



生涯规划教育（含升学指导）政策 (HHKCS-2.5.2)

最后更新日期：2025 年 10 月 30 日 (JTA)

1. 背景

- 1.1 哈罗港人子弟学校的大多数学生在完成K-12学校教育后都渴望获得大学本科教育，之后追求成功的职业生涯，领导力与充实的生活。在学校阶段，香港教育局使用概念术语“生涯规划教育”（Life Planning Education, LPE）来描述与这种愿望相匹配的学习过程，LPE的目标包括：
- 帮助学生了解自我
 - 帮助学生进行个人规划和设定目标
 - 帮助学生进行自我反思和修订
 - 为学生提供各种进修和职业途径、职业道德以及工作世界的知识。
- 1.2 AISL集团政策未专门包括生涯规划教育（LPE）或大学指导（UG），尽管“职业建议和大学指导”是每个AISL哈罗学校结构的一部分，以支持AISL哈罗文凭的实施。然而，哈罗标准（2025年）规定：“领导人确保为学生提供关于职业教育和高等教育支持和准备的适当安排”（哈罗标准3.2）。为了安全地符合此标准：
- 学校为学生提供了适龄的职业教育计划，确保至少自九年级/八年级的学生可以获得一般和个性化的职业信息和指导。为年长学生提供了一些工作实习和实习机会。
 - 学校为高等教育指导和支持提供了充足的资源（人力和材料），为所有学生提供了个性化的服务，使学生能够顺利申请他们选择的毕业后目的地。
 - 作为一所提供香港中学文凭课程的哈罗港人子弟学校，参考香港教育局（HKEDB）关于生涯规划教育（包括大学指导）指引重要性。2021年，香港教育局发布了两份独立文件，指导中学和小学实施生涯规划教育（包括职业和大学指导）。这些文件指导哈罗港人子弟学校在HKDSE、IBDP和哈罗价值观和哈罗文凭的三方课程背景下实施生涯规划教育。

2. 概念梳理

- 2.1 生涯规划教育：香港教育局规定生涯规划教育“不仅仅是学生在需要做学科或职业选择时的补救或咨询服务。它与学校的课程组成部分相关，通过它，学生将被装备有知识、技能和态度，以便根据自己的兴趣、能力和倾向做出明智的选择，并得到引导，使他们的职业/学术愿望与整体人才发展和终身学习相融合”。
- 2.2 生涯规划教育中的“生活”：在中学阶段之后的“生活”通常包括高等教育的主要阶段（通常是大学教育）、职业（与“工作”或“职业”不同）发展和退休。在112年级后发展，这个生活阶段通常还包括婚姻或其他形式的长期关系、组建家庭或独身。对于AISL哈罗校友来说，学校期间培养的领导力 and 教育卓越成果（知识、技能和价值观和态度）与学校期间发展的领导力和教育卓越成果（知识、技能、价值观和态度）融合在一起。在这种整体意义上，LPE应该在哈罗港人子弟学校中实施。



2.3 生涯规划教育中的“规划”：在快速变化的21世纪世界中，有时会争论一个人的生活是否真的可以规划，特别是当大学教育、工作和职业受到不断发展的技术的影响。规划通常针对结果，但规划过程本身具有提高规划者的注意力、决心、生活目的清晰度和自我改进的内在价值。生涯规划教育的良好学习过程（经验）不仅为学生准备了生活中“可规划”的部分，而且从“可规划”的学习经验中扩展了他们的通用能力，以更好地为生活中常常“不可规划”的部分做好准备。

