

# 攜手推動生涯規劃創未來

年青人認清目標，及早制訂生涯規劃藍圖，計劃屬於自己的未來。教育局一向非常重視對年青人的培育工作，除了積極支援學校推行生涯規劃教育，更透過「商校合作計劃」推動社會各界和學校合作，為學生提供多元化的事業探索活動，啟發和引導學生了解個人潛能和志向，做好生涯規劃，為升學及投身社會做好準備。以下3間學校善用本身優勢，配合校情及學生需要，推行校本生涯規劃教育。此外，3間機構伙伴分享如何透過「商校合作計劃」讓學生對職場有更好的了解，從而擴闊學生對職場世界的視野。

## 基督教女青年會丘佐榮中學 生涯規劃開啟學生全人發展的鑰匙

生命教育課程為建立全人發展的框架，基督教女青年會丘佐榮中學以校训「思明俊德」及丘中精神「健康顯活力，堅毅添關懷」為生命教育方向。生涯規劃為生命教育課程中一個相當重要元素，是開啟學生全人發展的鑰匙。



▲學校安排學生參觀大專院校，讓學生認識更多的升學途徑，為自己訂立清晰的升學目標。

### 全人發展由自我認識開始

郭世民校長表示，根據教育局《中學生生涯規劃教育及升學就業輔導指引》，生涯規劃課程設計中包括三大要素：自我認識及發展、事業探索、事業規劃與管理。學校在制訂方向時，會先着重學生自我認識，然後訂立人生目標，學生先了解個人性格特質，再了解工作環境及職業方向。學校會因應學生需要，加入不同元素調整生涯規劃課程教材。

到了初中階段，學校會幫助學生適應新學習環境，認識個人興趣及能力，協助學生認識不同職業的價值和所需要的技能，透過認識自己，將性格與選科兩者連結，準備高中升學之路。

到了高中階段，學生面對公開考試、升學選科和就業抉擇，學校會幫助學生透過反思和檢討個人興趣、能力和抱負，讓他們更全面認識自己，從而訂立中長期目標。學校會以校本課程，幫助學生認識自己之餘，也為高中升學提供選擇，以助學生適應由中學過渡至就業的轉變。

### 善用校外資源 拓展學生視野

學校亦會運用教育局的資源，例如參考「我的生涯規劃歷程」網上學習系統的「我的E-課堂」，幫助學生自我認識及探索多元出路，其中包括探索個人價值觀，啟發學生思維。同時，學校亦嘗試安排學生運用系統進行職業意向評估，協助學生了解自己的興趣及長處。

劉雲瓏主任表示學校在本學年作出新嘗試，安排中二至中五全級學生參觀大學及大專院校，因應不同級別參觀職業訓練局（VTC）、香港科技大學（HKUST）或香港高等教育科技學院（THEI），讓



▲（左起）郭世民校長與劉雲瓏主任表示，學校的生涯規劃教育是全人發展的重要元素。

學生認識更多的升學途徑，感受院校環境及氣氛，並為自己訂立清晰的升學目標。

學校透過教育局「商校合作計劃」，讓高中學生有機會參觀職場，如中醫、物業管理、酒店及劇團等，對不同行業有初步認識。與此同時，學校亦善用校友網絡支持，邀請不同專業領域的校友介紹不同行業，並為學生進行模擬面試。另外，本學年開始，劉主任與升學及就業輔導委員會除了為中三及中六級學生進行輔導外，亦以小組形式，跟進高中學生的生涯規劃需要，期望師生關係更密切，更有效與學生一起為未來升學訂立方向。

郭校長表示，升學及就業輔導委員會透過進行了解生涯規劃教育能否達到預期目標，透過問卷性質與量性評估，了解學生得着及期望，有系統地檢視問卷的結果，從而優化校本生涯規劃教育。

事業機會，讓他們畢業後回饋社會，生活更精彩。

### 豐富學習經歷 啟發個人潛能

課程推展圍繞四大核心元素，透過舞蹈強健體魄；有特殊教育需要的學生透過自我認識，有效提高心理素質及改善情緒管理；參與活動時與不同人相處，可建立良好人際關係。透過表演培養耐性与合作精神，塑造良好的品格。

學校以照顧學習差異為主軸構建生涯規劃課程，為不同學習領域設計不同課程內容，包括語言及音樂藝術的粵劇、常識及體育的小帆船、音樂治療的舞蹈、設計應用科技的微电影及職場體驗等，豐富學生學習經歷之餘，亦透過真實體驗了解個人興趣，發掘潛能才作出選擇。

