

我的自述 範本(一)

時間眨眼就過，高中三年的生活即將迎來結束。在這些日子中，學校為照顧學生們不同的需要，向我們提供了應用學習課程，使我們都能在課餘時間中學到更多實用的知識。

而我因為自小就對成為老師充滿憧憬，再加上我樂於照顧小朋友的關係，所以我選擇參加了幼兒教育課程，希望能夠從中學到更多有關成為老師的知識及了解其行業發展。

在過程中，課程不但提供了有關幼兒發展的理論，了解幼兒成長的經過，學習如何與人溝通的技巧以及其行業知識。而課程不單只教授理論，同時亦提供了幼兒園參觀及行業實習，使我能透過將課堂中所學到的知識能夠充分實踐在了解幼兒園的日常運作及教育幼兒中，為將來投身教育行業而得到一定的經驗。

在參觀不同幼兒園後，我了解到不同幼兒園都有其不同的教育方針。對不同學生都會使用不同的教學方式去使每一位學生都能根據其學習需要去學習合適他們的課程，為他們將來學習知識打下結實的基礎。

除了參觀幼兒園外，三天的行業實習更是令我印象深刻。在實習之中，我需要和幼兒園老師一起照顧幼兒。在照顧幼兒的過程中，我發現到原來說故事、唱兒歌及玩耍其實對幼兒發展是有莫大的幫助，因為這樣能夠訓練他們的認字及發音能力和學會控制他們的大小肌肉。而且與幼兒彼此之間的溝通更令我樂在其中，亦使我意識到自己對照顧幼兒充滿了熱誠，我樂於向不同幼兒溝通，了解他們的內心世界。當我看見他們對着我微笑時，總讓我感覺到即使所付出的一切十分辛苦，但都是值得的。

另外，作為一位老師，良好的表達能力也是必要條件之一。透過在實習期間與幼兒溝通及說故事，令以往不善辭令的我，因此而得到了改善空間，能夠清晰地表達出自己的意見同時亦為自己的社交能力打下良好的基礎，不會為了只發表自己的意見而忽略他人的感受。

再者，在實習之中，我亦要和其他同學一起合作，共同照顧幼兒，例如是共同製作故事教材，一起幫助幼兒換衣以及鋪床。透過與同學們的合作，我了解到要成為一位老師，不能自視甚高，只依靠自己一個人的努力，否則只會為其他人帶來麻煩。大家之間要互相合作，互補不足，才能完成繁重的工作及提供更好的教學質素給幼兒。

因此，透過修讀幼兒教育課程，我找到了未來的人生方向，使我能夠朝着這個方向勇往直前，以投身教育行業為目標，努力學習以在將來修讀相關的課程及取得專業資格，為將來作好準備並為下一代建立正確的價值觀及灌輸正確的知識為自己的使命。

我的自述 範本(二)

高中三年的生涯轉眼間已經完結了，接下來又要展開更具挑戰性的生活。在這高中三年中隨著同學們的相處，我慢慢認識到自己的性格、特質和興趣。我覺得自己較容易與人相處、為人較隨和和有個人的獨特見解。而且我發現自己對於電影創作和亞洲國家的文化研究有特別的興趣，從以前只是被電影的豐富畫面吸引了我的注意，經過了長時間對電影的注意後逐漸欣賞電影故事帶出的深層意思。另外因電影的原故開始有為亞洲區電影的文化拍攝有更一層的認識，明白到不同地方擁有自己獨特的故事。

我除了在學校學習和從同學身上學到各種技能和知識上，亦在校外參加不同的活動和工作體驗。我意識到如果自己要在電影方面有所成就，就必須克服自己的缺點，而我的缺點是慢熱和害羞。所以我曾台上表演和話劇的活動，希望改善自己的不足。此外，我在中四的暑假開始有去做臨時演員的經驗，我認為可以在場學習到演員的一些表演技巧、導演的拍攝手法甚至是預先的準備工夫例如：燈光和場務的資訊。我明白到如果不是自己親身有所經歷是難以明白到當中的事情。

