

「友伴同行」朋辈指导计划 Peer Mentoring Programme 2024



一个人走得快，
一群人走得远。



「友伴同行」朋辈指导计划旨在推广学生互助的校园文化，协助内地新生更好地适应大学生活以及认识香港文化。

参加此计划的新生学友 (Peer Mentee) 会与由高年级学长姐担任的朋辈导师 (Peer Mentor) 配对，透过与学长姐的沟通，了解过来人经验，校园的设施、资源及活动，有助于更好地投入到大学生活中。另外，日常社交通讯及联谊活动也可以帮助新生学友认识其他学系的同学和学长姐，建立人际网络，从而变得更独立和自信地面对四年在香港升学的生活。



计划时段：

- 9月至12月(第一个学期)

学友名额：

- 36位 (如报名人数超出限额，将以抽籤形式处理)

计划对象：

- 有意扩展社交圈的一年级内地新生

朋辈小组别安排：

- 每组设有2名分别来自本地及内地的高年级学长姐担任朋辈导师
- 组员包括5-6名来自不同学系的新生学友

新生学友的收获：

- 朋辈导师的支援和关怀
- 认识其他学系同学，扩大社交圈，提升人际沟通技巧
- 充分了解学校的资源、活动、培训计划
- 深度认识香港文化
- 参考学长姐们的经验和建议，做出合适的决定
- 参加适应工作坊，获取大学生活所需之重要技能



新生学友的责任：

- 出席此计划的启动礼(9月4日)及总结礼(2025年1月)
- 出席适应工作坊，投入小组讨论
- 积极参加由学长姐们举办的活动或联谊聚会
- 主动与学长姐保持联系，回应通讯信息
- 完成计划回馈问卷

对新生学友的期望：

- 以开放的心态主动提问，与朋辈导师一起讨论疑问或困惑
- 学习有效地发问或寻求协助，学会自己独立地解决问题以及做合适的决定
- 与学长姐们保持友好关系，重视并準时出席已相約好的聚会
- 珍惜和尊重学长姐们的付出

重要活动日子：

- 计划启动礼(与朋辈导师见面): 9月4日 (三) 晚上19:00-21:30
- 探索香港活动: 10-11月 (其中3个周末)
- 适应大学生活工作坊: 10-11月其中3晚 (19:00-21:30)，题目包括：
 - 计划大学生活及适应香港文化
 - 提升人际关系技巧
 - 管理压力及善待自己
- 计划总结礼: 2025年1月(下学期初)

报名截止日期：

- 8月31日

新生学友抽籤结果公佈：

- 9月2日以电邮通知

朋辈小组通讯：

- 入选之新生学友将由朋辈导师(Peer Mentor) 拉进小组微信群

「友伴同行」朋辈指导计划 2023 — 新生学友分享

作为去年刚刚入读树仁大学的新生，我也曾面临适应校园生活的挑战。幸运的是，通过学校发送的邮件和张贴在教学楼的海报，我了解到了「友伴同行」朋辈指导计划Peer Mentoring Programme的存在。于是加入活动后，我也成为了一名Mentee。

由于自己不太会说也听不太懂广东话，一开始我有些担心融入不朋辈小组。但令我欣喜的是，Peer Mentor们会说普通话，非常体贴地照顾到了我这个需要特殊关照的新生。在Peer Mentor的悉心引导下，我很快就融入了这个大家庭。我们一起度过了有意义的中秋佳节，还一同探访了香港的诸多景色。这不仅让我摆脱了对异乡生活的陌生，更让我感受到了家的温暖。

Peer Mentoring Programme为我的大学生生活注入了崭新的活力，鼓舞了我去积极探索校园及其周边环境的勇气。我衷心地鼓励今年的新生同学们也能够参与进来，定能获得与我相似的美好体验。



李昕恬（会计系）



山焯沅（心理学系）

去年，我作为内地生一个人来到香港上大学，怀着好奇心的同时，也有一些害怕和担心，很想尽快认识朋友，融入新的圈子。当时，学生事务处组织的「友伴同行」朋辈指导计划为我们提供了一个正规开放的平台，让我们有机会认识有经验的学长学姐，更好的了解校园与香港，于是我抱着愿意试一试的心态报名参加了。

在整个过程中，学长学姐热情主动地带领我们互相认识，给我们解答学习生活方面的困惑，也介绍了香港的风土人情。与此同时，在9-11月份的线下活动中，我通过与朋友们的交流互动，有了满满的收获以及对大学、香港更全面的认识。

一个人走得很快，一群人走得更温暖。朋辈指导计划让我获得了很多安全感和归属感，也带给我了更多的勇气来积极面对和适应新的生活。

「友伴同行」朋辈指导计划 Peer Mentoring Programme 2024

立即报名

扫码线上报名



或

点击报名链接 

报名截止日期：
8月31日

新生学友抽籤结果
公佈：
9月2日以电邮通知

朋辈小组通讯：
入选之新生学友将由
朋辈导师(Peer Mentor)
拉进小组微信群