

# 整裝待發：

## 如何找到你的生命色彩

### 序言

這是一本協助學生探索個人抱負及生涯規劃的學習工具——每個學生都應該享有自行選擇其學業、學習模式和生活模式的權利與責任；每個學生都可以根據自己的興趣和能力去探索和發展個人抱負，從而踏上成功之路。我們相信，這學習工具將有助同學們為自己的人生盡早作出計劃，鋪設美好前路。

無論是校內或校外的學習經驗，都對學生的發展影響深遠。透過不同的學習經歷，學生能夠從中認清自己的人生目標(無論在學業方面或事業方面)，而在過程中所取得的種種經驗以至成功感，亦能成為推動學生向著目標邁進的原動力。

這學習工具是用作協助同學作出決定。在人生的不同階段作出關鍵的決定是甚具挑戰性的，同時亦有助促進個人成長。現在，機會到了——同學即將升讀中四，了解新高中的課程架構是第一個任務。我們相信，所有學生都能享受有別於過往模式的高中課程所帶來的好處。然而，由於新高中課程的科目選擇極具彈性，初中同學應有充分的準備，才決定自己的新高中選科取向。

為了要正確選擇自己的前路，學生需要真正認識自己，明白自己的長處和短處，加深了解課程架構，並制訂個人生涯規劃檔案，包括新高中及以後的升學目標，以及職業選擇。可是，我們亦需留意對未來的規劃是一個循環的過程——定期反思過去所作的決定，從成敗得失中評估自己的策略，作出修訂並更新我們的規劃。中三階段所作的決定，只是一個起點，經歷實際情況及反思後，你需要檢討、調整和修訂中四、中五及中六的升學就業選擇與路向。

所以，這只是一個開始，  
而不是一個不能轉變的定案！

2008年9月





圖一：  
生涯規劃流程圖



# 給同學們的信

## 親愛的同學們：

一個新奇刺激的探險旅程即將開始。對於大部分同學來說，這可能是你們第一次為自己的未來作出**抉擇**和**全面的探討**。這一本學習工具是讓你認識自己，以輔助你作出科目的選擇，但請緊記一切以你的興趣為主。在你們開始旅程之前，請先做好以下準備：

## 作決定前先糾正以下一些**錯誤的想法**

- ✗ 個人意願並不重要，最重要的是在公開考試中取得好成績
- ✗ 我的父母和老師會為我作出正確的選擇
- ✗ 我一定要和我的朋友作相同的選擇
- ✗ 為表現自己的出眾，我要選擇最「熱門」的科目
- ✗ 一個好的計劃是不需調適的，我只能以計劃為唯一希望

## 找一個**支持你的伙伴**

在開展你的旅程前，找一個你信任和支持你的同行伙伴。他可以是你的父母、老師，甚至朋友——一個值得信任、願意聆聽和願意給你客觀意見的人。但是請記著：「你」才是最後為自己於學業和職業抉擇承擔責任的人。

## 尋找你的**夢想**

你的夢想是什麼？你的職業志願是什麼？你知道如何才能一步一步向理想邁進，並取得成功嗎？你懂得回答以上問題並不能保證你會取得成功，但卻能夠大大提高你成功的機會。

## 認真思考：「**我是誰？**」

花時間去了解自己——你的夢想，你的興趣，你的性格和你已掌握的技能。相信你是有價值的——你可以選擇向目標努力邁進，並貢獻社會。簡單來說，要取得成功，首先要清楚認識自己。

祝 探險成功！

你永遠的支持者 上





## 給老師和家長的話

老師和家長是學生在選科時最關鍵的支持者。老師和家長的支持，能夠幫助學生更清楚認識自己的意願，以至人生目標。但是，老師和家長在給予學生支持和意見的同時，也應給他們適當的自由度，使他們在選科的過程中學習如何選擇，並為自己的選擇負責。請緊記，我們是學生 / 子女的支持者，然而，他們應有足夠的發展空間去學習和成長。以下是給老師和家長的一些建議，幫助你關心的學生或子女尋找生命的色彩：

### 老師要...

- ◆ 體諒學生在作出選擇時的困難和混亂
- ◆ 支援
- ◆ 激發
- ◆ 尊重
- ◆ 提供詳盡升學資料

### 為學生提供機會...

- ◆ 反思他們的學習經驗
- ◆ 了解他們的興趣、志向和性格
- ◆ 試用不同的事業評估工具或興趣評估工具
- ◆ 帶領學生參與各類跟升學就業輔導相關的活動，並刺激學生思考其個人抱負
- ◆ 安排與高年級學生及老師交流討論，並且分享他們選科時所遇到的問題

### 家長要...

- ◆ 支援
- ◆ 激發
- ◆ 尊重
- ◆ 體諒孩子在作出選擇時的困難和混亂
- ◆ 明白每個孩子都是獨特的，而他們所作出的選擇並無對錯之分

### 協助你的孩子...

- ◆ 幫助孩子訂立可實現的短期和長期目標
- ◆ 鼓勵他們參加多元化的「其他學習經歷」，使孩子得以探索自身潛力和感興趣的事業範疇
- ◆ 善用這一本小冊子，紀錄及肯定自己各方面的成就
- ◆ 多與孩子討論關於學習、進修、事業發展的問題
- ◆ 與孩子討論他們的興趣和嗜好，共同找出踏上成功之路的方法

