



## 準備報考英美大學？

## 教育顧問分享策略與心得！

報考著名英美大學時，大多要求考生呈上個人陳述 (Personal Statement)，究竟如何寫精而準的文章內介紹自己，才會得到考官的垂青呢？教育顧問專家及海外升學機構ARCH Education創辦人之一馬智慧 (Jennifer Ma) 與大家分享了撰寫個人陳述的要訣。

英國大學要求考生說明對學科充滿熱誠的原因，以及對學科是否有深入探討和了解的動力，例如閱讀相關課外書籍及參與活動等。以法律系為例，考生可參加模擬法庭及辯論比賽等活動，展現對法律學科的熱誠、態度和能力，考官會從中判斷考生是否就讀該學科的適合人選。

美國大學相對地較少考慮考生於學術上的興趣，反而著眼了解學生的個人特質和發展。考生可於個人陳述中講述自己曾在失敗中學習，如何克服障礙及挑戰未曾試過的事物，考生亦可談說人生故事。Jennifer分享曾有考生用灰姑娘比喻自己，發覺世上沒有白馬王子，人生應靠自己爭取，因而從中以轉念法學制，更建議於市場上分享人陳述的相關知識。

了解英美大學的不同要求後，個人陳述應如何寫呢？Jennifer指出五個撰寫個人陳述的要點。

### 一、回憶 (Recall)

撰寫前，考生宜整理這幾年的人生經歷，以列表形式表達，從而檢視自己哪些人生經歷最能對學科有興趣，並列出事件細節，確保不會遺漏。

### 二、挑選 (Select)

回想和記錄後，考生可在列表中挑選三項最重要、最有影響力的事件作寫家。考生應避免只列出所有曾發生的事件，使個人陳述缺乏深度。

### 三、反思 (Reflect)

考生於個人陳述中提及的事件，不應只是單單事出無奈，而需要加入個人的想法，以及反思歷程如何令自己對學科產生興趣，及事件對個人成長帶來的影響。

### 四、拓展 (Elaboration)

考生宜寫出個人經歷的詳情及細節，以及當中的故事。例如曾有考醫科的考生，他於文中講述自己擔任義工時如何對具備低落的志業感，從中培養同理心及安撫別人情緒的技巧，這個經歷就從他後來提出醫科必須具備的條件。

### 五、結構及文法 (Structure and language)

當考生已有頭緒，亦準備好充足資料撰寫個人陳述，就需要注意字數，同時亦要避免寫過多冗瑣而無詳盡解釋，字為五個段落就最為理想。更應對湧一千餘字陳述中挑出最出色者不容易，可於寫完後用技巧來吸引考官的注意，例如曾有報讀經濟科的學生自小對足球就有熱誠，他以足球經濟理論，討論球會為何買賣球員的合約，再於其他段落講述個人興趣及願望。