港輔導教師協會聯合製作的資源套
 - (1)「尋找生命的色彩：新高中科目選擇及個人抱負的探索」(2015)
http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page_id=244 和
 - (2)「生涯地圖：高中專業發展學習工具」(2013)
http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page_id=212

附錄4 學生參與活動的成效問卷/調查表

附錄4

學生參與活動的成效問卷/調查表(參考資料)

(一) 學生姓名、班別及班號：

(二) 請記述你參與活動的名稱及主辦機構/組別。

活動名稱：_____

主辦機構/組別：_____

(三) 是次活動內容符合你的需要和期望嗎？請闡述你的回應。

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

(四) 是次活動能增加你對XX(例如某課程/某行業)的了解和認識嗎？請闡述你的回應。

(引導思考：例如是次活動增加你對某課程/某行業的新認知。)

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

(五) 請記述或形容你是在是次活動中的得著和感受。

(引導思考：例如你從活動中認識和肯定了自己一些強項或發現需要改善的不足之處。)

(六) 是次活動會增加你思考未來報讀相關課程/投身相關行業的意欲嗎？為甚麼？

(引導思考：例如該課程/某行業與你的個人興趣和職業性向是否互相配合?)

附錄5 中六畢業生出路統計調查

附錄5

中六畢業生出路統計調查(參考資料)

1. 畢業生個人資料

學生姓名：(中文)_____ (英文)_____

班別及班號：_____ 中六畢業年份：_____年

通訊地址：_____

電郵地址：_____

2. 請提供你的出路資料，在適當的方格內填上✓號。

- 在香港修讀全日制學士學位課程
- 在香港修讀全日制副學位課程
- 在香港修讀全日制高級文憑/證書課程
- 在香港修讀全日制職專文憑課程
- 在香港修讀全日制基礎文憑課程
- 在香港修讀毅進文憑課程
- 在香港修讀其他課程(包括職業訓練局酒店及旅遊/廚藝學院、香港建造學院、勞工處展翅青見計劃、明愛專上學院、青年會專業書院課程等)
- 在香港修讀在港開辦的非本地課程/遙距課程
- 在內地升學
- 在海外升學
- 重讀中六
- 全職工作
- 兼職工作
- 待業
- 其他(請註明)：_____

3. 你將會/正在哪所大學/專上學院升學？

大學/專上學院所在地(例如本地、內地、海外國家/地區名稱)：_____

大學/專上學院名稱：_____

4. 你將會/正在修讀的學系/課程名稱是：



我的生涯規劃歷程」專區 網上學習系統

「

背景

- 「賽馬會鼓掌·創你程計劃」
- 我的生涯規劃歷程
 1. 生涯發展及探索平台(設有不同的職業性向評估工具)
 2. 我的E-課堂
 3. 學生生涯歷程集
 4. 職業資料庫和職業短片
 5. 「工作價值」遊戲
 6. 生涯歷程報告
 7. 專業發展課程。



不同的使用者

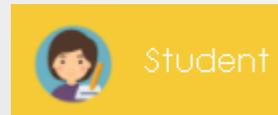
- 學校管理員



- 教師



- 學生



- 公眾

開始使用

使用者手冊

The screenshot shows the homepage of the 'My Career Planning Journey' website. At the top, there is a navigation bar with the logo and the title '我的生涯規劃歷程'. Below the navigation bar is a large banner image featuring a group of diverse young people smiling. Underneath the banner, there are two main navigation buttons: '職業資料庫和職業短片' (Career Database and Career Short Videos) in a red box and '我的E-課堂' (My E-Classroom) in a purple box. The main content area features a heading '歡迎到訪「我的生涯規劃歷程」!' (Welcome to 'My Career Planning Journey'!) followed by introductory text in Chinese. At the bottom of the page, there are logos for '香港賽馬會慈善信託基金' (The Hong Kong Jockey Club Charities Trust) and '香港青年發展局' (The Youth Development Council).

