

# 荔景天主教中學

## 2020–2021 年度 生涯規劃津貼周年報告

### 一. 宗旨:

1. 學生能夠根據興趣、能力及志向，了解本身的事業或學術抱負，發揮個人潛能。
2. 培養學生正面的工作和學習態度。
3. 學生能將其事業 / 學業抱負與全人發展及終身學習聯結。

### 二. 本年度工作目標:

1. 協助學生發掘個人興趣、優勢及志向，從而提升其幸福感及培養努力求學的精神。(配合關注事項 1 及 2)
2. 協助 SEN 學生尋找自己心儀的道路，建立效能感及滿足感。(配合關注事項 2)
3. 提升學生的正能量，協助其建立積極樂觀的態度。(配合關注事項 2)

### 三、本年度工作計劃：

| 本年度工作目標：1.1 協助學生發掘個人興趣、優勢及志向，從而提升其幸福感及培養努力求學的精神。(配合關注事項 1 及 2)          |                   |                       |      |                |  |       |
|---|-------------------|-----------------------|------|----------------|--|-------|
| 工作 / 策略   | 對象                | 資源                    | 推行日期 | 評估方法           | 成功準則   | 負責人   |
| <b>1. 職業講座、職場參觀及工作體驗活動</b><br>透過不同類型的職業講座、職場參觀及工作體驗活動，協助學生發掘個人興趣、優勢及志向。 | 全校                | ◇ 生涯規劃津貼<br>◇ 全方位學習津貼 | 全年   | ◇ 老師觀察<br>◇ 問卷 | 成功舉辦有關活動，而 60% 以上的學生認同活動讓他們有更多機會認識不同的行業，有助其發掘個人興趣、優勢及志向。 | 劉殷霖老師 |
|   |                   |                       |      |                |  |       |
| 1. 參觀台灣升學展覽   | 2. 參觀教育及職業博覽      |                       |      |                |  |       |
| 3. 東華三院職場新鮮人職向探索活動  | 4. 參觀國泰城          |                       |      |                |  |       |
| 5. 酒店體驗工作坊  | 6. DSE 畢業生大灣區實習計劃 |                       |      |                |  |       |

|  |                     |                         |           |                        |   |                             |
|--|---------------------|-------------------------|-----------|------------------------|---|-----------------------------|
| <p><b>2. 職業介紹海報</b></p> <p>於地下生涯規劃壁報板及各班課室的壁報板張貼由本組製作的海報，介紹學生較少接觸的職業，擴闊其眼界，協助其發掘個人興趣及志向。</p>   | <p>全校</p>           | <p>◇ 職業字典<br/>◇ 互聯網</p> | <p>全年</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功舉辦有關活動，而 60% 以上的學生認同活動讓他們有更多機會認識不同的行業，有助其發掘個人興趣及志向。</p>                          | <p>劉殷霖老師<br/>蔡悅延生涯規劃輔導員</p> |
| <p><b>成就與反思：</b></p> <p>◇ 本組於上學期共製作 6 張海報，並已張貼於地下生涯規劃壁報板及中一至中六課室的壁報板。介紹的職業包括職業治療師、物理治療師、臨床心理學家、精神科醫生、放射治療師、放射診斷技師、品酒師、食品研發人員、會計師、核數師、公關及市場推廣。</p> <p>◇ 有學生表示海報有助其認識平日較少接觸的行業，也有助他們釐清對部分行業的誤解。</p>  |                     |                         |           |                        |   |                             |
| <p><b>3. 扶輪少年團良師益友計劃</b></p> <p>與扶輪少年團合作，為學生配對不同職業的導師（包括室內設計，外傭代理，統計及保險），透過導師指導及職場實習等活動，讓同學獲得更多社會體驗，協助他們建立目標及自信。</p>   | <p>中四至<br/>中五同學</p> | <p>◇ 扶輪社</p>            | <p>全年</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功配對學生和扶輪導師，舉辦職場體驗及模擬面試等活動，出席率達 80% 或以上。超過 60% 學生認為計劃幫助他們建立視野，提升個人特長，增加對職場的認識。</p> | <p>劉殷霖老師<br/>關蕙妍老師</p>      |
| <p><b>成就與反思：</b></p> <p>◇ 本年度共有 8 位扶輪社社友擔任導師，帶領 16 名中四至中五學生認識他們工作的行業。社友分別來自外傭顧問行業、保險業、統計、設計與傢俱業、創新科技、政府行政及學校資訊科技行業。</p> <p>◇ 學生及社友已於上學期完成初次師徒小聚，活動以 ZOOM 進行。學生有機會和從事不同行業的管理層交流，擴闊視野。</p> <p>◇ 由於疫情關係，原訂於下學期進行的職場參觀及影子計劃被迫取消，改為以模擬工作面試。學生由撰寫履歷開始體驗求職過程，由眾社友擔任面試官，為同學進行模擬面試，並為學生提供建議。其中三位學生被社友選中為「最佳表現學員」，並獲得 \$500 獎金及獎狀。</p> <p>◇ 是次計劃學生出超率超過 90%，參與計劃之學員均認同活動擴闊了他們的眼光，為他們提供機會更了解職場。</p> <p>◇ 期望來年再辦同類活動時可讓學生參觀社友職場，並進行影子計劃，讓學生可以對不同行業有更深入的认识。</p> |                     |                         |           |                        |   |                             |

