

GO FORWARD TOGETHER – LIFE PLANNING
EDUCATION SHARING SERIES 2016 (3)
PROMOTING LIFE PLANNING EDUCATION THROUGH
HOME-SCHOOL COOPERATION

SUPPORTING PARENTS

VS

PARENT SUPPORT



MAY 30 2016

Different Levels of Parent Involvement

- 1) **Indirect Involvement**
- 2) **Direct Involvement**
- 3) **Experience Sharing by Parent and Student**
- 4) **Conclusion**

1) Indirect Involvement



School Background

- * **Girls' school**
- * **Located in Yaumatei**
- * **Band 1 students**
- * **Diversity in SES**
- * **Diversity in parent involvement at school**
- * **Perceptions on the work of career guidance by most of the teachers**

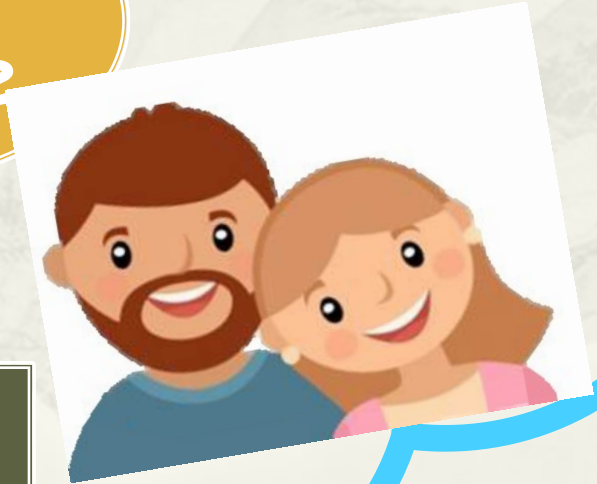
School

Students

Teachers

**Career
Guidance**

Parents



Career Programme : Students Workshops

S2 Career Planning Workshop

S3 Money Management Workshop

S3 Subject Choice Workshop

Career Programme : Students Workshops



S4 Mr. Work Workshop

S4 Journey of Career Workshop

