

2021-2022 年度生涯規劃及升學輔導工作報告

1. 校內講座／座談會

- 9月15日君社校友張翠倚、戴焯堯回校為有興趣的中六同學介紹香港理工大學職業治療及視光學兩個課程。(負責人：呂艷蘭)
- 9月23日愛社校友林曉蔚應邀以Zoom形式為中六級十多位學生進行澳洲升學分享會，主要介紹澳洲醫科、物理治療的課程和 Sydney University 及 University of New South Wales 的生活。(負責人：呂艷蘭)
- 9月29日君社校友有泉利香應邀到校為中六級約40位學生進行HKUST BBA 分享會，講解其學院課程特色及收生要求。(負責人：呂艷蘭)
- 10月4日 Synchro Oversea Education Company Johnny Yau 應邀以 Zoom 形式為中六級 24 位學生進行講座，講解英國升學、申請 UCAS 系統的注意事項。(負責人：呂艷蘭)
- 10月12日為中三同學舉行升中四選科講座，呂艷蘭老師介紹中四級的選修科組合，並提醒學生選科時要注意的事項，羅恩銘老師講解選科系統的運作，李灝峰老師介紹中四編班機制及流程。(負責人：李灝峰)
- 10月15日舉行中六家長會，呂艷蘭老師向中六同學及家長講解本地大學聯合招生計劃的重要事項及簡介聯招以外和海外升學的途徑。奕社校友關朗曦分享香港大學理學院課程。(負責人：呂艷蘭)
- 10月20日香港大學入學及學術交流部高級項目經理李婷芝女士應邀到校為中六級同學進行升學講座，介紹港大下學年新辦課程。(負責人：呂艷蘭、何卓蘊)
- 10月20日香港中文大學入學及學生資助處處長王家徹教授(博社校友)應邀到校為中六級文組學生舉行升學講座。(負責人：呂艷蘭、何卓蘊)
- 10月20日香港科技大學理學院收生及入學經理 Ms. Shirley Pang 到校為中六級理組學生進行升學講座，講解其學院課程特色及招生要求，並有君社校友梁智燊分享科大的大學生活。(負責人：李家傑、郭卓穎)
- 10月27日郭卓穎老師為中六光班學生簡介工程學的部份分支課程、出路及分享讀工程學的心得。(負責人：郭卓穎)
- 10月28日奕社校友遲凱文應邀回校為中六有興趣同學介紹香港科技大學商學院課程，並講解金融系跟計量金融、風險管理等課程的分別。(負責人：郭卓穎)
- 11月5日舉行中三家長會，呂艷蘭老師簡介中四提供的科目組合及本地大學的基本收生要求；李灝峰助理校長講解升中四選科機制及計分公式，讓家長了解選科的部署。(負責人：呂艷蘭、李灝峰)
- 11月10日香港城市大學人文社會科學院前副院長李寶倫博士以及社會及行為科學系心理學助理教授胡強輝博士應邀到校為中六級文組約80位學生進行升學講座，講解其課程特色及相關行業發展現況。(負責人：呂艷蘭、黃志偉)
- 11月10日香港中文大學新聞及傳播學院陳力深助理教授應邀到校為中六級文組約80位學生進行升學講座，講解其課程特色及收生要求。(負責人：呂艷蘭、黃志偉)
- 11月10日香港理工大學建設及環境學院建築及房地產學系老師江偉基先生應邀到校為中六級理組約80位學生進行升學講座，介紹地產及建設測量學課程。(負責人：李家傑、郭卓穎)

