

Preparing Students for Successful Transition in the NAS

《尋找生命的色彩：新高中科目選擇及個人抱
負的探索》教師指引
(中文版)

HKACMGM



2013



《尋找生命的色彩：新高中科目選擇及個人抱負的探索》教師指引

設立指引目的

「尋找生命的色彩」生涯規劃的學習工具是一本為老師帶領學生使用而設計的綜合生涯輔導工具。生涯輔導著重學生自身投入及自我生涯規劃，從而尋找、獲得及分析資料的教育。這工具提供綜合豐富的資料，包括初中生發展路向及學科資料，並幫助學生反思不同的學習經歷，體驗連串具考驗的自我發現過程。此項漸進而持續的自我發現，能有效幫助初中學生確認高中學習目標，甚至提升個人學習及社交能力。

中二及中三學生為自己設立一個初步的高中學習計劃（所謂「初步的」，是指學生效在中三階段為高中三年訂定的初步學習方案。我們的理想是學生經過實踐、第一身體會學習各學科的情況後，能於中四有機會檢視學習情況，考慮更多升學及生涯規劃的因素，從而調整高中學習計劃），必須認真而深入的思考，並建基於以下幾個因素：

- 學生的個人興趣、特質、學業取向及將來的理想職業
- 了解升學及進修機會並切實地達成個人目標
- 學生能把自我認識與將來升學就業的機會掛勾——這是學生必須明白，亦即是我們所指的「充份知情的選擇」（“informed choice”）
- 學生應為自己的選擇負責，因為這個選擇將會影響他們的就業路向及機會
- 學生應最少有一個次選或後備計劃
- 學生需要根據自己的成長經歷，反覆檢視，從而改善個人的學習及事業計劃

以下的概念架構圖概括了上述數點：

（請留意學生生涯規劃是一個持續而循環的反思過程）

圖一：生涯規劃流程圖





幫助學生去確認目標是一件積極而富啟發性的事，要是學生能注重將來的發展，他們便會更有動力去達成理想及努力學習。而生涯規劃的工具不但能幫助學生在學業成績上取得進步，更有助他們去計劃人生，思考未來。

學生生涯規劃的工具的高中學生適用版本《生涯地圖》亦會跟初中版本有緊密的聯繫。高中版本將會聯繫高中學習和大學學科選擇、擇業決定及人生目標。

以下是**學習重點及小提示**，讓教師參考使用。我們沒有編寫任何詳細的教案，因為最理想的教學模式不可能是「依書直說」，教師應根據學生群體的背景、需要及其他客觀因素（例如班級人數、學習能力、班主任課的時間分配等），以專業判斷規劃課堂上內容，靈活配合活動及分組模式（例如二人一組或作小組討論），探索最適切的校本生涯輔導模式。

使用本學習工具的基本建議：

	活動名稱	建議課堂時間 (分鐘)	活動模式		
			支持伙伴	小組討論	大型活動
	整裝待發：如何才能找到你的生命色彩	30		★	
第1站	為自我探索旅程作好準備				
1.1	『我是誰?』 — 我的第一個自傳	40-60	★	★	
1.2	檢視我的學業成就和學習能力	40-60	★		
1.3	透過參與校內和校外的不同學習經歷，我學到甚麼？	40-60	★	★	
第2站	事業座標：把我的性格特徵、學業和事業取向連繫起來				
2.1	宴會的談話對象	30-120	★	★	★
2.2	事業座標：我的興趣檔案	40			
第3站	了解高中課程所提供的學習機會及科目選擇				
3.1	高中畢業生的升學階梯	20			
3.2	高中課程架構	20			
3.3	高中科目簡介	40-120			
3.4	校本選修科目組合及選修機制	60	★	★	
第4站	如何到達目的地？	40-60	★	★	
	我的行動座標				
第5站	支持伙伴座標	40-60	★		



建議活動

專題：將敘事輔導結合生涯規劃 (Narrative Counselling in Career & Life Planning)

別人或自己的故事，是反思各類在成長歷程中經驗的好機會；每一段關鍵的事件和片段，無論是孩童時與家人的關係、個人興趣的源起，以及學習過程中得到的成就或面對的挫敗，都不自覺地影響、塑造「今日的我」。敘事的過程，本身就是敘事者將已沉澱的回憶和經驗重新賦予個人意義的歷程。