Career Programme : Students Visits

S3 - 5 students visit to Thingzcube 3D Printing Company

S5 Students visit to Hotel Icon

Career Programme : Students Visits



Visit to CUHK

Visit to Correctional Services Museum

Career Programme : Students Learning Experiences

**Marks and Spencer -
Work Experience Program for Student 2015**

**Circle K Convenience Store -
Work Experience Program for
Student 2016**

Career Programme : Students Learning Experiences



Classified Post - Event Management Experience Program

Career Programme : Students Competitions

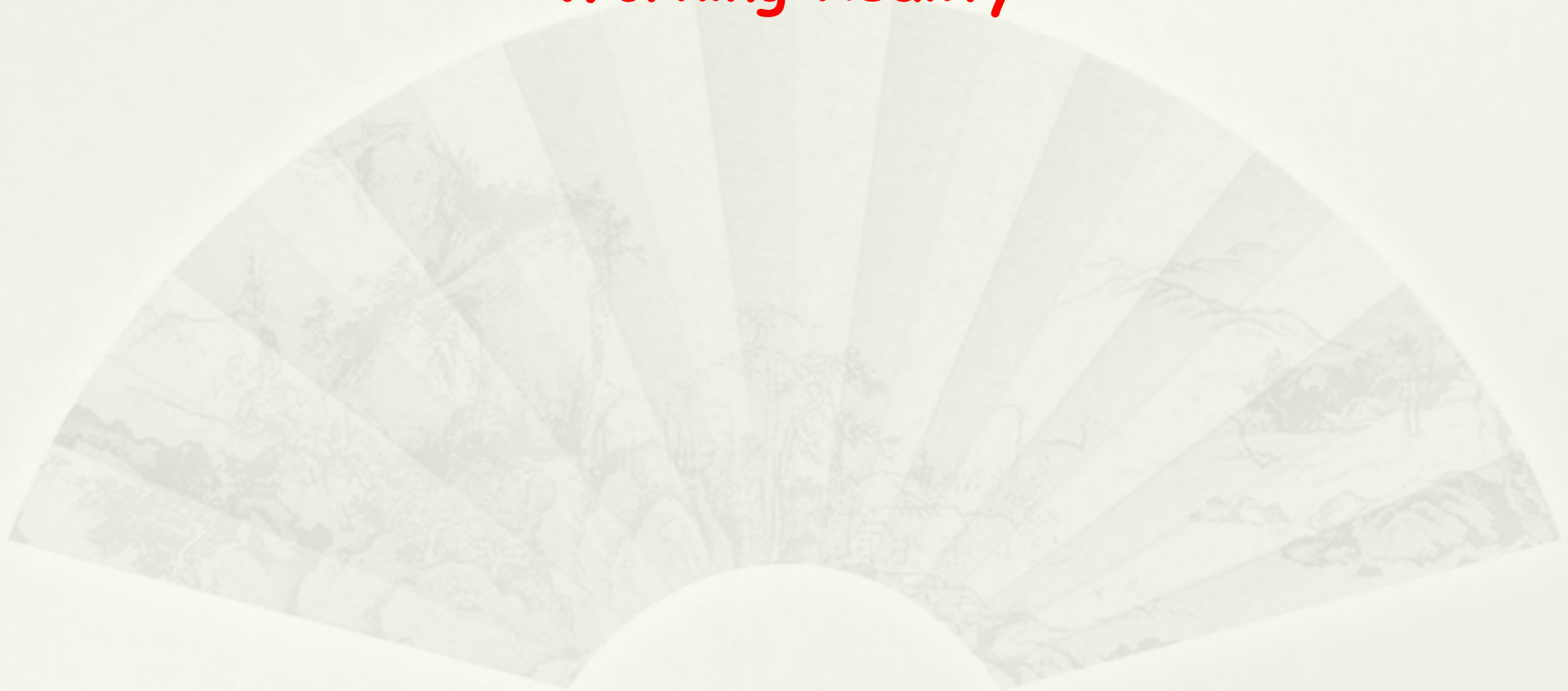
Mock Court Trial



Career Programme : Students

Competitions

Working Reality



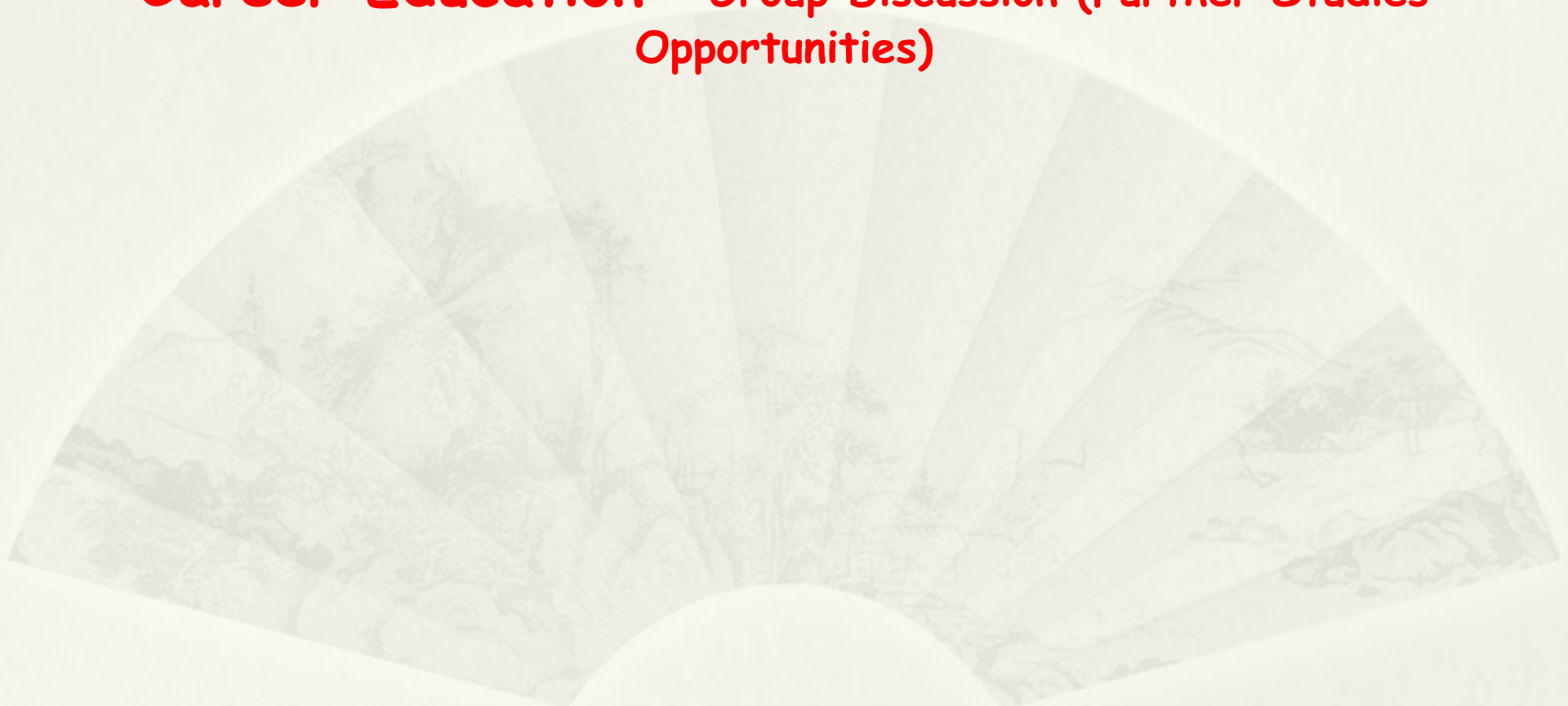
Career Programme : Students Counseling

S3 and S6 students Group and Individual Counseling



Career Programme : Students Curriculum

Career Education - Group Discussion (Further Studies Opportunities)



