



## 升學及就業輔導組通訊 (一)

### 規劃人生 SMART-D

#### 生涯規劃知多少？

2015/09/23 星期三 12:25

調查指8成人不知道何謂生涯規劃

讚好 0 | 分享 0 | Tweet 0



香港賽馬會慈善信託基金會委託香港大學民意研究計劃，於 8 月 25 日至 30 日訪問逾千名 18 歲或以上人士，發現 8 成受訪者不知道何謂生涯規劃。

#### 生涯規劃教育背景：

教育局由 2014/15 學年開始，為中學提供生涯規劃津貼，以促進學校統籌及推動生涯規劃。

本校以每個學生的全人發展為目標，希望透過生涯規劃教育，讓學生獲得所需知識、技能和態度，再配合他們的興趣、能力和方向，從而作出明智的升學／就業選擇，並將事業／學業抱負與全人發展和終身學習連結。

#### 羅校長的話：

在茫茫大海中，航行者若欠缺羅盤或雷達的話，他們會迷失方向，從而感到焦慮不安。同樣地，在人生旅途上，我們若欠缺方向，生活會變得漫無目的，虛度光陰，最終或會一事無成。

感謝升學及就業輔導組給同學們一幅十分清晰的生涯規劃路線圖

—— SMART-D。

盼望同學能按著路線圖的指引，從自我認識出發，一步一步地實踐自己的夢想，過一個有目標、有方向的人生。

作為「五記」的學生，你又認識生涯規劃嗎？

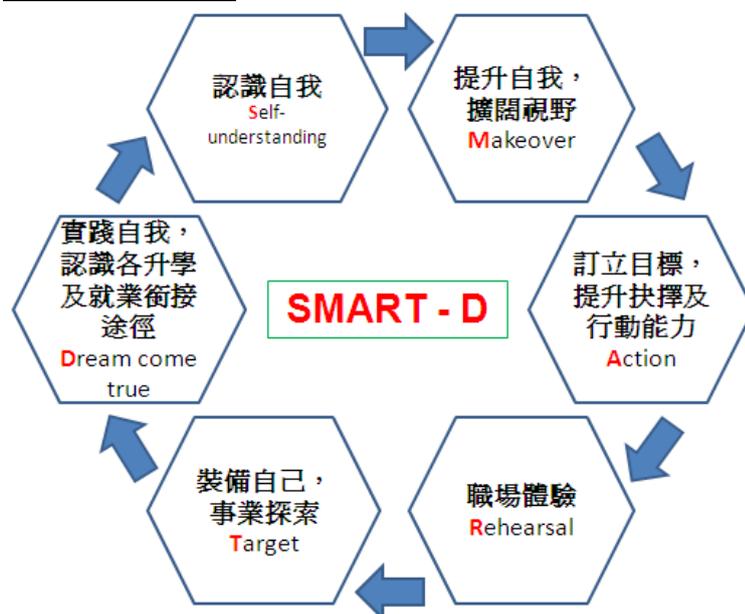
生涯規劃理念：

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。

(梁湘明教授，2007)

想 SMART D，不妨參考一下本校的生涯規劃路線圖啦！

#### 五記 SMART-D



## 你知道學校於去年舉辦了甚麼與生涯規劃相關活動嗎？

### 織夢·「職」動生涯規劃課程 - 職業「體」真D (技能訓練班)



這個活動讓我學會製作皮革小物的知識，技巧和概念，擴闊了自己的眼光。認識到不同行業的發展和工作模式，亦明白到出路的多元化。 5D 汪嘉蔚

在課程中獲益良多，讓我明白到必須為自己的理想努力，在技能上和人生道路上都受到啟發。

5C 許少芬

### 織夢·「職」動生涯規劃課程 - 實戰前傳 (暑期工作體驗計畫)



我學會了要對每樣事情也要有耐心及需要用心對待。我對甜品製作行業更加了解及清楚前路。 5B 譚安旂

### 教育局商校合作計畫 - 參觀海關訓練學校



### 香港理工大學應用社會科學系

### 2014-15 中學生生涯發展朋輩輔導計畫



### 五旬節中學與香港專業進修學校夥伴協作計畫 - 電視製作實戰體驗



### 同學心聲

- 能了解到不同部門的入職要求和該行業的狀況
- 能了解海關工作內容／範疇、職責、訓練情況和薪酬
- 了解到現實與想像的工作存在差異



### MBTI 職業性向測驗及工作坊



對於沒有明確目標的人，這講座非常有意義。讓我認識自己的性格，尋找合適自己的工作。我能透過此問卷再細心考慮將來可能從事的工作。 6A 李玉欣

### 中三升高中選科講座及午間選科分享會



### 其他活動

職業講座及中六級集會、面試技巧工作坊、小組諮商服務.....

Dream come true



~~ 歡迎同學踴躍參與本年度活動 ~~