現在我希望已成為編劇及導演為我的目標，我認為製作一部電影不再是一個人可以構思出來的，而是靠集體的思想合成出來的。正因為如此，我更希望自己能夠在大學修讀『電影製作』這科，與其他有意投身電影行業的人士一齊合作。再者，我亦有意修讀『亞洲研究』這一科。因為我認為現時的香港電影的種類和題材並不廣闊，所以我希望透過亞洲研究這科從中了解到不同國家的文化，獲取更多的靈感，並能夠與亞洲其他國家的電影人士合作進行跨國的電影創作，改變一下現時的電影風格。

最後我希望自己能夠朝自己的目標進發和得到一個面試的機會去分享自己的想法。

我的自述 範本(三)

高中三年的生涯轉眼已逝，眼見在書中埋頭苦幹的日子即將結束，而且有機會揭開新一頁、步向新里程，心中不禁會心一笑，躍動起來。

過去，我曾探訪弱智人士，起初我很難與他們溝通，令我一時三刻之間無所適從、彷徨無助，甚至心浮氣躁，想一走了之。我卻看到了在旁的同學能順利溝通，此時我便意識到只有耐心才能造就溝通的橋樑。我專心地在旁觀察，模仿他的行動，最終，我也能有自信地與弱智人士溝通。透過活動，我再一次體悟了成功的「方程式」，就是凡事都應冷靜沉穩的態度面對，假若遇到困難，應該嘗試模仿別人，而最重要的是不輕言放棄，否則就只會失敗。

上述活動不單只有探訪一環，還包括事前準備，而我則被選為組長。當時我仍未決定應該準備甚麼活動，拖了很久也完全沒有頭緒。直到老師點化我，老師建議我嘗試分配職務給組員，我原本以為無用，怎不知有組員立即提出意見。在過程中，我明白了兩件事，第一，是虛心聆聽接受意見。無論他人的意見是好是壞都應該先聆聽後選擇，因為別人可能有比自己更豐富的經驗，或有更獨特的見解，可能會有好的意見、效果。第二，是分配工作崗位，原本我毫無概念，根本不知要做甚麼，直到分配工作崗位給組員後，我才意識到自己應帶領組員完成工作，組員則有了工作目標，不再游手好閑，各施其職，工作進度大增。

我希望修讀有關工程的科目，增加自己的競爭力，亦為將來的理想職業作打算。

我的自述 範本(四)

六年的中學生活中眼間就結束了，高中生活的點點滴滴已成為了回憶，這六年間校外校內的活動讓我有不同的體驗。

在校外活動中，令我印象最深刻的就是第九屆校園藝術大使計劃，活動中除了讓我加深了對藝術的認識亦讓我能認識到不同的藝術家和同樣的藝術有興趣的人。計劃細分了數個體驗活動，其中一項就是和九龍城寨有關的。過程中藝術家先帶我們遊歷九龍城公園，並向我們講述當時城寨的歷史和當中建築的藝術元素，再讓我們以其作為參考，製作相應的藝術品，活動改變了我對歷史和藝術的看法，令我知道藝術就是以另一種方式記述了當時的歷史。同時活動讓我體會藝術能讓你更輕易打破人與人之間的隔膜，平時內向的我，在活動中亦認識了幾位志同道合的朋友，並與他們共同完成了一件藝術品，以往學校的工作都是個人完成，在這活動中令我明白溝通和團隊合作的重要性，在有限的時間內，透過分工完成作品，令我在之後的活動變得更主動與人接觸。

