

2015 - 2016 生涯規劃教育工作計劃 支出細項

1. 講座

對象	主題	建議舉行月份	節數/時數	目標及內容	費用
中一至中三	生涯規劃	6/2016 (試後活動)	1.5 小時	夢想掃描 目標：增加學生的自我認識，了解個人特質與日後夢想的關係。 內容：協助學生檢視及反思學校生活的得著，引導學生思考與日後升學就業的關係，提升學生規劃個人生涯方向的動機。	\$5,000
中四至中六	生涯規劃	12/2015	45 分鐘	職場放大鏡 目標：協助學生認識職場的情況和要求。 內容：分享青少年求職和工作的情況，讓學生對職場的要求及情況加深了解，從而為個人發展路向作好準備。	\$3,000
中六家長	升學出路及 就業市場認識	10/2015 其中一個星期五晚上	1 小時	出色家長 目標：強化家長的支援角色。 內容：提升家長對新世代教育資訊的掌握，認識青少年就業情況，並讓家長認識親子管教的方法，以強化家長對子女的支援。	\$3,000
全校家長	生涯規劃	3/2016 其中一個星期五晚上	1 小時	成長藍圖 目標：提升家長認識生涯規劃重要性 內容：讓家長從了解青少年成長階段的不同需要，而了解到青少年生涯規劃的重要，並鼓勵家長從管教及家庭教育過程中，協助子女為個人發展方向作出規劃。	\$3,000
總額					\$14,000

2. 工作坊

對象	主題	建議舉行月份	形式	節數/時數	目標及內容	費用
中一各班 (4班)	生涯規劃	9月其中一個星期二上午	全班活動	每班2節 (共8節)	夢想成真? 目標：協助學生認識生涯規劃概念。 內容：透過工作坊，啟發學生思考個人的夢想和發展方向，以及認識規劃個人生涯方向的方法，從而讓學生了解工作與夢想及生涯規劃的關係。	\$1800/節 X4節 = \$7,200
	認識自己	11/2015 放學後			「畫」中有話 目標：提升學生對個人性格及能力的了解，與日後夢想的可能性。 內容：透過 互動遊戲、性格測試、「投射繪畫」(Projective Drawing) 等手法，協助學生認識自己、了解性格特點，從而提升學生了解自己在不同範疇的能力。	
中二各班 (4班)	認識自己	9/2015 - 10/2015 放學後	全班活動	每班1節 (共4節)	格「價」專家 目標：協助學生認識個人價值觀、擴闊他們的職業視野。 內容：透過 互動形式 協助學生認識及建立正確價值觀，加強他們訂立目標的信心及動機。	\$1800/節 X4節 = \$7,200
中一及中二級 (每組10-12人)	目標訂立及時間管理	2/2016 - 3/2016 放學後(分2組同時進行)	小組活動	每組4節 (2組共8節)	目標掌「時」人 目標：提升學生訂立具體可行目標及時間管理的能力。 內容：透過認識「 S.M.A.R.T 」目標訂立原則，讓學生掌握目標訂立、擬定行動計劃及實踐之方法和技巧，並清晰制定個人的短期及長期發展目標。另外，也透過認識「 重要性-迫切性模型(PQM) 」，讓學生學懂分辨「緊急、非緊急、重要、不重要」，掌握時間管理技巧，建立個人合適的時間表。	\$1200/節 X4節 X2組 =\$9,600
中三各班 (4班)	自我認識：選科與個性	3/2016	全班活動	每班1節 (共4節)	「科」場達人 目標：協助學生了解個人特質與升學選科的關係。 內容：透過 性格透視(Personality Dimension) 讓學生認識個人特性、強弱項與升學選科的關係，為升讀高中課程作好準備。	\$1800/節 X4節 =\$7,200

