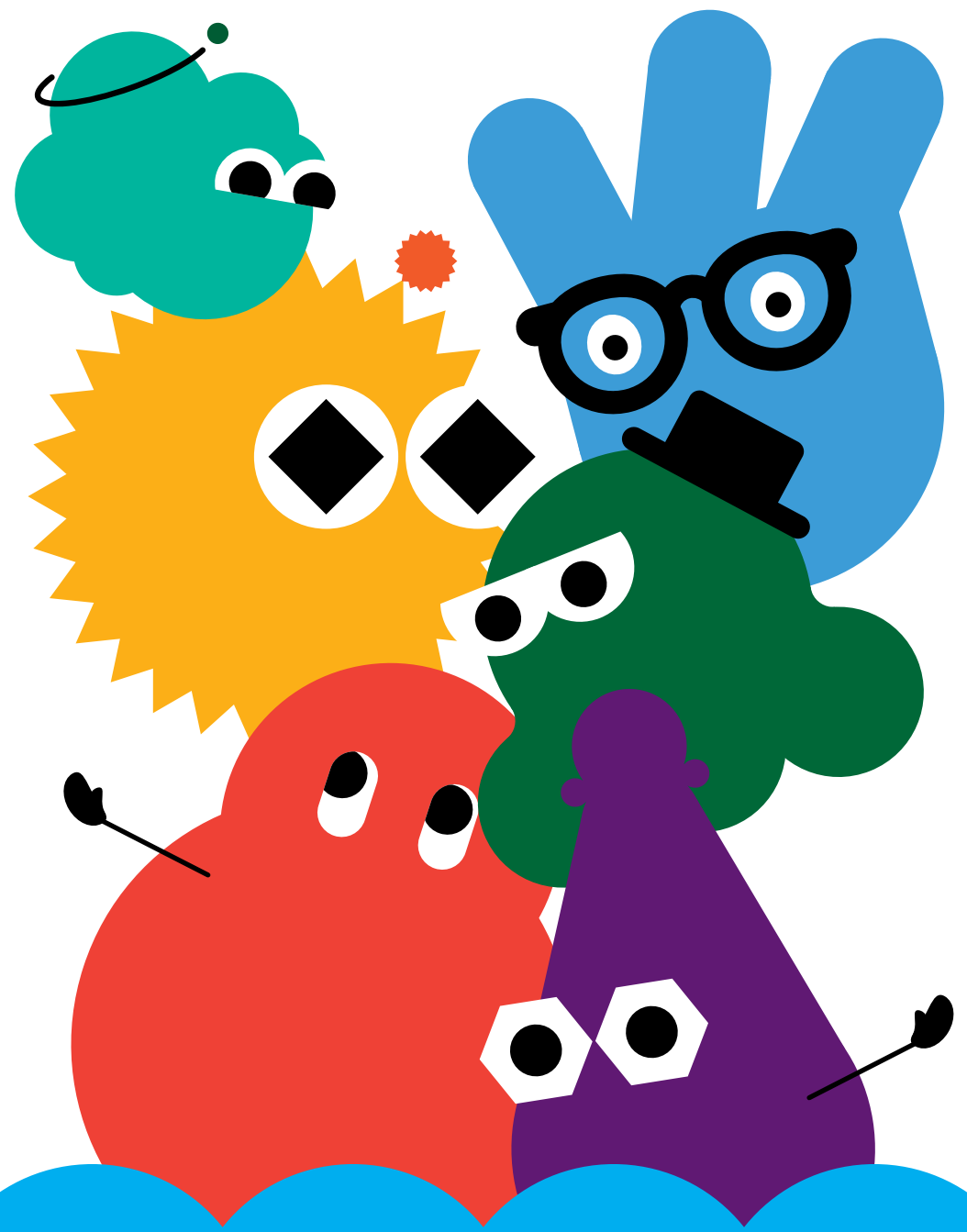


賽馬會夢啟航就業支援計劃

Jockey Club Project LEGEND Employment Support Project

夢啟航

Hello!



目錄

3
機構介紹

4
計劃簡介

6
服務理念

7
計劃目的

8
核心服務
核心服務一：個案輔導

核心服務二：生涯規劃活動（小組／工作坊／活動）

核心服務三：家長或教師支援服務

核心服務四：工作實習及配對

核心服務五：社區教育

12
企業支援服務
僱主支援服務

聯絡方法
服務查詢

機構介紹

傷健（代表傷殘人士與健全人士）共融的理念源自英國，並於1970年代引進香港。一直以來，香港傷健協會所提供的活動和服務，就是基於傷健共融的理念而發展，藉以達致傷殘人士與健全人士融和的目標。