- 11月10日香港中文大學工程學系學生事務副院長蘇文藻教授應邀到校為中六級約80位理組學生舉行升學講座，介紹工程學院新開辦的課程。(負責人：李家傑、郭卓穎)
- 2月23日郭卓穎老師為中六級有興趣同學進行「內地高校招收香港中學文憑考試學生計劃」網上講座，講解計劃內容及注意事項。(負責人：郭卓穎)
- 4月1日舉行海外升學網上講座，會上邀請了ARCH Education資深升學顧問Ms. Jennifer Ma為有興趣的中四及中五同學介紹報讀英國著名大學的部署，呂艷蘭老師亦講解報讀美國、加拿大及澳洲大學的須知。(負責人：呂艷蘭)
- 5月19日為中六級同學舉行「大學面試須知」網上講座，呂艷蘭老師講解出席大學面試須留意的事項，並給同學有關本地及海外升學的提醒。(負責人：呂艷蘭)
- 6月3日舉行HKU校友網上分享會，君社校友曹朗翹、奕社校友劉學頤、姚元悅、林夢妃分享BBA/LAW、工程學、地質學及建築學的課程。(負責人：呂艷蘭)
- 6月8日為中五同學舉行「撰寫SLP個人自述」講座，會上呂艷蘭老師簡介撰寫個人自述的技巧及須知。(負責人：呂艷蘭)
- 6月8日保捷行創辦人梁偉倫先生到校於高部集會進行有關「夢想與實踐」的分享。(負責人：何卓蘊)

2. **參觀活動、校外講座及工作影隨活動**

- 10月10日廿多位中六同學出席HKUST Experience Day 2021，在香港科技大學校園內進行上課體驗、工作坊、實驗室參觀、校園遊等，亦有科大入學處的職員和學生大使解答學生的升學疑問。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)
- 10月15日30位中五及中六理組同學參加理工大學土木及環境工程學系工作坊及參觀結構工程及水力工程實驗室。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)
- 4位中四同學獲推薦參加由循道衛理楊震社會服務處何文田青少年綜合發展中心舉辦的「專業寵物從業員培訓計劃2021」。(負責人：郭卓穎)
- 4位中五同學參加由香港中文大學新聞與傳播學院舉辦的「Finding張佬——中大新傳體驗日」。(負責人：呂艷蘭)
- 12月1日四位高中同學參加由ARCH Community Outreach主辦的「Mentoring Opportunity Provided by 8 International Banks」網上活動。(負責人：呂艷蘭)
- 四位中五同學參加「Project D 種子計劃」。(負責人：羅子揚)
- 五位中四及中五同學參加由香港文化藝術發展中心舉辦的「未來職場接班人—高中生職場體驗計劃」。(負責人：羅子揚)
- 一位中六同學參加由香港文化藝術發展中心舉辦的「DSE 畢業生大灣區實習計劃2022」。(負責人：郭卓穎)
- 2月25日八位中四及中五同學參加由青年成就香港部舉辦的「JA x 迪士尼職涯規劃工作坊」。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)
- 6位高中同學參加了HKU牙醫學院全民關「蛀」短片比賽。(負責人：郭卓穎)
- 8位中五同學參加由香港生產力局知創空間 INNO SPACE 舉辦的「QF 帶你進入銀行業—銀行業未來技能」網上講座，活動日期分別為2022年5月13日(星展銀行)、5月18日(WeLab Bank)及6月15日(滙豐銀行)。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)

- 5位中六同學參加由JAHK聯同Lancôme於7月至10月舉辦的「Write Her Future 2022」活動。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)
- 2位中五級同學獲推薦參加由香港中文大學醫學院主辦的Summer Clinical Attachment Programme。(負責人：呂艷蘭)
- 8月3日五位中三同學參加了鄭余雅穎基金會主辦的培育「未來就緒」女領袖夏令營，並參觀位於科學園商湯科技總部。(負責人：呂艷蘭)
- 2位中五同學於8月15-26日參加了保捷行提供的職場體驗計劃，了解產品營銷及市場推廣。(負責人：羅子揚、何卓蘊)

3. **生涯規劃輔導活動／小組活動討論**

不定期於放學或午飯時間為有需要的同學舉行升學諮詢、生涯規劃輔導活動及小組面談活動。(負責人：呂艷蘭、羅子揚)

4. **生命教育課堂活動**

- 中三生命教育課
中三生命教育配合學生升中四選科的需要，設計了一系列的課題，讓學生探索人生目標、思考職業選擇，從而幫助學生作出選科的決定。但是原本設計的「生涯規劃體驗活動」，因疫情而無法進行。(負責人：梁振忠、羅子揚)
- 中四生命教育課
中四生命教育課程納入有關「個人成長」、「自我認識」等課題，讓學生對自己有更進一步的了解，對自己的人生有更清晰的規劃。為配合中四課題內容，本年度設計了一份年終習作：「了解自己、想像未來」，探索原生家庭對學生成長上的影響和貢獻，並且探索對未來的夢想。(負責人：梁振忠、潘曉玲)
- 中五生命教育課
中五生命教育設計了職業探索的課題，學生需要完成一份「理想職業探索」的專題習作，透過研習，同學對自己理想職業進行探索，從而更深入了解這些職業是否適合自己，並部署自己的學習計劃和升學抉擇。(負責人：林慧嫻、林溢朗、潘曉玲、譚詠嫻)

