

發行人：李世峰

出版單位：國立中壢高級商業職業學校輔導室

總編輯：陳怡瑩

執行編輯：陳秋燕、楊依雯、張至豪

地址：桃園縣中壢市中央西路二段141巷100號 電話：(03)492-9871 傳真：(03)493-9564 網址：www.clvsc.tyc.edu.tw

尊重他人、肯定自我

～淺談「性騷擾」

■圖書館主任 陳泰祥

一、前言

太陽花運動於台灣民主史上，刻畫出不可抹滅的一頁，而有一件憾事卻引起社會各界譁然，中天電視台「新聞龍捲風」節目中，主持人及名嘴對於一位女性參與者，舉凡服裝、身材、動作等，提出諷刺、不屑之口吻；節目播出後，立即有成千民眾嚴正抗議，並向NCC提出檢舉，堅信此舉不僅「物化」女性，甚而已達成「性騷擾」之情事。

二、性騷擾的定義

性騷擾意指凡同性或異性之間，以明示或暗示之方式，從事不受歡迎之性接近、性要求；或其他具有性意味之言語或肢體行為者；或意圖以屈服或拒絕上述行為，影響他人學習機會、雇用條件或教育環境者。此外，以脅迫、暴力恫嚇、藥劑或催眠等方法，使他人不能抗拒而行性接觸意圖或行為者，皆屬之。

三、性騷擾的類型

(一) 性別騷擾(gender harassment)

包括一切強化「女性是次等性別」的印象、帶有性意涵或性別歧視的言行、侮辱或敵視女性及同性戀者的言行等，例如：「女人就只會哭……」。

(二) 性挑逗(seductive behavior)

泛指一切不受歡迎、不合宜或帶有攻擊性、性意涵的口語或肢體動作，例如「吃豆腐」占對方便宜、講黃色笑話、不經同

意撫摸對方身體、在他人面前的自我猥褻行為等，是常見、具體的性騷擾。

(三) 性賄賂(sexual bribery)

人與人之間以同意性服務做為交換利益的手段，例如教師以要求學生約會或占性便宜做為成績考核的依據，主管對部屬要求性服務做為升遷或其他利益的交換條件等。

(四) 性要脅(sexual coercion)

以威脅或「霸王硬上弓」的手段強迫他人提供性服務，包括男女朋友或夫妻之間的強迫性親密行為，例如：強吻、強制拘留、強抱或強行性交等。

(五) 性攻擊(sexual assault)

此乃最嚴重之性騷擾類型，或稱之為「性侵害」，凡是以強姦或其他足以導致當事人身心受創的暴力性或異常性行為，皆屬之。

上述五類性騷擾係依騷擾行為的輕重程度來區分，唯現實生活中性騷擾行為未必只以單一型式出現，騷擾者可能對不同的對象表現「混合」的騷擾行為。

四、性騷擾的預防與處理

無論是職場中、校園裡、家庭內或生活上，任何情境皆可能發生性騷擾狀況，性騷擾本身是一種不受歡迎卻又存在人類社會已久的偏差性人際互動現象。

對於性騷擾者而言，必須隨時不斷反省



友誼的建立與維繫

■附校資三1 黃柏涵

個人的生活與行為，深切銘記「己所不欲，勿施於人」、「人必自重而後人重之」的人際哲學。若個人的人際與溝通媒介是端賴此類性意涵的「幽默」言行，則是反映其內在「無物」輕佻、錯估人際之間的互動「界限」。任何校園內、職場裡或其他生活領域中的性騷擾行為，皆是不受歡迎、損人傷己的。

對於被騷擾者而言，面對輕重程度不等的性騷擾情境時，出現相關負面情緒反應是相當正常的。當個人察覺自己正遭受性騷擾時，無論何種騷擾形式，當事人絕對有權採取必要的防衛措施，千萬不要「息事寧人」，因每個人對自己的身體與心靈擁有絕對的自主權。因此，遇騷擾情況時，可採取「提高警覺，小心防範」、「義正詞嚴，適度駁斥」、「彈性應變，考量安全」、「細心蒐證，適時舉發」、「傾訴申訴，尋求支援」等反應，必要時向所屬的機關團體或警政單位提出申訴，確保個人尊嚴與權益。此外，個人在日常生活中也要提高警覺，以避免給予性騷擾者可乘之機，例如合宜的穿著、舉止，避免參與複雜、爭議性的社交活動等。

