

「教育」專題研究系列

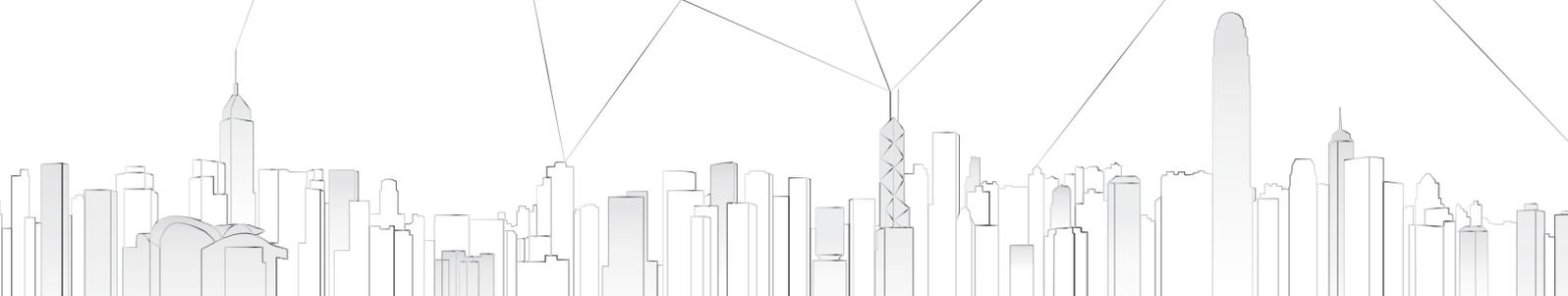
新常態下促進學生實習經驗

Enriching Students' Internship Experiences in the Next Normal

青年創研庫
Youth I.D.E.A.S.



55



首席顧問 何永昌先生
顧問 魏美梅女士
研究員 張淑鳳女士
陳瑞貞女士
袁小敏女士
張靜雲女士
楊敏楹女士
蔡晴峰先生
出版 香港青年協會
青年研究中心
香港北角百福道 21 號
香港青年協會大廈 4 樓
電話：(852) 3755 7022
傳真：(852) 3755 7200
電子郵件：yr@hkfyg.org.hk
網址：hkfyg.org.hk
m21.hk
yrc.hkfyg.org.hk

出版日期：二〇二〇年十一月

版權所有 © 2020 香港青年協會

Chief Adviser Mr. Andy Ho
Adviser Ms. Angela Ngai
Researchers Ms. Christa Cheung
Ms. Chan Shui-ching
Ms. Amy Yuen
Ms. Sharon Cheung
Ms. Vivian Yeung
Mr. Adam Choi
Published By The Hong Kong Federation of Youth Groups
Youth Research Centre
4/F., The Hong Kong Federation of Youth Groups Building
21 Pak Fuk Road
North Point, Hong Kong
Tel: (852) 3755 7022
Fax: (852) 3755 7200
E-mail: yr@hkfyg.org.hk
Web: hkfyg.org.hk
m21.hk
yrc.hkfyg.org.hk

Publishing Date: November 2020

All rights reserved © 2020 The Hong Kong Federation of Youth Groups

本報告內容不一定代表香港青年協會之立場。

The views expressed in this publication do not necessarily reflect the views of The Hong Kong Federation of Youth Groups.

青年創研庫 教育組

顧問導師：黃錦輝教授 朱子穎先生

召集人：張樂芹先生

副召集人：林惠業先生

成員：方栩怡女士 陳思盈女士
王偉剛先生 陳楚嵐女士
任逸民先生 馮廣照先生
李家瑋先生 黃希愉女士
李嘉倫先生 歐陽姿婷女士
袁樂彤女士 鄭煦喬女士
高雪麗女士 鄭寶妮女士
張栢寧先生 譚霽琳女士
梁行健先生 關文傑先生
郭達生先生 關浩鵬先生

研究員：楊敏楹女士 陳瑞貞女士

鳴謝

是項研究得以順利完成，實有賴下列人士的協助，並給予寶貴意見，使我們的資料和分析得以更為充實，謹此向他們致以衷心的感謝。

被訪人士（排名按姓氏筆劃序）：

林敬新博士	嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任
鄧藹儀博士	香港浸會大學事業策劃中心主管
薛慧萍教授	香港中文大學教育學院副院長（本科課程）暨「中大雲上師」負責老師
蘇俊軒先生	求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人 海外虛擬實習機構計劃負責人

各位曾接受問卷調查和深入訪問的學生。

研究摘要

實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。本港不少大學生都會在畢業前尋找實習機會，以豐富其工作體驗、學習職場文化以及規劃人生。其中香港理工大學更於 2005/06 年度開始把實習列為必修項目¹，凸顯畢業生具備工作經驗的重要性。

然而，疫情打亂學生的實習安排，甚至未能展開實習工作。據聯校就業資料庫（JIJIS）最新數字，今年首 4 個月大學生實習空缺僅 5,777 額，與去年同期的 8,468 額相比，急跌逾 3 成²。特區政府也因應疫情關係，呼籲企業採取在家工作策略³，有機會改變部分實習生的工作模式。疫情下，學生的實習機會減少，實習模式也受到一定影響。

有見實體實習受到限制，香港大專院校紛紛採用虛擬實習應對，例如提供溝通和管理技巧的「網上實習」，或為企業做調查研究報告，取代實體實習⁴。商界方面，有外地⁵及本港⁶機構推出創新的虛擬實習計劃。可見，學校和企業改變實習模式以應對新常態，未來實習模式更趨多元化。

可以預見，新冠肺炎疫情仍然持續、技能需求轉變、資訊科技的急速發展等因素，都影響大學生參與實習計劃。本研究期望透過檢視疫情下實習模式的轉變對大學生帶來的影響及所需支援，前瞻實習模式的可行出路，配合社會的發展趨勢，促進其學習經歷，及早裝備學生應對新常態下的挑戰。

是項研究透過幾方面蒐集資料，包括文獻參考；在 2020 年 9 月至 10 月期間進行學生網上問卷意見調查，共訪問了 877 名大學生；訪問 21

-
- ¹ 香港理工大學。2019 年。「學生發展計劃」網頁。網址：https://www.polyu.edu.hk/web/tc/learning_teaching/student_development_programmes/。2020 年 8 月 10 日下載。
 - ² 晴報。2020 年 5 月 7 日。〈大專實習位劇減 3 成 準教師縮剩 7 日 酒店旅遊一位難求〉。
 - ³ 香港政府新聞網。2020 年 7 月 23 日。〈政府延長僱員在家工作安排〉。網址：https://www.news.gov.hk/chi/2020/07/20200723/20200723_150304_822.html?type=category&name=admin。2020 年 8 月 11 日下載。
 - ⁴ 同 2。
 - ⁵ 香港經濟日報 TOPick。2020 年 7 月 16 日。〈花旗銀行聘實習生 過程全改在線上虛擬進行〉。網址：<https://topick.hket.com/article/2697543/花旗銀行聘實習生%E3%80%80過程全改在線上虛擬進行>。2020 年 8 月 11 日下載。
 - ⁶ 香港經濟日報。2020 年 5 月 14 日。〈新世界推「虛擬實習」 招募 100 名大學生實習生〉。

名青年個案，以及與 5 位專家和學者的訪問。

主要討論

- 1. 實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。然而，受疫情影響，香港大學生的實習機會大減。各方須及早籌劃，為學生探究實習模式的可行出路。**

實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。學生亦肯定實習的重要性。學生問卷調查結果顯示，學生參加實習的最大目標是了解職場工作文化(51.9%)，豐富履歷表(51.0%)及把所學知識應用到實際工作(44.7%)。

然而，疫情影響經濟，企業和機構對實習生的需求下降，可提供的實習機會大減。問卷調查結果亦顯示，在 877 名今年有計劃參與實習的大學生當中，近兩成(20.7%)表示原有實習安排則被取消或延期，超過四分之一(27.3%)曾嘗試尋找實習但不成功。

實習是企業物色人才的其中一個途徑，亦為學生的生涯規劃提供重要歷練，為免影響學生學習機會，各方須及早籌劃，為學生探究實習模式的可行出路。

- 2. 疫情為實習模式帶來轉變，促進了虛擬實習的發展，為學生的未來實習模式帶來啟示和擴闊學習空間。**

疫情為實習模式帶來轉變，在今年有參與實習的 457 名受訪學生當中，近五成半(54.3%)有採用虛擬實習，近一成(9.7%)受訪學生的實習模式轉為由學校提供實習或訓練。四分之一(25.2%)表示實習內容有所調整，一成七(17.3%)被縮短實習時間。

因疫情關係，實體實習受到限制，促進了虛擬模式的發展。受訪學生亦認同虛擬模式帶來的好處。根據問卷調查結果，近七成半(74.2%)曾採用虛擬實習的學生認為虛擬實習能增加工作彈性，六成半認為能節省時間和金錢(65.3%)，及近五成(48.4%)認為能夠適應未來數碼時代的發展。

受訪專家指出，在新常態下，企業營運模式轉變，在家工作等彈性工作安排更為普遍，虛擬實習亦將成為趨勢。僱主心態改變，更願意接

受與過往不同的實習模式，亦思考更靈活的應對方案。虛擬實習不但在實體實習無法進行時令職場學習得以持續，亦在未來為學生的經歷帶來更多機會和更大的彈性。

3. 實體實習有其重要性，不能被取代。不過虛擬實習亦有其優勝之處。未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並存，為學生帶來更完善的實習體驗，並配合社會趨勢。

學生問卷調查結果顯示，近八成(79.7%)受訪學生認為虛擬實習不可以取替實體實習。此外，近兩成(19.0%)學生期望未來實習模式以100%實體的方式進行，六成(60.7%)學生則期望實習可以用少部分虛擬的模式進行，實體成份佔70-90%。

實體實習有其不可取代的重要性，為學生提供堅實平台，親身體驗職場文化。不過，隨着資訊科技的發展和應用，加上疫情趨化，愈來愈多大企業牽頭採用彈性工作模式。受訪專家指出，僱主心態改變，更願意接受虛擬實習。未來學生需同時兼顧實體及虛擬實習的技巧去配合現時社會的趨勢及行業需求，以便畢業後可以面對不同環境及挑戰。

未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並存，為學生帶來更完善的實習體驗。

4. 受訪學生在虛擬實習中面對的困難，包括難以了解職場文化、溝通效果低、實際工作機會減少及缺乏真實感。虛擬實習的可行性亦受行業和工作性質所限。如何優化虛擬實習模式，配合不同學生的實習需要，有待探究。

學生問卷調查結果顯示，在248名曾採用虛擬實習的學生中，六成半(65.3%)認為虛擬實習中缺乏與其他同事的接觸機會，近六成(59.3%)認為缺乏真實感，五成八(57.7%)認為令實際工作機會減少。

此外，綜合青年個案的分析，學生在虛擬實習中面對的具體困難包括：(一)缺乏與其他同事的交流機會，難以了解職場文化；(二)溝通成效有待改善；(三)實習生缺乏工作所需資源，如硬件及特定軟件，導致學習機會減少；(四)虛擬評估及治療有不少限制，缺乏真實感。

根據學生問卷調查結果，六成八(68.0%)受訪學生認為實習督導加強與實習生的溝通聯繫，有助加強虛擬實習成效，另分別超過四成學生認為實習機構提供在家工作所需軟件(43.9%)和入職導向簡介(40.3%)是重要支援。

綜合受訪專家和學者的意見，認為實習機構方面，應為實習生提供足夠的學習機會、應對在家工作的情況下制定守則，以及實習前、中、後期的雙向交流。實習生亦應採取主動，與實習督導互相配合，訂下清晰的工作目標和時間表。而學校則為學生提供支援和訓練，積極和業界聯繫。在使用虛擬實習時，各方可善用虛擬平台及各種科技軟件加強溝通。

5. 各方有需要為缺少實習機會的學生開拓虛擬實習以外的學習經歷，例如提供平台和機會，讓學生把所學應用到社區層面。

因應實習機會減少和虛擬實習不適用於所有工種的問題，各方有需要為缺少實習機會的學生開拓虛擬實習以外的學習經歷，例如把所學應用到社區層面。例如有本地大學教育學系在疫情下安排實習同學設計一系列不同的網上課堂，在社區層面免費供中小學生報讀。

未來各方可擔任中介人和統籌角色，繼續探索如何為學生開拓課堂以外的學習經歷，提供平台讓學生實踐經驗和學習技能。

6. 在新常態下，僱主對學生的技能需求改變，學生需具備多元技能，繼續採取積極態度，裝備自己以應對未來就業的挑戰。

有受訪專家表示，新常態下不少企業轉型，現時的營運模式或著眼點有所改變，例如數碼化，很多職責都以線上形式履行。僱主對學生的技能需求改變，期望學生擁有多元技能，資訊科技相關技能特別重要。

要面對未來的挑戰，具備硬技能和軟技能同樣重要。研究資料亦顯示，數碼技能的重要性將與日俱增。另一方面，在疫情期間，人們的生活模式大大改變，創造力和創新尤其重要。

學生問卷調查結果顯示，學生即使缺少實習機會，但也採取積極態度應對。在無法進行實習的 420 名受訪學生當中，約五成半(54.5%)轉為從事兼職或臨時工作，分別有超過三成半學生發掘新興趣或新

技能(37.1%)，用更多時間溫習已有學科知識(36.2%)，自學與行業相關的知識(36.0%)。

在新常態下，職場結構和工作模式改變，社會對各類人才和技能的需求也有所轉變。實習經驗和課堂以外的學習經歷正是裝備未來技能的重要途徑。未來各方可在技能發展方面為學生提供更多支援。

建 議

基於上述研究結果及討論要點，我們循提升虛擬實習的成效、增加課堂以外的其他學習經歷，以及發展多元技能等方向，認為值得考慮下列建議，以改善疫情下大學生的實習處境，並裝備學生順利從學校過渡到職場。

1. 建議制定虛擬實習資料配套，有利企業和實習生進行虛擬實習。

A. 企業可制定虛擬實習章程，包括定下清晰的工作目標、足夠的準備資料和工作指引等。

為讓企業及實習生更掌握虛擬實習的工作流程，建議企業可制定虛擬實習章程，包括清晰的工作目標、就工作項目提供足夠的資料和工作指引等，增加實習生對工作背景及工作性質的了解，在缺乏實體接觸下確保工作過程順暢。

B. 企業可在實習中加設虛擬夥伴計劃，並增加雙向交流。

因應虛擬實習減少人際交流，企業可在實習中加設虛擬夥伴計劃，夥伴由企業內的同事擔任，讓實習生在家使用虛擬實習時也有機會和實習督導以外的同事溝通交流。夥伴的角色是讓實習生增加對公司及職場文化的了解，可互相支援並交流意念。

此外，為補足實習生對企業及職場文化的認識，以及增進雙向交流的機會，企業可在實習期間舉辦一次網上分享會，讓實習生有機會向公司同事分享自己技能以及可貢獻之處，達至知識共享，讓學生有機會和企業同事接觸，擴闊學生人際網絡和增加工作機會。

2. 學校、非政府組織可為學生提供課堂以外的學習經歷，並設立一站式網上虛擬實習平台。

A. 社區實踐計劃

學校和非政府組織可合作舉辦計劃，從社區實踐計劃出發，讓學生把學科知識應用在實際場景。內容可以是社區計劃、促進公共衛生計劃、解決社會問題方案等等。學生可在當中運用科技元素，並培養解決問題的能力，從真實體驗中增進知識、提升技能。

另一方面，在新常態下企業營運面對種種挑戰。有關計劃亦可從解決企業營運等問題的方向出發，內容可以是學生為企業設計新的營銷策略，產品概念等。

B. 舉辦職場經驗分享會及技能訓練

新的實習模式在實行初期必然會遇到不同問題。學校可透過舉辦職場經驗分享會，幫助學生了解實際職場工作環境和文化，並裝備學生應對虛擬實習的工作處境。

另外，隨着科技急速發展，可預視未來職場工作環境所需的新技能和知識，學校可以為非專科學生提供相關技能訓練，包括實用技能如數碼技能、軟技能如創意思維和應變力，使學生具備多元技能應對新常態。

C. 非政府組織開設一站式網上虛擬實習平台

非政府組織可開設一站式網上虛擬實習平台，為學生提供虛擬實習技巧，實習空缺，就業技能等資訊。同時亦可邀請大企業在平台分享虛擬實習的成功經驗。非政府組織可擔任中介角色，邀請更多中小企提供虛擬實習機會，為學生配對實習機構，並為實習機構和學生提供所需支援。

3. 建議政府擴闊境外實習資助計劃至境外虛擬實習計劃

特區政府設有青年內地實習資助計劃，以及資助學生到外地參與交流或實習活動，讓學生擴闊視野。研究建議擴大計劃資助範圍至境外虛擬實習。

4. 學生應主動掌握多元技能以應對新常態

學生可緊貼社會的發展趨勢，以靈活變通的態度持續發展多元技能，特別是資訊科技相關技能。學生需在疫情下保持適應力、靈活性、以良好的溝通協作能力、創新解難思維，並調節心態應對未來挑戰。

學生應積極參與大學事業策劃中心所舉辦的活動，或坊間機構所舉辦的生涯體驗活動，無論是實體或虛擬形式均有學習及發展的空間。若在疫情下獲得實習機會，更需以積極主動的態度，展示自己可貢獻之處，以豐富自己的學習體驗。

目錄

研究摘要

第一章	引言	1
第二章	研究方法	3
第三章	實習的發展概況	8
第四章	專家、學者對於實習模式的意見	22
第五章	疫情對學生實習的整體影響和學生對實習的意見	41
第六章	討論及建議	65
	參考資料	73
附錄一	青年網上問卷	76

第一章 引言

實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。本港不少大學生都會在畢業前尋找實習機會，以豐富其工作體驗、學習職場文化以及規劃人生。其中香港理工大學更於 2005/06 年度開始把實習列為必修項目¹，凸顯畢業生具備工作經驗的重要性。然而，突如其來的新冠肺炎疫情，影響學生的實習機會，未能到機構或企業開展實習工作。

疫情不單打亂學生的實習安排，甚至未能展開實習工作。據聯校就業資料庫（JIJIS）最新數字，今年首 4 個月大學生實習空缺僅 5,777 額，與去年同期的 8,468 額相比，急跌逾 3 成²。有商學院教授透露，市場上實習機會大減 8 成；而酒店、旅遊等的實習機會近乎零，其他行業亦大減逾一半³。特區政府也因應疫情關係，呼籲企業採取在家工作策略⁴，有機會改變部分實習生的工作模式。疫情下，學生的實習機會減少，實習模式也受到一定影響。

有見實體實習受到限制，香港大專院校紛紛採用虛擬實習應對，例如削減臨床實習訓練時數，改為透過情境模擬系統讓學生練習應對不同病症病人⁵；提供溝通和管理技巧的「網上實習」，或為企業做調查研究報告，取代實體實習⁶。除了虛擬實習外，大專院校亦在校園內安排實習職位，並與企業創造大學生的實習機會⁷。商界方面，有外地⁸及本港⁹機構推出創新的虛擬實習計劃。可見，學校和企業改變實習模式以應對新

-
- ¹ 香港理工大學。2019 年。「學生發展計劃」網頁。網址：
https://www.polyu.edu.hk/web/tc/learning_teaching/student_development_programmes/。
2020 年 8 月 10 日下載。
- ² 晴報。2020 年 5 月 7 日。〈大專實習位劇減 3 成 準教師縮剩 7 日 酒店旅遊一位難求〉。
- ³ 同上。
- ⁴ 香港政府新聞網。2020 年 7 月 23 日。〈政府延長僱員在家工作安排〉。網址：
https://www.news.gov.hk/chi/2020/07/20200723/20200723_150304_822.html?type=category&name=admin。2020 年 8 月 11 日下載。
- ⁵ 香港 01。2020 年 7 月 21 日。〈明專護理學疫情停臨床實習 新學期困難更大將提早開學〉。
- ⁶ 同 2。
- ⁷ 香港中文大學 傳訊及公共關係處。2020 年 6 月 16 日。〈「中大支援基金」創造逾 300 個工作及實習機會〉。網址：
https://www.cpr.cuhk.edu.hk/tc/announcements_detail.php?id=88&t=中大支援基金-創造逾300個工作及實習機會-呼籲各界繼續支持。2020 年 8 月 11 日下載。
- ⁸ 香港經濟日報 TOPick。2020 年 7 月 16 日。〈花旗銀行聘實習生 過程全改在線上虛擬進行〉。網址：<https://topick.hket.com/article/2697543/花旗銀行聘實習生%E3%80%80過程全改在線上虛擬進行>。2020 年 8 月 11 日下載。
- ⁹ 香港經濟日報。2020 年 5 月 14 日。〈新世界推「虛擬實習」 招募 100 名大學生實習生〉。

常態，未來實習模式更趨多元化。

可以預見，新冠肺炎疫情仍然持續、技能需求轉變、資訊科技的急速發展等因素，都影響大學生參與的實習計劃及學習經驗。本研究期望透過大學生網上問卷調查、學生個案訪問以及專家學者訪問，能了解大學生如何看待實習工作，並檢視疫情下實習模式的轉變對大學生帶來的影響及所需支援，前瞻實習模式的可行出路，配合社會的發展趨勢，促進其學習經歷，及早裝備學生應對新常態下的挑戰。

第二章 研究方法

2.1 研究目的

本研究以香港大學生為對象，了解學生如何看待實習工作，並檢視疫情下實習模式的轉變對大學生帶來的影響及所需支援，前瞻實習模式的可行出路，以配合社會的發展趨勢。

2.2 定義

實習並沒有明確或統一的定義。一般指出實習通常是具教育性質的，並為學生提供結構化且與職業相關的經驗。實習時限和報酬也沒有統一的標準¹。

大學實習生的工資並不受法定最低工資保障。根據勞工法例²，大學實習生如符合實習學員或工作經驗學員的定義，便屬於法定最低工資豁免對象。

實習學員指由本地或非本地教育機構安排或認可的工作實習，而這實習屬該全日制經評審課程的必修或選修部分。工作經驗學員的定義指學生僱員，不論實習是否由提供課程的教育機構安排或認可；學生在開始受僱時仍未滿 26 歲，實習為期不多於連續 59 天。

2.3 研究問題

- (1) 大學生對實習工作及實習模式轉變的看法
- (2) 實習模式的轉變對學生帶來的影響
- (3) 實習模式的未來發展和學生所需支援

¹ Stirling, A., Kerr, G., Banwell, J., MacPherson, E., Bandedaly, A., & Battaglia, A. (2014). What is an Internship?: An Inventory and Analysis of "internship" Opportunities Available to Ontario Postsecondary Students. Higher Education Quality Council of Ontario. Retrieved Sept 15, 2020 from, <http://www.heqco.ca/SiteCollectionDocuments/Internship%20ENG.pdf>

² 勞工處。2017 年。「勞工法例疑問解答《最低工資條例》（第 608 章）適用範圍」網頁。網址：https://www.labour.gov.hk/tc/faq/smw_converage.htm，2020 年 9 月 30 日下載。

2.4 研究方法

就上述問題，本研究透過三方面進行資料蒐集，包括：(1) 網上學生問卷調查；(2) 學生個案訪問；及(3) 專家和學者訪問。

網上學生問卷調查的目的，主要是了解實習對學生的意義、疫情對學生實習的整體影響和成效。進行學生個案訪問，則期望能深入了解不同學系的學生對實習模式轉變的想法，以及在疫情期間與實習相關的經歷。至於專家和學者訪問，則探討虛擬實習的啟示、大學生實習模式和技能裝備的未來發展方向。

