



■ 郭曉媛自小跟從老師張秀芬（後）學習芭蕾舞。



■ 郭曉媛（前排左五）完成比賽後與一眾選手合照。

受訪者供圖

芭蕾舞少女堅持追夢 獲獎學金跳出香港

英皇家舞院考試績佳 參加國際賽開眼界

香港文匯報訊（記者 黎志）香港學生讀書壓力沉重，要投入時間發展其他興趣並不容易。自小鍾情芭蕾舞的19歲少女郭曉媛，自4歲起習舞，一練就是15年。她努力練習，克服身高和身形的限制，也經歷過不少挫敗和痛楚，卻因為難於在學業與興趣之間取得平衡，一度萌生放棄的念頭，幸得父母支持讓她堅持下去。去年曉媛成功於英國皇家舞蹈學院Advanced 2考試取得優異成績，更因而「跳出」香港獲得獎學金，今年赴英國參加珍妮特國際芭蕾舞比賽，躋身國際舞台與全球16個國家及地區共76個舞者一較高下。

自小習芭蕾舞的曉媛，起初已面對不少挑戰，包括身高不及和身形不夠修長限制，心理上的挫敗及拉筋時身體上的痛楚都被她一一克服，惟學業與興趣之間的平衡卻令她真正想過放棄。

忙考試險夢碎

港生升小升中以至升大學的階段，都要面對排山倒海的課業及考試，曉媛對投放額外時間在芭蕾舞上倍感壓力。中學時就讀傳統名校的曉媛，每日放學後即趕往上芭蕾舞課，然後回家做功課和溫習至夜深，去年文憑試前，她和父母更因為安排溫習和練習的時間發生爭拗，幸最後仍獲父母支持，讓她堅持下去，「有時練習到晚上11點、12點，他們也會到學校接我放學，不論多晚都等我回家吃飯。」她最終順利完成文憑試，並入讀城市大學翻譯及語言學系。

去年曉媛亦報考英國皇家舞蹈學院Advanced 2考試，並獲得優異（Distinction）成績，因而獲參加珍妮特國際芭蕾舞比賽的資格，「考到Distinction已是十分難得，（參加比賽）更是完

成自己一個心願。」由於表現出色，曉媛與其餘8名參賽者更入選首屆Darcey Russell Genée Bursaries獎學金計劃，各獲得1,500英鎊資助，以支付參賽的報名費及來回機票等等。

深感難兼顧學業興趣

今年9月曉媛赴倫敦參賽，並獲大會安排與各參賽者一同參與5天專業芭蕾舞課，導師的指導及朋輩的觀摩讓她眼界大開，「看出他們（其他參賽者）是明日之星，比我更有天分」，她亦從中看到自己的不足，並調整心態欣賞別人的優點，更吸收到不少技巧。她表示，賽事中很多人從小就接受嚴格訓練，更因為來自專業舞蹈學校，不用面對功課和考試，能夠更加專注發展舞蹈；而對比自己及其他港生，因要兼顧興趣和學業而力不從心，深有感觸。

曉媛雖未能在比賽中獲獎，但仍十分慶幸能及時抓緊機會參加國際比賽拓闊視野，未來她亦會參與舞蹈學校的群體舞蹈比賽，繼續在舞台上發光發亮。

中大夥兩岸31大學 評鑑中文學術期刊

香港文匯報訊（記者 姜嘉軒）現時國際上廣泛使用的學術期刊評鑑標準都以英文為主，未能完整反映亞洲及華語地區的研究成果，包括人文及社科範疇的中文論文或研究文章，也往往得不到重視。有見及此，香港中文大學連同北京大學、上海交通大學、南京大學及台灣大學共同發起訂定中文學術期刊的評鑑標準，獲得兩岸四地27所院校支持，昨日共同簽署合作協議，預計1年內成立專家評審委員會，共同訂定優質中文學術期刊評鑑標準，提升其國際地位。

統一期刊標準

中大昨日舉行「中文學術評鑑與發展高峰論壇」，聯同北大、上交大、南大及台大作為發起院

校，加上兩岸及港澳地區等27所院校共同簽署「推動學術中文合作協議」。中大校長沈祖堯指，各校將組成聯盟，選出專家團隊設定優秀學術期刊的標準，分辨出影響力及受重視的中文期刊，預計一年內將定出相關標準供外界參考，並推薦具代表性的中文學術期刊名單。中大副校長張妙清補充指，中文期刊過去未有統一共認的標準，期望通過今次協議作出改變，各院校將派出專家共同組成專家評審委員會，共同設立中文期刊審查標準。

