**教育局生涯規劃教育組**

**生涯規劃短片教材-(1)安琪人生**

短片名稱：《安琪人生》

連結：<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/videos/16.html>

片長：6分17秒

主題：家長在子女生涯規劃中的影響

故事背景：

安琪醉心音樂，而她的律師母親則期望她將來成為律師，延續律師世家的衣缽。母女為此產生了不少矛盾。最後，母女終於能夠互相諒解，安琪順從了母親到外國修讀法律，而母親則當了女兒樂隊的經理人，安排樂隊演出，達致雙贏。

**延伸活動**

對象：初中學生

目的：

1. 引導同學了解生涯規劃的意義。
2. 引導同學探討親人對同學生涯規劃方面的影響力。
3. 讓同學思考如何解決在前途方面來自親人的壓力。
4. 讓同學計劃實現個人目標的方法。

[相關生涯規劃探索工具 -「我的生涯規劃歷程」：](https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/index.php?lang=chinese)

1. 我的夢想 (生涯任務清單)
2. 生涯歷程報告
3. 我的E-課堂 (單元七 ：「支援網絡的助力與阻力」)

**〈活動一〉：想一想**

短片中同學說：「不知道為何要做甚麼生涯規劃。是不是規劃了就可以成功？」

我認為生涯規劃是：**參考答案：**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，生涯規劃教育是全人發展的其中一個重要元素，目標包括培養學生認識自我、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。(中學生涯規劃教育及升學就業輔導指引，2021。)

老師引導同學分小組(3-4位)討論，然後由同學報告對生涯規劃的看法，老師並給予一些個人意見。

生涯規劃是：一個深思熟慮的過程，讓人能整全地規畫一生，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訂的計劃。

﹙梁湘明，2005﹚。

**〈活動二〉：理想與現實**

安琪有理想、有目標是一件好事，但卻出了問題，究竟是甚麼原因呢？

結論\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

建議 **參考答案：**有意識地（即有目標地/有方向地）持續參與與其興趣相關活動。同時亦須要不斷克服困難，堅守個人信念。

提示：短片中安琪母親說：「再繼續讓她玩音樂，她遲早會無心向學。」

老師著同學分小組(3-4位)討論，然後報告同學的看法，老師並給予一些個人意見。

**〈活動三〉：我的目標**

老師可讓同學安靜地想一想短片中所指的「夢想」是甚麼。答案可以是從小到大想做的事情、一份理想的職業、個人或朋輩的志願、家人的期望、也可以是天馬行空的想法。

老師可做一些簡單的統計活動，然後指出短片中的「夢想」是與同學未來的理想職業有關。

附錄：歌詞

*第三幕*

*說到理想*

*我沒法子做綿羊*

*你太緊張*

*困住我鎖掉門窗*

*怎將歌聲*

*困在斗室依然獲得知音欣賞*

*怎唱，只可心裡盪漾*

*第五幕*

*未了解，未了解*

*又怎麼可以決定心意?*

*誰願意？誰願意？*

*去放低偏頗，細味真摰*

*若我知*

*就算明日未必可盡如人意*

*只想展開旅程，磨練心志*

*誰人從未受創傷*

*卻劃破風浪，扶搖直上*

*見盡了波折，仍無畏無懼*

*挫敗始可另開一扇窗*

*匆匆一生既定了多麼沉悶*

*摸索路向，衷心每步行*

*沿途昂然歌唱*

*足跡怎交錯*

*回頭仍能欣賞*

**學生工作紙**

**短片欣賞**：《安琪人生》

|  |  |
| --- | --- |
| [生涯規劃資訊網站/主頁/家長/影片/生涯規劃短片—安琪人生](https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/videos/index.html)連結：<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/videos/16.html> |  |

**〈活動一〉：想一想**

短片中同學說：「不知道為何要做甚麼生涯規劃。是不是規劃了就可以成功？」

我認為生涯規劃是：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

同學分小組(3-4位)討論，然後由同學報告對生涯規劃的看法。

**〈活動二〉： 理想與現實**

安琪有理想、有目標是一件好事，但卻出了問題，究竟是甚麼原因呢？

結論\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

建議\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

提示：短片中安琪母親說：「再繼續讓她玩音樂，她遲早會無心向學。」

同學分小組(3-4位)討論，然後報告討論結果。

**〈活動三〉：我的目標**

在成長中，你是否好像安琪有過一些夢想?有甚麼原因？

從小到大，我的夢想\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_，

因為\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。