Career Programme : Students Smiling Programme



Parent Education



S3 and S6 Parent Seminars

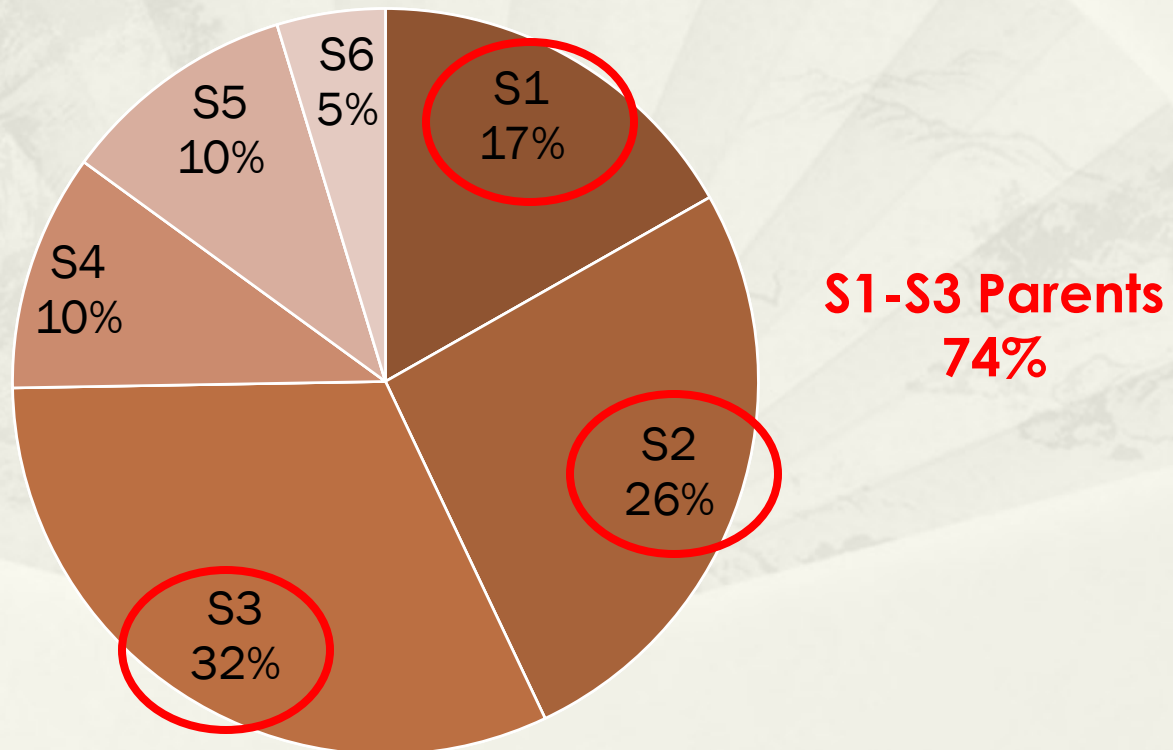
Insights from the Parent Seminar (October 2013) funded by QEF



Insights from the Parent Seminar (October 2013) funded by QEF

Evaluation

Distribution of Parents from Different
Forms Attending the Parent Seminar



2) Direct Involvement

Levels of Involvement from Parents

Partners

Supporters

Participants / Recipients



Level 1 - Participants / Recipients



Pre-S1 Parent Talks

S1 Orientation Day

Level 1 – Participants / Recipients

真光女書院
升學及就業輔導組
2015年1月
家長篇

新高中同學的升學輔導工作(2012-2015)

學生姓名：_____ () 班別：中六 甲

請就以下的句子，在適當的空格內☐以表達你的意見：

極不同音 不同音 同音 極同音

其他意見：

學校提供的升學及就業輔導活動非常充足，而且都非常新穎，有趣。例如中四的「吃出個未來」的活動很豐富，令學生能了解工作世界中不同行業的發展和對不同行業的興趣。

		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(C)	使學生初步了解工作世界中不同行業的發展及對僱員的要求	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
(D)	協助學生報考不同大專院校	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

其他意見：

學校提供的升學及就業輔導活動非常充足，而且都非常新穎，有趣。例如中四的「吃出個未來」的活動很豐富，令學生能了解工作世界中不同行業的發展和對不同行業的興趣。

謝謝你的寶貴意見！

Level 1 - Participants / Recipients



Career Exploration Day

Level 1 - Participants / Recipients



Self-Directed Search Workshop

Level 1 - Participants / Recipients

Feedback from Parents

Thank you teachers for your time to hold this seminar. I learned a lot from this seminar.

Very encouraging to participate in such a workshop for parents to help preparing right career paths for TL girls. Keep up such valuable work!

Level 2 - Supporters



Level 2 - Supporters

真光女書院
升學及就業輔導組
「生涯規劃」家長手冊

目錄

內容	頁數
1. 校長的話	2
2. 家長手冊簡介	3
3. 生涯規劃課程	3
4. 家長期望	4
5. 真光邦友伴計劃	5
6. SMART 目標訂立方法	7
7. 目標訂立與檢討	8
8. 選科意向	24
9. 荷倫生涯規劃理論測試	26
10. 成為家長義工	30



1. 校長的話

真光女書院的校訓是「爾乃世之光」。真光的教育是要讓真光的女兒透過探索、學習與經歷去鍛鍊卓越的獨立思考能力，培養良好的學習習慣，並在愛中成長，建立高尚品格，更在「生涯規劃」的過程中確立自己的人生目標，以至將來在社會不同的崗位上為世發光。而在這六年的學習過程裡，家長作為子女的人生教練，具有十分重要的角色。「生涯規劃」不單是揀選課程及職業，更重要的是「經營人生」，為擁有一個豐盛而有意義的人生所作出的計劃及所付出的努力。年青人在這個過程中總少不免有困難與挫折，家長的陪伴，適時的聆聽及循循的善誘，可以讓她們得到鼓勵與支持，讓她們不斷的奮進。這本手冊的製作是希望幫助父母與子女建立溝通的橋樑，了解彼此的期望及想法，從而為子女制訂一套理想的「生涯規劃」、讓她們向實現人生夢想進發。在此，祝願真光的同學都能夢想成真，並與父母分享一切的成就與喜悅。



