

「陳生，麻煩你介紹一下貴公司的最新產品。」
 「好的，李生。啊！對不起，我記錯了，應該是……黃生才對。」
 在職人士每天要面對各式各樣的人物、公司產品、資料等，稍一不慎，記錯資料，不但令場面變得尷尬，有時甚至招致公司損失。近年有不少教授提升記憶力的課程，有助大家輕而易舉地記憶事物，在推介服務或產品時易於掌握。
 撰文：黎雅麗 部分攝影：林資凱 模特兒：Tina、Monique (Talent 100)

掌握超強記憶



■工作上，我們無可避免會遇上一些難題。



■老師掌握了記憶技巧，可刺激學生對知識的吸收。



■演說要流暢自如，事前也準備工夫絕不可少，這也牽涉記憶技巧。



學識超強記憶法，也專工作都難唔倒我！(設計對白)

提升工作表現



■每天需要處理堆積如山的工作，但你可記得當中多少資料？

多種記憶方法

要把陌生的人或事物，牢牢地記住並不容易。課程導師葉錦熙說：「記憶是甚麼？記憶就是聯結，即是需要記憶的事物變成熟悉的事物。記憶法有多種，包括代碼、地點、部位、影像、諧音、串連。記憶術的精髓，無疑是做線索 (Cues)、做聯結 (Links)。」
 在記憶的過程，我們會運用多種方法。舉個例子，認識一位新朋友，想好好地記得他的名字，首先要索取對方姓名，應聽清楚對方的名字及知道名字的正确寫法，若是聽不清楚，應立即再問，這不是失禮，反而讓對方覺得你重視他，亦會給你留下良好印象。之後再在腦裏浮現名字的寫法一次，讓右腦加強記憶。如果可以的話，更不妨跟你已認識的同名或近名朋友做聯想，例如新認識的朋友叫「Thomas」，你大可想像他在你另一位舊朋友「Tom」的臉上添了很多墨。

心理影響成效

或許你心想：「咁難，我做唔到……」葉 Sir 表示，內心存有負面假設往往是阻礙提升記憶力的力量。心理因素很重要，如果你認為自己做不到，覺得很難，那麼愈驚恐愈不想去做。導師在堂上與學員分享找線索，也請學員自行去想線索，學員一定要反覆地不斷練習。在學習初期，當然感到較吃力，覺得很難找到線索，但過了這個關口後，就沒問題。他更指出，即日溫習有助提升學習吸收能力，每日溫習三次，每周溫習一次，也是他所謂的「周日大清倉」，盡量強化所學知識，這樣才可提升記憶力。

如何記憶產品型號？

例子：若想起住手機型號「S500i」，先把「S」當作「Snake」(蛇)，「500」當作五百元紙幣，「i」當作「我」(「I」)，然後想像這個影像：一條咬著五百元紙幣的蛇，慢慢移向我前面。

例子：若想起住相機型號「DMC-FX30」，不妨作這樣構構：「MC」一向是「Multiple Choice」的縮寫，「FX」就當作「Fax」(傳真)，「30」有「三隻」的諧音，然後再作這樣的串連：這部相機功能非常犀利，可以將喇(D) MC題目 Fax 去三隻 (30) 汽車。

■從事推銷工作，必須牢記產品型號及其功能。

擴闊人際網絡

對於在職人士來說，擁有較強的記憶技巧，不但可提升工作能力，也可有效地擴闊人際網絡，工作表現自然更上一層樓。近年不少機構開辦教授記憶技巧的課程，聖雅各福群會延續教育中心舉辦「超強記憶技巧證書課程」，旨在讓學員藉超強記憶在學業、工作及社交上取得更佳表現，適合各行各業人士報讀，如推銷員、教育工作者、家長、應付專業考試的人士等。
 課程內容理論實用兼備，除教授相關記憶方法，如影像法、串連法、諧音法、部位法、地點法及代碼法外，還會教授配搭大量專業詞彙、名片資料 (如人名、公司名、職位、電話號碼等)、各行各業資料 (如中醫藥方、保單資料、貨品代碼、貨品內容等)、不同學科內容重點 (如語文、歷史、經濟、地理、化學、生物等)、大量英文字詞、百科常識、背誦詩詞歌賦及文言文等。



