



教會關懷貧窮網絡
2020 青年向上流動計劃
友師手冊



2020.03.31.A
只供 YUM 友師取閱

手冊使用說明

本手冊旨在為教會、機構、友師督導及友師提供應用指引，闡述「青年向上流動嚮導計劃」的內容，釐清友師在計劃中的角色、功能、條件、職責等。教會關懷貧窮網絡(教關)、「青年向上流動嚮導計劃」核心小組負責製定及更新此手冊。

一、教關使命

「教會關懷貧窮網絡」是由香港華人基督教聯會、香港基督教協進會、香港教會更新運動及一群基督教關懷貧窮的前線機構與教會聯合成立的緊密網絡，為社區伙伴建立網絡平台，彼此協作服侍貧窮人，從扶貧、減貧、防貧三方面轉化社區。香港的貧窮問題屬結構性，教關致力透過結構性的解決方案，舒緩全港十八區的貧窮問題。教關的服務強調充權過程和師友同行模式，兼具知識與關懷，備受伙伴信賴，能夠幫助他們建立服務社區的能力，以達致消滅貧富懸殊和增強社會穩定的目標。

二、計劃背景

現今社會，年輕世代要向上流動越來越困難，特別是對基層及較低學歷的一群。即使學歷較高，也可能面對在職貧窮問題。青年人的貧窮問題不單是經濟上，更包括動力、關係、及靈性上。若不提供協助，即使他們進入職場之後，亦不易擺脫貧窮，最終為社會帶來更多問題。

有見及此，蔡元雲醫生及司徒永富博士在 2015 年構思成立「青年向上流動嚮導計劃」計劃 (Youth Upward Mobility Mentorship Program, 簡稱 YUM)，目的是結合商界、教會、社福機構及學校多方協作下，為這群青年人提供最適切的支援。再配合專業的實證研究，期望可完善現有的政府青年政策。

三、計劃目標

1. 以青年為本，為年齡介乎 18-25 歲，未有職場方向的青年人，特別是來自基層，提供升學以外的出路。計劃也服務企業內的青年員工，以提供培訓及配合師友同行的方式，提升青年人的競爭力。
2. 藉著師友同行，友師協助青年人自我認識，建立正向的生命價值，提升職場技能及軟技巧，培養持續進修及自我增值的習慣；青年在職涯規劃，個人財務健康，人際關係處理等方面獲得指導和支持，持續成長，增加向上流動的動力。
3. 透過先導計劃，建構一套可操作及具成效的師友同行模式，培養信徒成為友師，成為青年人的生命嚮導及事業嚮導，鼓勵教會積極參與青年事工，進入社區幫助不同背景的青年人，並引導他們成為信徒。
4. 推動師友同行的文化，目的是裝備更多基督徒成為友師，關心青年人，與青年人同行成長，增強青年人的競爭力及轉化他們的生命。長遠為社會建立一群積極向上、價值正向，經濟及心靈上的富足的青年人。

四、計劃三大元素 - 建立一個可操作、可持續、可擴展的青年向上流動計劃

1. **發展事業職志**：為青年人提供全職的工作機會，配合完善的在職培訓及晉升階梯。
2. **推動師友文化**：由富職場經驗的基督徒擔任友師，經教關的培訓及支援，成為青年人的生命嚮導及事業嚮導。透過友師的關愛，培養青年人建立自信、成就感、抗逆力及真誠等素質；友師傳遞人生及職場良好的價值觀，協助友員適應職場文化，尋找個人方向，規劃職涯，建立財務健康，學會處理人際關係，提高留職率。友師在服侍的過程中生命也得著更新與轉化，提升及擴展。
3. **持續進修增值**：由企業提供課程或資助學費下，鼓勵學員進修行業相關的課程，讓學員不斷提升技能，持續進步，提升競爭力。

五、友師的角色及功能

1. 聆聽者、同行者

功能：運用同理心，聆聽學員的生活日常，不判斷，並作有建設的回應。引導學員接觸內心的感受和發現個人特質，協助學員以新的行為和思考模式去認識自己。幫助學員建立靈性及生命價值、倫理規範及習慣。與學員一同經歷從學校進入職場的轉變，建立互信關係，成為青年人的朋友，分擔其在職場上的感受，陪伴學員堅持渡過 12 個月的計劃。

