

職場影子或實習師友計劃 師友訓練



活動目的是提升友師：

- ✓ 對青年人文化的認識
- ✓ 對CLAP重要元素的認識
- ✓ VASK 與職位的關係

CLAP JIC
賽馬會 鼓掌·創你程





CLAP@JC 是為期10年, 結合跨界別資源的生涯發展探索計劃



- 連結學校、商界及社福機構
- 與青年共創可持續發展的生涯發展體系
- 順暢地由在學階段過渡至工作階段
- 發掘青年的才能, 創建屬於自己的人生路

從CLAP@JC看年青人的生涯發展



重整生命角色

享受經歷

探索多元出路

職場新趨勢

本港失業率跌至3.1% 政府指經濟續恢復

撰文：張偉倫

出版：2023-04-24 19:54 更新：2023-04-24 19:54



政府統計處今日（24日）發表的最新勞動人口統計數字（今年1至3時數字），經季節性調整的失業率由去年12月至今年2月的3.3%下至今年1月至3月的3.1%。就業不足率亦由去年12月至今年2月的1.3%下至今年1月至3月的1.2%。

hk01.com/財經快訊/891216/本港失業率跌至3-1-政府指經濟續恢復-料勞工市場進一步改善

2023年7月5日 星期三 9:50AM

30°C

明報新聞網

文章

主頁

每日明報

即時新聞

明報影片

明報生活

熱門話題：大灣區專輯·專訪陳智思·香港故宮開幕一周年·AI猜測我是誰·法國騷亂·耶倫訪華·怎防Deepfake詐騙

港聞

港聞二

2023年3月17日 星期五

失業率改善 就業人數再減1.2萬 李兆波：若不設法留人難「止血」

← 上一篇 下一篇 →

失業率改善 就業人數再減1.2萬 李兆波：若不設法留人難「止血」

Like 2

A+ A- [share icons]



青年的就業價值取向(WORK VALUE)

國際研究機構Universum 進行 ‘The most attractive employer in HK’ 調查，評估香港招聘市場中各公司及機構的僱主吸引力水平。調查發現，本港學生找尋工作時的要求如下：