五、結論

兩性平等願景的實現具三項要件：
（1）確保女性與男性有同樣平等的待遇；（2）體認女性被定位為社會第二性而遭受的結構性傷害（3）對於女性接受與抗拒其共同的命運所發展出的特質，必須能夠加以確認，並匯納為一股正面力量。雖然，父權社會中，性騷擾事件多見於女性遭受迫害，其實，近年來，亦有男性，甚而同志遭受異性騷擾，其標準及應所受到的譴責，應是相同。

「將心比心」的心情，正面、尊重我們身邊的每一位親人、夥伴，才是自重、成熟的人際價值及態度，當我們能一視同仁地正視每一個人的角色、定位時，性別平等的目標才能深烙人心。

友誼的建立不外乎是興趣、嗜好，兩人之間因一定的部分相同、或對方擁有特質為自己所憧憬而可能成為朋友。

當然，光這樣是不夠的，上述只是可能性而已。消極作法是等別人來搭話，但這樣做算完全碰運氣，加上現代人習慣製造小生活圈，因此是個不實際的作法；積極作法則必須打開自己內心與人交流，雖然自己的做法不一定能被他人接受，但停在原地是絕對不會誕生第二條路。

人與人的交流有分淺交與深交，前者可能過日即忘，後者即使分隔兩地、生離死別也依然是朋友。淺交是很容易的一件事，因為人人都可以是朋友。中華民國這個非正式國家曾經提倡一個理念，叫做大同世界，就是說世界沒有戰爭，國與國、人與人之間沒有仇恨爭鬥，大家都是好朋友。

個人認為要友誼長存，必須是心靈上的交流。現代人看重利益(通常是金錢)交換，因此一旦利益消失就可能不是朋友。撇開心靈控制而言，人與人的交流建立在非利益下的關係，個人認為會比較長久，因為沒有利益問題，爭端就會大幅減少。真正的朋友即使兩人在一起互相不說話，也不會感到難堪，這必須要心靈交流過才可能。

個人認為朋友重質不重量，並不是越多就越好，因為真正會幫你的永遠都是那幾個，而人就是要好好把握住那幾個才是重點，淺交的部分隨意就好，不用強求。



友情糖罐

■ 資二3 劉欣怡

剛入壘，一切都如此的陌生，每一張新的面孔都是感覺難以親近，朋友……我在這個新的班級，要多久才会有呢？

聽著台上對新生的說明與告知，突然一道聲音傳入，帶點害羞的感覺讓人不自覺的心生好感，「請問，我可以跟你做朋友嗎？」

略帶點圓潤感的面龐，那鑲嵌在上頭如明珠的雙眼正含笑看著我，那真誠的表情，帶點害羞又不確定的語氣，令人無法拒絕，也不想拒絕。

不笑的我，平時看起來兇兇的，我也不曾想過誰會一開始就會有勇氣接近死板著臉的人，但是這位同學居然『不怕死』般的靠近，就像是無視我戴有的一號表情般，以她最真誠的一面來接近我，這突如其來的發展，也讓我有了一秒的呆愣。

「這個女孩……很大膽」。這是在當下唯一閃過腦海的念頭，原本習慣性繃緊的臉龐，也被這真誠的情感給融化了。

「好。」我回神後回答，不自覺勾起了嘴角，那回覆的一方帶著肯定，便開始了我們的友誼。

沒想到，這個特別的開始，這段奇妙的友誼，居然到現在還是如此的濃烈。

我們之間並不是時常黏在一起的那種，說是平淡也不是很平淡，偶爾下課聊聊天，分組的時候不會忘記彼此，有好吃的好玩的也不忘帶來彼此分享，這就是我們之間的互動。從一開始的素不相識，到彼

此的初次介紹，我的這位好友十分的活潑，也十分的自戀，無時無刻不捧一下自己絕對不會罷休，每每我都被她這種好玩的個性逗到發笑，三不五時就配合她的自戀噲他一下，這種相處模式彼此也覺得十分的有趣。

但兩個人之間並不是說毫無爭吵，彼此多多少少還是會有摩擦碰撞，偶爾意見不合或是踩到對方地雷也會吵吵鬧鬧，但是不知道為什麼最後還是會和好，連我們自己都不太清楚是怎樣恢復的。我們之間的友情，好像一塊巧克力蛋糕，在濃濃的巧克力味中偶爾帶點苦，但是隨即又被那濃烈的甜給取代掉，讓人無法忽視、無法忘記，朋友間的深刻友情，不就是該如此嗎？

