



何文田官立中學  
輔導組 及 學校社工

# 輕鬆迎放榜

2025年7月14日

輔導主任  
學校社工

林家全老師  
霍浩賢先生  
賴儀耕姑娘



## 現時較為擔心的是... (可選兩項)



0

子女讀書技巧

0

報讀大專院校程序

0

大專學科資訊

0

子女壓力情況

0

選科策略

0

工作就業前景



# 文憑試放榜前夕

- 作為考生的你...
  - 擔心自己的成績未如理想？
  - 擔心前程？仍未清楚自己的想法？
- 作為家長的你...
  - 為子女感到焦慮與擔憂？
  - 望子成龍，但又害怕給予壓力？
  - 不知如何幫助子女面對？

# 情緒知多啲

適當及準確了解對方的情緒，有助我們和放榜的同學/子女有良好的溝通，以及在有需要時提供協助。



面對放榜，同學可能會有以上感受

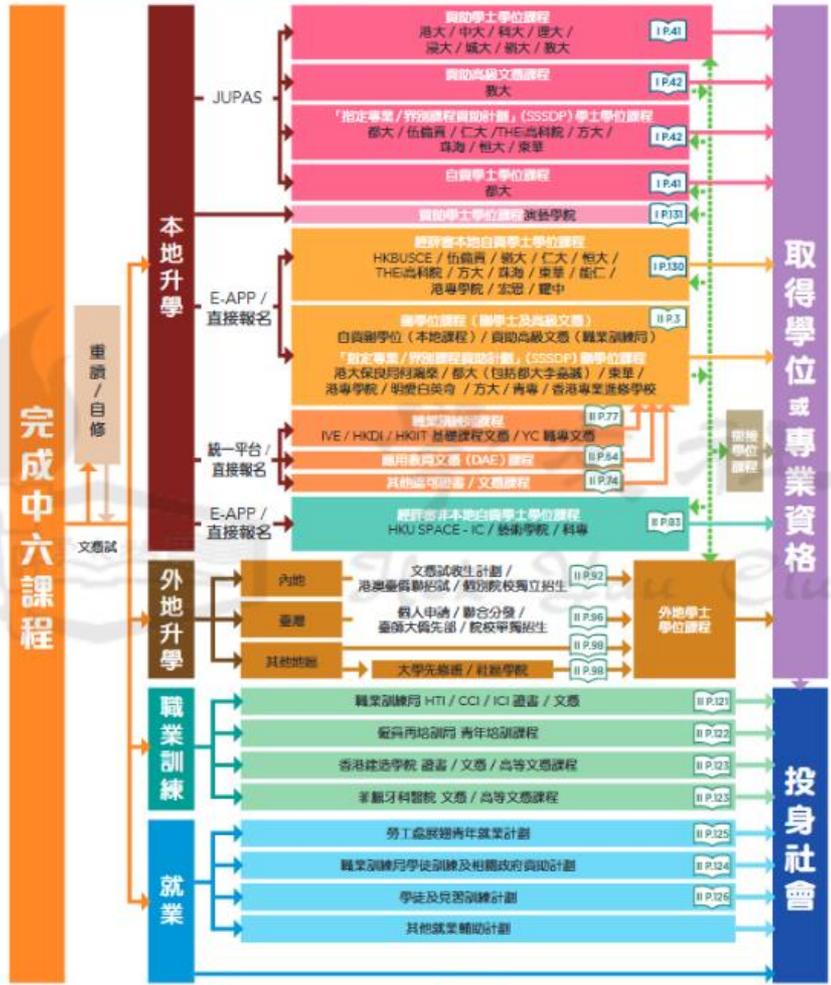
# 迎放榜攻略



- 掌握課程資訊
  - 了解各課程（學士、副學士、高級文憑、基礎文憑等）的收生資格、報名截止日期
- 有條件取錄的優次
- 預計成績及應變計劃
  - 合乎預期、超乎預期及未如理想的情況