2.4.1 網上學生問卷調查

網上問卷調查於 2020 年 9 月 29 日至 10 月 18 日期間進行，透過寄發電郵邀請 11 間大學³的事業發展中心轉發網上問卷連結予學生，另外亦從 79938 名 18-25 歲香港青年協會會員中隨機抽樣，邀請符合條件的學生填寫問卷。

是次調查成功訪問了共 877 名學生，樣本標準誤低於±1.7%。調查對象為 2 年級或以上全日制學士學位學生和 2020 年畢業生，並在今年有參與實習或原本有計劃參與實習。有關受訪學生的基本資料，可參看表 2.1。

問卷(詳見附錄一) 內容共 27 題，主要包括五個範疇：(1) 實習的意義；(2) 疫情對實習的整體影響；(3) 對虛擬實習的看法；(4) 對未來實習模式的意見；及(5) 個人資料。

³ 8 所教資會資助大學：香港大學、香港中文大學、香港科技大學、香港理工大學、香港城市大學、香港浸會大學、嶺南大學、香港教育大學；以及香港公開大學、香港樹仁大學、香港恒生大學

表 2.1：樣本按受訪者性別、年齡、就讀專科與否、就讀學系及就讀級別的分佈表

	人數	百分比
性別		
男	167	19.0%
女	710	81.0%
合計	877	100.0%
年齡 (歲)		
18-19	137	15.7%
20-21	439	50.2%
22-23	244	27.9%
24-25	46	5.3%
26 歲或以上	9	1.0%
合計	875	100.0%
平均年齡：21.03 歲 (N=875)		
標準差 (S.D)：1.688		
就讀專科的學生 (專科指具專業認證的科系)		
是	477	54.4%
否	400	45.6%
合計	877	100.0%
就讀學系		
人文/社會科學系	280	31.9%
理科學系	68	7.8%
工商管理學系	205	23.4%
工程學系	39	4.4%
醫療相關學系	111	12.7%
教育系	73	8.3%
法律系	12	1.4%
藝術系	25	2.9%
傳播學系	50	5.7%
其他	14	1.6%
合計	877	100.0%
就讀級別		
二年級	203	23.1%
三年級	249	28.4%
四年級	296	33.8%
五年級或以上	38	4.3%
2020 年畢業生	91	10.4%
合計	877	100.0%

2.4.2 學生個案訪問

學生個案訪談於 2020 年 9 月 1 至 10 月 21 日期間，透過電話訪問形式進行，對象為 2 年級或以上全日制學士學位大學生和應屆畢業生，合共有 21 名青年參與是次訪問。訪談內容有三部分，分別為：(1) 實習的意義(2)；疫情下的實際經歷和應對；以及(3) 對未來實習模式轉變的想法。有關受訪青年的基本資料，可參看表 2.2。

表 2.2：青年個案訪談參與者基本資料

個案編號	性別	就讀學系	年級	實習狀態	畢業要求
01	男	護理學	二年級	延期	是
02	女	言語治療	應屆畢業生	模式改變，使用 虛擬實習	是
03	女	職業治療	四年級	延期	是
04	女	環球商業管 理	四年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
05	女	商業管理學	四年級	取消，做兼職	否
06	女	心理學	四年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	是
07	男	公共行政	四年級	疫情下實體實習	否
08	男	社會工作	四年級	疫情下實體實習	是
09	女	社會及新聞 學	三年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
10	男	法律系	五年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
11	女	新聞系	三年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	是
12	女	法律系	應屆畢業生	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
13	女	社會工作	三年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	是
14	男	會計學系	四年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
15	女	中文系	四年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
16	女	市場學	應屆畢業生	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
17	女	文學院	三年級	取消，找不到實 習	否
18	女	職業治療	二年級	延期	是
19	女	英文系	五年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
20	男	公共行政	三年級	模式改變，實體 與虛擬兼備	否
21	女	歷史系	四年級	取消，找不到實 習	否

2.4.3 專家及學者訪問

2020年9月8日至10月22日期間，本研究透過邀請，共訪問了5位熟悉本港大學生實習發展的專家，包括：香港浸會大學事業策劃中心主管鄧藹儀博士、嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任林敬新博士，香港中文大學教育學院副院長（本科課程）暨「中大雲上師」⁴負責老師薛慧萍教授；求職學習平台 OnGrad⁵ 聯合創辦人蘇俊軒先生；以及一名海外虛擬實習機構計劃負責人。

⁴ 計劃安排教育學院的實習學生在大學老師的支援及指導下，設計一系列網上課堂，免費提供予本港中小學及幼稚園學生報讀。

⁵ 今年與企業合作舉辦虛擬實習。

第三章 實習的發展概況

本章就實習的發展概況，作出以下五方面簡述：(一) 實習的發展；(二) 實習的重要性；(三) 虛擬實習；(四) 疫情對實習的影響；及(五) 實習以外的疫後就業技能裝備。

3.1 實習的發展

3.1.1 實習的定義

實習並沒有明確或統一的定義。學生實習一般是教育性的，並為學生提供結構化且與職業相關的經驗。實習時限和報酬也沒有統一的標準¹。

3.1.2 實習制度的起源

實習制度的起源可追溯至中世紀的學徒制。有意成為未來工匠者，會跟隨有經驗的執業工匠工作，一邊進行勞動工作，一邊學習²。當時學徒制的主要目標是監督、培訓和填補職位空缺³。

隨著時代的發展，現代的實習制度由藍領勞動階層擴展到專業教育和大學生。六十年代的美國開始興起實習。最初主要是持有學歷但還未考取牌照的醫生，之後政府的學徒也開始實習。實習也漸漸涵接學術課程，發展成與大學課程接軌的 CO-OP（教育合作計劃），當時安排實習的大多是商業、社會工作、工程及教育等學科⁴。

3.1.3 香港的實習制度

香港在八十至九十年代初開始興起與學科相關的實習，為期三個月至一年不等，大部分是經學系部門安排。九十年代末開始，各大學的事

¹ Stirling, A., Kerr, G., Banwell, J., MacPherson, E., Bandy, A., & Battaglia, A. (2014). What is an Internship?: An Inventory and Analysis of "internship" Opportunities Available to Ontario Postsecondary Students. Higher Education Quality Council of Ontario. Retrieved Sept 15, 2020 from <http://www.heqco.ca/SiteCollectionDocuments/Internship%20ENG.pdf>

² J. Isaac Spradlin, (2009) "The evolution of Interns.", Retrieved Sept 15, 2020 from <http://www.forbes.com/2009/04/27/intern-history-apprenticeship-leadership-careers-jobs.html>

³ Dearle, N. B. (1912). Boy Labour and Apprenticeship. *The Economic Journal*, 22(85), 85-87

⁴ 鄧藹儀 (2015)。〈大學生實習成效探討〉。青年研究學報，2015年7月。第18卷，第2期，總第36號。頁73-78。

業服務中心也開始統籌和協助學系安排學生實習⁵。現時，實習常見於各大專院校學生。其中香港理工大學更於 2005/06 年度開始把實習列為本科生在「校企協作教育」中的必修項目⁶，凸顯畢業生具備工作經驗的重要性。

環觀而言，有些實習是學科畢業要求，有些則是學生自由選擇的實習。部分實習屬學科課程的必修部分，常見於專科，例如社會工作系學位課程須包含不少於 800 小時的單位工作實習，以取得社會工作者註冊資格⁷，所以開辦課程的院校會為學生安排實習。另一種是由學生自由選擇的實習，實習屬於課程選修，學生可自行參與由學科轉介的實習，並自由選擇計算學分與否。而隨著知識型員工的需求增加，不少企業都會招聘實習生，學生可透過大學的事業策劃中心報名，或自行在外尋找本地或海外實習機會。在這情況下，學生可以選擇與學科沒有直接關係的職位，在職場上體驗和嘗試各行業的實際工作。

然而，大學實習生的工資並不受法定最低工資保障。根據勞工法例⁸，大學實習生如符合實習學員或工作經驗學員的定義，便屬於法定最低工資豁免對象。實習學員指由本地或非本地教育機構安排或認可的工作實習，而這實習屬該全日制經評審課程的必修或選修部分。工作經驗學員的定義指學生僱員，不論實習是否由提供課程的教育機構安排或認可；學生在開始受僱時仍未滿 26 歲，實習為期不多於連續 59 天。所以，實習可以是受薪或不受薪的。而實習跟學徒或練習生(trainee)是不一樣的，就算學生表現非常滿意，實習完成後，僱主亦不一定要聘請⁹。

3.2 實習的重要性

3.2.1 實習的成效

對學生而言，教育是社會化的過程。透過學習和體驗，學生能了解

⁵ 同上。

⁶ 香港理工大學。2019 年。「學生發展計劃」網頁。網址：
https://www.polyu.edu.hk/web/tc/learning_teaching/student_development_programmes/。
2020 年 8 月 10 日下載。

⁷ 社會工作者註冊局。2014 年 10 月 15 日版本。〈用於社會工作者註冊事宜的認可社會工作學歷評核準則〉。擷取自
https://www.swrb.org.hk/documents/Principles,%20Criteria%20and%20Standards%20for%20Recognizing%20Qualifications%20in%20Social%20Work%20for%20Registration%20of%20RSWs_2015_chinese.pdf.pdf

⁸ 勞工處。2017 年。「勞工法例疑問解答《最低工資條例》（第 608 章）適用範圍」網頁。
網址：https://www.labour.gov.hk/tc/faq/smw_converage.htm，2020 年 9 月 30 日下載。

⁹ 同 4。

社會文化和規範。實習為學生提供課堂以外的實踐經驗，透過一定程度的監督和自我學習，達至實踐中學習(learning by doing)¹⁰。

實習是一個生涯規劃過程，亦是學生從學校過渡到職場的重要一步。學生按照自己的興趣和生涯規劃方向，在實習中體驗現實工作，了解職場的實際情況，藉以培養未來就業所需的知識、技能、人際關係等¹¹。實習機會能彌補大學與職場之間的差距，學生能在過程中了解職場文化和規範，促進學生的個人發展和成長，有利於未來職業生涯的發展¹²。

綜合文獻研究，理想的實習的成效有以下幾點。

1. 學以致用

人們可透過自身對知識的投資、與他人的互動溝通，以及累積經驗等三類活動來達至學習。其中累積經驗就是從實踐中學習(learning by doing)，以實踐累積知識，完成工作任務，並在過程中強化知識的深度¹³。

實習提供機會讓學生把課堂所學知識應用到實際工作情景，提供實踐經驗。學生能更好地應對工作環境上遇到的挑戰¹⁴。

2. 職業生涯探索

實習工作正是大學生生涯規劃的嘗試和模擬過程。透過嘗試，學生在實習過程中思考個人的興趣與擅長的工作類型，為未來的發展制定方向¹⁵。

3. 建立人際關係網絡

實習提供機會讓學生拓展專業人際網絡和知識，並透過建立人際網

¹⁰ Ismail, Z. (2018) Benefits of Internships for Interns and Host Organisations. K4D Helpdesk Report, Birmingham UK: University of Birmingham.

¹¹ 徐璧君 (2014)。〈實習成效評估之研究〉。擷取自 <http://ir.lib.cyut.edu.tw:8080/bitstream/310901800/8639/1/%E6%88%90%E6%95%88%E8%A9%95%E4%BC%B0.pdf>

¹² Medeiros, A. R., İcen, D., Morciano, E. A., & Cortesão, M. (2015, March). Using virtual internships as an innovative learning technique. In 2015 IEEE Global Engineering Education Conference (EDUCON) (pp. 262-266). IEEE.

¹³ Ryu, C., Kim, Y. J., Chaudhury, A., & Rao, H. R. (2005). Knowledge acquisition via three learning processes in enterprise information portals: learning-by-investment, learning-by-doing, and learning-from-others. *Mis Quarterly*, 245-278.

¹⁴ 同 10。

¹⁵ 同 11。

絡累積社會資本。如果督導者能與實習生緊密聯繫，並幫助學生融入專業人際網絡，便能達至知識共享¹⁶。

4. 了解職場文化、溝通技巧及工作態度

透過實習，學生能培養職業倫理與道德，學習職場工作態度，從而改進人際關係技巧、時間管理能力，增強自信¹⁷。

5. 豐富履歷表以助未來就業

擁有實習經驗能令履歷表更豐富，有助學生未來尋找全職工作。有外國研究發現，擁有實習經驗的學生獲得面試的機會較沒有實習經驗的高 12.6%¹⁸，而獲得全職僱用的機會也比沒有實習經驗的高出 4%¹⁹。

3.2.2 構成有效的實習計劃的因素

實習的成功需要學校、企業/機構與學生三方面互相配合。實習能拉近學生，僱主和大學之間的關係²⁰。

學校傳授基礎知識給學生，讓學生在實習前具備專業知識或技巧，令學生能以自信和勇於接受挑戰的態度進行實習，解決實習中會遇到的問題，學校課程規劃及建立實習生輔導機制都是重要的²¹。而作為學生和僱主之間的連繫者，學校可透過了解雙方需求和意願，擔任持續溝通和配對角色。

學生積極主動學習，投入實習過程，接受挑戰，並透過與實習機構同事間的團隊合作，增加實習的成就感和成效²²。

僱主投入實習安排，派出具經驗的專業導師深入指導實習生，不以

¹⁶ Holyoak, L. (2013). Are all internships beneficial learning experiences? An exploratory study. *Education + Training*, 55(6), 573–583.

¹⁷ 林宜玄、何敘瑜(2014)。台灣、美國與德國技專校院學生校外實習成效評估項目之比較。技術及職業教育學報，5(3)，1-31。

¹⁸ Baert, S., Neyt, B., Siedler, T., Tobback, I., & Verhaest, D. (2019). Student internships and employment opportunities after graduation: A field experiment.

¹⁹ 同 10。

²⁰ 同 12。

²¹ 黃玉枝，郭文中(2013)。實習生成就感與影響因素間之路徑研究。資訊、科技與社會學報，第 21 期，頁 65-75。擷取自 <http://jitas.im.cpu.edu.tw/2013/5.pdf>

²² 同上。

實習生取代現有工作人手或視實習生為廉價勞工²³。

3.3 虛擬實習

虛擬實習指學生與僱主以電腦為主要媒介進行的實習，或在虛擬環境進行技術訓練。隨著科技急速發展，許多國家越來越廣泛地採用彈性工作模式，例如遙距辦公，帶動了虛擬實習的發展。各種電子工具和軟件，例如雲端技術，社交媒體等，令實習生在虛擬實習當中更容易取得工作相關的資源，以及在網絡上進行聯繫。對於一些缺乏本地人才或缺乏辦公設施來容納實習生的小型企業而言，虛擬實習是特別受歡迎的選擇。確實，許多研究指出，過去十年來虛擬實習在外國越來越普遍²⁴。

3.3.1 虛擬實習的利弊

虛擬實習雖然帶來不少便利和好處，但同時仍有不少限制。

虛擬實習的好處包括以下幾點。進行虛擬實習並不受空間和地理限制，實習的流動性和靈活性都較高，實習生可以參加由不同國家的機構所舉辦的實習。而虛擬實習以網上形式進行，實習生不用付出額外的成本（如交通費），企業也能節省在實體辦公室聘請實習生時的所需資源。彈性的虛擬實習模式有助促進創意和公司內部多元化。在節省成本的情況下，企業可以創造更多實習職位，實習生可以藉此建立人際網絡。

另一方面，虛擬實習也帶來以下挑戰。虛擬實習講求實習生的自我監督，對實習生有一定要求。在虛擬實習中，實習生亦可能面對缺乏硬體設備和內聯網連結等困難，資源限制了實習生可以做的工作種類。此外，虛擬實習缺乏實體人際互動的元素，容易令實習生覺得參與度低，亦令實習督導和實習生之間的知識轉移更加困難。非實體溝通亦容易導致溝通困難和誤解，造成訊息缺口，有機會影響工作進度。而實習生參與外國機構的實習，可能因所在時區不同，溝通難度更大。

²³ 同 4。

²⁴ Jeske, D. (2019). Virtual internships: Learning opportunities and recommendations. In R. Shindell (Eds.), *Total Internship Management - The Employer's Guide to Building and Sustaining the Ultimate Internship Program* (3rd Edition). Published by: Intern Bridge.

表 3.1：虛擬實習的利弊

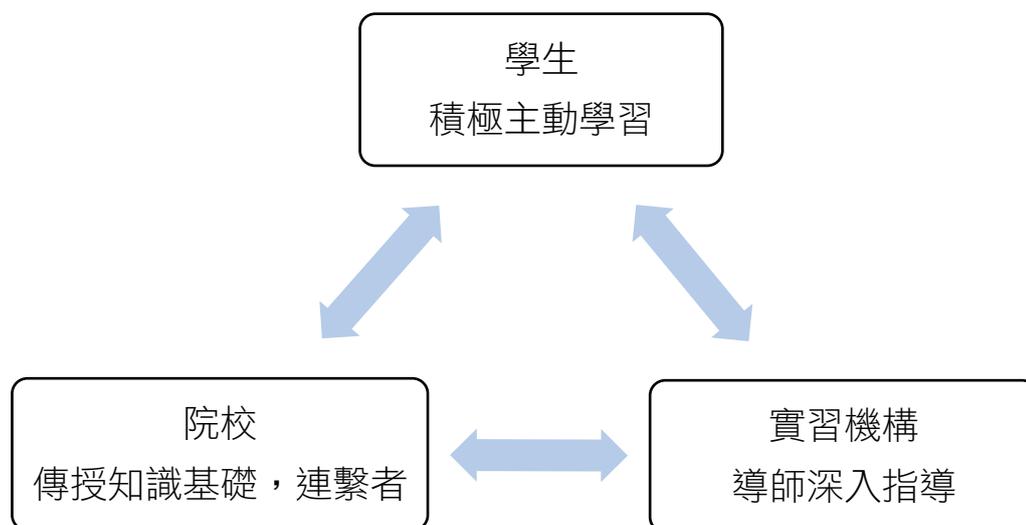
好處	限制
流動性	講求自我監督
靈活性	缺乏實體設備和內聯網連結
得到不同國家的機構實習機會	缺乏人際互動
對實習生而言沒有額外成本	不同時區
公司節省資源	有限的工作
促進創意	溝通問題和誤解
促進公司內部多元化	有限的資源
創造更多實習機會	進度較慢
建立人際網絡	信息缺口
	參與感低
	知識轉移困難

資料來源：Medeiros, A. R., İcen, D., Morciano, E. A., & Cortesão, M. (2015, March). Using virtual internships as an innovative learning technique. In 2015 IEEE Global Engineering Education Conference (EDUCON) (pp. 262-266). IEEE.

3.3.2 虛擬實習的成功關鍵

A. 學生、實習機構、院校三方之間的交流和意見反饋

虛擬實習的成功需要學生、實習機構、院校三方互相配合，關鍵在於三者之間的交流和意見反饋。在學生與實習機構的互動中，相關因素包括學生與機構內部導師的聯繫，例如通過電子郵件、電話、Skype 等通訊渠道，舉行每週會議且持續聯繫，清晰地就工作問題、進度、報告、想法、時間表和對彼此的期望管理進行溝通，以確保實習的有效性。至於院校方面，可向實習機構詢問學生的表現，實習機構可提供有關學生知識的反饋，並在三者之間建立更具體的溝通方式²⁵。



²⁵ 同 12。

B. 實習機構的事前準備和維持有效溝通

在虛擬實習當中，實習機構的角色尤其重要。當中包括實習前準備工作，提供清晰的工作指引和所需資料。而在實習進行時，實習督導需與實習生維持有效溝通，讓實習生了解工作性質、工作環境，以及如何取得工作所需資源。

實習機構在實習前的準備能改進虛擬實習的效率。實習前的準備包括工作所需的科技軟件，過往工作範本，訓練材料。在缺乏實體接觸的情況下，企業需要花時間準備虛擬實習的工作資料，工作指引。更理想的狀態是實習生可以隨時在網上取得以上工作所需資料²⁶。

在虛擬實習中，企業一方持續和主動地和實習生溝通能促進工作效率。由於虛擬實習的性質所限，實習生不能親眼或親身體驗工作環境，如果未曾在實習機構辦公室實體工作，實習生對於工作內容和自身可以從實習中學到的內容可能會比較迷惘。這時，維持有效溝通的責任就落在實習督導身上，包括介紹工作性質，工作環境，如何取得工作所需資源等等。實習機構內部其他員工也可以發揮實習督導的角色²⁷。

有外國人力資源教授指出，虛擬實習最大的挑戰是限制了實習生建立人際網絡的能力。而虛擬實習前的實體活動和接觸能使實習生和團隊之後的工作關係更加順暢²⁸。外國有些大企業亦會舉辦虛擬人際交流活動，讓實習生有更多機會接觸到公司的員工，體驗工作文化。例如透過網上平台軟件舉辦遊戲活動，亦有設立社交媒體專頁讓實習生溝通²⁹。

可見，完善的虛擬實習計劃需要花上不少時間策劃，亦需要各方建立有效的溝通模式。

²⁶ 同 24。

²⁷ Youngblood, D. (2020)., "Working Relationships Among Supervisors and Interns in Virtual Internships" Theses & Dissertations. 375. , Retrieved Nov 18 , 2020 from https://athenaeum.uiw.edu/uiw_etds/375.

²⁸ Josie C. (Jul 15, 2020). My Summer On Zoom: 2020's Covid-19 Interns Bear The Professional Brunt Of Office Closures. Retrieved Nov 19 , 2020 from <https://www.forbes.com/sites/josiecox/2020/07/15/internship-summer-zoom-covid-intern-office-future-of-work/?sh=303af0467b49>

²⁹ Hur, K. (2020). Virtual internships keep the talent pipeline open; Students still get the experience -- it's just a very different one. *Automotive News*, 94(6940), 8.