2.3.1 生涯规划教育中学生生活中的“可规划”部分通常包括：

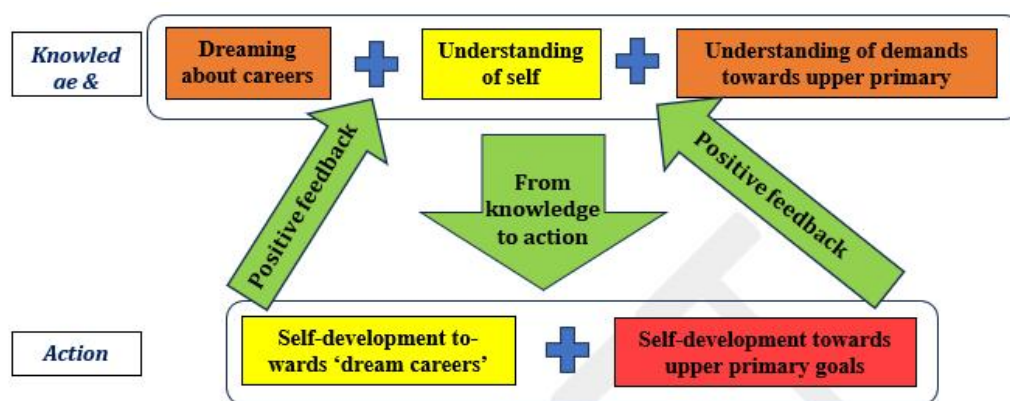
- 作为成年人想过怎样的生活、在哪里以及和谁生活？
- 想就读哪所大学以及选择什么样的本科专业？
- 想要达到怎样的态度、习惯、知识或技能的自我提升目标，以实现大学录取或职业目标？
- 想要从事什么职业和工作角色（包括有薪和义务性角色）？
- 想要长期参与哪些休闲活动，打算多少时间定期参与这些活动？
- 是否有攻读研究生的意愿，如果有，为了实现什么目的？

2.3.2 生涯规划教育中学生生活中的“不可规划”部分可能涉及：

- 个人疾病
- 家庭逆境
- 人工智能或其他全球因素导致就业岗位在所渴望的职业领域迅速变化

3. 小学生涯规划教育

3.1. 哈罗港人子弟学校小学生涯规划教育与个人、社会、健康和情感教育（PSHE）以及香港个人成长教育（PGE）课程的协同效应申请人取得以下成绩即视为通过学校入学考试：



(G1-G3年级小学生涯规划教育架构)

3.2 G1-G3年级小学生涯规划教育核心要素和实施建议：

3.2.1 核心要素

3.2.1.1 每周生涯规划与导师课程：

- 周四生涯规划教育时间（在教室或礼堂/黑匣子剧场）
- 周一生涯规划教育时间（在导师小组的班级时间）

3.2.1.2 知识与技能：自我理解

- 通过反思行为和习惯，了解兴趣、能力和改进领域，包括“梦想职业”、价值观和态度。
- 实施建议：问卷调查、角色扮演、自我反思。



3.2.1.3 知识：梦想职业

- 理解通用职业特征，包括选定多元智能和工作态度。
- 实施建议：演讲、校园职业谈话。

3.2.1.4 知识：上学年级学习需求

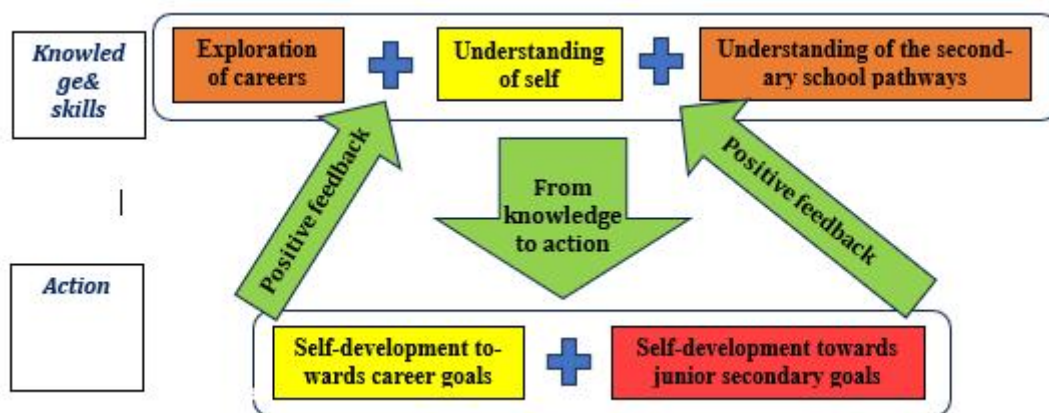
- 理解语言、学习方法和时间管理的要求。
- 实施建议：学术演讲、学生分享、问卷调查。

