

本書結集了青年就業網絡多年提供生涯規劃服務的經驗，就中學生的需要及理解能力，整理出一套學習架構，從不同層次及深入程度作服務的切入點，並按學校的需要而作出不同的合作模式及內容，使學生具體掌握規劃的概念及具體實踐技巧。讀者依著本書的架構便可看到我們對服務的理念及執行方法，對中學生規劃有更多的了解。

青年就業系列

規劃人生

2011



香港青年協會出版



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

人生

才

計劃

規劃人生

2011

規劃人生

2 0 1 1

目錄

1—4	第一章 序
5—14	第二章 香港青年協會簡介
15—18	第三章 本書介紹
19—46	就業準備篇
47—76	自我評估篇
77—86	市場資訊篇
87—104	工作實況篇
105—120	個人資產管理篇
121—128	行動計劃篇
129—140	升學/就業技巧篇
141—182	潮流篇（青年熱愛行業）
183—208	回饋篇（學生回饋文章）
209—216	鳴謝參與伙伴



我們由小學、中學到大學，都努力學習不同知識。這些知識除了使自己成長之外，也為日後作好就業的準備。因此我們要掌握語言能力、了解數理邏輯，甚至乎專科知識等，希望日後為自己的理想職業鋪路。

就業，是學習的其中一個終極目標。

然而青年朋友是否學習到教育體系的知識後，就等如在就業路途上暢通無阻、一帆風順？是否考試取得高分便清楚自己的夢想是甚麼？是否手握畢業證書就如同取得工作通行證？

最近不少報章都報道有關高學力但求職能力低的青年故事，在在說給我們知道，學懂校內知識並不等如求職順利。因為求職技巧並不是書本上的知識可以得到；可惜這套技巧卻鮮有在校內課程內提及，結果令青年朋友在踏出社會

擇業時，遇到不少挫折。早一點醒覺的會找人協助，重新學習技巧以提升就業能力。還未察覺問題的，則只能原地踏步，困難重重。

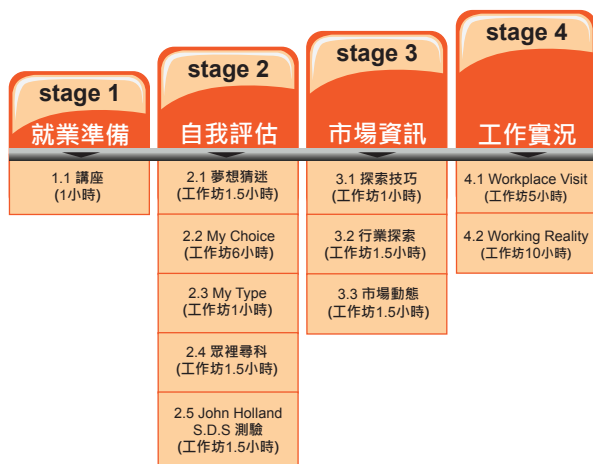
其實，離開校園走進工作世界，有很多知識及技巧要替青年人裝備，如清楚釐定目標、理想職業的方向、面試對答技巧、市場上的趨勢等，只要充分掌握這些技能或資訊，才可以提升自己的就業能力，增強自己在市場上的競爭能力。這也是生涯規劃五個概念中，學習、工作與人生等三大範疇的事。

有見及此，我們特意出版此書，希望透過「規劃人生」把多年來在實踐生涯規劃概念的服務經驗結聚起來，讓看這本書的青年工作者或青年人，都開始意識到就業準備，認真思考前路，為自己的人生規劃第一步。

第三章

本書介紹





究竟生涯規劃從何開始？由哪裏著手？
不同年級學生的需要，有明顯分別嗎？
服務的形式又要如何配合？

以上問題，都是我們提供生涯規劃服務予中學生時常常反問自己的。職業概念，有人認為對中學生來說還很遙遠，又有人認為是時候開始認識，就算不是深入探究至少都讓他們窺見基本輪廓。累積了多年提供生涯規劃服務的經驗，我們就中學生的需要及理