我與她之間偶爾因為一點小事而大吵大鬧，就如同品嚐巧克力蛋糕會經驗到的苦，彼此間為了自己的觀點而爭執著，堅守著自己的看法而毫不妥協。但因為一件微不足道的小事爭吵的兩人，也很容易因為其中一方拉下臉示好，或者突然想到有糖果沒有分享，而恢復說說笑笑、手拉著手的相處模式，一如品嚐巧克力蛋糕隨即而來的甜，吃完後的口齒留香，就像這段友情互相包容的相處過程，那說說笑笑的情況與彼此打打鬧鬧的情境，如糖的滋味般深深在彼此心裡回味著，永遠記得。這難以切斷的羈絆，比同學間的情感更深刻，類似家人般的親密，就是我與朋友糖罐般的友情。

一念心開，快樂的學習

「買菜用不到log，走路不用算摩擦力，那為什麼我們要學這些呢？」很多人會發出這樣的疑問，曾經我也如此，而老師和父母的回答多半是：「好好念書，以後才不會吃苦」，這樣的答案無法說服我，所以我也不甘願將心投入書本中。

有一次，老師在上課提到，讀書不是必須的，我心裡直按「讚」！只是他接著說，如果你今天可以去賣雞排月入50萬，你可以不必讀書；如果你今天有一技之長並確保能擁有好品質的生活，你可以不必讀書。是的，不管你聰明與否，你總要為了現實需求妥協，總不能露宿街頭，挨餓受寒。

於是，我開始將「心」投入，敞開學習的襟懷，在課業中豐富自己，日復一日，才發覺原來學習是那麼地快樂，若把學習比喻成山水，那真的是「山水含清輝，清輝能娛人」！我們曾經為了參加化學實驗比賽，整個暑假都待在實驗室裡面，討論、實作、失敗、討論、實作、失敗，如此地循環反復，在過程中就已享盡了流下汗水的樂趣，最終的成果更是令人欣喜，我們得到了全國賽的銅牌。榮耀不過是一時的，雖然值得鼓掌，卻不值得留戀，我們還要繼續前行。

在高中階段，我們會認識很多新的朋友，還有多樣的社團等你參與，生活變得精采，會很想大玩特玩。你可能是社團幹部、可能會打工、交男女朋友、假日出去玩，這都是人之常情，玩並無不可。但當你每晚閉眼躺著等待睡意侵襲時，花幾分鐘思考，將你想要的、擁有的事物排名。

■高三1 劉芷綾（入學基測分數：379分，PR89）

人並非萬能，我們必須學會取捨，讓自己的生活明確而簡單，當你簡單了，你的世界就簡單了。

從高二開始認真讀書的我，除了每天留下來晚自習，假日早餐店打工下班後，我就會逼自己去圖書館待到晚上9點，帶著很多很多一定看不完的書，當揹著沉重的書包時，我知道自己要讀的書很多，必須善用時間。偶爾的成績不佳是一定會有的，我曾經英文考過27分，曾經班上排20幾名，但我不會被打倒，我會把它當作往前的動力，挑戰的信念帶給我力量，充滿力量時，生活總能時時感到愉悅。

高三考完學測後，我發現自己考得比歷中、內壢的同學還要好，所有的努力似乎在這一刻給了答案，想要「滿場生輝」，就要把自己的「心」投入。其實，讀書是人生的過程，就像初戀熱戀失戀般正常，也像吃飯睡覺打網咖一樣平凡。但當你到了老的走不動的年紀時，坐在搖椅上，你會想到你初戀的那個女孩，會想到曾經三天三夜在電腦前奮鬥爆肝，你還會想到你曾經為了自己的未來努力，把自己埋在書堆中，然後你將會微笑，為自己感到驕傲。

「用少十歲的衝勁去做事情，用多十歲的智慧去想事情」，我像個十歲的孩子，有著無限的好奇心，世間萬事萬物的奧妙怎能不令人開懷大笑；我又像個三十而立的中年人，正視現實，若人生像一列急行中的火車，吃苦和快樂就是相隨的兩個軌道，學習不苦，把學習當作生活中最重要的事，快樂自然相隨！