邀請學生編寫和分享他們的成長故事就是一個輔導的過程；當然，故事不要寫了就罷，個別學生在過程中可能會勾地負面的情緒，教師須敏銳一點，為這些同學提供適時的跟進。5A、5B 和 6A 都是敘事輔導的相關活動。

故事的另一個獨特的功能，是透過別人曾經走過的人生片段，映照今天自己面對的難題或掙扎。

以下例子針對初中生於中三升中四時選科所面對的生涯抉擇而創作的故事。教師可先將故事（或因應學生群體特質而改寫的版本）用作課堂小組討論，刺激學生思考與自己也是息息相關的生涯課題。從經驗所得，這些故事都能有效令學生投入接續的生涯規劃活動

Example 1/例子一

潔明的煩惱 Struggles of Kit

潔明自幾歲開始，已對「機械人」產生興趣。潔明愛把積木砌成不同的機械人，然後當戰爭場面的大導演，這些「作品」也是潔明上美術課的好題材。有機會到玩具店，潔明會花上個多小時研究各款機械人的設計。

Since he/she was a few years old, Kit has demonstrated an interest in robots. He/She loved building robots with blocks, and be the director of the war scene figuring his/her robots; these robots was popular themes she used in Art lessons. When there is an opportunity, Kit would spend hours in studying the design of robots.

小學階段，潔明的成績一般。潔明不愛看故事散文，但對科學有關的讀物還算有耐性，《空想科學讀本》打破「超人世界」神話，潔明很崇拜那位日本作家。潔明當時的志願是當一個作家。任教中學英文科的潔明媽媽對此志願感到欣慰，當然，會計師才是她心儀的選擇。

Kit performed fairly in primary school. He/She didn't like stories or novels as children in his/her age, but showed endurance in reading science-related writings. *Imagine Science* broke the myth of the ultraman world and thus he/she adored the Japanese writer very much. Kit's dream was then a writer. Kit's mother, who was a secondary school English teacher, was pleased to learn that, though it would be great if Kit might consider her dream job an accountant.

潔明的學校有參加全港機械人設計比賽，上年度潔明那一隊還得到優異獎，潔明的英文不錯，所以那一次出賽擔任介紹員，負責向評審解說設計，而那次表現也深得同學認同。那次比賽，還讓潔明知道，大學裡有工程學院，那可能是一展所長的地方...



Kit's school won a merit prize in the inter-school robotics design competition last year, and Kit was a member of the team. Due to his/her outstanding language competence, he/she was appointed the presenter to explain their work in front of a team of adjudicators. His/her performance won applause of the teammates. Through that experience, Kit learnt that faculty of engineering might be a place he/she could actualize her potentials in the university...

中三選科，潔明的學校建議同學修讀 2X，也鼓勵學生選科時盡量以「文中有理、理中有文」為原則；學校還可協助學生於中五報讀專上院校開辦的應用學習課程。媽媽希望潔明選 BAFS，但潔明學校的時間表限制 BAFS 只能與物理對選，而另一個選修科則可能是經濟、化學或地理其中一科。潔明的好朋友慧慧早已決定選物理和化學。

Now Kit has to make subject election before promotion to senior secondary education. Kit's school recommends students to take 2Xs, with a good blend of science and arts related subjects; Applied Learning courses will be offered in S.5-6. Kit's mother hopes that he/she would take BAFS (Business, Accounting and Financial Studies), but according to the school time-tabling, BAFS and Physics are in the same block - that means Kit can only choose one of them; another block contains Economics, Chemistry and Geography. Kit's best friend, Wai, has decided to take Physics and Chemistry.

給同學的討論問題：(Discussion Questions)

- 潔明的學習能力、興趣、個人志向如何？
- What are the learning aptitude, interests and personal aspirations of Kit?
- 面對高中選科，有哪些因素可能影響潔明的決定？這些因素的相對影響力和重要性如何？
- Considering subject selection for senior secondary education, what influential facts may affect Kit's choice? How does each of these factor affect his/her choice?
- 若你是慧慧，你會給潔明什麼意見？
- If you were Wai, what advice would you give to Kit?
- 你認為潔明是男同學還是女同學？為什麼？
- Do you think Kit is a male or female student? Why?



