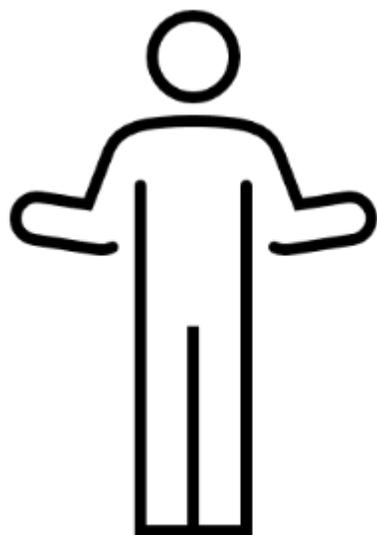


「賽馬會鼓掌·創你程計劃」 介入框架及工具分享

CLAP JIC
賽馬會 鼓掌·創你程



Check-In



1. 嘗試過、學過，玩過「興趣」
 2. 做過的「家務」
 3. 參與過的「義工」或「組織」
 4. 做過的「工作」
 5. 維持一年或以上
 6. 維持三年或以上
 7. 維持五年或以上
-
8. 最重要的三項經驗 ★
 9. 選擇三項想發展的項目 ✓

「賽馬會」

「賽馬會」

「賽馬會」

「賽馬會」



為期十年的「賽馬會鼓掌·創你程計劃」由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助，是全港首個結合跨界別資源的生涯探索計劃，致力**連結學校、商界及社福機構**，構建一個與青年共創、可持續發展的生涯發展體系，以令青少年**由在學至工作的過渡**能更順暢，並鼓勵青年人活出無限可能，於自己獨一無二的人生歷程中踏出新一步。

◀ 更多詳情 ▶

<https://www.youtube.com/watch?v=FatLma9aGqo>



「生涯」的新觀點與新特性

- 全球及大環境轉變：包括風險社會(例如：COVID-19)的來臨、組織結構的不穩定性、工作本質的彈性化轉變等
- 社會思潮的「後現代轉向」：包括從客觀真實轉為多重建構真實觀、從個體理性轉為社群理性、從主流中心轉為脈絡主義、從語言再現轉為語言行動論等



- 認識過去的生涯發展理論之外 (特質因素理論Parsons, 1909、人格-職業匹配理論Holland, 1958、生涯發展理論Super 1980)
- 需要擴大對「生涯」的不同視野及想像，重新檢視傳統或現時對生涯的基本假設，重視生涯轉化與轉折歷程而非穩定狀態，發展建構論取向的理論與介入方法。



C L A P @ J C

Career · Life · Adventure · Pathways

我們相信，勇敢探索無限可能，才能活出豐盛人生！

➤ 從CLAP@JC看生涯發展



「青少年發展與介入框架」 Youth Development and Intervention Framework (YDIF) >

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





青少年故事分享



• 建立關係及啟發參與



• 積極探索多元出路



- 建立生涯發展能力
- ✓ 基本及核心工作能力
 - ✓ 認知能力
 - ✓ 情緒智商
 - ✓ 與工作相關的技術



• 將興趣發展成職業



- 低動機
- 找不到人生目標

- CLAP@JC工具
- ✓ 延展工作 (ENOW)
 - ✓ 價值 (Values)、態度 (Attitudes)、技能 (Skills) 及知識 (Knowledge)
 - ✓ CV360®



- 於體驗式學習中認識自己



- 克服障礙及自發充實自己

➤ 第一階段 - 啟發參與的生涯發展能力量度

按我的需要及價值觀選擇活動(例如：學習、閒暇、義工、職場探索)