3.2.2 实施建议：

3.2.2.1 在学生规划短期自我提升项目时：

- 设定目标和方法，实施项目并进行期中回顾和学期评估。
- 导师指导学生，促进共享和学习，最终实现个人学习目标。

3.3 G4-G6年级小学生涯规划教育核心要素和实施建议：



(G4-G6小学生涯规划教育架构)

3.3.1 核心要素

3.3.1.1 自我理解

- 通过反思行为和习惯，更好地了解兴趣、能力、待发展领域、学习和职业抱负、价值观和态度。
- 实施建议：问卷调查、角色扮演、自我反思。

3.3.1.2 职业探索

- 在全球化背景下了解不同职业特征，包括多元智能、工作态度、生涯目标等。
- 实施建议：讲座、校园职业谈话。

3.3.1.3 学业路径认知

- 理解从高年级到初中的课程过渡以及对语言、学习方法、态度和时间管理的要求。
- 实施建议：讲座、学生分享、问卷调查。

3.3.1.4 自我发展

- 设定目标和策略，进行中期自我提升项目，追求学业和职业目标。
- 实施建议：项目规划、中期审查、项目结束评估。

3.3.2 实施方式：

3.3.2.1 星期四生涯规划教育时间（教室或礼堂）

- 角色扮演、问卷调查、自我反思。



3.3.2.2 星期一生涯规划教育时间（导师小组）

- 故事分享、问卷分析、角色扮演、自我反思。

4. 中学生（G7-G9, G10-G12）生涯规划教育



(G7-G9年级生涯规划架构图)

4.1 中学生涯规划教育与AISL哈罗学校个人、社会、健康和情感教育（PSHE）以及HKDSE/IBDP课程的协同效应

4.1.1 尽管AISL集团的个人、社会、健康和情感教育政策（HS21）并未明确涉及中学生涯规划教育，但哈罗港人子弟学校中个人、社会、健康和情感教育的教学和学习材料可能特别涉及“自我认知”的核心要素。同样，香港中学文凭考试（HKDSE）和国际文凭大学预科课程（IBDP）的各种学科和非学科课程，为中学生涯规划教育的某些知识和技能要素提供课程内容和课程时间：

- 工作场所附件的社会和经济背景：地理、经济学、公民与社会发展
- 人工智能的自主使用：数字素养
- 建立非学术学习历程档案：体育、课外活动/学生社团活动、创造性行动、服务（CAS）
- 笔记技巧的应用：所有学科

4.2 核心要素：

4.2.1 自我认知

- 通过反思和自我评估，更好地了解自己的能力、待发展领域、价值观、习惯和在学习、职业和生活中的抱负。
- 实施建议：自我评估问卷、同行评估问卷、故事分享、角色扮演、自我反思

4.2.2 职业探索

- 培养主动性和技能，探索了解理想或新职业路径的机会。
- 在人工智能和其他全球因素快速变化的工作环境背景下，了解不同职业的特征，以及包括各种通用特征在内的职业特征。
- 实施建议：讲座、校园职业谈话、工作场所参观



4.2.3 理解高中和大学路径

- 从可靠来源了解不同学业路径的机会和限制，包括HKDSE和IBDP在高中的选修课程，以及香港、中国大陆和国外的大学路径。
- 理解在HKDSE和IBDP路径中语言、学习方法、学习风格和习惯、时间管理的需求，以及初中准备大学本科录取的具体要求。
- 实施建议：问卷调查、研究技能研讨会、学习技能研讨会、学生分享、大学生分享、家长研讨会、导师指导