|  |              |                           |            |                        |   |                                   |
|--|--------------|---------------------------|------------|------------------------|---|-----------------------------------|
| <p><b>4. 模擬求職體驗</b></p> <p>與英文科合作，在英文科老師教授寫求職信的要訣後，讓學生進行寫求職信及面試等模擬求職體驗，協助學生開拓就業視野，</p>   | <p>中五級同學</p> | <p>◇ 英文科<br/>◇ 網上招聘廣告</p> | <p>下學期</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功舉辦有關活動，而 60%以上參與者認為活動讓他們有機會了解求職過程，協助他們裝備自己，建立自信。</p> | <p>劉殷霖老師<br/>楊國智副校長<br/>余麗君老師</p> |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>◇ 上學期全級中五學生均於英文課堂中完成履歷表及求職信。14 位有表現優秀之同學被選出，於試後活動期間由校友為他們進行一次模擬求職面試，訓練學生中文及英語面試技巧。學生需事先準備自我介紹及 CV，與校友即場模擬面試及檢討。100%學生認同活動協助他們裝備自己，更了解求職過程。有學生亦反映過程讓他們了解面試的重要性，校友亦能給予具體意見，讓他們對將來求職更具信心。</p> |              |                           |            |                        |   |                                   |

本年度工作目標：1.2 協助 SEN 學生尋找自己心儀的道路，建立效能感及滿足感。（配合關注事項 2）

| 工作 / 策略  | 對象                                    | 資源                    | 推行日期                       | 評估方法                   | 成功準則   | 負責人                    |
|--|---------------------------------------|-----------------------|----------------------------|------------------------|--|------------------------|
| <p><b>1.《Life Rider》生涯規劃活動計劃</b></p> <p>與學生支援小組合作，參與由香港國際社會服務社為 SEN 學生安排的《Life Rider》生涯規劃活動計劃。計劃以正向心理學為主要的計劃理念，讓學生透過一連串的興趣及工作體驗，掌握個人資源及強項，導引他們尋找自己心儀的道路，建立效能感及滿足感。</p>   | <p>中三至中四疑似或確診的 SEN 學生（低學習動機或成就稍遜）</p> | <p>香港國際社會服務社提供的服務</p> | <p>20 年 9 月 – 21 年 8 月</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>鼓勵合適的學生參與機構提供的一系列工作坊、職業探索及體驗活動，出席率達 70% 或以上。</p> <p>超過 60% 學生認同計劃有助他們認識自己的特質，增強自信心，並能透過不同的體驗活動和訓練，增加對升學的選擇及職場的認識。</p> | <p>劉殷霖老師<br/>吳宏捷老師</p> |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 《Life Rider》生涯規劃活動為三年計劃，於 2020 年 9 月展開了第二年活動，除原有第一組的 12 名中五學生外，本年度亦順利開展了第二組，成功招募了 16 名中四級疑似或確診的 SEN 學生(低學習動機或成就稍遜)參與。</li> <li>◇ 本學年第一及第二組的活動十分豐富，分別有啟動禮、生涯規劃講座、技能提升工作坊、學生的個別面談輔導、模擬工作體驗、工作實習等，讓學生認識自己的強項，加強自信心，亦可加深學生對職場的認識。此外，亦有相關的教師工作坊，提升老師對生涯規劃輔導技巧的認識。</li> <li>◇ 因疫情影響，部分活動改為網上進行。在生涯規劃組及學生支援組的負責老師及助理的協助下，各活動都能順利進行，而大部分學生表現不俗，機構負責社工亦讚揚本校學生在出席率、投入度及能力各方面均表現理想。</li> <li>◇ 考試後將會開展一系列興趣體驗和師友分享計劃，以及第一組的總結活動，具體細節稍後會再與機構負責人商討。</li> <li>◇ 此外，機構成功爭取更多資助，並於下學期開展了 2.0 計劃(兩年計劃)，提供額外名額讓本校可以有另外 8 名學生參與 2.0 計劃中的工作坊和個人面談，可以更個別和集中地為有需要的學生進行生涯規劃輔導。</li> </ul> |                                       |                       |                            |                        |  |                        |