2020

第1位 友善的工作環境

第2位 鼓勵工作生活平衡

第3位 專業培訓及發展機會

第4位 豐厚的未來薪酬

第5位 為未來職場生涯提供良好資歷

2019

專業培訓及發展機會

鼓勵工作生活平衡

僱主成功奪得年輕人才的策略

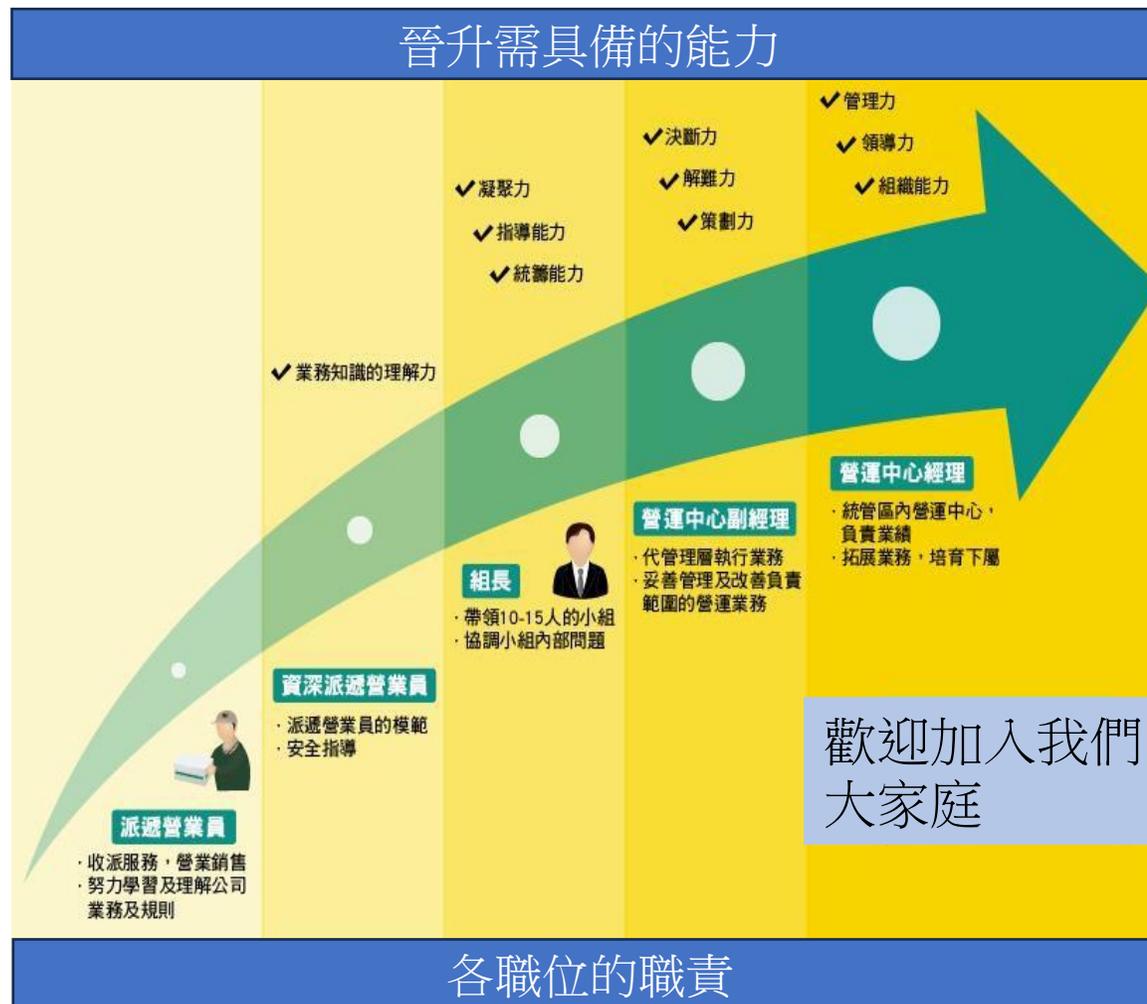


- 清楚了解企業的競爭對手
- 明白什麼能吸引目標人才
- 找出自己的競爭優勢
- 制定合適的企業品牌策略

策略一:具備清晰人才發展階梯

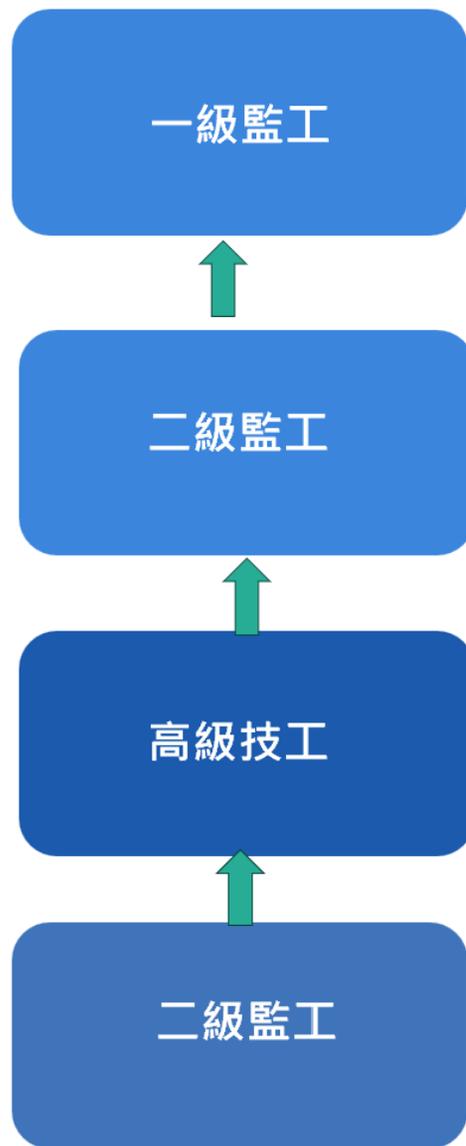
你認為哪一個晉升階梯較能夠吸引年青人才?

