

# 文憑試生受壓「暴走」 尖叫扯髮撕筆記

## 青協接求助升1.6倍 母憂女失常致電哭訴



文憑試首科筆試今日開考，不少考生備試壓力「爆煲」，出現焦慮反應。圖為文憑試考試情況。



文憑試考生壓力急升，青協近半年共接獲1,073宗考生及家長求助個案。圖為該會熱線的服務情況。

香港文匯報訊（記者 鄭伊莎）文憑試首科筆試今日「開鑼」，大批考生為爭入大學而奮戰。青協的統計顯示，近半年共接獲1,073宗考生及家長求助個案，當中的365宗是最近2個月才出現的個案，較去年同期宗數飆升近1.6倍。有考生疑壓力「爆煲」，晚上溫習時出現大叫、撕爛筆記、扯頭髮等行為失常情況，家長急得致電熱線哭訴；亦有考生自感視力受影響，擔心考試期間突然失明、持續失眠、胃抽筋。有家庭醫生坦言，因壓力問題而求醫的青年人，近日上升一成。專家提醒考生，應以平常心面對文憑試，家長則不宜追問子女應考表現，以免加重其壓力。

青協「DSE@2777 1112」一站式支援服務自去年9月至本年3月27日止，共處理近1,073宗文憑試考生及家長求助個案，較去年同期的960多宗增近12%。隨考期將近，考生壓力急升，2至3月更接獲365宗求助個案，普遍歸因於備試壓力巨大，考生難以承受。

### 每晚10時溫書至大叫「不想考試」

青協媒體輔導中心單位主任吳錦娟引述部分求助個案指，有母親致電哭訴其女每晚溫習至晚上10時便

會大叫指不想考試，並會撕爛筆記及扯頭髮，情況於校內模擬考試結束後明顯惡化，且變得自我封閉，抗拒他人關心。該名母親擔心女兒因備試壓力太大而行為失常，目前只能每日留在家中陪伴在側。

### 憂成績差 感視力有異胃抽筋

另有考生因擔憂數學科成績欠佳，未能升讀大學，壓力大至經常感到視力有異，總擔心自己會在考試期間突然失明，結果持續出現失眠、胃抽筋等焦慮反應，卻未敢告知他人。不過，由於情況惡化至無法溫

習，在社工鼓勵下才願意求醫治療。吳錦娟透露，因長期承受沉重的壓力，不少考生均出現不同的負面情況，例如一旦溫習腦海便一片空白、選擇不斷重讀中以逃避文憑試，更有人因壓力過大意圖輕生。

### 有應屆考生逢考試便感冒

家庭醫生關嘉美表示，因壓力問題而求醫的青年人，近日上升一成。她指有應屆男考生每逢有考試或測驗的日子，便會因為感冒、頭痛等問題向她求助，經檢查後發現身體並無不妥，「其實是學生因壓力太大，將壓力化為病徵，自以為是感冒或頭痛。」關表示，亦有考生會有腸痛、肚瀉、嘔吐等徵狀。

吳錦娟建議，考生應以平常心面對文憑試，應考前確保有足夠睡眠，且早上要進食早餐；進入試場前可為自己打打氣，說一句「我係得嘅！盡量發揮吧！」另若身體出現手震、心跳等焦慮反應，可閉上眼睛，緩慢地深呼吸數次。她又提醒家長，可為子女安排寧靜及舒適的溫習環境，但不宜追問子女應考表現，避免將子女的表現與他人比較，以實際行動支持子女。



徐立之今日正式離任香港大學校長一職，昨日向全校師生、校友發出道別電郵。

## 徐立之惜別港大 服務逾11載感自豪

香港文匯報訊（記者 高鈺）今日正式離任香港大學校長一職的徐立之，昨日向全校師生、校友發出道別電郵。在該校服務了11年7個月的徐立之提到，建設好港大大家庭，以確保大學能長遠持續發展，是任內值得自豪的事；他又指「一日為港大人，一生也是港大人」日後他會繼續忠誠為港大服務，關心學校事務，並深信在新任校長馬斐森的領導下，該校將越出色，也希望各人可對新任校長予大力支持和鼓勵。

電郵的下款以「立之」署名，信中表示，他加入港大、成為第十四任校長，為大家服務，是他的榮幸。他指2002年9月份上任時，知道要令港大大力臻卓越並在國際間獲得良好聲譽，絕非靠其一人之力可以做到，必須匯集整所大學，共同獻出集體智慧，加以努力不懈、全情投入方可成事。