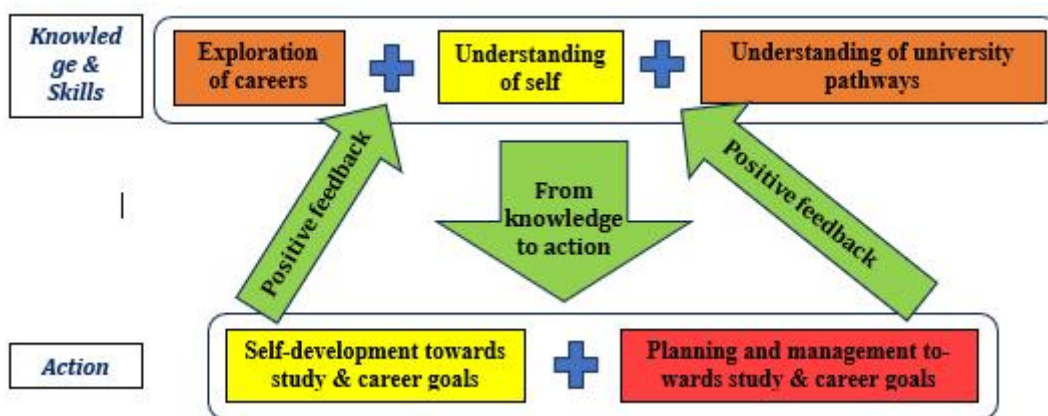
4.2.4 自我发展

- 从利用自我评估结果设定学业和/或职业相关目标和策略，进行中期自我提升项目。
- 实施建议：项目设计、中期审查、项目结束评估、家长会议、奖项颁发

4.2.5 规划与管理

- 从发展数据管理技能，分析研究的高中和大学学业路径信息，评估并优先考虑高中和大学学业选择。
- 制定全年行动计划，促进学生对学术途径的整体认识和行动。
- 发展主动性和适当的沟通技能，寻求生涯规划教育工作人员和家庭成员的指导或支持，包括处理与家长意见分歧的技能。

4.3 高中学生 (G10-G12) 生涯规划教育



(10-12年级生涯规划架构图)

4.3.1 自我认知:

4.3.1.1 描述：通过反思和自我评估，更好地了解个人在学业、职业和生活中的能力、价值观、习惯和抱负。

4.3.1.2 实施:

- 介绍并完成自我评估问卷，涵盖多元智能 (M.I.)、价值观、习惯和抱负。
- 进行来自可信赖的同学或校外朋友的同行评估问卷，以获取额外视角。
- 进行故事分享、问卷个人结果分析，并进行自我反思练习。

4.3.2 职业探索:

4.3.2.1 描述：培养主动性和技能，探索不同职业机会，了解不同职业的特点和通用特征。

4.3.2.2 实施:

- 参加关于各行各业通用特征的讲座，特别是考虑到受人工智能等快速变化的工作场所影响。
- 参与校园职业谈话，旨在为学生提供通用职业特征支持。



- 参加工作场所到校园的转移会话、校园职业谈话和工作场所参观，获得实践经验。

4.3.3 大学路径理解：

4.3.3.1 描述：了解大学路径，以符合个人目标，发展研究技能，并了解申请程序和要求。

4.3.3.2 活动计划：

- 参与研讨会和实践课程，获取与个人目标一致的准确学业路径信息。
- 参加有关大学申请程序、非DSE/IBDP考试、面试技巧和个人陈述的讲座。
- 参加学习技能研讨会，包括有效记笔记、学术复习以及为大学申请建立档案。
- 从同学分享关于HKDSE和IBDP课程的经验中受益。
- 参观大学开放日，参与大学生分享会。
- 参加有关大学申请最新趋势的研讨会。
- 获得有关学业路径信息准确性和大学申请文件质量的指导。