晉
升
階
梯
A

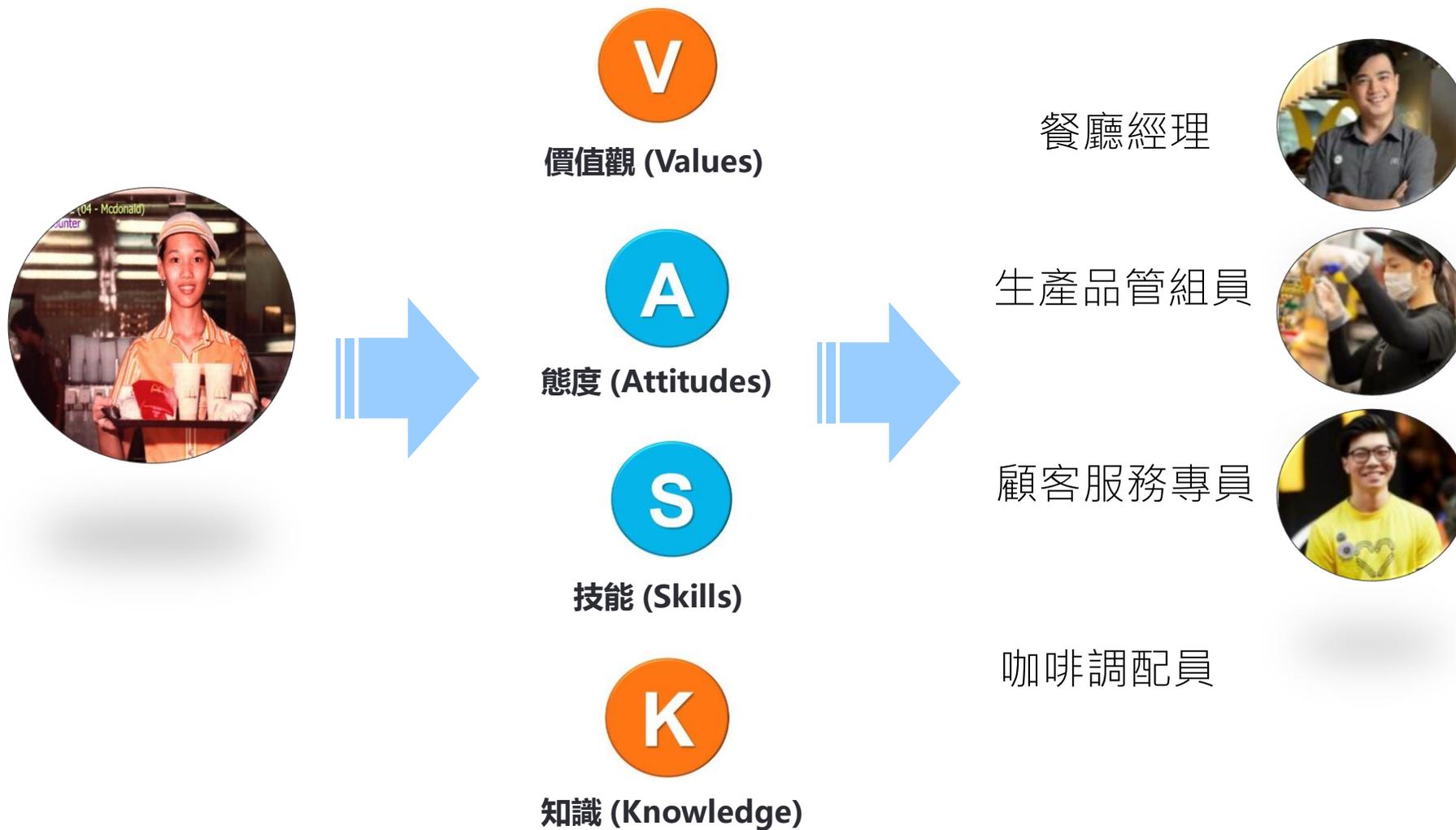


晉升階梯

B



策略二:人才配對 Talent-match



策略三:制定合適的企業品牌策略



策略四:友善職場文化



三多：多接納、多溝通、多鼓勵

多跟「新世代」溝通

以人為本，重視每一名「新世代」員工

明白其「要求」及「能力」 肯定他們的表現

把讚賞時常掛在嘴邊 大大減低雙方摩擦機會

生涯發展概念

CLAP@JC 青少年發展與介入框架

1 啟發參與

要啟發青少年開拓多元出路，必須讓他們有機會參與各種新體驗，擴闊人際與社區網絡，持之以恆地參與生涯發展活動

