

港大生赴東 創意土法獲益多

水蛭清瘀血 創科獎學金得主開眼界

香港文匯報訊(記者 黎恣)不少海外獎學金的學生尖子得主,都會利用資助到先進地區學習和體驗,但香港大學醫科生詹明鑫(Thomas),卻在獲得「創新科技獎學金」後選擇到相對落後的柬埔寨非牟利醫院工作,免費服務貧窮病人。雖然沒有先進尖端的醫療設施,但他見識到當地醫護人員以不同的「創新」方法解難,例如用水蛭助傷者清瘀血,又看到很多在港罕見的「奇難雜症」,例如體積比頭還要大的甲狀腺腫瘤,令他眼界大開。



詹明鑫獲得「創新科技獎學金」資助,在2014年暑假到柬埔寨金邊實習,令他大開眼界且獲益良多。黎恣攝



詹明鑫在柬埔寨實習時用豬腳練習縫針。受訪者供圖

現就讀港大醫科五年級的Thomas,2014年獲得「創新科技獎學金」,可資助他到海外學習見識。他原本打算到澳洲墨爾本醫學院學習,但其後得悉港大和柬埔寨的一所醫院有合作,故他改為選擇利用獎學金,和另一同學到當地做暑假實習生,寓服務於學習。他坦言柬埔寨是相對貧窮和落後的國家,故出發前已帶同藥物和注射疫苗,做好心理和生理準備。他們亦攜帶金屬支架、針筒、喉管等用品,到當地醫院使用。

過期藥照食 布口罩再用

Thomas被安排到金邊兒童外科中心骨科和眼科實習,該中心由一名美國骨科醫生創辦。因赤柬時期軍隊埋下的地雷,當地不少孩子被炸傷,故該醫生設立非牟利醫療中心為他們免費進行手術。現時地雷已被逐漸清除,愈來愈少人因地雷受傷,故近年中心開始為其他小孩以至成人治療。

Thomas指,該中心共有三四十張病床,雖然不及香港醫院有系統和先進,但設備尚算足夠,醫生又會以不同的創意方法節省成本,令他大開眼界,例如處方一些仍有藥效的過期藥物,使用經已消毒的布口罩而非用一次性口罩等。雖然資源不豐富,「但大家用盡方法大幅降低成本,所以當地感染風險只比香港高少許」,而他更見識到醫生創新地利用水蛭為病人清瘀血。

豬腳練縫針 縫完食落肚

在柬埔寨實習自由度高,令當時只是醫科三年級的Thomas有許多嶄新嘗試,包括在醫生指導下看門診、為病人做病歷檢查、巡房甚至做手術。他甚至曾以電鑽鑽開病人頭骨,「在香港(醫科生)沒有機會碰電鑽,只可以遠距離看(手術過程)。」他形容過程十分刺激,但要小心翼翼,以免鑽錯位置;同時又有學縫針、採釘,「醫生拿一堆豬腳給我們練習縫針,縫完仲可以煮食」,甚至把病人的截肢練習縫針。

腫瘤大如頭 雜症增見識

此外,是次實習亦令Thomas見識了許多「奇難雜症」。由於當地知識水平不高,病人往往會延誤到「最後一分鐘」才去求診;有位婆婆的甲狀腺腫瘤,體積「頭咁大」,更壓着氣管妨礙呼吸,最終要做手術切除。他表示,香港人的健康意識較高,稍有不適會主動求診,故在落後地區才會看到上述情況。

同時,由於該中心與許多先進地區的醫院有所聯繫,不少來自海外的醫生會到當地研究不同的病例,亦令他有機會向各地的權威學習,對行醫亦更有體會。

由青協、創新科技署合推的「創新科技獎學金計劃」,給予在本地大學主修有關科學、工程及醫學系,成績突出的本科生參加,經大學校長提名及甄選委員會面試後,每年選出25名得獎者,而每人最多獲頒15萬港元獎學金。

加拿大國際校誕 IB 滿分兩狀元

香港文匯報訊(記者 黎恣)國際文憑課程(IB)近日放榜,本港多所開辦IB課程的學校陸續公佈學生成績統計數字,其中香港加拿大國際學校誕生了兩名考獲45分滿分的狀元,兩人分別獲香港大學、中文大學和海外大學取錄,另有5人取得43分及44分。瀝江維多利亞學校和保良局蔡繼有學校亦各有1名IB狀元。

香港加拿大國際學校的兩名滿分狀元是Alina Bharwani和Margaret Ho,兩人同樣在6科考獲7分,以及在額外兩科Extended Essay和Theory of Knowledge考獲A級成績,合共取得45分。兩人已獲得港大和中大醫學院取錄,而Margaret