激發潛能環境統籌張愛儀主任表示，學校為學生安排職前訓練，將教育與治療結合。不同學科老師與職業治療師、物理治療師和言語治療師共同策劃培訓，持份者與學生共同參與，包括Brain Café的咖啡沖調訓練及小賣部義賣，刺激學生的溝通和語言能力。治療師為嚴重智障學生設計活動及工具，讓學生可發揮個人專長並參與其中，不但豐富了學生學習經歷，也透過參與活動，認識社區設施，擴

闊學生眼界。

學校設置身心靈花園，為學生培育健康心靈，在大自然環境及繽紛顏色中放鬆心靈。老師與中度及嚴重智障學生排除艱難參與小帆船體驗，藉此發掘他們的體育技能，是非常有意義的活動。師生更衝出香港，在日本參與帆船比賽，促進文化交流之餘，也讓海外機構有機會認識學校。另外，學生亦參加不同舞蹈比賽，舞姿日漸進步，更獲得不同獎項，培養了自信心和滿足感。

學校團隊深信每一位學生都有個人獨特潛能，透過探索體驗、實踐及累積經驗，塑造學生成為閃亮樂義之星。



▲（左起）陳玉瓏主任（學與教範疇主管）、莫愛玲校長及張愛儀主任（激發潛能環境統籌）希望透過生涯規劃，讓有特殊教育需要的學生發掘潛能，選擇個人發展路向。

及模擬面試活動，個人化的個別及小組輔導，為升學作準備。學校亦會安排實踐活動，如短期工作體驗、年青、面試技巧工作坊，學生透過與工作世界接觸了解不同行業，從而在中六級部署升學。蔡副理校長指出，升學資訊與實際體驗兩者都是相輔相成，由初中打好基礎，慢慢培養至高中走出社會。

升學及生涯規劃組副主任黃仁光老師指出，體驗式學習對於學生尤其重要，較純聆聽資訊感受更深刻，透過實際接觸，各行各業人士分享人生經驗，能幫助同學了解不同行業。

### 全校參與構建生涯規劃藍圖

學校重視生涯規劃，結合各方面資源，全校同心協力參與，包括各科組的課程規劃，在不同學科課堂及課外學習活動滲透生涯規劃內容；亦會透過家長講座，幫助家長了解子女，由他們踏入中學階段開始了解生涯規劃；升學及生涯規劃組與校友會合作，安排中三至中五級學生探訪舊生，讓他們擔任製作，透過訪問了解各行各業。全校共同參與的模式，令各持份者彼此配合，讓生涯規劃教育有事半功倍的效果。

鄧鳳珠副校長指出，學生以學生獎勵計劃記錄全人發展的每個階段，透



▲（左起）鄧鳳珠副校長、莫潔如校長、蔡金莉助理校長及黃仁光老師與教師團隊，透過全校參與幫助學生構建生涯規劃藍圖。

# 藉商校合作探索職場世界

## 大灣區共同家園青年公益基金 匯聚大灣區資源 助青年探索事業機遇

大灣區共同家園青年公益基金（基金）於2019年9月成立，匯聚了各界青年領袖，以「助青年 創明天」為使命，於大灣區開展創業、就業及創業等方面的服務，為年青人搭台、搭梯及搭橋，提升自身價值，積極面對挑戰，於大灣區共享發展機遇。基金於2022/23學年成為「商校合作計劃」機構伙伴，透過提供不同的事業探索活動，帶領學生走出課堂，迎接未來的挑戰，為未來投身社會作好準備。



▲基金提供多元化事業探索活動，透過網絡直播工作坊，讓學生了解網絡直播相關的知識及技巧。

## 碧翠有機耕種有限公司 培育幼苗堅韌成長 開啟未來多元出路

碧翠有機耕種有限公司（碧翠）自2014/15學年起成為「商校合作計劃」機構伙伴後，向學校提供工作體驗機會，讓學生親身體驗一下工作是怎樣的一回事。創辦人葉靈芝透過有機耕種與學生近距離接觸，啟發年青人在大自然環境下，藉着有機耕種體驗，啟發創意，培養解決問題能力，裝備自己，開啟未來多元出路。



▲學生透過擔任不同崗位體驗有機耕種，加深对有機耕種行業的認識。

### 有機耕種過程 培養學生逆境能力

碧翠創辦人葉靈芝透過工作體驗與學生溝通，了解學生對工作體驗計劃的期望、個人喜好與強項，並配合季節、天氣和環境，安排學生擔任不同崗位進行有機耕種，包括除雜草、翻土、將幼苗植於土壤，採摘果實，或者種植水耕植物等。透過參與不同種植步驟，學生對有機耕種行業有更深入的認識。葉靈芝表示，在農地耕作需要靈活的頭腦，耕作工序會因天氣、季節等因素的改變而變得有異，例如夏天時要為秋季翻土準備，翻土後放在陽光下曬田一星期，以紫外線為土壤殺菌，秋季時要將幼苗移植土壤繼續成長。

