

青年社區服務大使訓練計劃展覽



香港理工大學西九龍校園南座二樓

2024年11月21日至11月27日

本計劃由香港特別行政區教育局優質教育基金資助
(優質教育基金計劃編號：EDB/QEF/2020/0614)

想了解更多有關本計劃內容，歡迎瀏覽以下網頁和短片：

<https://sao.cpce-polyu.edu.hk/tc/our-services/contributions-and-services/civic-education-and-soft-skills-training-project/index.html>

短片一：<https://vimeo.com/103139881>

短片二：<https://vimeo.com/834345082>

青少年社區服務大使 訓練計劃

項目組長的話

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0614)

專業及持續教育學院學生事務處 (CSAO) 很榮幸獲優質教育基金撥款逾港幣一百萬元, 用以設計及推行「青少年社區服務大使訓練計劃」。此計劃透過一系列活動, 增強學生的角色意識、責任感和對社區的承擔。同時, 我們亦在院校培育了眾多熱心的大專生義工, 讓他們以實際行動回饋社會, 發揮同理心關顧身邊被忽略的群體。此外, 此計劃亦彰顯了大專生及中學生義工之間的連繫及承傳精神, 將義工服務的網絡推廣至不同年齡層及社會各界。香港理工大學專業及持續教育學院將會繼續擴展義工網絡, 確保青少年社區服務大使訓練計劃得以持續發展與優化。



專業及持續教育學院
學生事務總監
劉銳業博士

項目簡介

專業及持續教育學院學生事務處於二零二三年獲優質教育基金撥款超過港幣一百萬元, 推行「青少年社區服務大使訓練計劃」, 以此提升學生的社會責任感。

本計劃提供一系列關於溝通技巧和解難技巧的訓練課程, 旨在讓學生能將所學技巧應用於課堂以外。

HKCC和SPEED學生將在校內模擬服務實習和社區跨界別義工服務中擔任「青年大使」的角色, 為中學生提供支援。



項目成員: (左起) 專業及持續教育學院副院長
(資訊及發展)、資訊科技總監、
專業進修學院院長陳繼宇博士, M.I. JP、
專業及持續教育學院學生事務總監、
工商及款待業管理學部高級講師劉銳業博士

青少年社區服務大使 訓練計劃

項目內容

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0614)

- ### 目的
1. 為中學生提供溝通技巧和解難能力的訓練, 並通過參與義工服務, 讓他們學以致用。
 2. 為中學生組織和配對合適的義工服務, 讓他們通過規劃、執行和評估服務質素的過程中, 於課堂外實踐溝通和解難技巧, 從而鞏固和加強他們的公民意識。

- ### 成效
1. 鞏固中學生的公民意識、責任感, 並鼓勵他們投入及關愛社區。
 2. 提升中學生的溝通能力。
 3. 提升中學生的解難能力。
 4. 教導中學生如何規劃、執行和評估社區服務, 並將所學應用於其他社區服務中。
 5. 為中學生提供持續的義務工作機會。
 6. 進一步提升中學生的自信心、領導能力和組織能力。
 7. 讓中學生更了解長者的需要和困難, 學習如何協助和照顧長者, 培養對長者的關懷之心。
 8. 為長者營造一個更正面、包容及充滿關愛的社區環境。
 9. 透過提供更全面的長者支援服務, 增強學生對社區的關懷。
 10. 加強中學生與非政府組織之間的聯繫, 尤其在老人服務方面, 並將之系統化。
 11. 提供培訓材料、小冊子和相關資源。相關資訊將會放在學生事務處 (CSAO) 網頁上。

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助 (計劃編號: 2020/0614)

合作單位

社會福利機構

- | | |
|---|---|
|  九龍樂善堂 |  樂善堂朱定昌頤養院 |
|  仁濟醫院
鄧碧雲紀念長者鄰舍中心 |  東華三院
區偉林伉儷紀念長者日間護理中心 |
|  香港耆康老人福利會
懷熙葵涌長者地區中心 |  香港聖公會
竹園馬田法政牧師長者綜合服務中心 |
|  香港聖公會
樂民郭鳳軒綜合服務中心 |  青松安老院 |
|  荔景浸信會
白普理長者中心 |  基督教香港信義會善學慈善基金
關宣卿愉翠長者鄰舍中心 |

中學 (依參與計劃時序)