■課程導師葉錦熙擁有 20 年社工及教學經驗，現為國際記憶學會課程顧問兼講師。

如何記憶客戶資料？

例子：熟客張小姐常使用 Medicated Lip Cream，她本身並無敏感，怎樣好好記住這些客戶資料？

葉 Sir 表示，要記住張小姐，一般以其諧音如「章魚」，今次不妨把其姓氏與唇部護膚品串連起來，想像一下：當張開口 (即張小姐)，發現嘴唇發炎，便會塗上含有藥物成分的唇膏 (Medicated Lip Cream)。「敏感」中的「敏」字是「蚊」的諧音，記住人對某些東西敏感與否，那可想像蚊子會飛過來，敏感的就招惹蚊子，無敏感的就不會飛來。張小姐塗了這護膚品後，蚊子不會飛來，因為她無敏感。



升學就業信箱

Green 讀友來信：

我今年 20 歲，是 06 年 5 月獲得香港身份證的，現在廣東讀大學，今年大三，2010 年畢業。但我希望能在畢業之後回香港繼續讀書，那我可以通過甚麼途徑在香港繼續學業？可以通過內地的研究生考試進入香港的大學嗎？或者有其他方法？還有，如果我想在香港工作，那我的本科學歷在香港會被承認嗎？

答：希望其他在內地唸大學，將來計劃回港的同學亦留意到這封信及相關回答，為回流先做好準備：

1. 要現實地留意單持內地大學學歷，除非是非常著名大學，否則回港後不一定容易獲得主接受。主要原因是部分內地大學畢業生的英文水準頗一般，對工作上的運用，不一定達到要求，所以這幾年內內地唸書時，要趕緊打好英文基礎。最好順便先考 IELTS，起碼在 6 分以上。
2. 回港後將個人的學歷交香港學術及資歷評審局作個人的學歷評審。詳細資料可在該局網頁 www.hkcaavq.edu.hk 內找到。
3. 回港後可先嘗試找工作，因現時要預測幾年之後各行業的職位需求，並不可能，因此只能待回港後再看情況。若覺得有困難或「高不成，低不就」的話，可考慮在香港唸一年全日制碩士課程。現時本港全日制碩士課程日漸增加，已持有認可學士的同學，要入碩士，比入第一年學士學位容易。
4. 萬一自己的學士學位不獲認可，要先補上至學士學位。可上政府網頁 www.ipass.gov.hk 看 Top-up 學位。

本欄歡迎讀者提出升學及就業疑難，來信請寄香港大埔工業邨大昌街 23 號東方報業中心《東方日報》教育版《升學就業信箱》收。
 傳真：3600 6800
 電郵：mcschi@hkit.edu.hk

課程資料
 課程名稱：超強記憶技巧證書課程
 所需費用：\$2,900 (會員) / \$3,100 (非會員)
 舉辦院校：聖雅各福群會延續教育中心
 查詢：2835 4394

康樂及文化事務署主辦
 Presented by the Leisure and Cultural Services Department

唐滌生續領十年風騷五十年

粵曲演唱會

尹飛燕	王超群	吳仟峰	吳美英
李鳳	李龍	南鳳	陳詠儀
梁漢威	新劍郎	鄧美玲	龍貫天

加演最後兩場 不容錯過

2009年3月5日 (星期四) 晚上7時30分 荃灣大會堂演奏廳 \$200, \$160, \$120, \$90	2009年3月14日 (星期六) 晚上7時30分 屯門大會堂演奏廳 \$200, \$160, \$120, \$90
---	--

