

爸媽幫考生減壓「不要問，只要撐」

調查揭問「放榜有咩打算」增壓力 專家倡「無聲勝有聲」



中學文憑試將於下星期三（10日）放榜，有機構訪問近千名應屆考生，以10分為滿分，近半考生表示放榜壓力處於7分至10分的高水平。調查同時發現，考生怕被問及「你預計考成點？」、「就嚟放榜，有咩打算？」等問題，認為會令其壓力加重，專家建議父母應細心觀察子女的情緒變化，有時「無聲勝有聲」，以電影、跑步等休閒活動分散放榜注意力。

■香港文匯報記者 余韻

青協「DSE 2777 1112計劃」今年6月初至7月初，以網上問卷及電話訪問形式，成功接觸822名應屆文憑試考生。結果顯示，九成半文憑試考生希望繼續升學，其中近八成人以大學學位或以上學歷為升學目標。調查又問及，若於大學聯招（JUPAS）未獲派入儀科目學生會選擇何種出路，約五成人選自資副學位，三成人選自資學士，重讀或自修的則佔二成四。

近一成壓力滿分「爆燈」

針對放榜壓力情況，以10分為滿分，近半考生（48%）達7分至10分水平，與去年同類調查相若，其中壓力10分「爆燈」的亦佔近9%。而受訪學生最主要的壓力來源分別是「成績不達預期水平」、「未能入讀最感興趣的科目」，分別有七成人及四成人選擇，另亦有兩成八擔心畢業後就業前景不明朗，兩成六怕自己未能達到父母期望。

臨近放榜，身邊人都會關心考生情況，但原來不少語句都有負面效果，46.5%人指「你預計考成點？」會令自己受壓，約四成人會因為「叫你畀心機溫書又唔聽，放榜死梗啦！」「你睇下阿邊個考得幾好！」而壓力增加。即使是「就嚟放榜，有咩

打算？」「如果考得唔好，點算？」等開放性問題，亦會為不少考生帶來壓力。

此外，43.6%考生覺得「無論考成點，我哋都係你身邊支持你！」最有打氣作用，亦希望聽到「你盡咗力就得喇嘍！」、「任何時候，有需要就搵我！」等語句。

逾七成半考生冀父母「默默支持」

就對放榜時刻父母的期望，逾七成半考生認為「默默支持便足夠」，亦有不少人希望父母「可以容許我自由地選擇未來路向」（45.6%）及「與我一起商討升學路/其他出路」（25.5%）。

香港青年協會業務總監徐小曼指，考生面對成績的未知之數可能倍感迷惘，即使對於他人的問候，亦有機會牽動焦慮及擔憂的情緒。

她表示，調查反映考生期望聽到支持鼓勵的說話，是讓他們感受到無論成績如何，都有親友同行支持，家長應避免帶有「指摘」、「比較」、「貶意」及「負面」的說話。

她又建議家長細心觀察子女的情緒變化，有時候「無聲勝有聲」，主動關心及陪伴子女看電影、跑步等，已可協助他們分散放榜壓力，紓緩情緒。



青協公佈DSE考生壓力調查報告，以10分為滿分，近半考生表示放榜壓力處於7分至10分的高水平。青協供圖

最能打氣

- 「你盡咗力就得喇嘍！」
- 「無論考成點，我哋都係你身邊支持你！」
- 「任何時候，有需要就搵我！」
- 「考唔到大學，唔等於你嘅人生玩完！」

■資料來源：青協

放榜語句

- Do's
- and
- Don'ts

最增加壓力

- 「你預計考成點？」
- 「叫你畀心機溫書又唔聽，放榜死梗啦！」
- 「你睇下阿邊個考得幾好！」
- 「就嚟放榜，有咩打算？」

整理：香港文匯報記者 余韻

THEi廣告醫護課搶手 20人爭1學額

香港文匯報訊（記者 詹漢基）文憑試放榜在即，今年合共提供約1.7萬個學士學位、高級文憑、基礎及職專文憑學額的職業訓練局，暫錄得約3萬人報讀，數字與去年相若。在自資學士學位方面，以廣告、醫療護理課程競爭最為激烈，平均約20人爭1學額。