# 高中畢業生出路圖

學友社學生輔導中心



# 多元出路綜合體

學友社學生輔導中心

一級入學要求	課程 / 出路	學額*	
中英數公 3 3 2 A + 選修科 2/3 3	JUPAS	資助學士學位課程 港大/中大/科大/理大/滙大/城大/嶺大/教大	約15,200*
	JUPAS	「指定專業/界別課程資助計劃」(SSSDP) 學士學位課程 都大/伍倫員/仁大/ THE高科院/方大/珠海/恒大/東華	約3,300
	JUPAS	都大自資學士學位課程	約900
	E-APP / 直接	演藝學院資助學士學位課程	約220
	E-APP / 直接	經評審本地自資學士學位課程 (不包括 SSSDP 課程) HKBUSCE / 伍倫員/嶺大/仁大/恒大/ THE高科院/方大/ 珠海/東華/衛仁/港專學院/宏恩/麗中	約3,000
中英 2 2 + 其他三科 2 2 2 / 2 A 2	JUPAS	資助高級文憑課程 教大	約330
	E-APP / 直接	職業訓練局 IVE / HKDI / HKIIT / CCI / ICI 高級文憑課程 (資助)	約1,500
	E-APP / 直接	自資副學位課程	約15,000
中六畢業 並符合指定要求	統一平台 / 直接	內地、臺灣、澳門、海外升學	不定
	E-APP / 直接	經評審非本地自資學士學位課程 HKU SPACE - IC / 藝術學院 / 科專	不定
中六或以下	E-APP / 統一平台 / 直接	應用教育文憑 (DAE) 課程	約5,000
		職業訓練局 IVE / HKDI / HKIIT 基礎課程文憑 / YC 輔導文憑	約5,000
		其他認可證書 / 文憑 (資歷編制三或四) 課程	不定
		職業培訓課程 僱員再培訓局 / 香港建造學院 / 羊靚牙科醫院 / 職業訓練局 (HTI / CCI / ICI) 等	不定
		就業輔助計劃 職業訓練局學徒訓練及相關政府資助計劃 / 勞工處展轉青年就業計劃	不定
學徒及見習訓練計劃	不定		

\* 所錄學額為估計數字，均將以個別學校公布為準。  
† 包括本地轉校及本校升讀的學額。  
資料來源：教育統籌局、相關院校及機構 (2025年6月版)

# 放榜天書P.18-19

# 放榜必睇最強攻略





第一冊  
 中大放榜及  
 高中學友指南

## 出路指南

### PROSPECT GUIDE 2025



升學專家分析輔導

綜觀非聯招學士課程

聯招改選全攻略

文憑試放榜前瞻





出路指南2025  
快速導讀



學友社student.hk

學友社學生專線 2503 3399

香港電訊贊助 逢星期一至五 | 12:30-13:30



學生資訊網站

學友社 student.hk



高級文憑

選擇

繼續升學 約96%

投身專業 約90%

歡迎中六同學報名

www.vtc.edu.hk/admission



2897 6111 | 2836 1888 | VTC 學業分享平台 | vtc\_admissions | channelvtc

中大學生資訊專頁
English 繁體 字體大小

大學聯合招生辦法 (UHKAS)
其他學位 / 副學位課程
職業專才教育
應用教育文憑課程
內地 / 海外升學
非本地課程
就業
參考資料
訂閱

## 香港中學文憑考試

# 放榜資訊

## 2025



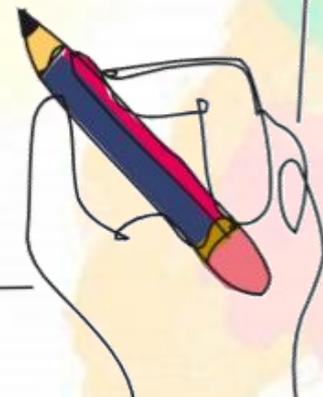




有用資訊

# ☆☆物資備忘錄☆☆

- 身份證等必備證件
- 文憑試成績單（正副本多份）
- 專上院校「有條件取錄通知書」（如有）
- 高中成績表（正副本多張，謹記有家長簽署）
- 學生學習概覽（SLP）（正副本多份）
- 比賽 / 活動證書，或列印聯招「比賽 / 活動的經驗及成就」（OEA）部分（正副本多份）
- 推薦書（如有）（正副本多張）
- 學生證件照片（12張起，部分照片先貼上雙面膠紙）
- 學友社《出路指南2024》
- 手提電話 / 平板電腦（有足夠電量及帶備充電裝置）
- 文具（如：原子筆、記事簿、文件夾、膠水、萬字夾、塗改液）
- 足夠金額的八達通卡、輔幣（車資）
- 足夠現金及提款卡（報名費、膳食）
- 雨具 / 防曬衣物 / 扇 / 清水
- 合適衣著、髮式儀容