4.4 实际行动：朝着学业和职业目标的自我提升

4.4.1 设定中期自我提升项目的学习和/或职业相关目标和策略（每个学年2个或更多周期），每个周期选定2-3个需要改进的领域：

- 多元智能
- IB 学习者概况
- 价值观（包括哈罗价值观）、态度或习惯
- 学习方式
- 学习技能
- 特定学科成就

4.4.2 实施项目并进行中期审查和项目结束评估，反馈更深入的自我理解，以及如何更接近学习和/或职业目标。

4.4.3 实施计划：

- 举办研讨会，教授准备优先大学途径比较表格的技能，并根据G10/G11/G12制定3/2/1年行动计划，朝着首要大学途径的目标。
- 在中期自我提升项目开始前举行全体会议，解释项目的要求和流程，提供示范并介绍项目周期末奖项的标准。学生开始起草项目计划的目标和策略。项目设计应与整G10/G11/G12行动计划相一致。通知家长最终确定的项目计划。
- 中间审查时，举行全体会议，总结学生对项目的实施范围、成功和挫折，并提出在项目第二阶段改进的建议。
- 在项目周期结束评估时，总结集体的成就和挫折，并为下一个改进周期的个人目标制定策略。
- 举办关于学生与家长沟通技巧的研讨会，寻求专业人员和家庭成员的生涯规划教育指导，并处理与父母意见不同的问题。

4.4.4 家长导师集体指导学生：

- 就G10/G11/G12行动计划的适宜性和实用性提供建议。
- 对于在确定学业路径方面与父母存在沟通/意见问题的学生提供建议。
- 就自我提升项目目标的适宜性、改进方法和成功标准提供建议。
- 主持中期审查报告和成员之间的共享会议，指导他们如何按照项目计划的格式分享，从成功和挫折中相互学习，并指导如何在项目的第二阶段改进。
- 在项目周期结束评估时，重复上述中期审查过程，但得出项目目标是否达成的结论，并总结体验为自我理解和接近职业/学习目标带来的积极反馈。
- 由学生主持，与家长举行会议，分享个人从项目中学到的知识。



5. 香港教育局为生涯规划教育工作者和学生提供的资源

5.1 生涯规划教育工作者资源 (生涯规划信息网站)

5.1.1 2019年9月，教育局推出了全新的生涯规划信息网站 (<https://lifeplanning.edb.gov.hk>)，作为一个一站式平台，为学生、教师和家长提供更全面的生涯规划和多元途径信息。该网站设有八个主题板块，分别为职业信息、学业、学生、学校管理、教师、家长、企业-学校合作计划和我的生涯规划作品集。职业信息主题板块不仅提供了超过250个职业在21个传统和新兴行业的最新信息，涵盖职业前景、入学要求、相关培训和职业发展路径，还包括求职建议，如简历样本、有效沟通所需技能，以及面试时的合适形象和态度。

5.1.2 此外，生涯规划信息网站还提供关于在香港和海外继续深造的最新信息，以及各种奖学金的资格标准和申请方法等。网站上提供与生涯规划相关的学习和教学资源，供教师使用。此外，网站上还有真实故事的视频，让家长和学生更深入地了解生涯规划。

5.1.3 作为一个在线学习系统，我的生涯规划作品集 (<https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk>) 为学生提供了生涯规划信息和便捷工具，用于进行职业能力评估和创建学习作品集。同时，网站上还提供了有关生涯规划的教学资源，帮助教师更好地支持学生的生涯规划。该系统包括七个部分，即职业评估（提供各种职业评估工具）、我的电子课程、学生作品集、职业信息和视频剪辑、《我的工作价值观》游戏、职业冒险报告，以及专为教师设计的专业发展计划。为了帮助学校开展生涯规划教育和职业指导服务，教育局与香港专业人力资源管理师公会合作，开发了两个资源包，即“生涯地图”和“寻找生命的色彩”。

5.2 学生资源

5.2.1 生涯规划探索工具

5.2.1.1 教育局与香港专业人力资源管理师公会联合开发了一个名为“e-Navigator: 多元途径（新学术结构下）”的网站和移动应用程序。这是一个生涯规划探索工具，帮助学生查找不同本地机构和水平（如学位、高级文凭和副学士学位）的节目信息。此外，学生还可以获取来自资格注册的其他节目信息。

5.2.2 生涯规划信息网站

5.2.2.1 在教育局生涯规划信息网站 (<https://lifeplanning.edb.gov.hk>) 上创建了多个专门的网页，为学生提供有关在香港和海外进一步深造、职业培训、职业机会，以及生涯规划和指导服务的最新信息。