2 自我認識

只有讓青少年真正認識自己，才能燃點他們對工作與生活的期盼和夢想，從而自發參與反思和自我增值的活動，認清自己的人生航道

3 探索多元出路

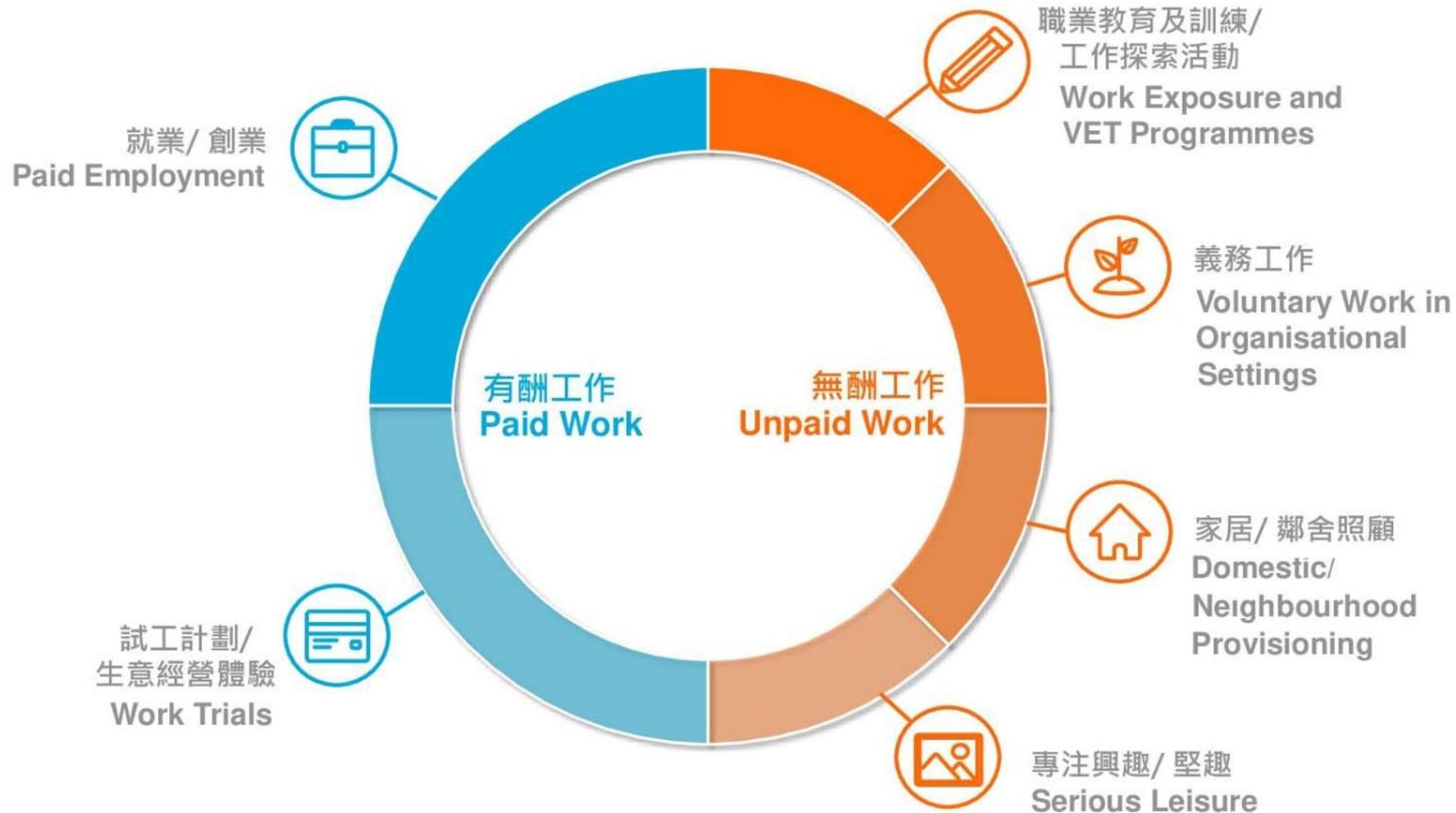
人生不應設限，有酬或無酬的工作經驗對踏入社會同樣重要。青少年應擴闊人生經驗，以檢視個人興趣及自身強項，開拓多元出路

4 計劃及生涯管理

清晰地管理自己的人生航道，對青少年實現個人事業及發展志向尤為重要；我們需要為他們提供支援與機會，助其平衡人生目標與事業志向，跨過不同挑戰實踐人生目標



延展工作理念 Expanded Notion Of Work(ENOW)