5. **「亦師亦友」計劃**

每位中六級同學獲安排一位生涯規劃導師，負責輔導同學的生涯規劃及支援他們的升學部署。(負責人：羅子揚、呂艷蘭、中六級班主任、黃志偉、黃子榮、李家傑、譚詠嫻、張浩嘉、何卓蘊、馮君玲、吳美芬、黃祖佑、梁偉雄、謝淑晴、郭卓穎)

6. **中四級成長營**

中四成長營於8月4-5日進行。在浸信會愛群社會服務處的協助下，在校內舉行了兩天全日營。活動涉及個人能力和價值觀的認識、回顧成長對自己的影響、模擬人生等。(負責人：羅子揚)

7. **認識工作世界分享會**

- 7月28日至8月12日舉行中五級「認識工作世界」網上分享會，邀請了不同專業界別的嘉賓為中五級同學講解各職業範疇、前景及入職要求等資訊。分享嘉賓包括 陳國堯 (頌社)、何自麟 (展社)、羅婉萍 (慧社)、龍寶霞 (慧社)、謝凱健 (雄社)、江穎怡 (驚社)、孫立希 (驚社)、彭筠喬 (驚社)、吳浩峰 (迪社)、黃靖嵐 (卓社)、張嘉琳 (翹社)、林子喬 (哲社)、鄧浩旻 (哲社)、林筠皓 (創社)、黃學而 (愛社) 及校外嘉賓黎永傑先生。(負責人：呂艷蘭、羅子揚、李家傑、黃志偉、譚詠嫻、何卓蘊、郭卓穎)

8. **生涯規劃雙週**

- 5月18日於集會時間，利用教育局「我的生涯規劃歷程」平台為中四中五同學進行生涯規劃評測。中四級同學完成「職業性向評估-香港事業興趣測試(CII)」；中五級同學完成「職業性向評估-基本職業興趣測驗(BIM)」。(負責人：羅子揚、何卓蘊)
- 6月22日舉行了中四級及中五級生涯規劃活動。由班主任帶領，透過活動認識個人特質和認識職業價值。(負責人：羅子揚、何卓蘊、中四級班主任、中五級班主任)

9. **香港總商會之商校合作計劃**

- 本年度獲分配與保捷行合作，創辦人梁偉倫先生到校於高部集會進行有關「夢想與實踐」的分享。(負責人：何卓蘊)
- 7月28日與保捷行 PROTREK 和清徑先鋒帶領 10 位中四中五學生到大欖桶郊遊徑進行清徑活動。在體驗保捷行企業共享價值的同時，協助拍攝企業網上宣傳片段。(負責人：羅子揚、何卓蘊)

10. **教師培訓**

➤ 定期培訓

2021年9月至2022年5月為生涯規劃導師及中六班主任進行了共4次生涯規劃輔導培訓，讓老師掌握生涯規劃輔導技巧及接收最新的升學資訊，支援老師解答學生的升學及生涯規劃問題。(負責人：呂艷蘭、羅子揚、郭卓穎)

9月28日舉行第一次中六班主任及生涯規劃導師交流會，由呂艷蘭老師分享最新升學相關的資訊、關旻浩老師分享高中班主任的生涯規劃輔導經驗、李家傑老師講解與法律相關的課程、譚詠嫻老師介紹心理學及社工的工作。

10月21日舉行第二次中六班主任及生涯規劃導師交流會，由羅子揚老師分享輔導的技巧及心得，郭卓穎老師分享各大學課程收生及計分資訊的有用連結。

11月3日舉行第三次中六班主任及生涯規劃導師交流會，由呂艷蘭老師分享撰寫推薦信的技巧及心得；黃志偉老師分享社會科學類課程、測量師、城市規劃師等工作；羅子揚老師分享會計師及見習經理的工作。

