第五期详情

# 计划大纲

## 密集基础计划(为期一年)

### 1. 迎新活动

简介「共创明『Teen』计划」(「计划」) 目的 (1 节)

- 帮助学员和家长了解「计划」的目的，并加强他们参与「计划」的决心，以及在计划期间获得家长/监护人的支持
- 协助学员、友师和家长完成「计划」前的成效评估
- 认识如何使用「计划」流动应用程式

### 2. 训练课程

***学员必修基础训练***

人生规划 (1 节)

- 订立与能力提升相关的个人发展目标(即教育、职业培训或技能提升)
- 运用启动资金和奖学金去实践个人发展规划

能力提升 (1 节)

- 加强自我认识(包括个人长处、性格和兴趣)和动力
- 提高学员的积极性、沟通技巧和解决问题的能力

理财规划 (1 节)

- 培养理财观念和技巧，从而实践个人发展规划

***学员选修活动***

- 语文能力提升
- 兴趣培养 (体育音乐、艺术)
- 社交技巧及礼仪
- 升学指导
- 身心健康指导与支援

## *友师训练*

在线线下混合模式的培训课程／活动

- 为新担任友师提供实体培训课程 - 「认识青少年和掌握友师的角色和技巧」(1 节)，包括:
  (a) 简介青少年的特点，包括他们(尤其是来自弱势社群的初中生) 在不同发展阶段的需要
  (b) 解释「计划」下友师的角色，以及友师为学员安排工作影子机会、经验分享及其他互动须注意的事项，提供建议
  (c) 提供关于指导学员的培训，尤其是目标设定和理财规划方面
- 提供一系列有关「计划」概览及担任友师所需的知识和技巧的专题影片，让友师可以灵活地配合自己的需要和步伐学习，透过「计划」流动应用程序以自学模式上课。专题包括认识青少年、友师的角色及责任、认识有特殊学习需要的学生的特质及需要、认识少数族裔的文化和宗教习俗、如何与家长沟通等。
- 为友师安排半天的实体互动培训课程，以巩固他们的技巧，并为他们提供与其他友师分享经验及互相支持的机会。

## *家长/监护人训练*

亲子沟通技巧（1 节）

- 加强沟通、情绪支持技巧和亲职的技巧，以改善家庭内的跨代关系
- 鼓励父母参与子女的人生规划和理财规划(个人发展/职业规划及发展)

## 3. 友师与学员互动环节（不少于 12 节）

- 至少 **5 节**面对面互动交流，包括**工作场所参观**以达致以下目的：
  (a) 协助学员订立一个涵盖具体目标的个人发展规划，并订立理财规划，从而达到具体目标；
  (b) 积极倾听学员所需，给予他们时间和指导，让他们探索解决方案；以及
  (c) 与学员分享人生经验，并安排参观工作场所，帮助学员扩阔视野，以及邀请他们参加其他活动，从而扩阔他们的社交网络。

- 参加 **1 节首次**会面环节、至少 **1 节**为学员而设的基础训练活动和 **1 节**评估环节，以达致以下目的：
  (a) 通过友师与学员共同参加基础训练活动，就双方期望建立共识 [见第 2 项]；
  (b) 巩固友师与学员之间的学习经验和关系；以及
  (c) 进行计划后对学员的成效评估。

- 共同参与团体活动（至少 **3 节**）[见第 4 项];
- 共同参与毕业礼（**1 节**）[见第 5 项];
- 在为期一年的计划中，透过电话或社交媒体进行交流互动;
- 除首次会面环节、评估环节、工作场所参观及毕业礼外，其余互动环节项目组合可按实际情况互相调动。

## 4. 团体活动

***(由支持机构提供，学员自愿报名参加)***

***目的***

- 扩阔学员视野，让他们认识各行各业的运作、不同工作岗位的功能角色，了解社会发展的要素，协助他们展开人生规划的第一步。
- 营造有利环境，让友师和学员建立互信，同时提供建立社交网络的机会，从而丰富他们参加计划的体验。
- 增强学员对社区的归属感和义工服务精神。

***类别***

- 到访不同行业的私营机构，并与管理层交流，例如：
  - 主要传统企业；
  - 新兴企业；及
  - 香港本地品牌企业

- 参观政府、公营机构、公用事业设施，例如：
  - 天文台、民航处；
  - 科学园、香港生产力促进局；
  - 香港故宫文化博物馆；
  - 港铁设施；
  - 机场设施；
  - 电力供应设施；及
  - 纪律部队设施

- 参加特色体验活动，例如：
  - 飞行体验;
  - 艺术科技体验日;
  - 音乐会欣赏、运动比赛观赏；及
  - 名人分享会等。

- 境外学习及交流活动

- 参与义工服务

## 5. 毕业礼

- 表扬所有参加者，包括赞助机构、学员和他们的友师
- 向每位成功完成计划的学员发放 5,000 元的奖学金

**校友会活动**

- 完成一年密集基础计划后，学员会自动成为校友会会员，继续参与由校友会举办的不同活动，以扩阔社交网络和视野。
- 年满16岁的学员会被邀请参加由校友会统筹的工作体验/实习计划。
- 校友会亦会支持及推动有潜质的校友贡献校友会，包括向师弟妹分享经验，甚或在长大后担任「计划」的友师。