中四各班 (5班)	自我認識	11/2015	全班活動	每班 1 節 (共 5 節)	<p>「畫」出明天</p> <p>目標：提升學生對個人溝通形態的認識，與這些溝通模式與日後發展的關係。</p> <p>內容：透過投射繪畫 (Projecting Drawing)，讓學生了解個人與人溝通的情況、與人相處的模式，引導學生反思人際關係與職業發展的關係，為日後的發展作好準備。</p>	<p>\$1800/節 X 5 節 =\$9,000</p>
中四 (10-12 人)	自我認識進 深版	4/2016	小組活動	2 節	<p>出「類」拔萃</p> <p>目標：提升學生對個人性格及能力進一步的了解。</p> <p>內容：透過 MBTI 性格分類指標，讓學生進一步了解個人性格特點、強弱項與升學就業之關係。</p>	<p>\$1500/節 X2 節 =\$3,000</p>
中五和中六 (10-15 人)	職涯銜接	5/2016	小組活動	3 小時	<p>贏在起跑線</p> <p>目標：提升學生求職準備的能力。</p> <p>內容：透過學習撰寫求職信及履歷表，並邀請僱主或擔任人力資源部門友師為學生進行模擬面試、評估及檢討，讓學生了解面試前準備及掌握面試技巧，提升面試信心。</p>	<p>\$1200/小時 X3 小時 =\$3,600</p>
中六學生	職涯銜接-模 擬面試	9/2015	小組活動	1 節	<p>模擬面試</p> <p>目標：提升學生的面試技巧及升學就業資訊的認識。</p> <p>內容：透過模擬面試，讓學生認識更多面試技巧，包括面試前的準備及內容，從中提升學生的自我認識，為日後的中學文憑試放榜作好準備。</p>	<p>\$5,000</p>
SEN 學生 (10 人)(1 社 工：5 學生)	認識自己目 標訂定職涯 銜接	5/2016	小組活動	4 節	<p>規劃棋盤</p> <p>目標：提升學生的自我認識及對個人職業志向的了解。</p> <p>內容：透過桌上導航遊戲，加強參加者對自我的認識及了解就業市場趨勢，從而更了解自己的能力、興趣和就業取向，訂定人生目標。</p>	<p>\$2000/節 X4 節 =\$8,000</p>

SEN 學生 (10 人) (1 社工/導師 5 學生)	職涯銜接、 職業潛能發 展、求職面 試技巧	待定	小組活動	8 節	夢工場 目標：提升學生工作技能及工作職前準備 內容：透過學習不同的興趣及在職技巧、提升工作技能及工作職前 裝備。透過模擬面試、評估及檢討，總結學生的面試技巧及給予適 當回饋，讓他們更妥善地裝備自己。	\$3000/節 X8 節 =\$24,000 (已包括聘請導 師及材料費)
總額						\$91,000

3. 參觀

對象	主題	建議舉行月 份	形式	節數/時數	目標及內容	費用
中三至中六 學生(每次 20-40 人)	參觀職場不 同的公司及 機構/就業服 務機構	12/2015 - 4/2016	參觀	4 次 (每次 3-4 小時)	行行出狀元 目標：提升學生對不同行業的認識，了解工作場所的實際環境和情 況，並掌握入行要求。 內容：安排學生到不同公司及機構參觀，包括商營機構或公司及勞 工處 YES 青年就業起點等，從而了解尋找工作的方向、掌握最新 職業資訊、認識職場情況，反思未來就方向。	\$5000/次 X4 次 =\$20,000
中三至中六 學生(每次 30-50 人)	參觀大學/大 專	全年 (建議日期 配合各大專 院校的資訊 日)	參觀	3 次 (每次 4-5 小時)	踏上「大學/大專」路 目標：提升學生對不同院校及學系的認識，了解入學要求，協助學 生尋找升學方向。 內容：安排學生到不同大專、大學參加其資訊日，從而提升學生對 不同院校及學科的認識，了解院校的校園生活，以啟發學生思考升 學方向。	\$7000/次 X3 次 =\$21,000 (包括租用旅遊 車費用)
總額						\$41,000