3.4 疫情對實習的影響

3.4.1 獲得實習機會大減以及改變學習模式

由於疫情影響，企業和機構可提供的實習機會大減，服務行業和醫療相關行業方面的情況尤其嚴重。根據聯校就業資料庫（JIJIS）最新數字，今年首 4 個月大學生實習空缺僅 5,777 額，與去年同期的 8,468 額相比，急跌逾 3 成。有商學院教授透露，市場上實習機會大減 8 成；而酒店、旅遊等的實習機會近乎零，其他行業亦大減逾一半³⁰。在疫情底下，醫院管理局也暫停臨床實習³¹，醫療相關學科學生大受影響。

即使學生順利獲得實習機會，實習模式也可能有所不同。特區政府因應疫情呼籲企業採取在家工作策略³²，有機會改變部分實習生的工作模式。可見，在疫情下，學生無論在尋找實習職位或實際進行實習時，也受到一定影響。

3.4.2 大專院校、僱主、政府的應對方案

A. 大專院校

有見實體實習受到局限，香港大專院校紛紛採用應對措施，包括安排校內實習職位、調整實習模式及時間、安排訓練、網上實習、聯繫商界及校友提供更多實習機會等措施³³。

例如香港中文大學在校園內安排實習職位，並成功邀請更多企業為大學生提供實習機會³⁴。嶺南大學有學系提供 10 小時溝通和管理技巧的「網上實習」，或為企業做調查研究報告，取代實體實習³⁵。明愛專上學院的護理學院削減兩成臨床實習訓練時數，改為透過情境模擬系統讓學

³⁰ 晴報。2020 年 5 月 7 日。〈大專實習位劇減 3 成 準教師縮剩 7 日 酒店旅遊一位難求〉。

³¹ 醫院管理局。2020 年 1 月 25 日。〈醫院管理局啟動緊急應變級別〉。網址：
<https://www.ha.org.hk/haho/ho/pad/200125Chi6.pdf>，2020 年 9 月 30 日下載。

³² 香港政府新聞網。2020 年 7 月 23 日。〈政府延長僱員在家工作安排〉。網址：
https://www.news.gov.hk/chi/2020/07/20200723/20200723_150304_822.html?type=category&name=admin。2020 年 8 月 11 日下載。

³³ 文匯報。2020 年 6 月 19 日。〈校園學習漸復 疫境實習難搞〉。

³⁴ 香港中文大學 傳訊及公共關係處。2020 年 6 月 16 日。〈「中大支援基金」創造逾 300 個工作及實習機會〉。網址：
https://www.cpr.cuhk.edu.hk/tc/announcements_detail.php?id=88&t=中大支援基金-創造逾300個工作及實習機會-呼籲各界繼續支持。2020 年 8 月 11 日下載。

³⁵ 同 30。

生練習應對不同病症病人³⁶。

B. 僱主

商界方面，有外地及本港機構採用虛擬實習計劃。虛擬實習的形式多樣化，最常見的是本地企業以在家工作形式進行虛擬實習；有大企業推出結構性的虛擬實習，包含訓練元素。同時，亦有外國或跨國企業推出短期虛擬學習體驗計劃或海外虛擬實習計劃，以線上模式進行。

有些大企業的虛擬實習除了包含線上工作元素外，也加入培訓成份。例如香港新世界集團的「虛擬實習」計劃，參與計劃的實習生大部分時間會透過網絡和視訊會議提交並匯報工作。同時，集團亦會為實習生提供線上線下培訓及多元化實體活動，如交流、參觀、管理層分享等³⁷。高盛則重新設計實習模式，以在家工作的原則出發，將實習時間由 10 周縮短為 5 周，並加入一些新元素，如遙距工作技能教學、如何善用視訊會議、視像會議的服裝準則等³⁸。

有外國或跨國企業亦推出短期虛擬學習體驗計劃或海外虛擬實習計劃，以線上模式進行。短期虛擬學習體驗計劃³⁹只需數個小時，有關進度則是由實習生自行決定。例如花旗銀行的虛擬實習計劃，全程僅需 4 至 5 個小時就能完成，有關進度則是由實習生自行決定。實習活動包括邀請學生利用錄像方式，提交業務問題的解決方案，進行虛擬酒吧之夜等的活動⁴⁰。至於不少坊間機構亦擔任中介角色舉辦海外虛擬實習計劃。

可見，在疫情下各機構及企業都改變實習模式以應對新常態，實習模式變得更為多元化。

C. 政府

³⁶ 香港 01。2020 年 7 月 21 日。〈明專護理學疫情停臨床實習 新學期困難更大將提早開學〉。

³⁷ 香港經濟日報。2020 年 5 月 14 日。〈新世界推「虛擬實習」 招募 100 名大學生實習生〉。

³⁸ 香港經濟日報 TOPick。2020 年 7 月 16 日。〈花旗銀行聘實習生 過程全改在線上虛擬進行〉。網址：<https://topick.hket.com/article/2697543/花旗銀行聘實習生%E3%80%80過程全改在線上虛擬進行>。2020 年 8 月 11 日下載。

³⁹ Forage. (2020). Showcase your skills. Retrieved Nov 17, 2020 from <https://www.theforage.com>，提供超過 70 個虛擬工作體驗計劃，參與機構有 (Fortune 500) 財富美國 500 強名單內的大企業

⁴⁰ 同 38。

政府則創造更多實習機會予學生。

在創造職位方面，政府將預留 60 億元，於未來兩年在公營及私營機構創造約 30,000 個有時限的職位，涵蓋不同技能及學歷人士，以及僱用約 5,000 名短期青年實習生⁴¹。

另外，「創科實習計劃」於 2020 年推出，旨在鼓勵 STEM 學生在修讀有關學科期間，體驗與創新及科技（創科）相關的工作，每名實習學生的津貼額為每月港幣 10,500 元⁴²。

3.4.3 疫情期間各地的實習狀況

疫情下各地的實習計劃都受到一定影響，政府亦有推出實習支援計劃或訓練計劃予青年。雖然這些計劃普遍以畢業生或青年為對象，並非針對大學生，但此類型的計劃可作為借鏡，反思大學生實習模式的可行出路。

美國

在疫情較為嚴重的美國，不少企業採用虛擬實習或取消原定實習計劃。而紐約市政府為青年提供技能訓練計劃。

在美國，有研究發現近三成公司今年的實習計劃改以虛擬模式進行，27%公司取消實習計劃⁴³。可見，疫情大大影響今年的實習模式。

有見及此，紐約市政府推出全新的青年計劃，「社區學習機會平台」(NeON Summer)⁴⁴，為全市 2700 位 14 歲至 24 歲的青年提供 6 至 8 周的遠程帶薪學習機會，內容包括職場準備與探索、領袖培訓、藝術及創意表達、數碼技能、財務基礎課等，並邀請媒體專家作為導師，指導青

⁴¹ 香港政府新聞網。2020 年 4 月 20 日。〈政府將推出一系列保就業和創職位措施紓緩失業惡化情況〉。網址：<https://www.info.gov.hk/gia/general/202004/20/P2020042000536.htm>。2020 年 10 月 12 日下載。

⁴² 創新科技署〈創科實習計劃〉。網址：<https://www.itf.gov.hk/tc/funding-programmes/nurturing-talent/stem-internship-scheme/>。2020 年 11 月 10 日下載。

⁴³ CARTUS,(2020) "COVID-19 IMPACT ON INTERNSHIPS.", Retrieved Oct 7, 2020 from https://www.cartus.com/files/4315/9172/6562/Cartus-Internship_Pulse-Survey-0520.pdf

⁴⁴ Neon Summer.(2020). Retrieved Nov 18, 2020 from <https://www1.nyc.gov/site/neon/programs/neon-summer.page>

年帶薪設計促進心理健康及公共衛生的宣傳信息⁴⁵。

新加坡

在鄰近的新加坡，政府推出一系列青年實習項目和青年社區數碼轉型計劃，為青年帶來更多機會。

新加坡文化、社區及青年部和全國青年理事會不久前推出青年實習項目，為高等學府的學生提供在職培訓，協助他們為日後踏入職場做好準備。這個項目目前提供 300 個為期 3 個月至 6 個月的實習機會，政府也在今年 6 月推出一站式平台為求職青年提供職業評估工具和面試指導等相關資源⁴⁶。

因應部分公司機構因疫情緣故將業務轉到線上，政府計劃提供 1000 個“青年數碼科技團隊⁴⁷”職位，安排受過數碼科技培訓的年輕人深入社區，協助社會服務團體等民間機構提升數碼能力。通過這個項目，青年有機會積累工作經驗及提升技能，企業也能通過熟悉的數碼科技的青年加快公司數碼轉型。政府會優先取錄近期從工藝教育學院，理工學院或大學畢業的青年。上述這些項目可為青年提供更多就職機會，協助他們學習新技能⁴⁸。

印度

同樣在疫情較為嚴重的亞洲國家印度，虛擬模式的實習更為普遍，逾半受訪僱主對於未來以虛擬和實體實習結合的實習模式持開放態度。

在疫情期間，印度全國 63% 的僱主招聘虛擬實習生，只有 22% 的僱主招聘在辦公室工作的實習生，其餘 15% 實習則以混合模式進行，辦公室工作和虛擬模式並行。在僱用辦公室實習生的僱主中，有 67% 的僱主以線上方式進行招聘過程；至於疫情過後的實習模式，54% 受訪僱主表

⁴⁵ 世界新聞網。2020 年 06 月 11 日。〈紐約市啟動 3 青年項目 提供暑期帶薪實習機會〉。網址：<https://tw.news.yahoo.com/紐約市啟動3青年項目-提供暑期帶薪實習機會-030600640.html>。取自雅虎新聞，2020 年 10 月 7 日下載。

⁴⁶ 聯合早報。2020 年 9 月 4 日。〈唐振輝：製造就業實習機會 助青年疫情期間累積工作經驗〉。網址：<https://www.zaobao.com/news/singapore/story20200904-1082122>。2020 年 10 月 7 日下載。

⁴⁷ National Youth Council (2020). YouthTech. Retrieved Nov 18, 2020 from <https://www.nyc.gov.sg/en/initiatives/programmes/youthtech/>

⁴⁸ 同 46。

示願意以混合虛擬和辦公室實習模式進行⁴⁹。

英國

在英國，不少僱主取消原有實習計劃，而政府則撥款鼓勵企業聘請青年實習生。

五分之三受訪僱主（61%）表示，在疫情下他們會取消實習計劃，而幾乎有一半（49%）中小型企業取消了所有的實習⁵⁰。

英國政府將撥款近 1 億英鎊，支持企業為 16-25 歲的年輕人提供實習工作。每聘用一個實習生，公司能獲得 1000 英鎊獎勵金。實習計劃是政府培訓計劃的一部分，提供數學，英語和 CV 寫作課程，以及實習工作經驗，望能提升青年的技能和未來就業力⁵¹。

3.5 實習以外的疫後就業技能裝備

新型肺炎疫情對社會、經濟、生活帶來不少衝擊。在新常態下，職場結構改變，產業的興衰，工作模式改變，社會對各類人才和技能的需求也有所轉變。要面對未來的挑戰，具備硬技能和軟技能同樣重要。綜合一些相關的報告及文章^{52 53 54}，以下是一些重要的疫後未來就業技能。

數碼技能

新型肺炎疫情加速企業的數碼轉型，以應對未來的挑戰。不少企業也採取在家工作措施，或發展網上平台⁵⁵。數碼技能的重要性將與日俱增，

⁴⁹ BWEDUCATION,(2020) "Intern Hiring Trends During COVID-19.", Retrieved Oct 7, 2020 from <http://bweducation.businessworld.in/article/Intern-Hiring-Trends-During-COVID-19/29-06-2020-292143/>

⁵⁰ The Guardian,(2020) "Majority of UK employers have had to cancel work experience due to Covid-19", Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.theguardian.com/money/2020/jul/29/majority-employers-cancel-work-experience-students-graduates-covid-19>

⁵¹ Maggie Baska,(6 Jul 2020) "Firms to receive £1,000 grants for taking on trainees" , Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.peoplemanagement.co.uk/news/articles/firms-get-1000-grants-taking-on-trainees>

⁵² 香港青年協會。2020 年。〈未來技能，迎接挑戰〉報告。擷取自 <https://hkfyg.org.hk/wp-content/uploads/2020/06/青協「未來技能，迎接挑戰」報告.pdf>

⁵³ LinkedIn.(2020).Future Skill Report. Retrieved from: <https://business.linkedin.com/talent-solutions/recruiting-tips/future-ofskills-for-asia-pacific-2019>

⁵⁴ Bernard Marr (Apr 17, 2020) "8 Job Skills To Succeed In A Post-Coronavirus World", Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.forbes.com/sites/bernardmarr/2020/04/17/8-job-skills-to-succeed-in-a-post-coronavirus-world/#7d108d5f2096>

⁵⁵ 同 54。

例如資訊科技運用能力、人工智能、大數據分析、編程、物聯網，虛擬現實以及機械學習技能⁵⁶。

適應力、靈活性

因應疫情，公司運營和工作方式發生不少變化。未來不斷轉變的環境加速知識更替。人們必須能夠適應不斷變化的工作場所，並不斷更新自身技能和思維，達至持續學習和終身學習，靈活應對外圍環境的轉變⁵⁷。

創新解難

在疫情期間，人們的生活模式大大改變，創造力和創新尤其重要。若企業能夠以虛擬提供服務方式，或迅速轉向新產品發展，則可以減輕疫情對生意帶來的負面影響。在後疫情時代，人類的創造力可以發明新產品，創造新工作模式⁵⁸。教育正正協助學生應對未來的挑戰，裝備他們對未來的遠見，駕馭在現今世代仍未出現的工種，加強創新解難能力的發展等，培養富於想像、敢於創新、善於解決問題的青年，從轉變中順利過渡⁵⁹。

溝通協作

疫情下，受社交隔離措施和工作模式改變影響，虛擬溝通模式變得更為普遍。人們的溝通模式協作能力不可或缺，例如如何清晰地表達意見，並與他人互動，雙向溝通，達至個人與團隊並存共融等。溝通的本質是雙向，青年裝備相關人際技能可以在未來職場中把握優勢⁶⁰。

情商

疫情期間面對社會環境和職場生態突如其來的轉變，如何調節心理狀態，快速思考解決方法，盡快作出靈活的應變，採取合適行動，尤其重要⁶¹。面對不可預測的未來，抱有信心、靈活面對逆境與困難，並在經歷逆境後復甦的抗逆能力⁶²，為當今以至未來的重要技能。當人們不確定自己的工作和業務前景時，情緒上受到影響時，在情感上與人們保持聯

⁵⁶ 同 52-54。

⁵⁷ 同 53-54。

⁵⁸ 同 54。

⁵⁹ 同 52。

⁶⁰ 同 52-53。

⁶¹ 同 54。

⁶² 同 52。

繫是關鍵⁶³。

3.6 小結

隨著時代的發展，實習的發展模式更為多變。實習是學生從學校過渡到職場的重要一步，為學生提供課堂以外的實踐經驗，透過邊做邊學的形式，培養學生未來就業所需的知識和技能。而實習的成功需要院校、企業與學生三方面互相配合。

今年因為疫情影響，實習職位大減。而成功找到實習機會的同學當中，工作模式也可能有所改變。有見實體實習受到局限，香港大專院校紛紛採取應對措施，包括安排校內實習職位、調整實習模式及時間、安排訓練、網上實習、聯繫商界及校友提供更多實習機會等等。企業則推出虛擬實習計劃、在家工作等包含虛擬形式的實習，讓實習生大部分時間會透過網絡和視訊會議提交並匯報工作。虛擬實習雖然帶來不少便利和好處，但同時仍有不少限制。完善的虛擬實習計劃需要花上不少時間策劃，亦需要各方建立有效的溝通模式。而香港暫時也沒有全面的研究，檢視疫情期間的實習成效。

在外國，不少地方的企業也有採取虛擬實習。部分政府推出青年實習或訓練計劃，包括香港政府也創造了更多實習職位。在未來如何配合新常態下的就業技能，及早裝備學生硬技能和軟技能以面對未來的挑戰，加強支援學生在實習和訓練上的需要，是設計學生未來實習體驗、知識轉移的重要元素。

⁶³ 同 54。

第四章 專家、學者對於實習模式的意見

本章綜合五位受訪專家及學者，並從以下五方面作出闡述，包括：

- (1) 實習的重要性
- (2) 疫情下大學生實習面對的挑戰、虛擬實習的利弊
- (3) 實習模式轉變的啟示
- (4) 虛擬實習的成功條件和實習的支援方向
- (5) 大學生技能裝備的未來發展方向

4.1 實習的重要性

綜合受訪專家意見，實習經驗對學生和企業都是重要的。在學生層面，透過實習可以獲得實際經驗，了解學科及行業的實際工作，心理上適應職場生活，探索對事業的興趣。在企業角度，實習經驗能作為企業未來招聘時的認證參考，也為僱主帶來不少好處，例如吸納潛在人才，建立正面形象等。

4.1.1 實習對學生的意義

1. 實習能讓學生了解現實工作環境，從大學生活過渡至職場。

有受訪專家及學者指出，學生能透過實習獲得實際工作經驗，了解現實中行業的工作機會與想像中的分別，並體驗大學所學與現實工作的不同。實習可以幫助同學由大學生活過渡至職場，例如心理上適應職場生活和訓練紀律性。

「學生認為自己對某一方面有興趣，但未嘗試過是不知道現實情況的。實習正正提供一個嘗試的平台給學生。對學生而言這是了解學科及行業的機會，讓他們了解理想與現實的落差。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「第一，學生可以獲得實際經驗，大學是廣泛教育，但在公司或政府工作是比較專門的，實習可令學生由大學生活過渡至職場。第二，實習可提供心理上的準備，學生都不捨得大學生活，曾經有學生畢業後向我訴苦稱懷念上學的時光，在職場工作感到壓力大。第三，個人層面上，實習可令學生更有紀律，因大部分職位

都需要準時上班、完成工作，實習是有效的潤滑劑讓學生適應職場生活。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

2. 實習能讓學生實踐並鞏固所學知識

有受訪專家及學者指出，對於專業學科的學生而言，實習為學生提供實踐機會，在現實場景中鞏固已有知識，並在實習過程中作出反思。

「實習能讓學生賺取工作經驗及作職前準備，提升競爭力。如果實習是與學科相關的，便能夠鞏固學科知識，讓他們實踐所學。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

「同學在畢業前已熟識教育前線的現況及具備基本的教學能力。實習同學在教學實習期間，實踐所習得的本科知識和教學方法，並從實踐中反思改進教學的能力。」

(薛慧萍教授/香港中文大學教育學院副院長(本科課程)暨「中大雲上師」負責老師)

3. 實習能讓非專科學生探索對事業的興趣

受訪專家指出，非專業學科學生也可以透過實習去認識自我，連結個人特質和工作，探索在事業方面的興趣。

「如果是非專業學科，實習機會可幫助他們探索對事業的興趣，認識個人特質、長短處、以及如何在工作上發揮潛力等。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

4.1.2 招聘實習生對僱主的意義

1. 實習經驗作為企業招聘時的認證參考

受訪專家指出，履歷表上的實習經驗可讓未來僱主在招聘時作認證參考之用。過往的實習工作經驗能反映學生的能力如何在職場實踐。企

業可透過過往實習經歷更了解求職學生。

「實習是累積工作經驗中很重要的項目。當你去應徵工作時，僱主都很看重你的履歷表。除了看公開試成績、GPA，僱主最看重的是工作經驗。因為過往工作經驗很反映你在其他僱主心中的表現、工作能力、態度。實習是最可以反映到你在職場實踐的表現。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

「實習為僱主提供認證參考，因為一般招聘過程很短，若有實習的話，會令僱主從其他方面更了解求職者。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

2. 實習計劃讓僱主吸納潛在人才，建立正面形象，填補空缺。

有受訪學者指出，企業招聘實習生有互惠互利的效果。企業能透過實習計劃吸納具潛力的實習生作未來僱員，建立良好的社會形象，以及填補人手空缺。

「對僱主而言，實習同樣有 3 個好處，第一是有機會吸納潛在人才，例如銀行、會計師行等，僱主可藉此觀察實習生的表現。第二是建立公司正面形象，履行社會責任，以達回饋社會之效。第三是有僱主不欲開設全職職位，實習生則可填補這類空缺，實際上是互惠互利。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

4.2 疫情下大學生實習面對的挑戰、虛擬實習的挑戰和好處。

4.2.1 疫情下大學生實習面對的挑戰

疫情持續數月，對本港社會及經濟帶來重大影響，市民生活及工作上起了很大變化，而大學生在實習方面也面對不少挑戰。部分僱主對實習生需求下降，減少實習生名額。面對疫情下的新常態，不少企業轉型，對實習生的技能期望提升及趨向多元化。

1. 疫情下部分僱主對實習生需求下降

有學者指出，疫情下企業忙於應對新工作模式及管理現有員工，聘請實習生的誘因較低。

「實習生的需求降低了，很多公司面對疫情影響，需要員工輪班工作，甚至減少工作時數，管理上已經十分吃力，難再有誘因聘請實習生。大企業與中小企面對的情況差不多，兩者都減少聘請實習生。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

另外，有海外虛擬實習機構負責人表示，疫情下機構缺乏資源和精力去招聘員工，但有些中小型機構反而對實習生的渴求較大，並以實習生取代原有的人力需求。

「這半年都注意到海外虛擬實習有很大需求。疫情前，很多機構有較多資源和精力去請人，現在沒精力和人手去請人，沒錢給實習生，反而要裁員。不少大機構停了所有實習，但有些中小型機構反過來對實習的渴求較大，因為他們沒什麼資源，會請實習生去取代原有人手需求。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

2. 疫情下部分企業轉型，對實習生的技能要求改變，並期望學生具備多元技能。

有專家表示，疫情下企業的營運模式改變，例如轉向電子商貿方面發展，對於實習生的技能需求也有所改變。當僱主缺乏財政資源聘請大量實習生時，期望聘請的實習生擁有多元技能。

「僱主招聘要求上的改變建基於現時的營運模式或著眼點有所改變，例如現時「起飛」的有電子商貿，數碼市場營銷，行業著眼點改變，某程度上對於學生的技能要求亦相應有所改變。例如僱主以前注重於實體銷售模式，現時轉型為網上銷售，引致之前主修市場學已經足夠應付工作的市場學系學生，現在亦需要懂得使用大數據及數碼營銷策略，運用社交媒體，例如 Facebook 營銷。」

疫情底下，僱主都希望經濟盡快復甦。在財政資源緊絀的情況下，僱主都希望聘請的實習同學及畢業生擁有更多技能(*skills set*)，不像以往只要求一、兩個指定技巧，而是需要多元技能。僱主對員工的期望有所改變，實習生不只是處理單一類型的工作。現時的僱主更注重效率及開源節流，當財政資源豐富時可以聘請兩個人做兩項不同的工作，但財政有限時就要一個人兼顧兩個人的工作，因此，僱主對同學的期望有所提升。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

4.2.2 虛擬實習的挑戰

因應疫情，部分實習無法以實體形式進行，不少企業轉向虛擬實習。然而，採用虛擬實習也帶來挑戰。不是所有工種也適合採用虛擬實習模式，企業在採用虛擬實習時會有網絡安全的顧慮，而人際交流和團隊合作的元素是虛擬實習比實體實習稍為遜色的地方。

1. 疫情下部分企業轉用虛擬（網上）實習

有受訪學者及專家指出，疫情下部分實體實習取消，轉向虛擬實習。學生需要彈性地適應轉變。

「實習生面對的困難是缺乏實習機會，即使有實習機會，模式也轉變為網上實習，實體培訓被取消。新模式下成效難以預測。」
(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

「疫情下有些企業改用 *Virtual Internship*(虛擬實習)，所以同學應更有彈性去適應及切合僱主需要。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

2. 不是所有工種也適合虛擬實習

受訪專家指出，不是所有行業和工作也可以用虛擬實習形式進行。例如一些以人為本的工作、服務工作、醫療工作等，均需要實體接觸。工作項目性質，是否辦公室工作模式的實習，需要即時督導等等，這些

因素都限制了某些工作不能以虛擬實習方式進行。而海外虛擬實習方面，較多是社交媒體和市場營銷方面的工作。有受訪學者則認為很多時與同事、顧客、上司間的溝通也可於線上進行。

「因為是網上進行，少一些需要動手動腳去做的工作。較多會是社交媒體、市場營銷、影片製作、課程設計。整體是社交媒體和市場營銷的工作多。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

「能否採用虛擬實習，需考慮工作是否 **Project base** (項目為主)，可否以辦公室工作模式進行及是否需要即時的督導。部分行業需要在實體接觸的情況下進行，例如照顧行業和服務行業等工種，中醫學系的同學不可單靠問診，亦要親身接觸病人，暫時無法全面進行虛擬實習，這類工種的實習名額大幅減少。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

「在家工作算是無計可施下的實習方法，有人質疑員工工作成效、表現有所下跌，但有研究指員工生產力沒有大變，反而對公司歸屬感上升，這同樣可以適用於實習生。視乎不同工種的性質，除了以人為本的工作外，很多與同事、顧客、上司間的溝通也可於線上進行。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

3. 實習機構擔心網絡安全問題

有受訪專家指出，企業在推行虛擬實習時，會有網絡安全的顧慮，擔心資料外洩。

「公司推行虛擬實習的顧慮相信是 **cyber security** (網絡安全) 方面的問題，實習生未必了解公司資料的安全性，可能會有洩露的情況。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

4. 虛擬實習在人際交流和團體合作方面有難度

有受訪專家和學者認為，在採用虛擬實習時，實習學生與機構員工的溝通模式改變。在缺乏實體互動的情況下，認識職場文化和學習團隊合作等元素比較遜色。有舉辦虛擬實習的受訪者分享，由於實習生們互不認識，在網上進行分組活動時並不容易，而實習機構和實習學生之間匯報工作的時機也可能較難拿捏。