透過參與活動了解我的能力及興趣。

持續參與我選擇的活動和新體驗。

與師友及支援者保持良好關係。

擴大我的支援網絡(例如：老師、輔導員、家長、同輩)。

與別人分享事業及生涯發展經歷。

參與對我的生涯發展和個人成長有幫助的活動。

理解事業和生涯計劃的步驟和過程。

處理我在規劃生涯時面對的障礙、憂慮或困難。

➤ 第二階段 - 自我認識的生涯發展能力量度

具體形容我的喜惡、能力/強項和價值觀。

因應我的特質(例如：興趣) 考慮不同的事業和生涯選擇。

保持對實踐生涯理想和目標的希望。

透過在生活中觀察自己以確定我的興趣、能力和價值觀。

透過與別人相處(例如：老師、輔導員、師友、家長) 認識自己。

透過不同學習和生涯體驗活動建立我的興趣和技能。

按個人特質(例如：興趣、能力)選擇生涯途徑和路向。

排除一些不符合我特質的事業選擇和生涯路向。

說出我初步的事業和生涯目標。

第三階段 - 探索多元出路的生涯發展能力量度

從不同途徑取得事業和生涯資訊，並評估其可信性。

從相關人士取得有用的生涯資訊 (例如：我有興趣的行業)。

說出那些學習及培訓途徑能夠裝備我實踐事業及生涯目標。

按個人和環境因素比較不同生涯途徑和自己的配合度。

辨識我在實踐生涯目標時要面對的個人限制及社會障礙。

掌握作生涯決定應跟隨的步驟，並了解我作抉擇的方式有甚麼好處及限制。

訂立短期和長期的生涯發展目標，並制定相關行動計劃。

按著我的生涯目標針對性地參與不同學習和體驗活動，以建立豐富的生涯履歷表。

從我的人際網絡中爭取職場體驗機會和參與師友計劃。

第四階段 - 計劃及生涯管理的生涯發展能力量度

掌握求職技巧 (例如：
建立履歷表、撰寫求職
信、面試技巧)。

跟進就業和培訓申請。

透過人際和社會網絡去
取得最新就業及培訓的
市場趨勢資料。

運用個人管理技巧 (例如：
人際技巧、團隊合作、時
間管理、可靠性、解難能
力) 以促進我在職場上的表
現和發展。

與跟我不同的人在職場
上一起工作和合作。

找到合適的支援及指導
去面對未來的職場和生
涯發展問題。

在未來持續地發展我的
能力、興趣、價值觀、
對工作世界的認識。

處理在未來可能發生的
事業過渡期和轉變及當
中產生的壓力。

設定生活方式，發展不
同的人生角色 (例如：
工作、家庭、學習、閒
暇)。