願景/宗旨

協會青年發展留意到不少特殊教育需要 (Special Education Needs - SEN) 青年在學校過渡職場時遇到不少困難，例如缺乏求職技巧、職場溝通技巧及社會大眾SEN存有誤解等等，讓SEN青年在尋找工作的路上面對困難重重。因此，在2013年開展有特殊教育需要 (Special Education Needs - SEN) 青年生涯規劃服務，並設立青年發展部因應SEN青年的能力及需要，設計及推行合適的服務，讓他們了解個人志趣及能力，為未來進入職場做好準備，同時，彌補對SEN青年支援不足的缺口。從前線經驗所見，僱主及社會在SEN青年發展上扮演著重要角色，例如社會對SEN青年的理解、僱主聘請SEN青年的態度及針對性的福利政策支援，都會影響SEN青年求職工作適應及生涯發展。我們相信適切的SEN青年就業支援計劃，能夠讓社會大眾攜手協助SEN青年發展

潛能，訂立未來事業發展方向，應對及適應多變的職場環境和獨立自主的生活。因此，為了更進一步提供SEN青年的職涯規劃服務，青年發展於2019年獲香港賽馬會慈善信託基金資助，開設「賽馬會夢啟航就業支援計劃」專注SEN青年職業志向發展，提供職前訓練，提升青年的個人能力及關注其情緒管理，協助他們盡早投入職場。

香港傷健協會青年發展主要為15-35歲有特殊教育需要的青少年（包括特殊學習需要、自閉症譜系、專注力不足/過度活躍症、有限智能），並：

- 預備離校或已離校
- 正待業
- 需要生涯規劃指導及支援
- 低動機及處於高危狀況
- 正受精神健康困擾

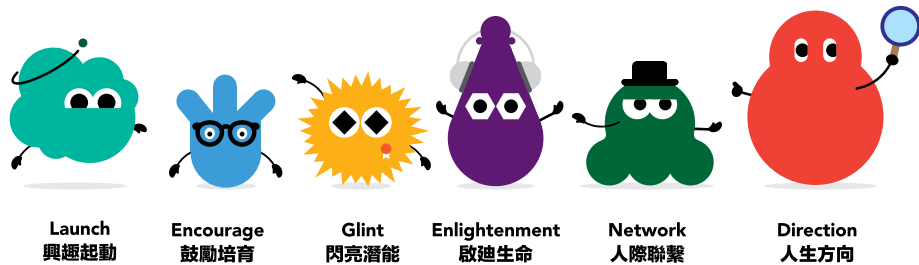
提供輔導、個人成長培訓、就業安排和家庭支援一系列支援服務，除了提昇青少年的個人能力外，亦關注其精神和情緒健康，透過全方位支援，協助青年成功由學校過渡至職場工作。

賽馬會夢啟航就業支援計劃

Jockey Club Project LEGEND Employment Support Project

計劃簡介

計劃由香港賽馬會慈善信託基金捐助推行，專為有特殊學習困難(Special Learning Difficulties - SpLD)及專注力不足／過度活躍症(Attention Deficit Hyperactivity Disorder-ADHD)的青年規劃職涯，按其職志和強項尋找合適的工作，規劃未來。計劃以「L.E.G.E.N.D.」命名，分別代表：



顧名思義，計劃從SpLD及ADHD青年的興趣和長處 (Strength-based Approach) 着手，透過多元化而切合青年潮流文化的訓練，與SpLD及ADHD青年同步向前，尋求個人成長、發揮潛能及未來職業的出路。計劃支援SpLD及ADHD青年的 5 個生活層面 (The Five-Tier Model)以提供全面支援服務。

透過職前培訓及工作實習，讓SEN青年為將來工作做好準備。計劃亦與僱主、學校及其家人提供支援及緊密聯繫，密切跟進青年在職及學習情況，同時，提升僱主、學校及其家人對SpLD及ADHD青年認識，與青年同行。

為了提升公眾對SpLD及ADHD青年的認識，計劃亦會提供到校講座及社區教育等活動，一同建立共融社會。

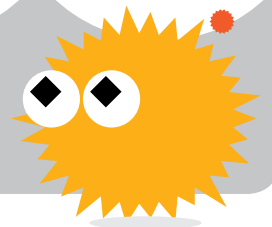
夢啟航

內在潛能



外在資源

家庭	朋輩	企業	社會
家人關係	被關心	工作調適	認識及接納個別差異
家庭溝通	被信任	包容及接納程度	重視年青人才能
接納管束程度	被肯定	就業及發展機會	充足及適切的資源
生活快樂程度		合適的工種選擇	



服務理念

重視SpLD及ADHD青年的獨特性

對青年人來說，由學校過渡職場代表步入人生新的階段，需要面對新的挑戰。但是，SpLD及ADHD青年在社交、執行功能、解難和情緒管理上有不足的地方，影響他們步入職場。部分青年在公開市場上，難以尋找合適的工作崗位和獲得就業機會，加上一般大眾普遍對SpLD及ADHD缺乏充足認識，令青年在求職的路途上遇到有不少挫敗經驗，繼而影響自我形象和自我價值。

我們相信每一位SpLD及ADHD青年都是獨特的，每人都有自己的才能，如果能夠將才能適當運用，再配合充足的就業支援，他們都可以在職場上閃亮潛能，實現夢想。

「優勢為本介入模式」： 重視SpLD及ADHD青年的強項

我們在設計就業支援服務時，運用「優勢為本介入模式」（Strength-based Approach），從SpLD及ADHD青年的強項入手，整合外在環境資源及個人內在潛能，提供全方位的服務，協助他們發掘及發揮自己的內在潛能，建立個人能力感。

