

# 學校生涯規劃教育 推行策略大綱便覽 (第二版)

## 一、摘要

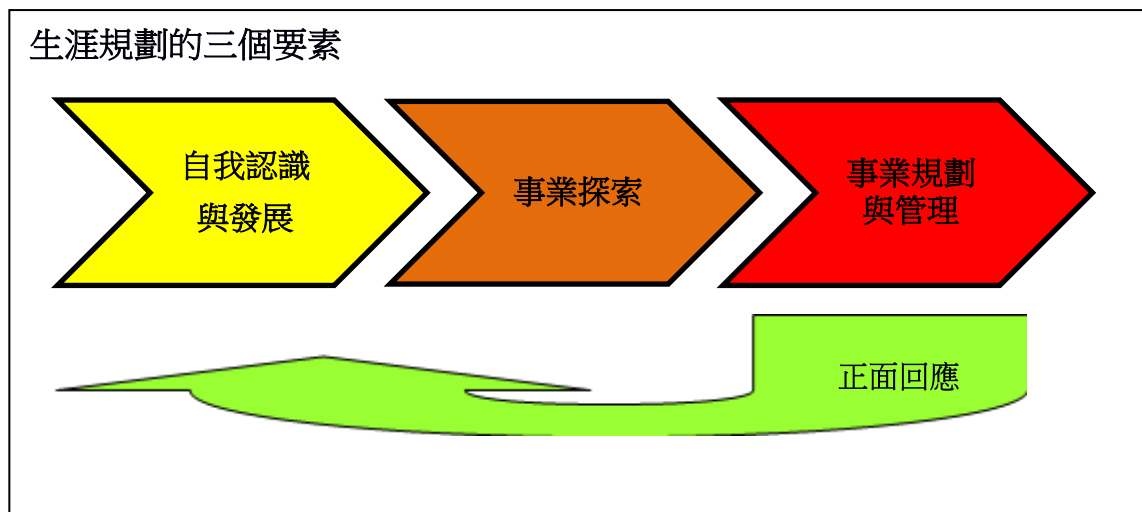
本便覽旨在扼要列明學校生涯規劃教育的主要元素和建議推行策略，並附上良好實踐事例，讓學校善用不同的資源，有效地推行生涯規劃教育。學校策劃校本生涯規劃教育計劃時，除下列推行策略大綱外，亦應參照教育局發出與生涯規劃教育相關的指引，包括《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引》（第二版）和通告文件。

## 二、生涯規劃教育的目標

政府除提供更多高等教育機會外，亦加強職業專才教育，以期為所有中學生在升學或就業方面提供多元出路。自2014/15學年起，政府加強支援學校推行生涯規劃教育。生涯規劃是持續和終身的過程，讓學生在人生不同階段達成不同目標。在求學階段，生涯規劃教育目的在培養學生認識自我、作個人規劃、訂立目標及反思和修訂的能力，以及認識銜接各升學就業及培訓途徑、職業操守及職場資訊，從而作出明智的升學或就業選擇。生涯規劃教育及升學就業輔導是學校整體課程不可或缺的部分，以支援學生的全人發展和終身學習。

## 三、生涯規劃的三個要素

學校應為所有學生，按他們的需要，不論能力、志向及成長階段，以協調及有系統的方式推行生涯規劃教育及升學就業輔導。我們建議的生涯規劃或事業發展模式應包含三個要素，即「自我認識及發展」、「事業探索」及「事業規劃與管理」。我們希望學生能夠



透過這個模式，學會與事業相關的知識、生涯規劃和工作技能，以及所需的工作態度。

#### 四、建議的生涯規劃教育預期學習成果及推行策略的良好例子

有效的生涯規劃教育及升學就業輔導應與學校的課程聯繫，透過生涯規劃教育，讓學生獲得所需知識、技能及態度，學校需按學生的學習需要盡早為學生提供生涯規劃教育。下列是在不同學習階段建議的生涯規劃教育預期學習成果及推行策略的良好例子。