職業資料庫
和職業短片

我的E-課堂

開始使用

我的E-課堂

A. Career Assessment- CII (香港事業興趣測驗)(Questions)

香港事業興趣測驗：(一)活動

page 1 of 19

下列各項活動中，若是你喜歡做的，請選擇「喜歡」；若是你不喜歡做或不感興趣的，請選擇「不喜歡」。

1 修讀一個有關機械工程的課程

喜歡

不喜歡

2 參加挑戰性高的遠足活動

喜歡

不喜歡

3 玩遙控飛機

喜歡

不喜歡

4 砌模型

喜歡

不喜歡

5 釣魚

喜歡

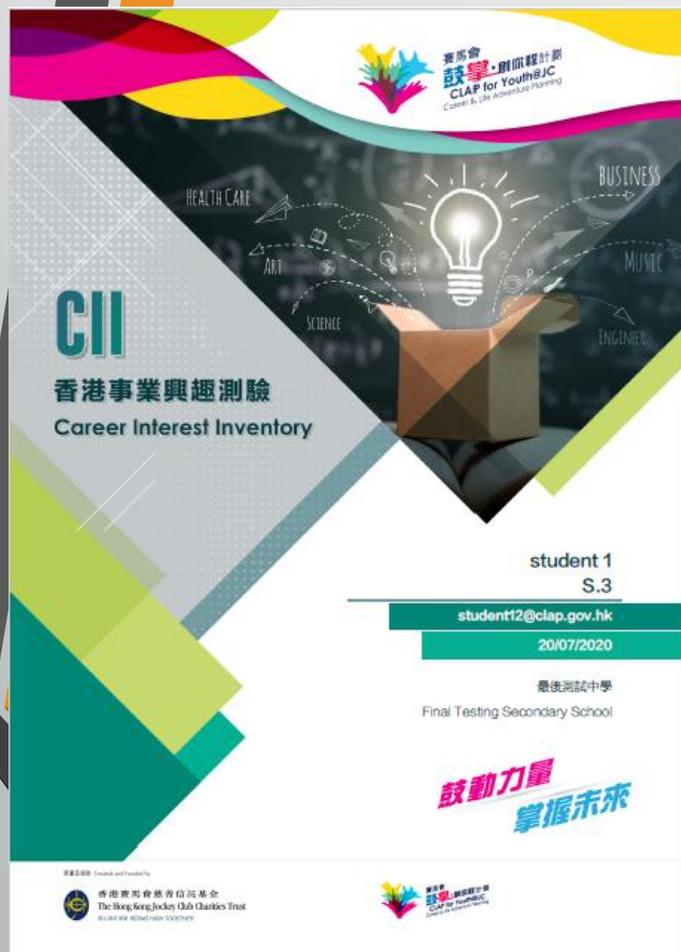
不喜歡

6 修理電器用品

喜歡

不喜歡

A. Career Assessment- CII (香港事業興趣測驗)(Report)



事業興趣測驗結果

你的分數及事業興趣代碼如下:

分項分數						
	R	I	A	S	E	C
活動	5	4	7	5	6	5
能力	7	7	6	7	6	7
職業興趣	5	7	5	7	6	8

總分數		
活動項目	分數	百分等級 (註1)
R	17	53
I	18	59
A	18	83
S	19	62
E	18	69
C	20	79

註1: 百分等級是將你的分數與同級同學分數作比較, 最高為100

事業興趣代碼

根據本分數或同性別同學分數, 最高分的三個字碼

	第一個	第二個	第三個
原本分數	C	S	I
根據同性別標準分	A	C	E

Student's Holland Code is generated based on the scores.

附件: 根據學生的事業興趣測驗結果相關的大學學科 (2017年度入學)、專上課程 (2016年度) 及職業參考

A. 學位課程 (包括聯招系統內課程及自資課程)

事業興趣代碼	課程名稱	開辦機構
ICS	Bachelor of Engineering – Computer Science	HKU
ICS	Bachelor of Science (Honours) in Computer Science Programme	CHCHE
ICS	BD of Computing – BSc(Hons) in Computing	POLYU
ICS	Broad Discipline of Computing	POLYU
ICS	BSc (Hons) Computing	HKIT
ICS	BSc (Hons) in Computer Science - Computing and Software Technologies	HKBU
ICS	Department of Computer Science (Bachelor of Science - Computer Science)	CITYU
ICS	Engineering – Computer Science	CUHK
ICS	SENG – BEng in Computer Science	HKUST
CSE	BSc Banking and Finance	SPACE
SCR	Bachelor of Health Science (Honours) (Nursing Major)	TWC
SCR	Bachelor of Health Science (Honours) - Major in Nursing	TWC

Relevant information related to further studies and career is recommended by the system based on the Holland Code.