我們重視與青年的關係，透過了解每位青年的長處、興趣、能力及價值觀，設計合適的生涯規劃活動、訓練及工作實習，擬定不同階段的計劃，協助他們探索職場，認識工作意義，了解不同的就業出路，並為裝備好的青年配對工作。

重視不同持份者的角色： 朋輩、家長、僱主及社會

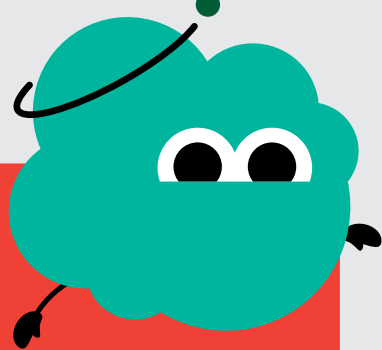
我們明白朋輩、家長、僱主和社會在SpLD和ADHD青年的成長路上扮演著非常重要的角色，故此計劃亦會對家長和僱主提供合適支援，攜手並肩同行。

計劃目的

夢啟航

- 1 提升SpLD及ADHD青年的自我認識、自信心及工作動機
- 2 協助SpLD及ADHD青年訂立職涯目標，準備投入職場
- 3 提升家長及老師對SEN青年的支援技巧，與青年同行
- 4 緊密聯繫僱主，提供職場實習及工作機會，讓青年人發揮自己的能力
- 5 提升社區對SpLD及ADHD青年的認識

計劃內容



五層支援系統

第一層 個人成長

SpLD及ADHD青年支援

- 第一步：個人輔導
- 第二步：多元化小組及工作坊，主題包括人際溝通、情緒管理、執行力及解難能力等
- 第三步：職前培訓，主題包括求職面試技巧、行業概覽及工作技能等
- 第四步：工作實習
- 第五步：職業配對、在職支援及跟進

第二層 家校同行

家長及教師同行支援

- 家長教師小組、講座及工作坊
- 入校生涯規劃小組及活動
- 諮詢服務

第三層 職場共融

僱主及僱員支援

- 職場共融講座及工作坊
- 師友計劃 (Mentorship programme)
- 支援及跟進服務

第四層 結伴互助

朋輩支援

- 多元化持續學習活動
- 互助小組及工作坊

第五層 社區支援

社區教育

- 社區共融講座及工作坊
- SEN體驗活動
- 諮詢服務

服務對象（必需符合以下兩項條件）：

1. 年齡屆乎17至35歲 及
2. 已被評估為有特殊學習困難或專注力失調/過度活躍症

服務流程



參加方法

1. 由學校、社會服務機構或團體轉介 或
2. 有需要人士可自行申請

服務範圍：全港各區

我們為每位準備就業的SEN青年提供職前培訓，以增強他們的工作技能及就業競爭力，以下是我們提供的 5 類職前培訓服務：

第1類：個案輔導及跟進

目標 透過輔導，讓青年克服障礙，發掘潛能，訂立生涯及職涯目標，發展事業及有意義人生。社工會先評估青年能力，了解他們的能力、興趣及理想，探索個人職志，訂立具體計劃及目標。

形式

- 入校：社工入校為青年進行評估，了解其生涯規劃能力及計劃
- 轉介：青年轉介至本單位，社工於本單位與青年見面

第2類：生涯規劃活動

A) 生涯規劃小組

基本內容

目標 1. 讓青年掌握「生涯規劃」理念，訂立生涯目標。 2. 提昇青年多元潛力

節數 4至6節 **每節時間** 1小時至1.5小時

人手比例 1社工：6-10名青年

備註 小組會由註冊社工帶領 / 小組可於學校或中心進行 / 具體運作會與學校 / 團體商討

編號	主題	內容
A1	目標訂立	小目標成就大夢想，有了目標，才能指引青年規劃人生。小組讓青年認識自己的能力、興趣、價值觀，發掘潛能，從而訂立生涯及職涯目標。
A2	社交溝通	不論在職場、學校或日常生活等場所，青年都需要保持良好態度，與他人合作及溝通。青年可以在小組內，學習理解別人的觀點及感受、提高社交溝通技巧，交友技巧、交談技巧等、提高解決社交溝通困難的能力。
A3	情緒管理	青年每天都出現或面對不同情緒，如何化負面情緒為力量？小組讓青年學習表達及抒發情緒的表達、提高對情緒的敏感度及洞察力、強化多角度思考及自我認識。
A4	執行能力	每天努力工作或學習，仍然未能達到標準？執行力影響工作效率及工作成果。小組協助青年改善時間管理、組織、持久專注及工作記憶。
A5	解難能力	工作及學習時遇到不同困難，應該放棄？逃避？還是解決問題，迎難而上？小組會引導學生分析事情、釐定目標、提升創新及逆向思維，以增強解難能力。
A6	求職面試技巧	一講起面試就驚？不知道求職方向及途徑？小組內容包括求職及面試技巧，幫助青少年裝備自己，預備升學或求職，提升競爭力。

