

2018/19學年
為嚴重智障學生提供生涯規劃教育學習圈
分享會

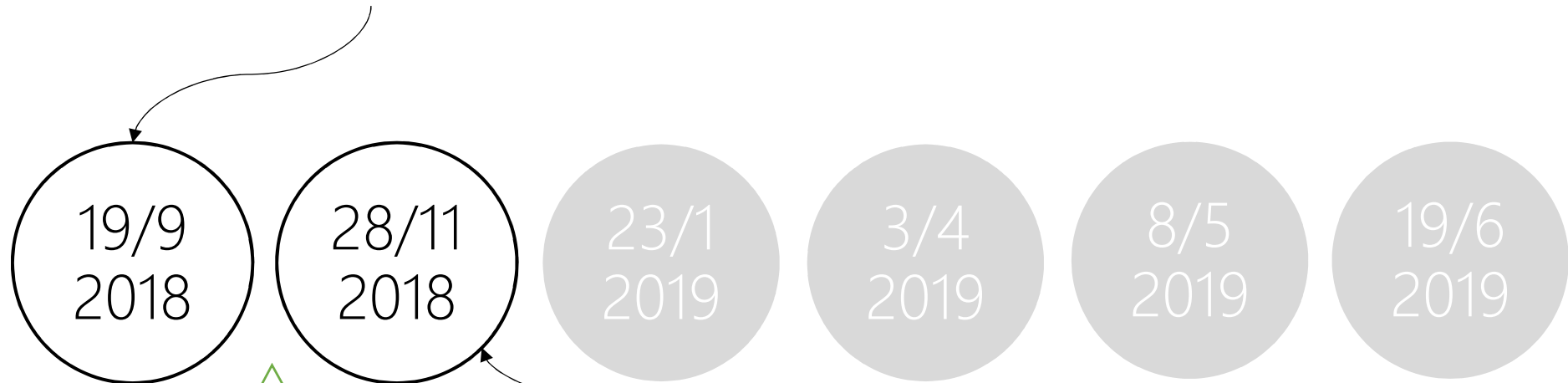
學習圈的歷程與成果： 適合嚴重智障學生生涯規劃的 學習元素

2019年7月4日

香港中文大學社會工作學系
黃敬歲教授、關卓倫先生

擴展討論空間

- 何謂「生涯」
- 「生活質素」範疇



學校訪問

- 學校分享生涯規劃教育的現況
- 身心障礙學生的生涯規劃發展與演變
- 生涯規劃與自我決策

分組討論「自我認識與發展」、「生涯探索」及「生涯規劃及管理」的意義和當中重要的學習元素

交流不同想法