5月27日舉行「生涯規劃導師分享會」，由呂艷蘭老師分享輔導弱勢中六學生的心得。另外，所有生涯規劃導師會主動聯絡未達 3322+2 的學生，給予他們適切的支援，並鼓勵他們報讀 EAPP 課程或海外學校，以作保險。

➤ 生涯規劃課共同備課會

中四及中五班主任於6月9日進行生涯規劃共同備課，互相分享以往帶領生涯規劃活動的技巧並介紹使用生涯評測工具。(負責人：羅子揚)

➤ **放榜前培訓**

7月13日為中六班主任及生涯規劃老師針對放榜須知事宜進行了一次教師培訓，內容環繞JUPAS選科策略、課程入學計分方法及畢業生其他出路。(負責人：呂艷蘭、郭卓穎)

11. **SLP 工作坊**

- 八月試後活動期間郭卓穎為中五級各班舉行撰寫 OLE 工作坊。
- 8月8日進行中文版「SLP 個人自述」工作坊，各班中文科老師於8月至9月期間批改同學的個人自述。(負責人：馮君玲及中五級中文科老師)
- 「英文版 SLP 個人自述」則於中五級課堂上教授，學生於8月前繳交，各班英文科老師於8月至9月期間批改同學的個人自述。(負責人：譚詠嫻及中五級英文科老師)

12. **推廣校外生涯規劃活動**

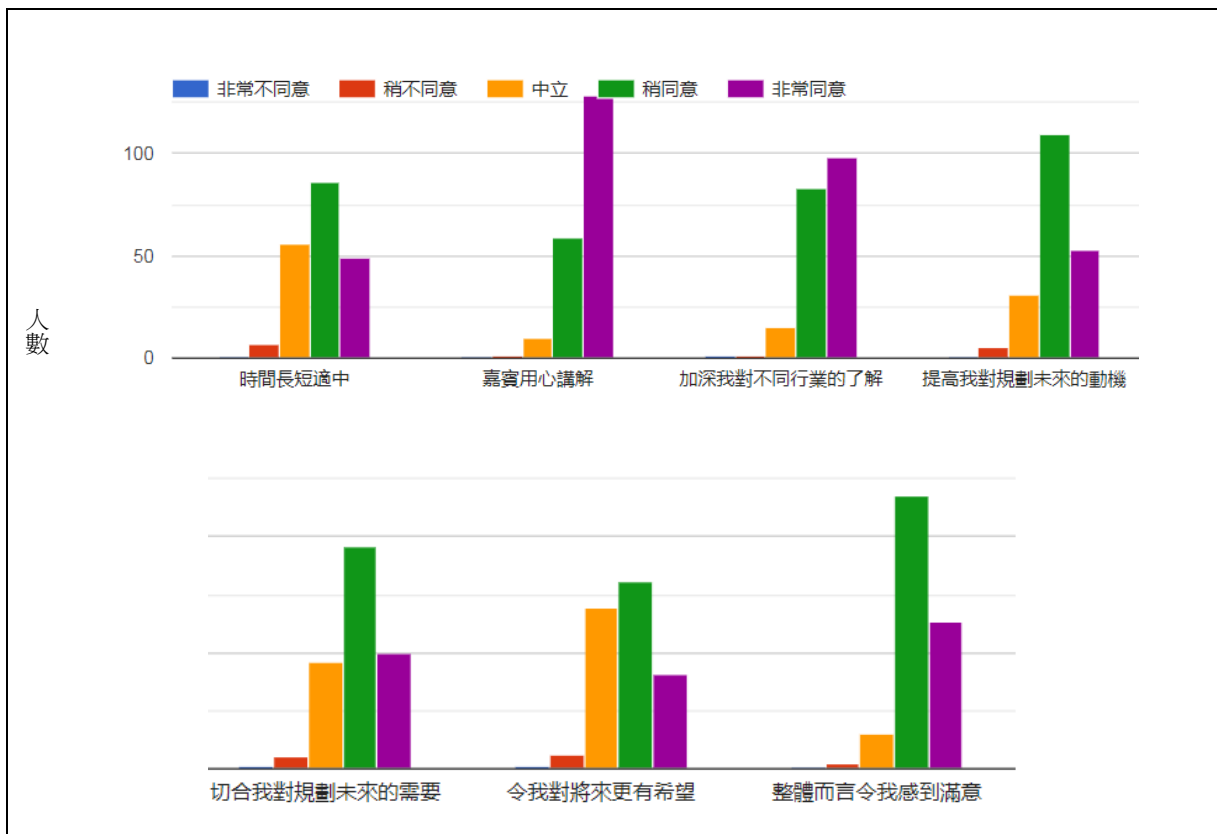
宣傳及鼓勵同學參加校外生涯規劃活動及協助同學報名事宜。(負責人：呂艷蘭、羅子揚、郭卓穎)