A. Career Assessment- BIM (基本職業興趣測驗)(Questions)

生涯發展及探索平台

基本職業興趣測驗

page 1 of 34

請評估您對於每項活動的喜好程度，並在欄位中選出最接近您個人感受的程度。

從事危險與刺激的工作

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

參與競技性的體育活動

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

了解營運良好企業所具備之特性

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

素描一幅畫

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

研究原創文學作品

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

修改一項設備的設計以減低音量

非常不喜歡

不喜歡

不一定

喜歡

非常喜歡

A. Career Assessment- BIM (基本職業興趣測驗)(Report)




 賽馬會
啟學·創前程計劃
 CLAP for Youth@JC
 Career & Life Advancing Learning

BIM
 基本職業興趣測驗
 Basic Interest Marker

student 1
 S.3
 student12@clap.gov.hk
 20/07/2020

最後測試中學
 Final Testing Secondary School

鼓動力量
掌握未來

香港賽馬會慈善信託基金
 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
 香港賽馬會青年服務處
 The Hong Kong Jockey Club Youth Services

基本職業興趣測驗結果

本測驗總共有三十一項基本職業興趣量表，其目的在了解你的職業興趣。你的測驗結果會以表格方式呈現，並依類分數的高低依序排列出來。每項基本興趣的名稱與定義也列在表格中。

基本興趣量表名稱	定義	分數 (1-5)	排名
教學	指導他人。	4.10	1
政治	引導群眾的想法，並以政黨的方式管理大眾。	4.00	2
銷售	銷售商品。	4.00	2
戶外—農林漁牧業	在戶外與科動植物。	4.00	2
財政金融	處理資產和債務。	3.92	5
人事關係管理	在組織內構建和諧的人際關係。	3.91	6
醫療保健	運用醫療知識和技術來診斷、預防或治療疾病和外傷。	3.90	7
宗教活動	帶領宗教團體，宣揚基督事業。	3.83	8
商業	從事有組織的批發和零售。	3.83	8
體育教練	從事教練、運動和遊戲等活動的教授。	3.83	8
技術性寫作	以專業或儲存紀錄為目的來進行寫作。	3.80	11
專業諮詢	以諮詢顧問的方式幫助他人達成專業目標。	3.80	11
數學	與量化概念、數學公式為伴。	3.80	11
個人服務	為他人提供日常服務。	3.79	14
體力勞動	從事日常體力勞動相關的活動。	3.77	15
物理科學	從事與無生命體有關的研究、開發與諮詢。	3.75	16
表演藝術	為觀眾進行表演。	3.73	17
藝術創作	從事視覺藝術或音樂有關的活動。	3.73	17
辦公室工作	從事辦公室文書的工作。	3.73	17
社會服務	幫助他人處理問題。	3.67	20
資訊科技	運用電腦等各類電子設備進行通訊。	3.67	20
法律	研究、記錄和辯論法律問題。	3.64	22
保安	守衛、維持以及執行法令規定。	3.64	22
管理	組織和協調他人的工作。	3.56	24
創意寫作	創作故事或報導等文學作品。	3.55	25
生命科學	從事與動植物有關的研究、發展與諮詢。	3.50	26
技術性勞動	製造、維修和使用工具與材料。	3.45	27
工程	開發並運用科技的方式來製造和維護物品。	3.36	28
家庭活動	從事與家庭生活有關的各類活動。	3.36	29
體育管理	參與管理、追求刺激。	3.33	30
社會科學	從事與人類行為和社會組織有關的研究、發展與諮詢。	3.30	31