共同草擬階段成果

合組討論及完成各學習元素的具体文字描述，及就每個範疇擬定一個學習元素的學習目標及預期成果



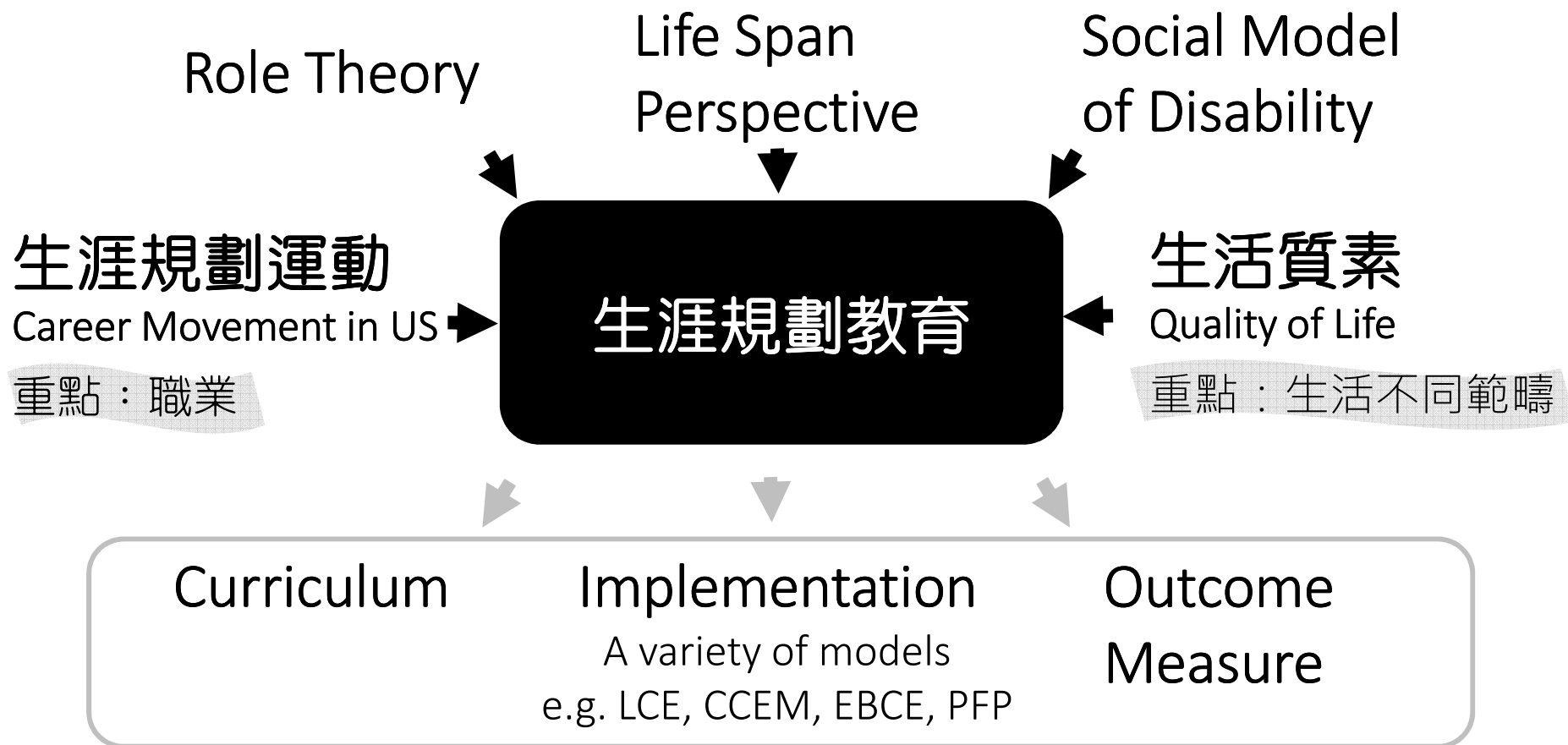
何謂「Career」？

- ❖ Career = 職業？事業？生涯？
- ❖ 生涯規劃 = Career Planning? Life Planning?
- ❖ 狹義來說，「生涯」是指生計，與工作（有酬）或職業意義相近。
- ❖ 廣義而言，「生涯」可以理解為一個人的人生歷程，是當事人希望自己有一個怎樣的人生，這牽涉到他如何規劃其人生，這就是「生涯規劃」。

