

生涯地圖目標



目標：

透過提供升學資訊，包括升學機會、就業途徑及支援機制等讓學生認清自己的學業興趣、能力及事業目標，建立、檢視、重整個人的學習計劃及事業路向

成果：

完成整本《生涯地圖》後，它將成為學生個人事業檔案，幫助他們回顧高中階段的學習經歷，也是中學階段的成長摘記

短片(4分鐘激勵片段):

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=5IXQYCJUGNE](https://www.youtube.com/watch?v=5IXQYCJUGNE)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=TH2Q7CE8LFC](https://www.youtube.com/watch?v=TH2Q7CE8LFC)



7B：我在學業方面的潛力

目標：

學生能反思現時的情況並設立符合現實情況的行動方案

根據內在個人因素及外在環境因素，來評估某一項課程是否適合自己

學科 / 課程一： []		
	幫助達成目標的	阻礙達成目標的
個人 (內在的)	個人優點 (Strengths)：你有甚麼優點可能配合這學科？	個人缺點 (Weaknesses)：你有甚麼缺點可能阻礙你學習這學科？
環境 (外在的)	機會 (Opportunities)：社會上 (例如：教育政策) 有甚麼機會可能配合你學習這學科？	威脅 (Threats)：社會上 (例如：經濟不景氣) 有甚麼因素可能阻礙你學習這學科？

填寫例子

學科 / 課程二： []		
	幫助達成目標的	阻礙達成目標的
個人 (內在的)	個人優點：你有甚麼優點可能配合這學科？	個人缺點 (Weaknesses)：你有甚麼缺點可能阻礙你學習這學科？
環境 (外在的)	機會：社會上 (例如：教育政策) 有甚麼機會可能配合你學習這學科？	威脅：社會上 (例如：經濟不景氣) 有甚麼因素可能阻礙你學習這學科？

學科 / 課程一： 城大社工系		
	幫助達成目標的	阻礙達成目標的
個人 (內在的)	個人優點 (Strengths)：你有甚麼優點可能配合這學科？ 易與人建立關係, 有好溝通技巧	個人缺點 (Weaknesses)：你有甚麼缺點可能阻礙你學習這學科？ 懶散, 成績不好, 分數未達這科要求, 不夠耐性
環境 (外在的)	機會 (Opportunities)：社會上 (例如：教育政策) 有甚麼機會可能配合你學習這學科？ 學校提供很多義工機會, 可以裝備自己服務別人的技巧	威脅 (Threats)：社會上 (例如：經濟不景氣) 有甚麼因素可能阻礙你學習這學科？ 社會上讀社工的人很多, 可能會難找到工作

7C：我在職業方面的潛力

目標：

學生能反思現時的情況並設立符合現實情況的行動方案

做法：與7B的做法相似，先作職業資料搜集，然後填寫下表

目標及教學原理與 7B 相似，以下是一些職業探索的例子：

填寫例子

職業一： 酒店經理

	對達成目標有幫助的	阻礙達成目標的
個人 (內在)	個人優點 (Strengths)：你有甚麼優點可配合這份職業？ 1. 喜歡游說他人	個人缺點 (Weaknesses)：你有甚麼缺點可能阻礙你發展這份職業？ 1. 不擅於自我表達
	2. 藉工作爭取回報	2. 不懂得依循規則
	3. 熱衷參與社交聚會	3. 討厭按程序工作
環境 (外在)	機會 (Opportunities)：社會上有甚麼機會可助你投身這份職業？ 1. 政府大力發展旅遊業	隱憂 (Threats)：社會上有甚麼隱憂可能阻礙你投身這份職業？ 1. 旅遊景點安全問題的負面消息
	2. 相關課程的學額增加	2. 隨著行業的發展，相關的人力市場逐漸飽和
		3. 鄰近地區的競爭相當大

7B及7C

目標：同學透過以上練習能理解到大多數「不能改善的能力」都可轉為「能改善的能力」

提醒：

檢視學生所提出的要求是否與現實情況相乎，是否具體（即有沒有完成的指標及客觀評估的方法）

協助同學訂定短期如半年-1年、長期如3-5年的目標和即時目標。

7 C 填寫例子

7 B 填寫例子

請圈出以上結果，重讀或你的職業目標，你說出現在自己所欠缺的是哪幾能力？試討論這些能力為何難以改善和不能改善原因：

能改善的能力		不能改善的能力	
1	體能	1	市場的觸覺
2	時間管理技巧	2	創造力/創意
3	視力	3	精明細心度

請再圈出「不能改善的項目」一欄，這些項目是真正的不能改善，還是你不願應該更進呢？真的不能改善的例子：個人身高，如警察對候考生的身高要求為男性1.6米高，女性1.53米高；並非不能改善的例子：如學歷、如聰明程度等。先與你的同行伙伴討論，再作以下總結：