每一個基本職業興趣會顯示一個分數，代表你對此職業興趣的喜好程度。這些分數都介在1和5之間，依序代表：

(1)非常不喜歡，(2)不喜歡，(3)不一定，(4)喜歡，和(5)非常喜歡。

在所有的31項基本興趣中，你可以將非常喜歡的和喜歡的职业興趣整合起來。這對你的學業計劃、選科、擇業、和休閒活動的選擇都有啟示。

在解讀基本職業興趣測驗分數時，你必須注意以下幾點：

- 職業興趣測驗提供了一些有關個人興趣的資料。測驗的結果並非是對你的職業興趣的一個「最終」或「最終」結論。請按你對自己的認識，決定哪(幾)個職業興趣最能準確地描述你的興趣。
- 這個職業興趣測驗的目的是幫助你釐清職業的選擇範圍，而不是將它縮窄。我們希望你能從這個測驗中增加對自己職業興趣的認識，同時也能夠找出更多可供自己考慮的選擇。
- 在所列舉的31項基本職業興趣中，你可能同時有許多非常喜歡或是喜歡的职业興趣。如果喜歡的职业興趣太多，有可能表示在目前的階段，你的興趣還沒有清晰化，或是你對自己還不夠認識。因此，你可能需要多花些時間反思一下，想想自己的興趣，想想哪個職業興趣類型最能準確地形容自己，然後再和測驗的結果作比較。或是，你也可以想想如何在事業、休閒、和生活上實踐不同的興趣。最後，多增加一些生活和學習上的經驗。當你有這些體驗後，你就更加了解自己的能力和興趣，也能比較清楚決定那個職業類型最能描述你的興趣。這裡有一點要注意，你的職業興趣有可能會隨著你對自己認識的增加和你的成長而有所改變。
- 如果你沒有任何一個基本職業興趣達到4或5的分數。這可能代表你尚未有清晰的職業興趣意向。我們建議你與升學及就業輔導老師討論分析本報告結果，並考慮於稍後日子再進行一次測驗。
- 興趣測驗不一定能清楚地顯示你的興趣。興趣測驗分數的準確度受到以下因素影響：
 - 甲、受測者對自己和職業認識不足，因此不能準確回答題目。
 - 乙、受測者在回答興趣測驗題目時的情緒(例如：懷疑/情緒低落，不能準確回答興趣測驗題目)。

職業興趣與你的學習和擇業有何關係？

在你選擇學科或主修科目，或選擇將來的職業時，你會考慮很多不同因素(例如：能力、回報、入讀成人職機會、家人的看法)。但一般而言，選擇配合自己興趣的學科，你會獲得開心，也較能發揮你的潛能。同樣的，若你選擇配合自己興趣的職業，你會從工作中獲取較大的滿足感，也能在職業崗位中發展潛能。

在最近幾年之間，運用基本職業興趣分類來幫助個人的事業生涯規劃已漸漸被美國和一些國家受到重視。有別於一般當代流行的六大職業興趣，基本職業興趣測驗將興趣的類別加以細分。此種分類比較能幫助你瞭解自己及預測其升學或就業路向。

B. My E-lesson (for st 我的E-課堂 (學生

我的E-課堂



目的：
我的E-課堂旨於以一系列的課程協助學生在高中階段逐漸探索及鞏固生涯發展方向，讓他們掌握相關的知識、技巧和概念，作出知情的抉擇。

理論參照：
課程以「青少年發展與介入框架」(Youth Development and Intervention Framework, YDIF)為藍本，從「啟發參與」開始，協助學生逐步「自我認識」、「探索多元出路」，以裝備「計劃及生涯管理」的知識和技巧，同時讓教師能有系統地在學校開展生涯指導課程和相關活動及信心。

課程架構與學習模式：
整個課程共有十二課節，分三個階段進行，每課節包括主題引入、小組討論、個人反思及延伸活動等，讓學生能循序漸進地學習、掌握及應用所學的生涯知識與技巧，培養個人生涯發展的動力。

課程簡介



我的E-課堂

我的E-課堂 > 單元一：「個人興趣發展」



- 什麼是「生涯規劃」？
- 活動一：我喜歡的網誌
- 興趣與生涯規劃
- 活動二：個案分享—千層蛋糕師
- 了解及培養個人興趣
- 我的生涯規劃定印①「探索及發展個人興趣」
- 延伸活動①「興趣大搜查」