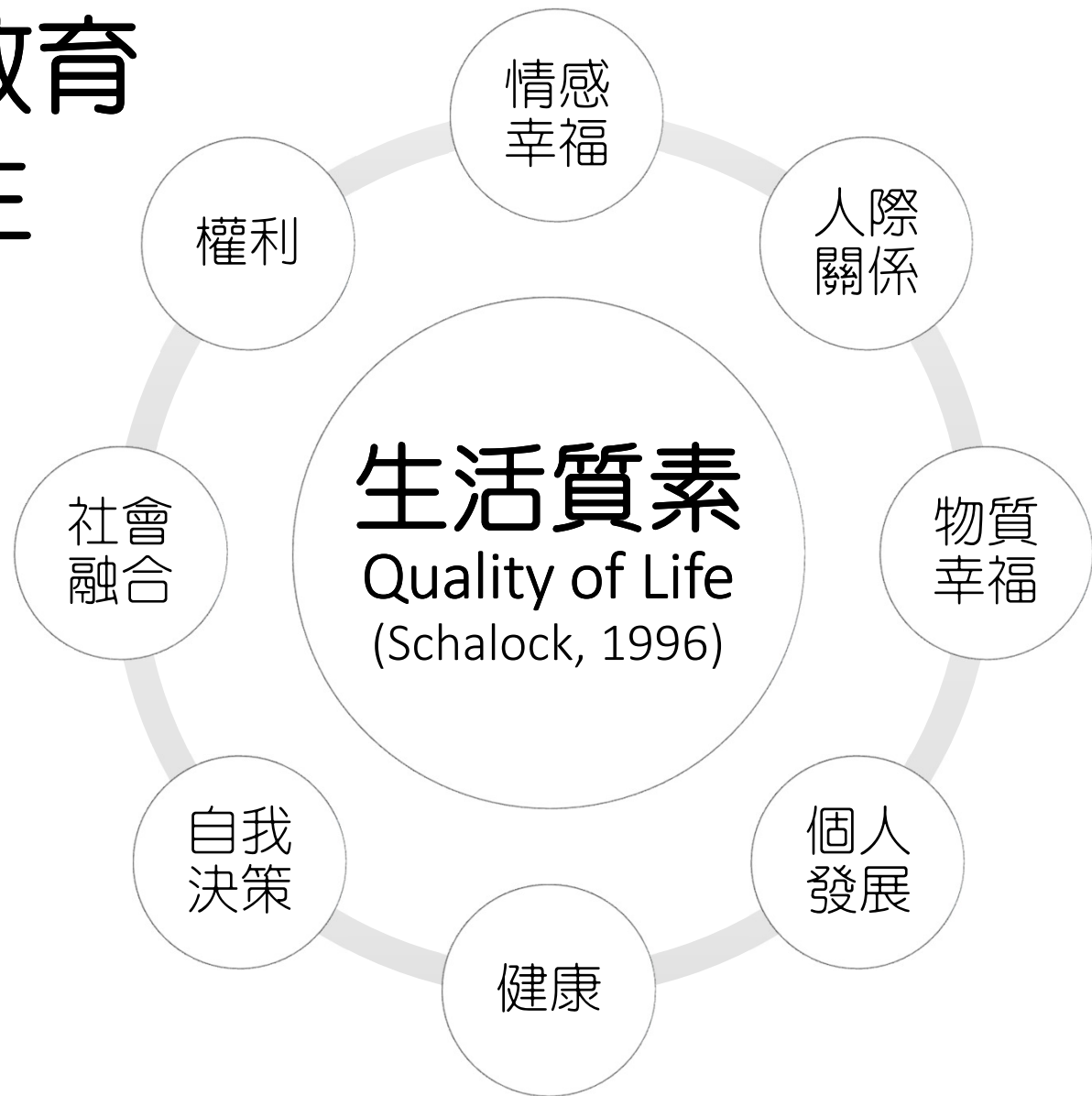
「生涯」的範圍 (Carter, Brock, & Trainor, 2014)

- ❖ Communication 溝通
- ❖ Community Participation 社區參與
- ❖ Daily Living 日常生活
- ❖ Employment 就業
- ❖ Further Education/Training 持續學習
- ❖ Health 健康
- ❖ Leisure Activities 閒暇活動
- ❖ Interpersonal Relationships 人際關係
- ❖ Self-Determination 自我決策

身心障礙學生的 生涯規劃發展與演變



生涯規劃教育 對智障學生的 意義



生涯規劃的重要信念

自我決策 Self-Determination

- ❖ 與生俱來的內在動力 (Deci & Ryan, 1985)，驅使每個人會因應自己的喜 好和追求，在不同的人生階段訂定大小不一、長短不定的個人目標 (黃敬歲，2016)
- ❖ 是每個人都可以學習的能力

自我決策

(Wehmeyer & Abery, 2013)

