

## 職場影子或實習師友計劃

### 學員活動回顧指引

時間：1 小時至 1 小時 30 分鐘（視乎人數而定）

形式：小組 / 個別輔導

目的：協助青年人整理生涯發展活動的經驗，從中加深對自己的認識，具體確定自己的特質

時間	內容	需要物資
5 分鐘	✓ 熱身	
10 分鐘	✓ 請用一張圖片代表你參與活動的經歷	• 同工可選用不同的圖片卡 輔導學員回顧
10 分鐘	✓ 請分享活動中一個難忘的片段，可以是愉快、自豪、滿足的時候。	
20 分鐘	✓ 請分享這個經歷中，你發展自己的 V (價值觀)、A(態度)、S(技能)及 K(知識)是什麼？每項請舉出 3 個。	• ENOW 卡或 ENOW 清單 • Worksheet 記錄
10 分鐘	✓ 你覺得還有什麼地方可以發揮到那些 V A S K ? (目的拉闊學員在其他層面上應用)	
5 分鐘	✓ 總結	

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

聯合策動：



香港中文大學  
The Chinese University of Hong Kong



香港教育大學  
The Education University of Hong Kong

策略夥伴：