另外，在《愛爸愛媽愛娃娃》心意卡創作比賽，這活動就讓我有機會能嘗試製作心意卡，表達出家庭的溫暖，讓我接觸較少有的以家庭為主題的題目。在《職安健 T-shirt 設計比賽》中讓我能嘗試製作不同類型的作品，讓我有更多的比賽經驗，透過比賽讓我知道藝術設計作品亦有很多方面雖要思考，要從多個角度去想這設計是否符合要求，當中包含了甚麼的主題訊息等等的問題都是設計時需要考慮的，透過比賽能讓我有機會訓練這方面的能力，陪練了我多角度思考的性格特質。

在校內活動中我擔任了美術學會的副主席，並曾經與其他會員們合力舉辦了畫展，這亦是一個難忘的經歷，我們幾位美術學會的同學更為準備畫展留校到11時多，這種經歷並不是每個同學能夠體驗到的。現在回想起若不是選修了視覺藝術，我的高中生活亦不會變得這麼精彩，每一天其他同學都已離校，但還剩下我們幾個是視藝科的學生，留在視藝室裏努力完成我們的作品，體驗到不一樣的校園生活，令我更能了解到從事設計與藝術這行業的人的辛苦之處。

此外，我亦多次參觀了理工大學的設計學院畢業展，展覽中我見識到了不同範疇的作品，每一件都與眾不同，透過參加展覽讓我能大開眼界，增加我對藝術、設計的認識。

現在回想起，中學參與的活動多以美術為主，讓我對藝術有更多的認識，雖然中學的生活已經過去，但我期盼將來我亦能從事有關設計、美術的學科和行業。

我的自述 範本(五)

三年又三年，三年又三年，轉眼間我已經由一個一無所知、才疏學淺的小學生，經過多次的磨練和練習，在學海裏載浮載沉，終於蛻變成一個蓄勢待發，即將進入人生另一階段的中六生。回顧這三年的高中生活，雖然十分短暫但卻極具挑戰性和樂趣。密密麻麻的課外活動為我的學習生活添加很多樂趣，讓我可以在忙碌的生活中擠出少許時間休息，並讓我放鬆心情。

學校為我安排了不同的活動，希望能讓我在參與活動中找到自己的興趣和專長，也使我找到自己的定位。加入聖約翰救傷隊，令我發掘到自己樂於助人的性格，我認為幫助別人首先要設身處地去了解和體驗別人的苦況，因此我曾多次參與策劃不同社區服務，由探訪弱勢人士到社區關懷活動我都曾經參與過。透過社區服務，我能接觸社會上不同人士，使我能對他們有更深入的了解。在中四那年我更成為了校內救傷隊的學會主席，自此我便有更多機會去管理和運作校內的救傷隊。在擔任學會主席的這兩年中我曾主持過多次的會議，亦策劃過多次校內的急救服務，例如是陸運會、水運會、週年校慶和長跑比賽等。這些經歷使我明白到溝通的重要性，舉辦活動甚至是和其他人相處最重要的是溝通，如果欠缺溝通的話，彼此間便很難合作，因此在擔任主席的這兩年我的溝通能力和協作能力因此而有所提升。

還記得在一次的社區探訪活動中，我和一眾義工們本應要為獨居長者送贈一些禮物。正當我們想從社區中心出發時才發現一箱裝滿禮物的膠箱竟不翼而飛。當時所有人都覺得十分不解。但為了不拖慢行程，我們絞盡腦汁，想盡了不少辦法。幸好我和另一個義工保持冷靜，仔細地尋找中心內每一個角落。幸好終於讓我們在雜物房裏找回這箱禮物。這次的經歷使我明白到冷靜是解決問題的一大重要因素，令我學會如何迅速地解決問題，提升自己的解難能力。

另外，我在中五那年擔任學生會幹事一職，負責協助策劃活動給予校內學生參與。師生閃避球、聯校聖誕晚會、學生天才表演等我全部都有協助策劃。這年的任期令我學會了如何與陌生人相處和合作，透過觀察和溝通，我能容易地知道別人的想法並作出配合。除了校內活動外，我還參與了不少校外活動來加深我對護理學和社區關懷的知識。

