

引言

「活出豐盛計劃」是由教育局委託香港聖公會福利協會舉辦，於 2015/16、2016/17 及 2017/18 學年為有特殊學習困難的中學生提供與就業相關經歷的先導計劃。計劃由 2015 年 10 月 5 日開始推行，至 2018 年 1 月 31 日完結，為全港四十五間中學及約五百名學生提供服務。在學校及社會上不同公司和機構的支持下，計劃亦累積一定的經驗及成效。本資源套滙集計劃的經驗，期望老師及社工，能從中參考，支援有特殊學習困難的中學生的生涯規劃發展。

概論

1 有讀寫障礙的學生

在不同的特殊學習困難中，有八成半是讀寫障礙的。學生雖然有正常的智力和學習經驗，卻未能準確而流暢地認讀和默寫字詞。部份學生除了有讀寫障礙之外，亦同時有專注力失調及過度活躍症、自閉候群症、語言障礙等其他特殊教育需要。一般來說，他們有以下的特徵：

- 口語表達能力較文字表達能力為佳;
- 閱讀欠流暢，並時常錯讀或忘記讀音;
- 儘管努力學習，仍未能默寫已學的字詞;
- 抄寫時經常漏寫或多寫了筆畫;
- 把文字的部件左右倒轉或寫成鏡像倒影;
- 較易疲倦，需要更多的注意力去完成讀寫的作業。(教育局，2017)¹

香港特殊學習障礙協會指出讀寫障礙本身不是「病」，而是一種「障礙」、「缺陷」。假若學生能及早識別及接受有效的訓練（如學習技巧、輔導課程、視覺空間感知訓練、言語治療等）和協助，情況會有所改善。而計劃推行時發現，部份讀寫障礙的高中生，在小學或初中階段時，學校亦提供一些針對學習需要的服務。因此他們在學習經驗中已學會一些方法，處理文字上的困難，如使用同義字或同音字、根據上文下理了解詞句等。在簡單的閱讀及書寫上，他們亦掌握一定的技巧。然而在支援有讀寫障礙的高中生在生涯規劃的需要時，著重點則與處理學業上的困難有所不同。

1. 教育局（2017）。認識及幫助有特殊教育需要的學生- 教學指引。香港：教育局。

2 生涯規劃

生涯規劃在不同年代，亦有不同的演繹及輔導方法。教育局於「中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引」(2014)²指出生涯規劃是

一個深思熟慮的過程，讓人能整全地規劃一生，包括生命中重要的範疇，如工作、學習、人際關係和閒暇。這過程也要求人在其社會環境中按步驟積極地實施所定的計劃。

生涯規劃有別於就業輔導及事業輔導。輔導員在生涯規劃的過程中，協助當事人探索人生和事業的目標，建立職業志向，並在人生不同的角色中，實踐這些目標。

教育局於「中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引」(2014)亦指出，期望透過與相關學科的靈活聯繫和為學生提供真實的體驗，最終達至讓每位學生不論能力、志向和就讀年級，都能：

- 了解本身的事業/學業抱負；
- 培養正面的工作和學習態度；
- 把事業/學業抱負與全人發展和終身學習聯繫起來；及
- 在需要時能應用學會的知識、技能和態度。

學校的職業教育課程一般以普通學生為本，往往忽略了有特殊教育需要的學生個別化的需要。有特殊教育需要的學生與一般的學生在生涯規劃的輔導上是有著根本性的分別。一般學生在生涯規劃的輔導上，引發他們對職業規劃的興趣，協助他們向相關方向發展；而有特殊教育需要的學生透過生涯規劃的過程，提升對自己及社會的認識，並以此為基礎，確立目標，做好規劃。

針對有特殊學習困難的學生的特質，生涯規劃活動亦需要有適切的調整。活動以強項為本取向(strength-based approach)³，協助他們透過真實的體驗，尋找及體驗自己已有的能力及強項，探究多元出路，按自己的能力為將來作出規劃。

2 教育局(2014)。中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引。香港：教育局。

3 強項為本取向(strength-based approach)是一種輔導介入手法的理念。強項為本強調當事人的優點、強項及自主性。在輔導過程中，避免只從當事人的困難看問題，而是從當事人的優勢入手，嘗試引導當事人自行找出自己的強項來發揮。

3 計劃理念

研究及經驗 (Gysbers & Lapan, 2009)⁴ 指出在中學階段，強項為本的職志探索活動，目的在於培養學生擁有以下八項特質，以令他們於將來人生的道路上有更好的適應：

- 正面地面對機會及自決 (purpose and direction)
- 有動力 (agency and empowerment)
- 能把握不同的機會 (opportunity and choice)
- 對目標追求的投入 (commitment and maturity)
- 對將來抱有希望 (motivation and hopefulness)
- 能尋找資源克服困難 (perseverance and ability to overcome obstacles)
- 有創新思維及好奇心 (creativity and curiosity)
- 關顧社會上的人和事 (caring for others and the environment)

而擁有以上八項特質的年青人，期望能成為擁有以下四項特質的成年人：

- 建立一個更豐盛的人生 (create a more satisfying life structure)
- 整合人生中不同的角色及崗位 (integrate multiple life roles)
- 正面地過渡生涯規劃階段的轉變 (negotiate career transitions)
- 積極面對人生的困難 (cope with and maximize the opportunities presented by chance events)

透過發展及內化以下六個強項為本的構念，能有效推動參加者主動及正面地發展和尋覓生命的方向和意義。六個構念包括：

- 抱有正面期望 (Positive expectation)
- 建立明確的自我身份 (Identity development)
- 發展職能相關興趣 (Interest)
- 配對個人與工作 (Person-environment fit)
- 培養工作態度和社交技巧 (Work readiness behaviors and social skills)
- 自調式學習和學業成就 (Self-regulated learning and academic achievement)

計劃按以上六個強項為本的構念為基礎，設計不同的活動，協助參加者提升自我認識、發掘自己的強項及發展生涯規劃的信心及技巧，以探索多元出路，規劃未來方向。

⁴ Gysbers, N.C. & Lapan, R.T. (2009). *Strengths-based Career Development for School Guidance and Counseling Programs*. Chelsea, Chelsea: Counseling Outfitters.