本年度工作目標：1.3 提升學生的正能量，協助其建立積極樂觀的態度。(配合關注事項 2)

| 工作 / 策略   | 對象 | 資源                 | 推行日期 | 評估方法 | 成功準則   | 負責人   |
|---|----|--------------------|------|------|--|-------|
| <p><b>1. 家長教育</b></p> <p>優化與生涯規劃相關的家長講座內容(例如中三升中四選科講座、高中畢業多元出路講座)，滲入正向教育的元素，例如讓家長認識，耐心聆聽子女見解與支持子女升學就業選擇，對提升子女的正能量，以及建立積極人生觀的重要性。</p>  | 家長 | <p>◇ 校外機構提供的服務</p> | 全年   | ◇ 問卷 | 成功在家長講座滲入正向教育的元素，而 60% 以上的家長認同講座有助其認識耐心聆聽子女見解與支持子女的升學就業選擇的重要性。 | 劉殷霖老師 |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>◇ 本組於本年度共舉行三次家長生涯規劃講座，包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 中四至中六級：高中畢業多元出路講座 (31/10)</li> <li>- 中三級：中三升中四選科家長講座 (12/12)</li> <li>- 中三級：第二次中三升中四選科家長講座 (17/4)</li> </ul> <p>◇ 高中畢業多元出路講座以 ZOOM 進行，為家長及高中同學簡介了中六畢業後本地及海外的大專升學出路。當天共 131 個家庭出席，9 成半家長認同講座令他們了解子女中學畢業後的出路。</p> <p>◇ 第一次中三級選科講座同樣以 ZOOM 進行，講座邀請到學友社為家長簡介讓如何協助子女選科。兩次講座後，皆有 100% 家長同意或非常同意講座令家長明白支持和聆聽子女的重要性。可見講座有效協助家長和子女建立良好親子關係，讓學生可以更積極發揮自己所長，為自己未來作負責任的抉擇，提升學生正能量。</p> <p>◇ 因應高中核心科目課程改動，本校於 4 月 17 日於本校禮堂再次舉行中三選科家長講座，講解就課程改動後本校所作出的最新科目安排，讓家長可對子女未來三年的高中課程有更深認識，理解子女的升學決定。</p> |    |                    |      |      |  |       |

|  |                |                        |                    |                        |   |                                  |
|--|----------------|------------------------|--------------------|------------------------|---|----------------------------------|
| <p><b>2. 早讀課</b></p> <p>與閱讀及圖書館管理委員會的合作，讓學生於早讀課閱讀克服困難、積極追夢的真人真事短文，讓學生學習以積極正面的態度面對困難。</p>   | <p>中一至中五學生</p> | <p>◇ 報章<br/>◇ 網上資源</p> | <p>下學期</p>         | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功舉辦有關活動，而 60% 以上的學生認同活動有助其學習以積極正面的態度面對困難。</p> | <p>劉殷霖老師<br/>蔡悅延<br/>生涯規劃輔導員</p> |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>◇ 在學生半天上課期間早讀時間大幅縮短，早讀篇章以延伸閱讀形式派發予同學，讓學生可於課外閱讀不同人士追夢的經歷，學習以正面態度面對困難。</p>   |                |                        |                    |                        |   |                                  |
| <p><b>3. 初中生活分享會</b></p> <p>邀請高中學生向中一學生分享其升中後面對的各種問題及解決方法，以及鼓勵學弟學妹們以積極正面的態度處理壓力。</p>   | <p>中一學生</p>    | <p>◇ 高中學生</p>          | <p>20 年 9-10 月</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功舉辦有關活動，而 60% 以上的學生認同活動有助其學習以積極正面的態度處理壓力。</p> | <p>甄健華老師</p>                     |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>◇ 活動已於 22/10 進行。當日由中四同學拍片為中一學生簡介初中生活，內容包含學業壓力、交友及課外活動等範疇，師兄姐在短片中亦鼓勵學弟妹們享受中學生活。片段內容以短劇方式表達，內容有趣，大部份中一學生都細心聆聽。超過 70% 學生認同分享會有助他們早日適應及投入中學生活。</p> |                |                        |                    |                        |   |                                  |