2. 支持者/引導者

功能：欣賞學員的獨特性，接納彼此不同之處。給予學員鼓勵，特別在學員嘗試作出新突破的時候。幫助學員規劃職涯、職志嚮導、探索在工作上的發展階梯。

3. 挑戰者

功能：觀察學員的特質，聆聽學員的心聲，鼓勵並製造機會幫助學員發揮潛能，超越自己。

4. 模範

功能：分享個人的經歷，樹立模範，向學員展現積極的處事態度和正面的個人價值觀。

5. 資源提供者

功能：向學員提供專業職場知識和人際網絡，協助學員開闊角度及開拓門戶。

6. 解說者

功能：為學員在計劃內的體驗進行解說，協助學員反思學習所得、歸納及總結經驗，引導學員將學習所得(例如：自我認識、自我管理、自我計劃)應用於日後的個人成長及升學就業的抉擇上。

7. 守密者

功能：尊重私隱，遵守保密原則。

六、如何成為能夠轉化生命的友師

1. **委身服侍**：認同計劃之使命，願意參與整個計劃，與青少年同行。
2. **持守信仰**：基督徒，有穩定教會生活，擁有3年或以上工作經驗。
3. **付出時間**：友師願意委身服侍青年人。(*1)
 - (1) 在12個月內與學員以不同方式保持緊密聯繫，關心學員成長。
 - (2) 參加計劃中安排的各項活動、友師培訓，及出席每月1次的師友同行小組活動(時間約1.5-2小時)。
4. **有同理心**：細心聆聽學員的心聲，並積極回應及關心他的感受; 要尊重他人不同的觀念，並對學員及其家長不同的意見抱持開放態度。
5. **有責任感**：向學員及營辦機構負責。
6. **承諾保密**：未取得學員同意前，不得向他人(包括其家長和老師)披露與學員的資料，但如涉及學員的即時安全，友師必須向有關方面申報求助。
7. **同心合作**：願意與計劃不同的持份者如營辦機構，學員的家長，及研究職員合作，促進學員得到裨益的機會。
8. **可靠穩定**：守時守約，言行一致，以及具有穩定的思想與情緒控制能力。
9. **關愛信賴**：相信青少年的成長與潛能，能夠與他們建立關愛互信的關係。

(*)部份師友同行小組在企業的辦公時間舉行，鼓勵可以在日間辦公時間期間出席者積極參與。

10個對青少年的信念

1. 青少年都有獨特的價值
2. 青少年都擁有可待發展的潛質
3. 青少年都有自我反思的能力
4. 青少年都可理解及具備解決自己問題的能力
5. 青少年都有不同的學習方法和速度
6. 青少年都有多元智能
7. 青少年基本上都有願意成長的傾向
8. 只要有安全的環境，青少年都會自發地成長
9. 關愛、讚賞能助人成長
10. 生命影響生命

七、師友計劃的運作

師友同行小組的開始時間

師友計劃服侍的對象包括 DSE 畢業生、企業初職、特別學習需要 (SEN)、更生人仕等。部份學員由企業自行招募，部份從 DSE 學生招募，因不同企業招募學員的時間不同，師友同行小組開始的時間會因應各企業的實際情況而調整。預計從今年七月到九月期間陸續開始。

友師學員的配對

教關將按友師的情況，例如日間可出席同行小組，是個人參與或是透過教會參與，來配對不同企業，服侍企業當中的學員。弟兄友師配對男性學員；姊妹友師配對男或女性學員。因每屆招募學員的結果不定，各企業的學員人數也有不同，友師配對學員的比例會按實際情況有所調整(一般一位友師配對最多兩位學員，也有情況多位友師跟進一位學員)，來自不同教會的弟兄姊妹有機會一起服侍。

師友同行的接觸形式

師友同行主要透過兩種形式接觸: 首先是每月一次「師友同行小組」，運用師友同行小組手冊的內容設定主題。學員從自我認識、自我管理、自我規劃三方面得著學習和成長，適應從校園到職場的轉變，以及如何面對生活上的各種挑戰。一般在師友同行小組初期，教關鼓勵更多的集體活動，讓友師與學員彼此之間更多互動及認識。當友師與學員有基本認識後，教關與友師協調與個別學員的配對。

另外，友師與青年人直接建立關係，成為朋友，發揮同行引導的功能。友師藉分享共同興趣、職場新知、工作情況、生活體驗、社交網絡，時事、家庭、個人目標和期望等，深入了解學員，也讓學員了解友師。教關鼓勵友師與學員定時的聯絡溝通，也可以個別或小組形式安排各種合適的活動，如飯聚，運動，行山，各類興趣活動等，以加強彼此的聯繫，在輕鬆的活動中了解學員的情況及需要，啟迪學員思考，並提供支持和指引。

主要活動時間表(暫定)