《雙仙拜月亭之仙亭會》 《紫釵記之陽關折柳》 《漢武帝夢會衛夫人之夢會》 《紫釵記之劍合釵圓》 《紅了櫻桃碎了心之洞房》 《白兔會之瓜田別妻》 《紅菱巧破無頭案之訴冤》 《牡丹亭驚夢之遊園驚夢》	新劍郎、鄧美玲、梁漢威、陳詠儀、李龍、南鳳、龍貫天、吳美英、梁漢威、鄧美玲、新劍郎、南鳳、李龍、吳美英、龍貫天、陳詠儀	《一年一度燕歸來》 《蝴蝶夢》 《牡丹亭驚夢之幽媾》 《蝶影紅梨記之羅醉亭會》 《漢武帝夢會衛夫人之初會》 《富士山之戀》 《白兔會之麻地捧印》 《紫釵記之拾簪》	李龍、王超群、吳仟峰、吳美英、新劍郎、李鳳、龍貫天、尹飛燕、吳仟峰、李鳳、龍貫天、吳美英、李龍、尹飛燕、新劍郎、王超群
--	---	--	---

門票現於各城市電腦售票處發售 備有各種折扣優惠，詳情請參閱節目單張
 網址：www.lcsd.gov.hk/cp 節目查詢：2268 7325 票務查詢及留座：2734 9009
 信用卡電話購票：2111 5999 網上訂票：www.urbtix.hk

院校消息

學者主持研討會 慶祝學院成立

為慶祝香港理工大學人文學院及轄下中國文化學系正式成立，學院於1月至3月期間，邀請世界著名學者主持一系列研討會，題目涵蓋語言學、文學、歷史及音樂等範疇。
 首個研討會日前假理大舉行，由台灣中央研究院院士黃一農教授以「天主·火炮·妾」為題發表演說。演說將透過敘說三百多年前一個小妾的懷修一生，講述火炮史、宗教史及中國文明首次大規模接觸所產生的巨大衝擊等。
 一系列研討會將於理大舉行，免費入場，有興趣人士可登入網頁 www.polyu.edu.hk/FH/lsc 報名參加。

專業課程

破解身體語言密碼

聖雅各福群會開辦「潛意識身體語言成就學課程」，學員於12小時的課堂內，將學到最新的身體語言心法，毋須強記或反覆演練，便能夠將所學完全融入身心思維內，破解身體語言密碼，掌握有效實用的溝通說服技巧，成為善解人意、八面玲瓏的職場資優生。該課程導師為陶兆輝博士 (右圖)

名稱：潛意識身體語言成就學課程 查詢：2835 4394
 日期：3月28日、29日及4月6日 網址：www.sjsmile.com
 地點：石水渠街聖雅各福群會
 學費：\$1,800 (會員) / \$2,000 (非會員)

書本介紹

古董音響品牌歷史

真空管音響的發展歷史始於上世紀二十年代，二次世界大戰以後，踏入了長達近二十年的「黃金年代」。在這個時間，每一個品牌都滲透著其創辦人音響工程師對音色和音樂的獨特追求與堅持，器材自成一格的音色正表達著一個又一個不同的音響世界觀。
 《古董音響》這書主要集中介紹當時 51 家著名古董音響品牌的發展歷史。作者耗時近十年，研究了逾百家古董音響品牌，最後把 51 家著名品牌的零碎片段重新整理，更為考證有關歷史資料的遺缺及錯誤作出修正。

書名：《古董音響》 出版：三次坊
 作者：Alan Leung 售價：\$260

免費講座

關注兒童脊椎健康

一般人誤以為只有成年人會出現脊椎毛病，事實上，兒童較為柔軟及幼嫩的脊椎，同樣會出現脊椎毛病。脊椎健康與身體的整體功能有密切關係，家長又怎能忽視？
 AIA-FSG 將舉行「好實實脊椎健康護理知多少？」健康講座，由脊骨神經科醫生主講，內容包括認識脊椎結構、兒童常見脊椎毛病如脊椎側彎、脊椎側彎的長遠影響、如何預防脊椎側彎，家長如何為孩子檢查等，現場亦有答問時間及專業測試。

講座名稱：好實實脊椎健康護理知多少？ 地點：鋼鑄灣希慎道 18 號友邦中心
 日期：2月21日 12樓演講廳 1號
 時間：下午2時半至4時半 查詢：3182 3535