|   |             |                    |                 |                        |   |              |
|---|-------------|--------------------|-----------------|------------------------|---|--------------|
| <p><b>4. 高中生活分享會</b></p> <p>邀請在大學就讀的校友向中四學生分享其升上高中後面對的各種問題及解決方法，以及鼓勵學弟學妹們以積極正面的態度處理壓力。</p>  | <p>中四學生</p> | <p>◇ 在大學就讀的校友</p>  | <p>20年9-11月</p> | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功舉辦有關活動，而 60% 以上的學生認同活動有助其學習以積極正面的態度處理壓力。</p> | <p>蘇文絲老師</p> |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>◇ 活動已於 7/10 進行。當日由剛畢業的師兄姐拍片為中四學生簡介高中生活。師兄姐分享大量應試心得及時間管理方法，亦以過來人身份鼓勵學弟妹們在遇到壓力時應主動尋找幫助，以積極的態度應付高中學業壓力。近 80% 中四同學認為分享會有助他們早日適應高中生活，為準備 DSE 作好準備。</p> |             |                    |                 |                        |   |              |
| <p><b>5. 生死教育</b></p> <p>以天主教的生死教育及聖經對工作的看法作基礎，協助學生進行生涯規劃。</p>  | <p>高中學生</p> | <p>◇ 校外機構提供的服務</p> | <p>下學期</p>      | <p>◇ 老師觀察<br/>◇ 問卷</p> | <p>成功以天主教的生死教育及聖經對工作的看法作基礎，以協助學生進行生涯規劃。</p>       | <p>劉殷霖老師</p> |
| <p><b>推行情況/檢討：</b></p> <p>原訂的生死教育參觀活動因疫情取消。期望來年疫情緩和可重辦同類活動。</p>   |             |                    |                 |                        |   |              |



#### 四. 財政報告：

|   | 項目              | 支出            |
|---|-----------------|---------------|
| 1 | 聘請教師            | 438480        |
| 2 | 聘請教學助理          | 234360        |
| 3 | 外購服務            | 14800         |
| 4 | 教材及參考書          | 0             |
| 5 | 會費 (例如輔導教師協會會費) | 400           |
| 6 | 裝品              | 35            |
| 7 | 雜費              | <u>360</u>    |
|   |                 | <u>688435</u> |

## 五、總結：

### 成就

1. 疫情期間有限的空間下仍成功舉辦兩次校友職業分享會及職業講座，亦在試後活動期間完成模擬人生工作坊，讓學生有機會接觸不同行業的資訊。
2. 以職業海報為學生介紹較少機會接觸的職業，擴闊學生眼界。
3. 本年度首次與扶輪少年團合辦良師益友計劃，藉此機會學生可接觸到不同公司的管理層，了解到各行業的發展前境及實際工作情況，亦得到一次模擬面試的經驗，讓學生可以好好裝備自己，準備迎接將來投身工作世界。
4. 與學生支援組合辦《Life Rider》生涯規劃活動計劃，能集中資源和人手，更全面地協助學生進行生涯規劃。此外，學生透過此活動可以到不同機構(如畫室、寵物店及設計公司等)地方實習，獲得實驗職場體驗的機會，讓他們切身感受投身工作的成功感與困難。學生及老師均對活動反應正面。
5. 疫情期間透過 ZOOM 繼續舉辦與生涯規劃相關的家長講座，並繼續優化當中內容，滲入正向教育的元素，例如讓家長認識，耐心聆聽子女見解與支持子女升學就業選擇，有助對提升子女的正能量，以及建立積極人生觀的重要性。
6. 舉辦初中及高中生活分享會，有助學生學習以積極正面的態度處理壓力。

## 反思

1. 因疫情關係，為減低學生外出風險及人流聚集，大部份參觀及實習活動需要取消。

## 回饋與跟進

1. 因疫情關係，很多的影子工作及外出參觀活動被迫取消。網上活動始終難以取代影子工作計劃。來年可多鼓勵學生參與各類型的實習計劃。
2. 本年度就學生對生涯規劃活動進行了意見調查，了解各級學生對不同升學及工作範疇之意向。來年可以根據學生之意見安排更適切有效的活動予各級學生。
3. 近年選擇出國升學的學生越來越多，往年一向有為中五學生舉行海外升學講座。可考慮來年改為家長講座，讓有意送子女到國外升學之家長有獲得更多相關資訊。