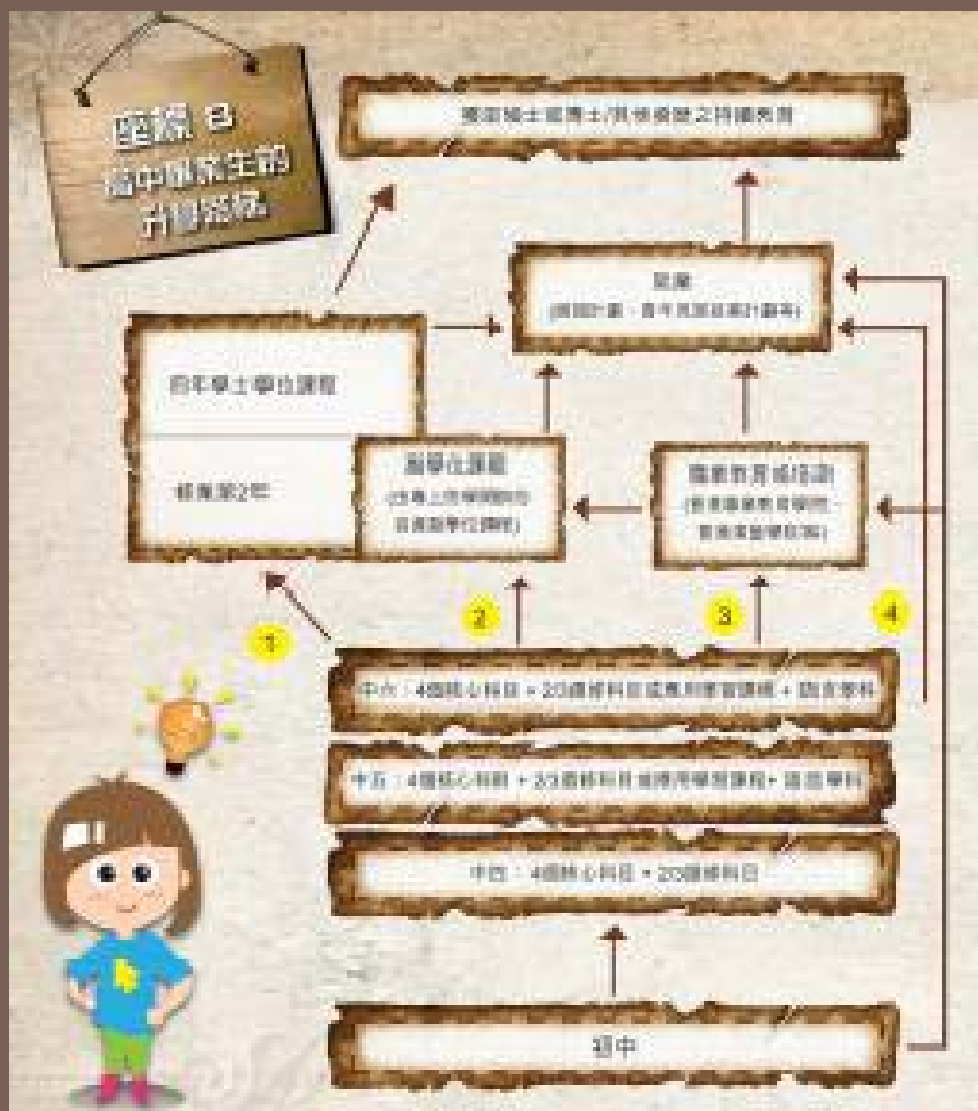
經討論後認為仍可改善的能力		改善行動方案	
1	無幽默感	1	多看笑話
2	市場的觸覺	2	多留意新聞、雜誌和市場資訊
3	創造力/創意	3	報讀創意課程，增廣見聞

請圈出以上結果，重讀或你的職業目標，你說出現在自己所欠缺的是哪幾能力？試討論這些能力為何難以改善和不能改善原因：

能改善的能力		不能改善的能力	
1	群體合作	1	音樂的天分
2	不想讀書	2	聽覺
3	電腦軟件應用	3	味覺

請再圈出「不能改善的項目」一欄，這些項目是真正的不能改善，還是你不願應該更進呢？真的不能改善的例子：個人身高，如警察對候考生的身高要求為男性1.6米高，女性1.53米高；並非不能改善的例子：如學歷、如聰明程度等。先與你的同行伙伴討論，再作以下總結：

