第五期詳情

# 計劃大綱

## 密集基礎計劃(為期一年)

### 1. 迎新活動

簡介「共創明『Teen』計劃」(「計劃」)目的(1節)

- 幫助學員和家長了解「計劃」的目的，並加強他們參與「計劃」的決心，以及在計劃期間獲得家長/監護人的支持
- 協助學員、友師和家長完成「計劃」前的成效評估
- 認識如何使用「計劃」流動應用程式

### 2. 訓練課程

***學員必修基礎訓練***

人生規劃 (1節)

- 訂立與能力提升相關的個人發展目標(即教育、職業培訓或技能提升)
- 了解如何運用啓動資金和獎學金去實踐個人發展規劃

能力提升 (1節)

- 加強自我認識(包括個人長處、性格和興趣)和動力
- 提高學員的積極性、溝通技巧和解決問題的能力

理財規劃(1節)

- 培養理財觀念和技巧，從而實踐個人發展規劃

***學員選修活動***

- 語文能力提升
- 興趣培養(體育音樂、藝術)
- 社交技巧及禮儀

- 升學指導
- 身心健康指導與支援

## *友師訓練*

線上線下混合模式的培訓課程／活動

- 為新擔任友師提供實體培訓課程 - 「認識青少年和掌握友師的角色和技巧」(1 節)，包括:
  (a) 簡介青少年的特點，包括他們(尤其是來自弱勢社群的初中生) 在不同發展階段的需要
  (b) 解釋「計劃」下友師的角色，以及友師為學員安排工作影子機會、經驗分享及其他互動須注意的事項，提供建議
  (c) 提供關於指導學員的培訓，尤其是目標設定和理財規劃方面
- 提供一系列有關「計劃」概覽及擔任友師所需的知識和技巧的專題影片，讓友師可以靈活地配合自己的需要和步伐學習，透過「計劃」流動應用程式以自學模式上課。專題包括認識青少年、友師的角色及責任、認識有特殊學習需要的學生的特質及需要、認識少數族裔的文化和宗教習俗、如何與家長溝通等。
- 為友師安排半天的實體互動培訓課程，以鞏固他們的技巧，並為他們提供與其他友師分享經驗及互相支持的機會。

## *家長/監護人訓練*

親子溝通技巧（1 節）

- 加強溝通、情緒支援技巧和親職的技巧，以改善家庭內的跨代關係
- 鼓勵父母參與子女的人生規劃和理財規劃(個人發展/職業規劃及發展）

## 3. 友師與學員互動環節（不少於 12 節）

- 至少 **5 節**面對面互動交流，包括**工作場所參觀**以達致以下目的：
  (a) 協助學員訂立一個涵蓋具體目標的個人發展規劃，並訂立理財規劃，從而達到具體目標；
  (b) 積極傾聽學員所需，給予他們時間和指導，讓他們探索解決方案；以及
  (c) 與學員分享人生經驗，並安排參觀工作場所，幫助學員擴闊視野，以及邀請他們參加其他活動，從而擴闊他們的社交網絡。

- 參加 **1 節首次**會面環節、至少 **1 節**為學員而設的基礎訓練活動和 **1 節**評估環節，以達致以下目的：
  (a) 通過友師與學員共同參加基礎訓練活動，就雙方期望建立共識 [見第 2 項]；
  (b) 鞏固友師與學員之間的學習經驗和關係；以及
  (c) 進行計劃後對學員的成效評估。

- 共同參與團體活動（至少 **3 節**）[見第 4 項];
- 共同參與畢業禮（**1 節**）[見第 5 項];
- 在為期一年的計劃中，透過電話或社交媒體進行交流互動;
- 除首次會面環節、評估環節、工作場所參觀及畢業禮外，其餘互動環節項目組合可按實際情況互相調動。

## 4. 團體活動

***(由支持機構提供，學員自願報名參加)***

***目的***

- 擴闊學員視野，讓他們認識各行各業的運作、不同工作崗位的功能角色，了解社會發展的要素，協助他們展開人生規劃的第一步。
- 營造有利環境，讓友師和學員建立互信，同時提供建立社交網絡的機會，從而豐富他們參加計劃的體驗。
- 增強學員對社區的歸屬感和義工服務精神。

***類別***

- 到訪不同行業的私營機構，並與管理層交流，例如：
  - 主要傳統企業;
  - 新興企業; 及
  - 香港本地品牌企業

- 參觀政府、公營機構、公用事業設施，例如：
  - 天文台、民航處；
  - 科學園、香港生產力促進局；
  - 香港故宮文化博物館；
  - 港鐵設施；
  - 機場設施；
  - 電力供應設施；及
  - 紀律部隊設施

- 參加特色體驗活動，例如：
  - 飛行體驗;
  - 藝術科技體驗日;
  - 音樂會欣賞、運動比賽觀賞；以及
  - 名人分享會等

- 境外學習及交流活動

- 參與義工服務

## 5. 畢業禮

- 表揚所有參加者，包括贊助機構、學員和他們的友師
- 向每位成功完成計劃的學員發放 5,000 元的獎學金

**校友會活動**

- 完成一年密集基礎計劃後，學員會自動成為校友會會員，繼續參與由校友會舉辦的不同活動，以擴闊社交網絡和視野。
- 年滿16歲的學員會被邀請參加由校友會統籌的工作體驗/實習計劃。
- 校友會亦會支持及推動有潛質的校友貢獻校友會，包括向師弟妹分享經驗，甚或在長大後擔任「計劃」的友師。