Level 2 - Supporters

2. 「生涯規劃家長手冊」簡介

「生涯規劃手冊」記錄真光同學的生涯規劃歷程及檢討，從而增進家長對女兒的了解，並協助她們實現自我、發展潛能及規劃未來。

此外，手冊亦會簡介本校「真光邦」友伴計劃及同學在中一至中三學姊的資料，以供家長查閱。最後，本手冊亦提供生涯規劃理論及人格分析的基本資訊，讓家長可進一步加深對女兒的認識。

3. 生涯規劃課程

年級	主題	目標
中一	自我認識 適應轉變	- 建立人際支援網絡、適應校園生活； - 對自己的長處和短處有更深的認識。
中二	探索前路 發掘潛能	- 探索不同的升學機會；及 - 認識不同行業和工種。
中三	慎擇學科 前路我創	- 了解主修及選修科目的內容，及根據興趣和能力，選擇合適的科目組合。
中四	求知求職 備迎挑戰	- 探索就業機會和訓練求職技巧；及 - 培養恰當的學習與工作態度。
中五	建立職志 訂立目標	- 認清升學、就業所需的準備；及 - 反思個人特質與選擇行業是否適切。
中六	選科擇業 向前邁進	- 了解 JUPAS / E-a.p.p. 的申請程序； - 探索本地及海外升學路徑；及 - 掌握求職和申請大學的技巧。
畢業後	實現理想 回饋真光	- 與學校保持緊密聯繫；及 - 扶持學妹成長。

4. 家長期望

您對女兒未來在真光 6 年的學習生活，有什麼期望呢？家長可以將您對女兒學業及個人成長等期望及對女兒的勉勵說話，寫在以下方格內，以供女兒每年訂立目標時參考。

Level 2 - Supporters

4. 家長期望

您對女兒未來在真光 6 年的學習生活，有什麼期望呢？家長可以將您對女兒學業及個人成長等期望及對女兒的勉勵說話，寫在以下方格內，以供女兒每年訂立目標時參考。

我希望小女兒在中一、中二，學好中文、英文，中三時修讀好，中、英、數、通識科，以便在中四前定好目標，選好自己興趣科目，最後中五中六努力讀書，考好 D.S.E，爭取入讀心儀大學。

在校外希望小女兒在 13 歲前，於乒乓球項目，考獲港青。在 16 歲時（最低年齡要求）考獲乒乓球教練牌，最後讀完大學，找到自己志願的工作。並且回饋母校，協和小學，真光女書院，基督教徒聚會中心，扶持，學弟、學妹、弟兄、姊妹。

「世上成功的例子，皆須努力、付出，（時間）希望康潼能珍惜每分每秒！」

* 盼望天上的父，永遠關顧妳！！

♡ 愛妳的爸爸


6-9-2012

Level 2 - Supporters

5. 「True Light Bonds」(真光邦)友伴計劃

計劃簡介

這個計劃讓初中同學以一對一的形式跟高中同學配成一組，發展「友伴」關係。真光邦的「邦」字有聯繫的意思，我們希望提供更多機會讓初中及高中同學一同經歷、分享彼此學習的經驗。與此同時，「邦」亦有家邦，互愛互助的意思，讓同學透過友伴關係，分享他們的個人成長與學習經歷，令雙方均有所裨益。

目標

1. 強化真光姊妹班的傳統，推動初中與高中同學建立友伴關係；
2. 讓初中同學能視學姊為榜樣，從對方的成就及經驗中學習；
3. 讓初中同學透過學姊的經驗，在學業、社交及個人發展都能獲益；
4. 讓同學參加不同的「生涯規劃」活動；及
5. 培養高中同學的溝通技巧及領導才能。



