

職涯發展及服務課程

用心聆聽 同行探索

升學、求職、轉工、提早退休、創業……由青少年到中老年，在職場生涯上總會遇上大大小小的交叉點。要是有人從旁扶你一把，面對轉捩點時助你撥開迷霧，確定心中方向，可謂功德無量，職涯發展及服務正發揮了關鍵的作用。香港中文大學專業進修學院(CUSCS)早於五年前獨家引進了全球職涯發展師(GCDF)專業認證課程，今年再下一城推出職涯發展及服務課程(FCD)。這個課程加強版的內容，擴展至小組導引、設計及推行職涯發展服務等，跟處於人生不同階段的受助者同行，一起尋覓探索，計畫人生路。

細心聆聽 釐清問題

經常轉工跳槽，往往給僱主一個壞印象，然而不少上班族都面對去留問題。CUSCS 院長兼美國職涯發展協會(NCDA) Master Trainer陳寶安博士表示，職涯發展師可以協助上班族釐清上述問題。

「首先，經常轉換工作不是年輕一輩的專利，中年人也會游走於不同崗位，在職場上兜兜轉轉幾十年。面對這類求助者，我們不會先入為主，認為他們欠毅力、不成熟；相反，我們會細心聆聽對方的心聲，建立互信後，引導他們思考每次辭職的原因，讓當事人仔細回顧職涯上的每一次選擇。最後再問他們從中學到甚麼？認真地審視過去，他們總可以親口說出箇中的得着、教訓和意義，當事人釐清了辭職的原因後，或會發現經常轉工是源於期望落差、人際關係、公司文化等，跟職業本身未必有太大關係。」

當問題釐清了，下一步即可着手計畫未來。陳博士續說：「我們以同行者的身分引導受助者反思自己的專長、特質、興趣、價值觀，以及可轉移的技能等，跟他們一同設定目標，定立實踐計畫，例如上網蒐集夢想職業的要求，再一起分析，最後由受助者歸納重點，為規劃前路作出最適合的抉擇。曾經有一位年輕社工，畢業入職後發現真實與理想差距甚遠，工作要兼顧文書報告，亦限於資源未能深入跟進每一個個案，心灰意冷，欲放棄社工專業。經過職涯規劃後，他肯定了人生志向是服務他人，於是我們一起探索發揮志向的方法。結果，他決心將服務他人的精神轉移至生活圈、工作單位的同行朋友身上，崗位沒變，換個角度再重新出發。」

一個課程 兩項國際認證

職涯發展及服務課程(FCD)可說是全球職涯發展師(GCDF)專業認證課程的加強版，CUSCS由2014年推出GCDF至今，已培育了超過一千名學員，當中七百多位已取得全球職涯發展師資格。該學院助理院長(持續教育課程)暨NCDA Master Trainer麥敬堂博士解釋FCD的新增內容：「課程單元由七個增至九個，除了基本的助人技巧、事業發展分析工具等，新增了小組培訓、多元族群、設計及推行職涯服務等範疇，由過往主要一對一的導引擴大至服務提供者層次。課程依舊採用靈活互動的教學模式，包括六天面授(四十八小時)、六十小時網上學習，以及十二小時認證評核練習。完成課程後，學員有資格申請兩項全球公認的職業發展認證，包括NCDA的職涯服務規劃師(CCSP)和美國諮商師認證委員會附屬認證與教育中心(CCE)的全球職涯發展師(GCDF)，專業得到國際認可。對課程有興趣的人士更可先參加免費的預備工作坊，了解詳情。」

從事資訊科技二十年的Mabel Chan，數年前因提早退休而報讀GCDF，成為課程早期的畢業生，以及首批在港培訓的認證培訓師。她不但從中審視了累積多年的技能與資源，更發掘出人生第二事業。「課程引導我反思專業、興趣與人生追求，過程中接觸到輔導學的基本技巧，引發了我對夢想的追求，完成課程後，我決心重返校園，花了兩年時間完成輔導學碩士課程，希望能夠幫助更多人。」

經過數年的努力，Mabel一圓心願，現已躋身NCDA Master Trainer之列，並擔任職涯發展及服務課程的導師。從IT專才搖身一變，成為職涯規劃師及輔導員，Mabel坦言：「由尋覓方向轉化為人生專業，這的確是一個助人自助的過程。我除了從職涯發展課程中掌握了導引技巧外，亦對就業市場有更多認識，例如參考政府數據資料、招聘雜誌等了解市

●香港中文大學專業進修學院(CUSCS)今年再下一城推出職涯發展及服務課程(FCD)，加強版的內容擴展至小組導引、設計及推行相關服務等。



場趨勢，協助受助者因應就業市場需求，配對個人條件，作出實際的規劃。每接觸一個個案，都是一個學習機會，大大擴闊了我的眼界。」

大學實踐 應用所學

在學院的安排下，Mabel為香港中文大學兩個書院的同學及中大年輕校友提供職涯規劃服務，因而累積了大量實際經驗，接觸了許多學生個案，應用箇中的技巧：「用心聆聽，理解受助者的需要是建立互信的基礎。過程中必須尊重對方的意向，在抉擇上不會給予建議，而是讓受助者自己選擇，是同行者應有的態度。」

掌握了專業，具備服務他人的熱誠，Mabel經常義務為有需要的朋友提供服務，偶然有受助者談到情緒、家庭、人際關係等問題，她或會提出轉介：「職涯規劃以事業發展為重心，探討受助者內心的工作意向，如有偏離或涉及情緒問題等，我會建議尋求專業輔導的可能性，讓對方考慮是否需要先另覓輔導員獨立處理個人情緒；或先由我提供職業導引，之後再轉介專業輔導員，一切交由受助者自行決定。」

最後，陳寶安博士總結：「職涯發展是一個終身、持續的探索過程，橫跨不同人生階段，包含職業、家庭及其他社會角色，因此FCD課程適合任何背景及專業的人士修讀。在不同階段了解自己的需要和潛能，探索發展方向，又可將技巧帶到日常，協助朋友、學生、子女或同事尋找探索，是一種終身受用的技能。」

GCDF/FCD學員的專業範疇

教育 / 輔導	27%
行政及管理	23%
人力資源及培訓	21%
社工及社會服務	18%
其他	11%

總結：100%

課程小檔案

院校：香港中文大學專業進修學院
課程：職涯發展及服務課程 Facilitating Career Development Programme
網址：cuscs.hk/fcd
電話：2209 0269 / 2209 0465
電郵：scsfcd@cuhk.edu.hk



●Mabel一圓心願，現已躋身NCDA Master Trainer之列，並擔任職涯發展及服務課程的導師。



●CUSCS 院長兼NCDA Master Trainer 陳寶安博士表示，職涯發展是一個終身、持續的探索過程，橫跨不同人生階段，包含職業、家庭及其他社會角色，因此FCD課程適合任何背景及專業的人士修讀。

●FCD 課程三位NCDA Master Trainers (左起) Mabel Chan，陳寶安博士及麥敬堂博士。