B) 職業博覽工作坊

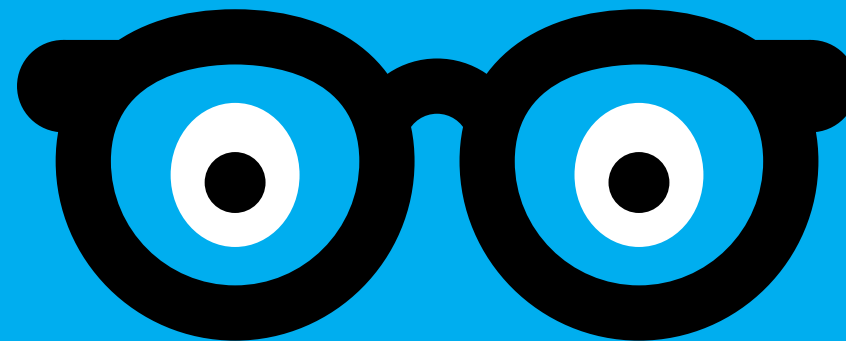
基本內容

形式	講座及工作坊	時間	每節約1.5小時至3小時
編號	主題	內容	
B1	行業概覽	邀請業內人士分享各行各業的苦與樂，讓青年認識不同工作的特色、工作上需要留意的地方及晉升的秘訣。	
B2	模擬人生	透過模擬遊戲，讓青年體驗人生不同經歷，學習如何運用自己的能力，作出不同抉擇，從而反思自己的生涯規劃計劃。	
B3	求職面試工作坊	認識公開市場求職技巧，強化求職面試準備及應對技巧。	
B4	工作態度	講述工作態度及能力的重要性，僱主需要青年擁有甚麼的態度及能力。	
B5	興趣發展	主題包括運動、音樂、藝術、多媒體及生活，培養不同的興趣，發掘潛能。	
B6	真人圖書館	由已畢業及投入社會工作的青年，以過來人的身份，分享求學、求職及工作上的「樂與怒」，如何克服種種困難。	

C) 戶外體驗及訓練

基本內容

形式	行業參觀及訓練日營	時間	每具體運作及費用會與學校/團體商討
編號	主題	形式	內容
C1	行業參觀	外出參觀	走出學校，切身地認識行業實況，了解行業資訊，讓青年認清自己的工作前路
C2	訓練日營	日營	透過具挑戰性的活動，提升青年的自我認識、效能感及樂觀感，並以正面樂觀的心態面對各種挑戰，加強「抗逆力」。日營主題包括團隊建立、人際溝通、人生規劃等等。



第3類：家長及教師支援服務

形式 工作坊、小組、面談
目標 讓家長及教師認識SLD及ADHD青年需要，掌握協助SLD及ADHD青年進行生涯規劃的技巧

編號	主題	內容
D1	認識SpLD及ADHD	提升家長及教師對SpLD及ADHD的認識，包括SpLD及ADHD的心理、生理及社會需求，協助青年的方法等等。
D2	同行伴隨	子女步入不同的成長階段，面對子女開始獨立及外出工作，家長如何面對家庭角色的轉變及子女角色的轉變。
D3	生活鬆一鬆	協助家長或教師認識或計劃SLD或ADHD生涯規劃安排





第4類：工作實習及配對

當青年提昇多元能力及訂立目標後，我們會提供合適及即時的就業支援服務。
工作實習能夠讓青年親身體驗職場生活，有助他們尋找工作方向及目標，並投身職場。

編號	主題	內容
G1	工作實習	參與15天工作實習，認識職場
G2	工作配對	按青年的興趣、能力及性格，配對合適的工作



第5類：企業支援服務

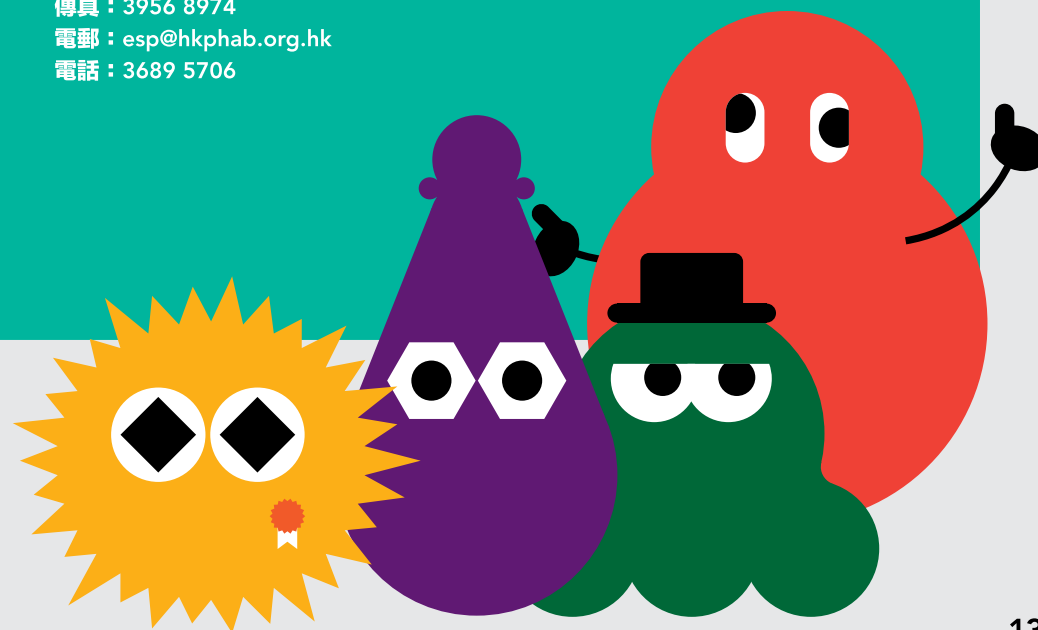
我們相信企業在SpLD和ADHD青年的成長路上，擔當著非常重要的角色，因此，除了青年及家長支援服務外，我們亦提供企業支援服務。