價值 (Values)

會反映在日常行為中，所包含的信念及原則決定我們每一步的選擇。

態度 (Attitudes)

指我們對事情的看法和所採取的行動，以及對於人、事、物作出某種反應的意願。

技能 (Skills)

幫助我們處理不同的事物、數據，並應付不同的人。

知識 (Knowledge)

包括資訊、技術、竅門、實際方式及方法，有助執行及完成特定工作。



傳統CV vs CV360

傳統CV

- 注重學歷
- 注重工作經驗
- 專注於成就（證書）

CV360®

- 專注於有酬/無酬的ENOW 經驗和 VASK
- 注重不同經驗與其 VASK 之間的聯繫
- 提供全方位視角

CV360® 全面睇

CV360® 是一個全方位的履歷表，以展現從生活及工作中獲得的個人價值、態度、技能和知識。



陳美欣 Chan Mei Yan, May

1. 自我介紹

用作簡單介紹自己，可包括：

- 個人的VASK
- 優勢及強項
- 對職業前景的抱負

自我介紹

我是一個注重進步及持續學習、堅持的人，並擁有良好溝通能力，具備基本咖啡沖調知識，並熱衷於研究沖調不同飲品之水吧從業員。

2. 基本個人資料及聯絡方法

聯絡方法

☎ 5123 4567
✉ maychan@mail.com

社交媒體

fb.com/maychan
instagram.com/maychan

個人專長及能力

價值觀 Values

- 注重進步及持續學習

態度 Attitudes

- 堅持毅力

技能 Skills

- 人際溝通能力

知識 Knowledge

- 基本咖啡沖調知識



ENOW-VASK卡

3. 價值觀、態度、技能、知識

可提及一些與應徵職業相關的技能，一些常見技能包括：

- Microsoft Office (e.g. Word, PowerPoint, Excel)
- Adobe Photoshop, Illustrator, Premiere, etc.
- 語言，分為讀寫(廣東話、英語/英文、普通話、日語/日文、其他方言等)
- 手工藝(如縫紉、針織等)
- 運動(如籃球、游泳、羽毛球、乒乓球等)
- 音樂(如木童笛、吉他、小提琴、鋼琴等)

學歷

杏壇專上學院	2022年9月至現時
款待管理學高級文憑	
香港咖啡學院	2022年4月
咖啡師試工計劃 - 完成證明	
香港中學	2015年9月至2021年8月
中一至中六 - 畢業	

工作經驗

兼職咖啡師 香港食品公司	2021年8月至2022年3月
• 招待顧客	
• 沖調咖啡飲品	
• 安排飲品材料訂貨	

其他個人經驗

家居 / 鄰舍照顧	2018年至今
協助日常家務工作，清潔及修理家庭電器	
堅趣 / 專注興趣	2017年9月至2020年7月
校內田徑接力賽隊員，十次代表學校出賽並參與恆常訓練	

獎項

田徑接力賽冠軍	2020年6月
田徑接力賽協會	

推薦人評價

張小尺 —— 社會工作員	2023年3月
美欣對於自己的人生發展有不斷反思，主動參與「麥麥試咖啡師」工作實習計劃來裝備個人成為專業咖啡師。她於工作實習期間表現良好及積極，並獲得僱主的優秀評價。	

諮詢人

名稱：鄭小明老師	名稱：李詩雅導師
職位：香港中學運動學科老師	職位：麥麥試分店經理
電話：3123 4567	電話：4123 4567
電郵：siuming@hkschool.com	電郵：mentor@mmt.com

