

海端加油站

第二百〇一期

發行人：吳宏龍 校長 發行：台東縣立海端國中 輔導室
總編輯：黃美玲 主任 地址：台東縣海端鄉海端村山界1號
編輯群：鄭新和 主任 電話：089-931390
邱俊龍 主任 創刊日期：101年11月30日
郭黛瑩 老師 發刊日期：112年9月12日

活動點滴

《112.9.1 國中學業性向測驗說明與施測》



《112.9.11 認識自我團體輔導》



我的選校經驗談

開平餐飲學校王芸柔： 選志願時，想想什麼事 讓你快樂？

2020-06-11 18:49

by 親子天下媒體中心 - 許家齊

開平餐飲學校三年級學生王芸柔从小就喜歡烘焙，國中讀技藝班、參加烹飪比賽後，更確定日後要往餐飲領域發展，於是進入開平餐飲學校就讀。高中期間，王芸柔透過在教學餐廳學習，

自主參加比賽等，學習到更多烹飪的技巧與知識，也找到自己喜歡的做菜模樣。

王芸柔認為，高中正是未來工作做準備的階段，而既然要工作、就希望找能讓自己開心的工作，因此她建議學弟妹，選擇志願前先問問自己「做什麼事情是快樂的」，再做相對應的職群選擇。以下是她的第一人稱自述：

我會愛上餐飲、源於我小學三年級時，跟隔壁鄰居一起做餅乾，第一次做、我便開始愛上將平凡的食材變成美味的佳餚。平常在家沒事，我就會做甜點，看網路上學做菜。

國三時因為參加技藝班，我比了人生第一場烹飪比賽，拿到第四名。那場比賽讓我決定要讀餐飲，因為我覺得做菜這件事是快樂的。

練習比賽時，我不會因為失敗而覺得不好，而是想，如果我認真練習一定會有成果，失敗我也會想繼續挑戰，如果換做是讀書、我可能不會這麼想，可是做餐飲，就覺得若失敗、想想什麼東西是錯的，再重做一次，到後面就會越做越好。因為這樣，我確定想走餐飲。

因緣際會下，我在學校輔導室牆上看到開平餐飲學校理念說明會的宣傳，當初我抱著好奇心參加了說明會，聽完後我覺得這是我可以走的、我有興趣的路。爸媽知道我對餐飲有興趣，就讓我去讀。

實戰，掌握烹飪知識與技巧

在開平這3年，我經歷了很多事，我不斷在任何方面想提升自己，尋找自己的強項，雖然過程中一點也不順利，但我知道我自己適合做什麼角色、最拿手的地方是什麼。

高二下到高三在學校的教學餐廳「主廚之家」學習，在教學餐廳裡，西餐的職位內容就有pizza台，看單喊單、擺配菜的「菜口」，還有麵台、主菜、健康餐，員工餐，其他還有樓管等。一年下來、每個職位我都輪過。

過程中我學到炒麵，學習抓肉的生熟度，自己做麵包，如何保存食材和怎麼控管成本。學校

餐廳會有業界來的師傅，會告訴我們哪些東西很貴，我就會開始控管自己的食材、不浪費，食材該做什麼就做什麼，有些剩的食材、我會去查可以如何運用，又學到新東西。

在教學餐廳學習的那段時間，我每天都會想、我該怎麼做才可以更好、更有效率，或是我可以多學什麼，累積一年下來，雖然時間不長，但我認為學到了很多正確的知識及技巧。

比賽長經驗，也找到理想做菜模樣

我也在教學餐廳學習的同時間比了3場比賽。其中有一場，我去香港參加「香港國際美食大賽」，這是很大型的比賽，在類似南港展覽館的地方，這算是我人生最大場的比賽，有很多國外的人在看著你煮菜。當時我很緊張、很多事都不懂，又是陌生環境，因此沒有比得很好，但在過程中我學到很多東西，像是怎麼克服緊張，保存食材，時間分配，烹調技巧等。

因為有香港比賽的經驗，我在比高中階段最後一場比賽「台北第一屆西餐極限挑戰賽」時就比較得心應手，就算東西做錯、我也不太會緊張，比賽時我還會小小聲地哼歌。

之前的參賽經驗，讓我變得比較不會怯場、臨場反應也變得更好。因此這場比賽，雖然我只拿到銀牌，但對我來說卻影響深刻，因為過程中我找到自己最理想的做菜的樣子，是輕鬆、愉悅，不會有任何緊張感的。

勇於參與各式活動 改變自我

在開平這3年，我突破了許多從前害怕的事物。高一下，學校有場「拜師大典」，整年級的學生都會參與，家長，業界師傅，校友也都會參加。

拜師大典中，我擔任年級的拜師代表，要在眾多師生、家長前面致詞，以及要帶領同學和師傅們拜師、有師徒傳承意味。在選擇擔任拜師代表前，我有點猶豫，因為國中時我完全不敢在任何人面前講話，後來因為朋友們也各自選了典禮中的角色負責，我就想：「我是不是可以做一些

改變？」

透過當拜師代表，我突破了害怕在眾人面前說話的自己；透過學校許多不同的專案，像是擔任畢業典禮的美宣組組長，我突破了總是萎縮的自己；透過與客人互動、我突破了不會表達的自己；透過比賽、突破了總是覺得時間不夠用的自己。現在的我，做事會安排流程，規劃好時間，並善用時間充實自己，拯救以前懶惰懦弱的自己。

選志願建議：想想做什麼事情會快樂？

若要給正在選擇志願的學弟妹建議，我可能會先問他：「你做什麼事情是快樂的？」因為我覺得，高中對我來說是選擇未來要做什麼事的階段，我覺得若要工作、要找會開心的工作，因此我會建議他想想看、自己做什麼事情會覺得開心，再從答案去推測，他可能適合幼保、美容或是餐飲科。

若是對餐飲有興趣的學生，我會建議他要想清楚、自己是確定要做餐飲這件事。我進到開平後、有些體悟是，身邊有些同學是抱持著想「比較輕鬆」的態度進來，不是真的為了想做餐飲進來，那就會變得很痛苦。學校的學費並不便宜，學費可能是家長付的、或有些人是自己賺學費，我覺得進來這裡，能學到東西就多學、想想自己能從這裡帶走什麼。

透過繁星管道，我錄取了高雄餐旅大學。之後我想在大學繼續突破自己，跨出自己的舒適圈，學習從未接觸過的新事物。未來我希望自己能夠出國深造，並回到台灣開一間屬於自己的店，完成我最初踏入餐飲界的目標，就是讓客人吃的安心、吃的開心、吃的健康、吃的沒負擔。