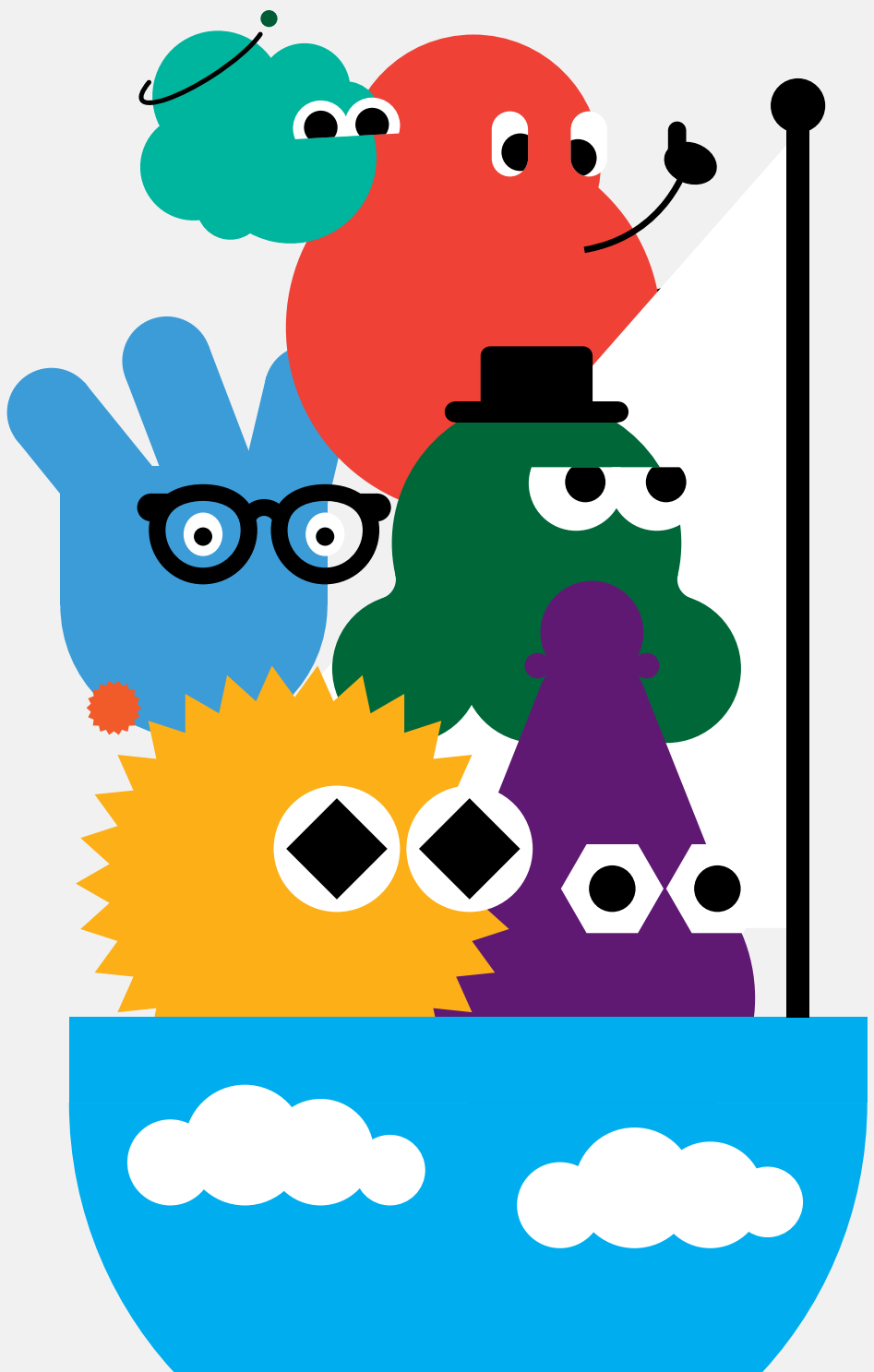
- 形式：工作坊、小組、面談
- 目標：讓僱主認識SpLD及ADHD青年需要，了解如何協助SpLD及ADHD青年

