

明愛聖若瑟中學
2023-24 年度家長通告(147)

《Life Rider》生涯規劃活動計劃 - 家長通告

敬啟者：

貴子弟參與由民政及青年事務局及青年事務委員會贊助，香港國際社會服務社主辦：《Life Rider》生涯規劃活動計劃，計劃為一個持續性及漸進式的生涯規劃活動，以 S.U.P.E.R.的活動框架及正向心理學為主要的計劃理念。

活動計劃採納較宏觀的生涯規劃教育概念，希望協助中學生尋找人生方向、生涯規劃；除了升學就業的認識及準備，亦重視對年青人的人生方向、個人興趣及正面價值觀的培育。本計劃於 2024 年 3 月至 2025 年 8 月進行（為期 18 個月），透過一系列的個人能力提升、多元出路認知、升學選擇及職場探索：包括自我認識工作坊、解難日營、興趣體驗日、職場參觀、模擬工作體驗活動、工作實習等等，讓學生親身參與，從經驗中學習，以分享及回饋，引導學生尋找自己心儀的道路。

由於獲得青年生涯規劃活動資助計劃撥款贊助，全期費用全免。本年度之活動內容請參閱通告附件（一）。另外，在各項活動中，計劃社工及導師將會進行攝影及攝錄，有關之照片及影片將有機會用作日後活動宣傳之用。如對計劃之安排有任何查詢，歡迎致電計劃社工蕭海懿 Thea 姑娘（電話：28357571）作進一步了解。

請 貴家長簽覆回條，並囑貴子弟於 4 月 5 日（星期五）或以前將回條交予施錦發老師。如有任何查詢，請致電 2433 1282 與施錦發老師聯絡。

此致
貴家長

校長

張美美 謹啟

2024 年 3 月 22 日

《Life Rider》生涯規劃活動計劃 - 家長通告

通告(147)

請於 2024 年 4 月 5 日 (星期五)

將回條交予施錦發老師

學生姓名：_____

班別：_____ ()

聯絡電話：_____

敬覆者：

本人 ☐ 同意 / ☐ 不同意 小兒/小女參加《Life Rider》生涯規劃活動計劃。同時明白及同意本計劃之活動安排、疫苗接種要求及攝影/攝錄的安排。

此覆

明愛聖若瑟中學校長

家長/監護人簽署：_____

家長/監護人姓名：_____

聯絡電話：_____

簽署日期：_____

附件一：

學生活動			
活動	日期	地點	內容
《Life Rider》 組前認識 工作坊	2024年4月	明愛聖若瑟中學	透過組前認識工作坊，初步與學生互相建立關係，並鼓勵學生表達對計劃的期望
社工駐校服務 (一至六)	2024年3月至 2025年5月	明愛聖若瑟中學	透過駐校形式進行入校活動，與學生建立互信的關係和加深學生對生涯規劃的了解，藉此推動學生積極參與計劃活動及提供適切的個人化支援服務
個別生涯輔導 (一至三)	2024年3月至 2025年7月	明愛聖若瑟中學	透過個別輔導，協助學生更認清自我性格、能力及價值觀，探索及清晰了解個人規劃的方向
計劃啟動禮 (聯校)	2024年5月4日 (六)	童軍百周年大樓 (灣仔)	向參與學生介紹計劃目的，內容及流程及以生命故事勵志分享活動作引導等等，鼓勵學生作出參與承諾並啟動計劃
「解難Power up」 成長日營 (聯校)	2024年5月11日 (六)	待定	透過不同體驗活動，認清個人能力以增強個人自信心，並在訓練團隊合作的同時，引導學生訂立目標、善用時間管理及解難能力
「相識・相知」 自我認識工作坊 (聯校)	2024年6月22日 (六)	待定	透過自我認識工作坊，讓學生增加自我認識，發掘自己優勢強項，並以全新的角度去理解及欣賞人與人之間的異同，促進互相接納和認識
「有型有格」 形象提升 工作坊	2024年 5-8月 (待定)	明愛聖若瑟中學	透過形象提升工作坊，讓學生學習整理儀容和禮儀的重要性，提升學生自信心和了解職場穿著禮儀，培養職場軟技巧等，藉此建立正面的工作態度
「我有say」 學生主導 學習工作坊 (一、二)	2024年7-9月 (待定)	明愛聖若瑟中學	透過學生自主學習策劃和執行實務工作，賦予他們在計劃中的發言權，藉此培養學生的自我決策能力，同時有助他們洞悉不同行業的發展機遇，擴闊生涯路徑
「興趣體驗遊學 園」興趣體驗日 (聯校)	2024年7月6日 (六)	待定	透過興趣體驗日，讓學生了解及認識個人興趣及初探相關職業導向發掘個人潛能和提升自信心
「職場・足跡」 職場參觀 (聯校)	2024年8月31日 (待定)	待定	透過參觀公司和企業，讓學生掌握對不同行業的最新發展及對未來機遇有更多認識，藉此擴闊視野
《Life Rider》 生涯規劃 工作坊	2024年12月 (待定)	明愛聖若瑟中學	透過生涯規劃工作坊，讓學生增加自我認識及提升自信心，引導學生對未來的生涯規劃有更多的探索和思考，打開更多的可能性，探索自己的路向

「MyWork」 模擬工作 體驗日 (聯校)	2024年12月前 (待定)	待定	透過模擬工作體驗日，協助學生學習核心工作價值，明白工作世界的運作和僱主對員工的要求，以增加他們的競爭力及工作滿足感
工作實習計劃 (預備小組一、二)	2024年12月前 (待定)	明愛聖若瑟中學	使學生對職場的運作有更深入了解，明白不同崗位職務，加強學生溝通及解難能力
工作實習計劃	2024年12月至 2025年7月 (按實習單位 個別安排)	待定	使學生對職場的運作有更深入了解，明白不同崗位職務，加強學生溝通及解難能力
師友分享活動 (聯校)	2025年1-4月	待定	透過師友以互動劇場形式分享其個人的經歷及個人發展機遇，從中提升學生待人接物的態度及技巧
基礎生涯規劃 活動	2025年1-4月	明愛聖若瑟中學	透過不同的活動，讓學生學習及體驗不同主題的生涯規劃概念
個別生涯輔導	與學生個別安排 進行	明愛聖若瑟中學	就計劃的進度，協助個別學生更認清自我性格、能力及價值觀，探索及清晰了解個人規劃的方向
成果展示活動 (籌備小組)	2025年5-7月 (待定)	明愛聖若瑟中學	讓學生展示計劃所學並從中獲得成功感
成果展示活動 (聯校活動)	2025年7月 (待定)	待定	讓學生展示計劃所學並從中獲得成功感
家長活動			
家長 個別諮詢	待定	待定	社工透過不同形式為參與計劃的學生家長提供個別諮詢，讓家長認識子女之現況，了解子女在生涯規劃中遇到的困難及不同之機遇，協助子女規劃多元化的出路
家長快遞 (聯校)	待定	待定	協助各校家長認識「SUPER」概念，藉此讓家長了解生涯規劃的框架及建立正確的親職生涯規劃概念
家長成果分享會 (聯校)	2025年7月 (待定)	待定	讓家長一同分享及見證學生計劃所學