附錄

- 教師簡報：單元一 個人興趣發展 簡報
- 工作紙：我的生涯規劃定印①「探索及發展個人興趣」



C. Student Portfolio – “Shine • My Profile”

學生生涯歷程集 – “Shine • 簡歷庫”

The screenshot shows the user interface of the 'Shine • My Profile' website. At the top, there is a blue header with the 'LP' logo and the text '生涯規劃資訊' (Career Planning Information) and '我的生涯規劃歷程' (My Career Planning Journey). Below this is a yellow navigation bar containing a search bar, the text '上一次登入時間: 14-09-2020 11:08:40' (Last login time: 14-09-2020 11:08:40), a user profile icon labeled 'student 1', and a globe icon. On the left side, there is a white sidebar menu with a red box highlighting the 'Shine 簡歷庫' (Shine Resume Library) option. Other menu items include '我的『生涯規劃歷程』' (My Career Planning Journey), '我的作品集' (My Portfolio), '我的書籤' (My Bookmarks), '檔案管理' (File Management), and '退出' (Logout). The main content area is titled '我的簡歷' (My Resume) and features a section for 'Shine • My Profile' with a '開始使用' (Get Started) button. The text in this section explains that users can build their resume using various templates and features, and that they can also add their own work experience and activities to personalize their profile. An illustration of a magnifying glass over a resume document is shown at the bottom, along with a graphic of a large group of people in the bottom right corner.

LP 生涯規劃資訊 我的生涯規劃歷程

上一次登入時間: 14-09-2020 11:08:40 student 1

我的『生涯規劃歷程』

Shine 簡歷庫

我的作品集

我的書籤

檔案管理

退出

我的簡歷

Shine • My Profile

開始使用

你可以利用不同的範本及功能逐步建構你的簡歷。在製作的過程中，你可以通過循序漸進的指導，反思自己的個人素質，興趣，強項及亮點，建立你的 Shine • My Profile。

同時，你還可以加入自己的工作經歷、活動與其他元素，以美化你的簡歷，豐富內容。現時，系統有幾種範本可供你選擇，以配合你自己的風格和喜好。然後，您可以根據你所輸入的內容，創建個人化的 Shine • My Profile。

D. Career Information and Video Clips

(職業資料庫和職業短片)

我的生涯規劃歷程
生涯規劃資訊

賽馬會
職業·訓練計劃
CLAP for Youth@JC
Career & Life Adventure Planning

Holland Code - 職業簡介 中文 English

Holland Code

John Holland的事業興趣理論是當代較為流行的興趣理論，也有不少研究數據支持理論不同假設。按照這個理論，我們可以根據人的不同性向和興趣將他們分作六類。



✦ > 職業列表 > 電子工程師

電子工程師

- 提供規管和諮詢服務
- 操作及維修不同電子/資訊/生物醫學工程系統和設備，並進行改善項目/工程
- 就電子/資訊/生物醫學工程範疇，提供設計、採購、工程管理及其他技術顧問服務



興趣代碼

R I E

相關興趣代碼職業

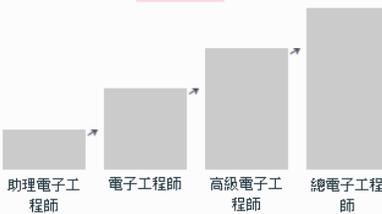
- 飛行員 R I E
- 工程技術員 (電子) R I E
- 工程技術員 (電機) R I E
- 工程技術員 (機械) R I E
- 工程化驗室技術員 R I E
- 實驗室技術員 R I E
- 技術主任 (電氣機械) R I E
- 屋宇裝備督察 R E I
- 海員 R E I
- 殮房服務員 R E I

入職資格

- 具備電子工程學士學位，或同等學歷
- 成為香港工程師學會的法定會員(電子、資訊或生物醫學界別)或取得同等資格
- 在綜合招聘考試能力傾向測試取得及格成績
- 符合語文能力要求，即在綜合招聘考試兩張語文試卷(中文運用及英文運用)中取得一級成績，或同等成績