編號	主題	內容
E1	諮詢服務	SpLD或ADHD員工的工作適應及良好溝通
E2	工作環境調適	讓僱主知道如何在工作環境作出調適，從而提昇SpLD或ADHD員工工作效率及締造職場共融
E3	SEN知多少	透過分享及體驗活動，讓僱主及員工了解SpLD及ADHD的需要及困難，提昇與青年共事及相處的技巧

如對計劃有任何查詢，歡迎致電或傳真聯絡職員，謝謝。

致：香港傷健協會 賽馬會夢啟航就業支援計劃
傳真：3956 8974
電郵：esp@hkphab.org.hk
電話：3689 5706





賽馬會夢啟航就業支援計劃

Jockey Club Project LEGEND Employment Support Project

服務查詢

1. 查詢以下服務（請在以下合適的方格內加✓號）

- | | | | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| A 小組 | B 工作坊 | C 活動 | D 家長或
教師支援
服務 | E 僱主支援
服務 | F 社區教育 | G 工作實習
及配對 |
| <input type="checkbox"/> 目標訂立 | <input type="checkbox"/> 行業概覽 | <input type="checkbox"/> 行業參觀 | <input type="checkbox"/> 訓練日營 | <input type="checkbox"/> 諮詢服務 | <input type="checkbox"/> SEN共融
體驗 | <input type="checkbox"/> SEN共融
體驗 |
| <input type="checkbox"/> 社交溝通 | <input type="checkbox"/> 模擬人生 | <input type="checkbox"/> 訓練日營 | <input type="checkbox"/> 認識SpLD
及ADHD | <input type="checkbox"/> 工作環境
調適 | <input type="checkbox"/> 講座/分享 | <input type="checkbox"/> 講座/分享 |
| <input type="checkbox"/> 情緒管理 | <input type="checkbox"/> 求職面試
工作坊 | | <input type="checkbox"/> 同行伴隨 | <input type="checkbox"/> SEN知多少 | | |
| <input type="checkbox"/> 執行能力 | <input type="checkbox"/> 工作態度 | | <input type="checkbox"/> 生活鬆一鬆 | | | |
| <input type="checkbox"/> 解難能力 | <input type="checkbox"/> 興趣發展 | | <input type="checkbox"/> 諮詢服務 | | | |
| <input type="checkbox"/> 求職面試技巧 | <input type="checkbox"/> 真人圖書館 | | | | | |

日期 _____

對象 _____

時間 _____

人數 _____

舉行地點 _____

其他 _____

2. 聯絡方法

學校/機構名稱 _____

聯絡人及職位 _____

電話 _____

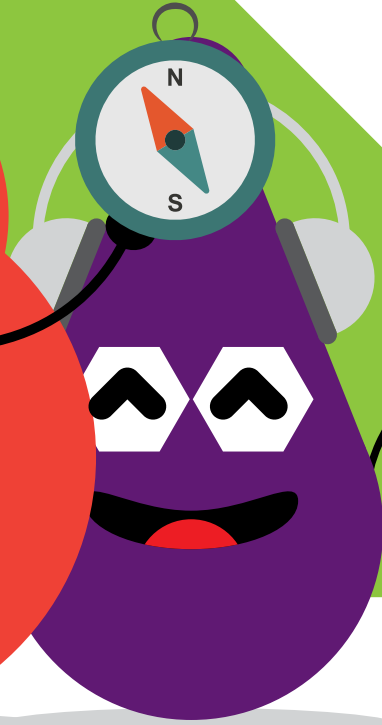
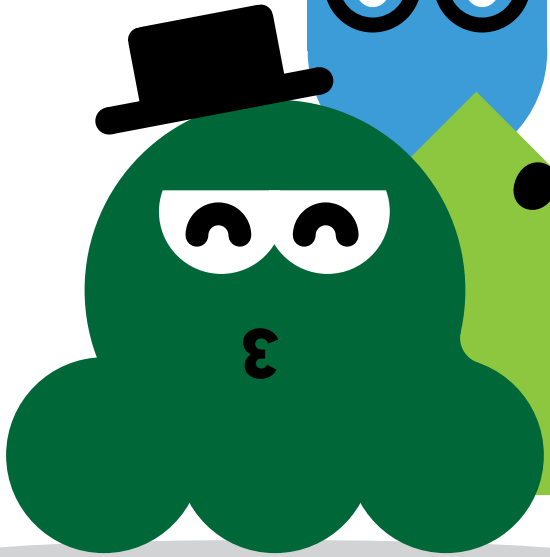
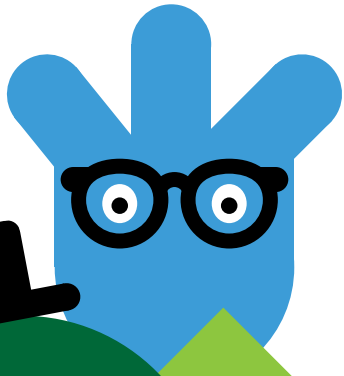
傳真 _____