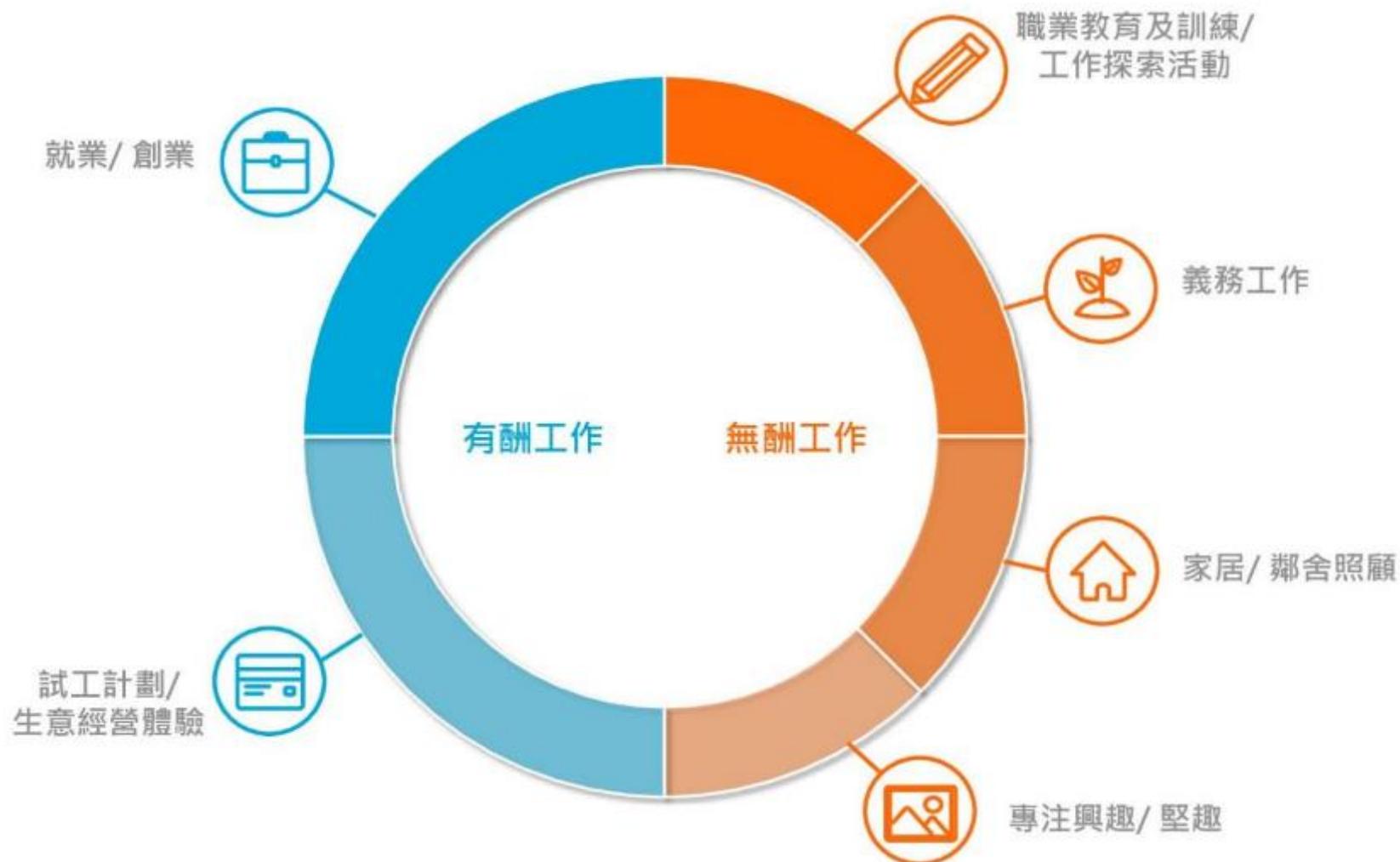
青年生涯發展狀態指數

	指數	青年狀態	例子	建議
計劃及生涯管理	6	有信心作出當時最合適的生涯抉擇	有充足資訊，充份自我認識	<ul style="list-style-type: none"> 根據案主的目標共同制定出生涯發展藍圖，列出不同時限內的任務並付諸實行 鼓勵案主/為案主聯繫社區資源，包括參與職場師友計劃、職場實習計劃、夢想實踐基金或與其目標相關的比賽，豐富個人履歷
	5	已有生涯發展藍圖	感覺良好，認為自己無需要改變	
探索多元出路	4	具意向及生涯發展框架，但未能抉擇	升學就業有方向，但未知如何選擇 / 不想由低做起	<ul style="list-style-type: none"> 為案主安排工作體驗/實習，了解實際工作世界，掌握更多可行出路 為案主提供適時輔導，因應其生涯抱負及實際環境，與案主共同排列不同出路選項的優先次序
	3	具生涯發展方向，但未掌握相關資訊	例如想從事護理行業但不知有何選擇	
自我認識	2	未知自己喜惡及發展方向	不想讀書但不知道可以從事什麼工作 / 不想讀書，想提升個人技能但沒有方向	<ul style="list-style-type: none"> 為案主安排興趣為本的活動，透過事後檢討共同整理出個人長處，誘發其生涯動機，鼓勵持續參與 回顧案主的延展工作經驗(ENOW)，總結個人獨有的價值、態度、技能及知識(VASK)，探索將不同特質轉移到工作場景的可能性，開拓多元出路
啟發參與	1	對生涯發展欠缺動機	不想讀書或工作，也不願意思考或討論，有隱蔽傾向	
關係建立	0	危機介入：壓力及情緒	個案出現危機	<ul style="list-style-type: none"> 先處理個案危機及嚴重的情緒問題，與案主建立互信關係

➤ 延展工作 (青少年的生命故事/經歷的回顧)

Expanded Notion of Work (ENOW)

「延展工作」旨在拉闊現時社會對「工作」的定義，除「有酬」工作外，強調「無酬」工作對幫助青年人建立個人生涯發展能力同等重要，為建構個人事業身份 (Career Identity) 及生涯發展提供一個重要基石。此外，「延展工作」理念的重要性，在於讓青年人拉闊「生涯發展」視野，能按個人成長步伐自主地選擇參與「有酬」及「無酬」工作，當中反映個人興趣及生命追求，啟發生涯探索。