「實習的量及質都有所影響，學生與導師、上司、同事的溝通都與平常不一樣。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

「實習另一個好處是可以認識職場文化，學習到團隊合作，與同事及不同背景的人相處，如果實習當中沒有涉及到實體互動會令整個實習體驗較為失色。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

「困難方面，實習生們需分組，建立團隊及完成作品，但透過網絡執行會有困難；網上的破冰活動在運作上比較不容易，因為實習生們之前並沒有見過大家，互不認識。此外信任或溝通的問題，我們不需要同學無時無刻匯報工作，但其他公司可能難以拿捏時機。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

4.2.3 虛擬實習的好處

然而，虛擬實習也帶來不少機遇。受訪專家學者以例子說明，虛擬實習讓教育系學生使用更創新的方法教學，貼近行業現時電子教學的趨勢。另一方面，海外虛擬實習則帶來便利和創新。

1. 虛擬實習讓教育系學生順應行業趨勢，更全面地裝備教學經驗。

香港中文大學教育學院因應修讀教育學系的同學不能親身到學校進行面授實習，在疫情下推出「中大雲上師」計劃，安排實習同學設計一系列不同的網上課堂，在社區層面免費供中小學生報讀。「中大雲上師」計劃負責教授表示，虛擬實習能令實習生使用更創新的方法教學，順應

行業現時電子教學的需求，更全面地裝備教學經驗。

「透過虛擬實習，實習同學體驗電子教學，並反思如何更有效地運用電子科技支援教學及管理課堂，在限制的情況下如何豐富課堂的互動式學習，增加聽課學生的興趣和投入感，以提升整體教學效能和專業性。由於聽課學生來自不同學校及背景，他們的學習能力亦各有不同，讓實習同學更能體會照顧學習差異的需要。我覺得是另類學習，透過虛擬實習讓實習同學裝備成為更全面的專業教師。」

(薛慧萍教授/香港中文大學教育學院副院長(本科課程)暨
「中大雲上師」負責老師)

2. 海外虛擬實習帶來便利和文化創新

受訪海外虛擬實習計劃負責人表示，海外虛擬實習方便學生，節省成本，實習生與不同國家的人合作，能為實習機構帶來文化上的創新。

「以往學生參加海外實習要很多成本，現在節省了很多費用，不用申請簽證、不用搭飛機，一睡醒就可以進行實習，獲取海外虛擬實習工作經驗、文化上的交流，取得推薦信、實習證書，*mentorship experience*。」

如果在香港工作，可以與非洲、法國，泰國人合作，在不同組合下會有很多火花。實習生在態度及價值觀上都有所不同，能激發創意，令公司會有些創新的文化出現。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

受訪者表示，雖然海外虛擬實習最大的挑戰是時差，實習生有即時性的問題未必能得到即時解答，但是時差另一方面間接促成效率。媒體工具亦有助促進實習雙方的溝通。

「海外虛擬實習最大的挑戰是時差，有很多配搭不是身處同一時區，要互相遷就。但不見很大問題，都是大家去磨合，很多時反而覺得有好處，因為時差關係，老闆睡一覺，明天起身已收到實習生完成的工作。但即時性的問題就未必解答得到。如果善用媒體，例如 *zoom call*，可以取代到在辦公室見面，只要有

whatsapp/電子郵件等，都很方便快捷，不一定因為海外虛擬實習而令溝通減少。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

4.3 實習模式轉變的啟示

疫情亦為未來實習模式改變帶來啟示。在採用虛擬實習的情況下，學生可以同時進行多於一份實習。企業反思實習生的工作內容，並作出改變。而虛擬實習有助企業降低成本，提供更多實習機會給實習生。未來實習模式傾向實體實習和虛擬實習結合，實體實習仍然有其不可取替之處，但疫情令僱主心態上更願意接受虛擬實習，受訪專家和學者均認為，未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並行，取長補短，配合現時的趨勢。

1. 學生可以同時進行多於一份實習

受訪專家指出，當採用虛擬實習，同學可以同時進行兩份或以上的工作，打破原有固定和全職的工作模式。

「虛擬實習好處是促成學生同時處理兩份或以上的實習，很多參與者都有類似情況。虛擬實習帶來新工作模式，讓大眾思考是否必須固定且全職的工作，亦反思工作效率問題。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「如果學生比較進取，可以同時進行數個實習，這建基於學生和機構的協議。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

2. 企業反思實習生的工作內容，並作出改變。

曾在今年舉辦虛擬實習的受訪者發現，虛擬實習為實習模式帶來新方向。例如過往實習生負責的行政工作，現時無法以虛擬形式進行，因此，僱主須打破原有框架，構思新的工作內容給虛擬實習的學生。另有學者指出虛擬實習發展方向會傾向以項目管理形式進行。

「最大的啟示是為實習模式帶來新方向，尤其是分工及工作地點

方面，之前實習生通常負責一些辦公室實體行政工作，但這些工作無法以虛擬模式進行。這會是契機打破既有框框，僱主會思考，實習生也可以分擔本來的日常工作，或創造更多不同的工作內容給實習生。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「部分實習工作不能於網上進行，所以未來的實習方向會傾向項目管理。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

3. 虛擬實習有助企業降低成本，提供更多實習機會給實習生。

有受訪專家指出，虛擬實習打破地域限制，企業不受人力資源和管理問題限制，成本減少，將能創造更多實習機會。另一受訪專家則指出，虛擬實習能促進跨公司和跨行業的實習計劃，是疫情帶來的機會。

「採用網上實習的話，地域限制隨之消失，公司無須受人力資源及管理問題所制肘，實習空缺會增加，學生可接觸更多實習機會，甚至可跨國實習。即使今年的實習模式的量及質都有所影響，但可見的將來會大大提高。線上實習可以多方交流，工作效率增加而成本減少，公司更有效管理，溝通更容易。日後公司或無需再提供車馬費予實習生，學生能節省上下班交通時間，會更有投入感，這對中小企而言屬好事，因此我對虛擬實習很有信心。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

「至於日後籌備類似計劃的話，很多公司都會思考以在家實習取代傳統模式，因為可減省很多成本，不需另外提供工作空間和座位給實習生。除此之外，不同公司會破天荒地合作，提供跨公司及跨行業實習計劃予學生，互補不同公司的不足，例如這個暑假地產公司與電訊公司會合作提供訓練等，這正是疫情帶來的機會。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

4. 未來實習模式傾向實體實習和虛擬實習結合

A. 實體實習仍然是不可取替

受訪專家學者指出，實體實習有其優勝之處，仍然無法取替，例如以實體模式進行的指導，體現職場文化，以及和他人即時互動和建立關係等。

「疫情仍會持續一斷時間，我預計實體實習難以代替，正如銀行仍保留分行一樣，但大家會思考更靈活的工作模式、時間及地點等，這會是趨勢。另外 *mentorship*（指導）方面，我認為必須要有 *human touch*（實體接觸），關心或個人分享是難以代替的。」

（蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人）

「有很多工種的實習我們都希望機構能做到直接督導(*Supervise*)學生。即使籌備活動的過程能透過網上進行，機構能直接監督學生，但活動中如有實體參與，更能讓學生認識職場文化。」

（鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管）

「面授及實體實習模式最為重要，因為實習同學可以進入班房認識學生，與學生互動及建立關係，即時了解他們的學習需要及能力，作出教學調整。」

（薛慧萍教授/香港中文大學教育學院副院長（本科課程）暨
「中大雲上師」負責老師）

B. 疫情改變僱主心態，更願意接受虛擬實習。

受訪專家和學者指出，以往僱主會質疑在家工作的可能性，尤其亞洲僱主傾向以實體模式辦公。然而，因為疫情關係，在家工作有實際需要，在各方磨合下，此工作模式也是可行的，未來更多僱主或更願意採用虛擬實習。

「我認為疫情起了催化作用，以往的工作模式可能需要大大改變。兩、三年前僱主會質疑在家工作的可能性，但現時卻有實際需要，

多方磨合下在家工作也看似可行。因此，線上實習於將來可能成為趨勢，更多公司願意採用。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

「虛擬實習一定是大趨勢。在外國很流行在家工作，海外虛擬實習和在家工作很類似，只是範疇和規限更加闊。在西方文化下，僱主覺得分派了工作給僱員，只要在限期內做到，是否坐在辦公室內完成不是問題。但在亞洲，僱主會覺得要看到員工每天坐在辦公室，一起進行會議，才叫上班。文化很不同。但疫情下，僱主會發現，原來在家工作也是可以的。彼此之間有信任、好的溝通模式，不一定要坐在辦公室才能上班。這就更體現到海外虛擬實習的好處。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

C. 未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並存

有受訪專家指出，實習可以用實體和虛擬形式雙向進行。不同工序不一定全都以實體形式進行。而受訪教育學系教授認為，實習同學需同時兼顧實體及虛擬實習的技巧去配合現時行業的趨勢及需求，讓同學畢業後都可以面對不同環境及挑戰。

「僱主期望實體及網上實習能雙向共行。活動前的策劃、活動後的反思及撰寫報告等可以透過網上形式進行，而活動進行時則以實體模式舉辦。外國已有企業計劃停用實體辦公室，改為彈性工作空間。以電訊公司為例，部分店舖需在疫情下關閉，有些服務亦不需要到門市進行。因此實習有可能是一半做線上顧客服務，另一半在門市見客。線上顧客服務與實體顧客服務不一樣，因網上營銷和實體營銷均需要不同技巧。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

「電子學習於中小學漸趨普及化，相信中小學將更積極推展電子教學。雖然如此，網上教學目前並未能全面取代面授課堂。考慮到中小學日後可能會採用面授課堂與網上授課雙軌並行，實習同學需同時兼顧實體及虛擬實習的角色，亦需具備改變學與教模式的能力，發揮電子學習的優勢，培養學生自學的能力，讓學與教

變得更靈活有趣，繼續將優質的教育帶給學生。學院提升實習同學掌握電子教學的知識及技巧，提升教學效能及質素，讓他們施教時更能得心應手，畢業後可以面對不同環境及挑戰。」

(薛慧萍教授/香港中文大學教育學院副院長(本科課程)暨「中大雲上師」負責老師)

4.4 虛擬實習的成功條件和實習的支援方向

要令虛擬實習更有成效，各方可共同努力合作。虛擬實習的成功條件雖然也可應用到實體實習當中，但當採用虛擬實習時，缺乏實體接觸和交流，以下條件和支援就更為重要。實習機構應為實習生提供學習機會、足夠的資料和督導，以及雙向交流。實習生應加強主動性，與實習督導互相配合，訂下清晰的工作目標和時間表。在實習支援方面，學校為學生提供支援和訓練，積極和業界聯繫。在使用虛擬實習時，各方善用虛擬平台及各種科技軟件加強溝通。

1. 實習機構為實習生提供學習機會、足夠的資料和督導，以及雙向交流

A. 實習機構為實習生提供學習機會

受訪專家表示，其舉辦的虛擬實習並非只是讓實習生完成功課，實習機構亦為學生提供不同訓練和傳授知識，例如求職訓練，職業發展等。另一受訪專家則期望實習機構能為實習生提供督導、培訓計劃、學習體驗等，讓學生有所得著。

「虛擬實習並非只是做功課或上課，我們與大公司合作，讓實習生與機構深度交流，利用網上工具溝通，大公司亦會派出代表教授不同知識，例如填寫履歷、網上行銷、職業發展等。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「僱主應對實習生提供適當的督導，讓學生能夠從導師及職場經驗中學習。有時我們亦希望僱主提供培訓計劃或學習體驗，讓學生有所得著。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

B. 實習機構為實習生提供足夠的指導，包括實習前後的雙向交流，以彌補虛擬實習的不足。

有受訪專家表示，在進行虛擬實習時，機構需提供足夠的指引及相關資料給實習生，並在實習前和實習後與實習生跟進交流，增加實體接觸的次數以彌補虛擬實習的不足。而人力資源代表能多跟進整個實習過程，提供一個關心的氛圍給實習生。實習應包括回饋和充足的支援。

「我覺得同學今年需要在家實習會有遺憾，好像沒有真正在公司工作過一樣，但有效的 *onboarding*(實習前支援)如提供足夠的資料與文件，及 *off boarding*(實習後跟進)如 *catch up call*(電話跟進)等，這樣都能夠彌補當中的不足。第二，公司需要提供訓練元素，因為同學的心態屬嘗試性，若可以提供服務不同部門的機會，這會更吸引同學。另外應增加 *human touch* (實體接觸) 的次數，以往人力資源代表不會完全跟進整個實習過程，但現時應相反，因為部門主管難以完全監督過程，這也可提供一個關心的氛圍，對實習生而言十分重要。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「第一，公司應承諾實習生提供學習機會及清晰的指引。第二，實習應包括回饋，向實習生提供意見。第三，公司的實習機會應與實習生的職業計劃有聯繫，避免令他們感到迷茫。若要採取線上實習的話，公司應提供足夠的指引及相關資料予實習生，設計實習機會時應要有充足的支援。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

2. 實習生應加強主動性，與實習督導互相配合，訂下清晰的工作目標和時間表。

受訪專家指出，實習生可採取主動的態度，向實習督導提出自己可貢獻之處，定時匯報工作進度。因應虛擬實習令雙方接觸減少。另一受訪專家建議，實習生和實習督導定下雙方同意的工作目標和時間表，而實習生可主動做好工作項目計劃管理。

「實習生應加強主動性，向主管提出不同可貢獻之處，如定時匯報工作進度、自發地研究等。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「實習生和導師兩者需要互相配合，特別是在訂立工作目標、制定時間表、時序表方面，實習機構要與學生溝通並作出事前共識，因為雙方不能經常會面，所以 Work Plan(工作計劃表)要非常清晰。有些同學可能不大敢問上司何時『交功課』，因為接觸減少，所以雙方要緊密計劃工作日程，例如定下每週的工作目標就可以令到虛擬實習的過程較清晰及順暢。平時在公司，督導可以走到實習生旁邊跟進進度，實習生也可以即時匯報及發問，但身處各自空間時，實習生或許會擔心打擾到上司而未能做到定期匯報進度。我們會建議實習生要主動展示出自己的工作策略，體諒上司不能隨時督導，自己要做好 Task Planning(工作項目計劃管理)」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

受訪海外虛擬實習計劃負責人表示，學生在實習中的態度和動機影響工作體驗，建議學生採取積極的態度，主動爭取僱主在實習中給予工作和學習新事物的機會。

「學生的態度最重要。還有就是如何獲得僱主的信任。在外國你會看到同學在問答環節會很積極地問問題，下課後也會向教授問很多問題。同學要去想，自己在實習中想得到什麼，如果想得到體驗工作的機會，得到僱主的信任，可以每天做多些東西，去報告多些東西，要求僱主給予機會去試新東西，或有沒有職業上的建議指引想拿，很多時要同學自己主動性去爭取。這是建基於同學的學習態度和動機。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

3. 學校為學生提供支援和訓練，並積極和業界聯繫。

受訪教育系教授表示，學校積極與業界聯繫，邀請教育工作者分享網上教學的經驗。學校老師亦在虛擬實習的過程中加強裝備學生的教學技巧，全力支援學生。

「業界的聯繫很強，我們邀請校友，包括中小學教師、幼稚園校長出席學與教分享會，提供各種網上培訓裝備實習同學相關的網上平台知識，及掌握網上教學技巧。教學實習統籌主任亦會於網上課堂前指導實習同學設計課題、預備教案及示範教學，並於網上課堂後與實習同學討論，讓他們反思教學內容及網上教學經驗。」

(薛慧萍教授/香港中文大學教育學院副院長(本科課程)暨
「中大雲上師」負責老師)

另外，綜合受訪者所言，大學亦有不同的支援措施，以開拓更多實習職位給學生，並增進學生在實習以外的其他學習機會。

「學校有提供資助予學生，高層教職員也自願捐出部分薪金用以協助學生創業或開展研究項目，研究生學費也有大幅減免。學校也有舉辦講座，邀請講者教授學生如何在疫情下求職。學校各學系的顧問團隊會與坊間團體合作，創造更多實習職位。此外，若有公司希望委託學校作研究的話，學生也有相關的實習機會，甚至會聯絡不同商會查詢有否實習機會。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和
企業行為碩士課程主任)

「大學有為學生推出不同的實習計劃，替學生搜羅各種工作機會及實習職位。與此同時，我們亦提供資訊及通訊科技方面的培訓課程，增進學生在數據分析、數碼營銷及圖像設計等的工作能力。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

4. 善用虛擬平台及各種科技軟件加強溝通

在進行虛擬實習時，受訪專家建議可透過虛擬工作平台聚合所有同事一同工作，並在工作前先溝通好匯報的模式。受訪海外虛擬實習計劃負責人表示，社交媒體或不同的軟體去溝通和匯報進度正正展示科技如何促進跨時區的溝通，參與海外虛擬實習的機構管理人員需對新常態持開放的態度。

「可以透過虛擬工作平台聚合所有同事一同工作，另外是工作前先溝通好匯報的模式，視乎是根據時間還是進度。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

「海外虛擬實習都是講求文化、信任、溝通模式的磨合，如何用一些社交媒體或不同的軟體，例如 log sheet 去溝通和匯報進度。所以為何 Microsoft team、Google software 如此普遍。疫情前大家可能都未聽過 ZOOM，這就是科技如何促進到跨時區的溝通。海外虛擬實習需要的配套是公司要對這新常态持開放的態度及要善用社交媒體。因為很多機構做管理的未必懂得使用太多社交媒體平台去和海外人士溝通。以前的工時是朝 9 晚 5，現在可能要習慣在辦公時間外回覆實習生，是工作模式上的支援、科技上的配套、員工文化團隊上如何去接受到一個不在辦公室、在海外出現的人，以及當中有文化上面的差異。」

(海外虛擬實習機構計劃負責人)

4.5 大學生技能裝備的未來發展方向

1. 以靈活變通的態度持續發展多元技能，掌握資訊科技相關技能。

受訪專家建議，學生需裝備自己，持續發展多元技能，資訊科技相關技能特別重要。學生的靈活變通，對科技知識的接收能力是優勢。

「我們希望學生能學習或進修不同技能，因為資訊科技的進步，很多職責都以線上形式履行，例如教育系的準教師都要接受 ZOOM 等網上教學軟件的使用訓練。傳理課程會連繫大數據學習。」

持續性地學習是必須的，要有彈性地了解職場的需要及不時自我反思，之前所學習的，現在未必適用，不要將自己局限在自己學科內，要多了解在新職場上如何發揮自己的長處。現時亦有很多新的工種出現，如 KOL，同學能展現創意，想出不同方法去靈活變通，發揮想像力，幫助企業的發展。僱主仍然願意選擇聘請畢業生是因為學生對於學習日新月異的科技沒有抗拒，資訊科技方面的知識及資訊接收得很快，這正是學生的優勝之處。我亦觀察到學生不只是單方面接收訊息，而是在互聯網世界快速地找到

相關課題的多角度資料，容易掌握不同技術，適應能力亦很高，特別是當我們快進入工業 5.0 的新時代，以上提及到的學生優點更顯出他們的價值，所以同學們不要覺得工種只局限於修讀的學科。在經過疫情的大挑戰下，同學的主動性及態度尤其重要，主動接受挑戰，改變及增值自己是現今成功的座右銘。」

(鄧藹儀博士/香港浸會大學事業策劃中心主管)

2. 透過其他方式，例如線上短期實習計劃或建立數碼商店等實戰經驗，彌補實習機會的不足。

另外，受訪專家和學者亦建議學生可參加外國的短期線上實習計劃，建立數碼商店，參與培訓課程或透過網上學習，豐富知識和經歷，吸引未來僱主。

「外國的短期線上實習計劃也有可取之處，這是很好的平台讓學生增值自己，例如 LinkedIn 推出很多培訓課程，同學可藉此推銷自己。」

(林敬新博士/嶺大研究生院副院長暨人力資源管理和企業行為碩士課程主任)

同學可能可以考慮創業，即使是經營 ig shop 也有作用，尤其是數碼營銷方面，可讓履歷更突出。所以缺乏實習機會不是世界末日，是可以作彌補的。另一方面，同學也可以嘗試網上學習，建立自己的 second engine (第二引擎)，學習其他知識，可令僱主眼前一亮。」

(蘇俊軒先生/求職學習平台 OnGrad 聯合創辦人)

4.6 小結

綜合以上各專家及學者意見，實習經驗對學生和企業層面都是重要的。疫情影響經濟，大學生在實習方面也面對不少挑戰，部分僱主對實習生需求下降。同時，面對疫情下的新常態，不少企業轉型，對實習生的技能期望提升及趨向多元化；部分實習無法以實體形式進行，不少企業轉向虛擬實習。

然而，採用虛擬實習也帶來挑戰。不是所有工種也適合採用虛擬實習模式，企業在採用虛擬實習時會顧慮網絡安全，而人際交流和團隊合

作的元素是虛擬實習比實體實習稍為遜色的地方。另一方面，虛擬實習也帶來不少機遇。例如更貼近行業現時趨勢，海外虛擬實習則帶來便利和創新。疫情亦為未來實習模式改變帶來啟示。在採用虛擬實習的情況下，學生可以同時進行多於一份實習。企業亦反思實習生的過往工作內容，並作出改變，而虛擬實習亦有助企業降低成本，提供更多實習機會給實習生。

雖然實體實習仍然有其不可取替之處，不過疫情令僱主心態上更願意接受虛擬實習，受訪專家學者認為，未來實習模式可以實體與虛擬形式並存，裝備學生配合現時環境的趨勢。要令虛擬實習更有成效，下列各方可共同努力合作。實習機構應為實習生提供學習的機會，足夠的指引和督導，以及實習前後的雙向交流。實習生應加強主動性，與實習督導互相配合，訂下清晰的工作目標和時間表。在實習支援方面，學校為學生提供支援和訓練，積極和業界聯繫。在使用虛擬實習時，各方善用虛擬平台及各種科技軟件加強溝通。學生、實習機構、實習督導、學校可加強聯繫，以應對實習模式的轉變，促進實習成效。

疫情下學生缺乏實習機會，亦面對實習模式的轉變。在新常態下，學生需做好充份的準備以應對未來多變的職場結構。受訪專家建議，學生需裝備自己，持續發展多元技能，資訊科技相關技能特別重要。學生可參加外國的短期線上實習計劃，建立數碼商店，參與培訓課程或透過網上學習，豐富知識和經歷，吸引未來僱主。

第五章 疫情對學生實習的整體影響和學生對實習的意見

本研究透過學生網上問卷調查及個案訪問兩方面，了解疫情對學生實習的整體影響，以及學生對實習的意見。調查共成功訪問 877 名今年有參與實習或原本有計劃參與實習的 2 年級或以上全日制學士學位學生和 2020 年畢業生，及 21 名學生個案訪談。本章整合所得資料數據，從以下四方面進行分析，包括：

- 5.1 學生對實習的看法
- 5.2 疫情對實習的整體影響
- 5.3 學生對虛擬實習的看法
- 5.4 無法進行實習的應對方向

5.1 學生對實習的看法

5.1.1 受訪者肯定實習的功效，並同意實習是從院校過渡到職場的重要經歷，缺少實習經驗會影響畢業後的獲聘機會及將來工作的信心。

根據表 5.1，受訪者同意「實習是從院校過渡到職場的重要經歷」的平均分為 8.22（評分由 0-10 計算，10 為非常同意）。至於同意「缺少實習經驗會影響畢業後的獲聘機會」和「實習經驗不足會影響我將來工作的信心」，平均分都高於 7 分，分別有 7.95 分和 7.01 分。受訪者不太認同「實習的學習成效低」，平均分是 3.52，顯示受訪者大致認為實習有其學習成效。