珍惜當下，創造不凡的未來

■高三 徐佩琳（入學基測分數：362分，PR77）

人生宛如一趟旅程，而每個人的手中握著一張單程票，而我們卻沒得選擇，只能夠坐上一輛沒有剎車的車子，車子的油門卻從不鬆開。整趟旅途之中，只有不停的向前，不停的向前……誰也沒有特權能夠使這輛車停下來，就猶如掛在牆面上的時鐘，齒輪也不曾為了任何一個人而停止。然而人生就是如此，分分秒秒地不斷流逝，也難怪常從他人口中聽到：「時間如流水，半點不等人」，時間確實如流水般地一去不復返，然而「寸金難買寸光陰」，失去、錯過了，就真的無法回頭，只能繼續地向前邁進。也因此，我覺得每個人都更應該要珍惜每一分當下，讓自己在生命中增添更多的色彩。然而，又該如何讓自己的人生能夠更多采多姿，如何使自己的生命有了更多的生命力呢？我想「時間管理」是珍惜光陰、把握當下的不二法門！

老天爺最公平的地方不是給予每個人天賦，而是在時間上的分配，從來都不偏心，從來不會因為貧窮或富貴而有所異，每個人的一天就是固定擁有二十四個小時，也就是能夠善加利用時間的人，就已經跨出了邁向成功之路的一大步。對我而言，我覺得「時間管理」最重要的訣竅在於「時間分配」。證嚴法師曾經說過：「分秒不空過，步步踏實做」，唯有好的「時間分配」，才能夠讓自己能夠充實過生命中的每分每秒。在時間分配中，我通常都會先把時間劃分成不同的小時段，扣除上課時間以及睡眠時間，說實在，所剩的時間已經不多了，因此我會先將每一項待辦事物分為重要且危急（如再幾天段考）、重要但不危急（如下個月要考多益檢定）、不重要且不危急（如看偶像劇）

等細項，接著再依照輕重緩急來完成，像是不重要也不危急的事情，我通常會放到最後，等到其他事情都依序完成之後才讓自己

去放鬆心情。放鬆心情是不可避免的，畢竟生存在繁重課業的壓力之下，難免會碰到「心有餘而力不足」的時候，這時候的我，通常會讓自己放下手邊的課業，找個知己到外頭散散心、聊聊天，又或者是到電視機前發呆一會兒，讓自己的思緒重新整理，等到情緒穩定後，再回到書桌前繼續奮鬥。

而除了要擁有好的「時間管理」之外，我覺得讀書也應該要有自己的訣竅，而每個科目也應該要有不同的技巧。像是語文類科來說，想要一蹴可及恐怕比登天還要艱難，因為語文是需要時間慢慢培養出語感及陶冶出對文字的敏感度的；而數理方面，就是以「理解」為主，當老師在講解概念時，必須全神貫注，當領悟概念的精華之後，就是需要大量的練習，培養速度與熟練度；就社會類科，能夠有系統化的整理內容是很重要的，因為每科內容都繁瑣不已，如果能用自己的方式將內容簡易化、表格化，會省下很多時間去研究課文中的字句。而當腦袋已經瀕臨崩潰狀態時，我會試著停下進度，因為我認為與其讓腦袋裝新的知識卻沒空間思考，不如留時間給腦袋吸收與消化原有的概念。

國中導師曾經說過：「想要年輕努力，還是老了才努力，自己看著辦吧！」這句話將我從懶散中敲醒，就猶如長歌行中「少壯不努力，老大徒傷悲」。啟示了我們應該要在少年時就及早努力，好好珍惜光陰，把握當下，創造非凡的未來。然而，我最認同的一句話是叔本華說的：「普通人只想到如何度過時間，有才能的人想辦法利用時間」。因為我覺得要能在有限的時間裡創造出無限的可能，是需要很大的毅力與努力，能夠想辦法利用時間的人，也將能夠更進一步地邁向成功之路。最後，願你我，都能夠成為「珍惜光陰、把握當下、創造未來」步入成功的人。

當時間和效率相會時

很多人說高中三年比國中三年過的還要快，是真的！是所謂時光飛逝，歲月如梭啊！高中的生活步調比起國中還要快的多，課業也比國中更加深重。所以好好的善用自已的時間，不僅可以在高中三年過的比較輕鬆，更可以使自己的課業大大進步。比起當時間的奴隸，每天受時間追趕，還不如當時間的主人，讓自己能事半功倍，且更有自己的自由時間。自由，是揮灑自己生命光彩最重要的元素。

