

香港中文大學新亞書院學長計劃 2021/22

職業講座日

本職業講座日旨在為學員提供不同類型的職業資訊，內容適合所有年級的同學，讓同學可更早為畢業後的職業道路作最好準備。

- 日期：** 2022 年 1 月 15 日 (星期六)
- 時間：** 下午 2:00 – 6:00
- 地點：** 本活動將改以 ZOOM 網上舉行。
- 對象：** 所有新亞同學 及 於 2017 年或以後畢業之新亞校友
- 報名方法：** 網上報名 (<https://cloud.itsc.cuhk.edu.hk/webform/view.php?id=13644122>)
- 報名截止日期：** 2022 年 1 月 11 日 (星期二)
- 內容：** 職業分享會 及 專題講座 (詳見下表)

備註：

1. 本活動開放予所有新亞同學及於 2017 年或以後畢業之新亞校友參加。本屆學長計劃學員將獲優先分配名額，報名結果將於 1 月 13 日或之前以電郵通知。
2. 按學長計劃 21/22 的出席要求，學員必須出席職業分享會或專題講座。
3. 職業分享會將以廣東話進行。如有需要，專題講座設有現場英語傳譯。

查詢：

新亞書院 書院發展主任 (校友事務)

張君恒先生(Kelvin Cheung)

3943 9680

kelvin@cuhk.edu.hk

職業分享會

我們有幸請來本屆學長計劃之學長擔任主講嘉賓。以下為各分享會之內容簡介 (排名不分先後)：

時段 A

編號	分享會名稱	內容簡介	時間	講者
S1	銀行業職業分享	任職銀行業多年的校友將為你細意分析私人銀行和投資銀行的分別、私人銀行工作現況、求職要點等。有意投身私人銀行業的同學，不容錯過。	2:00 - 3:00	顏偉恒校友 Executive Director, JP Morgan
S2	教師之日常	透過現職中學教師的分享，了解教育工作實況、前境及求職要點，讓你更好裝備自己投身教育界。		羅旭光校友 明愛胡振中中學助理校長 香港卡巴迪聯盟創辦人
S3	調教你 intern	很多同學也許正在考慮報名或已經當過某些機構的 intern (實習生)。但除了點綴一下履歷表外，是否還有什麼值得你去付出？曾校友過去在 M+ 博物館當 intern，後來成為負責帶領 intern 的導師，以過來人身份與你分享從面試到進入職場時要思考和注意的事，希望幫助同學重新定焦 internship 的真義。		曾黎華校友 西九文化區 M+ 博物館助理策展人(教學及詮釋)
S4	豐富香港大學生未來，把握國內發展機遇 (本分享會以 Zoom 線進行)	除了大灣區，內地還有其他地方同樣適合香港的畢業生作長遠發展。廣西香港商會會長暨香港青年(內地)創業服務中心創辦人潘家穰校友將為你剖析內地的發展機遇，分享於內地創業、就業、實習和生活的資訊，助你提升競爭力，放眼國內。潘校友具多年服務香港青年在內地創業就業的經驗，並著力建設不同體系提供全方位服務，積極協助港人在內地生活、工作、教育、醫療、投資等各方面事項。		潘家穰校友 廣西香港商會會長 香港青年(內地)創業服務中心 創辦人

時段 B

編號	分享會名稱	內容簡介	時間	講者
S5	「你畢業後有咩打算？」— 職業要規劃	無論你是 Year 1 或 Final Year 的同學，相信總會被問及「你畢業後有咩打算」。近年多類新興行業冒起，出路多元，你或許也會問「我應該『做返本行』還是發掘其他可能？」就讓具多年大學生職業規劃指導經驗的師姐替你理順思維，或許你會得到意想不到的答案。	3:30 - 4:30	陳婉冰校友 管理顧問
S6	智能手機應用程式初創之路	隨著社會需要，初創企業應運而生。要想出一個實用的 app，又要持續更新、吸引客源，與眾多同類應用競爭，除了需要在程式編寫方面做好，也要懂得市場推廣。大學生如想向這方面發展，有什麼需要留意？蕭師兄將和您分享開設初創「寫 app」的歷程、要點及成功之道。		蕭達文校友 Director, Flytaxi
S7	初探 NGO	社會企業是一般私人公司以外，不少年青人的創業或就業方向。有意入職社企的你，又應該如何裝備自己？如何從一個改善社會的點子，轉化成一所社企？「雲耕一族(Rooftop Republic)」首席財務總監李師兄將和你分享開辦社企的經驗、社企的營運架構、入行要求及需要準備的事。		李健校友 CFO, Rooftop Republic Co Founder, Now &, - NA Student Canteen

專題講座：回復正常不正常，如何面對新的學習及求職壓力？

時間：下午 5:00 – 6:00

講者：註冊臨床心理學家 趙思雅校友

2021 年，縱然新冠疫情稍緩，全球仍活在病毒變種的威脅中。可幸是，我們戴著口罩，也可回到大學，恢復面授課堂，迎來闊別一年多的校園生活。然而，對於已習慣「新常態」生活的我們，需要踏出家門，回到大學校園上課，學業要求和社交活動隨之增加，又是另一重挑戰。我們的日常生活規律、學業、時間管理上，都起了變化。對於去年才入學的同學，首次面對「正常」的大學生活，相信影響更大。同時，準備投身職場的應屆畢業同學和疫情期間畢業的校友，也將面對疫情持續帶來的求職壓力，也許未能事事順意。種種情況，難免令我們不知所措，壓力隨之而來。我們今年有幸邀得註冊臨床心理學家趙思雅校友，為大家分享正面的解壓方法，幫助我們調整心態，正面處理壓力。

講者簡介：

趙思雅校友是新亞護理系畢業校友，同時於香港中文大學修畢輔導學文憑及心理學學士後文憑，獲香港大學臨床心理學碩士、香港心理學會註冊臨床心理學家、香港心理學會副院士、香港心理學會臨床心理學組會員及香港臨床心理學家協會榮譽秘書(2012-2017)、香港護士管理局註冊護士等專業資格。現任 思健心理諮詢中心總監，並擔任多間香港私家醫院及診所客席註冊臨床心理學家，並曾於多間大專院校擔任客席講師。趙校友曾服務於醫院管理局、香港特別行政區政府、大學、家庭服務及兒童成長中心，具多年前線臨床經驗。趙校友專長於兒童心理及智能評估、心理輔導及治療、家庭治療、健康心理學、腦神經心理學、認知行為治療、情緒及壓力管理、災難及危機處理及策劃、機構培訓及諮詢等專業領域。

趙校友曾受邀於多家大型機構、傳媒、大專院校擔任主講嘉賓及受訪嘉賓，並於報章及網上撰寫心理健康專欄。她又於 2018 年獲中大學生事務處就業策劃及發展中心之邀請，於《中大就業指南 2018-19》中跟中大學生分享她於大學生活、職涯選擇、專業發展等經驗，並於 2017-2019 年間獲邀為中大學生事務處就業策劃及發展中心之「學長計劃」擔任學長，跟學弟妹分享工作及人生經驗。去年亦於本院學長計劃職業講座日主持專題講座。

備註：本講座設問答環節，歡迎同學預先準備問題於問答環節發問。同學亦可於報名時預先提交，書院會抽籤轉交講者。