他讚揚在港大人群策群力、積極支持下，大學進行了多項革新，包括管治團隊的建立、人力資源管理的更新、本科課程教育理念的重整、對學術研究的增加投入、與社會知識交流的重視，並建設了百周年校園及其他基礎設施等；該校亦有幸能邀到傑出的學者、教研人員在此從事教學與研究工作，職員孜孜不倦地為大學忠誠服務，來自本地及世界各地的優秀學生入讀，畢業後變身為大學的優秀校友，在社會各領域作出重要的貢獻，以至今時今日成為各範疇的領袖。

### 「幸運與適當人士並肩同行」

他亦感謝社會各界認同大學的理想和目標，以行動支持，與港大結伴並進，讓這些理想和目標逐步實現。他坦言：「實在很幸運，總可以在適當的時機、身處適當的位置，與適當的人士並肩同行。在此，我衷心感謝同僚、同學、校友和友好們在過去11年7個月對我的包容。」

# 中學生「學壓」明顯 56%認有困擾

香港文匯報訊（記者 歐陽文倩）再有調查反映本港中學生壓力沉重，更有約17%中學生的「主觀壓力感」處於極高水平。調查顯示，在各種壓力之中，中學生的「學習壓力」最為明顯，約56%坦言學習壓力令他們「有些困擾」甚至「較為困擾」。另「家庭功能」及「精神健康」不理想的比例各佔約一半，專家建議要多關懷青少年，家庭成員間亦要多溝通，互相分享及鼓勵。

「中學生壓力與家庭功能的關係」調查由香港心理衛生會與香港城市大學專業進修學院講師孫玉傑合作進行，大會於去年9月至11月以問卷形式訪問了九龍區10所中學的一至中六學生，合共收集到1,459份有效問卷，以了解學生的壓力問題。

### 17%自評壓力爆燈 女比男慘

結果顯示，約17%受訪學生自評壓力有6分至7分（7分為滿），即處於極高水平，當中又以女學生的壓力更高。在「家庭壓力」、「朋友/同學壓力」、「學習壓力」、「個人因素壓力」各項壓力中，受訪

者的「學習壓力」比較明顯，有約56%受訪者表示「有些困擾」和「較為困擾」，當中「考試壓力」及「成績、名次不理想」兩項最令受訪者感覺「有些困擾」和「較為困擾」，分別有81%和79%。

### 男學生「家庭功能評估」較差

此外，調查還顯示，有52%的受訪者被視為家庭功能不理想的組群，當中以男學生、較高年級或年齡較大者，以及「非在香港出生的」的「家庭功能評估」較差。精神健康方面，有約46%受訪學生的精神健康狀況並不理想，更有高達約17%人在12個問題中有8個或以上出現「負面」情況。

孫玉傑指，「整體壓力感」、「家庭功能」及「精神健康」的相關性強，只要其中一個較好，其他兩個變項都會呈正面狀況，反之亦然。不過，只要「家庭功能」的情況好，即使學生「壓力感」高，「精神健康」水平也會較好。該會建議，政府及青少年工作者等應及早辨識青少年的精神健康問題，多關懷青少年的壓力感，而非側重於治療層面。



左起：香港心理衛生會助理總幹事（服務及教育）程志剛、孫玉傑及「家家有晴——家庭精神健康推廣計劃」籌委會召集人洪美清昨日公布中學生壓力調查結果。

## 「比教」學會 掌亨宰朴

香港文匯報訊（記者 高鈺）香港教育學院國際教育與終身學習學系助理教授朴宰亨最近獲選為新一屆香港比較教育學會會長，至於該院國際教育與終身學習學系系主任鮑勃及教育政策與領導學系助理教授劉鵬則會出任該會副會長及司庫。

香港比較教育學會於1989年成立，成員均來自香港與亞洲地區的教育機構。學會宗旨為促進比較教育領域的學術研究，為相關的研究與政策討論提供平台。學會也是世界比較教育學會聯合會的活躍成員，在國際上享負盛譽。

另香港大學教育學院助理教授柯嶺高將擔任香港比較教育學會秘書，而香港中文大學教育行政與政策學系助理教授李軍會退任會長一職。



朴宰亨獲選為新一屆香港比較教育學會會長。

## 好書 說不完

拿起這本書，眼睛就順着封面那橙紫交纏的火燒雲和一個單手拿着風箏的小孩移動，展開了這個既感人又令人深思的故事。12歲的阿富汗富家少爺阿米爾與其僕人哈桑從小一起長大，情同手足。阿米爾為了獲得父親的認同，決定參加風箏比賽。正因此事，他與哈桑的感情猶如一張被碎紙機咬得支離破碎的白紙。