Example 2/例子二

采瑩的抉擇

采瑩自小學開始，已感覺在學習上比較其他同學慢；尤其是在學習語文方面。除了媽媽在溫習上幫她一把外，她也要比其他同學多花心力及時間才能在默書得到及格的成績。采瑩只有上數學堂才得到滿足感。她對數字較為敏感，運算能力亦高，對於文字解題方面亦沒有太大的問題；只要不用默寫及作文、要應付一般解題，她是綽綽有餘。

雖然采瑩數學成績不錯，但由於中、英文成績稍遜，結果她被獲派一所“Banding”較差之中學。采瑩卻憑著標青的數學成績，被編入精英班，一直讀至中三。隨著歲月成長，在語文學習上的障礙更為明顯。由於學校的精英班全是成績較佳的同學，學校及老師們對該班要求及期望也較高，故此各科課程也較其他班艱深。采瑩從沒有在英文默書取得超過十分，中文默書也不及格。采瑩除了對數學有興趣，基本上對任何科目也沒有甚麼喜好。考試時只是盡力而為，成績平平。

采瑩個性也比較沈默、內向、溫純，喜愛聽音樂或以圖畫表達自己的感受。對自己將來的工作，沒有太多的憧憬，只知道自己的能力有限。除了繼續升上中四外，經老師介紹及往職訓局參觀，認識到一些職訓局所辦的二至三年制証書課程，感覺又新鮮、有趣又實用，希望一試。可是，媽媽的意思是：既然兩者也不用交學費，何不先升讀中四，讀得不好才考慮報讀。采瑩感到有點不是味兒，感覺媽媽不大瞭解她。

采瑩亦為到中三選科問題有點懊惱，正如上述所說，采瑩除數學科比較出色外，對其他學科也沒有很大的喜好，也沒有特別志願，現階段只希望日後中六畢業入讀 IVE 與數學或數字有關課程，如會計、測量等。要她從選修科目中選擇修讀 2X，好像有點困難。學校鼓勵學生選科時盡量以「文中有理、理中有文」為原則；學校所開設選修科如下：

新高中四至中六級課程表						
必修科	中文、英文、數學、通識					
第一組 選修科	物理	生物	經濟	地理	資訊及通訊科技	歷史
第二組 選修科	化學	組合科學 (化學及生物)	旅遊與款待	視覺藝術	企業、會計與財務概 論	中國歷史

給同學的討論問題：

- 從上文中你認為采瑩有何種潛能？
- 采瑩的學習能力、興趣、個人志向如何？
- 面對高中選科，有哪些因素可能影響采瑩的決定？這些因素的相對影響力和重要性如何？
- 若你是采瑩的老師，你會贊成采瑩報讀職訓局的課程而放棄升中四嗎？為什麼？



Example 2: The Choice of Choi Ying

Choi Ying has found herself learning comparatively slower than others since she was in primary school. She is especially weak in languages, word recognition and dictation. Whenever she has dictation, she has to spend a lot of time on revising the passage. Her mom tried hard to help her go through every dictation passage and test in languages throughout her primary education. As for the help of Choi Ying's mom and the less complicated curriculum in both English and Chinese, Choi Ying managed to get a marginal pass every time in dictations and tests. However, she has the talent of arithmetic and numbers. She likes thinking and doing mathematics exercises. She finds solving difficult mathematics problems is interesting and challenging. Other than dictation and writing composition, she has no problems in comprehending general mathematics questions.

Though Choi Ying was good at Mathematics, she was not that lucky to be allocated to a good secondary school for the poor results of the other two core subjects, English and Chinese. She was given a place in a "low banding" school to study Form one. However, Choi Ying was arranged to study in an elite class from Form 1 to Form 3 for her excellent results in mathematics after the screening test. The arrangement wasn't that good for Choi Ying as the class she studied was the best in the level. Teachers' requirements and expectation were high and the students were given more and more difficult tasks to do in all subjects especially in languages and mathematics. From then on, never did Choi Ying get higher than 10 marks in English dictation nor a pass mark in Chinese dictation. Other than mathematics, Choi Ying lost interest in studying. What she could only do was to try her very best in all tests and exams and her results could be expected always below average.

Choi Ying is quiet, introvert and kind-hearted. She likes to express her feelings through listening to music and drawing. She hasn't thought of her future careers nor her studies as she always feels inferior and failure in her study. After a school visit in a Vocational Training Centre (VTC), she understands that she can have choices to study a handicraft course other than Form 4 in New Senior Secondary (NSS). She finds that the courses in VTC are practical and interesting. She is considering enrolling a course instead of studying Form 4. However, Choi Ying's mom has different opinion. She thinks that under the government policy nowadays, both two courses, Form 4 in NSS and the handicraft course in VTC are free, why shouldn't Choi Ying try to study Form 4 in NSS first. If she can't manage, she can switch to the courses in VTC. To Choi Ying, she feels upset and having no choices. She also thinks that her mom doesn't understand her feelings and abilities.

