



香港紅十字會雅麗珊區主學校

如何在特殊學校  
推行生涯規劃



## 香港紅十字會使命

作為國際紅十字運動的一份子，我們積極推動社群，本著人道理念與志願服務精神，竭力：

**保護生命 關懷傷困 維護尊嚴**

## 香港紅十字會學校使命

本著紅十字人道精神，關懷身體弱能及傷病學童，提供全人教育，培養其尊重生命的價值，俾能**克服困難**，**盡展潛能**，建立尊嚴及**自信心**，**融入社群**，**達至豐盛人生**，對社會作出貢獻。

# 15-18年度三年學校發展計劃

- 一. 協助學生發掘興趣和提升個人能力，以作生涯規劃。
- 二. 優化課堂教學，照顧學習差異。
- 三. 家校攜手推行全人健康發展，建立樂活人生態度。

# 生涯規劃組成員

副校長	1
教學部主任	1
教師	5
社工	4
職業治療師	1
物理治療師	1
言語治療師	1
	共 14 人 核心成員：6人

# 生涯規劃

- 生涯規劃是一個較事業發展和事業輔導更「整全」的觀念，強調不能只規劃事業，而是要全面計劃人生。(梁湘明, 2006)

梁湘明. (2006). 生涯規劃: 跨理論假設與實施策略. *Asian Journal of Counseling*, 12.

# 生涯規劃

學涯

職涯

休涯



香港中文大學  
The Chinese University of Hong Kong



The Hong Kong Institute of Educational Research

QSIP

優質學校改進計劃

Quality School Improvement Project

# 香港紅十字會雅麗珊郡主學校 校本生涯規劃教育

# 特殊學校生涯規劃問卷

- 主流事業興趣測驗效果未如理想
  - 問題過多(約100題)
  - 用字太深
  - 職業錯配
- 特殊學校生涯規劃問卷
  - 題數不多、用字淺白
  - 關顧特殊學校學生身體障礙
  - 提供適合的意見及支援



# 特殊學校生涯規劃問卷

- 跟進事項及預期成果：
  - 持續執行：中一、中三及中六填寫
    - 紀錄及反映學生的轉變
  - 老師撰寫問卷分析
    - 讓其他老師、治療師及家長了解同學的想法，並作出配合
  - 讓學生更了解自己
  - 打開諮詢話匣子



**自我**

Self

能力  
價值觀  
抱負  
障礙程度  
性格、興趣  
.....

就業機會  
社會經濟  
政治文化  
人力供需  
教育訓練  
.....

**環境**

Environment

**特殊需要學生  
生涯規劃要素**

SESC

**抉擇**

Choice

比較分析  
選擇判斷  
決定方案  
計畫行動  
求職就業  
.....

家庭關懷  
朋友協助  
社區接受  
社會福利  
無障礙空間  
.....

**支持**

Support

# 校本生涯規劃教育七大元素

升學就業

人際及社會關係

理財觀念

休閒生活時間管理

家居自理生活

性別、婚姻和家庭

心理及生理健康

# 校本生涯規劃教育系統

## 生涯規劃課程及活動



- 認識自我
- 個人規劃
- 設立目標
- 反思能力
- 認識升學就業途徑...

生涯規劃  
能力

+

生涯規劃  
諮商

+

滲透式課程



(其他學校課程)

# 生涯規劃課程及活動

# 高等及延伸教育升學講座



升學就業

# 院校參觀



升學就業

# 專家講座



升學就業



# 社區及校內服務



人際及社會關係

# 職業訓練課程

- 基本烘焙
- 商業及零售服務
- 設計及桌上出版
- 包裝服務



家居自理生活

升學就業

- 汽車美容
- 清潔實務
- 茶水及小食服務
- 房務



# 畢業班增益及展翅課程

- 為期一至兩星期
- 讓學生於畢業前以事工形式合作籌備活動，培養各生涯規劃元素。
- 內容：參觀活動、謝師宴...