有份簽署合作協議的台大校長楊泮池指，過去中文學術期刊的審查工作僅屬地區性；評審專家少，如今多所大學組成聯盟，將能更客觀地評審出版文章品質的高低，有助改善整體中文學術期刊質素。南大中國社會科學研究評價中心副主任沈固朝指，

協議除助學生更有效地分辨優質中文學術文章外，也能增加學習效率。

用中文免卻詞不達意

專門研究教育範疇、曾發表數十篇中文學術專著及文章的教聯副主席胡少偉歡迎有關協議，他直言中文論文不受重視的問題長年困擾華文學者，但部分學術議題涉及華人社會文化，如香港學校校本管理研究、小學公開試發展等，英文都難以清晰表達，相比之下中文是較佳媒介；另外，一些中國文化概念如「仁」、「道」等，翻譯成英文時容易變得詞不達意。他相信今次協議尤其保障華人文、史、哲及社會發展的學術研究，也能提供更多發表機會，提升華文著作地位。



■ 兩岸四地32所院校簽署合作協議，攜手推動學術中文。 姜嘉軒 攝

同行者啓發 SEN 生計劃人生

上星期提到「賽馬會鼓掌·創你程計劃」（學校）的同工與一班有特殊教育需要的中學畢業生見面，參與焦點小組訪問，不少特教生都對未來前途及工作抱有不樂觀的態度，這期看看他們如何克服升學就業路上的困難。

問：你中學階段，什麼人曾於升學就業出路上支援你？

同學D：我覺得學校老師的鼓勵很重要。我在中學階段時有一位中文老師，他知道我有說話的障礙，但他對我說：「我不會管你是不是有障礙，你還是要跟着辦」，接着他就逼我到台上作分享，現在我跟別人溝通時也不會害羞。

同學E：我其實也得到老師和學校社工幫助。首先是老師，在學校裡有負責升學及就業的老師，他們會準備很多講座；社工則會給我建議，跟他商量不同的課程……自己努力也很重要，我在高中時不斷參加升學講座，索取課程的資訊，令自己有更加清晰的方向。

互諒互助最重要

無論是否有特殊學習需要，在年輕人成長的階段中，同行者的支持都是非常重要的。就以上與會者的回應，同行者可以是父母、同學、老師、社工、同事、上司，甚至也有其他提及補習老師，師友計劃的導師等。他們表示有不少負面經歷，身邊的人對其天生能力的不足，表示厭煩、嫌棄、不理解等，令年輕人在學習及工作上感覺氣餒、無助和孤單。我們是否應該檢視及加大力度在學校、在社會上推動融和、接納、支持及關懷身邊有不同學習需要的人呢？在學校、大專裡多教育和推動同儕間互諒互助的態度，是對特教生最大的幫助之一。

參與訪問的幾位年輕人表現出積極、正面的人生觀，不但接納自己「與別不同」，還因應自己的興趣和抱負，搜集不同的升學就業資訊、嘗試參與不同的活動來擴闊視野，為自己規劃人生。這裡也不由得聯想到，他們一直以來的同行者不就是能啟發他們去了解自己、積極探索及計劃人生的人嗎？

■ 邱信儀 香港輔導教師協會榮譽顧問 中文大學教育學院「賽馬會鼓掌·創你程計劃」副研究顧問（學校）

美容師：幫人變靚 己手「受傷」



五官是臉部的刻印，高低起伏的立體，變化作不同的外在印象，然而五官如何標致，根底的皮膚，才是整個臉的門面。若要肌膚吹彈欲破，妝容完美帖服不易脫，學懂如何護膚保養就很重要。

幫客人變美感滿足

Yumi自15歲起就在美容小店當學徒，曾於大型連鎖店當高級美容師及美容顧問，更於上年自行創業一嘗當美容店長的滋味。十多年經驗，讓她成為活脫脫一本專業「美容日記」，而她亦早已視美容師為終生職業，「不僅是因為這工作有前景，也因為我可以自己專業，幫助有需要的人，讓客人變得更整潔更有自信，這種滿足感比自己變得美來得更有意思。」

坊間現時已有各式美容店舖，競爭雖然激烈，但Yumi仍對行業發展充滿信心，「美容業在女性市場仍有一定發展潛力，而男性近年亦開始着重美容護膚，隨着科技進步，不同年代的人對美的追求會轉變，但不會止步。」她舉例指，美容師今天除要懂得基本面部皮膚護理及分析外，還需不停學習不同的技術，諸如操作美容儀器、脫毛保養、保健按摩、健康減肥等。