Choi Ying now is having her worries on choosing subjects to study in Form 4. As mentioned above, other than Mathematics, Choi Ying has no special preference on all subjects. She just wants to study some courses related to Mathematics, such as Accountants and Surveying in Institute of Vocational Education (VTC) after Form 6. It is quite difficult for her to choose her electives. Her school encourages students to strike for a balance in choosing subjects with the perspective of widen their scope of learning. The subjects her school offering are as follows:



Form 4 to Form 6 Curriculum						
Core Subjects	Chinese, English, Mathematics, Liberal Studies					
1 st Elective	Physics	Biology	Economics	Geography	Information and Communication Technology	History
2 nd Elective	Chemistry	Combined Science (Chemistry & Biology)	Tourism and Hospitality Studies	Visual Art	Business, Finance and Accounting studies	Chinese History

Questions for discussion:

- What potentials does Choi Ying have?
- Can you tell the ability, interest and personal aspiration of Choi Ying?
- What factors will affect the choices of Choi Ying in choosing what she wants to study in NSS? Discuss also the importance of all these factors.
- If you were the teacher of Choi Ying, do you agree that Choi Yng chooses to study a course in VTC? Why?

第1站：為自我探索旅程作好準備

設立第1站是為了要協助學生了解他們的個人特徵。這一站分為幾個部份（完成一個部份大約四十分鐘至一小時），學生需要探索一些全新的意念，才能完成所有部份。對初中學生來說，自我探索尤其具挑戰性，因此教師可能需要放慢節拍，多邀請學生向伙伴/小組/全班分享。在這部份教師的角色是協助學生更了解及認識自我。

1.1：“我是誰？”——你的第一個自傳

學習目標：

- 作為自我探索旅程的熱身，學生會開始明白「認識自己」的重要性，亦應意識到同學之間在興趣及事業目標上的差距
- 透過「腦力激盪」（Brainstorming），學生能確認及說出自己的喜好，包括興趣、科目及課內外各種學習經歷等
- 學生能回想一些夢想的職業，並注意到他們的興趣隨著時間而變更
- 學生開始明白這些變更背後的原因，例如他們的價值觀及對將來的期望隨著成長而改變

學生樣本：

樣本1：



當我讀幼稚園的時候，我夢想的職業是 開花店 因為
我喜歡種不同的植物，尤其是花。

當我讀小學的時候，我夢想的職業是 時裝設計師 因為
可以設計很多我個人風格的衣服/晚裝。

現在，我夢想的職業是 暫時沒有 因為
很多職業都還在我腦海中思考解運。

樣本 2：

當我讀幼稚園的時候，我夢想的職業是 教師 因為
我看到老師教導學生的時候好像很快樂，小時候很想教導人。

當我讀小學的時候，我夢想的職業是 女警察 因為
我覺得他們很偉大，經常拯救有需要的人，我也想做一个偉人！

現在，我夢想的職業是 時裝/室內設計師 因為
我想將我的設計可以有很多人喜歡，我喜歡做設計。

小提示：

- 教師在介紹自我探索這個意念時，應該由淺入深地說明，使學生能反思自己的興趣。教師亦可以邀請學生分享夢想職業，並跟進提問這些夢想背後的原因和想法
- 在進行此部份時，教師和朋輩的角色是主動的「聽」，多給予學生肯定，接納學生多元的（有時甚至是奇怪的！）理想、職業選擇，切忌以批判的、質疑的角度對待學生坦誠的分享
- 多鼓勵及支持學生在群體中討論及分享
- 提醒學生帶備上學年的成績表以填寫 1.2

1.2：檢視我的學業成就和學習能力

學習目標：

- 學生能分辨到自己所擅長的科目和熱門科目的分別。而該學科分數的高低亦反映了他們的能力
- 學生能將他們對各科的學習能力、興趣具體化（1 至 5 分）
- 利用該表格上的資料，學生能認清自己的強項、弱項及各科的進步空間
- 而在「停一停，想一想！」的部份，填寫表格、以文字紀錄只是其中一種認識自己的方法。學生可以用圖像或分享、小組討論的形式完成這部份。然後重點式紀錄自己的所思所想。最重要的是學生曾經認真思考這些切身的問題，為自己的選擇負責