- | | |
|---|--|
|  荔景天主教中學* |  林大輝中學 |
|  樂善堂王仲銘中學* |  靈糧堂劉梅軒中學 |
|  九龍工業學校* |  基督書院 |
|  屯門天主教中學 |  五旬節聖潔會永光書院 |
|  嶺南鍾榮光博士紀念中學 | |

*種子中學

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助 (計劃編號: 2020/0614)

訓練課程簡要

訓練課 (一)

- 1 熱身活動 (畫自畫像) 
- 2 如何訂立小組契約?
- 3 本計劃的義工服務內容包括什麼?
- 4 組員有什麼期望?
- 5 什麼是義工服務?
- 6 參與義工有什麼形式?
- 7 參與義工需要考慮什麼?
- 8 義工態度和特質有幾讚?
- 9 你認為社區上有什麼需要幫助的對象?
- 10 長者在生活上通常會面對什麼問題?
- 11 什麼活動適合長者參與?

訓練課 (二)

- 1 熱身活動 「誰是特工」
- 2 從熱身活動中，主要想帶出以下三個重要的溝通元素
- 3 與長者溝通的三大元素

- 4 探訪長者鄰舍中心前，服務隊同學應如何分工?

製作愛心禮物
- 5 服務隊同學如何選擇合適的工作崗位?



「邁爾斯布里格斯性格分類表」(Myers-Briggs Type Indicator) 縮寫又稱「MBTI 16型人格測驗」。通過 MBTI 測試，學生不僅可以更了解自我，還能發掘自身的潛力，為未來的職業道路做好準備，對個人成長和職業規劃會有更深的理解。

參考連結：<https://www.16personalities.com/tw>

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助 (計劃編號: 2020/0614)

訓練課程簡要

訓練課 (三)

1 PolyU CPCE 學生分享義工經驗

2

家訪四步曲

第一步曲 探訪前 | 第二步曲 入屋前
第三步曲 入屋後 | 第四步曲 離開前

3

有什麼與長者相處小貼士?

4

與長者溝通時，有什麼合適的話題?

5

探訪過程遇到的困難應如何處理?

情況(一) 服務對象拒絕探訪 | 情況(二) 服務對象太沉默
情況(三) 服務對象情緒起伏 | 情況(四) 服務對象有特別要求

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助 (計劃編號: 2020/0614)

訓練課程簡要

訓練課 (四)

1

導師帶領同學參與解難活動「連綿不斷」

2

活動後導師引導同學反思過程中遇到什麼困難?

3

解決問題的四步曲是什麼?

▶ 正確地理解問題 ▶ 分析問題的原因 ▶ 選擇最可行的方法 ▶ 制定執行計劃

4

如何為探訪活動做最後準備?

5

演出項目和遊戲的討論與排練

6

製作手工禮物

7

在義務工作的過程中，同學從參與中學習到什麼軟技能?

8

有什麼職涯探索工具可以幫助同學更了解自己的職業興趣?

9

約翰·霍蘭 (John Holland) 提出的職業類型理論可以幫助學生了解自己的職業興趣。這個系統由 John Holland 博士於 1985 年提出，其主要宗旨在於建立「興趣」、「性格」、「職業」之間的對應關係，並對職業類型進行劃分。

參考連結: <https://www.truity.com/test/holland-code-career-test>

資料來源: Truity Psychometrics LLC



青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0614)

訓練課程簡要

項目第一階段

(2023年1月至2023年5月)

- 參與中學：
· 荔景天主教中學
· 嶺南鍾榮光博士紀念中學



中學生培訓：
專業導師為學生提供志願服務相關的培訓，尤其在溝通技巧和解難能力方面。



與CPCE學生大使會面：
項目成員向CPCE學生大使介紹他們的角色和責任。



中學服務實踐(一)：
服務隊成員在母親節前夕組織了乾花擴香石工作坊，教導同輩製作母親節禮物。



長者探訪活動(二)：
服務隊到香港耆康老人福利會懷恩葵涌長者地區中心探訪長者，一同參與互動遊戲，送上福袋和祝福。



長者探訪活動(一)：
服務隊員以小組形式探訪荔景區的獨居長者，傾談後送上福袋和祝福。



中學服務實踐(二)：
服務隊成員在母親節前夕組織了毛絨條花盆工作坊，教導同輩製作母親節禮物。

項目第二階段

(2023年6月至2023年11月)

- 參與中學：
· 九龍工業學校
· 基督書院
種子中學：
· 荔景天主教中學



中學生培訓：
專業導師為學生提供與志願服務相關的培訓，尤其在溝通技巧和解難能力方面。CPCE學生大使與中學生分享義工服務經驗。學生籌備長者探訪活動的節目，並進行排練。