活動形式

學妹與學姊定期會面，組成小組參與活動：

A. 學術活動

- 分享文章和書本
- 一同參加講座、工作坊或課程
- 功課指導

B. 社交、文化及體育活動

- 外出用膳
- 參加體育、音樂活動(如班際球賽、合唱團等)
- 參加學生會及各學會所舉辦的活動。

學姊資料

學年	班別	學姊姓名	學姊班別
	S1 _____		

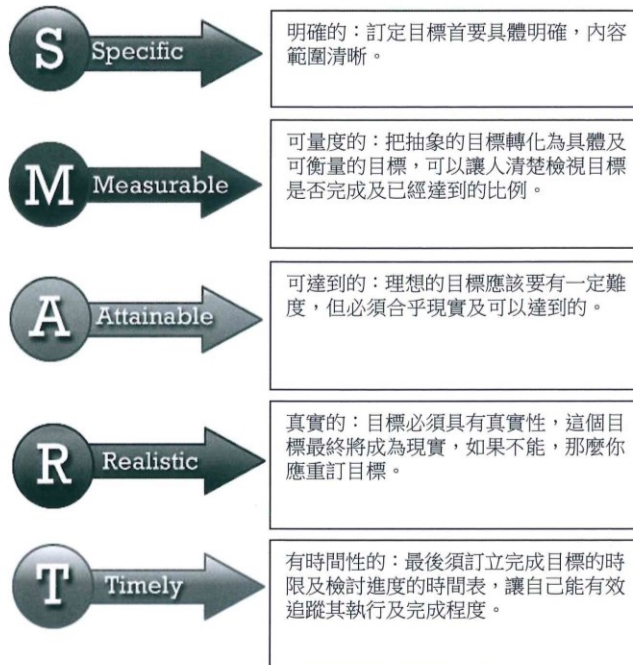


Level 2 - Supporters

6. SMART 目標訂立方法

Setting **S M A R T** Goals

所謂人無志不立，因此所有真光同學每年均需依據 SMART 的原則訂立及檢討目標。作為家長，我們亦應鼓勵女兒及早訂立目標，並持之以恆，向成功邁進。



7. 目標訂立與檢討

訂立目標

學年：_____ 年級：_____ 日期：_____

此表格由同學填寫

我期望自己可以	為達成目標，我需要...	我何時可達成這些目標？
學業		
技能		
個人成長		

家長期望：

家長簽署：_____ 班主任簽署：_____

Level 2 - Supporters

目標檢討

學年：_____ 年級：_____ 日期：_____

此部份由同學填寫

此部份由家長填寫

目標	有何成果	有待改進	是否達成目標? (1)成功(5)不成功				
			1	2	3	4	5
學業							
技能							
個人成長							

家長勉言：

家長簽署：_____ 班主任簽署：_____

8. 選科意向

中三

我對以下科目最感興趣，希望可與您討論：

科目	感興趣原因	家長意見

家長簽署：_____

日期：_____



Level 2 - Supporters

中六

我對以下科目最感興趣，希望可與您討論：

科目	院校	感興趣原因	家長意見

家長簽署：_____

日期：_____



25

9. 生涯規劃理論

測試日期：_____ 結果：_____

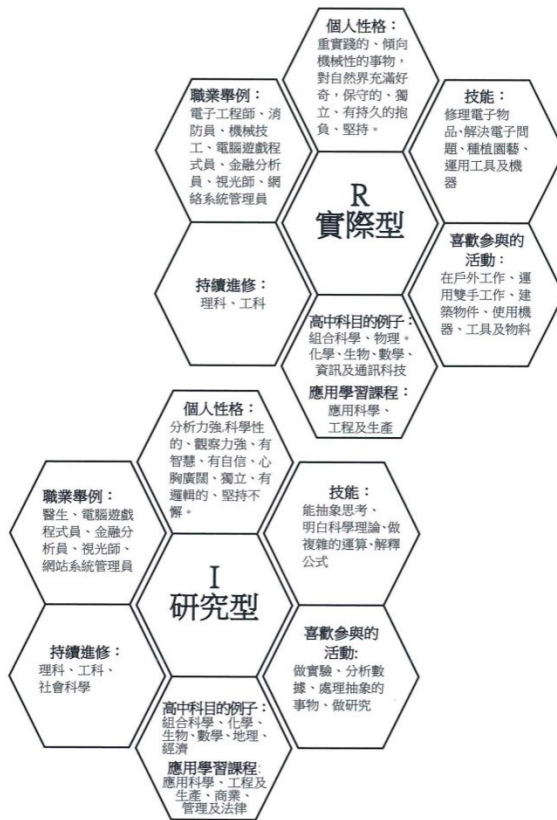
荷倫(John Holland)在 1959 年提出了「職業興趣理論」。他認為每個人的性格類型，都和興趣或職業有密切的關係。

他將職業分為六大類型(實際型(R)、研究型(I)、藝術型(A)、社交型(S)、企業型(E)及傳統型(C))，而同一職業的工作者則有相似的性格特質，下表簡要地列明六種性格特質與職業選擇的關係。

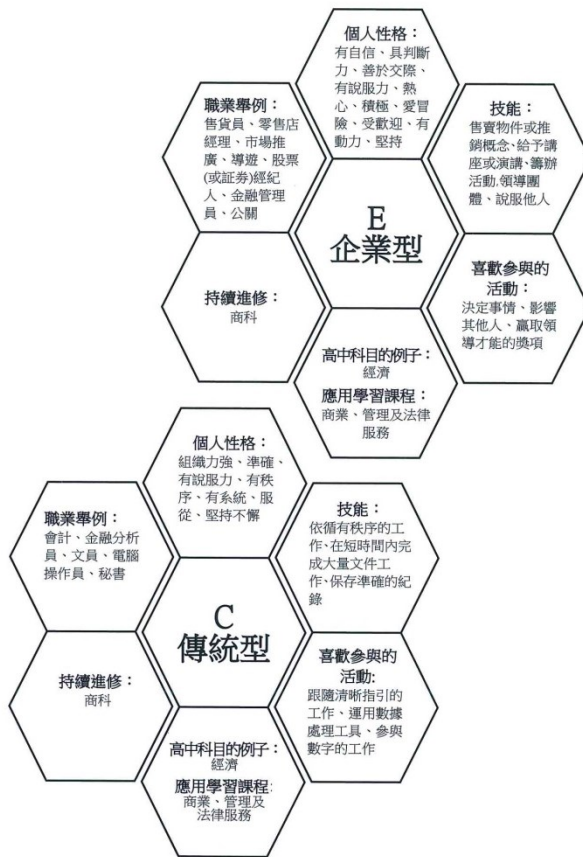
類型	性格特質	適合職業例子
實際型 Realistic	踏實、沉穩、 循規蹈矩、不善交際	機械操作人員、 製造業人員、農業
研究型 Investigative	好奇、獨立、 具分析力、有創意	實驗室人員、科研人員
藝術型 Artistic	創新、具想像力、 理想化、情緒化	藝術創作、設計師
社交型 Social	親切、合群、 善解人意	社會服務、教育工作、 醫療工作
企業型 Enterprising	自信、野心、 充滿活力、好權力	商人、政府官員、律師、 公共關係人員
傳統型 Conventional	服從、講求效率、 實際、缺乏彈性	行政人員、會計人員、秘書

