

**Programme Outline 課程大綱**  
(星期四 KHC 葵興校園)

時間: 1100-1300 或 1300-1500 (\*第一節數時間稍後透過電郵公佈)

Session 節數	Date 日期	Venue	Learning Mode 學習模式	Duration (Hr) 時數(小時)	Topic 主題
1.	Thursday 16 Feb	KHC 校園	Face-to-Face 小組面授	1*	Introduction and Grouping 課程介紹&分組
2.	Thursday 23 Feb	KHC 校園	Face-to-Face 小組面授	2	Group Session 1 / 小組一 <b>Start My Inner Journey:</b> Aware of my career interests and values 展翅高飛：覺察我的職涯興趣和價值
3.	Thursday 02 Mar	-	Independent Learning 自主學習	1	Self-Reflection Exercise 1 / 反思練習一 Me-time: Share and Say My Piece 給自己的時間: 樂中尋我
4.	Thursday 09 Mar	KHC 校園	Face-to-Face 小組面授	2	Group Session 2 / 小組二 <b>Uncover My Resources:</b> Activate my personal strengths 發掘內在資源：啟動我的自我強項
5.	Thursday 16 Mar	-	Independent Learning 自主學習	1	Self-Reflection Exercise 1 / 反思練習二 Spot and Use My Character Strengths 強項放大鏡
6.	Thursday 23 Mar	KHC 校園	Face-to-Face 小組面授	2	Group Session 3 / 小組三 <b>Make My Decisions:</b> Nurture my decision-making efficacy 自己做決定：培育我的職涯決策動力
7.	Thursday 30 Mar	-	Independent Learning 自主學習	1	Self-Reflection Exercise 1 / 反思練習三 Notes to self 給自己的錦囊
8.	Thursday 06 Apr	KHC 校園	Face-to-Face 小組面授	2	Group Session 4 / 小組四 <b>Use Myself:</b> Construct my career identity and the way forward 運用自我：創建我的職涯身分及前路

**Total Duration: 12**