4. 工作影子計劃

對象	主題	建議舉行月份	形式	節數/時數	目標及內容	費用
中四至中六學生(全年人數 30 人)	行業認識	學校假期(復活節及暑假)	體驗活動	12 小時訓練及工作預備及 20 小時工作體驗	<p>工作初體驗</p> <p>目標：增加學生工作體驗，了解真實的工作環境及行業概況。</p> <p>內容：透過安排學生到不同行業進行工作體驗，並由一名職員以 Mentor 角色帶領學生參與有關工作，培養學生正面的工作態度及待人處事能力，並增加工作經驗。行業例如社會服務、幼兒教育、醫院、零售、飲食、酒店等(因應實際情況而安排)。</p> <p>工作體驗會先考慮安排北區/大埔/鄰近地區進行加強對學生的支援及適應。</p>	\$2000/人 X30 人 =\$60,000
SEN 學生(8 人) (1 社工：4 學生)	行業認識	學校假期	體驗活動	12 小時訓練及工作預備及 20 小時工作體驗	<p>職場新人類</p> <p>目標：讓學生了解現實的工作環境及行業概況</p> <p>內容：透過職前訓練及職業體驗活動，社工及商戶代表會帶領學生了解相關行業的概況及要求，藉以培養學生正面的工作態度及待人處事能力。</p>	\$3000/人 X8 人 =\$24,000
總額						\$84,000

5. 生涯規劃日

對象	主題	建議舉行月份	形式	節數/時數	目標及內容	費用
中四及中五	行業認識	10/2015 或 11/2015	相關職業人士小組分享(12-15 組) 課堂教授技能示範	3 小時(設有 2 個時段，每個時段 1 小時)	<p>「你」想·理想職業多面體</p> <p>目標：了解職業意向，認識行業要求。</p> <p>內容：透過邀請不同行業在職人士，例如空中服務員、電腦程式員、文員、導遊、護士、化妝師、甜品師或攝影師、美髮師、警察/海關人員、咖啡師等，讓學生認識不同行業的人職要求、需要的技能裝備及工作的情況，協助反思個人的職業志趣及發展方向。</p>	\$34,000/次
總額						\$34,000

6. 個別輔導服務

對象	主題	舉行月份	形式	時數	目標及內容	費用
中三至中六 (建議人數約 為 20-30 人) 可按實際情 況再作調整	個人生涯 評估及輔導	全年	個別面見 (個案須由 駐校社工或 老師轉介)	每個案全年 面見 4-6 次 (因應需要 而定)每次 為 1 堂時間	<p>個人發展計劃</p> <p>目標：讓學生了解個人能力偏向、認識自己的規劃方向，並製定個人發展計劃。</p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 透過個別指導及輔導服務，為學生提供個人特質評估。 ● 鼓勵及協助學生探索個人發展方向、制定個人發展計劃。 ● 向有需要的學生提供就業資訊，提升其對市場狀況的認知。 ● 向有需要的學生提供報讀中專教育文憑的模擬面試及個人輔導。 ● 提升學生的自我認識，協助學生認識需要加強訓練及發展的範疇，同時發掘學生的長處，肯定學生的價值，提升學生的自我形象。 ● 輔導遇有升學就業選擇困難的學生，提升學生的人 ● 有需要時，與家長聯絡 ● 在有需要時，會轉介至本機構臨床心理學家服務 	<p>個案輔導 \$2500/人 X 30 人 = \$75,000</p>
總額						\$75,000

7. 小組服務

對象	主題	舉行月份	形式	時數	目標及內容	費用
中三及中五全級	生涯規劃小組評估服務	中三級：下學期放學後 中五級：上學期午膳時間	小組 (每組 5 人)	每組 1 小時	<p>小組評估</p> <p>目標：幫助學生增加對自己能力偏向及規劃方向的認識，並製定個人發展計劃。</p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引導學生反思生涯規劃中需要加強的元素，例如技能、學歷或人際關係。 ● 鼓勵及協助學生探索個人發展方向、制定個人發展計劃。 ● 提升學生的自我認識，協助學生認識需要加強訓練及發展的範疇，同時發掘學生的長處，肯定學生的價值，提升學生的自我形象。 ● 輔導遇有升學就業選擇困難的學生，提升學生的人生方向感。 	\$1000/節 X60 節 =\$60,000
總額						\$60,000

各項目總支出

項目	費用
1. 講座	\$14,000
2. 工作坊	\$91,000
3. 參觀	\$41,000
4. 工作影子計劃	\$84,000
5. 生涯規劃日	\$34,000
6. 個別輔導服務	\$75,000
7. 小組服務	\$60,000
總額	\$399,000