

聯招院校對「學習概覽」(SLP)及「比賽/活動的經驗及成就」(OEA)個人自述的意見

院校	學生撰寫的「個人自述」中應包括甚麼元素？	同學應如何利用「個人自述」表現個人特質？
港大	「個人自述」的內容要有事實支持，不可只是空談。就「比賽/活動的經驗及成就」的報告，應該談論一下在活動中得到的啟發，這些活動如何幫助你在學業和德育方面的發展。另外，要有個人特色，無論書寫格式或內容要有獨特性，切忌抄襲。	新學年的申請人數量將會很大，要從龐大的「個人自述」中脫穎而出首要要有創意，用最精簡的文字做文章的起頭最重要，幾句之間便要能夠吸引人繼續看下去。同學必須明白評審者需要閱讀極大數量的申請表格，如果文章開始便沒法做到引人注意，則後面再寫什麼都必然大打折扣。如何寫出一個精簡又具特色的開局需要的是創意，這就得依靠同學的個人修為了。
中大	聯招申請表中的「比賽/活動的經驗及成就」(OEA)專用表格「Additional Information/附加資料」旨在讓申請人提供更多有關其在中學階段的個人成長資料，學生可自由選擇闡述個人志向、升學、就業或未來發展抱負，亦可分享課外活動及其他學習經歷的體驗及反思等。	
科大	同學在撰寫個人自述部分應盡量表現真實的自己，內容可展示個人的學習態度、優點與特質，同時亦可說明自己選擇入讀選修科目的原因，或未來的事業發展所訂立的目標。	
理大	院校對「個人自述」沒有特別要求，同學可自由撰寫。	同學可利用「個人自述」配合「學習概覽」(SLP)或「比賽/活動的經驗及成就」(OEA)的內容進一步表現自己的特質。
城大	申請人可考慮透過「個人自述」與院校分享一些對自己有特殊意義或曾影響個人成長和人生目標的興趣和經歷。內容應簡潔，切忌杜撰。城大會將此資料作為甄選學生時的額外輔助資料及參考文件。	
浸大	同學應透過自述重點描述其在中高的其他學習經歷的經驗及得着，讓院校了解申請人的學歷和經歷。學生不要被格式所限，即使只寫一次其他學習經歷，如能說明自己的反思、感受，也可寫出特色。	撰寫自述時不要被「標準格式」束縛，利用「個人自述」表現個人特色，概述個人特長、興趣等。如學生能展示出具備領導才能、曾參與國際交流或比賽奪獎，均較佔優。
嶺大	學生於撰寫的「個人自述」中可展示自己不同的學習經歷，對選讀課程的興趣及抱負等。學生的自述資料將作為嶺大甄選學生時的額外輔助資料及參考文件。	
教院	本校於衡量學生的OEA/SLP資料時乃重質不重量。故OEA/SLP內所提供的資料應以簡潔及能反映他們最近的個人成長的活動為主，自述部分會視作附加資料之用。	
公大	學生撰寫的「個人自述」旨在概括展示自己在高中階段於全人發展方面所達至的成就和參與之活動。因此，同學可以挑選自己印象最深刻的學習經歷及展望將來的大學生活和事業目標等項目放在概覽內。	同學可以利用「個人自述」述說自己學習經歷或成長的故事，並可精簡地介紹自己的擅長，挑選個人之卓越成績(如校內學科成績)，校內及校外優良突出的表現，所獲獎項及印象深刻的學習經歷等。

學友社學生輔導中心幹事 譚家雄

如何撰寫 OEA 及 SLP

透過「學生學習概覽 Student Learning Profile (SLP)」及「比賽/活動的經驗及成就 Other Experiences and Achievements in Competitions/Activities (OEA)」，同學就學科以外的學習經歷作出反思，協助自己建立個人成長目標。在新學制下，兩者除用於表現同學在高中時期的全人發展歷程外，亦為大學聯合招生辦法 (JUPAS) 參與院校考慮入讀申請的參考資料或會作為面試的討論藍本。部分院校表明如同學能在資料中展示出具備領導才能、曾參與國際交流或參賽獲獎，均較佔有優勢。由此可見，有效運用 SLP 及 OEA 展現全人發展，尤為重要。

SLP 與 OEA 的分別

SLP 的自我介紹字數上限是 1,000 (英文) 或 1,600 (中文) 字，OEA 則為 300 (英文) 或 500 (中文) 字。因此，OEA 可視為 SLP 自我介紹的撮要。另外，同學宜在 SLP 的自我介紹反思個人全人發展的經歷，在 OEA 則主要從最多 20 項經驗及成就中選取個別有代表性的作較詳盡的解說及分享得著。

SLP 與 OEA 的建議內容

一份具說服力及感染力的 SLP 與 OEA，應能讓閱表人概括了解申請人的價值觀、獨立思考能力及入讀有關大學學科的熱誠。為了展現以上各點，同學一般宜考慮在文中包含以下三項內容：經驗分享、興趣及目標。同學可先簡單介紹個別有代表性的經驗及成就，並分享自己當中的得著及感受。同學亦宜談談這些得著及感受如何與個人興趣相配合及與將來欲申請入讀的學科相關。然後，同學可分享自己的短期及長遠目標，如：升學、就業及未來發展抱負。若同學未有明確的目標，可嘗試進行事業測驗評估，認清目標及適合自己的方向。

行文要點

描述具體形象化

不少同學在分享經驗時會談及參與義務工作或國際交流能擴闊眼界、擔任學術或興趣小組幹事能學會待人處事技巧等。這些個人分享內容較為空泛不具體，就像在寫議論文般談論參與課外活動的得益。同學應緊記自我介紹是從個人出發，寫作目的是抒發個人感受，分享自我成長的經歷。因此，同學應以實例說明參與個別有代表性的活動如何有助自我成長及培養對特定學科的興趣。

內容真實不浮誇

同學必須誠實地表現自己，絕不應誇大其辭，言過其實。若同學在某活動中只是參與者，但在自我介紹中胡亂拼湊，把自己裝作在活動中擔任要職，這除了損害個人誠信外，在面試時或會露出破綻。

另外，同學不要硬銷自己履歷或過分吹噓個人質素。若同學有顯赫的經驗或成就，在自我介紹中如實描述外，亦應嘗試以謙虛真誠的態度表達。

行文簡潔具創意

自我介紹並非個人履歷，同學不要只列出自己曾參與的若干活動而不加以分享得著。行文應重質不重量，同學宜只選取個別有代表性的活動加以闡述。有代表性的活動可以是自己印象最深刻的或給自己最多啟發的活動。

同學可考慮用言簡意賅且具創意的文字作自我介紹的開頭，吸引閱表人的注意。有不少同學在自我介紹開頭寫「人人皆有夢想——我的夢想是升讀大學。」這或許是抄襲自我介紹範文所致。試想想閱表人要閱覽數量龐大的申請，每個申請人都想升讀大學，這樣的開頭怎能突出自己呢？因此，同學應避免抄襲範文，反而應運用創意，突出個人強項。

結構嚴謹且流暢

同學宜留意自我介紹不同部分的內容比例，不要抒發太多個人感受而忽略談及這些感受如何培養自己對有關學科的興趣及未來發展抱負。

在完成撰寫自我介紹的草稿後，同學必須多看幾遍，確保結構流暢及串寫文法無誤。另外，同學不妨請教老師及其他同學，就草稿給予意見。然而同學亦無須刻意使用艱澀詞彙及華麗文句，大學聯招處亦明確表明 OEA 的附加資料部分並非測試申請人的語文能力。