4. 學歷 / 專業培訓

- ENOW經驗類別
- 持續時期
- 簡單描述工作內容

5. 「有酬」及「無酬」工作經驗

6. 個人近年所獲得的獎項

7. 推薦人評價 / 諮詢人資料

謹記只提及相關及有信譽的人士作諮詢人

與技能不同的是，專業培訓是有認證資格/證書的項目，例如：

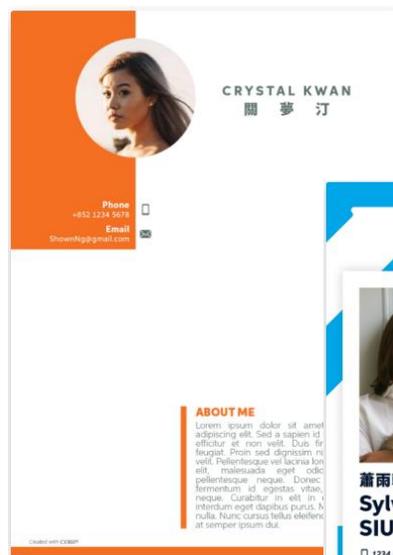
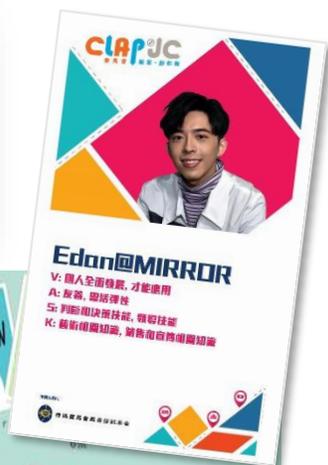
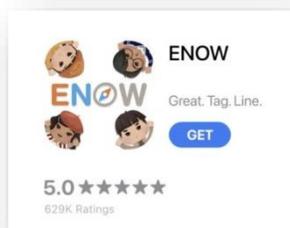
- 急救證書
- 和藹粉彩準/正指導師
- 山藝一級
- ABRSM Piano Grade 8

CLD 實務指引及介入工具

ENOW 遊戲, VASK 線上測驗及圖咭

CV360[®]

實務指引



鼓勵青少年多欣賞自己的長處和特質，發掘個人獨特的VASK（價值、態度、技能及知識），加強自我認識

CV360[®]幫助青少年透過回顧不同的「延展工作」經驗，累積個人的學習及經驗

內容包括生涯發展基礎概念及理論，以及不同的服務對象(特殊教育需要、隱蔽、少數族裔、年青媽媽及高危輟學等)的介入模式與技巧

崗位與VASK

例子：美甲師

Values 價值觀

- 成就感
Achievement
- 自由
Freedom
- 創意
Creativity

Skills 技能

- 主動學習的技能
Active learning skills
- 人際交往的技能
Interpersonal skills
- 視覺感知能力
Visual perceptual skills
- 口頭溝通技能
Oral communication skills

Attitudes 態度

- 有耐性
Patient
- 堅持不懈
Persistent
- 樂於終身學習
Life-long learning
- 有禮貌
Polite

Knowledge 知識

- 設計相關知識
Knowledge related to design
- 藝術相關知識
Knowledge related to art
- 銷售/宣傳相關知識
Knowledge related to sales & marketing
- 生產和加工相關的知識
Knowledge related to production & processing

人才配對及VASK



分店行政助理 Store Administration Co-worker (Fresh graduates are welcomed)

- 負責店舖文書工作，訂購店舖及辦公室用品等
- 無須經驗，歡迎應屆畢業生加入

4d ago



誠徵社交媒體平面設計師小編 (全職)

公司類別：健康食品零食凍肉雜貨店+健身室

工作內容:

- 社交媒體平台的日常管理工作 (Facebook & Instagram, 小紅書)
- 撰寫網站、社交媒體內容、協助市場推廣宣傳工作
- 參與宣傳海報、廣告等圖片/文字的編輯和優化