表 5.1：請以 0 至 10 分表達你有多同意以下句子。0 分=非常不同意，10 分=非常同意，99=不知/難講

	平均分*	標準誤差 (S.D.)	回答人數 (N)
實習是從院校過渡到職場的重要經歷。	8.22	1.752	873
實習的學習成效低。	3.52	2.548	859
實習經驗不足會影響我將來工作的信心。	7.01	2.499	869
缺少實習經驗會影響畢業後的獲聘機會。	7.95	1.997	871

(數字不包括回答“不知/難講”者)

此外，青年個案訪問結果顯示，不少受訪青年表示兼職和實習是有分別的。兼職的性質比較簡單，而實習的重點不是薪酬，學習成份比較重，督導和同事都較為樂意教導和分享工作經驗，而且可有助連繫到將來工作的行業及工作技能。實習有其獨特性，不可被兼職取替。

「兼職有時未必能學習到很多東西，兼職可以很簡單，例如收銀，只是賺取金錢的一份工作。但實習不同，實習是想希望想得到一些金錢以外的東西，學習成份比較重，會期望有實習督導教自己如何工作。」

(個案 17/女/文學院/三年級)¹

「實習比起兼職學得更多，雖然兼職人工較好，但以實習生身份工作，同事和上司較為樂意教導、分享工作經驗、分享如何裝備自己、工作流程。而兼職只是做重複性、服務型的工作，即使在辦公室，別人也不會教你一些專業的工作知識。即使是無薪實習，只要是了解到行業、掌握到工作技能，也是值得做的，因為工作經驗可以幫到自己未來找到第一份工作，求職時會有優勢。」

(個案 15/女/中文系/四年級)

「實習的獨特性，跟兼職相比，兼職的技能未必可對應到我將來的工作要求，所以很視乎我畢業想做什麼，然後就找相應實習。兼職較多是散工，所以我想找頭銜是實習生的工作，然後可以獲得推薦信，寫在履歷表的話兼職和實習是有明顯分別的。」

(個案 10/男/法律系/五年級)

「我認為實習是不能取代的，因為如果沒有實習，學生將來上班會有很多不懂得做的事情，很多事情也會不小心做錯。這是公司和學生都不希望看到的情況。如果有實習的機會，便能減低這種事情發生的風險，同學們能從實習中學到更多東西，公司也能更安心地聘請同學。」

(個案 09/女/社會及新聞學/三年級)

實習似乎已成為學習的必要部分，若沒有實習經驗一定程度上會令學生感到壓力。另受訪學生希望至少也能獲得實習津貼。

根據表 5.1b，受訪者不太認同「實習是沒有必要的」，平均分 2.02 分，顯示受訪者大致認為實習有其必要性。

¹ 括號內載該引述談話的受訪者資料，依次為個案編號/性別/就讀學系/就讀級別。

表 5.1b：請以 0 至 10 分表達你有多同意以下句子。0 分=非常不同意，
10 分=非常同意，99=不知/難講

	平均分*	標準誤差 (S.D.)	回答人數 (N)
實習是沒有必要的。	2.02	2.178	864

(數字不包括回答“不知/難講”者)

另外，亦有青年個案表示實習的風氣為大學生帶來壓力，企業以實習經驗為招聘要求，學生視實習經驗為「人有我有」的心態。

「實習是人有我有的心態，為大學生帶來很大壓力，公司也以有沒有實習經驗為招聘要求。我有反思過實習的存在意義，要是大家都沒有實習，就大家也沒有壓力。我始終覺得大學生不應該花太多時間工作，未來還有數十年時間可以工作。大學生涯應該用於發掘自己興趣、思考人生。去海外做義工，交流也是不錯的選擇。」

(個案 10/男/法律系/五年級)

學生認為無薪或低薪實習是一種剝削，希望至少也獲得實習津貼。

根據表 5.1c，雖然受訪學生肯定實習對將來工作的重要性，但同意「無薪或低薪實習是對學生的剝削」的平均分都有 7.19 分。

表 5.1c：請以 0 至 10 分表達你有多同意以下句子。
0 分=非常不同意，10 分=非常同意，99=不知/難講

	平均分*	標準誤差 (S.D.)	回答人數 (N)
無薪或低薪實習是對學生的剝削。	7.19	2.470	867

(數字不包括回答“不知/難講”者)

有青年個案更表示，實習也是一個勞動過程，希望設立最低工資能保障學生，或至少提供午飯和交通費津貼。

「如果這個實習能夠讓我有所學習，有機會讓我接觸到公司文件等實際工作，公司使用資源來培訓學生，但不求回報，做錯事也要其他同事幫忙處理，無薪實習都不太算是一種剝削，但如果沒有車費和午飯津貼就有一些不合理。」

(個案 14/男/會計學系/四年級)

「實習沒錢是剝削，這我是認同的。因為始終是一個勞動過程，如果實習學生要自己用更多的金錢去做這份實習，例如午飯開支、交通費，對學生不是很公平。我希望實習也設有最低工資以保障學生，起碼也要有午飯或交通費津貼。」

(個案 19/女/英文系/五年級)

5.1.2 受訪學生參加實習的最大目標是了解職場工作文化，豐富履歷表及把所學知識應用到實際工作。

學生問卷調查顯示，受訪學生參加實習的最大目標是了解職場工作文化(51.9%)，豐富履歷表(51.0%)，把所學知識應用到實際工作(44.7%)和探索職業生涯(44.0%)。約兩成七受訪者希望能學習課堂以外的技能(27.3%)及建立人際關係網絡(26.3%)。

表 5.2：哪些會是你參加實習的最大目標？(最多可選 3 項)

N=877

	人次	百分比■
了解職場工作文化	455	51.9%
豐富履歷表	447	51.0%
把所學知識應用到實際工作	392	44.7%
探索職業生涯	386	44.0%
學習課堂以外的技能	239	27.3%
建立人際關係網絡	231	26.3%
訓練職場工作態度	177	20.2%
畢業後獲實習機構錄用	154	17.6%
為應付課程要求	76	8.7%
不知/難講	1	0.1%

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

5.1.3 受訪專科學生較重視的實習目標是把理論實踐在現實環境當中，透過與人接觸的實務經驗提升技巧。非專科學生則希望透過實習了解其他行業的工作，找到一個重點的事業發展方向，令履歷表更豐富，有助將來尋找工作。

表 5.3 進一步顯示，受訪專科學生較重視的實習目標是把所學知識應用到實際工作(55.3%)。非專科學生較重視的實習目標是豐富履歷表(64.5%)，希望透過實習建立人際關係網絡的非專科學生亦比專科學生顯著為多。

表 5.3：「參加實習的最大目標」與「專科學生」的關係

選擇的百分率 [該組別總作答人數]	是否專科學生	
	是 [477]	否 [400]
把所學知識應用到實際工作***	55.3%	32.0%
豐富履歷表***	39.6%	64.5%

*** p<0.001

受訪青年個案當中，專科學生的實習重心是與人接觸的實務經驗，例如受訪的醫療科系學生認為實習最重要的是當中的互動性，透過現實和病人接觸，不斷練習，知道自己的不足之處，從而提升技巧。受訪社工系學生表示，實習是真正把理論實踐在服務使用者身上，考驗應變能力，和課堂中的角色扮演很大差別。學生也希望能體驗不同工作環境(特殊教育中心，學校，老人院或醫院等等)的運作，令自己知道將來想在什麼的工作環境下工作。

「實習可以親身體驗醫院環境，看看工作是否適合自己。實習最重要是當中的互動性，了解真實病人的即時反應，自己處理方法，這些都是在學校對着一個假人無法做到的。另外就是和督導的接觸，聽取經驗。」

(個案 01/男/護理學/二年級)

「我希望能夠透過現實和病人接觸，在 *trial and error* (嘗試與錯誤) 中知道自己不足之處，從而提升自己治療時的技巧。我也想接觸不同的工作環境，令自己知道將來想在什麼工作環境下工作，是特殊教育中心，學校，老人院或醫院等等。」

(個案 02/女/言語治療/應屆畢業生)

「實習時要去醫院，體驗未來的工作環境會做的東西，而在書本上學習到的東西是有限的。我所就讀的學科需要直接和病人接觸，例如之前實習所接觸到的中風個案，督導教我們如何把程序實際應用到病人身上。教科書有寫要摸哪一條骨，要摸哪一塊肌肉，實習是真正可以嘗試，有 *hands on experience*(實務經驗) 在病人身上練習一次。透過幾次治療，見到病人康復的效果，這些都是很不同的體驗。實習可以知道自己的不足之處，*practice make perfect* (多練習才能達至完美)，如果沒有真正嘗試過，你就不知道自己哪些地方做得好，哪些地方做得不好，做得多你就會學懂最適合的辦法。」

(個案 03/女/職業治療/四年級)

「實習是必要的，因為頭兩年都是學習知識，和同學進行角色扮演，與實際接觸的個案情況有所不同。實習時會遇到不同家庭背景和年紀的人，實際技巧也有所不同。實習可了解日後實際工作的情況，獲取經驗，如何應用所學。以前學了很多基礎理論的東西，實習是真正把理論套用在服務使用者身上。而且實習可以讓我體驗和嘗試不同範疇的工作，不同中心的運作，看看自己適合長者服務，復康服務或是家庭服務。」

(個案 08/男/社會工作/四年級)

「對於社工系學生來說，在正式工作前實習能讓我們有實際經驗去應對不同的服務使用者。因為單單只靠上課學到的技巧是沒有用的，重要的是如何把技巧實踐出來。同時亦能考驗我的應變能力，和一個真實的服務使用者溝通，他不會預先知道你想安排什麼給他，會有很多突發狀況發生，都要在正式上班前先體驗才會明白現實的狀況。」

(個案 13/女/社會工作/三年級)

受訪青年個案當中，非專科學生表示，由於就讀的學科沒有特定的出路，實習的重要性在於讓同學找到一個重點的事業發展方向，令履歷表更豐富，有助將來尋找工作。而如果就讀學科比較學術性或偏重理論，實習的實務經驗能夠彌補不足之處。有青年個案參與主修學科以外的實習，以了解其他行業的工作。

「我就讀的學科沒有特定的出路，實習反而更加重要，因為可以讓同學想到一個重點的發展方向，了解自己將來想做什麼以及去實踐出來。做實習是因為希望累積多些經驗，令履歷表上看來整體經驗豐富些，將來找一份長工的時候可以更具優勢。」

(個案 19/女/英文系/五年級)

「我就讀的學科是比較學術性的。因為不是就讀專業學科，所以將來都是找一些比較大路的工作，實習是用來裝備自己，讓履歷表更豐富，找工作也會比較容易。」

(個案 17/女/文學院/三年級)

「實習可以讓我們有更多的 exposure(體驗)，因為學系本身較偏重理論，或閱讀論文，比較少讓我們有實務經驗，有實習的話能夠彌補到我的不足。」

(個案 06/女/心理學/四年級)

「我不想從事學科相關的工作，所以選擇了與學科不同的實習工作，希望可以有關工作經驗，也了解多一點其他行業是否適合自己。實習並非學科要求，但其實文科生比其他學系的學生更需要實習。」

(個案 15/女/中文系/四年級)

「雖然實習並不是畢業要求，但我主動參與主修學科以外其他行業的實習，始終不同行業亦涉及營運的工作，相信有助豐富履歷及對日後工作有所幫助，亦豐富我有不同工種的工作經驗。」

(個案 05/女/商業管理學/四年級)

5.2 疫情對實習的整體影響

5.2.1 疫情期間，過半受訪學生表示有參與實習，近兩成學生原有實習安排則被取消或延期，超過四分之一學生曾嘗試尋找實習但不成功。

在 877 名本身有計劃參與實習的受訪學生當中，超過一半(52.1%)在今年疫情期間有參與過實習，逾一成學生(11.9%)原有實習安排被取消，8.8%原有實習安排被延期。超過四分之一(27.3%)受訪學生曾嘗試尋找實習但不成功。

表 5.4：你在今年疫情期間有參與過實習嗎？

	人數	百分比
有 (包括轉為由學校提供實習或訓練、 虛擬實習等任何形式)	457	52.1%
沒有，因為原有實習安排被取消	104	11.9%
沒有，因為原有實習安排被延期	77	8.8%
沒有，因為曾嘗試尋找實習但不成功	239	27.3%
合計	877	100.0%

至於不同年級的受訪學生方面，從表 5.5 可見，曾嘗試尋找實習但不成功的較多是二年級和三年級的學生。在今年疫情期間有參與過實習的四年級或以上學生和應屆畢業生較多。

表 5.5：「在今年疫情期間有參與過實習」與「就讀級別」的關係

選擇的百分率【該組別總作答人數】	就讀級別 [^]			
	二年級 [203]	三年級 [249]	四年級或 以上 [334]	2020 年 畢業生 [91]
有（包括轉為由學校提供實習或訓練、虛擬實習等任何形式）	38.9%	44.6%	65.6%	52.7%
沒有，因為原有實習安排被取消	13.3%	12.0%	9.9%	15.4%
沒有，因為原有實習安排被延期	11.8%	10.4%	6.9%	4.4%
沒有，因為曾嘗試尋找實習但不成功	36.0%	32.9%	17.7%	27.5%

*** p<0.001

[^] 2020 年 9 月所就讀的級別

5.2.2 五成半受訪學生有採用虛擬實習，近一成轉為由學校提供實習或訓練，四分之一學生的實習內容有所調整，一成七學生被縮短實習時間。

在今年有參與實習的 457 名受訪學生當中，近五成半(54.3%)有採用虛擬實習。在這些學生當中，四成半(45.1%)學生在實習中部分採用虛擬實習，近一成(9.2%)學生的實習全部以虛擬形式進行。近一成(9.7%)受訪學生的實習模式轉為由學校提供實習或訓練。四分之一(25.2%)學生的實習內容有所調整，17.3%學生被縮短實習時間。另外，亦有 23.4%受訪學生的實習按原定計劃模式進行，沒有任何改變。

表 5.6：疫情期間的實習模式有改變嗎？(可選多項)

N=457

	人次	百分比■	
部分採用虛擬實習	206	45.1%	} 54.3%
全部採用虛擬實習	42	9.2%	
部分由學校提供實習或訓練	25	5.5%	} 9.7%
全部由學校提供實習或訓練	19	4.2%	
實習內容有所調整	115	25.2%	
縮短實習時間	79	17.3%	
按原定計劃模式進行，沒有任何改變	107	23.4%	

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

5.2.3 六成受訪學生認為實習模式的改變降低成效，特別是建立人際關係網絡和了解職場工作文化方面

根據表 5.7，撇除 107 名在表 5.6 中按原定計劃模式進行實習的學生，在餘下的 350 名實習模式有改變的受訪學生當中，六成(60.0%)認為上述改變降低成效，近兩成(21.4%)認為沒有影響，認同提升成效的只有 3.7%

表 5.8 顯示，最受影響的實習成效是建立人際關係網絡和了解職場工作文化，分別有 65.1%和 62.3%受訪者認為實習模式的改變會降低這兩項實習效果。過半(52.9%)受訪學生認為會降低探索職業生涯的成效。各有四成多受訪者認為把所學知識應用到實際工作(48.3%)，學習課堂以外的技能(48.0%)，訓練職場工作態度(47.7%)的成效均有所下降。

表 5.7：整體而言，你覺得上述改變對實習成效有否影響？

	人數	百分比
提升成效	13	3.7%
沒有影響	75	21.4%
降低成效	210	60.0%
不知/難講	52	14.9%
合計	350	100.0%

表 5.8：你認為實習模式的改變對以下的實習成效有何影響？

	提升 成效	沒有 影響	降低 成效	不知/ 難講	合計
建立人際關係網絡	29 8.3%	86 24.6%	228 65.1%	7 2.0%	350 100.0%
了解職場工作文化	34 9.7%	87 24.9%	218 62.3%	11 3.1%	350 100.0%
探索職業生涯	40 11.4%	109 31.1%	185 52.9%	16 4.6%	350 100.0%
把所學知識應用到實際工作	39 11.1%	121 34.6%	169 48.3%	21 6.0%	350 100.0%
學習課堂以外的技能	68 19.4%	100 28.6%	168 48.0%	14 4.0%	350 100.0%
訓練職場工作態度	47 13.4%	122 34.9%	167 47.7%	14 4.0%	350 100.0%
畢業後獲實習機構錄用	28 8.0%	144 41.1%	98 28.0%	80 22.9%	350 100.0%

5.2.4 約四分之三學生表示在實習中獲得足夠的支援，另約七成認為自己在實習中的角色處於被動位置。

參考表 5.9，在 350 名實習模式有改變的受訪學生當中，約四分之三(76.0%)認為自己在實習中獲得足夠的支援。同時，約七成(71.7%)學生認為自己在實習中的角色處於被動位置。

表 5.9：你有幾同意以下說法？

	不同意		同意		不知/ 難講	合計
	非常 不同意	頗不 同意	頗同意	非常 同意		
	76		266			
	21.7%		76.0%			
我在實習中獲得足夠的支援	12 3.4%	64 18.3%	189 54.0%	77 22.0%	8 2.3%	350 100.0%
	90		251			
	25.7%		71.7%			
我在實習中的角色處於被動位置	7 2.0%	83 23.7%	162 46.3%	89 25.4%	9 2.6%	350 100.0%

5.3 學生對虛擬實習的看法

5.3.1 近七成半曾採用虛擬實習的學生認為虛擬實習能增加工作彈性，六成半認為能節省時間和金錢，及近五成學生認為能夠適應未來數碼時代的發展。上述三項的排序與整體受訪學生結果相同，以曾參與虛擬實習的學生數據顯著為高。

綜合所有受訪學生意見，學生認為虛擬實習的最大效益是增加工作彈性(59.7%)，其次為節省時間和金錢(57.9%)和適應未來數碼時代的發展(42.6%)。三成學生(30.2%)認同能提升自學能力，28.8%認為能加強應變能力，28.4%認為能訓練獨立解決問題的能力。

而曾採用虛擬實習的 248 名學生當中，近七成半(74.2%)認為虛擬實習能增加工作彈性，六成半(65.3%)認為能節省時間和金錢，當中認為虛擬實習能訓練獨立解決問題的能力的學生也比整體學生顯著為高。

表 5.10：你認為虛擬實習有什麼效益？(可選多項)

	所有受訪者 (N=877)		曾採用虛擬實習的學生 (N=248)	
	人次	百分比■	人次	百分比■
增加工作彈性	524	59.7%	184	74.2%
節省時間和金錢 (例：交通)	508	57.9%	162	65.3%
適應未來數碼時代 的發展	374	42.6%	120	48.4%
提升自學能力	265	30.2%	88	35.5%
加強應變能力	253	28.8%	88	35.5%
訓練獨立解決問題 的能力	249	28.4%	93	37.5%
帶來創新和創意	164	18.7%	56	22.6%
更多機會接觸來自 不同地方的同事	94	10.7%	21	11.6%
沒有效益	62	7.1%	9	8.4%
不知/難講	33	3.8%	1	5.1%

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

從青年個案分析，在家採用虛擬實習時能配合個人作息時間，工作模式較自由，及提升工作效率。受訪青年表示，自行解決問題時能夠學到更多，亦能及早體驗彈性工作模式。

「在好處而言，在家工作的時間較彈性，能配合個人生活的時間，且有更多機會聆聽公司各部門的網上分享會。」

(個案 04/女/環球商業管理/四年級)

「這次在家工作實習我覺得工作效率較在辦公室工作更高，因為在家工作能達至 **work-life balance** (工作與生活平衡)。實習機構不需要我簽到，不知道我何時工作，只要最後我完成到工作就可以了。因為我可以自由決定工作時間，生活作息改善，做事精神了很多，而且工作表現都比以前好。」

(個案 10/男/法律系/五年級)

「意外收穫是自己在在家都會找東西自學，因為跟上司和其他同事相處時間少了，要靠自學，而且在家工作減省了交通時間，工作時間也較彈性，上司不會突然走過來問自己工作進度，所以可以全權由自己處理工作優先次序。突然可以在家工作，也感受到做自由工作者的工作模式。」

(個案 15/女/中文系/四年級)

「有好多事需要自己學懂去處理，我平時在公司工作時，若有問題會直接問經理，但這樣的話能學習的地方會減少，因為同事直接把答案告訴我，跟我自己找答案的效果是不一樣的。可能之後疫情好轉，不少公司也會推行在家工作，現在我有機會體驗在家工作，能知道自己是否適合及是否能應付這種新工作模式。」

(個案 16/女/市場學/應屆畢業生)

5.3.2 在 248 名曾採用虛擬實習的學生中，六成半認為虛擬實習中缺乏與其他同事的接觸機會，近六成認為缺乏真實感，五成八認為令實際工作機會減少，這三項也是所有受訪者中最多人認同的負面影響。

綜合所有受訪學生意見，虛擬實習最大的負面影響是缺乏真實感(63.1%)，其次為缺乏與其他同事的接觸機會(58.6%)。分別有近五成受訪者認同會令實際工作機會減少(51.9%)，增加溝通難度(50.6%)，無法感受公司文化(49.9%)。45.2%受訪學生認為會在遇到困難時無法獲得即時支援，43.3%認為缺乏應對實際工作環境突發情況的經驗。

而曾採用虛擬實習的 248 名學生當中，六成半(65.3%)認為虛擬實習中缺乏與其他同事的接觸機會，近六成(59.3%)認為缺乏真實感，57.7%認為令實際工作機會減少。

表 5.11：哪些是虛擬實習的負面影響？(可選多項)

	所有受訪者 (N=877)		曾採用虛擬實習的學生 (N=248)	
	人次	百分比■	人次	百分比■
缺乏真實感	553	63.1%	147	59.3%
缺乏與其他同事的接觸機會	514	58.6%	162	65.3%
實際工作機會減少	455	51.9%	143	57.7%
增加溝通難度	444	50.6%	141	56.9%
無法感受公司文化	438	49.9%	123	49.6%
遇到困難時無法獲得即時支援	396	45.2%	113	45.6%
缺乏應對實際工作環境突發情況的經驗	380	43.3%	101	40.7%
在家工作缺乏所需軟件或內聯網系統權限	288	32.8%	78	31.5%
不能把所學技巧應用到現實環境	205	23.4%	68	27.4%
不知/難講	10	1.1%	2	0.8%
沒有困難	5	0.6%	1	0.4%

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

5.3.3 青年個案反映在虛擬實習當中具體上遇到不少困難。當中包括較難學習到辦公室文化、溝通成效有待改善、實習生因缺乏工作所需資源而導致學習機會減少、虛擬治療有不少限制。

(一) 實習模式轉為完成督導所指派的工作，學生缺乏與實習督導以外與其他同事的交流機會，較難體驗到社交技巧及職場工作文化。

受訪青年個案表示原本希望能感受辦公室文化，做事模式，和其他同事交流，感受公司文化和氣氛。然而，虛擬實習令實習生和其他同事的交流減少，模式轉向完成督導所指派的工作，較局限於公事上的正式溝通。因為缺少與實習督導以外其他同事的非正式交流機會，實習生難以認識公司文化。

「同學們選擇實習都是想體驗一下以後上班的模式，如果轉了虛擬實習便不能學習和同事之間相處，做事方法也會與將來上班的真實情況會有很大分別，所以我認為虛擬實習並不能達到大家預期想體驗上班的目標。我認為實習要自己親身做才行。大部分學生去進行實習也是想學習辦公室相處之道。在現實生活中，要從工作中學到更多社交技巧，才能建立較強的人際網絡，幫助到自己。但是透過虛擬實習，學生很難學習到社交技巧及辦公室的相處之道。」

(個案 09/女/社會及新聞學/三年級)

