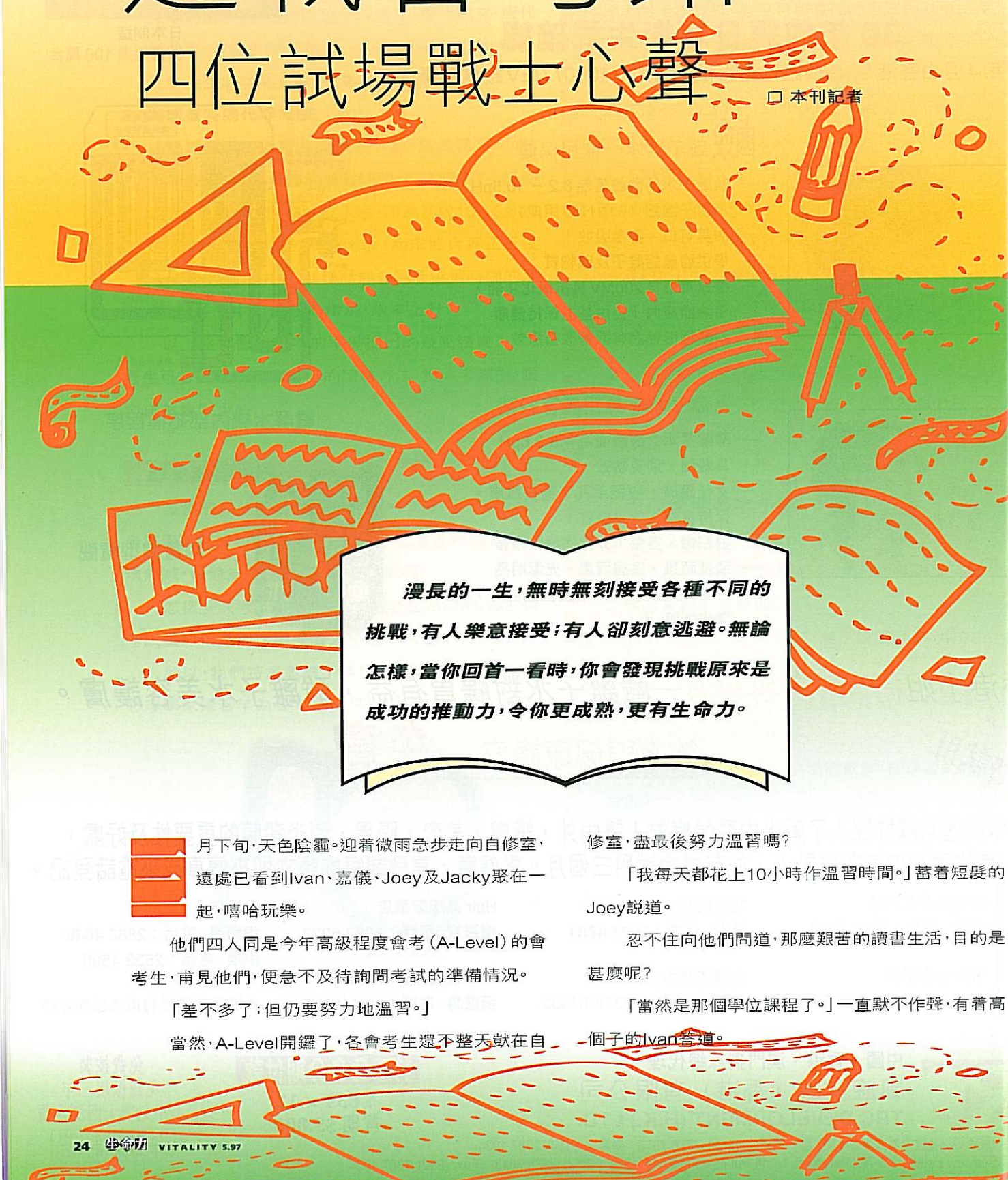


迎戰會考路

四位試場戰士心聲

□ 本刊記者



漫長的一生，無時無刻接受各種不同的挑戰，有人樂意接受；有人卻刻意逃避。無論怎樣，當你回首一看時，你會發現挑戰原來是成功的推動力，令你更成熟，更有生命力。

月下旬，天色陰霾。迎着微雨急步走向自修室，遠處已看到Ivan、嘉儀、Joey及Jacky聚在一起，嘻哈玩樂。

他們四人同是今年高級程度會考(A-Level)的會考生，甫見他們，便急不及待詢問考試的準備情況。

「差不多了；但仍要努力地溫習。」

當然，A-Level開鑼了，各會考生還不整天窩在自

修室，盡最後努力溫習嗎？

「我每天都花上10小時作溫習時間。」蓄着短髮的Joey說道。

忍不住向他們問道，那麼艱苦的讀書生活，目的是甚麼呢？

「當然是那個學位課程了。」一直默不作聲，有着高個子的Ivan答道。



四人年紀雖輕，但卻擁有清晰及鮮明的期望與理想。

「中文大學的英文系是我的理想目標。」Joey不假思索地說。

「我希望進入理工大學，修讀建築。」Ivan插口說。剛坐下的Jacky卻自言喜歡中大幽靜的校園生活。

清晰的人生目標當然能激起無限向上奮鬥的心；但給予個人的心理壓力也還不少。

Joey理一理頭緒地說：「可能由於個人對考試的期望頗高，所以，對心理也造成或多或小的壓力。」

對Joey而言，緊張的精神狀態就是心理壓力的一項反映。

緊張的心情亦令身心起着異常的反應，Jacky便是其中一人。「考試期間常出現失眠；而且於夢境中也會看到自己忘帶准考証及錯到其他試場的狼狽樣。」

不論現實及潛意識都被那緊張的考試氣氛影響了日常的運作。