##### 建議的生涯規劃教育預期學習成果

##### 學習階段 (中一至中三)

##### 發展特質：

在此學習階段，學生由小學升讀中學，需要適應新學習環境及校園生活，學校可幫助初中學生了解其個人興趣及能力，鼓勵他們訂立學業目標，並協助他們建立職業性向與學科選擇的連結，以準備高中升學之路。

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果	介入活動
<b>自我認識及發展</b> 認識自己及外在因素的影響	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 對個人的成就、素質、性向及能力進行實際的自我評估</li> <li>● 運用自評所得的結果，建立自信及正面的自我形象</li> <li>● 將自評結果與訂立學業及事業目標互相聯繫</li> <li>● 透過訂立目標、檢討、反思及策劃，制訂短期及中期目標</li> <li>● 避免對某些職業及工作定型</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 班主任課</li> <li>● 向學生提供校內外多元及客觀的升學、培訓及職業資訊及資源平台</li> <li>● 初中個人成長課/ 生命教育課</li> <li>● 生涯規劃教育課堂</li> <li>● 融入不同學科課堂，可包括各學科與未來職業的聯繫及可轉移技能的應用，也可融入德育及公民教育課、價值觀教育</li> </ul>
<b>事業探索</b> 初步了解學習和工作的機會與限制及整合資訊	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 識別及運用不同來源的升學就業資訊</li> <li>● 在學校或家中主動尋求師長的輔導或支援</li> <li>● 留意各種升學選擇可會帶來的機遇和限制</li> <li>● 整合資訊，並運用研究技巧，篩選、分析及評估各種升學選擇</li> <li>● 培養對周遭環境事物的探索</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 與升學、培訓機會、選科相關的輔導</li> <li>● 職場參觀</li> <li>● 職場相關的體驗活動</li> <li>● 升學及就業輔導講座</li> <li>● 個人及小組生涯輔導及諮商</li> </ul>

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果	介入活動
<b>事業規劃與管理</b> 作出決定、制訂高中升學計劃並付諸實行，從而面對各種過渡至高中階段的轉變	能力 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 留意世界發展趨勢與變化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 給予離校生的支援及跟進</li> <li>● 善用有質素的生涯發展及需要評估工具(個人/群體)，以了解個別學生及群體的強項及需要，以提供適時、適切的生涯教育方案</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 初步訂立高中升學計劃，計劃可與個人或事業目標/抱負有關或無關</li> <li>● 留意訂立目標時的外在影響因素（例如來自家長及同輩的影響），並定好優先次序</li> <li>● 認識及運用決策技巧</li> <li>● 留意不同來源的資訊、指引及建議，並加以適當運用</li> <li>● 對高中選科作出知情及負責任的選擇</li> <li>● 就高中選科制訂應變計劃</li> <li>● 將初擬的高中選科與切實可行的行動計劃互相聯繫</li> <li>● 組織及介紹個人的資料和計劃</li> <li>● 制訂個人學習歷程檔案和事業發展計劃</li> <li>● 培養良好的態度(例如守時、負責任、懂得發問、敢於提出意見、懂得互相尊重和接納不同意見等等)</li> </ul>	

### 學習階段 (中四至中六)

#### 發展特質：

在此學習階段，學生需面對公開考試、升學選科和就業抉擇等事宜，學校可幫助學生反思和檢討其個人興趣、能力、抱負，讓他們更全面認識自己，從而訂立中、長期的學習或事業目標，並鞏固其職業性向與學科選擇的連結，讓他們能夠適應由中學過渡至就業的轉變。

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果	介入活動
<b>自我認識及發展</b> 深入認識自己及外在因素的影響，進行檢討及反思	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 就學習經驗進行多方面的檢討及反思，以加強對成就、素質、性向、能力及個人/事業抱負的全面認識</li> <li>● 把個人成長及改變與生涯/事</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 向學生提供校內外多元及客觀的升學、培訓及職業資訊及資源平台</li> <li>● 生涯規劃教育課堂</li> <li>● 融入不同學科課堂，可</li> </ul>