經討論後認為仍可改善的能力		改善行動方案	
1	創造力/創意	1	多留意身邊的事物
2	精明細心度	2	報讀 EQ 課程，增強動機




座標八：高中畢業生的升學階梯

目標：

※學生能了解高中畢業後的升學出路及其收生要求

* 學生自行閱讀，班主任可抽問以檢查同學有否閱讀



以資格代碼分類，按大學聯紀所申請的大學課程 (2008年進入學)

代碼列表
Course Type: D = Diploma, A = Associate Degree, H = High Diploma

學校列表
CUHK = City University of Hong Kong
HKBU = Hong Kong Baptist University
POLU = The Hong Kong Polytechnic University
CUHK = Chinese University of Hong Kong
HKUST = Hong Kong University of Science and Technology
HKU = Hong Kong University
LSU = Lingnan University
HKIE = Hong Kong Institute of Education
DUKE = Queen University of Hong Kong

Realistic 實際型			Investigative 研究型		
Subject Program Title	Include offering degree course	Include offering HD or all courses	Subject Program Title	Include offering degree course	Include offering HD or all courses
Realistic 實際型					
Accounting	ACC	None	Accounting	ACC, ACC*	
Banking	ACC, FBA, FBA I		Acting	ACC	
Investigative 研究型					
Chemistry	Chem		Acting (Cont)	ACC	
Civil and Structural Engineering	CSE		Applied Physics	ACC	
Electrical & Electronic Engineering	ELE		Computer Science	ACC, CBA, CBA*, CBA I, CBA II, CBA III	
Industrial Engineering	IND	None	Mathematical Sciences	ACC	
Manufacturing Systems Engineering	MSE		Statistics and Operational Research	ACC	
Realistic 實際型					
Building Engineering	Dist. BEng, Dist. BEng*	Dist. BEng*	Computer Science	ACC, CBA, CBA I, CBA II, CBA III	
Mechanical Engineering	MECH		Computer Engineering	ACC	
Metallurgical Engineering	Dist. Metall, Dist. Metall*		Engineering	ACC	
Industrial Engineering	Dist. Ind, Dist. Ind*		Applied Chemistry	ACC	
Metallurgical Engineering	Dist. Metall, Dist. Metall*		Environmental Science	ACC, CBA I	
Product Production Technology	Dist. PPT	Dist. PPT	Environmental Studies	ACC, CBA, CBA I	
System Chemistry	Dist. Chem		Sociology	ACC, CBA I	
Chemical Engineering	Dist. Chem		Investigative 研究型		
Applied Physics	ACC, CBA, CBA I		Advanced Science	ACC, CBA	
Computer Science	ACC		Science	ACC	
Computer Engineering	Dist. CEng		Advanced Engineering	ACC, CBA, CBA I, CBA II, CBA III	
Investigative 研究型					
Advanced Science	ACC, CBA	ACC	Computer Engineering	ACC	

座標九: 大學之「道」 (JUPAS 內課程)

目標:
* 學生能知道有哪些學科與自己的荷倫代碼相符，
開拓學生的學科選擇及為一些無方向的學生提供方向，
引發他們思考

* 讓學生知道哪些院校有自己心儀的科目，可在 JUPAS 內選擇

* 能力較弱的班別可略過此座標，閱讀座標九及十

* 學生自行閱讀，班主任可抽問以檢查同學有否閱讀

座標十:高等教育及進修機會 (J U P A S 外課程)

座標 10
高等教育及進修機會

以荷倫代碼分類的國際性高等級文憑課程 (2009年準人學)

代碼清單:
Institution:
Course Type: P = Foundation, PAQ = Pre-Associate Degree, AD = Associate Degree
Institution:
CPCC = Caritas School College of Caritas
CPAC = Caritas Fookoonkai College
CHCH = CityU College of Higher Education
CCCU = City College of City University
HBSU = Hong Kong School of Commerce
HKAC = Hong Kong Art School
CUHK = Hong Kong Baptist University - College of International Education
BUIC = School of Continuing Education of the Hong Kong Baptist University
HKCT = Hong Kong College of Technology
HKIT = Hong Kong Institute of Technology
CCIU = The Community College of Lingnan University
IUE = Institutes of Further Education
CUHK = The Chinese University of Hong Kong - School of Continuing and Professional Studies
CUHK = The Chinese University of Hong Kong - Tung Shai College of Health and Community College
NIPU = The Hong Kong Institute of Education - Institute of Continuing and Professional Studies
HKU = The Hong Kong Polytechnic University - Hong Kong Community College
PAPD = The Hong Kong Polytechnic University - School of Professional Education and Executive Development
CUHK = The Chinese University of Hong Kong
SPACE = The University of Hong Kong - HK SPACE Community College
WU = WU - Advanced Business and Information Systems, WU, WTC
NIPU = Hong Kong Institute of Vocational Education, NIPU, VTC