學生樣本：



停一停，想一想！

哪些學習範圍最能將你的興趣、學習信心和能力結合起來？

(家政, 電腦, 設計與科技) 方面

你對你的學習潛力有何認識？

其實我不知道我的潛力有多少，
但我知道自己所喜歡的是哪一科。

你認為自己在學習或學業需在哪方面改進？

我認為自己應有自律性，
自動自覺溫習，這是我需要改善的。

如需入讀理想的選修科目，你應在什麼科目上多下苦功？有什麼行動方案？

1) 我的理想選修科目是視覺藝術
2) 我認在設計和視藝下苦功
3) 在學校的學習以外，我會抽空自己練習畫畫

小提示：

- 設立這部份是為了具體化學生的學習能力，對各科的能力及興趣亦分為 1 至 5 分
- 學生應根據上學年的成績表填寫表格上的左三列，如沒有修讀該科目可留空該位置
- 教師應叮囑學生認真思考後，才填寫自己的「能力分數」、「學習信心分數」及「興趣分數」
「能力」是指學生過去在學業成績展示的學習能力；「學習信心」即指學生認為自己在將來在修讀此科時有多好的表現，他們亦可能認為在該科能考取好成績是靠運氣或是勤力，而非反映真正的個人能向；「興趣」則是學生對該科的主觀感覺，而真正的興趣應該能從其閱讀習慣或其他學習經歷中得到引證
- 在開初的階段，學生未必能理解或分辨以上三者不同，因此在此部份中，教師可扮演引導者的角色，協助學生了解幾個概念的差別
- 學生可以用自己喜歡的方式去完成「停一停，想一想！」的部份，例如跟伙伴分享、畫圖或小組討論，最重要的是學生曾經認真思考這些切身的問題，這個原則適用於所有「停一停，想一想！」的部份

1.3：透過參與校內和校外的不同學習經歷，我學到甚麼？

學習重點：

- 學生能確認三項對自己最具影響力，或最擅長的其他學習經歷
- 學生發現以上三項活動或比賽，曾對自己的興趣、知識、綜合能力及人生態度作出正面影響，而他們比以往更認識自己的強項和弱點
- 學生能指出自己所擁有的綜合能力及個人素質



學生樣本：

樣本 1：

其他學習經歷	綜合能力	個人素質
1. 義工活動	處理資料方面的相關能力: (綜合) (整理) 創新 分析 應用數據 解難 應用資訊科技	判斷力 可靠 有創意 (熱心) 適應力強 (能幫他) (靈敏) 圓滑 (有禮) (有耐性) (具責任感) 幽默 整潔 (有抱負) (認真) (誠實) (體貼) (隨和) 具冒險精神 (有幹勁) (友善) 觸覺敏銳 (堅毅)
2. 舍領班	處理人際關係方面的相關能力: 教導 談判 指示 游說 (溝通) (服務) (執行指示) (幫助)	
3. 交通平安隊	處理事務方面的相關能力: 處理事件 做事精確 (操作)	

停一停，想一想！

你可以從以上的其他學習經歷紀錄中評估哪些是最適合自己的學科或職業類別嗎？
 不可以，因為它們沒有直接的關係。

你能夠應用多少所學到的綜合能力在你的高中選科規劃和抉擇上呢？為甚麼？
 大部份，因為它們對於我將來在處理資料方面，人際關係方面和事務方面也有很大的幫助，可以訓練我對於處理這些方面的能力，提升到學業以外的能力。

小提示：

- 在多個自我探索的部份中，對學生而言這部份是較具難度及挑戰性的，因為這涉及學生對抽象理念的認知及自省能力
- 更重要的是，這部份將有助學生把其他學習經歷、（他們喜歡的）傳統課程、自我形象及自我能力掛勾。學生需要運用分析能力及判斷力去完成這部份，這些自我反省的能力對學生在高中階段建立學生學習概覽(SLP)非常重要
- 建議學生可以跟伙伴或同學，以二人一組的形式完成這部份。在活動中建立互相支持的



氣氛是非常重要的。

- 請學生回想一些曾經參予的活動，若果學生未曾參加過任何校隊或制服團隊，可以回想一些**日常的工作**（例如做家务、打掃或其他戶外活動）
- 學生需要深思這些活動能培養他們什麼種類的能力、技能，若學生能另外想到其他綜合能力及個人特質，可以在空白的位置填寫