目標達成
自我檢視、調整
建立個人網絡、資源
實踐計劃、解難

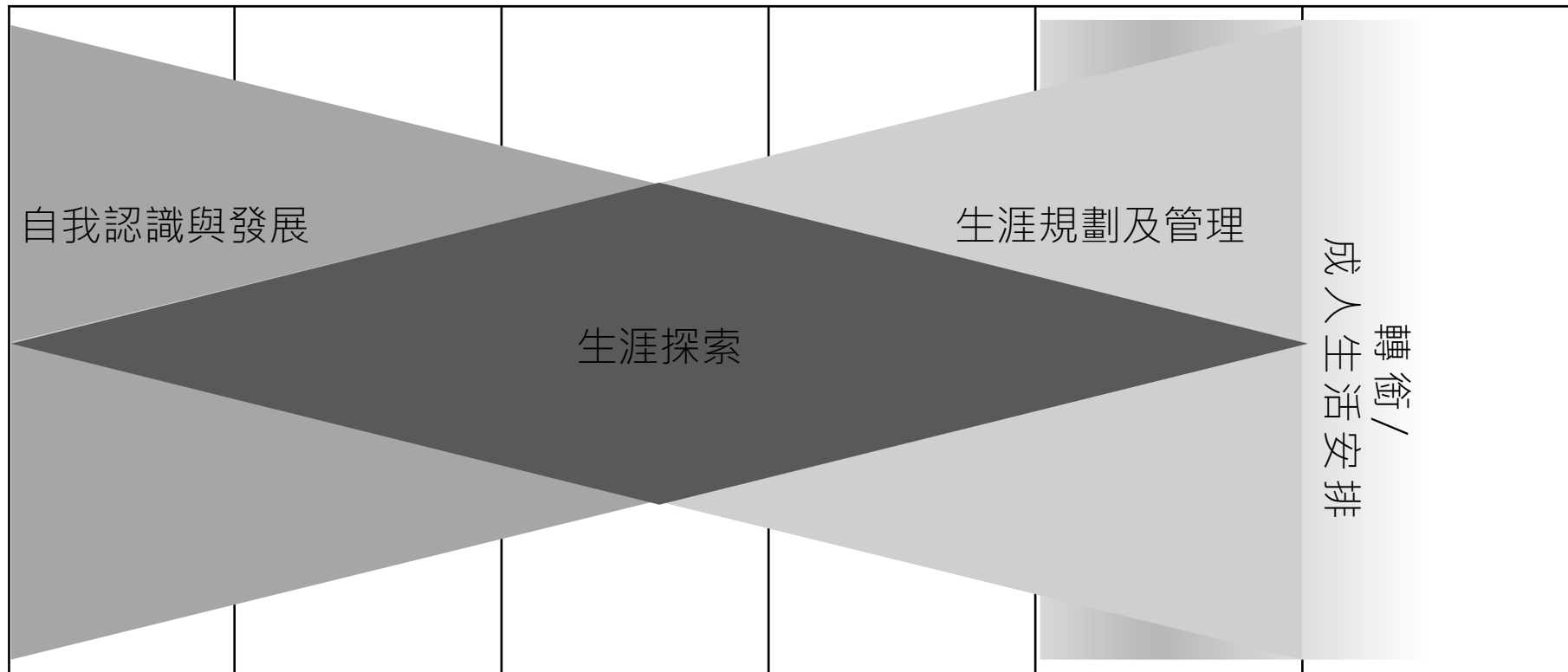
選擇、決定、計劃
訂立個人長、短目標
了解好惡

自我表達
自我了解
自我認識



嚴重智障學生的 生涯規劃發展方向

入學 → 離校 成人



學習圈的成果

多角度討論後的一些共識

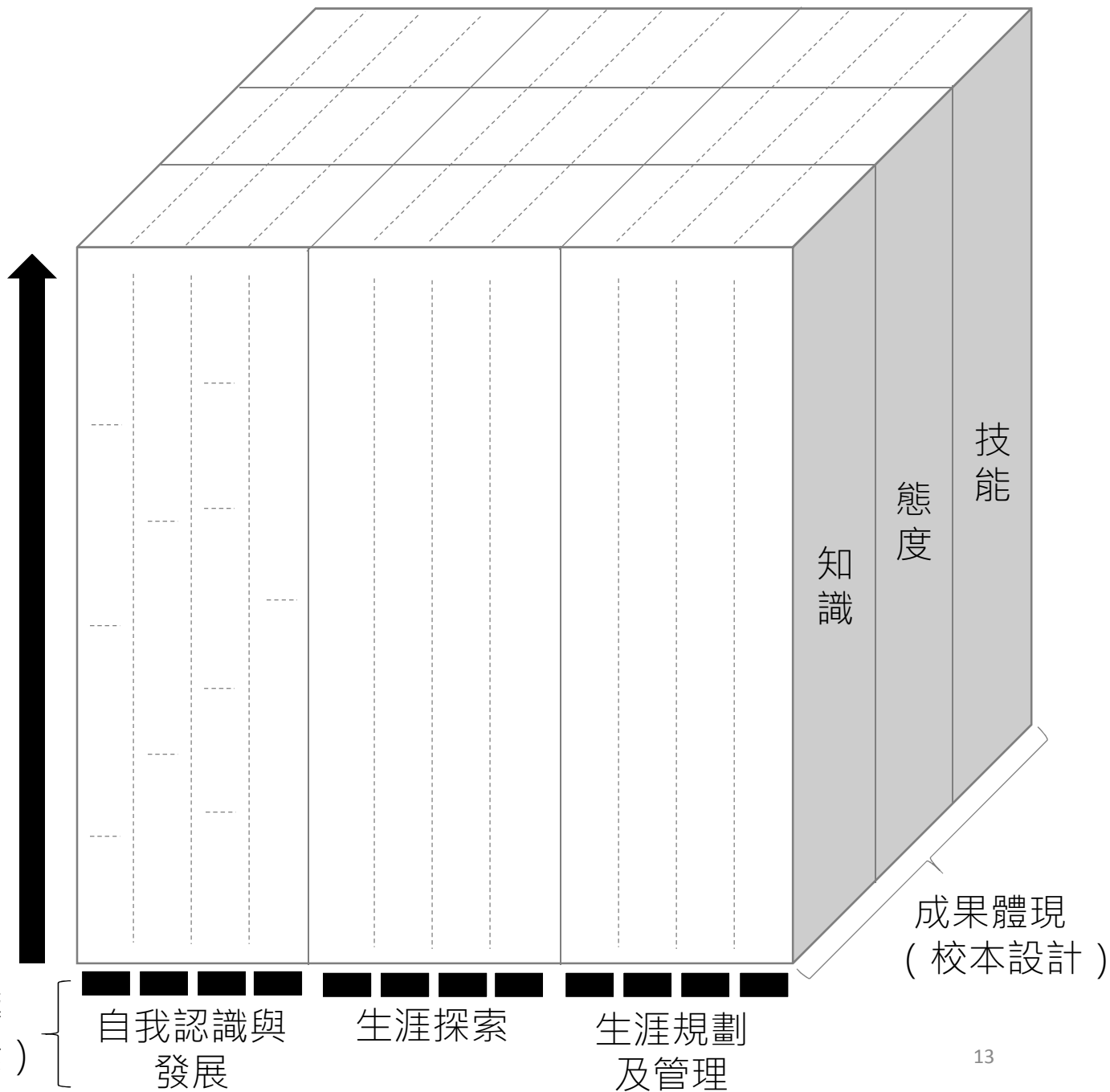
- ❖ 用「生涯」比較「事業」更切合嚴重智障學生的需要。
- ❖ 嚴重智障學生的生涯規劃，不應只限於安排出路，而是更全方位為生活各個範疇作好準備。
- ❖ 對嚴重智障學生而言，「工作」是指有意義的活動，而達至利己利他的效果。
- ❖ 嚴重智障學生的「生涯規劃」中能夠實踐「自我決策」很重要。

討論時， 採用以下 框架

(陳志威，2017)

目標層次
(階段目標)

內容範疇
(學習要素)



討論時，經常提醒自己 …

- ❖ 文字盡量清晰、容易理解及具體
- ❖ 真正切合嚴重智障學生的需要
- ❖ 有足夠空間讓學校可因應校況調整及發展
- ❖ 能照顧不同能力的學生，讓他們從中均得到成長