VASK Library



Values
Creativity
Concern for the environment



Attitudes
Detail-oriented
Cooperative
Conscientious



Skills
Creative thinking
Organisation skills



Knowledge
Botany
Design
Building and Construction

職場影子或實習師友計劃

- 體驗崗位
- 體驗內容

價值 Values

- | | |
|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 安全的工作環境 | <input type="checkbox"/> 工作的多樣性 |
| <input type="checkbox"/> 遵循傳統 | <input type="checkbox"/> 智慧 |
| <input type="checkbox"/> 友誼 | <input type="checkbox"/> 誠實 |
| <input type="checkbox"/> 舒適的生活 | <input type="checkbox"/> 謙卑 |
| <input type="checkbox"/> 世界和平 | <input type="checkbox"/> 獨立 |
| <input type="checkbox"/> 才能應用(如應用智力、管理能力、理性分析能力、體能等) | <input type="checkbox"/> 內心的平靜 |
| <input type="checkbox"/> 成就感 | <input type="checkbox"/> 互相依靠 |
| <input type="checkbox"/> 在工作上創造美好事物 | <input type="checkbox"/> 仁慈 |
| <input type="checkbox"/> 歸屬感 | <input type="checkbox"/> 選擇個人生活方式 |
| <input type="checkbox"/> 關心他人 | <input type="checkbox"/> 忠誠 |
| <input type="checkbox"/> 環保 | <input type="checkbox"/> 個人的全面發展 |
| <input type="checkbox"/> 遵從 | <input type="checkbox"/> 權力 |
| <input type="checkbox"/> 創意 | <input type="checkbox"/> 個人聲望 |
| <input type="checkbox"/> 經濟回報 | <input type="checkbox"/> 隱私 |
| <input type="checkbox"/> 平等 | <input type="checkbox"/> 在意與工作夥伴的關係 |
| <input type="checkbox"/> 公平 | <input type="checkbox"/> 責任感 |
| <input type="checkbox"/> 自由 | <input type="checkbox"/> 冒險 |
| <input type="checkbox"/> 身心健康 | <input type="checkbox"/> 安全感 |
| <input type="checkbox"/> 自我肯定 | <input type="checkbox"/> 自律 |
| <input type="checkbox"/> 社會認可 | <input type="checkbox"/> 刺激的生活 |
| | <input type="checkbox"/> 重視與上司的關係 |

態度 Attitudes

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 準確 | <input type="checkbox"/> 忠誠 |
| <input type="checkbox"/> 冷靜 | <input type="checkbox"/> 成熟 |
| <input type="checkbox"/> 率直 | <input type="checkbox"/> 思想開朗 |
| <input type="checkbox"/> 愉快 | <input type="checkbox"/> 樂觀 |
| <input type="checkbox"/> 令人欣慰 | <input type="checkbox"/> 有耐性 |
| <input type="checkbox"/> 嚴謹審慎 | <input type="checkbox"/> 堅持不懈 |
| <input type="checkbox"/> 願意合作 | <input type="checkbox"/> 有禮貌 |
| <input type="checkbox"/> 尊重文化差異 | <input type="checkbox"/> 興極正面 |
| <input type="checkbox"/> 處事果斷 | <input type="checkbox"/> 守時 |
| <input type="checkbox"/> 注重細節 | <input type="checkbox"/> 尊重他人 |
| <input type="checkbox"/> 富同情心 | <input type="checkbox"/> 自信 |
| <input type="checkbox"/> 靈活彈性 | <input type="checkbox"/> 真誠待人 |
| <input type="checkbox"/> 專注 | <input type="checkbox"/> 獨立 |
| <input type="checkbox"/> 友善 | <input type="checkbox"/> 積極主動 |
| <input type="checkbox"/> 勤力 | <input type="checkbox"/> 富好奇心 |
| <input type="checkbox"/> 樂於助人 | <input type="checkbox"/> 樂於終身學習 |
| <input type="checkbox"/> 誠實 | <input type="checkbox"/> 謙虛 |

技能 Skills

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 主動學習的技能 | <input type="checkbox"/> 財務資源管理 |
| <input type="checkbox"/> 主動傾聽的技能 | <input type="checkbox"/> 物資管理 |
| <input type="checkbox"/> 適應的能力 | <input type="checkbox"/> 人力管理 |
| <input type="checkbox"/> 行政事務技能 | <input type="checkbox"/> 機械能力 |
| <input type="checkbox"/> 分析/邏輯思維的技能 | <input type="checkbox"/> 數學技能 |
| <input type="checkbox"/> 教練/監察的技能 | <input type="checkbox"/> 口頭溝通技能 |
| <input type="checkbox"/> 解難的技能 | <input type="checkbox"/> 視覺感知能力 |
| <input type="checkbox"/> 電腦技能 | <input type="checkbox"/> 表演技能 |
| <input type="checkbox"/> 合作協調的技能 | <input type="checkbox"/> 遊說的技能 |
| <input type="checkbox"/> 輔導/調解的技能 | <input type="checkbox"/> 企劃/組織的技能 |
| <input type="checkbox"/> 創造性思維 | <input type="checkbox"/> 操作的技能 |
| <input type="checkbox"/> 批判思考 | <input type="checkbox"/> 閱讀理解的技能 |
| <input type="checkbox"/> 創新的技能 | <input type="checkbox"/> 科學技能 |
| <input type="checkbox"/> 人際交往的技能 | <input type="checkbox"/> 服務/招待技巧 |
| <input type="checkbox"/> 判斷和決策技能 | <input type="checkbox"/> 人際感知能力 |
| <input type="checkbox"/> 語文技能 | <input type="checkbox"/> 說話的技能 |
| <input type="checkbox"/> 領導技能 | <input type="checkbox"/> 教學/培訓的技能 |
| <input type="checkbox"/> 時間管理的技能 | <input type="checkbox"/> 書寫的技能 |