	師友同行小組開組	個別/小組與學員聯繫	其他活動	友師培訓及支援	例子
					2020年3月
				友師培訓	2020年4月
					2020年5月
				友師培訓	2020年6月
					2020年7月
			學員迎新營		2020年8月
1	自我認識1	與學員定時的聯絡溝通，以個別或小組形式安排各種合適的活動。 過程中了解學員的情況及需要，啟迪學員思考，並提供支持和指引。	學員研究問卷		2020年9月
2	自我認識2		友師加油站		2020年10月
3	自我認識3		友師培訓		2020年11月
4	自我認識4				2020年12月
5	自我管理1		友師加油站		2021年1月
6	自我管理2		友師培訓		2021年2月
7	自我管理3				2021年3月
8	自我管理4		友師加油站		2021年4月
9	自我計劃1				2021年5月
10	自我計劃2				2021年6月
11	自我計劃3		友師加油站		2021年7月
12	自我計劃4		學員研究問卷		2021年8月
		延續彼此關係	學員畢業禮		2021年9月

八、注意事項

1. 學員未必是基督徒，不需要硬銷信仰，弟兄姊妹舉止言行見證神就可以了。小組時間可邀請他們分享需代禱的事項，如果他們願意，可邀請他們一同禱告。
2. 學員的家庭背景未必與友師相若。友師需要了解來自不同背景 (家庭、社會經濟地位、學歷等)的年青人在建立關係時的不同反應。
3. 友師的責任不應包括提供醫療、心理治療或家庭輔導服務。如學員或其家庭遇上作為友師無法處理的問題，應向教關/教會尋求專業協助。
4. 友師應與學員保持恰當的關係，不應與學員有任何金錢纏繞或不適當的親密關係。

孩子 (by Kahlil Gibran)

你們的孩子，都不是你們的孩子。

乃是生命為自己所渴望的兒女。

他們是憑藉你們而來，卻不是從你們而來，

他們雖和你們同在，卻不屬於你們。

你們可以給他們以愛，卻不可給他們以思想。

因為他們有自己的思想。

你們可以蔭庇他們的身體，卻不能蔭庇他們的靈魂。

因為他們的靈魂，是住在明日的宅中，那是你們在夢中也不能想見的。

你們可以努力去模仿他們，卻不能使他們來像你們。

因為生命是不倒行的，也不與昨日一同停留。

你們是弓，你們的孩子是從弦上發出的生命的箭矢。

那射者在無窮之中看定了目標，也用神力將你們引滿，

使他的箭矢迅速而遙遠地射了出去。

讓你們在射者手中的彎曲成為喜樂罷；

因為他愛那飛出的箭，也愛了那靜止的弓。

九、伙伴及友師感言

康業副主席及行政總裁鄭正煒先生：

「神感動我看見年青人的需要，幫助他們向上流動，建立自信。感謝主，透過 YUM 計劃，教會和公司增添一份活力，多了年青人的參與，願更多人在商界興起，為主造就年青一代。」

基督教宣道會美孚堂代堂主任沈永康牧師：

感恩天父讓美孚堂自 2017 年開始，透過 YUM 計劃接觸、服侍初職年青人，助他認識自己及探索人生方向；同時讓更多教會弟兄姊妹有更多事奉年青人的機會。不少年青人剛進入職場時都未能適應工作環境及節奏，曾有一位 YUM 學員因需要主持會議而感到力有不逮，他的友師耐心地聆聽他的感受，令他更有能量克服挑戰。在同行的過程中，學員的處事為人漸趨成熟，他亦從友師的經驗及身教當中感受到天父；YUM 計劃畢業時，他已經變得獨當一面。期盼有更多弟兄姊妹可以為主服侍、造就年青一代。

更多友師及友員的感言，可細閱 YUM 第二屆畢業禮友師及友員感言：

http://www.hkcnp.org.hk/fileadmin/user_upload/YUM/yumgrad2019/YUM_Grad_Booklet_2019.pdf

十、友師參考資源

- ❖ 2019 友師發展日 - 余德淳博士分享與青年同行要訣：
<https://youtu.be/H-FRsaQpHjU>
- ❖ MPG 伙伴教會 - 宣道會美孚堂沈永康牧師 - 分享教會參與師友同行伙伴教會的經驗及得著：
<https://youtu.be/4jXMGbER8yo>
- ❖ 《心中的天使》(The Angel Inside)
作者：克里斯·魏德納
原文作者：Chris Widener
譯者：譚家瑜
出版社：天下雜誌
- ❖ 《香港貧窮問題真相》
作者：葉兆輝
出版社：中華書局(香港)有限公司