第2站：事業座標：把你的性格特徵，學業和事業取向連繫起來

第2站涉及荷倫之性格類別與工作環境匹配論的理論，教師必須對此理論有基本的認知，才能掌握此站的教學活動設計。

以下是一些荷倫之性格精別與工作環境匹配論的基本理論：

- 職業選擇的過程和結果，是個人性向的顯露
- 興趣測驗是一種性向測驗
- 職業的刻板印象（“stereotype”）有重要的心理和社會含意
- 同一行業的工作者有共同的性向和成長歷史
- 事業發展是一個「人」與「社會環境」互相配對的過程

初中學生的事業取向尚未定形，仍在一個**可變的狀態**。因此在指導學生時，教師**不應帶有任何批判或結論的語氣**。而學生亦應該明白這個性向測驗目的是提供更多與他們興趣、性格及活動有關的資訊，亦有助高中選科及將來進修的潛在取向，而非對將來發展的任何預測。

這部份比較像打開一個天窗，讓學生發掘到更多不同的境地。

2.1：「彩」蜜派對及 2.2：由「彩」蜜派對到事業座標：你的興趣檔案

學習重點：

- 使學生認識**個人性格**能聯繫到**高中課程選擇和將來的職業**
- 學生明白他們需要認真地探究每個性向的內容與相關的升學機會和職業，及合適個人的程度
- 學生能分辨自己首兩個性格傾向類別
- 學生能進一步透過此活動**反思**自己的學業與自身興趣、將來抱負的關係，並定立「我的行動座標」



學生樣本：

停一停 想一想

看過你最喜愛的兩個座標和其他座標後，嘗試把以下的問題和你的生涯規劃連繫起來。
(你可能要和你的支持伙伴再次一起合作)

你會怎樣管理你的時間使你的潛質和天份能融會在工作或學習上？

我會將我的生活分成兩部分：學習及課餘，並在這兩方面上發揮我的潛質和天份。

你會做或學些什麼，從而得到最大的學習的滿足感？

我會學習急救課程、及訓練小學步驟。在這些活動中，我得到很大的學習滿足感。在急救課程中我可以學習救人；在訓練小學生步驟有很大成就感。

你會怎樣計劃你的高中課程和學習，使你能夠充分善用你的技能，配合你的性格和準備你將來有可能從事的事業呢？

我會在學業上努力讀書，吸收書本上的知識。在空餘時，我會繼續進修。我會參加與課程相關的課外活動，以充實自己。

就你在上述問題的回應，你現在會做或學些什麼，為自己在踏入高中前作好準備？

我現在會努力地讀書，看看對自己對哪一科更加有興趣。我也會參加急救班及訓練小學生步驟，以得到最大的學習滿足感。

小提示：

- 告訴學生「彩」蜜派對中的故事，簡單地介紹六組人不同的性格
- 詢問學生他們會到那一組（可在班房中以活動形式進行），如該組散去後，他們會想到哪一組？
- 應與 2.2 部份一起進行
- 可用一些視覺上的幫助，例如圖畫、錄影或玩具去介紹六組
- 解釋六個組別不同的職業取向，例如興趣、理想職業及個人特質等
- 向學生解釋這些結果並不是對學生升學及職業選擇的任何診斷，而他們在這階段的事業取向也未成形，因為他們的取向及興趣仍會隨時間和經歷而變更
- 鼓勵學生以小組形式討論：事業座標是否切合他們的個人特質，為什麼？

第3站：了解高中課程所提供的學習機會

設立第3站是為了向介紹學生所有高中課程（包括課程大綱、學習能力要求及升學階梯等），某些校本資料（例如選科組合、選科程序）須由校方提供予學生及家長參考。

3.1 高中畢業生的升學階梯



學習重點：

- 學生能對**升學路向**有基本的了解
- 學生能了解高中階段的科目選擇及機制，例如：應用學習課程

小提示：

- 簡單地介紹初中畢業生的升學階梯
- 教師應**客觀及理性地**介紹升學階梯，包括本地大學選擇、海外升學方法、副學士課程、高級文憑課程、職業培訓及就讀出路

3.2 高中課程架構

學習重點：

- 學生能認識高中課程架構，基本升學要求及修讀額外科目的條件
- 學生能對**高中科目有基本的概念**（尤其他們感興趣的科目），包括學生能夠透過本科的學習學到些甚麼、如何有效地學習該科及該科如何裝備學生為未來作出準備