如何好好的管理自己的時間呢？一言以蔽之「事有輕重緩急之分」，以這句話來規劃應該做甚麼或不要做甚麼！有時候課業重時，往往都不明白自己現在應該做甚麼，覺得做甚麼都好像不太對，也無法有效的消化那有如千金重的課業。但受了許多次的折磨後，我也不許容忍課業無限上綱的騷擾著我、困擾著我，我讀到了一則科學研究-記憶的首尾效應，大腦在記憶時，通常是在記憶開始和結束時最清晰、最容易記住，因為大腦記憶長時間之後會開始疲乏和厭倦，所以把長時間切割成多個小範圍的時間來讀書，會比較容易讀的進去，這也是之所以讀書讀久了要休息的原因。再者，可以將科目有規劃的交替閱讀，像是把理解性與記憶性的科目穿插在一起看，「假如長時間的一直讀某一科的話，不但會將前面讀到的書給忘記，也會影響後面讀其他科的精神和時間，這樣一來一整天的讀書效率就顯得不好了！」

所以善用時間對讀書而言是極為重要

■高三3 翁松璠（入學基測分數：369分，PR82）

的。如何在玩樂之際卻又要拉回讀書的那顆心，是需要下很大的功夫！但以我而言，我會把玩樂過頭視為罪惡感的來源，而有分寸，當我玩瘋了，玩到不知時間的時候，內心就會突然出現一種呼喚的聲音「夠了吧，該回去讀書了吧，今天又想被課業壓著打了嗎」？心中的罪惡感就會油然而生，這種感覺會督促愛玩的自己來告誡內心的自己：「玩樂夠了，不能再蹉跎光陰了，該是回到書桌前安安靜靜的認真讀書的時候」。再者，管理自己時間其實不必然的就要一板一眼的規定自己幾點該做甚麼，幾點又要做甚麼，有時候可以從心態上去做改變，「現在浪費時間，無疑的就是在跟未來的你借用時間」，「天下沒有白吃的午餐，也沒有不勞而獲的事情」，德國哲學家叔本華曾說：「普通人只想到如何度過時間，有才能的人設法利用時間」。故想要出人頭地成大功者，上理想的大學，就務必做好時間管理，且要有決心毅力，必能掌握自己未來的方向，要不然永遠都只會成為時間的奴隸。

西方哲學家曾說：「失去的財富，只要勤奮努力，就可以賺回來；健康減退，只要好好治療靜養，也可以痊癒復原；遺忘的知識可以重新學習、記憶；疏遠的朋友也可以恢復親密的交往；甚至敗壞的名譽也可用美德補償、重振。但是，誰能阻住溜逝的光陰，換回消失的歲月呢？」，是故，我們還要蹉跎嗎？就從即刻，起請好好珍惜光陰吧！

時間管理與學習歷程分享～機會是留給準備好的人

■高三3 蘇鈺婷 (入學基測分數：363分，PR82)

我是高三三社會組蘇鈺婷，藉由繁星推薦錄取國立東華大學經濟學系。首先，先來跟大家分享當初進入壠商的心情，記得國中在三月份的時候有依照校排做填榜的機會，當時我可以填陽明高中，但因為離家太遠而放棄。第一次基測考了PR82(363分)，但因為好朋友們都在武陵、中壠以及內壠高中等成績較高的學校，讓我選擇考第二次基測，最後成績出來的結果跟第一次基測一模一樣，但卻掉了4個PR。說實話，我根本壓根也不知道壠商在哪裡，更沒聽過壠商有綜合高中。一年級的時候覺得自己當初應該選擇陽明高中，怎麼最後會落在壠商？我想最令人尷尬的事是在以前國中同學面前介紹壠商，因為大部分的人都會帶著「職校」的標籤將我們劃分開來，對於我們學校的整個學程體制都不了解，總覺得我們讀的書比普通高中簡單，考的試也是跟普通高中不一樣，常常都要向別人不停的解釋，更會被不知情的人看作比較不優秀，所以在進入壠商的第一年，我無法認同中壠高商。