與Joey同修讀文科的嘉儀，心情除了顯得緊張外，她還多了一份擔心的感覺。

「成績外，令我擔心的是茫茫然的一片前路。」

畢竟，在他們幼小的心靈上，總認為大學入學試就是決定他們未來人生方向的途徑，倘若失敗了，前路會變得黯淡而崎嶇；但他們又可不嘗試站高一點，以廣闊的眼光觀看自己的前路呢？

大部份人都認為，考試壓力多源於個人、家庭及社會；不過，他們四人的家庭卻沒給予任何壓力。

只有自己，永遠擁有不完不結的要求，每個要求更是高遠而難以望及，過高的個人期望始終是邁向成功

的絆腳石。

香港學生從小開始已接受多不勝數的考試挑戰，練得一身銅皮鐵骨；而且曾經過會考熱身賽，那參與A-Level豈不較容易？

「A-Level當然有別於會考。會考的課程比較容易；而且考試的心情也較輕鬆，考A-Level便緊張得多了。」說時一臉從容；但Joey的語氣卻讓人多少感染她的心情。

讀書雖緊張；不過他們卻深諳輕鬆的重要，「工作時工作；遊戲時遊戲。」在適當時候緩和緊張的精神，嘻哈兩句或說個笑話，瞬間又流露一份童真式的歡笑。

「我喜歡打籃球，所以亦會以運動來調節我的身心。」談起鍾愛的籃球，Ivan從沉默中活潑起來。

為了舒緩考試緊張的氣氛，Jacky面對考試卻有另一種個人獨特的方法。

「考試前一晚，我會放鬆心情，捨棄書本筆記，完完全全讓自己relax一下。考試前，才翻書速讀，對考試必



定事半功倍。」

考試前充足的休息時間，當然比甚麼靈丹妙藥更有效。

好奇地問他們刻下對考試的信心，他們四人理直氣壯地稱當然有信心。擁有無比的信心就是邁向成功的首要因素，他們已步向成功的道路了。

故勿論成績如何，只要他們全力已付，盡心盡力，便可對自己高聲疾呼：無怨無悔。

最後，藉此祝Ivan、嘉儀、Joey及Jacky願望成真，考試成功！