學習圈對生涯規劃教育的主要學習範疇的理解及詮釋

自我認識與發展

- 認識自己是一個什麼樣的人，了解自己的能力和喜惡，發展正面的自我概念和價值觀。

生涯探索

- 發展個人興趣和潛能，探索生活環境及自己在不同成長階段中的角色及轉變。

生涯規劃及管理

- 學習與人溝通和相處，適應群體及社區生活，為不同成長階段的轉變及轉銜至成人階段作好準備。

各範疇的重要學習元素

自我認識與發展

自我認知

了解自己的身心特徵和狀態，並對自己的行為、情感、能力等有基礎的認識。

選擇及決定

學習為自己作出選擇和決定，以加深對自己的了解。

各範疇的重要學習元素

生涯探索

發展閒暇興趣

發掘自己閒暇興趣，並發展成可持續參與的活動。

認識不同的身份

擴闊生活環境，明白在不同環境（包括學校、家庭、社區、工作場所等）及成長階段中的角色和責任。

發揮工作潛能

進行有不同的工作體驗，了解自己的強項和限制，發展學習及增進自己的能力，實踐可做的活動和有意義生活。

各範疇的重要學習元素

生涯規劃及管理

溝通技能

學習在與人交往的過程中，主動及有效表達自己，並能夠適切地回應他人。

社交及 群體生活

學習與其他
人相處和尊重他人，明白與其他人一同生活時所需的基本社交禮儀。

自我管理

學習管理個人資源（如物品、時間）和情緒，並建立良好的身心健康習慣。

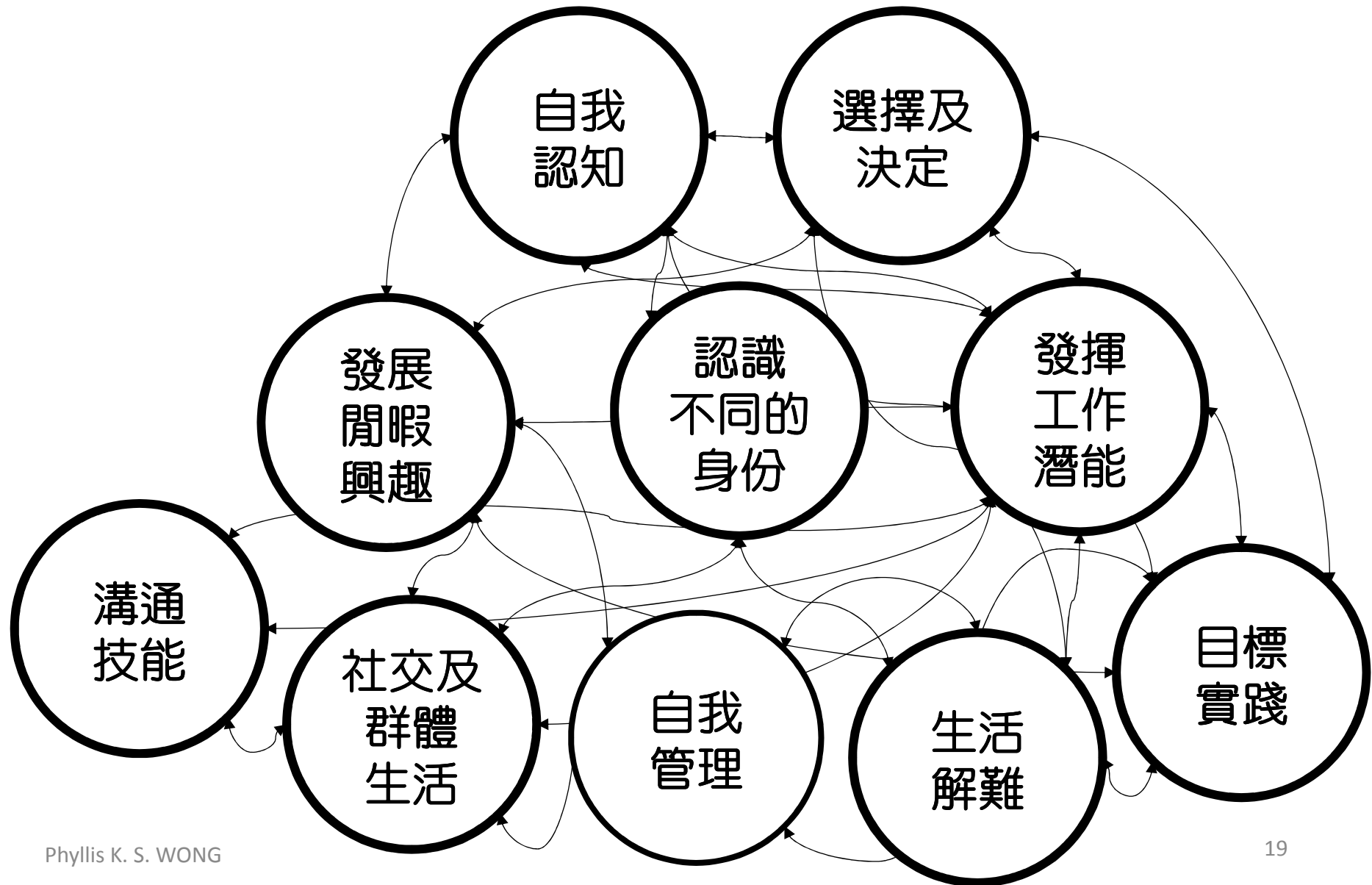
生活解難

學習面對挑戰和嘗試/探索生活解難的方法，培養堅毅的精神及靈活開放的態度。

目標實踐

學習為自己
想做的事訂立目標、訂立實踐步驟和檢視成果。

重要學習元素互相關連



例：自我認識與發展—自我認知

了解自己的身心特徵和狀態，並對自己的行為、情感、能力等有基礎的認識。

學習進程	學習目標	預期學習成果
進程一 / 自我存在	意識自己的存在及與環境的連繫	<ul style="list-style-type: none">- 對於被動刺激能夠產生反應- 會主動探索自己的身體和自我刺激- 會主動探索周邊的物件及環境- 能夠對名字的呼喚作出適時的回應- 會與其他人、物件及環境進行互動
進程二 / 我的特徵	認識自己的外貌、性別和喜惡	<ul style="list-style-type: none">- 看到自己的容貌時會有獨特的反應- 能夠從不同的容貌中認出自己- 意識到自己與異性的不同- 以一致的方法表達自己的偏好或抗拒
進程三 / 我的能力	認識自己的強項和限制	<ul style="list-style-type: none">- 願意嘗試不同的挑戰- 為自己能做到某件事而感到喜悅- 會運用自己的能力去做能力所及的事

例：生涯探索—發展閒暇興趣

發掘自己的閒暇興趣，並發展成可持續參與的活動。

學習進程	學習目標	預期學習成果
進程一 / 發現	a. 培養接受新事物的開放態度 b. 發現個人的興趣	<ul style="list-style-type: none"> - 願意嘗試和參與不同的活動 - 能表現對某事物及/或活動有明顯的興趣與專注力
進程二 / 發展	發展與個人興趣相關的態度和技能	<ul style="list-style-type: none"> - 對有興趣的活動，能持續地參與及表現專注 - 願意克服活動中的挑戰 - 能掌握相關的技巧
進程三 / 持續	於不同環境和成長階段延續個人興趣	<ul style="list-style-type: none"> - 於不同環境和成長階段能自發地進行該興趣 - 願意與不同人分享該興趣

例：生涯規劃及管理—溝通技能