解能力，初步整理到一套學習架構，從不同層次及深入程度作服務的切入點，並按學校的需要而作出不同的合作模式及內容。

以上是一個循序漸進的學習架構，從對生涯規劃概念沒有認知的狀態開始，到成熟掌握至具體實踐技巧等一應俱備，期望讀者依著這個架構去閱讀本書時，可以看到我們對每個階段的理念及服務實踐方法，使讀者對生涯規劃服務有多一點的認識，並對我們的服務有完全的了解。

就業準備篇



就業是要準備的！很多人認為無論中學生或大學生，只要一畢業，理所當然出來工作；亦認為畢業後一定能順利找到工作，亦能勝任其中。誠然，我們都期待青年人不要呆在家中浪費時間，畢業後便能投身社會，做個有發揮，對社會有貢獻的人，但如何發揮？甚麼位置才能讓他貢獻自己所長？而且，在學時學生求學問，工作後便立即轉換角色成為上班族，中間的

轉變及過渡 (transition)，就因為身分的轉變而自然學會的嗎？如果由校園到工作世界 (from school to work) 中間有著鴻溝，那麼在尋找工作前，青年人就要為職前做好準備及教育。究竟你想做甚麼？適合做甚麼？市場上有甚麼工作？找工作背後可有甚麼基礎理念？職前準備其實非常重要，甚至是未來職業發展的一個基石。可有想過尋找工作原來由價值觀開始？即是先從夢想及工作期望作為擇業的第一步。因為不清楚自己的期望及要求，日後只會不停做不停轉工，就如有病，但醫生不能對症下藥，你只好不停尋找名醫，直至藥到病除為止。但怎樣察看自己的需要？從何入手？有沒有理論可以作參考？

在就業準備篇中，我們會把就業準備的概念、程序、甚至由此而衍生的一些服務向大家介紹，希望大家從此知道，升學擇業真的需要準備，並不是與生俱來的。準備得愈好，得到的收獲亦愈多。



生涯規劃與事業發展基本概念 Life Banking and Career Planning

職業觀念的轉變與挑戰

科技發展，互聯網技術的應用，導致新經濟 (new economy) 的出現，嶺南大學校長陳坤耀教授指出，新經濟有以下特點：

1. 服務性行業和製造業行業的分界將會愈來愈模糊，對人才的要求由專門化走向多元化；
2. 強調科技的應用，而科技的創新不能單靠理科的學習，必須配合文化、文學和藝術的培養；
3. 小規模生產與大規模生產將會分庭抗禮，小規模生產在科技的協助下亦可維持高效率而同時可以迎合個人口味；
4. 智慧為本將會取代勞工密集、技術密集及資本密集成為所有產業的競爭優勢；
5. 全球一體化，打破本地生產和外地生產的界線，物流中心的重要性將會與日俱增。

在新經濟的衝擊下，傳統的職業觀念受到前所未有的挑戰：

1. 一技傍身已不足以應付職業上的需要，隨了擁有多項才能外，更需要與時並進，不斷更新知識和提升自己；
2. 「一生人一職業」的終身職業觀念已不復存在，企業合併、分拆、成立、倒閉無日無之，加上技術和行業的淘汰速度因科技的發展而加快，轉換行業已成為事業發展必須考慮的因素；
3. 由於競爭激烈，邊際利潤越來越少，企業必須盡力減低人力成本，合約制、臨時工作、工作外判等模式將會大量出現，以往安穩的僱員制度變成短期僱用制度；
4. 由於新經濟強調創意與科技，一些具備創意的工業亦將會有發展機會，而創意工業的特性以自由為主，再加上短期僱用制的普及，自僱和創業將會是另類的就業選擇。

上述的轉變，對青年就業帶來甚麼危機？

其實，每年都有數以萬計的青年因不能或不願意繼續升學而投身社會工作。但大部分的家長都未能了解新經濟帶來的衝擊，不論在子女的選科或擇業問題上，仍然抱著傳統的觀念，這些觀念無助青年人在新經濟下尋找職業及發展自己事業；縱使有部份家長了解新經濟的特性，亦未必有足夠的知識和技術協助子女抉擇前路。