參考網址
香港工程師學會- 踏上工程青雲路 https://www.hkie.org.hk/sap/rtpc_chi.html

晉升途徑



入職小貼士

如果你想成為電子工程師，現在就要準備：

- 修讀科學及科技相關學科
- 具邏輯思維和分析能力

D. Career Information and Video Clips

(職業資料庫和職業短片)

我的生涯規劃歷程
生涯規劃資訊

賽馬會
職業·訓練計劃
CLAP for Youth@JC
Career & Life Adventure Planning

Holland Code - 職業簡介 中文 English

Holland Code

John Holland的事業興趣理論是當代較為流行的興趣理論，也有不少研究數據支持理論不同假設。按照這個理論，我們可以根據人的不同性向和興趣將他們分作六類。

✦ > 職業列表 > 電子工程師

電子工程師

- 提供規管和諮詢服務
- 操作及維修不同電子/資訊/生物醫學工程系統和設備，並進行改善項目/工程
- 就電子/資訊/生物醫學工程範疇，提供設計、採購、工程管理及其他技術顧問服務

興趣代碼

R I E

相關興趣代碼職業

- 飛行員 R I E
- 工程技術員 (電子) R I E
- 工程技術員 (電機) R I E
- 工程技術員 (機械) R I E
- 工程化驗室技術員 R I E
- 實驗室技術員 R I E
- 技術主任 (電氣機械) R I E
- 屋宇裝備督察 R E I
- 海員 R E I
- 殮房服務員 R E I

入職資格

- 具備電子工程學士學位，或同等學歷
- 成為香港工程師學會的法定會員(電子、資訊或生物醫學界別)或取得同等資格
- 在綜合招聘考試能力傾向測試取得及格成績
- 符合語文能力要求，即在綜合招聘考試兩張語文試卷(中文運用及英文運用)中取得一級成績，或同等成績

參考網址
香港工程師學會- 踏上工程青雲路 https://www.hkie.org.hk/sap/rtpc_chi.html

入職小貼士

如果你想成為電子工程師，現在就要準備：

- 修讀科學及科技相關學科
- 具邏輯思維和分析能力

晉升途徑

F. Career Adventure Report (生涯歷程報告)

Tai Man Chan的生涯歷程報告

中文



2020 - 2021

TAI MAN CHAN

(F._ - F._)

生涯任務

成就

反思

啟發參與

- 為了有一些新的體驗，我參與了 3 項由學校或校外機構舉辦的活動。
- 我曾參與生涯規劃的課堂／小組／講座。
- 我曾與校友或前輩交談，從過來人的經歷中學習和思考自己未來的可能性。
- 我有持續發展自己的興趣。
- 我有持續參與社區服務或有薪工作。



我的反思(250字)



自我認識

- 我完成了事業興趣測試，並理解測試結果。
- 我能說出最少兩個我有興趣或計劃升讀的課程或從事的職業。
- 我檢視自己的經歷，發現自己有 2 項讓我感到自豪的技能。
- 我能說出最少三項我期望在人生中取得的成就。(可與事業相關或不相關)
- 我曾思考與自己興趣及個人特質相配合的出路及達成的途徑。



我的反思(250字)

探索多元出路

- 我透過不同途徑，搜集過一些感興趣的課程或職業的資料，並思考這些課程或職業與自己的合適度。
- 我到訪過 2 間本地高等教育機構(如：大學、職訓局院校)。
- 我參觀了 0 間公司／企業。
- 我曾與 0 名正就讀我感興趣的課程的學生交談，以了解該課程資料及就業出路。
- 我曾與 0 名正從事我感興趣的行業的人士交談。
- 我參加了 1 次課程或工作體驗計劃。



我的反思(250字)

計劃及生涯管理

- 我每年至少一次，與父母／監護人或學校老師談論我個人生涯規劃相關的話題，如：我的夢想、升學就業方向、興趣發展、抉擇困難等等。
- 我懂得建構個人履歷表以準備升學／就業。
- 我曾參與模擬面試，為升學或投身職場作準備。
- 我為過渡至我的下一站(升學或就業)作了足夠的準備。
- 我積極尋找別人／社區支持和各種機會，以實現個人事業和人生目標。
- 我能有效平衡我的學習／工作與生活。