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果	介入活動
	業發展融合 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 制訂中期及長期的學習/事業目標</li> <li>● 認識社會對某些職業定型的問題及原因，並表現出克服問題的態度或價值觀</li> </ul>	包括各學科與未來職業的聯繫及可轉移技能的應用，也可融入德育及公民教育課、價值觀教育 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 應用學習課程</li> </ul>
<b>事業探索</b>  探究學習和工作的機會與限制及可提供的選擇，將工作體驗與升學就業選擇互相結合	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識及了解職業、事業、工作、行業及職位之間的差異</li> <li>● 建立正面的職業概念、工作态度及價值觀</li> <li>● 認識就業趨勢、相關的進修機會及認可資歷</li> <li>● 認真識別、篩選及運用與升學或就業選擇有關的升學就業資訊</li> <li>● 了解資歷制度；明白不同升學或培訓選擇的要求及可提供的認可資歷</li> <li>● 將從工作體驗相關的活動或學習所得的成果與升學、培訓及工作選擇互相結合</li> <li>● 認真評估不同機會與個人升學就業目標之間的關係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 職業性向評估測驗及跟進討論/解說</li> <li>● 把學科與就業聯繫</li> <li>● 參觀大專院校</li> <li>● 大學入學及選科的輔導</li> <li>● 模擬求職活動、求職及大學入學面試工作坊</li> <li>● 工作體驗活動</li> <li>● 師友計劃</li> <li>● 升學及就業輔導講座</li> <li>● 職業及/或升學博覽</li> <li>● 生涯規劃學生大使</li> <li>● 個人及小組生涯輔導及諮商</li> <li>● 給予離校生的支援及跟進</li> <li>● 善用有質素的生涯發展及需要評估工具(個人/群體)，以了解個別學生及群體的強項及需要，以提供適時、適切的生涯教育方案</li> </ul>
<b>事業規劃與管理</b>  作出決定、制訂計劃並付諸實行，從而面對各種社會轉變及由學習過渡至工作的轉變	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 訂立學習或事業目標/抱負</li> <li>● 訂立初步職業性向及相關的進修/培訓目標</li> <li>● 評估外在因素的影響（例如來自家庭、社會經濟環境、僱主期望等影響），並與本身的抱負互相對照，作充份知情的生涯抉擇</li> <li>● 認識、選擇及運用合適的決策技巧</li> <li>● 認真比較升學、培訓及職業等方面的選擇</li> <li>● 考慮會影響升學就業決定的各項因素，包括財政狀況及社會</li> </ul>	

生涯/事業發展要素	建議的預期學習成果	介入活動
	<p>經濟環境下的轉變</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 評估及審慎運用不同來源、正確及最新的資訊和指引</li> <li>● 培養能夠適當表現個人特質、就業能力及學習/事業目標的技巧和態度</li> <li>● 培養及掌握能夠投身工作的共通及就業能力</li> <li>● 考慮及綜合不斷轉變的就業趨勢、社會需求及經濟狀況，然後納入生涯規劃當中</li> </ul>	

### 生涯規劃教育推行策略的良好例子

	中一至中三	中四至中六
自我認識及發展	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 生涯規劃教育課堂，例如進行模擬社會體驗活動（初階）、透過生涯規劃咭牌遊戲（夢想實踐咭、職業咭、生涯咭），讓學生自我認識</li> <li>● 融入不同學科課堂，例如以「我的志願」及「撰寫自傳式文字」為題作中英文寫作。讓學生回顧自己的成長經歷，探索自己的個性特點及思考理想的職業</li> <li>● 為學生編製學生學習概覽、學生學習歷程檔案文件夾及學生學習規劃冊，從而協助學生認識自己，透過了解自己的特質、確立目標</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 生涯規劃教育課堂，例如進行模擬社會體驗活動（高階）及/或生涯規劃咭牌遊戲</li> <li>● 融入不同學科課堂，例如以「個人簡介」或「履歷表」為題作中英文寫作、以「選擇職業的最重要條件」、「敬業與樂業」為論題。讓學生就論題進行討論交流，探討擇業要訣及專業精神</li> <li>● 跟進有需要的學生，包括提供輔導、加強與家長溝通、轉介教育心理學家</li> </ul>
事業探索	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 運用不同的升學就業資訊，例如瀏覽網上資訊（教育局生涯規劃資訊網</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 參觀大專院校及大學</li> <li>● 職場參觀及/或影子計劃、工作體驗、暑期工</li> </ul>