小提示：

- 教師應清楚地講解高中課程架構
- 可以**簡單地介紹每科**的內容，讓學生能在課堂外有充足的時間再細讀各科詳盡的介紹
- 鼓勵學生在遇上疑問時主動發問
- **解釋作出「充份知情的選擇」的重要性**，學生可以重讀「給學生的信」並重新思考在選擇科目及人生抉擇時的原則（主要是為了給學生提醒這些重要的觀念及清除一些錯誤的想法）。科目介紹甚為詳細，所有內容均由課程發展處提供，甚具參考價值

3.3 選修科目組合及程序

學習重點：

- 學生能清楚了解學校的高中課程架構（包括選修學科、科目組合、輪選機制、中四能否重新審核選擇、可供選擇的應用學習課程等）
- 學生能根據自己的興趣、綜合能力、個人特質、事業目標定立一個**暫定的高中學習計劃**
- 學生能評估高中學習計劃的**可行性**並定下行動方案
- 鼓勵學生多作一個**後備/次選計劃**，並明白次選並不代表失敗

學生樣本：

個人選擇成功機會的初步評估：

應該可以成功入到這個班別。
因為這都是我有興趣的科目，
而且我認為中國歷史的成績也不錯。

若第一選擇或組合落空了，我的次選是：

班別1。



小提示：

- 這部份的資料應由學校提供
- 如時間許可，教師可以小組形式甚至個別約見學生，了解學生需要或困難
- 教師可視第3站為中三其中一項升學輔導活動（此類活動大多包括家長夜、高中學生分享、不同界別的校友及教師分享等）。學生亦應盡量從多方面涉獵不同層面的資訊，以保持客觀

第4站：怎樣到達目的地？

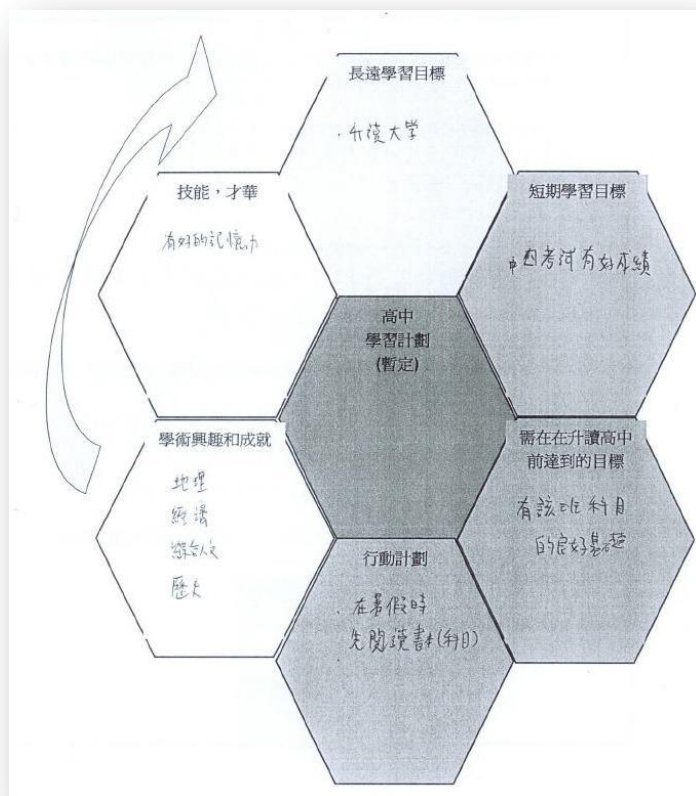
第4站是另一項較具挑戰性的活動，最重要是能整合生涯規劃的學習工具內的資料。完成「我的行動座標」後，這學習工具便會成為學生整個初中生涯的學習經歷回顧，學生能藉此回顧自己的成長、遇到的機會和限制。而學生亦應為自己的成長及完成首次生涯規劃而感到高興。

這部份的重點是幫助學生達標，亦是整個學習工具的核心項目。學生將為自己在高中的學習定立目標，教師亦應介紹如何定立一個 SMART 目標，然後填寫「我的行動座標」。

學習重點：

- 學生能重溫第1站至第3站，在重點記錄自己的學習興趣、學業成就、技能及天份，整合後完成「我的行動座標」
- 學生應主動地參予此活動，為達成目標而努力
- 在升讀高中後，學生仍需持續檢視自己的學習計劃，並作出適當的調整