# 畢業班增益及展翅課程

- 內容：校內服務、社區服務、畢業營



# 中六生涯規劃堂

- 一星期兩節課
- 補充及強化滲透課程所涵蓋的內容，並適時支援學生需要
- 內容：求職工作坊、職業英語、理財技巧、歷奇為本輔導、壓力管理、社交技巧訓練、勞工法例、職業安全、休閒活動…

# 求職工作坊、職業英語

面試自我介紹  
撰寫求職信/履歷表  
辦公室常見詞彙

GET TO KNOW YOUR OFFICE

- **Pantry / Lounge** 茶水間/休息室  
「今日唔出街食飯，我帶咗飯盒擺喺pantry度。」



NGO到校支援 -  
善導會「你想奇職」  
求職工作坊

升學就業

# 勞工法例、職業安全講座

## 工資保障—最低工資：

- 根據《最低工資條例》，現時時薪為32.5元。  
(每兩年進行檢討一次)

## 對殘疾僱員：

### 法定最低工資制度的殘疾僱員生產能力評估

根據《最低工資條例》，啟動生產能力評估的權利完全屬於**殘疾僱員**。如殘疾僱員沒有選擇進行生產能力評估，僱主支付給他們的薪酬便不得低於法定最低工資。

升學就業



# 歷奇為本輔導、壓力管理

支援學生需要  
目標訂立分享  
個別輔導



## 正確的減壓方式：

- 做運動
- 與朋友/家人聊天
- 多接觸大自然
- 培養休閒興趣
- 考試前有充分準備



心理及生理健康

# 理財技巧

貨幣換算快速小測試：

1. 一張 500 元紙幣可換多少張 20 元？	
2. 一張 1000 元紙幣可換多少張 50 元？	
3. 一張 50 元紙幣打散，可換到最方便的組合是？	

要妥善運用金錢，可考慮以下三項原則：

## 1 以必要為先

「想要」 VS 「必要」

- 「必要」= 生存必要物品  
生活上不能缺乏(飲食、基本衣物、交通)
- 「想要」=非急切性需要  
娛樂、消遣性消費  
為滿足個人慾望

香港紅十字會雅麗珊郡主學校

青少年的理財



理財觀念

# 社交技巧訓練

## 生涯規劃 社交技巧面面觀



思考題：

你在日常生活中有遇到  
與人相處的困難嗎？

- 害羞
- 不健談
- 話題終結者
- 面對陌生人時緊張、口吃
- 經常默不作聲



### 3. 順著對方的喜好

- 投其所好，是永遠不變的原則。
- 日本心理學家富田隆史的分析，告訴你如何與不同類型的人愉快地交談：

#### A. 情感豐富型：

當你討論到對於某個人或某件事情的想法，如果對方說出「這個人好可憐……」之類的話，代表他情感豐富，凡事憑感覺，而且好惡分明。

>>>>面對這種人，不要談理論、講求邏輯分析，他一點興趣也沒有。

人際及社會關係

# 休閒活動



Timeline About Photos



雅麗珊生涯規劃組

September 11 at 8:38am · Edited ·

04/09/2015 (五) 觀賞了電影—柴犬，很感動嗎？  
請同學一同寫下影評或感受!!! Cheers!!



Like Comment Share

3 people like this.

Most Recent



雅麗珊生涯規劃組 柴犬的故事是以動物作為一個引入點，柴犬與故事中一家所經歷的日本的常見災難—地震，見證着人與動物的真摯無遺的感情，真是令人十分感動，故事的題材也很適合一家大小觀看。當日，我亦留意到不少雅校的現場觀眾都有感動留涕，場面也十分感人。😊

休閒生活時間管理



# 滲透式課程

# 中一生活與社會科

- 探究實踐目標之路
- 掌握有效學習技巧
- 建立良好生活習慣



休閒生活時間管理

升學就業

人際及社會關係

# 中五英文科

- Learning English Through Workplace Communication
- 學習閱讀求職廣告、撰寫求職信及面試應對



升學就業



# 畢業生出路

## 主流課程





# 近年入讀學士課程畢業生

- 黃思婷同學 - 香港理工大學地產及建設測量學系
- 楊曉林同學 - 香港城市大學社工系
- 蔡凱琪同學 - 香港大學文學院
- 顏招銘同學 - 香港浸會大學工商管理學院