學生透過參與有機耕種工作體驗，學習堅持完成任務。碧翠成為「商校合作計劃」機構伙伴近10年，既是農莊亦具教育元素。學生由於不認識有機耕種，剛開始工作時有點吃力，過程頗為辛苦，但漸漸掌握面中要點，這樣一方面培養學生在逆境中學習解難能力和正向思維，另一方面啟發學生的創意，而這些經驗可應用於日後職場，以應對未來社會發展的新挑戰。

### 堅韌成長 種出自己的人生舞台

葉靈芝認為「商校合作計劃」富有意義，機構亦從中獲得豐富的經驗。她指出，透過與學生溝通，明白時下年青人的思維。在農莊裏每天緊密的交流，讓她與學生建立良好的互信關係，至今仍與他們保持聯絡。當學生面對人生不同階段時，他們

亦會主動溝通尋求意見，讓葉靈芝有機會成為學生的人生導師，向學生分享自己過往的經歷，以生命影響生命，與學生一起規劃人生。

碧翠聯合創辦人張萬偉指出，學生在工作體驗期間亦會透過不同任務了解如何營運一個農場和規劃農場活動，當中涉及一些對外工作，需要接觸不同的陌生人，這能提升他們的溝通技巧和自信心。此外，部分任務必須透過與其他成員溝通和合作才能完成，這使學生明白到一個人不能承擔農場內所有的工作，從而學會團隊合作，同時透過不同的任務，從中了解自己的強弱項，繼而補足自己的弱項，及早計劃未來，裝備自己以應付職場上的各種挑戰。

最後，葉靈芝補充，由於社會和職場世界轉變得很快，若年青人有較強的適應能力，願意接受新的事物，日後便能夠在社會立足。



▲碧翠有機耕種有限公司創辦人葉靈芝透過有機耕種，培育學生堅韌成長，開啟未來多元出路。

基金副行政總裁葉明明認為：「年青人需擴闊職場世界的視野及建立人際網絡，然後訂立目標，同時需有正面思維，並努力地持續學習，以提升自己的能力，以上種種都對年青人的生涯規劃十分重要。因此，基金籌辦不同職業導向的工作坊，如調解員、驗樓師、配音員等，讓年青人了解多元化的職業範疇，幫助學生認識自己及工作世界，及早訂立目標，從而做好生涯規劃。」

工作體驗深受學生歡迎。中四至中六級的學生於基金進行為期三天的工作體驗，透過資料搜集、出謀劃策及籌辦活動，協助基金向年青人解說大灣區在新時代的發展機遇。葉明明稱：「對學生而言，於基金進行工作體驗是一個難能可貴的機會，除了解基金的日常運作及不同的青年發展項目外，學生亦可提早親身體驗職場文化，與同事相處並學習職場溝通技巧。由於基金的服務對象為年青人，所以職員都十分年輕，而且活力充沛，他們都樂於與學生互相交流，很享受與參加工作體驗的學生共同工作的時間。」

葉明明深信，透過「商校合作計劃」支持學生的生涯規劃教育，對各持份者都有裨益，而且非常有意義。一方面，學生可認識不同行業及企業，對職場有初步了解，這樣不單能擴闊他們的視野，對行業運作有更深入的了解，同時提升自身技能，裝備自己，令他們可以更好地規劃自己的人生。另一方面，基金能接觸到更多年青人，了解他們的需要，可以更適切地為年青人服務，支持他們積極面對未來的挑戰。

## 直播工作坊 學生初體驗

另外，葉明明表示：「現今網絡世界發展蓬勃，因此就業市場上出現不同的新工作。為迎合這個新趨勢，基金籌辦了「Let's On Air」網絡直播工作坊，旨在讓年青人有系統地認識社交媒體營運。」學生身處基金「YO PLACE築夢空間」的攝錄間，在一個半小時內學習使用拍攝、燈光、音頻等直播設備。除了教授操作



▲大灣區共同家園青年公益基金副行政總裁葉明明鼓勵年青人擴闊視野，在不同機遇中持續學習，不斷裝備自己以面對未來的挑戰。

## 澳亞有限公司 人寵共融 寵物美容發掘關愛團隊精神

澳亞有限公司（PRIVATE i PETS）為PS Group集團旗下品牌之一，自2022/23學年成為教育局「商校合作計劃」機構伙伴，透過這計劃向學生提供工作體驗的機會，讓學生認識寵物美容行業和了解職場環境，擴闊學生對職場世界的視野，建立正向工作態度，從中發掘自身的興趣和職業性向，做好生涯規劃。