學習在與人交往的過程中，主動表達自己和適切地回應他人。

學習進程	學習目標	預期學習成果
進程一 / 簡單接收及回應	對其他人的口語及/或身體語言作出簡單回應	<ul style="list-style-type: none">- 察覺/注視誘發溝通者- 運用自己的方法作出簡單回應
進程二 / 理解及主動表達	<ul style="list-style-type: none">a. 理解其他人所表達的內容和意思b. 自發地展開溝通	<ul style="list-style-type: none">- 運用溝通工具/身體語言/簡單說話作出相應的回應- 刻意作出一些行為，以尋求他人的回應和互動
進程三 / 有效表達	有效地表達自己想表達的內容和意思	<ul style="list-style-type: none">- 運用溝通工具/身體語言/簡單說話，清晰地表達個人需要、意願、感受、想法等
進程四 / 適切回應	對其他人的表達內容作出適切的回應	<ul style="list-style-type: none">- 在對方表達後，能夠在適當的時間內作出回應- 運用已學會的方法回應對方的表達

展望

- ❖ 不同學校的校況不同，建議參考學習圈的成果，嘗試完成各重要學習元素的階段目標和預期學習成果。
- ❖ 創造更多專業交流平台，幫助學校完善為嚴重智障學生提供的生涯規劃教育。
- ❖ 融入不同學科，設計合適的教學方法，完滿實踐適合嚴重智障學生的生涯規劃教育。

參考書目

Carter, E. W., Brock, M. E., & Trainor, A. A. (2014). Transition assessment and planning for youth with severe intellectual and development disabilities. *The Journal of Special Education, 47*(4), 245-255.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. New York, NY: Plenum Press.

Schalock, R. L. (1996). Reconsidering the conceptualization and measurement of quality of life. In R. L. Schalock (Ed.), *Quality of life: Conceptualization and measurement* (Vol. I, pp. 123-139). Washington, DC: American Association on Mental Retardation.

Wehmeyer, M.L., & Abery, B. (2013). Self-determination and choice. *Intellectual and Developmental Disabilities, 51*(5), 399-411.

林幸台 (2007)。 *身心障礙者生涯輔導與轉銜服務*。台灣：心理出版社。

陳志威 (2017)。香港生命教育框架。收錄於《香港教師中心學報》第16卷。香港：香港教師中心。

黃敬歲 (2016)。 *智障人士「自我決策」*。收錄於《香港唐氏綜合症協會會訊》第67期。頁21-23。香港：香港唐氏綜合症協會。

黃敬歲 (待刊)。 *從生涯規劃角度看個案管理*。收錄於《勵智協進會三十周年特刊》。香港：勵智協進會。