13. **建立校園生涯規劃氛圍**

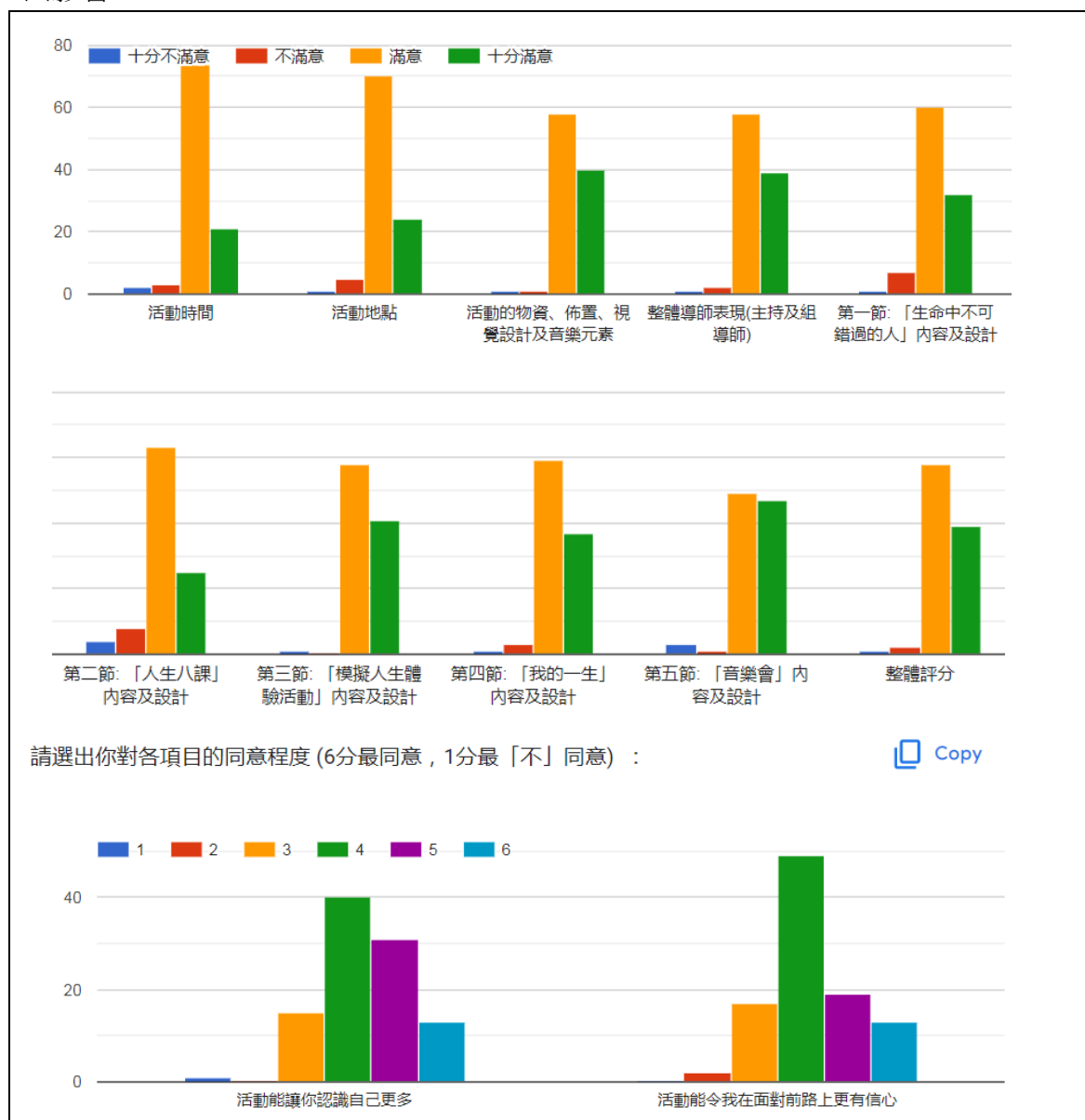
5月中派發的2021-22第一期學生報，首次加入「生涯規劃資訊」，為主題故事相關職業進行資訊介紹。(負責人：羅子揚、熊偉靖)