Realistic 實際型		Technical/Vocational 技術/專業型	
Course / Program Title	Institution offering H/U or AD courses	Course / Program Title	Institution offering H/U or AD courses
Product Design	HK	Automotive Engineering	HK
Product Development	HK	Civil Engineering	HK
Project Management	HK	Electrical and Electronic Engineering	HK
Business Management	CU	Mechanical Engineering	HK
Biological Sciences & Food	HK	Electrical and Electronic Engineering	SPACE, HKU
BA		Metallurgical Engineering	HK
Business Management	HK	Industrial Engineering	HK
BA		Automotive Technology	HK
Product Development	HK	Industrial Engineering	HK
Business Studies	HK	Advanced Technology	HK
Construction Technology & PM	HK		
Business Management	HK	Investigative 研究型	
Business Studies	HK	Course / Program Title	Institution offering H/U or AD courses
Business Management	HK	Computer Science	HK
Business Management	HK		
Business Management	HK		
BA	HK, HKU, HKUST		
BA	HKUST		

- 目標:
- ※學生能知道有哪些學科與自己的荷倫代碼相符，開拓學生的學科選擇及為一些無方向的學生提供方向，引發他們思考
 - ※學生知道哪些大專院校有提供自己心儀的科目，可在 J U P A S 以外選擇

* 學生自行閱讀，班主任可抽問以檢查同學有否閱讀

座標 13
回顧過去、展望將來
我的生涯劇本

「其他學習經歷」是建基於你的學習歷程，「學生學習概覽」 Student Learning Profile (SLP)就是個人學習經歷的結集。好好運用《生涯地圖》裡各個座標，分給給你的資料，要編寫一份能立體展現你的特質、潛力的「學生學習概覽」，絕對有可能。

而這一站將會協助你編寫SLP的第二部份：**個人自述**。要完成這一任務，最大的挑戰是要突出「獨特的你」。寫作功力固然不可少，但關鍵的因素，是要透徹地了解自己的興趣、性格、特徵、技能及個人理想。雖然如此，只要你曾認真地完成屬於你的《生涯地圖》，你將更有把握和信心完成這份「個人自述」。

你的「個人自述」能幫助你：

- 有系統地處理自己的資料，因為你曾認真地選擇、思考及反省自己的長處和弱點
- 就著你選擇了人生的方向和怎樣達成理想，計劃將來
- 透過你已綜合及整理了「其他學習經歷」的紀錄，使別人更容易了解你
(可能是大學收生負責人、僱主，或十年後的你)
- 回顧過去、計劃未來

以下是一些能幫助你完成「個人自述」的小提示：

策略 1：找尋你的舞台


- 重溫所有在《尋找生命的色彩》和《生涯地圖》的資料，回顧並紀錄你學業上及學業以外的一切，包括收集成績表、證書、個人履歷，甚至是你曾撰寫的重要文章(例如投稿在校報或校際比賽的文章)，再按照**時序排列整理**
- 這些紀錄有否展示你的成就、進步或成長？如有，請**選取這些重要的文件**
- 這份「劇本」是一個讓你發光發亮的小舞台，這並不是填補表格便可以完成的部份，相反，這需要你的回憶並細心地計劃、分享你閃亮的時刻

策略 2：踏上舞台前的每一步

一份成功的生涯劇本必須建基於：自我介紹及以高中生的身份介紹自己的潛能。你可以在以下的數點中找一些能展示你潛能、目標或理想的實例：

- 興趣
- 完成過的報告
- 曾擔當的職責
- 成就
- 你認為對你有重大影響的人生事件
- 你曾經克服的挑戰和難關
- 令你想升讀某學科的人生大事
- 令你想升讀某學科或在此類別進修的人
- 促使你以某職業為目標的原因

一些能反映我的個人潛能或專業目標的性格或成長事件：



76 生涯地圖 • 高中畢業發展學習工具

版權所有 請勿複印

座標十三：我的生涯劇本

目標：

※學生整合自己的經歷及想法，寫出個人自述