我的反思(250字)

整體成就

我的下一步(100字)



儲存草稿

儲存到媒體庫

提交

CM, Letter to School User Manual and Game Manual

本局檔號 Our Ref : EDB(CG) ISS/20/28/4 電話 Telephone : 3698 4193
來函檔號 Your Ref : 來函檔號 Your Ref : 傳真 Fax Line : 2770 2012

The Principal
«School Name»
«Address»

9 December 2020

Dear Principal,

My Life Planning Portfolio

I am pleased to inform you that “My Life Planning Portfolio” (the Portfolio) was launched in November 2020 through the Life Planning Information Website. The Portfolio provides careers assessment tools, learning portfolios as well as learning and teaching resources to facilitate the implementation of life planning education. Please refer to Education Bureau Circular Memorandum No. 133/2020 for details and encourage your teachers and students to browse the website and register as users.



Please follow the instructions stipulated in the User Manual (<https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/>) of the Portfolio to activate your school account. The User ID and password of the Portfolio Manager of your school are provided below. Portfolio Manager should confirm and update, if necessary, the password and the email address of the school account after the first login.

Website address: <https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/>
User ID: «User_ID»
Password: «Password»

To familiarise schools with the content of the Portfolio, we invite you to send one representative (preferably the teacher-in-charge or members of the career guidance team) to attend the training session (with Cantonese as the medium of instruction) to be held in the 2020/21 school year. Details will be released through the Training Calendar System (<https://tcs.edb.gov.hk/tcs/publicCalendar/start.htm>).

Thank you once again for your support. Should you have any enquiries, please contact Samuel CHUANG at 3698 4193 or Alex TING at 3698 4157.

Yours faithfully,

(Ms Annie T W CHAN)
for Permanent Secretary for Education

Education Bureau Circular Memorandum No. 71/2021

From: Secretary for Education To: Heads of Secondary Schools
Reference: EDB(CG)ISS/20/28/4(8)
Date: 4 August 2021

Online Learning System – “My Life Planning Portfolio”

(Note: This circular memorandum should be read by heads and careers teachers of all secondary schools.)

Summary

This circular memorandum informs schools that a thematic corner titled “My Life Planning Portfolio” was set up on the Life Planning Information Website. Under this thematic corner, information and handy tools on life planning are provided for students to conduct career aptitude assessments and create learning portfolios, and teaching resources on life planning are made available for teachers to facilitate students’ life planning.

Details

2. The ten-year “CLAP for Youth@JC” project funded by the Hong Kong Jockey Club Charities Trust since 2015, under which an online platform was developed to support young people’s life planning and development. In response to the widespread use of the online platform by teachers and students in the first five years, the EDB has migrated certain functions of the platform to the “My Life Planning Portfolio” thematic corner on the [Life Planning Information Website](https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/). As an online learning system, “My Life Planning Portfolio” helps students identify their interests and strengths, and grasp various study and career pathways as well as positive work values, so that they could prepare early for further studies or career pursuits. Teachers and students are encouraged to make optimum use of the system.



3. There are seven sections under “My Life Planning Portfolio”, namely Career Assessment (with various tools for career aptitude assessment), My E-lesson, Student Portfolio, Career Information and video clips, “My Work Values” game, Career Adventure Report and Professional Development Programme specifically designed for teachers. Details of the system are set out in

Information of
the school account

EDBCM 71/2021

「生涯規劃教育區域發展網絡」 教師專業發展學習圈

「我的生涯規劃歷程」網上學習系統應用工作坊

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 觀塘及西貢區 | 10月6日 (星期三) |
| 2. 大埔及北區 | 12月6日 (星期一) |
| 3. 港島東、灣仔及離島區 | 10月11日 (星期一) |
| 4. 九龍城及油尖旺區 | 12月8日 (星期三) |
| 5. 沙田區 | 11月15日 (星期一) |
| 6. 屯門及元朗區 | 11月19日 (星期五) |
| 7. 深水埗及黃大仙區 | 12月16日 (星期四) |
| 8. 中西及南區 | 12月20日 (星期一) |
| 9. 荃灣及葵青區 | 12月13日 (星期一) |



謝謝