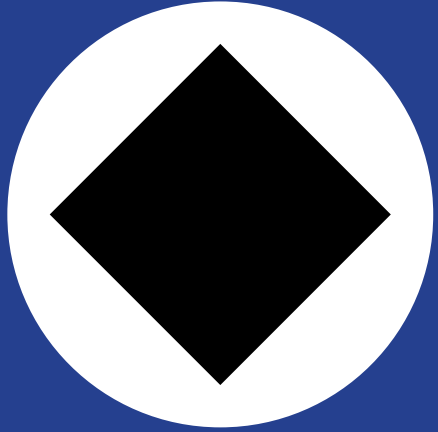
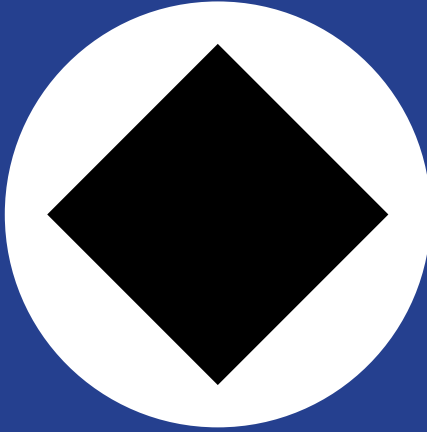
電郵 _____

夢啟航



Support!





聯絡方法

香港傷健協會青年發展

賽馬會夢啟航就業支援計劃

通訊地址：新界沙田第一城恆城街二號三十四座地下

電話：3689 5706

電郵：esp@hkphab.org.hk

傳真：3956 8974

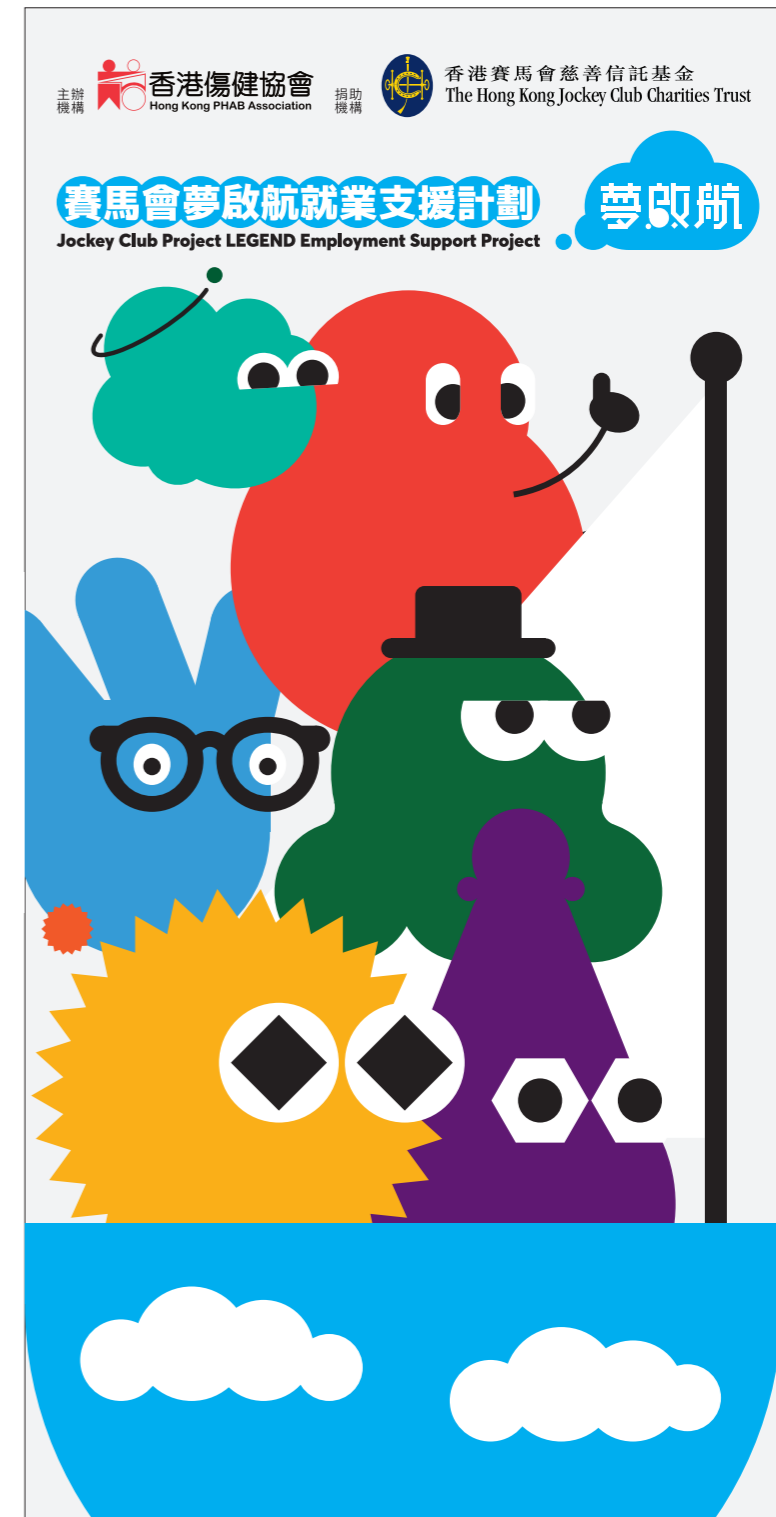
網頁：

辦公時間

星期一至五：上午10時至下午6時

星期六、日及公眾假期：休息





成年人會有專注力不足/過度活躍症(ADHD)或特殊學習障礙(SpLD)嗎?

