

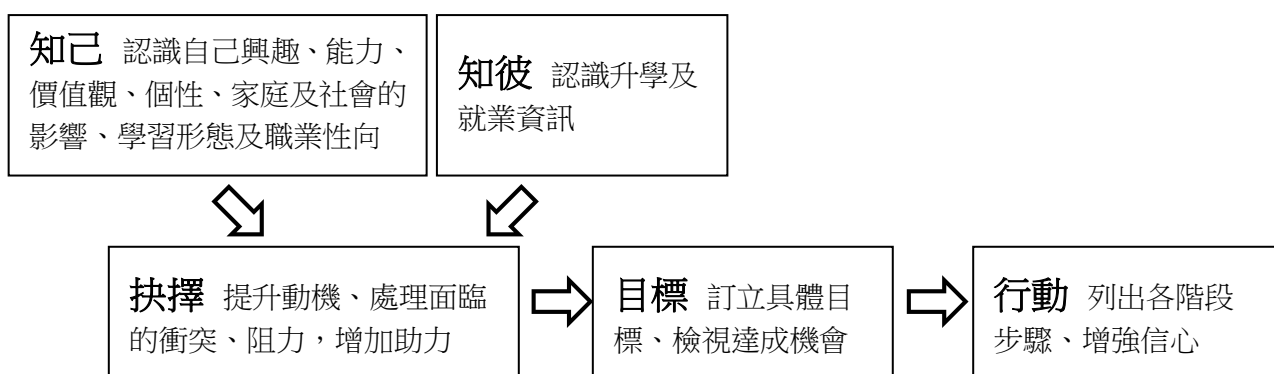
香港青年協會學校社會工作組  
「想·創·未來」成長規劃服務  
2018 – 2019 服務概覽

## 理念

青協自 2011 年起開展「想·創·未來」成長規劃服務，為中學生提供多元化的活動。從推行服務觀察所得，學生往往對自己能力及未來發展缺乏認識及了解。故此，要協助學生學會作明智抉擇，必須於成長探索的過程中，幫助他們對自己有透徹的認識，以及掌握學業及就業資訊。此外，在學生對前路具有方向時，亦須有導師的指引才能訂出合理的目標，繼而作出行動。

青協學校社會工作組基於以上觀察，再參考舒伯(Donald Super)的生涯發展理論，其中指出理想的人生規劃該由小開展，於初中進行自我探索，再到高中尋覓個人發展方向的理念後，從而整合「想·創·未來」成長規劃服務。是項服務按學生的成長需求，編訂不同主題，讓初中學生探索個人價值觀、個人需要，以及興趣等，同時亦開始增進對社會及工作的基礎認知；而於高中階段更進一步了解社會上的選擇、發展相關技能，以及嘗試實踐個人意向，成就理想的未來。

整項服務將透過到校的小組活動、工作坊、講座，以至大型互動體驗活動，讓學生能在每一活動中，經歷「知己、知彼、抉擇、目標、行動」五個重要元素，從而能規劃自己的未來。



## 服務信念及期望

- 協助學生發揮其與生俱來的規劃能力，透過反思過程，提升規劃未來的動機
- 協助學生建立成功感及滿足感，體現學生自我完善及追求卓越的天性
- 協助學生發掘學習以外的潛能，尋找合適自己的發揮機會
- 在學生的規劃過程中，導師能啟發學生，以行動執行計劃

## 服務特色

- 運用多元手法，增強互動性及反思機會
- 善用個案經驗及社會例子，增加學生體會，引領學生思考
- 以工作紙了解學生想法，增加對學生的掌握；於課堂作出回應，提升其興趣
- 按學校不同需要及學生的特性作出調整，度身設計活動內容

## 服務內容

級別	成長需求	主題	重點	
中一	由小學升上中學，適應新學習環境，並建立個人形象。	<b>個人態度及價值觀</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 檢視個人生活態度</li><li>• 建立個人形象</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 強化正面價值觀</li></ul>
中二		<b>自我認識</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 了解自己的性格特質</li><li>• 掌握成長機遇及危機</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 掌握優點及缺點</li></ul>
中三	面對學業壓力及選科困惑	<b>提升動機</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 掌握合適的學習方法</li><li>• 處理學業壓力</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 提升學習動機</li><li>• 掌握高中選科策略</li></ul>
中四	思考未來發展，尋找人生目標。	<b>目標訂立</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 探索夢想成真的元素</li><li>• 從多角度令目標具體化</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 演化為個人目標</li><li>• 確立達成目標的步驟</li></ul>
中五		<b>職業性向</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 掌握配合自己的職業方向</li><li>• 訂立升學或就業目標</li></ul>	
		<b>目標檢視</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 檢視目標達成機會</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 提升目標達成方法</li></ul>
中六	為離校後的升學就業作準備	<b>升學或求職裝備</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 多元升學出路資訊</li><li>• 職場資訊及職前準備</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 大學選科策略</li><li>• 提升面試技巧</li></ul>

## 增值服務

- 可因應學校需要，提供延伸工作紙，方便老師於活動或工作坊後作出跟進
- 以活動報告向校方簡要匯報學生的活動表現，助校方更準確策劃其後的成長規劃活動

## 聯絡及查詢

機構：香港青年協會學校社會工作組

聯絡人：陳汝輝先生 或 魏俊煒先生

電話：2395 0161

傳真：2395 8592

電郵：ssw@hkfyg.org.hk

## 服務項目

### A. 工作坊

#### **A1：自我認識工作坊** (適合中一至中二)

目標：協助學生增加自我認識及建立良好的個人態度及價值觀

內容：自我認識、責任感、個人態度及價值觀

節數：3 節，每節 1 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A2：目標訂立工作坊** (適合中二至中三)