26

Level 2 - Supporters



Level 2 - Supporters



10. 成為家長義工

家長義工表格

我們誠邀您成為家長義工，與我們一同協助真光女兒建立職志、發揮所長。誠然，這是一個長遠的工作，但透過家長的支持，相信我們可以攜手為真光女兒帶來正面的改變。

我們需要不同行業、背景的家長，幫助同學認識自我及訂立目標。如您願意幫助我們，請填妥以下表格，並交回升學及就業輔導組老師。

家長姓名：	女兒姓名：
聯絡電話：	女兒班別：
行業：	
職位：	

我可以參與 / 協助舉辦以下活動 (可☑多於一項)

- 行業 / 升學講座
- 師友計劃 / 人生教練
- 工作坊 (如面試技巧、溝通技巧、禮儀)
- 公司參觀
- 職場體驗 / 實習機會
- 其他：_____

簽署：_____ 日期：_____

Level 2 - Supporters

True Light Bonds



Level 2 - Supporters

S1 and S4 students **True Light Bonds**

S1 and S4 PE Lesson

Straw Towers Challenge

Book sharing session

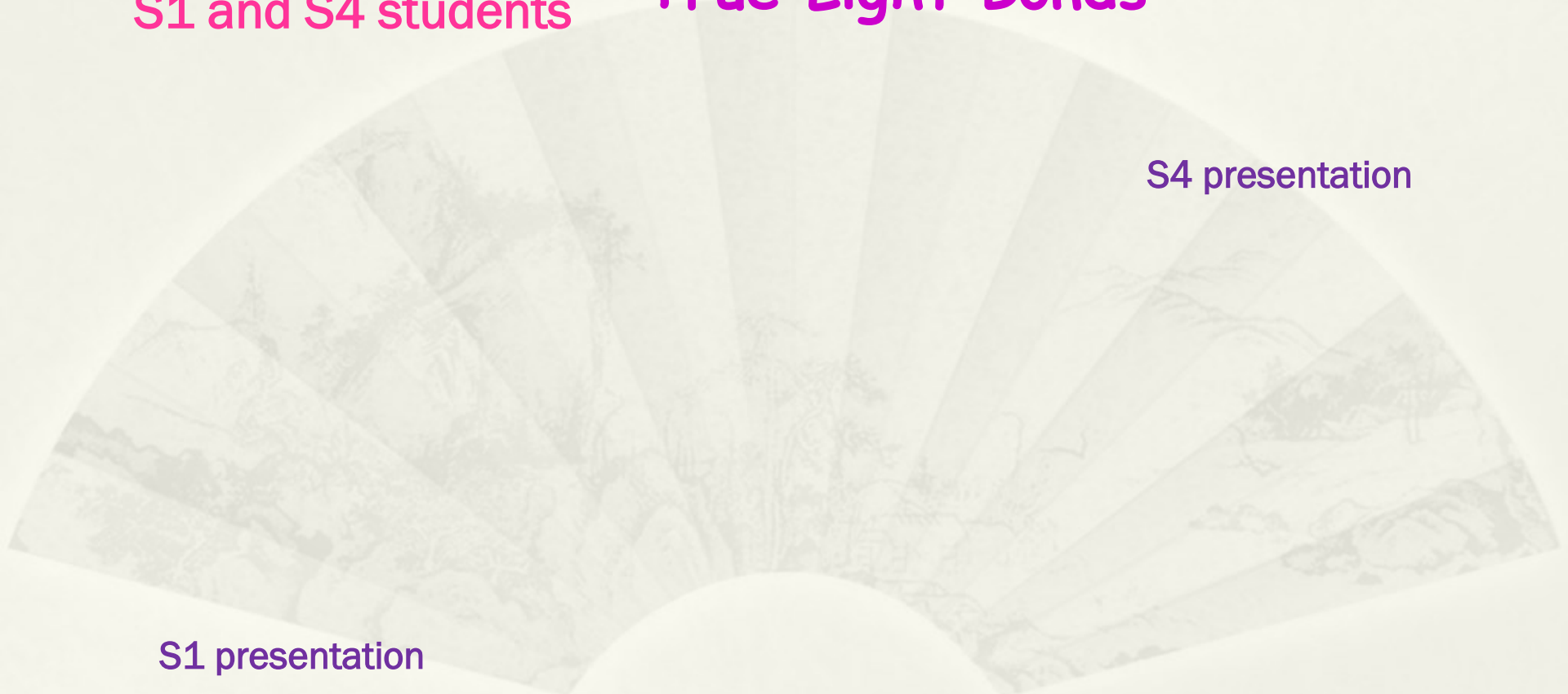
Level 2 - Supporters

S1 and S4 students

True Light Bonds

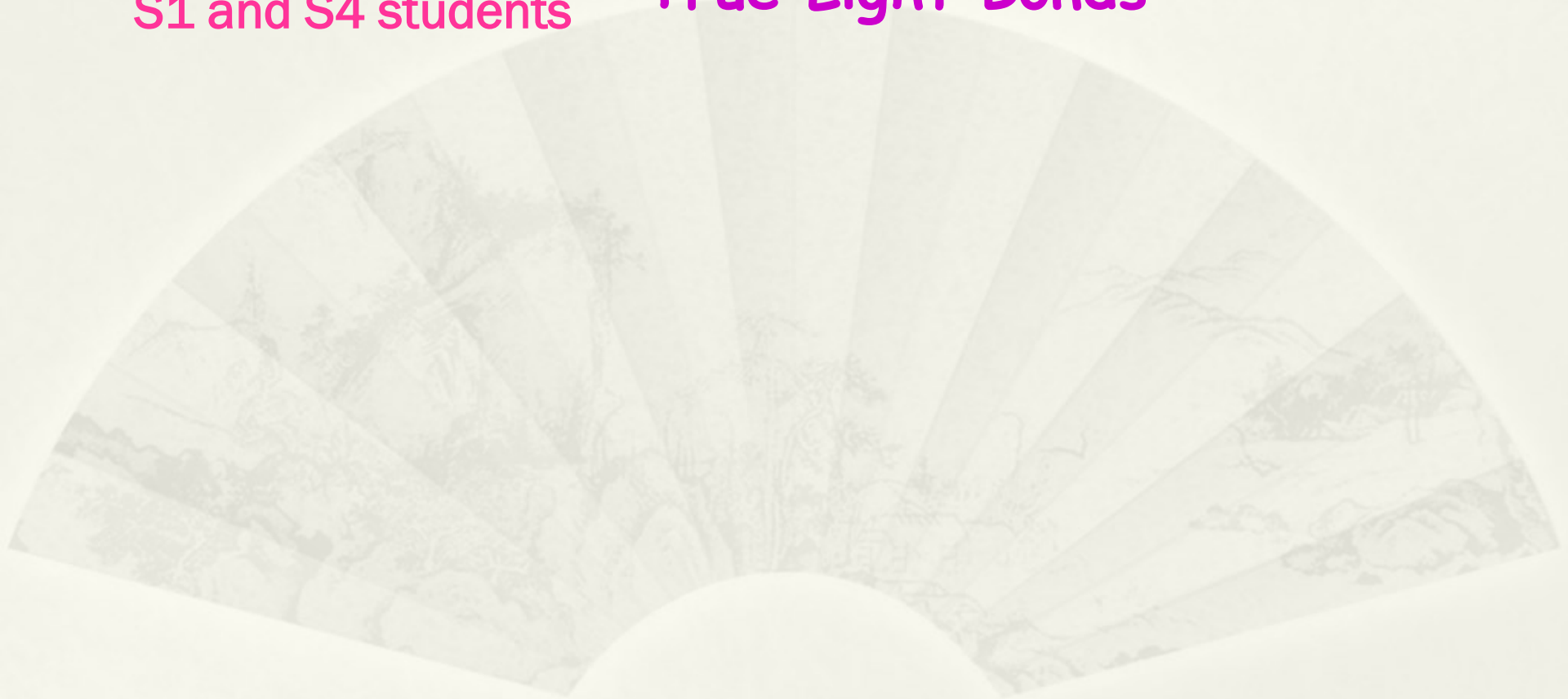
S4 presentation

S1 presentation



Level 2 - Supporters

S1 and S4 students **True Light Bonds**



Level 2 - Supporters

S2 and S5 students **True Light Bonds**

Nurse

Firemen from Yaumatei Fire Station

University Life and
Internship Experience

Level 2 - Supporters

S3 and S6 students



S3 and S6 students attended the Information Day

Level 2 - Supporters

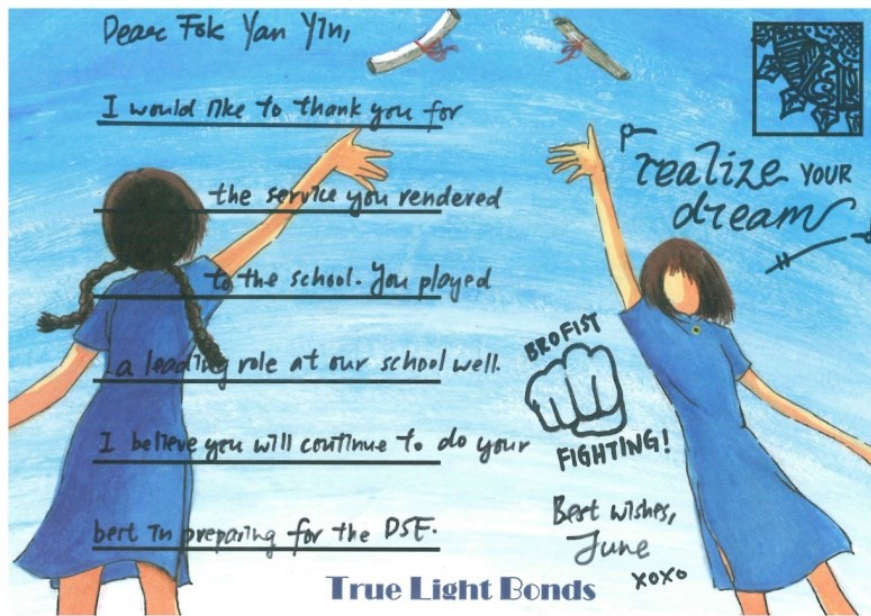
S3 and S6 students



Thank You Card designed by S3 students to S6 students

Level 2 - Supporters

S3 and S6 students



Level 2 - Supporters

S3 and S6 students





真光女書院

升學及就業輔導組

2013-2014 年度

「True Light Bonds」 真光邦友伴計劃



活動對象：中一及中四級同學

活動目標：

- ♥ 強化真光姊妹班的傳統，推動中一新生與中四同學建立友伴關係
- ♥ 讓中一同學能視學長為榜樣，從對方的成就及經驗中學習
- ♥ 讓中一同學透過學長的經驗，在學業、社交及個人發展都能獲益
- ♥ 讓中一同學透過學長的協助盡快適應中學生活
- ♥ 培養中四同學的溝通技巧及領導才能

Level 3 - Partners

Past Parent Sharing at Career Exploration Day