研究顯示，部份ADHD及SpLD的徵狀會延續至成人。ADHD及SpLD是不能醫治，亦不會隨年齡增長而消失，因為它不是「病」，而是一種「障礙」。若ADHD或SpLD青年能接受有效的培訓，徵狀能有所改善。



作為僱主/老師，我可以如何協助ADHD及SpLD青年？
如果想協助ADHD青年，你可以...

工作模式 工作環境 工具

提供具體清晰指示	安排較少干擾的環境	<ul style="list-style-type: none"> 行事曆 - 時間管理及內容 記事簿 - 記錄工作流程及內容 日誌 - 檢視工作進度 多種顏色的筆/螢光筆 - 凸顯重點 文件夾 - 工作分類
按能力及興趣分配工作	安排同事/同學擔任導師(mentor)，分享經驗	
安排多樣化的工作		

如果想協助SpLD青年，你可以...

工作模式 工作環境 工具

給予視覺提示，例如以箭咀或便條紙，顯示需要更改的地方	安排較少干擾的環境	<ul style="list-style-type: none"> 間尺 - 閱讀時保持同一直線 錄音器材 - 記錄重點，重複聆聽 多種顏色的筆/螢光筆 - 凸顯重點 文件夾 - 工作分類
放大文字	安排同事/同學擔任導師(mentor)，分享經驗	
用打字替代書寫		



賽馬會「夢啟航」就業支援計劃

計劃專為有特殊學習困難及專注力不足/過度活躍症之青年規劃職涯，按其職志和強項尋找合適的工作，規劃未來。同時，計劃亦為學校及企業提供支援，攜手協助青年實現夢想。

通訊地址 新界沙田第一城恆城街二號三十四座地下

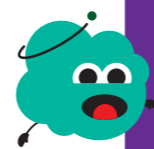
電話 3689 5706

電郵 esp@hkphab.org.hk

傳真 3956 8974

網頁 http://yd.hkphab.org.hk/

香港傷健協會青年發展



甚麼是專注力不足及過度活躍症(ADHD)?
 專注力不足/過度活躍症(ADHD)的主要徵狀包括專注力弱、過度活躍和自制能力弱。這些徵狀可能導致學習、工作或社交上的困難。若ADHD青年能接受有效的培訓，徵狀能有所改善。



每人都有優缺點，當ADHD青年找到適當及擅長的位置，就能發揮他們的長處。

ADHD常見的個性及優點

有創意
精力充沛
幽默
有好奇心
熱情
不怕困難 勇於嘗試
面對有興趣的事情，能夠付出超乎常人的專注力
思考敏捷
行動力高

賽馬會「夢啟航」就業支援計劃

計劃專為有特殊學習困難及專注力不足/過度活躍症之青年規劃職涯，按其職志和強項尋找合適的工作，規劃未來。同時，計劃亦為學校及企業提供支援，攜手協助青年實現夢想。

通訊地址 新界沙田第一城恆城街二號三十四座地下

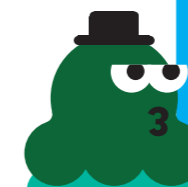
電話 3689 5706

電郵 esp@hkphab.org.hk

傳真 3956 8974

網頁 http://yd.hkphab.org.hk/

香港傷健協會青年發展



甚麼是特殊學習障礙(SpLD)?

特殊學習障礙(SpLD)可以分為五類，包括讀寫障礙、特殊語言障礙、特殊數學運算障礙、發展性協調障礙及視覺空間感知障礙，當中以讀寫障礙最為普遍。SpLD青年在閱讀、寫作、數學、大小肌肉協調等方面有顯著的困難。若SpLD青年能接受有效的培訓，徵狀能有所改善。



每人都有優缺點，當SpLD青年找到適當及擅長的位置，就能發揮他們的長處。

SpLD的個性及優點

有創意
圖像式思考
多向思維
打破常規 跳出框框
擅於藝術創作
擅於聯想

賽馬會「夢啟航」就業支援計劃

計劃專為有特殊學習困難及專注力不足/過度活躍症之青年規劃職涯，按其職志和強項尋找合適的工作，規劃未來。同時，計劃亦為學校及企業提供支援，攜手協助青年實現夢想。

通訊地址 新界沙田第一城恆城街二號三十四座地下

電話 3689 5706

電郵 esp@hkphab.org.hk

傳真 3956 8974

網頁 http://yd.hkphab.org.hk/

香港傷健協會青年發展