# 放榜衣著打扮

✓ Formal

✓ Smart Casual

✓ 乾淨整齊



✗ 牛仔褲

✗ 熱褲/短裙

✗ 拖鞋/涼鞋

# 迎放榜攻略



- 調整心理狀態
- 接納自己將有負面情緒
- 自己仍有很多出路、選擇
- 緊記：



今年入唔到大學      ≠ 以後入唔到  
一次考試失手      ≠ 人生成敗

給家長的

錦囊



# 家長可以...

- **給予適當的支持**

- 準備子女喜歡的飯餸（打邊爐？韓燒？）
- 放榜前一同「睇戲」
- 寫紙仔
- 拍膊頭、擁抱

- **分享失敗的經驗**：家長可告訴子女，人生有高高低低，DSE只是人生其中一個關卡。

- **搜集升學資訊**：DSE成績不是一切，讀書以外仍有許多出路



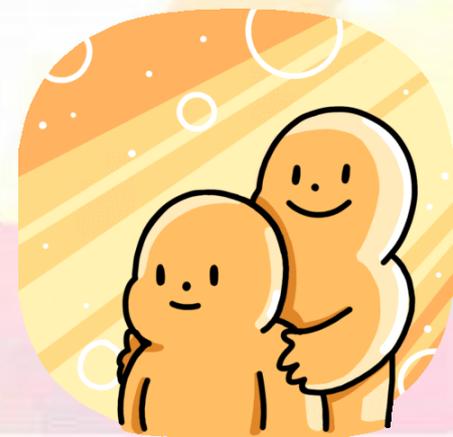
# 家長可以...

- **掌握重要日程**：了解各課程報名系統及收生日程，有助家長與子女好好計劃及部署
- 保持**輕鬆、幽默**
- **多說正面說話**
  - 「我知道你已經盡左力。」
  - 「我知道你已經做得好好。」
  - 「你有咩需要就話我知，我可以同你一齊諗下點做最啱你。」



# 家長不宜...

- 過分放大DSE的**重要性**
- 拿子女跟兄弟姊妹、親戚、同學、朋友的子女**比較**
- 只著眼於子女的不足
- 強求子女完成家長的心願
- **負面說話**
  - 「你次次都令我失望！」
  - 「你真係無用！」



# 家長一句話 牽動學子情緒

## 增加壓力

## 有效打氣

你預計考成點？

無論考成點，我哋都喺你身邊支持你！

叫你比心機溫書又唔聽，放榜死梗啦！

你盡咗力就得㗎啦！

你睇下阿邊個考得幾好！

任何時候，有需要就搵我！

就嚟放榜，有咩打算？

考唔到大學，唔等於你的人生玩完！

考得唔好就出嚟做嘢，我唔會再供你讀書！

讀書以外，還有很多出路！

資料來源：香港青年協會

# 給予獨立自主機會

- 尊重子女的升學意願及選擇
- 相信他們是有獨立能力，為自己作出合宜的選擇
- 他們仍在學習面對挑戰、承擔責任



無論成績有無5\*\*

飲  
湯  
先  
喇



背後永遠都有人支持你



# 熱線電話

機 構	文憑試放榜熱線 / 網址
學友社 放榜輔導熱線	DSE 專線：2503 3399 IG: hyc_student.hk
香港青年協會	DSE 專線：2777 1112 IG: <b>dse27771112</b>
香港小童群益會	Whatsapp: 9726 8159 IG: nitecat.bgca



無需比較  
走自己的路

DSE  
同學仔  
加油!



中六同學、各位家長