中五的那一年，我有幸報讀由明愛社區書院舉辦的健康護理實務課程，這個課程讓我學到了更深入的護理知識及如何更有效地關懷別人。加強了自己對護理行業的興趣，間接使我希望成為護理人員，協助需要幫助的人。在 2015 及 2016 年的大學開放日，我曾到訪過中文大學、明愛專上學院和理工大學參加護理學系的講座，希望能藉此加深自己對護理學系的認識，並為自己訂立一個目標作出努力，好好裝備自己準備投身這個行業。

為了更加能夠提升自己對護理學的認識，我先後在 2014 年 2015 年及 2016 年參加由聖約翰救傷隊主辦的家居護理比賽。比賽的內容主要是圍繞一些個人護理和家居安全等的知識。雖然最後只取得了第 5 名，但我卻能因此而得到更多由專業人士教授的知識，他們豐富且專業的經驗，使我可以知道更多護理的小技巧，例如是如何可以更貼心地照顧病人以及如何好好準備用具等等。這些經驗都能讓我在護理方面有更出色的表現。

我希望在大專修讀有關護理和社區關懷的課程，好好裝備自己，為將來投身護理界作準備。同時我會學習多方面的技能，接觸不同方面的知識，為自己升值，與時並進，找到一份富挑戰性又適合自己的工作為社會大眾貢獻。

動筆寫作這篇文章時，回想起自己經歷過的點點滴滴，才慶幸自己在人生的道路上並不至於一無所有。

自懂事以來家中便有一台電腦，在家姊的教導下學會了使用電腦，便開展了我幼年時與同齡人不同的興趣。在同齡人在公園中遊樂的時候，我在電腦前玩著網上遊戲，電腦中最為吸引我的自然是電腦遊戲了，幸好家人教導有方，我並沒有沉淪於網絡世界當中，更幸運地為自己開拓了一條道路，讓自己開始對科技產生了興趣。

也許在小學時並沒有多少同學擁有一台電腦，因此直到中學才遇到一群志同道合的朋友，一起玩電腦遊戲之餘更深入研究電腦的構造，令我慢慢踏進了科技的世界。在中三的時候，我首次為自己組裝了一台電腦。在組裝的途中，一切資料都是由我自己搜集的，例如不同硬件的性能、性價比。當中我也有跟同學們進行討論，集合大家的意見，而且很多專門從事組裝電腦的商店職員也十分樂意回答我的問題，令我獲益良多，對電腦科技方面的興趣亦是愈來愈濃厚。而因為對科技的興趣和好奇，令我在中四的選修科目中選擇了資訊及通訊科技。

雖說智能手機功能愈來愈完善出色，更有更多新技術如虛擬現實面世，但我仍對兒時的回憶——電腦情有獨鍾。

在中五，開始接觸到編寫網頁，令我發現我對資訊及通訊科技的理解仍然十分淺薄，也令我明白了「學海無涯」的真正意義。在網上，我曾看過很多關於編寫網頁和程式的事，很多人認為這是一個枯燥而沉悶的過程。但可能因為托了我另外一門選修科——企業、會計與財務概論的福，在重複而單調的計算過程中訓練了我的耐性，令我親身嘗試過編寫網頁以後，發現我十分享受於這個過程。不論在設計校本評核中的網頁時，或是在家中設計手機應用程式中，我也感受不到絲毫沉悶。在除錯的過程中，發現錯誤會為我帶來滿足感和成就感。因此，我認為程序編寫員會是我目前最為嚮往的職業。

近日我和一位同學決定要親自編寫一個關於動漫的網站，我相信這樣不但能鞏固自己所學知識，更能令我在編寫程序這條路上走得更遠。我亦期望這編寫網頁的經驗能有助我申請大學關於資訊科技的課程，藉此學習更多不論是電腦硬件還是軟件的知識，沉浸在知識大海中，將來更能學以致用。