Ho更有海外大學包括美國麻省理工學院和約翰霍普金斯大學取錄。該校整體考生考獲平均分為36.5分。

瀝江維多利亞學校的梁頌鳴亦是IB滿分狀元,未來將讀中大環球商業課程,而該校今年的IB考生取得平均分為36.03分,為歷年之冠。

保良局蔡繼有學校有1名IB狀元,另有兩人取得44分,整體考獲平均分為35.76。聖保羅男女中學有5人考獲44分,整體考獲平均分為40.3。

根據國際文憑組織資料顯示,今年約有15萬名來自世界各地的學生應考IB,平均分數為30.07分,共146名考生考獲滿分。



加拿大國際學校今年誕生兩位IB狀元。資料圖片

港大學招內地生有升有跌

香港文匯報訊(記者 吳希雲)香港多所大學內地自主招生早前截止報名,今年不同院校申請數字有升亦有跌。其中香港理工大學接獲約2,000份內地生入學申請,較去年少約13%;而嶺南大學則有624宗申請比去年增加12%;此外剛升格的香港教育大學亦接獲逾1,000份申請,比去年700多份增加約三成。

如以學科計,理大指該校的金融、企業、會計等商科課程較受內地生歡迎,而教大的心理學、中國語文教育也有較多內地生申請。

給文憑試考生家長的信



各位家長: 下星期就要放榜了,此刻你的心情如何?總有一點不能言喻的忐忑和憂慮吧?!

從事生涯輔導工作多年,所有我叮囑家長們要做的,這一年我也提醒自己要付諸實行,因我的女兒也是文憑試考生:鼓勵她從多角度認識個人專長與能力、拓寬視野認識不同的出路和可能、給她選擇的自由、在心靈和經濟層面給予可行的支持,當然,還得時刻留意她情緒的變化,隨時做好準備,無條件的做聆聽者……相信你也在過去的一段日子非常努力地做好「同行者」的角色,如是者,你也可能會發現,這過程真的不容易!我們的擔心以至無力感,很多時都難以宣之於口,因為我們都怕為子女加添壓力。於是,家長你也快壓力「爆發」了。未來幾天,給自己多一點安靜的時間,為可能的挑戰作好準備:

思想的準備:撫心自問,你擁抱的是社會世俗「一試定生死」、以成績決定出路選擇甚至是個人價值這等心態嗎?對子女的期望有多大程度是來自要面對親友及群眾的眼光和標準?子女在你心裡的價值,他們令你欣賞愛護的地方,應遠遠超過一個文憑試分數。對,這是一場家長的自我心理戰,反思我們的信念,重新肯定我們對子女有出於愛心的期望的同時,也有一樣多的接納、信任和耐性。

行動的準備:有一位母親,在兒子考公開試期間,不能吃不能眠,非常緊張;放榜當天,兒子的成績還可以,但母親的回應傷透了我的心:「我這麼辛苦,你才考出這樣的成績?」我相信她是壓力太大,不能自控。設身處地,你又會對兒子說什麼?

這幾天裡,找機會與子女在輕鬆的情景下商討放榜前的安排:他會希望或接受你一起回校領取成績嗎?他有何憂慮?已有初步的升學或出路方向和後備方案了沒有?萬一成績與預期的有一定落差,他有没有一些想法?家庭在經濟上的能力如何?

講多錯多 不如默默陪伴

對年輕人而言,家長說「你考得再差我也會接受」會被理解為對他們的能力不信任,真為難。不知道說什麼時,默默的陪伴就是了;他們可能需要一點時間——一點空間去消化結果、整理情緒,告訴他們「需要時就找我」(I am ready)。

掌握多元出路,提防升學陷阱:由已取得頒發本地學位或副學位資歷的院校提供的課程,經過評審機制檢視課程水平;若要報讀外地院校經本地機構在港修讀的課程,就要格外小心,想多了解銜接途徑,也可往資歷名冊(www.hkqr.gov.hk)查證該課程是否已接受本地學術評審機構評審。

作為家長的,隨着子女面對人生不同階段的挑戰,也在同步經歷成長。你不孤單,也需要支持,如真的有困难,可尋求放榜輔導支援,包括「賽馬會鼓掌·創你程計劃」的社區支援服務(電話:34112835)。總之,盡力而為就是了。

■何玉芬博士 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」
首席研究顧問(學校)



泰拳教練 以身作則



「習武之人有三個階段:見自己,見天地,見眾生。」電影中的女主角如此向一代宗師說道。如何觀照自我,認知自己界限並時時做好準備,是習武者邁向更高階梯前必修的功課,而說到時刻做好準備,泰拳教練鄭家明師父及黃潔玲就很清楚,因他們不止要「見自己」,還需要面對每位資質經驗皆不一的學徒,每點一盞燈,有燈就有人。準備,是要讓一門技藝得以傳承並發揚光大。