中學服務實踐(一)：
服務隊成員在學校小息及午飯時間組織四場和諧粉彩藝術工作坊。



長者探訪活動(二)：
服務隊成員到仁濟醫院邵碧雲紀念長者鄰舍中心探訪長者，一同參與互動遊戲，送上福袋和祝福。



長者探訪活動(一)：
服務隊成員到區偉林伉儷紀念長者日間護理中心探訪長者，一同參與互動遊戲，送上福袋和祝福。



中學服務實踐(二)：
服務隊成員在班際膠樽回收比賽中將膠樽清潔和分類，然後運送到回收站。

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0614)

訓練課程簡要

項目第三階段

(2023年12月至2024年5月)

- 參與中學：
· 五旬節聖潔會永光書院
· 樂善堂王仲銘中學
種子中學：
· 九龍工業學校



中學生培訓：
導師透過互動遊戲和引用相關的理論，與學生分享和長者溝通的技巧和建議。CPCE學生大使與中學生分享了他們做義工的經歷和得著。學生為探訪長者的節目作準備和排練。



中學服務實踐(一)：
服務隊成員為國家安全教育遊戲日設計遊戲，並在遊戲攤位中協助及鼓勵校內其他同學積極參與。



中學服務實踐(二)：
服務隊成員教導校內其他同學製作金魚吊飾，並在探訪當日送予長者，以表心意。

項目第四階段

(2024年6月至2024年11月)

- 參與中學：
· 林大輝中學
· 靈糧堂劉梅軒中學
· 屯門天主教中學
種子中學：
· 樂善堂王仲銘中學



長者探訪活動(二)：
服務隊成員到香港聖公會樂民郭鳳軒綜合服務中心探訪長者，一同參與互動遊戲，合唱懷舊金曲，合作做心意卡，並送上福袋和祝福。



長者探訪活動(一)：
服務隊成員到竹園馬田法牧師長者綜合服務中心探訪長者，一同參與互動遊戲，合唱懷舊金曲，合作做心意卡，並送上福袋和祝福。



中學生培訓：
專業導師為學生提供與志願服務相關的培訓，尤其在溝通技巧和解難能力方面。CPCE學生大使與中學生分享義工服務經驗。學生籌備長者探訪活動的節目，並進行排練。



中學服務實踐(一)：
在中學文憑試放榜前夕，服務隊成員在DSE加油站教導同學摺紙，並在摺紙和心意卡上寫上祝福語句。



中學服務實踐(二)：
義工隊成員在中六加油站派發打氣小禮物，並組織了攤位遊戲，考驗了同學的即場反應和記憶力，讓大家在輕鬆的環境中互相交流。



長者探訪活動(三)：
義工隊成員前往樂善堂朱定昌頤養院探訪長者，協助他們在「音樂傳球」和「大電視」遊戲中贏取禮物，並合作製作月曆擺設。此外，還送上福袋，並與長者們合照留念，增添了不少歡樂氣氛。



長者探訪活動(二)：
義工隊成員到屯門青松安老院探訪長者，帶領長者參與互動遊戲，表演演奏小結他，合唱懷舊金曲，還送上氣球小狗和福袋，共渡了一個歡樂和溫暖的早上。



長者探訪活動(一)：
在基督教香港信義會善善學慈善基金關宜嫻愉翠長者鄰舍中心的悉心安排下，服務隊同學分為八小組，每小組到兩戶長者家中為長者量度血壓，並送上福袋和關懷。



中學服務實踐(三)：
義工隊成員組織了考試加油站遊戲攤位，鼓勵學生們在考試前夕努力學習。參加的學生們在愉快的氣氛中完成遊戲任務，並贏得了小禮物。

青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0514)

同學心聲



對於參與訓練課程、校內服務和社區服務活動，我感到非常榮幸，同時亦對同行的導師與同學們充滿感激。對於參與訓練課程、校內服務及社區服務活動，我深感榮幸之至，同時亦對同行的導師與同學們充滿感激。在這一系列的經歷中，我領悟到如何有效地與長者溝通、如何磨練自己的耐心，以及學會了從多角度審視與思考問題等諸多寶貴的收穫。衷心期盼每位參與者都能從中獲益匪淺。