➤ VASK

青年人能從檢視「延展工作」經驗中認識自我，發掘個人擁有的專長和能力，包括：價值(Values)、態度(Attitudes)、技能(Skills)及知識(Knowledge)，促進他們探索不同生涯發展的可能，包括：學習生涯(Learning Career)、餘閒生涯(Leisure Career)及職業生涯(Vocational Career)，逐步實踐個人目標，甚至超越自我，貢獻他人及社會。

價值 (Values) ➤

會反映在日常行為中，所包括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。

技術 (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。

ENOW Mapping 解說導向

發掘深刻經驗

發掘被遺忘的經驗

不同經驗當中的一致性

不同的入手點

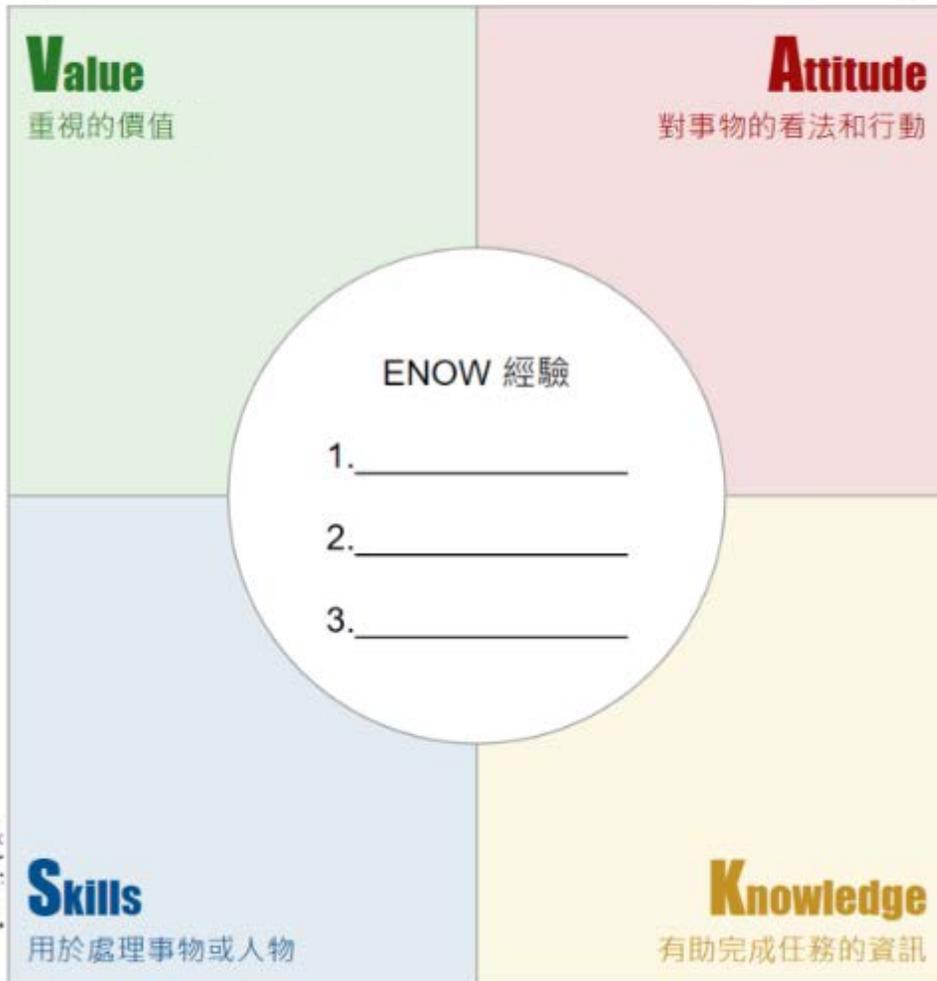
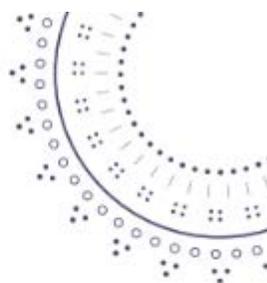
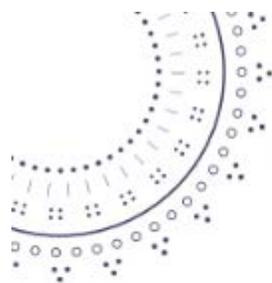