「以往我做實習，每天都要返回公司，也可以參加一些社交活動，可以與其他人交流，但疫情之下，即使回公司工作，也有半間公司的同事不在，未必能感受到公司的文化，因為少了很多社交活動和與同事的交流，除非有人事部特別協助，否則在虛擬實習中很難隔着熒幕與人交流。而且實習時間減少，很難有完整的時間去了解公司運作、工作流程、同事間如何溝通、公司氣氛等等，所以我覺得這次實習與以往相比是差得遠。虛擬實習對於了解公司文化、與同事接觸交流就差一點了，每個同事對行業了解都不同，現在只能跟上司和部門同事交流，沒甚機會跟其他同事交流。」

(個案 12/女/法律系/應屆畢業生)

「在家工作時只是與上司經 whatsapp 溝通，主要是交代工作進度。面對面實習會較為理想，因為工作環境的趣味性會較高，實習的心態是想學習更多的東西，有些東西都要靠在公司觀察其他同事才學習得到，透過其他人的工作經驗而有所獲益。本身我的工作內容有一部分是要問其他同事意見，在家工作時就不能，要等上司跟同事溝通之後再與我覆述。而且在公司工作時，其他同事也會找自己交流談天，所以我較喜歡在公司工作，更易感受到公司文化，與其他同事相處時可感受到公司的氣氛，對學生將來從事相關行業非常有用。我較幸運地在實習初期也可以在公司工作，所以都較感受到公司文化。轉了在家工作，感受是很突然的轉變，後來適應了，是另一種工作方式，在限期前將所需的工作交妥，只是溝通上跟同事的接觸就需要較多時間。」

(個案 15/女/中文系/四年級)

「本身是想體驗公司文化，即人們的溝通模式和辦事模式。在家工作的話，只是督導給你指示，然後你就完成工作，就不太能體驗公司文化。」

(個案 14/男/會計學系/四年級)

(二) 溝通成效有待改善

受訪青年個案反映，虛擬實習的溝通效果有待改善。例如有會計學系的實習生表示，由於實習生缺乏經驗，已有知識亦不多，若使用虛擬實習，一些工作程序更需要同事費時解釋，比起實體實習時需要花費更多時間溝通，亦影響工作成果。亦有其他青年個案表示，以文字方式溝通不如實體面對面溝通般清晰。有受訪青年表示，有些工作步驟不適合以電郵溝通，所以同事寧願自己完成工作，間接減少了實習生的學習機會。

「因為實習生已有的知識不太多，當你把工作帶回家，一些新的工作會因為沒有經驗而不懂得怎樣處理。哪怕以網上會議溝通，都不太懂得怎樣做。這需要浪費同事很多時間去講解怎樣去完成工作。實體面對面的話只要5分鐘就解釋到的事情，以虛擬形式工作就可能需要1小時，然後最後出來的工作成果又不符合預期要求，令到工作效率很低。主要是溝通方面比較困難。例如要核數，每間公司也有不同的要求，但是如果以電話或線上模式，很難把

每一個步驟也解釋得很清楚。有時候可能做錯了步驟，但自己也不知道。溝通上也比較緩慢，困難時未必即時可以獲得解答，工作效率較低。如果面對面實習的話，就可以有人詳細指導我怎樣做，知道正在發生什麼事情。」

(個案 14/男/會計學系/四年級)

「虛擬實習遇到的困難是，當我有問題不明白時，不能夠像面對面般可以問得較為詳細及深入，文字表達有時不太清晰。」

(個案 16/女/市場學/應屆畢業生)

「主要是以電郵去交流，如果在工作時間，同事都很快回覆，但始終溝通上較困難，在公司工作的話可以上前去問。有些工作也不太方便以電郵溝通，例如編輯影片的效果、找文件檔案等，同事實在不太方便交我們去做，所以他們索性自己做，我們實習生就少了工作了。」

(個案 11/女/新聞系/三年級)

受訪青年個案表示，以電子郵件作為溝通渠道時，等待回覆時間較長的問題。而另一青年個案表示希望能和實習督導有持續的溝通，因為如果只是上班和下班時間與督導聯絡，中間遇到的問題無法即時解決，在下班時間問太多問題又怕影響督導的下班時間。

「在家工作時只是以電子郵件作為溝通渠道，等待雙方回覆可能要數個小時，如果以手機作聯繫會更方便。」

(個案 20/男/公共行政/三年級)

「在機構層面，實習督導可以隨時溝通，讓實習學生隨時問問題是很重要的。實習督導通常會早上致電給我，告訴我準備了什麼資料給我看，然後就會發電郵給我。到臨近下班的時間，他會跟進我有沒有不明白的地方和問我學習到什麼。有時中間有疑問時無法即時解決。而臨近放工時間，我又不敢問太多問題，因為怕打擾督導，影響他的下班時間。所以我覺得能夠隨時聯繫到實習督導是很重要的，有一個持續的溝通，有問題可以立即發問。」

(個案 13/女/社會工作/三年級)

(三) 實習生缺乏工作所需資源，如硬件及特定軟件，導致學習機會減少。

有受訪青年表示，因為實習機構沒有為實習生提供公司內聯網系統連結，導致實際工作機會減少。當回到辦公室上班時便要一次過完成以內聯網系統才能完成的工作，增加工作量。而受訪青年亦表示一些涉及私隱的資料不能帶回家工作，在家工作的成果有限。而另外一位受訪實習生表示，因為家中缺乏先進的影片剪輯軟件，導致錯失不少學習的機會。

「在家工作需要一個額外的 VPN 才能連繫到公司系統。因為是實習生的緣故，公司沒有提供 VPN 給我。很多時候上司也無法指派什麼任務給我，實際可做的事情不多，上司會給我一些閱讀資料。然後在輪班制需要回公司的日子，一次過完成需要電腦內聯網才進行到的工作，工作量便會很大，很辛苦，多數情況下也無法完成所有工作。如果機構可以提供更多支援，如 VPN 連繫或給我一個特定的資料檔案以取得公司資料會更好。」

(個案 13/女/社會工作/三年級)

「公司的規矩是如果涉及私隱、重要的客戶等資料，都不能帶回家工作，要等到回公司才可以做，所以工作進度都會拖慢，在家工作的成果也很有限。」

(個案 15/女/中文系/四年級)

「實習主要工作是編輯影片，但家裡的軟件不夠齊全和更新，所以只能做基本的工作，例如是看新聞、做翻譯等，所以錯失了不學學習不同東西的機會，以及不能訓練自己的技能。在家工作時，作為實習生都不太多工作做，所以覺得很悶。」

(個案 11/女/新聞系/三年級)

(四) 虛擬評估及治療有不少限制，缺乏真實感。

有從事專業實習的青年個案分享，使用虛擬治療有不少限制，例如和治療對象的接觸，對治療對象的經濟和電子裝備要求，科技軟件功能的限制等。但若學生能在虛擬實習中發揮創意，則能促進虛擬實習成效。另一個案亦表示，與服務對象的實體交流會有利於營造氣氛和建立聯繫。

「有時候，小朋友會發脾氣，但我們不是身處小朋友面前，拿着玩偶隔著螢幕去安慰他是很困難的。虛擬實習不適合應用在認知能力較低，自控能力較低的病人身上。虛擬治療對病人的電子裝備要求也較高，首先網路連接要順暢，病人的家庭背景有足夠的經濟能力購買電子裝備，能買到一部平板電腦和一部手提電話才行。還有一個問題是電腦收音不清楚，但我們做發音治療，聽清楚小朋友發音是很重要。電腦收不到氣音，治療發音的時候就會很迂迴曲折，要教小朋友家長分辨。然而，透過虛擬治療，學生可以多發揮創意，提升小朋友在治療過程中的投入感和成效。」

(個案 02/女/言語治療/應屆畢業生)

「就算是使用 VR(虛擬實境)的話可能也是預先設定好一個模式。溝通技巧，physical assessment (生理上的評估)可能要做在真人身上才能嘗試到效果。」

(個案 18/女/職業治療/二年級)

「因為疫情影響今次很多工作都要透過電話模式進行。少了面對面的人際交流，溝通會比較慢，較難感受到與服務使用者當中的聯繫和真實感。氣氛都會有影響。」

(個案 08/男/社會工作/四年級)

5.3.4 八成受訪學生認為虛擬實習不可以取替實體實習。另近兩成學生期望未來實習模式以完全實體的方式進行，六成學生則期望實習中的實體成份佔 70-90%。

參考表 5.12，近八成(79.7%)受訪學生認為虛擬實習不可以取替實體實習，而表示可以的只佔一成七(17.2%)。

根據表 5.13，近兩成(19.0%)學生期望未來實習模式以 100%實體的方式進行，六成(60.7%)學生期望實習中的實體成份佔 70-90%。超過九成半(96.1%)學生期望實習中的實體成份佔至少一半或以上。

表 5.12：你有幾同意以下說法？

不同意		同意		不知/ 難講	合計
非常 不同意	頗不 同意	頗同意	非常 同意		
699		151			
79.7%		17.2%			

虛擬實習可以取替實體實習	242	457	121	30	27	877
	27.6%	52.1%	13.8%	3.4%	3.1%	100.0%

表 5.13：在未來實習模式中，你期望實體和虛擬成份的比例是？

	人數	百分比
100% 實體， 0% 虛擬成份	167	19.0%
90% 實體， 10% 虛擬成份	141	16.1%
80% 實體， 20% 虛擬成份	223	25.4%
70% 實體， 30% 虛擬成份	168	19.2%
60% 實體， 40% 虛擬成份	63	7.2%
50% 實體， 50% 虛擬成份	81	9.2%
40% 實體， 60% 虛擬成份	13	1.5%
30% 實體， 70% 虛擬成份	3	0.3%
20% 實體， 80% 虛擬成份	8	0.9%
10% 實體， 90% 虛擬成份	0	0%
0% 實體， 100% 虛擬成份	5	0.6%
沒有需要實習，可用其他方式取替	5	0.6%
合計		100.0%

96.1% (括號內包含 100% 實體, 90% 實體, 80% 實體, 70% 實體, 60% 實體, 50% 實體, 40% 實體, 30% 實體, 20% 實體, 10% 實體, 0% 實體)

60.7% (括號內包含 100% 實體, 90% 實體, 80% 實體, 70% 實體, 60% 實體)

5.3.5 受訪青年個案認為，若在整個實習過程中加模式入少部分虛擬實習的元素，能讓學生及早掌握虛擬工作模式的技巧，無論將來以那一種形式工作都能適應，可行性則視乎工作性質。

有受訪青年個案表示，在實體實習無法進行時，替代模式的虛擬實習是有好過沒有。實體實習的好處是更快了解僱主的要求和期望。有受訪個案則表示可以用少部份虛擬實習的模式進行，讓學生能及早掌握虛擬工作模式的技巧，無論將來以那一種形式工作都能適應。有受訪學生則表示要視乎工作性質，若工作主要以電腦進行是可以使用虛擬實習的，虛擬實習與實體實習並行較為全面。

「我覺得如果這段時間真的出不到實習，替代的虛擬實習模式是有好過沒有。當然家中的環境和醫院很大分別，100%實體實習會較好。」

(個案 03/女/職業治療/四年級)

「面對面實習最大好處是，我會更快了解對方的要求和期望，良好的僱主與員工關係會對工作效率有直接影響，溝通較多的話關係會較好。」

(個案 07/男/公共行政/四年級)

「12 次實習中可以有一兩次是虛擬的形式，當這個行業未來的趨勢很大機會是虛擬的時候，可以趁我們還是學生，有人可以指導我們的時候就去學習虛擬的工作模式技巧，不用等我們出外工作時才開始去摸索。這樣可以訓練出無論是虛擬或是實體工作的時候，工作能力都很高的言語治療師。」

(個案 02/女/言語治療/應屆畢業生)

「虛擬實習是可行的，要是本身工作是可以透過電腦就完成到的話，是沒有問題的，但要是全程都是在家工作，就難以全面體驗工作。所以我不建議全是虛擬實習，一半虛擬實習一半實體實習就可以了，因為可以讓學生了解未來虛擬工作模式，亦可以體驗職場環境，較為全面。」

(個案 10/男/法律系/五年級)

5.3.6 六成八受訪學生認為實習督導加強與實習生的溝通聯繫，有助加強虛擬實習成效，另分別超過四成學生認為實習機構提供在家工作所需軟件和入職導向簡介是重要支援。

參考表 5.14，受訪學生認為要加強虛擬實習成效，首要是實習督導加強與實習生的溝通聯繫(68.0%)，其次是實習機構提供在家工作所需軟件(43.9%)和入職導向簡介(40.3%)，再者是實習機構多舉辦虛擬人際交流活動(33.1%)和學校多講解虛擬實習的技巧(26.9%)。

表 5.14：要加強虛擬實習成效，你認為那些支援最重要？(最多可選 3 項)

N=877		
	人次	百分比■
實習督導加強與實習生的溝通聯繫	596	68.0%
實習機構提供在家工作所需軟件	385	43.9%
實習機構為實習生提供入職導向簡介	353	40.3%
實習機構多舉辦虛擬人際交流活動	290	33.1%
學校多講解虛擬實習的技巧	236	26.9%
科技公司開發像真度高的實體虛擬程式	120	13.7%
不知/難講	43	4.9%

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

受訪青年個案希望實習督導與實習生建立更緊密並持續的溝通模式，企業給予實習生信任及工作發揮空間，並可統籌網上聯誼活動以助實習生與同事建立關係。學校方面，有受訪青年個案希望學校可以在虛擬實

習前為學生提供訓練和分享會。

在使用虛擬實習時，受訪青年個案希望實習督導與實習生建立更緊密並持續的溝通模式。企業亦需給予實習學生更大的信任度及工作發揮空間。企業可以定立一個工作章程說明工作步驟，讓實習生可以熟習。除了分派工作外，實習督導可為實習生提供一些職業生涯規劃建議，讓學生能學習到更多東西。

「期望上司與實習生之間的溝通更緊密，減少電郵文件來回的時間，以提升工作效率。對於未來的實習模式發展，我認為可增加在家工作的時間，使工作模式更具彈性，但企業需給予實習學生更大的信任及工作發揮空間，亦需更緊密地溝通，以提升工作效能。」

(個案 05/女/商業管理學/四年級)

「我覺得能夠隨時聯繫到實習督導是很重要的，有一個持續的溝通，有問題可以立即發問。」

(個案 13/女/社會工作/三年級)

「公司可以定立一個章程，還有一些檔案說明工作的步驟。因為有一些工作流程都是差不多，熟習步驟之後就可以更流暢地工作。」

(個案 14/男/會計學系/四年級)

「如果學生想得到一些網絡科技上的支援，僱主可以提供協助。僱主也可以擔當指導員的角色，令實習學生學到更多的東西。例如：他作為一個僱主可以教導學生將來自己找工作的時候要如何面試，僱主也可為實習學生提供一些職業的生涯規劃的建議，擔任一個長期指導員的角色。」

(個案 09/女/社會及新聞學/三年級)

至於人際交流活動方面，有受訪青年個案認為，企業可統籌網上聯誼活動，讓實習生和同事建立關係及令工作氣氛更為輕鬆，因為在使用虛擬實習時，實習生自己主動去找陌生的同事交流是很困難的。另一方面亦有受訪青年認為，此類型的線上聯誼活動有點尷尬，難以建立關係。

「建議企業可考慮舉辦網上聯誼活動，以建立同事間的關係及輕鬆的工作氣氛。同時，我亦建議實習學生多主動發問，在實習中

尋找機會工作。」

(個案 04/女/環球商業管理/四年級)

「公司的人事部可以多辦一些網上活動，讓實習生可以與公司同事多交流，有機會談天，因為自己主動去找完全陌生、未有交流過的同事是很困難的。」

(個案 12/女/法律系/應屆畢業生)

「我知有些公司會有同事負責聯繫員工，例如每星期有一兩個小時的 zoom party (線上會議派對)聊天，但我覺得是尷尬多於實際作用的，因為網上形式較難建立關係。」

(個案 10/男/法律系/五年級)

受訪專科學生則希望學校老師可分享過往職場的實際工作經驗。因為是全新模式的實習，學校亦可以在虛擬實習前為學生提供訓練，講解所需技巧。受訪青年個案分享，由於疫情可能影響實習模式，學校特別安排了工作坊講解實習技巧及示範，覺得這是對未來一個不錯的支援。

「老師可以分享過往在病房的工作經驗。老師也可以拍攝片段模擬醫院病房的真實情況，例如病人會嘔吐，發脾氣等應如何應對。」

(個案 01/男/護理學/二年級)

「學校可以在實習之前提供一些課程去講解要用什麼技巧去處理虛擬實習的個案，因為這是一樣全新的東西，我之前沒有學過任何技巧。」

(個案 02/女/言語治療/應屆畢業生)

「因為疫情關係，學校有特別安排了工作坊，教導我們電話輔導和視像會議輔導的技巧，也有示範。我覺得這是對未來一個不錯的支援，因為原本大家都沒有預期會以這個形式進行輔導，在課堂中也沒有教授。」

(個案 13/女/社會工作/三年級)

5.4 無法進行實習的應對方向

5.4.1 在無法進行實習的 420 名受訪學生當中，過半學生轉為從事兼職或臨時工作，亦有超過三成半學生選擇學習新技能或鞏固已有知識。

而無法進行實習的 420 名受訪學生當中，包括原有實習安排被取消或延期，曾嘗試尋找實習但不成功的學生，當中約五成半(54.5%)轉為從事兼職或臨時工作，分別有超過三成半學生發掘新興趣或新技能(37.1%)，用更多時間溫習已有學科知識(36.2%)，自學與行業相關的知識(36.0%)。

表 5.15：因應無法進行實習，你如何應對？(可選多項)

	人次	百分比■
從事兼職或臨時工作	229	54.5%
發掘新興趣或新技能	156	37.1%
用更多時間溫習已有學科知識	152	36.2%
自學與行業相關的知識	151	36.0%
尋找網上證書課程自行增值	114	27.1%
參與義務工作	83	19.8%
使用社交網絡（例如 LinkedIn） 加強職場人際關係	63	15.0%
參與生涯規劃活動	62	14.8%
沒有特別應對，在疫情期間稍作休息	38	9.0%
參加比賽	18	4.3%

■ 此題為「可選多項」題目，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比

假如無法進行實習，受訪青年個案認為可以透過自學而獲得新技能。除了對資訊科技方面的訓練有興趣外，受訪青年個案亦對求職技巧訓練和求職途徑方面的資訊有興趣。學校亦可為學生提供多元的發展支援。

「我對有關資訊科技方面的訓練課程都會有興趣，因為自己不太熟悉這方面的技能。另外學校可以多提供有關溝通技巧的訓練，用什麼途徑找工作的訓練，提供多些有關求職方面的資訊。NGO 可擔任中介角色，透過網站或其他渠道提供實習的資訊。學校可能沒有齊集所有實習資訊的渠道。」

(個案 17/女/文學院/三年級)

「學生可以學習一些新知識，我也會在 YouTube 學習如何使用一些軟件，例如 photoshop，以及學習其他語言。」

(個案 21/女/歷史系/四年級)

「學校可以教導學生一些通才知識，讓學生適應不同行業，找其他出路，又或者教學生虛擬工作的禮儀、網上面試的技巧，如何寫其他行業的履歷，多元的發展支援等，因為現在我們讀法律不能只知法律，也要涉獵不同學科的知識，要有一個更闊的學習基礎。要是學生在疫情下找不到實習的話，可以參與網上課程取得證書，讓履歷表更豐富。」

(個案 12/女/法律系/應屆畢業生)

5.5 小結

綜合學生問卷調查及個案訪問結果，受訪學生同意實習是從院校過渡到職場的重要經歷，實習經驗會影響畢業後的獲聘機會及將來工作的信心。問卷調查結果顯示，受訪學生參加實習的最大目標是了解職場工作文化，豐富履歷表及把所學知識應用到實際工作。受訪專科學生個案較重視的實習目標是把理論實踐在現實環境當中，透過與人接觸的實務經驗提升技巧。受訪非專科學生個案則希望透過實習了解其他行業的工作，找到一個重點的事業發展方向，令履歷表更豐富，有助將來尋找工作。

因疫情關係，今年原本打算參與實習的學生都受到不同程度的影響。根據問卷調查結果，近兩成學生原有實習安排被取消或延期，超過四分之一學生曾嘗試尋找實習但不成功。在今年有參與實習學生當中，五成半學生有採用虛擬實習，近一成轉為由學校提供實習或訓練，四分之一學生的實習內容有所調整，一成七學生被縮短實習時間。然而，六成受訪學生認為實習模式的改變降低了學習成效，特別是建立人際關係網絡和了解職場工作文化方面。

因應疫情發展出的虛擬實習有其好處，同時亦帶來不少限制。好處方面，問卷調查結果顯示，近七成半曾採用虛擬實習的學生認為虛擬實習能增加工作彈性，六成半認為能節省時間和金錢，及近五成學生認為能夠適應未來數碼時代的發展。在所有受訪學生當中，這三項也是最多人認同的效益。限制方面，六成半曾採用虛擬實習的學生認為虛擬實習中缺乏與其他同事的接觸機會，近六成認為缺乏真實感，五成八認為令實際工作機會減少，這三項也是所有受訪者中最多人認同的負面影響。受訪青年個案進一步反映，虛擬實習令實習模式轉為完成督導所指派的工作，學生缺乏與其他同事交流的機會，較難學習到社交技巧及辦公室文化；溝通效果有待改善；實習生缺乏工作所需資源，減少學習的機會；

專科學生採用虛擬治療時有不少限制。可見，虛擬實習在實行上仍有改善之處。

至於對未來實習模式的看法，受訪學生普遍認為實體實習是不可取替的，但若在整個實體過程中加入小部分虛擬實習的元素，則能讓學生及早掌握虛擬實習的技巧，無論將來以那一種形式工作都能適應，可行性則視乎工作性質。根據問卷調查結果，近八成受訪學生認為虛擬實習不可以取替實體實習，近兩成學生期望未來實習模式以完全實體的方式進行，六成學生期望實習中的實體部分可佔 **70-90%**。

要改善虛擬實習的成效，問卷調查結果顯示，受訪學生認為最重要的支援是實習督導加強與實習生的溝通聯繫，提供在家工作所需軟件和入職導向簡介。受訪青年個案希望實習督導與實習生建立更緊密並持續的溝通模式，企業給予實習生信任及工作發揮空間，並可統籌網上聯誼活動以助實習生與同事建立關係。學校方面則可以在虛擬實習前為學生提供訓練和分享會。

至於無法進行實習的學生，問卷調查結果顯示，過半受訪學生轉為從事兼職或臨時工作，亦有超過三成半學生選擇學習新技能或鞏固已有知識。受訪青年個案亦認同可以透過自學而獲得新技能。除了對資訊科技方面的訓練有興趣外，受訪青年個案亦對求職技巧訓練和求職途徑方面的資訊有興趣。學校可為學生提供多元的發展支援。

疫情發展仍然充滿不確定性，企業、實習機構、學校可加強合作，支援學生在實習模式轉變時遇到的困難，改善實習成效，並裝備學生的技能，以助他們應對未來的挑戰。

第六章 討論及建議

研究綜合上述各章節的結果，歸納值得討論的要點，闡述如下。

討 論

- 1. 實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。然而，受疫情影響，香港大學生的實習機會大減。各方須及早籌劃，為學生探究實習模式的可行出路。**

實習是學生從學校過渡到職場的重要經歷。有關文獻研究指出，實習能為學生提供課堂以外的實踐經驗，令學生了解職場的實際情況，探索自己的興趣和生涯規劃方向，藉以培養未來就業所需的知識、技能、人際關係等，提升就業能力。