# 其他高等及延伸教育

- 副學位課程
- 演藝課程
- 職訓局課程
- 其他認可文憑 / 證書課程





# 畢業生出路

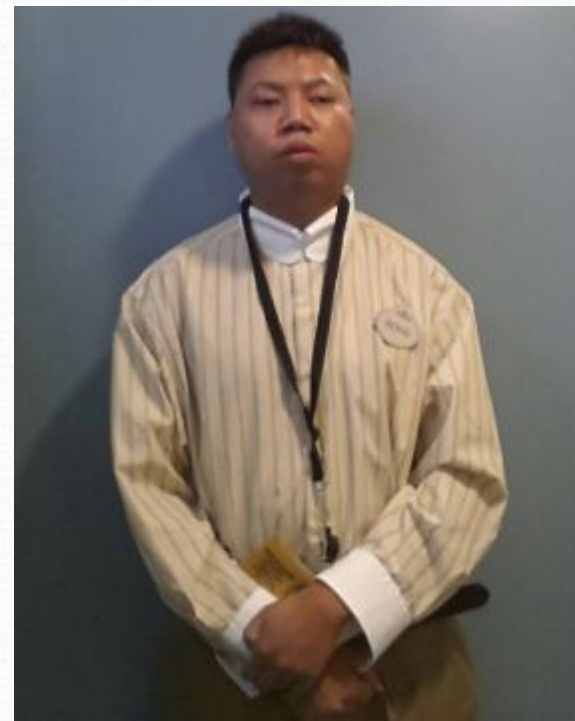
## 調適課程

# 香港迪士尼酒店



# 鄺敬宗同學

- 香港迪士尼樂園身體有障礙人士學徒計劃
- 酒店清潔及款待員



# 九龍巴士公司

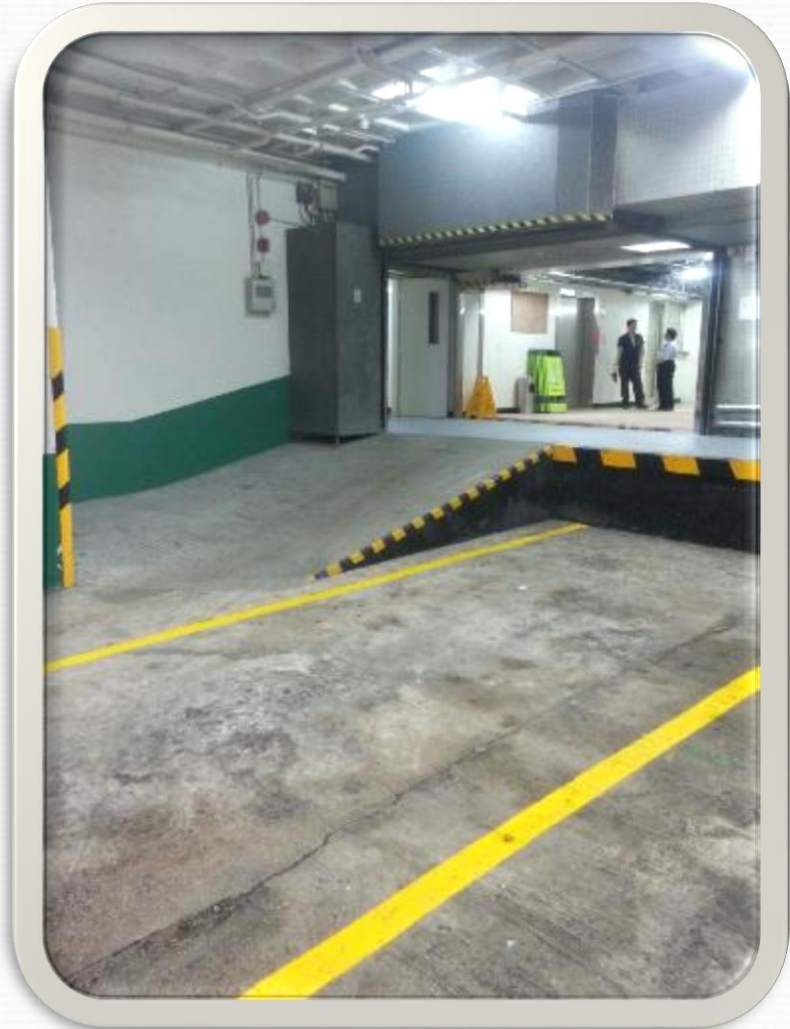


九巴服務 日日進步

# 傅德超同學

- 巴士清潔工人







# 其他機構

- 電話訪問員
- 便利店店員
- 資料輸入員



**香港復康力量**  
**HONG KONG REHABILITATION POWER**  
Empowering The Disabled To Develop  
**激勵殘疾人士發展**

**Intertek**

**Valued Quality. Delivered.**



雅麗珊郡主  
紅十字會醫院



SLOW  
STOP