計劃目的及結構

1 目的

活出豐盛計劃以校本的生涯規劃課程及活動為基礎，額外為有讀寫障礙的中學生提供特別設計及適切的生涯規劃活動，令他們能從體驗中，吸收及理解當中的知識，讓他們逐步探索未來的可能性，為出路作好裝備。計劃旨在：

- 提升參加者的自我認識及自信心；
- 協助參加者辨識強項；
- 裝備參加者生涯規劃的技巧，協助訂定個人未來發展的目標和事業探索。

2 計劃結構

「活出豐盛計劃」分三個時期推展，包括前期、中期及後期；亦按學生的步伐進行五個階段的經驗歷程，包括開展、探索、決策及準備、執行及檢討。計劃以漸進形式的體驗活動進行，讓學生由淺入深，由認識自己開始，一步一步踏出安舒區，踏入陌生的職場，積極面對挑戰，克服困難。學生從中累積成功經驗，發掘強項，建立自信，提升生涯規劃的技巧。

在計劃初期，活動以開展及探索為主要歷程。社工透過與學生個別輔導，認識每位學生獨特的情況及需要，另外了解學生參加計劃的期望及動機，從而更具體制定計劃未來的安排。於小組活動中，社工透過 John Holland 的「事業興趣和性格類型」理論 (Holland, 1997)⁵ 協助發掘他們的興趣、能力及價值觀。當中亦輔以職訓院校及不同職業的走訪，把學生由學校的環境帶到現實社會，令他們對多元出路有一個更清晰和實際的認識。

在計劃中期，活動以決策及準備為主要歷程。學生在初期探索了自己和職場不同範疇後，社工與學生按活動中發掘的興趣、能力及意向，整理當中的經驗，為將進行的職場體驗作準備。並在小組活動中學習如何把自己與職場聯繫，開始發掘和了解有興趣的行業。亦透過職場體驗讓學生在職場中學習，對自己及工作世界有深一層的了解。在職場體驗中，學生在選定的行業工作一天至兩天，體驗該行業的實際運作。讓學生了解自己的能力和工作的要求是否配合，亦從實際體驗中引證或澄清對行業的想法，是否符合期望。

在計劃後期，學生進入執行及檢討的階段。學生在計劃前期提升自己和職場認識，在計劃中期深入探究相關行業，在計劃後期參與試工計劃。學生在選定的行業工作兩星期，在試

5 Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environment (3rd ed.)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

工期間社工、公司職員及成長嚮導等定期跟進他們試工的情況和表現。期望學生在試工中，應用過往培訓中學習的知識，積極面對困難、培養他們良好的工作態度，學習不同的工作技能，有助他們建立自信，確立方向。

因應不同學生的獨特性，計劃在不同時期進行個別輔導，讓學生更透徹了解他們的表現，以訂立可行的計劃及檢討進度。除了在正規的活動外，社工亦會與學生緊密聯繫，以提供適切的支援。

在最後的檢討階段，社工與學生整理整個計劃的經驗，檢視當中的學習，從對自己及世界的初步認識出發，而作出適合自己的選擇，及有所行動。並協助學生訂立升學或就業的目標及實踐方法。

計劃階段進程						
		個別輔導	小組培訓	職場活動		
計劃前期	開展 Initiation	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 建立輔導關係 ➢ 了解意願及動機 ➢ 探討學生需要 	1. 生涯規劃導入			
	探索 Exploration	非正式個別傾談 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 讓學生探索自己及工作世界 ➢ 支持及鼓勵 	2. 認識自己的興趣 3. 認識自己的能力 4. 認識自己的價值觀	院校及 職場 走訪		
計劃中期	決策及準備 Decision Making and Preparation	個別輔導 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 重溫及整理經驗 ➢ 為體驗及試工準備 ➢ 試工申請 非正式個別傾談 (如有需要則做正式個別輔導) <ul style="list-style-type: none"> ➢ 回覆試工申請結果 ➢ 陪同參與試工面試 ➢ 模擬解難情境 	5. 職業與我 6. 升學及就業 7. 解難之道	職場 體驗	家長 支援 及 家長 輔導	成長 嚮 導 支援
計劃後期	執行 Implementation	於試工計劃期間以面談作支援學生 初期 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 第一天試工簡介 中期 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 與僱主保持聯絡，關心學生、適時調整 收成期 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 與僱主檢討 ➢ 重整及鞏固學生試工的經驗 		試工 計劃		
	檢討 Evaluation	個別輔導 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 計劃經驗整理 ➢ 建立分階段的目標及實行方法 	8. 目標訂立			

參考文獻及資料

- 1 Gysbers, N.C. & Lapan, R.T. (2009). *Strengths-based Career Development for School Guidance and Counseling Programs*. Chelsea, Chelsea: Counseling Outfitters.
- 2 Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environment (3rd ed.)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- 3 教育局 (2014)。中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引。香港：教育局。
- 4 教育局 (2017)。認識及幫助有特殊教育需要的學生- 教學指引。香港：教育局。