職訓局昨日公佈7月10日放榜日收生安排，其轄下院校今年共開辦超過140個全日制課程，涉及約1.7萬個學額。其中提供自資學士學位的香港高等教育科技學院（THEi），今年開辦20個課程，12個獲納入「指定專業/界別課程資助計劃（SSSDP）」，每年學費資助4.1萬元或7.17萬元，其餘則可獲3萬多元的「自資學券」。

THEi各課程中，以廣告、醫療護理競爭最激烈，約20人爭1位，另該校新學年亦新開中藥藥劑學、飛機工程兩個課程，分別收生約20人至30人，暫時各收到逾百份申請。

至於高級文憑程度，職訓局旗下香港專業教育學院（IVE）、香港知專設計學院（HKDI）和國際廚藝學院（ICI）則共提供1.1萬個學額，涉及約100個課程，當中以社工、插畫設計、體適能及運動營養學、機場營運管理、時裝設計5個科目最為熱門，平均9人爭1位。職訓局副執行幹事梁任城表示，當中插畫設計、體適能及運動營養學均為新上榜的熱門科目，顯示學生選擇日趨多元，不只是集中服務性及醫療行業。

職訓局表示，今年各課程申請人中，逾半獲有條件錄取，提醒有關考生在放榜日如成績達標，須於當日上午10時至下午4時，親身到獲派課程的院校確認學位。其他有意報讀的考生，則可由放榜日起至7月15日中午12時前，到IVE、HKDI及THEi等10個校園即場報名及面試，所有獲取錄的考生須在15日中午12時前親身前往錄院校辦妥註冊手續，否則所派學位會無效。



梁任城（左三）等VTC代表簡介入學申請情況及放榜日收生安排。同場有畢業生張寶生（右一）、王麒深（右二）分享讀書經驗。

香港文匯報記者詹漢基 攝

梁美芬拍片籲教局檢討通識科

香港文匯報訊（記者 姜嘉軒）「學校課程檢討專責小組」上週發表諮詢文件，當中以高中通識科改革最受社會關注。立法會議員梁美芬近日在fb上載短片，進一步講述其觀點對通識科的質疑，她批評該科欠缺社會認可而清晰的課程設計，內容碎片化，教師欠規管等，籲教育局作全面檢討，包括考慮改為選修。教育局回應指，專責小組理解社會對通識科意見分歧，諮詢期間會持開放態度細心聆聽各界意見。

梁美芬近日以「『論盡』通識科，通識科好邊廸」為題上載兩段短片，指出通識課程存在多個問題，包括範圍太廣，教學方式也不理想。她舉例指政治部分只教導學生碎片化知識，「透過老師剪報，左剪右剪報章評論，同學根本不能系統地了解香港政治環境和基礎」，感嘆這是「未學行先學跳」，最終令學生焦頭爛額。

她續說，學生政治理論根基未穩，卻已涉獵深入政治議題，部分甚至是未有定論、具政治爭議的敏感議



梁美芬拍片論盡通識科。她分享以往曾接觸個案，有通識老師竟有七成上課時間「講住粗口教通識」。

題，「好比在非法『佔中』時期，便有所謂教材出現，教人用犯法方式去爭取。這根本不應叫學生參加，也不應去教，然而學校卻沒有監督。」

批老師「講住粗口教通識」

她又分享以往曾接觸個案，有通識老師竟有七成上課時間「講住粗口教通識」。她強調通識科務必要有一個社會共同認可的教學課程，才有資格在高中課程必修必考，而並非任由老師去教，「今日有咩新鮮議題就講，但那些根本不應用於課堂時間」，強調通識應予以規範，亦可考慮改為選修，還同學選擇修讀興趣學

科的權利。教育局發言人回覆指，通識科目是讓學生通過探究各類議題，擴闊知識基礎和視野及融會貫通，並培養正面價值觀和積極人生態度，專責小組在就課程檢討諮詢時，亦理解業界及公眾對通識科意見分歧，歡迎公眾人士提出想法和建議，在制訂方向性建議時會詳細考慮，並於今年底前向政府提交最後報告。教育局首席助理秘書長區蘊詩昨日亦肯定通識科重要性，又指「未見到有實質證據」通識科令學生變壞，她表示理解各界對通識科有不同意見，歡迎在諮詢期間提出。

「愛、傳、城」徵文賽展開

香港文匯報訊（記者 高鈺）由香港新聞工作者聯會主辦的「愛、傳、城 Love Is All Around」第二屆全港中英文徵文比賽現已正式展開。比賽分為中學、小學及公開組，各有中文及英文徵文賽，參賽者需先觀看一段詮釋人生哲理的動畫短片，並撰寫觀後感或為故事延續下去。