▲學生透過工作體驗認識及了解寵物美容工作。

### 參與寵物美容服務 體會職業實況

學生透過參與PRIVATE i PETS提供的工作體驗認識多元化的寵物美容服務，了解行業如何為顧客提供一站式美容服務，實踐「人寵共融」，讓愛寵物人士享受美髮、美甲、美容服務的同時，寵物亦可享受寵物美容、寵物水療，以及享受人寵派對的歡樂時光。

集團創辦人張韻嫻表示她的集團認為參與「商校合作計劃」極具意義，對年青人、參與機構和社會都有裨益。對年青人而言，計劃讓學生透過工作體驗，增加對行業的認知，反思自己的興趣及能力，並提供更多的就業選擇機會，幫助他們盡早探索職業前景，並且規劃生涯發展。而PRIVATE i PETS透過這計劃，讓學生了解寵物美容這新興行業，啟發學生規劃自己未來，同時幫助業界發掘人才，提供潛在的人力資源以解決人才短缺問題。對社會而言，計劃能夠提升年青人的就業率，促進社會正向和可持續發展。

### 學習良好工作態度 增強溝通及協作能力

PRIVATE i PETS為中學生提供的事業探索活動中，透過工作場地參觀為學生介紹寵物美容工作，於工作體驗活動期間則讓學生化身接待員向顧客介紹寵物產品，接待主人與寵物。另外，學生也可以成為寵物美容師的助手，在寵物房為寵物剪毛時陪伴左右，透過接觸寵物，了解牠們的情緒，提供適當的支援和需要。此外，學生可藉此透過了解寵物美容師和護理

師的真實寵物護理工作，以及學習專業寵物護理的用品應用技巧和知識。

至於寵物美容相關的工種則包括寵物美容師、寵物護理師、訓練員、接待員、銷售員及寵物游泳教練等，無論是哪工種都需要對動物有爱心和耐性、關懷和愛護動物，與團隊協同和溝通，這些都是從事寵物美容業必須具備的條件。寵物美容業的職業晉升階梯可分為寵物美容助理、寵物美容師、資深寵物美容師及寵物美容店長，每個職級都需要具備相關的寵物美容技巧。隨著工作經驗累積和相關寵物美容技能提升，便可一步步晉升成為寵物美容店長。

因此，學生透過工作體驗，能夠深入了解自己的興趣和強、弱項，從而更清楚地規劃學習和職業發展方向。另一方面，工作體驗過程中與公司團隊、其他參與的同學和客戶等溝通，磨練溝通技巧，提高社交能力。由於工作需與團隊合作完成任務，學生亦可藉此提升他們的溝通技巧，體驗團隊合作文化，以及享受因協作成功而帶來的成就感與樂趣。

張韻嫻希望透過「商校合作計劃」培養年青人對於寵物美容行業的興趣，同時鼓勵學生進一步探索對該行業的認知，從實踐中學習，提高職業素質和能力，增強自信心以面對未來的職業挑戰。



▲PS Group集團創辦人張韻嫻希望透過「商校合作計劃」培養年青人對於寵物美容行業的興趣。

## 裝備年青人才・面對未來機遇 2023生涯規劃教育研討會

教育局將於2023年11月10日（星期五）舉辦「裝備年青人才・面對未來機遇」2023生涯規劃教育研討會，邀請專業人士、學者及教育工作者，就生涯規劃教育的實踐交流心得及經驗，並分享工作世界的發展趨勢及投身新興行業所需具備的特質及技能，協助學生迎接新機遇。研討會的詳情如下：

日期：2023年11月10日（星期五）  
時間：上午8時45分至下午4時15分  
地點：九龍灣國際展貿中心  
內容：上午 - 主題內容

- (一) 從學校到職場：連接當今學生與未來職場
  - (二) 生涯規劃與事業抱負 - 特區救援隊及香港武術隊分享
  - (三) 人工智能行業的最新發展
  - (四) 無人機行業的機遇和挑戰
- 下午 - 學校、機構及「商校合作計劃」伙伴經驗分享

詳情請瀏覽以下教育局網頁及教育局培訓行事曆：  
生涯規劃資訊網站：www.edb.gov.hk/lifeplanning  
「商校合作計劃」網頁：www.edb.gov.hk/bssp  
教育局培訓行事曆：https://eservices.edb.gov.hk/edis/es/login



生涯規劃資訊網站 「商校合作計劃」網頁 教育局培訓行事曆