	中一至中三	中四至中六
	<p>站)、並完成工作紙、播放校友和家長事業探索的短片</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 分享有關成功人士的文章和短片，並完成相關工作紙，令學生對不同工作和成功故事加深了解，對事業探索有基本的認識</li> <li>● 升學及就業輔導講座，例如邀請不同行業的嘉賓（包括校友）舉辦升學選科分享會、工作經驗分享日</li> <li>● 參觀職業訓練局青年學院</li> </ul>	<p>作實習、暑期工作體驗計劃</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 應用學習課程</li> <li>● 把學科與就業聯繫，例如 ICT 科安排應用程式工作坊、物理科/數學科參加機械人設計或創科比賽</li> <li>● 師友計劃及生命導師計劃</li> <li>● 升學及就業輔導講座</li> </ul>
事業規劃與管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 與升學、培訓及選科相關的輔導，例如向學生提供個人及 / 或小組活動（小組面談）</li> <li>● 透過生涯規劃營或生命之旅活動，讓學生在活動中訂立目標</li> <li>● 參觀職業訓練局青年學院、大專院校及大學</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 職業性向評估測驗，例如進行 CII 測驗、BIM 測驗、COA Probe Test 及職業導向遊戲</li> <li>● 透過不同的評估測驗，讓學生多了解自己的興趣及長處</li> <li>● 大學入學及選科輔導</li> <li>● 模擬求職活動、撰寫履歷、個人自述寫作工作坊及大學入學面試工作坊、模擬放榜體驗活動</li> <li>● 參觀大學及大專院校</li> <li>● 工作體驗活動</li> <li>● 職業及 / 或升學博覽</li> <li>● 生涯規劃學生大使</li> </ul>

## 五、推行策略檢視清單

### (一) 制定校本升學及就業輔導計劃及政策

- 訂定為學校發展計劃的關注事項
- 加強升學就業輔導組 / 生涯規劃組負責統籌及策劃生涯規劃教育工作，成員可包括：
  - 校長、副校長或資深教師（升學就業輔導主任）作為統籌；

- 升學就業輔導教師；
  - 班主任及科任教師；和
  - 學校其他人員，如領導課程發展人員、輔導教師、學校社工、資訊科技統籌員及行政支援人員。
- 因應校情及切合學生需要，推行不同形式的全校參與模式<sup>1</sup>
  - 提供生涯規劃教育課堂學習活動  
例如：透過周會、班主任課、早讀課
  - 融入不同學科的課堂/課外學習活動  
例如：中文、英文、經濟、會計、初中個人成長課、德育及公民教育課、其他學習經歷及應用學習課程
  - 結合不同組別的學習活動  
例如：課外興趣小組活動、義務工作活動及制服團隊活動
  - 提供個人化的升學就業輔導/支援  
例如：大學入學及選科輔導、協助學生編制學習概覽
  - 制定轉介安排  
為有需要的學生安排輔導的跟進工作，加強提供個人化的輔導、與家長溝通及轉介學生予社工或教育心理學家作跟進
  - 加強家長教育  
例如：家長日、中三選科或多元出路講座、家長教師會活動及工作坊
  - 建立校友支援網絡  
例如：師友計劃、選科及職業分享

參考資料：

- 教育局(2021)《中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引(第二版)》  
<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/guide.html>
- 課程發展處與香港輔導教師協會聯合製作的資源套  
(1)「尋找生命的色彩：新高中科目選擇及個人抱負的探索」(2015)  
[http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page\\_id=244](http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page_id=244) 和  
(2)「生涯地圖：高中事業發展學習工具」(2013)  
[http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page\\_id=212](http://www.hkacmgm.org/hkacmgm/?page_id=212)
- 教育局生涯規劃資訊網站「學校行政專區」  
<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/index.html>
- 教育局「我的生涯規劃歷程」  
<https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/>