他們的關係就像那隻風箏，雖然有鮮艷美麗的外殼，但支架卻是脆弱的。風箏就是他們的真實寫照，雖然他們曾一起在白楊樹上用鏡子碎片反射進鄰居的家；一起吃桑葚干，邊吃邊扔向對方。哈桑為阿米爾追來了風箏，在路上卻遇到惡霸。阿米爾卻懦弱地躲在一旁看。雖然哈桑還是忠於阿米爾，但阿米爾為逃避良心的譴責，卻污蔑哈桑偷了其手錶。放風箏，追風箏，這兩個男孩的友情，從這裡開始，也由這裡結束。

阿米爾為了打破與父親間的隔膜，私心湧現，利用哈

## 《追風箏的人》經歷人生高低跌宕

桑的忠誠和善良。哈桑為他追得了風箏，被要求離開充滿美好回憶的家。風箏比賽正是這份友誼的導火線。它燃燒起阿米爾趕走哈桑的焰火，助燃阿米爾的妒忌心。

小時候，我和哥哥悄悄用零用錢去買當時很受歡迎的「爆裂陀螺」，正當我們偷偷地在一個角落玩的時候，被媽媽發現了。在「嚴刑逼供」下，哥哥承認花掉了零用錢。當時膽小的我，只懂維護自己，在一旁聽着他們的對話。最後哥哥成為代罪羔羊，承擔所有責備。我則在其保護傘下「安然無恙」。

阿米爾為了躲避戰亂，和父親移居美國。在偶然機會下，他知道了哈桑在戰火中不幸去世，而哈桑的兒子索拉博正在槍林彈雨的阿富汗。為了補償哈桑，阿米爾決定把索拉博從水深火熱中救出來。這時，阿米爾知道一個驚天秘密。原來哈桑是阿米爾同父異母的弟弟！隱藏了20多年的謊言終於被打破。作者是如此殘忍，讓他們兩兄弟受此折磨，痛楚蔓延到身上每一條微細血管，痛感伴隨而

來。後來，阿米爾假裝成阿富汗人，在斷崖殘垣裡救出索拉博。

也許，這裡已是結局，因為阿米爾成功救贖。不過，作者很巧妙地加插一個片段，令讀者有讀來盪氣迴腸的感覺。索拉博跟隨阿米爾到美國生活後，從來沒有露過笑臉。是甚麼讓索拉博綻放出笑容呢？沒錯，就是風箏。

這隻美麗的風箏，把索拉博和阿米爾的距離縮短了，收放風箏的線，彷彿又把阿米爾和哈桑的友情連在一齊。只是阿米爾的眼睛被一層薄紗蒙住了，讓他忘記了哈桑對他說過的誓言——「為你，千千萬萬遍！」

阿米爾在草地上追逐着那隻風箏，追着那隻他心中的風箏。



學生：馮靜雯 學校：香島中學（正校）

### 徵稿啟事

本報教育版最近新增投稿專欄，廣邀全港中學生撰寫書評，藉此推動學界閱讀風氣。投稿作品每篇介乎500字至800字，須為原創，不得一稿兩投。作品一經刊登，可獲由中華書局贈送50元書券乙張，以及精選書籍一本。投稿者請把書評電郵至 [www.edu@gmail.com](mailto:www.edu@gmail.com)。電郵標題請註明「書評專欄投稿」，並列明學生姓名、就讀年級、所屬學校、住址、聯絡電話和電郵，以便編輯跟進。



### 《緯夫的脚步》

甚麼是緯夫？緯夫就是指那些運用自己的身體能力，全力把載重的船逆流而上拉到目的地的人，他們就稱為緯夫。究竟今天的老師是不是緯夫呢？是。除了我剛才所說，他們把事物、知識、人情作交流外，他們還每天逆流而上。——小思，原名盧瑋鑾，1939年生，香港中文大學中文系教授，原籍廣東番禺，出生香港。



中華書局總編輯李占領點評：發人深省的文學創作，可令我們讀來盪氣迴腸，感觸連連，可從中反思人性的陰暗面，了解社會的罪惡，也可發掘到人性中的忠誠和善良。閱讀好的作品是一種享受。