



報考英美大學，撰寫「個人陳述」是其中十分重要的一環。而不同地區的大學，對「個人陳述」的要求也會有所不同。教育顧問專家、海外升學機構ARCH Education創辦人之一馬碧慧（Jennifer Ma）和ARCH Education美國升學顧問總監Taylor為大家說明兩地大學各自對「個人陳述」的要求和審核標準，以及一些學生在撰寫「個人陳述」時常犯的錯誤。想報考英美院校的學生，快來參考一下這些建議！

### 報考英美大學時，學校對「個人陳述」的求和審核標準有何區別？

英美兩地大學對「個人陳述」的要求有三大不同之處。首先，在內容方面，英國會更注重新生在學術上的成就。而美國則更希望了解學生的個人成長故事多於學業上的成就。第二、是在描述個人軼事的部分。英國院校鼓勵學生參考大量的學術資料，如學習的理論和閱讀的書，藉此突顯學生對學科的興趣。而美國則傾向於了解學生對他們成長歷程以及其反省。第三、是「個人陳述」的結構。英國要求寫事求是，寫用，以段落形式整理好的文章。美國則採納各種創意的形式，如故事的對白，或甚至是詩詞。由於兩地大學的要求和準則差異頗大，學生可以參考這些準則，以撰寫合適的「個人陳述」。

### 學生撰寫美國大學「個人陳述」時常犯的錯誤

學生在擬定美國大學的「個人陳述」時常常犯以下這三個錯誤。首先，在「個人陳述」中，學生往往過於注重表現自己在學術方面的興趣以及經驗。但美國院校更想看的，是透過個人軼事展現自身性格或價值觀的學生。因為在他們眼中，單單闡述自己學術興趣的學生並不足以證明他們能在大學成為一名優秀的學生。第二，很多學生都傾向盡力展現自己的成就，但卻避開一些曾經失敗或掙扎過的軼事。但其實這些挫敗都有助於表現學生的韌性或毅力這些性格特質。從而展示到學生在面對和接受挫敗後，還能繼續進步，持續朝著目標努力向上。因此在撰寫「個人陳述」時，學生不應刻意避免描述自己的失敗經驗，反而加入適量的反思，更有助體現一些良好的性格特質。最後，學生總選擇講述對他們個人而言重要的主題，但這些主題往往不能凸顯他們的獨特之處，從而助他們從競爭者中脫穎而出。由於美國大學較注重學生的「獨特性」，因此能在「個人陳述」中描述自己的「過人之處」會為學生大大加分。例如，香港學生常常以成長於多元文化社會為自己的「特點」，但是事實上香港學生都成長在同一個文化中，所以這種主題便不能讓學生從眾多的競爭者中突圍而。總而言之，學生在撰寫美國大學的「個人陳述」時應注意帶出自己的獨特性。

### 學生撰寫英國大學的「個人陳述」時常犯的錯誤

學生在寫英國大學的「個人陳述」時，常犯的錯誤有三點。首先，當他們寫學術性的反思報告時，往往會寫成一篇論文，而不是一篇真正的反思文。這不但表示了學生審題不當，還會讓校方認為學生能力有所不足，令申請大大減分。其次，當寫下個人經歷的時候，學生總是直接敘述而不是透過描述一些經歷來表達出自己的特質。我們時常建議學生「展示」，而不是直述」（“Show, not tell”）。要學會使用過往經歷去展示個性特質，才會更容易打動讀者。學生也不用總是限制自己撰寫學術上的興趣等，這些特定的題材。因校方想了解的，不僅僅是學生在學術方面的熱情，還想了解學生的興趣和品格。所以在撰寫「個人陳述」時跳出思考框架，才能寫出獨特的個人陳述。最後，學生經常忽略他們在校外參加的活動，並沒有把這些經驗與自身的學術興趣聯繫起來。若能把兩者結合，定能讓校方留下深刻的印象。

最後，謹記要在寫「個人陳述」前，先了解想報讀的大學和地區，以便撰寫符合該大學要求的個人陳述，因地制宜。