學生亦肯定實習的重要性。學生問卷調查結果顯示，學生參加實習的最大目標是了解職場工作文化(51.9%)，豐富履歷表(51.0%)及把所學知識應用到實際工作(44.7%)。至於受訪者同意「缺少實習經驗會影響畢業後的獲聘機會」的平均分有 7.95 分（評分由 0-10 計算，10 為非常同意）。

然而，疫情影響經濟，企業和機構對實習生的需求下降，可提供的實習機會大減。根據聯校就業資料庫（JIJIS）數字，今年首 4 個月大學生實習空缺僅 5,777 額，與去年同期的 8,468 額相比，急跌逾 3 成。學生問卷調查結果亦顯示，在 877 名今年有計劃參與實習的大學生當中，近兩成(20.7%)表示原有實習安排被取消或延期，超過四分之一(27.3%)曾嘗試尋找實習但不成功。在疫情下，醫院管理局暫停臨床實習，醫療相關學科學生的實習安排也大受影響。以上數據及資料反映，學生在疫情下較以往難獲得實習機會。

受訪專家解釋，企業忙於應對新常態下的挑戰，包括維持業務、管理現有員工、業務轉型等等，不但沒有資金聘請實習生，也沒有時間管理或設計具規模的實習計劃，以致對實習生的需求下降。

實習是企業物色人才的其中一個途徑，亦為學生的生涯規劃提供重要歷練，為免影響學生學習機會，各方須及早籌劃，為學生探究實習模式的可行出路。

2. 疫情為實習模式帶來轉變，促進了虛擬實習的發展，為學生的未來實習模式帶來啟示和擴闊學習空間。

疫情為實習模式帶來轉變，在今年有參與實習的 457 名受訪學生當中，近五成半(54.3%)有採用虛擬實習，近一成(9.7%)受訪學生的實習模式轉為由學校提供實習或訓練。四分之一(25.2%)表示實習內容有所調整，一成七(17.3%)被縮短實習時間。

因疫情關係，實體實習受到限制，促進了虛擬模式的發展。受訪學生亦認同虛擬模式帶來的好處。根據問卷調查結果，近七成半(74.2%)曾採用虛擬實習的學生認為虛擬實習能增加工作彈性，六成半認為能節省時間和金錢(65.3%)，及近五成(48.4%)認為能夠適應未來數碼時代的發展。

受訪專家指出，在新常態下，企業營運模式轉變，在家工作等彈性工作安排更為普遍，虛擬實習亦將成為趨勢。僱主心態改變，更願意接受與過往不同的實習模式，亦思考更靈活的應對方案，包括工作內容、工作時間及地點，打破原有固定工作模式。虛擬實習有助企業降低提供實習的成本，增加實習機會；實習模式亦打破地域限制，海外虛擬實習是一個例子。可見，虛擬實習不但在實體實習無法進行時令職場學習得以持續，亦在未來為學生的經歷帶來更多機會和更大的彈性。

線上實習和學習形式亦更為多元化。有外國及跨國企業推出短期虛擬學習體驗計劃，只需數個小時完成，學生利用錄像方式，線上提交業務問題的解決方案。另外，亦有企業重新設計實習模式，加入遙距工作技能教學元素。疫情和科技的發展擴闊了學生的學習空間，亦為創新的實習模式帶來啟示。在未來數碼時代，虛擬實習有更大的發展空間。

3. 實體實習有其重要性，不能被取代。不過虛擬實習亦有其優勝之處。未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並存，為學生帶來更完善的實習體驗，並配合社會趨勢。

研究顯示，受訪專家和學生均肯定實體實習的重要性。有受訪專家指出，實體實習有其優勝之處，仍然無法取替，例如以實體模式進行的指導，更全面地體驗職場文化，以及和他人即時互動和建立關係等，均是實習中學生的重要學習領域。

學生問卷調查結果亦顯示，近八成(79.7%)受訪學生認為虛擬實習不可以取替實體實習。此外，近兩成(19.0%)學生期望未來實習模式以100%實體的方式進行，六成(60.7%)學生則期望實習可以用少部分虛擬的模式進行，實體成份佔70-90%。

實體實習有其不可取代的重要性，為學生提供堅實平台，親身體驗職場文化。不過，隨着資訊科技的發展和應用，加上疫情趨化，愈來愈多大企業牽頭採用彈性工作模式。受訪專家指出，僱主心態改變，更願意接受虛擬實習。未來學生需同時兼顧實體及虛擬實習的技巧去配合現時社會的趨勢及行業需求，以便畢業後可以面對不同環境及挑戰。

未來實習模式可以實體與虛擬雙軌並存，為學生帶來更完善的實習體驗。

4. 受訪學生在虛擬實習中面對的困難，包括難以了解職場文化、溝通效果低、實際工作機會減少及缺乏真實感。虛擬實習的可行性亦受行業和工作性質所限。如何優化虛擬實習模式，配合不同學生的實習需要，有待探究。

學生問卷調查結果顯示，在248名曾採用虛擬實習的學生中，六成半(65.3%)認為虛擬實習中缺乏與其他同事的接觸機會，近六成(59.3%)認為缺乏真實感，五成八(57.7%)認為令實際工作機會減少。

此外，綜合青年個案的分析，學生在虛擬實習中面對的具體困難包括：

(一) 缺乏與其他同事的交流機會，難以了解職場文化。

受訪青年個案表示虛擬實習令實習模式轉向完成督導所指派的工作，都是公事上的正式溝通。實習生缺少與實習督導以外其他同事的交流機會，以致難以建立人際關係網絡和認識職場工作文化。

(二) 溝通成效有待改善

受訪青年個案反映，虛擬實習的溝通成效有待改善。例如有會計學系的實習生表示，由於實習生缺乏經驗，若使用虛擬實習，一些工作程序需要同事費時解釋，比起實體實習時需要花費更多時間溝通。有其他青年個案亦表示，以文字方式溝通不如實體面對面溝通般清晰。

(三) 實習生缺乏工作所需資源，如硬件及特定軟件，導致學習機會減少。

有受訪青年表示，因為實習生缺乏工作所需資源，如硬件及特定軟件，導致實際工作機會減少。基於網絡安全的顧慮，有些實習機構不會為實習生提供公司內聯網連結。另外亦有受訪實習生表示，因為家中缺乏工作行業所需的先進軟件，導致錯失不少學習機會。

(四) 虛擬評估及治療有不少限制，缺乏真實感。

有進行專科實習的青年個案分享，使用虛擬治療有不少限制，例如跟治療對象的接觸和科技軟件功能的限制等。另一個案亦表示，與服務對象的實體交流會較有真實感，有利於營造氣氛和建立聯繫。但有青年個案認為學生能在虛擬實習中發揮創意，促進虛擬實習成效。

受訪專家指出，虛擬實習的可行性受行業和工作性質所限。虛擬實習不適用於所有工種和工作項目，例如一些以人為本的工作、服務工作、醫療工作等，均需要實體接觸。工作項目性質，是否辦公室工作模式的實習，是否需要即時督導等等，這些因素都限制了某些工作難以虛擬實習方式進行。

面對上述種種限制，如何為學生提供更好的體驗設計，改善虛擬實習的成效，尤其重要。根據學生問卷調查結果，六成八(68.0%)受訪學生認為實習督導加強與實習生的溝通聯繫，有助加強虛擬實習成效，另分別超過四成學生認為實習機構提供在家工作所需軟件(43.9%)和入職導向簡介(40.3%)是重要支援。

如何為虛擬實習生提供支援，綜合受訪專家和學者的意見，認為實習機構方面，應為實習生提供足夠的學習機會、應對在家工作的情況制定守則，提供足夠的資料和督導，以及實習前、中、後期的雙向交流。實習生亦應採取主動，與實習督導互相配合，訂下清晰的工作目標和時間表。而學校則為學生提供支援和訓練，積極和業界聯繫。在使用虛擬實習時，各方可善用虛擬平台及各種科技軟件加強溝通。

可見，完善的虛擬實習計劃需要花上不少時間策劃，實習是雙向互動的過程，亦需要各方建立有效的溝通模式，方能令實習生透過學習機會，掌握職場文化，把所學知識應用到實際工作，達到提升就業能力的目的。

5. 各方有需要為缺少實習機會的學生開拓虛擬實習以外的學習經歷，例如提供平台和機會，讓學生把所學應用到社區層面。

因應實習機會減少和虛擬實習不適用於所有工種的問題，各方有需要為缺少實習機會的學生開拓虛擬實習以外的學習經歷。即使缺少實習機會，學生亦可把所學知識應用到實際生活，作為實習以外的學習經歷，例如把所學應用到社區層面。

參考外地經驗，政府有推出以青年為對象的社區計劃。新加坡政府提供 1000 個「青年數碼科技團隊」職位，計劃安排受過數碼科技培訓的年輕人深入社區，協助社會服務團體等民間機構提升數碼能力。

至於本港情況，也有學校為不能進行實習的學生，提供社區實踐平台計劃。例如因應修讀教育學系的同學不能親身到學校進行面授實習，有本地大學教育學系在疫情下安排實習同學設計一系列不同的網上課堂，在社區層面免費供中小學生報讀。即使實體實習無法進行，院校也順應行業的電子學習發展趨勢，利用科技在社區為學生提供實踐所學的機會。

參考以上例子，未來各方可擔任中介人和統籌角色，繼續探索如何為學生開拓課堂以外的學習經歷，提供平台讓學生實踐經驗和學習技能。

6. 在新常態下，僱主對學生的技能需求改變，學生需具備多元技能，繼續採取積極態度，裝備自己以應對未來就業的挑戰。

有受訪專家表示，新常態下不少企業轉型，現時的營運模式或著眼點有所改變，例如數碼化，很多職責都以線上形式履行。僱主對學生的技能需求改變，期望學生擁有多元技能，資訊科技相關技能特別重要。

要面對未來的挑戰，具備硬技能和軟技能同樣重要。研究資料亦顯示，數碼技能的重要性將與日俱增，例如資訊科技運用能力、人工智能、

大數據分析、編程、物聯網，虛擬現實以及機械學習技能，主導全球未來的發展趨勢，而疫情則加速數碼轉型。另一方面，在疫情期間，人們的生活模式大大改變，創造力和創新尤其重要。軟技能培訓正正協助學生應對未來的挑戰，裝備他們創新解難的能力，適應現今世代的新工種和工作形態，從轉變中順利過渡。

學生問卷調查結果顯示，學生即使缺少實習機會，但也採取積極態度應對。除了從事其他臨時工作外，不少學生也會學習新技能和知識以裝備自己。在無法進行實習的 420 名受訪學生當中，包括原有實習安排被取消或延期，及曾嘗試尋找實習但不成功的學生，約五成半(54.5%)轉為從事兼職或臨時工作，分別有超過三成半學生發掘新興趣或新技能(37.1%)，用更多時間溫習已有學科知識(36.2%)，自學與行業相關的知識(36.0%)。

新冠肺炎疫情對社會、經濟、生活帶來不少衝擊。在新常態下，職場結構和工作模式改變，社會對各類人才和技能的需求也有所轉變。要面對未來的挑戰，學生具備硬軟技能同樣重要。實習經驗和課堂以外的學習經歷正是裝備未來技能的重要途徑。未來各方可在技能發展方面為學生提供更多支援。

建 議

基於上述研究結果及討論要點，我們循提升虛擬實習的成效、增加課堂以外的其他學習經歷，以及發展多元技能等方向，認為值得考慮下列建議，以改善疫情下大學生的實習處境，並裝備學生順利從學校過渡到職場。

1. 建議制定虛擬實習資料配套，有利企業和實習生進行虛擬實習。

A. 企業可制定虛擬實習章程，包括定下清晰的工作目標、足夠的準備資料和工作指引等。

虛擬實習對於多數企業或實習生來說，仍在摸索階段，為讓企業及實習生更掌握虛擬實習的工作流程，建議企業可制定虛擬實習章程，包括清晰的工作目標、就工作項目提供足夠的資料和工作指引等，增加實習生對工作背景及工作性質的了解，在缺乏實體接觸下確保工作過程順暢。

B. 企業可在實習中加設虛擬夥伴計劃，並增加雙向交流。

因應虛擬實習減少人際交流，企業可在實習中加設虛擬夥伴計劃，夥伴由企業內的同事擔任，讓實習生在家使用虛擬實習時也有機會和實習督導以外的同事溝通交流。夥伴的角色是讓實習生增加對公司及職場文化的了解，可互相支援並交流意念。

此外，為補足實習生對企業及職場文化的認識，以及增進雙向交流的機會，企業可在實習期間舉辦一次網上分享會，讓實習生有機會向公司同事分享自己技能以及可貢獻之處，達至知識共享。企業能善用實習生的優勢，安排更適合的工作任務。同時亦讓學生有機會和企業同事接觸，擴闊學生人際網絡和增加工作機會。

2. 學校、非政府組織可為學生提供課堂以外的學習經歷，並設立一站式網上虛擬實習平台。

A. 社區實踐計劃

參考外地經驗，學校和非政府組織可合作舉辦計劃，從社區實踐計劃出發，讓學生把學科知識應用在實際場景。內容可以是社區計劃、促進公共衛生計劃、解決社會問題方案等等。學生可在當中運用科技元素，並培養解決問題的能力，從真實體驗中增進知識、提升技能。

另一方面，在新常態下企業營運面對種種挑戰。有關計劃亦可從解決企業營運等問題的方向出發，內容可以是學生為企業設計新的營銷策略，產品概念等。

B. 舉辦職場經驗分享會及技能訓練

新的實習模式在實行初期必然會遇到不同問題。學校可透過舉辦職場經驗分享會，幫助學生了解實際職場工作環境和文化，並裝備學生應對虛擬實習的工作處境。

另外，隨着科技急速發展，可預視未來職場工作環境所需的新技能和知識轉變，學校可以為非專科學生提供相關技能訓練，

包括實用技能如數碼技能、軟技能如創意思維和應變力，使學生具備多元技能應對新常態。

C. 非政府組織開設一站式網上虛擬實習平台

非政府組織可開設一站式網上虛擬實習平台，為學生提供虛擬實習技巧，實習空缺，就業技能等資訊。同時亦可邀請大企業在平台分享虛擬實習的成功經驗。非政府組織可擔任中介角色，邀請更多中小企提供虛擬實習機會，為學生配對實習機構，並為實習機構和學生提供所需支援。

3. 建議政府擴闊境外實習資助計劃至境外虛擬實習計劃

特區政府設有青年內地實習資助計劃，以及資助學生到外地參與交流或實習活動，讓學生擴闊視野。研究建議擴大計劃資助範圍至境外虛擬實習。因應本地實習職位減少，境外虛擬實習是另一機遇，坊間舉辦的海外虛擬實習普遍需要收費，但部分學生未必能負擔海外虛擬實習的中介費用。疫情下，各地所實施的出入境限制和隔離措施，大大降低境外實體實習的可行性。特區政府可擴闊資助計劃至境外虛擬實習，讓更多有興趣在境外企業虛擬實習的學生有機會擴闊國際視野。

4. 學生應主動掌握多元技能以應對新常態

學生可緊貼社會的發展趨勢，以靈活變通的態度持續發展多元技能，特別是資訊科技相關技能。學生需在疫情下保持適應力、靈活性、以良好的溝通協作能力、創新解難思維，並調節心態應對未來挑戰。

學生應積極參與大學事業策劃中心所舉辦的活動，或坊間機構所舉辦的生涯體驗活動，無論是實體或虛擬形式進行均有學習及發展的空間。若在疫情下獲得實習機會，更需以積極主動的態度，展示自己可貢獻之處，以豐富自己的學習體驗。

參考資料

- 文匯報。2020年6月19日。〈校園學習漸復 疫境實習難搞〉。
- 世界新聞網。2020年06月11日。〈紐約市啟動3青年項目 提供暑期帶薪實習機會〉。網址：<https://tw.news.yahoo.com/紐約市啟動3青年項目-提供暑期帶薪實習機會-030600640.html>。取自雅虎新聞，2020年10月7日下載。
- 林宜玄、何敍瑜(2014)。台灣、美國與德國技專校院學生校外實習成效評估項目之比較。技術及職業教育學報，5(3)，1-31。
- 社會工作者註冊局。2014年10月15日版本。〈用於社會工作者註冊事宜的認可社會工作學歷評核準則〉。擷取自
https://www.swrb.org.hk/documents/Principles,%20Criteria%20and%20Standards%20for%20Recognizing%20Qualifications%20in%20Social%20Work%20for%20Registration%20of%20RSWs_2015_chinese.pdf.pdf
- 香港 01。2020年7月21日。〈明專護理學疫情停臨床實習 新學期困難更大將提早開學〉。
- 香港中文大學 傳訊及公共關係處。2020年6月16日。〈「中大支援基金」創造逾300個工作及實習機會〉。網址：
https://www.cpr.cuhk.edu.hk/tc/announcements_detail.php?id=88&t=中大支援基金-創造逾300個工作及實習機會-呼籲各界繼續支持。2020年8月11日下載。
- 香港青年協會。2020年。〈未來技能，迎接挑戰〉報告。擷取自
<https://hkfyg.org.hk/wp-content/uploads/2020/06/青協「未來技能，迎接挑戰」報告.pdf>
- 香港政府新聞網。2020年4月20日。〈政府將推出一系列保就業和創職位措施紓緩失業惡化情況〉。網址：
<https://www.info.gov.hk/gia/general/202004/20/P2020042000536.htm>。2020年10月12日下載。
- 香港政府新聞網。2020年7月23日。〈政府延長僱員在家工作安排〉。網址：
https://www.news.gov.hk/chi/2020/07/20200723/20200723_150304_822.html?type=category&name=admin。2020年8月11日下載。
- 香港理工大學。2019年。「學生發展計劃」網頁。網址：
https://www.polyu.edu.hk/web/tc/learning_teaching/student_development_programmes/。2020年8月10日下載。
- 香港經濟日報。2020年5月14日。〈新世界推「虛擬實習」 招募100名大學生實習生〉。
- 香港經濟日報 TOPick。2020年7月16日。〈花旗銀行聘實習生 過程全改在線上虛擬進行〉。網址：<https://topick.hket.com/article/2697543/花旗銀行聘實習生%E3%80%80過程全改在線上虛擬進行>。2020年8月11日下載。
- 徐璧君 (2014)。〈實習成效評估之研究〉。擷取自
<http://ir.lib.cyut.edu.tw:8080/bitstream/310901800/8639/1/%E6%88%90%E6%95%88%E8%A9%95%E4%BC%B0.pdf>
- 創新科技署〈創科實習計劃〉。網址：<https://www.itf.gov.hk/tc/funding-programmes/nurturing-talent/stem-internship-scheme/>。2020年11月10日下載。

- 勞工處。2017年。「勞工法例疑問解答《最低工資條例》(第608章)適用範圍」網頁。網址：https://www.labour.gov.hk/tc/faq/smw_converage.htm，2020年9月30日下載。
- 晴報。2020年5月7日。〈大專實習位劇減3成 準教師縮剩7日 酒店旅遊一位難求〉。
- 黃玉枝，郭文中 (2013)。〈實習生成就感與影響因素間之路徑研究〉。資訊、科技與社會學報，第21期，頁65-75。擷取自 <http://jitas.im.cpu.edu.tw/2013/5.pdf>
- 鄧藹儀 (2015)。〈大學生實習成效探討〉。青年研究學報，2015年7月。第18卷，第2期，總第36號。頁73-78。
- 聯合早報。2020年9月4日。〈唐振輝：製造就業實習機會 助青年疫情期間累積工作經驗〉。網址：<https://www.zaobao.com/news/singapore/story20200904-1082122>。2020年10月7日下載。
- 醫院管理局。2020年1月25日。〈醫院管理局啟動緊急應變級別〉。網址：<https://www.ha.org.hk/haho/ho/pad/200125Chi6.pdf>，2020年9月30日下載。
- Baert, S., Neyt, B., Siedler, T., Tobback, I., & Verhaest, D. (2019). Student internships and employment opportunities after graduation: A field experiment.
- Bernard Marr (Apr 17, 2020) "8 Job Skills To Succeed In A Post-Coronavirus World", Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.forbes.com/sites/bernardmarr/2020/04/17/8-job-skills-to-succeed-in-a-post-coronavirus-world/#7d108d5f2096>
- BWEDUCATION,(2020) "Intern Hiring Trends During COVID-19.", Retrieved Oct 7, 2020 from <http://bweducation.businessworld.in/article/Intern-Hiring-Trends-During-COVID-19/29-06-2020-292143/>
- CARTUS,(2020) "COVID-19 IMPACT ON INTERNSHIPS.", Retrieved Oct 7, 2020 from https://www.cartus.com/files/4315/9172/6562/Cartus-Internship_Pulse-Survey-0520.pdf
- Dearle, N. B. (1912). Boy Labour and Apprenticeship. *The Economic Journal*, 22(85), 85-87
- Forage. (2020). Showcase your skills. Retrieved Nov 17, 2020 from <https://www.theforage.com>
- Holyoak, L. (2013). Are all internships beneficial learning experiences? An exploratory study. *Education + Training*, 55(6), 573–583.
- Hur, K. (2020). Virtual internships keep the talent pipeline open; Students still get the experience -- it's just a very different one. *Automotive News*, 94(6940), 8.
- Ismail, Z. (2018) Benefits of Internships for Interns and Host Organisations. K4D Helpdesk Report, Birmingham UK: University of Birmingham.
- J. Isaac Spradlin,(2009) "The evolution of Interns.", Retrieved Sept 15, 2020 from <http://www.forbes.com/2009/04/27/intern-history-apprenticeship-leadership-careers-jobs.html>
- Jeske, D. (2019). Virtual internships: Learning opportunities and recommendations. In R. Shindell (Eds.), *Total Internship Management - The Employer's Guide to Building and Sustaining the Ultimate Internship Program* (3rd Edition). Published by: Intern Bridge.

- Josie C. (Jul 15, 2020). My Summer On Zoom: 2020's Covid-19 Interns Bear The Professional Brunt Of Office Closures. Retrieved Nov 19 , 2020 from <https://www.forbes.com/sites/josiecox/2020/07/15/internship-summer-zoom-covid-intern-office-future-of-work/?sh=303af0467b49>
- Linkedin.(2020).Future Skill Report. Retrieved from: <https://business.linkedin.com/talent-solutions/recruiting-tips/future-ofskills-for-asia-pacific-2019>
- Maggie Baska,(6 Jul 2020) "Firms to receive £1,000 grants for taking on trainees" , Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.peoplemanagement.co.uk/news/articles/firms-get-1000-grants-taking-on-trainees>
- Medeiros, A. R., Ìcen, D., Morciano, E. A., & Cortesão, M. (2015, March). Using virtual internships as an innovative learning technique. In 2015 IEEE Global Engineering Education Conference (EDUCON) (pp. 262-266). IEEE.
- National Youth Council (2020). YouthTech. Retrieved Nov 18, 2020 from <https://www.nyc.gov.sg/en/initiatives/programmes/youthtech/>
- Neon Summer.(2020). Retrieved Nov 18, 2020 from <https://www1.nyc.gov/site/neon/programs/neon-summer.page>
- Ryu, C., Kim, Y. J., Chaudhury, A., & Rao, H. R. (2005). Knowledge acquisition via three learning processes in enterprise information portals: learning-by-investment, learning-by-doing, and learning-from-others. *Mis Quarterly*, 245-278.
- Stirling, A., Kerr, G., Banwell, J., MacPherson, E., Bandealy, A., & Battaglia, A. (2014). What is an Internship?: An Inventory and Analysis of" internship" Opportunities Available to Ontario Postsecondary Students. Higher Education Quality Council of Ontario. Retrieved Sept 15, 2020 from, <http://www.heqco.ca/SiteCollectionDocuments/Internship%20ENG.pdf>
- Stirling, A., Kerr, G., Banwell, J., MacPherson, E., Bandealy, A., & Battaglia, A. (2014). What is an Internship?: An Inventory and Analysis of" internship" Opportunities Available to Ontario Postsecondary Students. Higher Education Quality Council of Ontario. Retrieved Sept 15, 2020 from <http://www.heqco.ca/SiteCollectionDocuments/Internship%20ENG.pdf>
- The Guardian,(2020) "Majority of UK employers have had to cancel work experience due to Covid-19", Retrieved Oct 7, 2020 from <https://www.theguardian.com/money/2020/jul/29/majority-employers-cancel-work-experience-students-graduates-covid-19>
- Youngblood, D. (2020)., "Working Relationships Among Supervisors and Interns in Virtual Internships" Theses & Dissertations. 375. , Retrieved Nov 18 , 2020 from https://athenaeum.uiw.edu/uiw_etds/375.