檢討

- 感謝黃祖佑老師、梁偉雄老師、謝淑晴老師義務協助升學輔導組及中六班主任支援中六同學的生涯規劃及升學需要。
- 中五級除了使用電郵、Student Forum 和 WhatsApp 即時通訊平台之外，這兩年亦利用 Google Classroom 發放 SLP 參考資料及升學資訊給中五級同學，以便檔案管理；學生亦透過 Google Classroom 上載 SLP 的「個人自述」及「My First 10 JUPAS Choices」。
- 本年度生涯規劃導師培訓會上，邀請了幾位升輔組老師分享不同的行業及課程。分享老師藉此深入了解這行業的細節之外，亦可以讓其他老師多一點認識。
- 利用了教育局「我的生涯規劃歷程」平台為中四中五同學進行生涯規劃評估。唯事前因師生未知評測題目共有 300 多題，令時間難以預計。來年可為師生進行心理建設，預告評測題目數量。
- 本年度「認識工作世界分享會」以網上形式進行，每組別安排不同的時間，讓有興趣的同學可以參加超過一個分享會。同學於活動後的檢討回應亦非常正面，他們特別感謝分享嘉賓的用心講解。

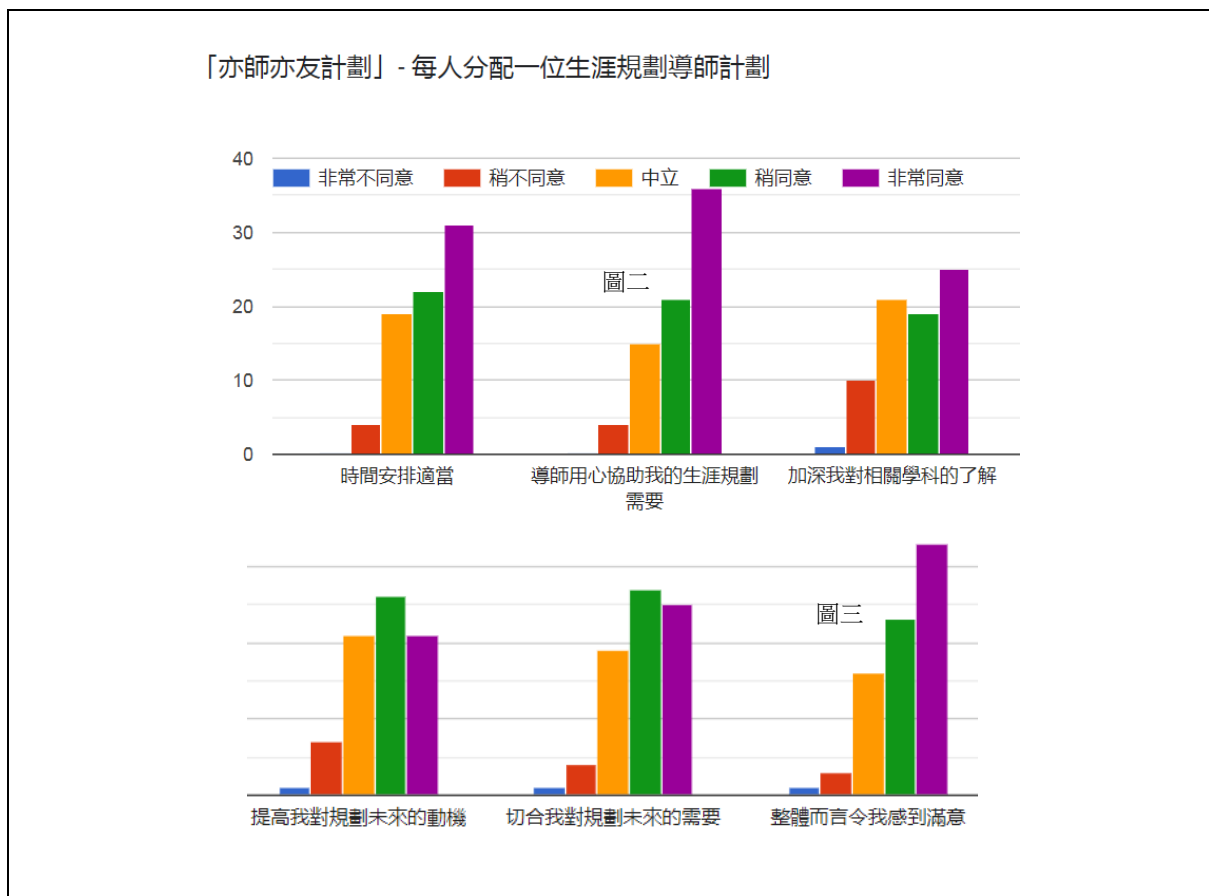


- 在中四成長營完結後，協辦機構以網上問卷形式邀請學生填寫回應。合共 100 份回應中，對活動持「滿意」及以上程度的學生共 97 人。學生亦同意活動對自身有正面影響。

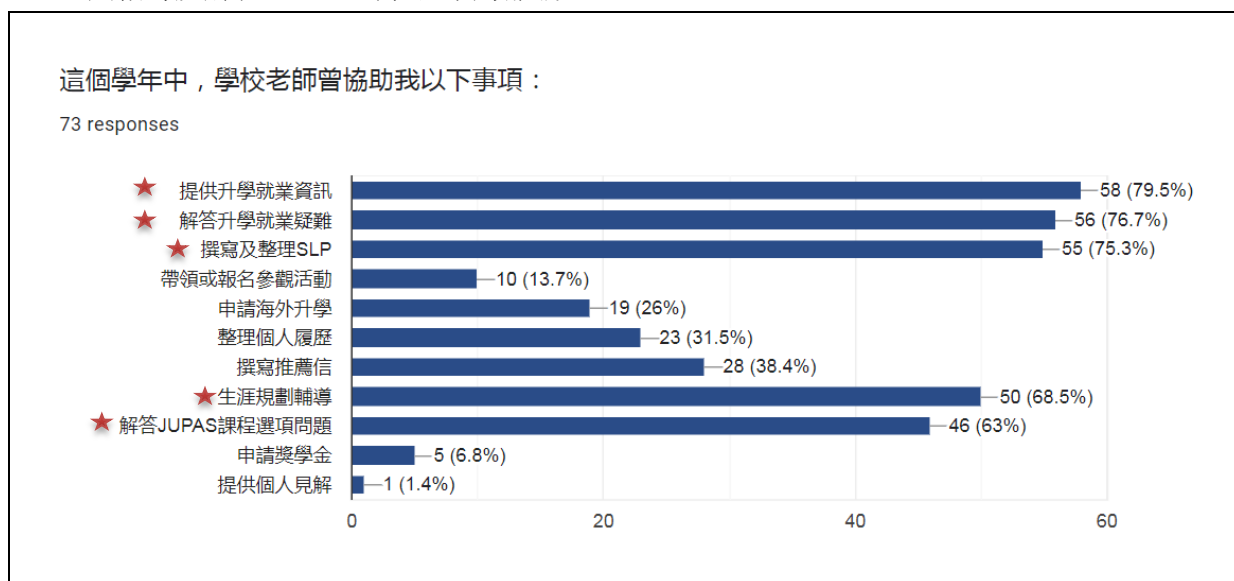


● 「亦師亦友計劃」檢討分析

根據圖二顯示，大部份學生均認為生涯規劃導師用心協助他們的生涯規劃需要。整體而言，學生對這個計劃的滿意度甚高（圖三）。



- 根據本年度 73 位中六同學的評估回應，有 96% 的同學回覆曾接受本校老師提供的升學和生涯規劃服務，而當中最多同學表示曾接受升學就業諮詢、協助撰寫及整理 SLP、生涯規劃輔導及解答 JUPAS 課程選項等服務。



~完~