知識 Knowledge

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 行政和管理相關知識 | <input type="checkbox"/> 法律和政府相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 生物相關知識 | <input type="checkbox"/> 數學相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 建築和施工相關知識 | <input type="checkbox"/> 機械相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 化學相關知識 | <input type="checkbox"/> 醫學和牙科相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 文書處理相關知識 | <input type="checkbox"/> 人事和人力資源相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 通訊和媒體相關知識 | <input type="checkbox"/> 哲學與神學相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 電腦和電子產品相關知識 | <input type="checkbox"/> 生物相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 客戶和個人服務相關知識 | <input type="checkbox"/> 生產和加工相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 設計相關知識 | <input type="checkbox"/> 心理學相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 經濟和會計相關知識 | <input type="checkbox"/> 公共安全和保安相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 教育和培訓相關知識 | <input type="checkbox"/> 銷售和宣傳相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 工程與科技相關知識 | <input type="checkbox"/> 社會學與人類學相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 藝術相關知識 | <input type="checkbox"/> 電子通訊相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 第一語言[母語]相關知識 | <input type="checkbox"/> 治療與輔導相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 食物生產相關知識 | <input type="checkbox"/> 運輸及物流相關知識 |
| <input type="checkbox"/> 外語相關知識 | <input type="checkbox"/> 由義務工作發展出的知識(請註明:) |
| <input type="checkbox"/> 地理相關知識 | <input type="checkbox"/> 由家庭/鄰舍照顧發展出的知識(請註明:) |
| <input type="checkbox"/> 歷史和考古相關知識 | <input type="checkbox"/> 由興趣/專注發展[堅趣]發展出的知識(請註明:) |
| <input type="checkbox"/> 由興趣/專注發展[堅趣]發展出的知識(請註明:) | |

VASK評估表

工作體驗經驗總結 參與體驗的學員發揮了...

學員姓名

友師姓名

友師所屬公司

體驗日期及時間

學員在體驗期間發揮了以下的(V)(A)(S)(K)：

體驗崗位

價值觀(V)

V

態度(A)

A

體驗內容

技能(S)

S

知識(K)

K



對參與體驗的學員的深刻見證 (深刻的片段/說話)



對參與體驗的學員的肯定 (欣賞的地方/可持續發展方向)



對參與體驗的學員的提醒及勉勵

從經驗發掘VASK

講述活動經驗

喺呢次活動經驗，可以分享一下令自己**感受深刻嘅情景**係點嘍？例如：

- 當時發生緊咩事呢？你做緊啲咩？
- 當時有咩人一齊經歷？

反思活動經驗

- 喺呢次活動經驗裡面，你嘅**感受係點**嘍？係愉快 / 自豪 / 滿意抑或其他？
- 喺呢次活動經驗當中，對自己有咩**新嘅發現**？
- 當中你運用咗咩**技巧同埋知識係幫到你**嘍？（技巧同知識層面）
- 你覺得反映你邊啲**做人處事嘅態度**呢？（態度層面）

建構意義

- 你覺得對你嚟講**最大嘅意義**係？
- 你發現自己最重視或追求嘅係咩呢？

活動經驗學習

喺呢次活動經驗當中，你又覺得自己**學到啲咩**？

- 例如：學咗咩嘢技能同知識，或者培養咗咩做人處事嘅態度？

重建經驗

- 如果從頭再做一次，有咩地方可以**進一步改善**？
- 如果其他人見到你有唔同表現，你覺得佢哋對你會作出邊方面嘅評價？

展望將來

- 當你知道自己所追求 / 重視嘅嘢，有咩事好想喺將來實現到？
- 你剛才分享過自己嘅專長同能力，佢哋會**點樣幫到你達成好想做到嘅事**？

» Q & A