「愛、傳、城」徵文比賽由啟悟慈善基金贊助，並得到教育局、民政事務局、中聯辦宣傳文體部、教育科技部，及中文大學等數間大學的支持。比賽共有六個參賽組別，以芬蘭導演Laura Neuvonen 詮釋人生哲理的知名動畫短片《最後的編織 THE LAST KNIT》（<https://youtu.be/M6ZjMwLqjvM>）為引子，撰寫觀後感或為故事延續下去。

比賽截止日期為9月30日，詳情可瀏覽<https://www.rtm.com.hk/loveisallaround/>。

AI認出「愁苦臉」 解憂乃要靠真人

人工智能的發展及廣泛應用一直是全球熱話，大眾不斷探討它將會取代什麼工種、如何改變日常生活和工作點滴等，而不少機構及學者則研究如何將人工智能應用於教育，建立人工智能校園（AI School）。其中一項研究是採用人臉辨識及語音辨識科技，找出有情緒困擾的學生，從而提供協助及輔導。其概念是從人臉上五官表情，包括眼眉、鼻子、嘴角等，及說話的聲線、音調等，以分析情緒，協助老師及早找出需要關顧的學生。

專家教授紓緩八式

科技能夠辨識情緒，但要協助情緒紓緩乃是人的工作，無法被取代。有專家提出如何從情緒低落中，找到紓緩的出口，供大家參考：

- 一、當情緒低迷時，和一個愛你的人，如父母、兄弟姊妹、知己等，分享自己的感受，從他們口中取得肯定，減低無助感。
- 二、與真正的朋友會面，可以談天說地，或不發一言，減輕孤單的感覺。
- 三、回想自己的強項及值得欣賞的地方，包括外表、性格等，讓自己感覺欣慰。
- 四、為自己準備一本感恩的日記，寫下一些成功完成的事項，如考試合格、準時交功課、助朋友解決了問題、處理了家人吩咐的事情等。有需要時，回味日記中的點滴，令自己得着安慰。
- 五、做自己喜愛的運動，如跑步、體操、瑜伽等，使自己的腦袋及身體專注運動，忘卻不快。
- 六、近年流行的靜觀，也是紓緩情緒、壓力的有效活動。
- 七、做自己最喜愛及有興趣的事，如吃喜愛的食物、做最愛的甜點、砌心愛的模型等以獎勵自己，尋回愉快的感覺。
- 八、如情緒的困擾無法自我紓緩，應找專業人士協助，盡快找出解決方法。

人生面對的挑戰很多，對情緒帶來一定的衝擊。不要逃避，要接受及認識自己當下的情緒，找出對自己最有效的方法，走出黑暗，步向愉快的光明。

香港教育城與Microsoft再次攜手合作，以人工智能為主題，舉辦「Master Code編程大賽2019：AI未來校園」，冀望參賽學生除了能夠加深對人工智能的認識，也能運用人工智能科技及編程技巧，設計出能改善學校生活的未來校園，實現愉快學習，賦予未來教育更多可能。

■香港教育城高級發展經理 洪婉玲
（標題與小題為編者所加）

考生了解灣區 更有興趣創業



調查指最多人希望升讀酒店旅遊學科。優才資源中心有限公司供圖

香港文匯報訊（記者 余韻）因應放榜前夕，不少莘莘學子已對大學選科及未來出路作出準備。有機構訪問逾4,000名應屆文憑試考生，最多人希望升讀酒店旅遊學科。就業方面，則最多人希望投身教育行業，另有逾半考生認為大灣區發展對未來擇業有較大影響。

優才資源中心於去年11月至本年1月期間，以問卷訪問4,106名應屆文憑試生，在升學選科意向方面，酒店及旅遊管理取代去年的心理學，成為最受歡迎科目，兩者分別有14%及12.4%考生選擇。而最不受歡迎的學科，今年有14.2%人選擇法律科居首，較去年的第六位急升。受歡迎行業方面，則有24.1%選教育，連續三年居首。

此外，調查亦問及大灣區發展對升學就業的影響，結果顯示，51%文憑試生認為，大灣區政策對自己將來就業有強烈或部分影響，而自評較了解大灣區的考生，亦明顯更希望主修工程相關學科，並有較大意欲創業。