2014



Level 3 - Partners



**Parent Support in arranging
workplace visit**

Level 3 - Partners



**Parent Sharing with
Students in Lunch Time**

3) Experience Sharing by Parent and Student

Student Sharing

Career Education Lesson

Career Education Personality Test



Your Type
INTJ
87% 11%
82% 1%

Career Development

You | **Your Business**

- Career Choices
- Type Explained
- Career Development
- Premium Career Development Report
- Back To Results

INTJ: Working Effectively Together with Others

One of the most important skills necessary for achieving success in one's career is the ability to effectively collaborate and communicate with other people. From personality type standpoint, it means being able to effectively collaborate and communicate with various personality types. Let's illustrate communication strategies with various personalities by grouping the 16 personality types into four groups based on the combination the second and third letter in the type name (i.e. ST, NT, SF, NF). The second and third letters in a type name are related to the psychological functions of **personality types**.

- Your type INTJ belongs to the NT group. ENTJ, ENTP, and INTP types as well belong to the NT group. You would likely find it easiest to interact with these four personality types belonging to the NT group because these people perceive the world and evaluate happenings in a similar way as you do.

Like 11 | **Tweet** 0 | **tumblr** | **+1** 0 | **Share** | **Email** | **Print**

Student Sharing



YES - Mr. Work Workshop

Student Sharing

Mock Court Trial

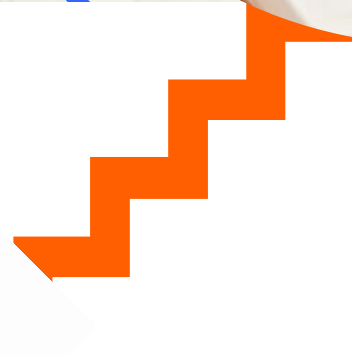
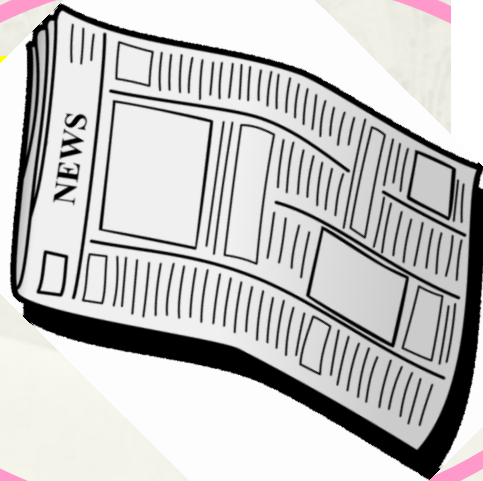


Student Sharing

Parent Seminar



Parent Sharing




Parent Sharing



Mock Court Trial

Parent Sharing

Self Directed Search Workshop



真光女書院
生涯規劃事業興趣評估工作坊
日期: 17/10/2015
時間: 10:00 a.m. - 12:00 noon
地點: 2/F 電子學習中心

Parent Sharing

Career Exploration Day 2015



4) Conclusion

Roles of Parents

Lower Secondary Level

- * Discuss with your child about his skills, interests, abilities, and goals to help plan for the future
- * Encourage participation in service oriented activities in the community
- * Help children meet a variety of professions by arranging job observations, field trips, or personal interviews

Roles of Parents

Lower Secondary Level

- * Guide children in managing their money and encourage them to make economic choices
- * Help and encourage them to participate in job shadowing and other work-based activities

Source: <http://careerguidance.edb.hkedcity.net/>

Roles of Parents

Upper Secondary Level

- * Help your child make independent decisions
- * Encourage exploration of post secondary education opportunities
- * Involve yourself in your child's future planning
- * Give certain financial responsibilities

Roles of Parents

Upper Secondary Level

- * Encourage job awareness
- * Be flexible as the decision-making process evolves. It takes patience and numerous modifications

Source: <http://careerguidance.edb.hkedcity.net/>

A “click” to the Life