<sup>1</sup> 生涯規劃教育及升學就業輔導服務不單只是升學就業輔導組的責任，服務應由學校領導帶領，升學就業輔導人員統籌和監察，並需要班主任、科任教師和其他學校人員的支援。詳情請參閱《指引》，頁 12。

## (二) 引導學生規劃中學畢業後的未來路向

- 提供有關中學畢業後多元出路及升學選擇的最新資訊

例如：講座、參觀本地大專院校、參觀教育展及舉辦認識海外升學的活動  
有關升學的資訊，請瀏覽下列網頁：

- e導航-新學制多元出路課程搜尋工具  
<https://enavigator.edb.hkedcity.net/main/search.php>
- 自資專上教育資訊平台  
<https://www.cspe.edu.hk/>
- 「E-APP」- 專上課程電子預先報名平台  
<https://www.eapp.gov.hk/>
- 大學聯合招生辦法  
<https://www.jupas.edu.hk/tc/>

- 加強多元出路及升學選擇的概念並將資歷架構的概念及資歷名冊融入生涯規劃教育學習/活動內

例如：講座、職場參觀、工作坊及工作體驗  
有關資歷架構的資訊，請瀏覽下列網頁：

- 資歷架構  
<http://www.hkqf.gov.hk/tc/home/index.html>
- 《能力標準說明》一覽表：  
<http://www.hkqf.gov.hk/tc/scs/scs/index.html>
- 資歷名冊  
<https://www.hkqr.gov.hk/HKQRPRD/web/hkqr-tc/index.html>

- 加強學生持續進修的概念

例如：介紹資歷架構轄下的行業培訓諮詢委員會所建立的聯繫及網絡、為有關行業訂立的能力標準及進階路徑

- 介紹有關獎學金的資訊

例如：香港特別行政區政府獎學基金、準英語教師獎學金、多元卓越獎學金、尤德爵士紀念基金獎等。請瀏覽下列網站：

教育局生涯規劃資訊網站

<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/study/scholarship/index.html>

- 建立學生搜尋生涯規劃資訊的能力

例如：有關升學的資料、各行各業的資訊(包括職責、入職要求、晉升階梯、薪金等)、就業市場最新動態及職業技能等資訊，請瀏覽下列網站：

教育局生涯規劃資訊網站

<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/>

## (三) 提升學生及家長對持續進修及多元出路的認知，了解工作世界的最新發展

- 鼓勵家長參與有關升學就業輔導相關計劃/活動，例如：



- 中三選科講座
  - 多元出路資訊SHOW  
<http://www.cspe.edu.hk/content/Resources-CareerGuidance-MultiplePathwaysExpo>
  - 內地高等教育展  
[https://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/postsecondary/policy-doc/Scheme\\_2021/Mainland\\_HE\\_Expo\\_2020.html](https://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/postsecondary/policy-doc/Scheme_2021/Mainland_HE_Expo_2020.html)
  - 職業博覽
- 協助學生認識社會價值觀對職業定型的影響，並建立個人對工作的態度及價值觀
  - 學校應鼓勵家長、校友及校外機構積極參與生涯規劃方面的輔導活動
  - 邀請不同行業背景的演講嘉賓、家長及校友與學生分享經歷
  - 舉辦家長活動，讓他們掌握必要的知識和技能，為子女的生涯規劃提供支援
- 參考資料：
- 教育局生涯規劃資訊網站「家長專區」  
<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/parents/index.html>

#### (四) 加強網絡和引入校外資源

- 學校需要加強聯繫校內外持份者或伙伴，以協助學生進行生涯規劃，包括：
  - 教育局「商校合作計劃」  
[www.edb.gov.hk/bspp](http://www.edb.gov.hk/bspp)
  - 勞工處青年就業起點  
<https://www.e-start.gov.hk/>
  - 其他非政府組織合作(包括青年發展委員會的青年生涯規劃活動資助計劃下的活動等)。  
<https://www.ydc.gov.hk/tc/programmes/life/life.html>