學生 樣本：



小提示：

- 可舉例說明如何定下 SMART 目標



- 完成「學術興趣和成就」後以順時針方向完成（依隨箭咀指示）
- 引導學生根據較前部份的答案去完成「行動座標」
- 在填寫「行動計劃」一欄前，請學生認真思考自己願意做什麼來配合學習計劃，並仔細地紀錄下來
- 鼓勵學生視「行動座標」為不停進步的目標，並提醒他們作為年青人，會隨著自己的經歷而成長，所以行動計劃、學習計劃、以及事業取向亦可能會不斷轉變，這個暫定的學習計劃需要不斷檢視並作出修訂
- 如繼續採用高中版本的生涯規劃檔案，此「行動座標」將會是十分重要的起點

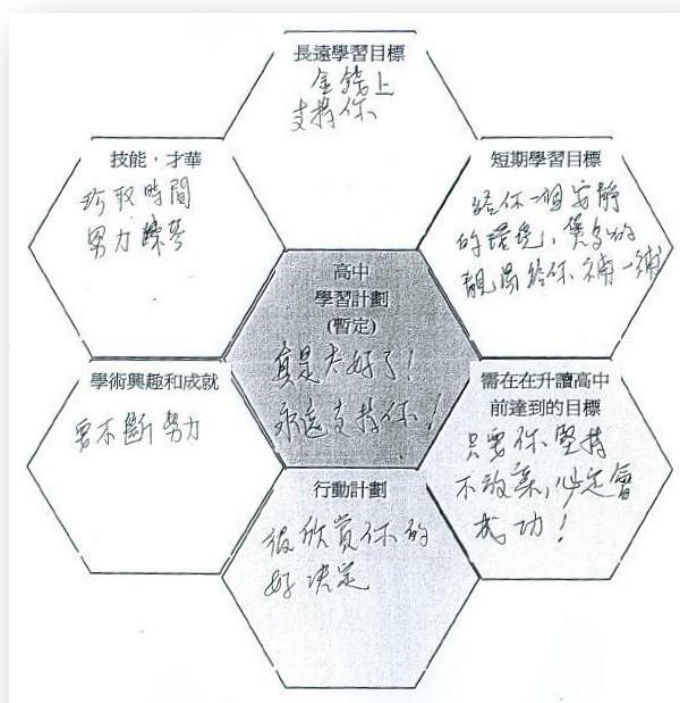
第5站：支持伙伴座標

這是生涯規劃的學習工具的最後一站，學生應比前更認識自己、能掌握基本的升學資訊及正在計劃如何落實「行動座標」。第4站及第5站是生涯規劃的學習工具的小總結，令學生能列出自己的目標，並時常提醒自己需如何落實執行計劃。在第5站中，學生可與信任的伙伴分享自己在「行動座標」中的目標，並諮詢伙伴的意見。

學習重點：

- 學生能從伙伴身上感受到支持和關懷
- 學生能學習聆聽及接納伙伴提供的具建設性的意見

學生伙伴樣本：



小提示：

- 鼓勵學生向伙伴分享計劃
- 學生在伙伴檢視及修改「行動座標」後，請他們向同學分享
- 這部份學生可在家中或課餘時間完成
- 給支持合作夥伴的建議：



- 支持夥伴對學生能激勵學生實現他們的計劃，持續不斷的努力。重要的是要提醒支持夥伴，他們的角色不是主管或教師，而學生在探索旅程的同行者。然而，如果父母願意充當支持夥伴，這些提醒就更重要了。
- 作為支持伙伴的正面質素，包括：多鼓勵、不隨意批判、多讚賞。
- 請不要用紅筆給學生評語（我們有時稱之為“紅筆綜合徵”），因為紅筆給學生一種你在批改習作用感覺，令人容易灰心，或將重點轉移到不斷掙扎計劃究竟是正確或錯誤。綠色或藍色的原子筆或鉛筆是較好的選擇。
- 還有一些建議：
 - ◆ 先閱讀學生在全本小冊子記下的內容和行動計劃，才給予整體的意見。
 - ◆ 嘗試先肯定他們的努力、長處，以甚至是願意踏出第一步去嘗試面對挑戰的心；往往，我們要在要給予提醒或指出別人不足之處前，先肯定對方的優點，會有更好的結果。
 - ◆ 鼓勵他們實踐行動計劃，並訂下時間表作中期評估，以修訂計劃，成功的機會會高一些。
 - ◆ 慶祝成功—即使學生存成就在我們成年人心目中是如何微不足道！