Yumi又表示，近年市場上興起「GEL甲」熱，客人可按個人喜好決定顏色、圖案及花紋，由於變化多端，故很多女士不時會光顧，務求為指甲添新裝，而美容師為此亦要額外學習美甲技巧來應付客人需求。「這正正反映了隨時代變遷，女士對美的追求方向亦有所不同。」

工作勤奮快升職

談到入行門檻，Yumi認為美容業是年輕人不錯的選擇，雖然當學徒薪酬不高，但只要勤力工作，很快能晉升初級美容師，再工作約三年多就能成為高級美容師。「美容師是很講求經驗的，只要勤力，願意與客人多溝通，表現出專業自信的一面，這樣客人就自然會繼續留下來的。」

不過，她提醒有意入行的年輕人，美容師有些辛酸也是不足為外人道的，包括：

1. 很多人以為美容師經常接觸潔膚品，手部一定很滑嫩。但其實很多潔膚品都含酸性，加上常使用消毒用品，對手部造成一定程度的傷害。而長時間彎腰工作，肩頸腰部勞損更是難免的。
2. 工時很長。用餐及下班時間會因應客人預約而變化，為此更要習慣在公眾假期上班。
3. 有些客人皮膚可能有發炎症狀或膿包，美容師亦同樣要替客人清潔護膚，也可以說是一種「厭惡性工作」。

想體驗美容師工作嗎？快快讀好我們的專頁（<https://www.facebook.com/hkywcaclap>），再inbox我們的姓名及聯絡電話，只要有5位15歲至21歲、沒上學又沒有工作的年輕人參加就可成行，希望大家踴躍報名。

鳴謝：Aqua Protect Beauty

■「賽馬會鼓掌·創你程計劃」香港基督教女青年會生涯規劃服務隊（香港島及離島）



■ 只要勤力工作，年輕人不少能當上美容師，可是美容師的工作時間要因應客人而改變，年輕人要習慣一下。 作者供圖

生涯規劃

教育需實踐 實習長見識



實習已成為不少大專院校課程不可或缺的項目，職業訓練局（VTC）所開辦的課程，着重課程的實用性，協助他們投身職場，務求每一位學生畢業後具備行業的專業知識和實務技能。實習不僅讓學生鞏固及實踐課堂上所學到的知識，亦確知知識及技術配合業界需求，提升學生競爭能力。VTC開辦的高級文憑及學位課程，將行業實習納入必修課程，所有學生在畢業前，都必須先完成規定時數的實習培訓。

推國際化增實習

為擴闊學生的國際視野，認識多元文化及提升語文能力，VTC積極推動國際化，增加海外

實習是近年的重點項目之一。透過參加海外實習，學生可獲得實際工作經驗之餘，亦親身體驗於海外生活，了解不同國家的工作文化，培養獨立和解難能力，這些寶貴經驗，對日後投身社會，裨益匪淺。

在海外實習培訓方面，VTC每年與新加坡工藝教育局（ITE）合辦實習交流計劃，安排學生到新加坡的不同行業實習，如物流、行政及零售業等；酒店及旅遊學院則安排學生遠赴法國實習；資訊科技學科一般安排到捷克實習。另外，VTC亦安排學生到國內實習，包括北京、上海、大連、瀋陽、成都、寧波、南京、蘇州、西安等不同地區，提供實習機會的更不乏國際著名企業，如中國教育電視台、蘇寧電器、東軟集團、寧波歐琳集團、TCL通訊（寧波）有限公司、上海電視台、中國聯通四

川分公司和西安秦始皇陵博物院等。

表現優異獲續聘

參與海外實習工作計劃的同學，對該計劃的評價非常正面。部分同學更憑着實習期間的優異表現獲得垂青，畢業後獲聘任繼續工作。例如酒店、服務及旅遊學科的學生，參加美國佛羅里達州迪士尼樂園文化大使計劃，接受專業培訓，並憑着在美國迪士尼獲得的寶貴經驗，順利獲香港迪士尼樂園聘用。

以上例子可見實習豐富了學生的閱歷和見識，更可化作未來發展的資產和動力，各位同學，不妨多留意院校所提供的實習計劃，積極參與，為日後投身職場作好準備。

■ VTC國際發展處