鄭家明師父於香港武術界享負盛名,為輕量級自由搏擊冠軍、香港泰拳理事會高級教練及認可裁判及拳證,世界功夫武術段位制師範級第八段、理工大學學堂武術顧問等。雖然地位備受尊重,但他從未讓自己停步,「我仍要不斷學習、裝備自己,到不同國家學武,有見識才可令自己進步。」

鄭師父為此更創辦了自家拳館,除希望將拳術薪火相傳外,更希望年輕人在學武中尋找自己,學習做人處世應有態度。「擂台上往往有不可預測的事情發生,個人心理素質及面對挫敗的精神,比賽果更重要。比賽中有得有失,僅記勝不驕、敗不餒。」他說道。

拳館館主推薦考資格

香港現時的泰拳教練證書課程,由泰拳理事會主辦及作教練認證,有意成為教練者應先在拳館學習基本技術,然後參與如館內賽或公開賽不同賽事累積經驗。每間拳館館

主每年均可推薦有潛質拳手參與泰拳理事會課程考取資格。

鄭師父指,除技術外,拳手個人表現及成熟度都是推薦因素,包括:

1. 投入程度:每星期練習時間可反映你對拳擊的熱誠
2. 認真程度:當師兄、教練或前輩指導時,會否認真學習
3. 主動程度:練拳講求個人主動性,主動性高必給別人正面印象
4. 刻苦:成功非朝夕,武術着重基本功,如果願意刻苦,基礎便打得愈穩。

「若希望成為教練,上述要求必須達到,因為武術也講身教,自己都做不到,如何教其他人?」鄭師父語重心長道。

女教練人手短缺

在瘦身風潮下,不少女性近年也對泰拳運動感興趣,但女教練數目至今並不多,拳館女教練黃潔玲就表示,其實男女拳手訓練同樣艱辛,女子訓練亦必須達到一定體能要求,但她會加強訓練女學員專注力,因訓練中女學員在體能耐力下降時,容易分心或被其他拳手訓練吸引,故此作出相對應訓練。

黃教練鼓勵對運動有興趣的女孩子可考慮入行,因為現今女士對個人體格及健康愈來愈重視,而女教練人手短缺,愈早入行會更加有利。



鄭家明指,成為拳手除了要技術,還要看個人表現和成熟度。作者供圖

如果你對這個行業有更多的了解,快快讚好我們的專頁(<https://www.facebook.com/hkywcaclap>),再inbox我們你的姓名及聯絡電話,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:KM SPORTS
撰文:「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)
FB專頁:<https://www.facebook.com/hkywcaclap>



生涯規劃

初入職場 做好分內事



辦公室裡的權力鬥爭,沒有人能置身事外,好幸運,我沒有被擊潰,反而在當中得益,想和初入職場的你分享一個故事。

我的第一份工作是當記者,那是一間大企業,人事複雜、要求嚴格,回想初出茅廬的自己,我常說笑撞板撞到內傷。一次又犯錯,一位「阿姐級」前輩拉我去「照肺」——「你不行!」、「能力低!」、「你比其他新人差很多!」……一句一句,入心入肺。

「她針對我……」、「我已盡盡了力……」深深的忿忿無助於燃起意志,我因自憐而消沉。

上班變苦差 本分要做好

上班逐漸變成苦差,工作變成例行公事,草草了事就算。有一次,一個很要好的同事提起我做過的新聞,我卻毫無印象,他嘆一口氣:這是基本要求呀!

基一本一求一求!真是當頭棒喝,原來我連分內事都未做好。自此,我會牢牢記着每天做過的工作,遇上不明白的地方,就四處找答案,直到明白為止,因為只有這樣才能透徹掌握事情,以備日後跟進,更重要的是避免重複犯錯。

一年後,終於獲得上司垂青,委以一個重要任務,我才領悟,所謂「盡力」,就是完全掌握自己職責範圍內的事,令人無可指責。

總會受挑剔 真金不怕火

當然,就算做好本分,仍然有人挑剔,不

過你已經不再是當日一無所知的黃毛小子,你累積了豐富的知識和經驗,能獨當一面,真金不怕洪爐火。何況這不是最好時機去認清誰是小人,誰是君子嗎?不懷好意的,敬而遠之,非要跟他合作,就加倍小心防備;對自己好的,就真誠相待,虛心聆聽他的忠告,向他請教,讓自己走得更遠。

常覺得人生好像小時的數字連線圖,由「1」開始,一點一點,連到某個數字,不經不覺連一幅可愛的圖畫。當然,你也可以把陰謀、黑心、手段連在一起,那就視乎你想成就的,是令人會心微笑的紀念品,還是圍住爭奪笑容的戰利品了。

■盧可恩 學生發展處講師
香港知專設計學院及香港專業教育學院(李惠利)