談重要的事

談重要的人

談過去經歷怎樣
建構現在的身份

談對未來的想像



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。

個人經歷

每個人都有自己的個人成長經歷，包括無酬工作和有酬工作經驗。選擇你想要分享的令人印象深刻的一兩個。它可能是你最快樂，最自豪或最令人滿意的經歷。

無酬工作經驗

✓ 堅趣 / 專注興趣

家居或鄰舍照顧

義務工作

職業教育及訓練 / 工作探索活動

堅趣 / 專注興趣

我有什麼堅趣/專注興趣？

電競

經歷中擔任了什麼角色或處理過的任務？

法師，參與跨單位合作電競活動

經歷詳情？

社工安排了電競導師分享生涯故事，其後參加了六節電競訓練，亦成功代表大埔參加聯賽

從 26/06/2021



至

04/09/2021



可於每個項目選擇3個形容詞。

價值觀(V)

遵從 × 身心健康 × 獨立 × 選擇形容詞

態度(A)

冷靜 × 積極正面 × 堅持不懈 × 選擇形容詞

技能(S)

主動學習的技能 × 教練 / 監察的技能 × 合作協調技能 × 選擇形容詞

知識(K)

由興趣發展/專注興趣 (堅趣) 發展出的知識 × 電腦和電子產品相關知識 × 通訊和媒體相關知識 ×

陳瑪莉
Mary
Chan



99999999 ☎

👤 自我介紹

我自小熱愛繪畫，同時我透過照料家人、參與義務工作、報讀咖啡沖調課程以持續學習及發揮經驗。個人經歷令我成為一個重視創作、專注認真和細心觀察的人。我現正努力尋找一個注重以熱誠服務客人的咖啡店工作崗位，實現我的目標——成為一位咖啡師。如能成為咖啡師，我希望用心調配優質咖啡及烘焙美食給客人，並加入公司的義工隊繼續教導小朋友繪畫。

陳瑪莉
Mary
Chan



99999999 ☎

CLAP JC
賽馬會 鼓掌·創你程

📁 個人經歷

📅 堅韌 / 專注興趣

2017-06-26 - 2021-06-08
游泳

🏠 家居或鄰舍照顧

2021-04-13 - 2021-04-20
照顧婆婆

👶 義務工作

2021-04-08 - 2021-04-21
兒童繪畫班

💼 就業 / 創業

2021-04-07 - 2021-04-09
香港好味道快餐店
餐務組組員

🎓 學歷

2020-12-26 - 2021-04-26
香港咖啡學院
咖啡沖調證書

🏆 V.A.S.K.

V 價值觀

- 才能應用
- 創意
- 責任感

S 技能

- 教學 / 培訓的技能
- 服務 / 招待技巧
- 合作協調技能

A 態度

- 積極主動
- 注重細節
- 有耐性

K 知識

- 醫學和牙科相關知識
- 藝術相關知識
- 食物生產相關知識

🏆 獎項

2021-04-08
香港好義工獎
香港義工服務會

👤 諮詢人

梁子喬
繪畫班導師
2021-04-15
繪畫班導師

👤 推薦人

梁子喬
繪畫班導師

+852 99999999

➤ 由理論到實踐的開展

- 以YDIF作為評估框架，理解對象的狀態及生涯發展需要
- 配合服務對象的生涯發展階段，提供不同的小組及個人活動
- 活用生涯發展介入工具
- CLAP@JC資源 - <https://clap.hk/support-for-ngos/?lang=zh-hant>

➤ 最新消息

Website: clap.hk



[clap_jc](https://www.instagram.com/clap_jc)



賽馬會鼓掌·創你程計劃
[CLAP at JC](https://www.facebook.com/CLAPatJC)



[CLAP@JC](https://www.linkedin.com/company/CLAP@JC)





Thank You >