香港青年協會 青年研究中心
青年創研庫
教育組專題研究系列
新常態下促進學生實習經驗
網上問卷意見調查

調查對象：2年級或以上全日制學士學位大學生和2020年畢業生，
並在今年有參與實習或原本有計劃參與實習

樣本數目：877人（標準誤差 < ±1.7%）

調查方法：網上問卷意見調查

調查期間：2020年9月29日 - 10月18日

題目範疇：

範疇	題目
1 實習的意義	V02 ~ V09
2 疫情對實習的整體影響	V01, V10 ~ V14, V18
3 對虛擬實習的看法	V15 ~ V17
4 對未來實習模式的意見	V19 ~ V21
5 個人資料	V22 ~ V26

簡介：

香港青年協會正進行一項有關「新常態下促進學生實習經驗」研究，旨在了解實習的意義和疫情對實習的影響，並期望就未來實習模式提出相應的改善建議。

現誠意邀請**今年有參與實習/原本有計劃參與實習的2年級或以上學生，2020年畢業生**協助填答本問卷。由學校安排的實習或自行尋找的實習也計算在內。

問卷只需約5-10分鐘完成。過程中，所有你提供的資料會絕對保密，只供研究分析用途。

為答謝你的支持，我們將會在調查完結後選出50名填答所有問題的受訪者，送贈港幣\$50之Haagen Dazs雪糕券。重複填寫問卷並不會計算在內。

如對是次研究有任何查詢，請致電3755 7022或電郵至yr@hkfyg.org.hk與本中心聯絡，謝謝！

[V01] 你在今年疫情期間有參與過實習嗎？

- 1 有（包括轉為由學校提供實習或訓練、虛擬實習等任何形式）
- 2 沒有，因為原有實習安排被取消
- 3 沒有，因為原有實習安排被延期
- 4 沒有，因為曾嘗試尋找實習但不成功
- 5 本身沒有計劃參與實習（跳至[V_exit]）

[V_exit] 謝謝。你不屬於是次研究的訪問對象。
我們期望日後有機會再邀請你填答問卷。（跳至[完結]）

[V12] 你認為實習模式的改變對以下的實習成效有何影響？

	1. 提升 成效	2. 沒有 影響	3. 降低 成效	99. 不知 ／難 講
1 把所學知識應用到實際工作				
2 探索職業生涯				
3 建立人際關係網絡				
4 了解職場工作文化				
5 訓練職場工作態度				
6 學習課堂以外的技能				
7 畢業後獲實習機構錄用				

你有幾同意以下說法？

	1. 非常 不同意	2. 頗不 同意	3. 頗同 意	4. 非常 同意	99. 不知 ／難 講
[V13] 我在實習中獲得足夠的支援					
[V14] 我在實習中的角色處於被動位置					

[問所有人]

3. 對虛擬實習的看法 (V15 ~ V17)

虛擬實習指不是傳統實際工作環境模式進行的實習，例如：在家工作、線上實習、虛擬病房環境等。如果你在今年疫情期間有使用虛擬實習，請以當中經歷填寫。如果沒有，請按照你對虛擬實習的想法填寫。

[V15] 你認為虛擬實習有什麼效益？（可選多項）

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1 增加工作彈性 | 6 訓練獨立解決問題的能力 |
| 2 適應未來數碼時代的發展 | 7 提升自學能力 |
| 3 節省時間和金錢（例：交通） | 8 更多機會接觸來自不同地方的同事 |
| 4 加強應變能力 | 9 沒有效益 |
| 5 帶來創新和創意 | 99 不知／難講 |

[V16] 哪些是虛擬實習的負面影響？（可選多項）

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1 實際工作機會減少 | 7 無法感受公司文化 |
| 2 在家工作缺乏所需軟件或內聯網系統權限 | 8 不能把所學技巧應用到現實環境 |
| 3 遇到困難時無法獲得即時支援 | 9 缺乏應對實際工作環境突發情況的經驗 |
| 4 增加溝通難度 | 10 沒有困難 |
| 5 缺乏真實感 | 99 不知／難講 |
| 6 缺乏與其他同事的接觸機會 | |

[V17] 要加強虛擬實習成效，你認為那些支援最重要？
(最多可選 3 項)

- 1 實習督導加強與實習生的溝通聯繫
- 2 實習機構為實習生提供入職導向簡介
- 3 實習機構提供在家工作所需軟件
- 4 實習機構多舉辦虛擬人際交流活動
- 5 學校多講解虛擬實習的技巧
- 6 科技公司開發像真度高的實體虛擬程式
- 99 不知/難講

[Ask V01 code 2-4，沒有參與實習]

[V18] 因應無法進行實習，你如何應對？(可選多項)

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| 1 尋找網上證書課程自行增值 | 6 參與生涯規劃活動 |
| 2 自學與行業相關的知識 | 7 發掘新興趣或新技能 |
| 3 用更多時間溫習已有學科知識 | 8 參與義務工作 |
| 4 使用社交網絡(例如 LinkedIn)加強職場人際關係 | 9 參加比賽 |
| 5 從事兼職或臨時工作 | 10 沒有特別應對，在疫情期間稍作休息 |

[問所有人]

4. 對未來實習模式的意見 (V19 ~ V21)

[V19] 請以 0 至 10 分表達實習對你的重要性。

0 分=非常不重要，10 分=非常重要，99=不知/難講

_____ 分

你有幾同意以下說法？

	1. 非常 不同意	2. 頗不 同意	3. 頗同 意	4. 非常 同意	99. 不知 /難 講
[V20] 虛擬實習可以 取替實體實習					

[V21] 在未來實習模式中，你期望實體和虛擬成份的比例是？

- 1 100%實體，0%虛擬成份
- 2 90%實體，10%虛擬成份
- 3 80%實體，20%虛擬成份
- 4 70%實體，30%虛擬成份
- 5 60%實體，40%虛擬成份
- 6 50%實體，50%虛擬成份
- 7 40%實體，60%虛擬成份
- 8 30%實體，70%虛擬成份
- 9 20%實體，80%虛擬成份
- 10 10%實體，90%虛擬成份
- 11 0%實體，100%虛擬成份
- 12 沒有需要實習，可用其他方式取替

5. 個人資料 (V22 ~ V26)

[V22] 性別：

- 1 男
- 2 女

[V23] 年齡：_____歲（實數）

[V24] 你是就讀專科的學生嗎？（專科指具專業認證的科系）

- 1 是
- 2 否

[V25] 就讀學系：

- | | |
|------------|-------------|
| 1 人文/社會科學系 | 6 教育系 |
| 2 理科學系 | 7 法律系 |
| 3 工商管理學系 | 8 藝術系 |
| 4 工程學系 | 9 傳播學系 |
| 5 醫療相關學系 | 10 其他：_____ |

[V26] 就讀級別：

- 1 二年級
- 2 三年級
- 3 四年級
- 4 五年級或以上
- 5 2020 年畢業生

[V27] 就讀院校：

- | | |
|----------|-----------|
| 1 香港大學 | 7 嶺南大學 |
| 2 香港中文大學 | 8 香港教育大學 |
| 3 香港科技大學 | 9 香港公開大學 |
| 4 香港理工大學 | 10 香港樹仁大學 |
| 5 香港城市大學 | 11 香港恒生大學 |
| 6 香港浸會大學 | |

6. 有獎遊戲送贈雪糕券

本研究旨在就未來實習模式提出相應的改善建議。因此，本中心希望邀請閣下為此出謀獻策。為答謝支持，我們會送出港幣\$50 之 Haagen Dazs 雪糕券予完成問卷，並提供最佳答案的 50 名受訪者。如有興趣取得雪糕券，請回答以下問題，並提供姓名、email 及地址以供聯絡用途。獲贈雪糕券人士將於 2020 年 12 月中旬前收到電郵通知。

[V28] 請問你是否想要獲得雪糕券？

- 1 是
- 2 否（跳至 [完結]）

[V29] 因應疫情不穩定性和科技的急速發展，學生/學校/僱主/政府可以怎樣應對或支援未來實習的發展，以提升實習的效能和學生的就業力？

[V30] 姓名：_____

[V31] email：_____

[V32] 聯絡地址：_____

[V33] 聯絡電話：_____

香港青年協會私隱政策 //with link//

[完結] 問卷已完成。非常感謝您的參與。

香港青年協會

The Hong Kong Federation of Youth Groups

hkfyg.org.hk | m21.hk

香港青年協會(簡稱青協)於 1960 年成立，是香港最具規模的青年服務機構。隨著社會瞬息萬變，青年所面對的機遇和挑戰時有不同，而青協一直不離不棄，關愛青年並陪伴他們一同成長。本著以青年為本的精神，我們透過專業服務和多元化活動，培育年青一代發揮潛能，為社會貢獻所長。至今每年使用我們服務的人次達 600 萬。在社會各界支持下，我們全港設有 80 多個服務單位，全面支援青年人的需要，並提供學習、交流和發揮創意的平台。此外，青協登記會員人數已逾 45 萬；而為推動青年發揮互助精神、實踐公民責任的青年義工網絡，亦有逾 23 萬登記義工。在「青協·有您需要」的信念下，我們致力拓展 12 項核心服務，全面回應青年的需要，並為他們提供適切服務，包括：青年空間、M21 媒體服務、就業支援、邊青服務、輔導服務、家長服務、領袖培訓、義工服務、教育服務、創意交流、文康體藝及研究出版。

青年創研庫

Youth I.D.E.A.S.

香港青年協會（簡稱青協）青年研究中心於 2015 年成立青年創研庫，是本港一個屬於青年的智庫，透過科學研究和政策倡議，為香港社會的發展建言獻策。過去四年，創研庫共完成 48 項研究，並與政策制定者及社會各界積極交流。

新一屆（2020-2022 年度）青年創研庫由超過 80 位專業才俊、青年創業家與大專學生組成；部分曾參與青協領袖學院的訓練課程。八位專家、學者應邀擔任創研庫的顧問導師，就各項研究提供寶貴意見。

青年創研庫是年輕人一個獨特的意見交流平台。他們就著青年關心和有助香港持續發展的社會議題或政策，以求真求實的態度，探討解決對策和可行方案。

青年創研庫將持續與青年研究中心，定期發表研究報告。四項專題研究系列，分別是：（一）經濟；（二）管治；（三）教育；以及（四）民生。

青年創研庫短片



青年研究中心

Youth Research Centre

yrc.hkfyg.org.hk

資訊科技發展一日千里，新思維和新事物不斷湧現。在知識型經濟社會下，實證和數據分析尤其重要，研究工作亦需以此為根基。青協青年研究中心一直不遺餘力，以期在急速轉變的社會中，加深認識青年的處境和需要。

青協青年研究中心於 1993 年成立，過去 25 年間，持續進行一系列有系統和科學性的青年研究，至今已完成超過 370 項研究報告，當中包括《香港青年趨勢分析》及《青年研究學報》，讓社會各界掌握青年脈搏，並為香港制定青年政策和策劃青年服務，提供重要參考。

為進一步強化研究領域和青年參與，中心於 2015 年成立青年創研庫，由本地年輕專業才俊與大專學生組成智庫，於 2015-2019 年間，就經濟、管治、教育及民生四項專題，完成 48 項研究報告，以青年角度為香港社會持續發展建言獻策。

香港青年協會領袖學院

The HKFYG Leadership Institute

LeadershipInstitute.hk

香港青年協會自 2000 年開始，已為本港超過 15 萬名學生領袖提供專業及具系統的培訓。建基於多年的經驗，青協活化前粉嶺裁判法院，成為全港首間「香港青年協會領袖學院」，並提供營舍，為中學至在職優秀青年提供更全面領袖訓練。學院下設五個院校，重點培訓領袖技巧、提升傳意溝通、加深認識國家發展、開拓全球視野，以及推動社會參與。其中《香港 200》領袖計劃，每年選拔具領導潛質的青年學生，培養他們願意為香港貢獻的心志。學院更與 One Young World、薩斯堡世界論壇及和平號等國際組織合作，為本地青年提供開拓國際視野的機會，進一步實踐回饋社會的心志。

研究報告一覽

系列編號 Serial No.	題目 Titles	日期 Date
YI001	人盡其才——如何開拓青年就業出路 The Opportunities of Vocational Training for Youth Employment	7/2015
YI002	年輕一代可以為高齡社會做什麼？ What can the Younger Generation Do for an Aged Society?	8/2015
YI003	誰願意參與公共事務？ Who is Willing to Take up Positions in Public Affairs?	9/2015
YI004	促進青年參與創新科技的障礙與對策 Encouraging Young People to Participate in Innovation and Technology Development	10/2015
YI005	如何促進科技創業的發展條件 Enhancing the Conditions for Technology Start-ups	11/2015
YI006	輸入人才的機遇及影響 Attracting Talents to Hong Kong: Impact and Opportunities	12/2015
YI007	青年看公眾諮詢的不足與障礙 Young People's Perception on Public Consultations	1/2016
YI008	「翻轉教室」有助提升香港學生自主學習？ Do "Flipped Classrooms" Motivate Students to Learn?	2/2016
YI009	香港擔任「超級聯繫人」的挑戰與機遇 Challenges and Opportunities: Hong Kong's Role as a Super-Connector	3/2016
YI010	年輕一代為何出現悲觀情緒 What Makes Young People Feel Negative	4/2016
YI011	青年看立法會的職能與運作 Young People's Views on the Roles and Functions of the Legislative Council	5/2016
YI012	青年對持續進修的取態 Young People's Views on Continuous Learning	6/2016
YI013	多元發展香港旅遊業 Diversifying Hong Kong's Attractions to Boost Tourism	8/2016
YI014	少數族裔人士在港生活的困境 Challenges Faced by Ethnic Minorities in Hong Kong	9/2016
YI015	青年對公務員及其所面對挑戰的意見 Young People's Views on Civil Servant Challenges	10/2016
YI016	中學生對體育教育的意見和取態 Attitude of Secondary Students on Physical Education	11/2016
YI017	新生代的彈性就業模式 Flexible Employment of Today's Youth	12/2016
YI018	青年對香港城市規劃的願景 Young people's Views on "Hong Kong 2030+"	1/2017
YI019	青年對政治委任官員的期望 Young People's Views on the Performance of Political Appointments	2/2017
YI020	小學創科教育的狀況與啟示 STEM Education in Primary Schools	3/2017
YI021	香港創意工藝產業化的發展挑戰與機遇 Challenges and Opportunities Facing the Development of Creative Craftsmanship in Hong Kong	4/2017
YI022	青少年如何處理壓力 How Young People Cope with Stress	5/2017
YI023	香港青年看社會團結 Young People's Views on Togetherness	6/2017
YI024	高中學生對「休學年」的取態 Views of Senior Secondary Students on Taking a Gap in Their Studies	7/2017

系列編號 Serial No.	題目 Titles	日期 Date
YI025	如何建立公眾對政府的信任 Building Public Trust in the Government	12/2017
YI026	改善中學 STEM 教育的資源運用 STEM Education in Secondary Schools: Improving Resource Utilization	1/2018
YI027	電競業在香港的發展機遇 e-Sports in Hong Kong	1/2018
YI028	提升香港器官捐贈率 Promoting Organ Donation in Hong Kong	2/2018
YI029	促進特區政府電子服務 Enhancing e-Government in the HKSAR	4/2018
YI030	改善高中通識科的教學與評核 Improving Liberal Studies in Senior Secondary Education	6/2018
YI031	推動耆壯人士就業 Encouraging Young-Olds Employment	6/2018
YI032	提升香港生育率 Boosting Birth Rate in Hong Kong	7/2018
YI033	培養香港管治人才 Nurturing Talent for Governance	8/2018
YI034	創科生活應用與智慧城市 Living with Innovative Technologies and Building a Smart City	9/2018
YI035	釋放香港女性勞動力 Improving Incentives for Women's Employment	10/2018
YI036	促進高學歷特殊需要青年的就業機會 Enhancing Career Opportunities for Higher Educated Youth with SEN or Disabilities	11/2018
YI037	促進市民參與公共財政管理 Involving the Community in Public Finance Management	12/2018
YI038	改善中學生涯規劃教育的效能 Improving the Effectiveness of Career and Life Planning Education	1/2019
YI039	消除港青在粵港澳大灣區發展事業的障礙 Overcoming Career Challenges of Hong Kong Young People in the Greater Bay Area	2/2019
YI040	改善香港減廢與資源回收狀況 Stepping up Efforts in Reducing and Recycling Waste in Hong Kong	3/2019
YI041	優化香港特別行政區授勳及嘉獎制度 Advancing the Honours and Awards System of the HKSAR	4/2019
YI042	提升初中資訊科技教育的效能 Increasing the Efficacy of ICT Education at Junior Secondary Level	5/2019
YI043	吸納多元化年輕人才來港就業 Attracting Diverse Young Talents to Hong Kong	6/2019
YI044	「共居」— 香港青年住屋的可行出路？ Co-Living: An Alternative Hong Kong Housing Solution for Youth?	8/2019
YI045	強化區議會的角色與職能 Strengthening the Role and Functions of District Councils	9/2019
YI046	改善青年理財教育 Improving Financial Education for Young People	9/2019
YI047	豐富職青的海外視野與就業經驗 Enriching the Experiences of Working Youth through Overseas Exposures	10/2019
YI048	改善香港的跨代關係 Strengthening Intergenerational Understanding	12/2019

系列編號 Serial No.	題目 Titles	日期 Date
YI049	善用社交媒體提升管治 Improving Governance by Maximising Effectiveness of Social Media	4/2020
YI050	加強支援電子學習的發展 Enhancing Support for e-Learning in Schools	7/2020
YI051	促進虛擬銀行服務惠及青年 Facilitating Young People's Access to Financial Services through Virtual Banking	7/2020
YI052	優化彈性工作安排應對職場新常態 Maximizing the Advantages of Flexible Working Arrangements	9/2020
YI053	改善諮詢組織運作促進青年參與 Improving Operations of Advisory Bodies to Better Facilitate Youth Engagement	9/2020
YI054	疫情下為青年就業尋出路 Opportunities for Youth Employment Amid the Pandemic	11/2020
YI055	新常態下促進學生實習經驗 Enriching Students' Internship Experiences in the Next Normal	11/2020



Donation / Sponsorship Form 捐款表格

Please tick (✓) boxes as appropriate 請於合適選項格內，加上“✓”：

I am / My organization is interested in donating 本人/本機構 願意捐助

HK\$10,000 HK\$5,000 HK\$2,000 HK\$1,000 HK\$800 HK\$500 HK\$200 Other 其他 HK\$ _____

Receipts will be issued for all donations over HK\$100 and are tax-deductible. 所有港幣 100 元或以上捐款，將獲發收據作申請扣稅之用。

Donation Method 捐款方式

Cheque 支票

Cheque No. 支票號碼 _____

Crossed cheques should be made payable to: **The Hong Kong Federation of Youth Groups**

劃線支票抬頭祈付：**香港青年協會**

Direct Transfer 銀行轉賬

Direct transfer to the **Hang Seng Bank, account no.**

存款予本會恒生銀行賬戶：

773-027743-001

Internet Banking “**Bill Payment**” or

“**Charity Donation**” Services

本地銀行網上理財「繳費」或「慈善捐款」

Date of Payment 轉賬日期: _____

Please use your contact number as the bill account number (if applicable). If you need a receipt, please send us the bank's receipt / transaction record together with this form. 請以您的電話號碼作為賬單/賬戶號碼(如適用)。請將銀行存款證明/交易紀錄連同捐款表格交回。

銀行戶口**每月自動轉賬** (表格將另函寄上。)

Monthly direct debit (We will send you the Authorization Form.)

PPS Payment 繳費靈

PPS Payment (The merchant code for The Hong Kong Federation of Youth Groups is **9345**. Please use your contact number as the bill account number.)

繳費靈 (本會登記商戶編號：**9345**；請以您的電話號碼作為賬單/賬戶號碼)

Date of Payment 轉賬日期 _____

Credit Card 信用卡

VISA MasterCard

One-off Donation 單次捐款 Regular Monthly Donation 每月捐款

Card Number 信用卡號碼	Expiry Date / 有效期至 (MM 月 / YY 年)	Signature of Card Holder 持卡人簽署
Name of Card Holder 持卡人姓名	HK 港幣 \$	

Donor Information 捐款者資料

Name of Donor 捐款人姓名 _____

Name of Sponsoring Organization

贊助機構名稱 _____

Name of Contact Person

聯絡人 _____

Tel Number 聯絡電話 _____

Fax Number 傳真號碼 _____

Email 電郵 _____

Do you need a receipt? Yes 是

是否需要捐款收據? No 否

Name for Receipt

收據抬頭 _____

Address 聯絡地址 _____

The Hong Kong Federation of Youth Groups (the Federation) respects the privacy of individuals. We do our best to ensure the collection, use, storage, transfer and disclosure of your personal data comply with the Personal Data (Privacy) Ordinance. You have the right to access and correct your personal data and request a copy of the said data. You can make your request to personaldata@hkfyg.org.hk. Your request will be answered in 40 days. A fee may be charged for processing a data access request.

Your personal data may be used for purposes related to participation in various programmes and activities, issuing of receipts, collection of user feedback, conduct of analysis, and any other initiatives related to the aims and objectives of the Federation. Please indicate below if you agree to being contacted for these purposes. Should you wish to stop receiving news and information from the Federation and its service units, please contact us at unsubscribe@hkfyg.org.hk.

香港青年協會(青協)非常重視個人私隱，並確保轄下之服務於任何情況下收集、使用、儲存、轉移及查閱個人資料之程序均符合香港的《個人資料(私隱)條例》的要求。您有權要求查閱和改正所提供的個人資料及索取有關資料的複本。如需查詢或改正個人資料，可電郵至 personaldata@hkfyg.org.hk。在收到您提出的要求後，本會將在 40 天內給予回覆，並將可能就收取合理的費用。

您提供之個人資料將用作參與活動的相關用途、簽發收據、收集意見、資料分析，及其他配合本會宗旨及使命的事項。請在下面的方格上填上劃號，表示您是否願意收到本會通訊。如需取消接收青協及有關單位的資訊，請電郵至 unsubscribe@hkfyg.org.hk 與青協職員聯絡。

I / We do not wish to receive communication through the channels below *:

本人 / 本機構 不希望從以下渠道接收通訊 *:

Email 電郵 Mail 郵寄 Phone 電話

Please send this form with your crossed cheque / the bank's receipt to :
捐款表格、劃線支票/銀行存款證明，敬請寄回：

Partnership and Resource Development Office
The Hong Kong Federation of Youth Groups
21/F, The Hong Kong Federation of Youth Groups Building
21 Pak Fuk Road, North Point, Hong Kong

香港北角百福道 21 號
香港青年協會大廈 21 樓
香港青年協會「伙伴及資源拓展組」

Tel 電話: 3755 7103
Fax 傳真: 3755 7155
Email 電郵: partnership@hkfyg.org.hk
Donation Website 捐款網站: giving.hkfyg.org.hk