目標：讓學生明白人生規劃的重要性及訂立個人目標

內容：生涯規劃概念、尋找夢想、訂立短期目標

節數：3 節，每節 1 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A3：有效學習工作坊** (適合中二至中三)

目標：讓學生掌握合適的學習方法，提升學習動機

內容：學習形態、記憶方法、時間管理

節數：3 節，每節 1 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A4：選科策略工作坊** (適合中三)

目標：讓學生掌握高中選科的考慮因素及策略

內容：性格測試(Holland)、高中選科策略

節數：2 節，每節 1 小時

收費：\$4,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A5：規劃未來工作坊** (適合中四至中五)

目標：協助學生掌握合適自己的升學方向及訂立個人目標

內容：升學方向測試(DISC)、高中生活檢視、訂立目標

節數：3 節，每節 1 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A6：職業性向工作坊** (適合中五至中六)

目標：助學生掌握適合自己的升學或就業方向

內容：職業性向測試(MBTI)、目標檢視

節數：2 節，每節 1.5 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A7：求職裝備工作坊** (適合中五至中六)

目標：提升學生職前的準備及掌握求職技巧

內容：工作價值觀、僱主期望、撰寫履歷表

節數：3 節，每節 1 小時

收費：\$5,000 (每班，包括活動物資及工作紙)

#### **A8：模擬面試工作坊** (適合中五或中六)

目標：提升學生的面試技巧

內容：按學生的大學選科或求職意向，分組進行模擬升學或求職面試

人數：每組不多於 12 人，並盡量按學生的升學或求職意向分組

時間：2 小時

收費：每組\$2,500

## B. 大型互動體驗活動

(為提高學生的參與動機，校方需安排 8 - 10 位老師或學生協助活動的推行。負責職員將於活動前安排一次工作人員簡介，讓協助的老師或學生了解活動的理念及運作。)

### **B1：自我探索體驗活動** (適合中一至中二學生)

目標：讓學生反思個人生活態度及價值觀，並增加對自己的認識，從而訂立個人短期目標。

地點：學校禮堂      人數：每次人數約 80-120      時間：2.5 小時

人手：4 位社工      收費：每次\$15,000 (包括活動物資、活動小冊子及工作紙)

### **B2：人生旅程體驗活動** (適合中四至中五學生)

目標：讓學生思考自己的人生目標，並在規劃個人前路時，了解個人想法與現實的差距，從而更準確地掌握自己的未來。

地點：學校禮堂      人數：每次人數約 80-120      時間：3 小時

人手：4 位社工      收費：每次\$15,000(包括活動物資、活動小冊子及工作紙)

## C. 小組

### **C1：學習動機提升小組** (適合中二至中三低學習動機初中學生)

目標：了解個人的學習特性，並思考個人目標從而提升學生的動機

內容：自我認識、學習特性測試、計劃未來、訂立目標

人數：8 人      節數：6 節，每節 1 至 1.5 小時；另於小組前後為每學生提供各一節個別面談

收費：\$15,000(每組，包括活動物資及工作紙)

### **C2：規劃前路小組** (適合中四至中五打算就業的高中學生)

目標：訂立深入而具體的個人目標，並擬定行動計劃

內容：探索個人專長、認識大專入學及職場要求、訂立目標

人數：8 人      節數：6 節，每節 1 至 1.5 小時；另於小組前後為每學生提供各一節個別面談

收費：\$15,000(每組，包括活動物資及工作紙)

### **C3：展現潛能小組** (適合初中特殊教育需要學生)

目標：協助學生發展個人潛能，制定合適的發展方向

內容：按學生需要，由校方與導師磋商

人數：6 人      節數：6 節，每節 1 至 1.5 小時；另於小組前後為每學生提供各一節個別面談

收費：\$18,000(每組，包括活動物資及工作紙)

### **C4：社交溝通小組** (適合高中特殊教育需要學生)

目標：協助學生提升溝通技巧，增強未來職場上的人際關係

內容：按學生需要，由校方與導師磋商

人數：6 人      節數：6 節，每節 1 至 1.5 小時；另於小組前後為每學生提供各一節個別面談

收費：\$18,000(每組，包括活動物資及工作紙)

## D. 教師及家長支援服務

教師及家長對學生發展的影響，十分重要。若學生於校內及家中得到合適的支援，對其規劃起著正面的效果。

### D1：教師培訓工作坊

目標：協助教師掌握生涯規劃的概念及資訊，從而達到全校參與推行的目標

主題：由學校提供                      時間：2 小時                      收費：視乎導師數量，每位導師\$3,000

### D2：家長講座

目標：提升家長對新世代教育資訊及青年就業問題的掌握

主題：由學校提供                      時間：1.5 小時                      收費：\$3,000

---

致： 香港青年協會學校社會工作組

傳真： 2395 8592                      電郵： [ssw@hkfyg.org.hk](mailto:ssw@hkfyg.org.hk)

### 「想·創·未來」成長規劃服務 2018 - 2019 服務意向表

有意選用項目	日期	時間	級別	班數/人數
例：A1 自我認識工作坊	6/9/18, 13/9/18 20/9/18	2:30pm - 3:30pm	中一	4 班/每班約 30 人

學 校： \_\_\_\_\_

聯絡人： \_\_\_\_\_ 職 位： \_\_\_\_\_

電 話： \_\_\_\_\_ 傳 真： \_\_\_\_\_

電 郵： \_\_\_\_\_