嶺南鍾榮光博士紀念中學 趙梓韶同學

這活動令我了解到和長者溝通時，只須踏出第一步，因為他們比我們更想和他人溝通。另外，他們亦是需小心交流的敏感人群，但只要小心了解他們，就可大膽地和他們溝通。校內活動中，我亦了解到如何和同學合作交流。總而言之，此活動不單使我了解團體合作的重要性，亦學到如何和他人交流，令我受益良多。

荔景天主教中學 謝泊寬同學



我認為參與本次計劃之後，我學會了更加有自信地與別人溝通，聽取別人的意見，改善自己的不足，而自己的組織能力也有所增加。與團隊合作的時候，會聽取不同的意見，並且互相幫助。在活動的過程中感到開心感激，因為他們會願意跟你們說開心，或是不滿意的地方。

九龍工業學校 袁綺敬同學



這活動提升了自己的溝通技能和領導能力，這對我未來的發展非常重要。參與社區服務活動，則可以讓我接觸到不同的弱勢群體，為他們提供實質幫助，這讓我感到非常有意義和滿足感。

基督書院 陳子晴同學



參加服務長者計劃是一個非常有意義的經歷。這個計劃讓我有機會與長者們建立深厚的連結，了解他們的需求和關心。透過陪伴和聆聽，我學到了許多關於生活的智慧和價值觀。和長者互動也讓我更加感恩和珍惜當下的生活。在這個過程中，我學到了如何提供關愛和支持給他們。看到他們的的笑容和感激，給了我莫大的滿足感。參加這個計劃讓我深刻體會到，我們可以通過一小步的關懷，為長者們帶來幸福。

五旬節聖潔會永光書院 李彩盈同學



參與這次計畫讓我學到了很多，例如溝通技巧、跟組員配合，然後完成一切。很感謝活動讓我有機會與長者溝通，我很內向，但這次我能做到與別人溝通，我感覺很開心。也很感謝組長在背後做了那麼多事情，讓今天可以圓滿結束。

樂善堂王仲銘中學 梁翁閱同學



青少年社區服務大使 訓練計劃

本計劃由優質教育基金資助(計劃編號: 2020/0514)

同學心聲

能夠理解到長者的生活需要及生活遇到的困難。我們還在探訪的過程中，首次協助長者量度血壓及血氧。這是我首次親手使用血壓計為他們量測血壓，從而積累了寶貴的血壓測量經驗。

林大輝中學 司徒詠怡同學



改變個人對社會現象的看法，更願意幫助老人或弱勢社群。

靈糧堂劉梅軒中學 李汶峰同學



我對於如何與長者相處有了更深的認識，知道如何與不同性格的老人家相處，另外在這次主持中，我也獲得了不少經驗，學習到如何隨機應變，如何活躍氣氛。

屯門天主教中學 許鑫淪同學



在探訪長者的長者活動中，我原本以為長者可能聽力不好，或者不喜歡玩遊戲，結果發現他們精力充沛，非常樂意與我們這些年輕人交流，在遊戲中也玩得很投入、很開心。見到他們燦爛的笑容，也令我覺得整個活動很有意義。在這個過程中，我也學會如何與長者溝通，他們更需要我們的關愛。最後，我們團隊工作分配明確，各做擅長的事，發揮所長，展現團隊精神，例如有同學負責主持活動，我可以負責引導各位老友記回答題目。

專業及持續教育學院 黃煒剛同學



首先在這次培訓課程中，我學到了許多寶貴的知識和技能。例如先聆聽中學生的講解，了解遊戲如何運作，最後再作嘗試，從中學識了如何有效地溝通、團隊合作以及時間管理。其次，透過這次中學服務活動，我有機會與不同年級的中學生交流，並且幫助他們解決問題，為他們提供活動上的建議，並激發了我主動與他們認錯的勇氣。最後在拜訪老人院，和長者交流的過程中，我獲得許多寶貴的經驗。這次體驗讓我明白尊重長者，善待他們的重要性。這三次活動對我有深遠的影響，相信這些經歷讓我更加成熟和充實，對未來人生有所增值。

專業及持續教育學院 梁凱然同學



通過本此義工活動帶領中學同學參與義務工作，我能觀察到社會上很多長者都需要更多人的關心，即使這次帶的同學前往探訪的時間並不多，但是仍然能看到那些老人家對別人的前來感到開心和感恩，甚至熱情招待我們，可以見得這類社群十分需要關懷。同時，學生們都很用心和老人家們主動聊天，亦給予老人家們可以多表達自己的機會，我認為在他們身上獲益良多。日後亦會嘗試參與更多義工服務，關懷社會弱小。

專業及持續教育學院 陳寶瑜同學