第二，我要分享進入壠商後設定的目標，記得在剛開學的第一堂課，老師們都會告訴我們「繁星推薦」的重要性以及對我們的影響，這個入學管道是利用一上到二下的總成績做為未來填選繁星志願的順序。剛進壠商的我希望藉著綜高人數不多的優勢去爭取未來繁星的機會，所以我開始很努力的維持住自己的成績，目的是為了要讓大家了解到，讀壠商也可以進入好大學。

第三點也是大家最關心的，學測各科準備重點方向，我想不管在面對哪一科的準備都是需要做到「課前預習，上課專心

，課後複習」的動作，回家作業要親自動手寫更是不能少的功夫，所謂功夫成片就是這個意思。另外，不能因為自己或別人的偏見就挑課來上，每堂課都要專心上，因為只要能站在台上授課的老師都有一定的專業，何況繁星是需要所有的成績來做排名，放棄任何一科、或無法獲得漂亮的成績，都是十分嚴重的事。無論如何，作為學生，專心上課和尊重任課老師，都是應盡的責任以及義務。

國文：在面對文言文的時候，熟背注釋是非常重要的工作，當我們背好注釋，就可以清楚知道課文的內容在說什麼，搭配小本的全課翻譯閱讀更可以加深對課文的印象。每一個古人的字、號、生存年代、諡號、重要事蹟以及作品都需要分類清楚。在白話文方面，多閱讀文章可以增加語感，這會讓我們在做題目的時候有很大的幫助。對於現代作家，要了解每個人的寫作風格、重要事蹟以及代表作品，有空都可以多加涉獵各個現代作家的作品，將來考閱讀測驗就有機會遇到讀過的文章。

英文：熟背課本上的單字以及句型非常重要，把課本附的CD內容下載到手機裡，沒事、走路、讀書讀到累的時候都可以戴著耳機多聽英文，這樣可以增加英文聽力方面的能力。也是因為三年來聽英文的習慣，使我在英聽測驗中拿到A。英文雜誌更是增強英文閱讀以及寫作能力重要的教材，如果可以善用這些資源，就可以在英文科得到亮眼的成績。

數學：「越是害怕的科目就越需要去接觸它」，上課認真，回家複習，是數學不好的人必須做到的事，多練習、認真訂正，都可以增加算數學的手感。最重要的

是要勇於發問，不要覺得自己的問題很笨或是不重要，不明白的地方要趕快找老師或是同學問清楚，不然一直累積疑問，就會讓學數學成為永遠的夢魘。一定要在考學測前練習學測歷年來的題目，這樣可以讓我們抓住學測考試的方向，也可以在練習的過程中加強較弱的單元。

社會：(1)地理科需要多做題目練習，因為很多觀念跟圖形都會重複出現，尤其在需要計算的地方要搞清楚定義以及題目的要求。每個課本上出現的專有名詞要知道是什麼意思，分清楚什麼時候以及什麼地點會使用到。(2)歷史科方面需要熟讀課文，了解重要事件的來龍去脈，如果能將歷史事件列表會更清楚。買一本整理清楚，圖表豐富的參考書也是不錯的選擇。了解大考喜歡考的方向，可以在準備歷史科方面事半功倍。(3)公民科方面要熟讀課文，了解專有名詞的使用，最近的時事議題需要多加關切，重要的法律條文要有一定的了解，老師在課堂上的舉例可以讓我們更容易記憶。上經濟學的時候，要實際做畫圖並且清楚知道每張圖的意義，多多利用習作簿可以幫助學習。

自然：自然科是社會組學生用來提高高級分好課目，所以不可以因為念社會組就放棄自然科，就算在計算方面不能應付，但像地科以及生物等有背誦有分數的地方就應該要好好把握。

第四，時間緊迫的時候如何調適心情。既然時間已經很緊迫，當然還是要按照計畫完成手邊的事，如果一直擔心自己沒時間，那麼在擔心的時候就已經浪費了很多時間，所以先完成必要做的事，才不會到頭來什麼都做不成。而妥善運用時間才不會時常面臨火燒屁股的窘境，每天除了上課的時間，更要在放學之後撥出時間念書，每天都要念一點書，才不會在考試前臨時抱佛腳。

第五，如何準備模擬考，模擬考是訓練我們對於大範圍考試的掌握度，其實平

時就要累積實力，正如同上述每天都要念書，如果在模擬考之前才臨時念大範圍，那麼一定會考不好，要針對自己比較弱的科目、或是單元在模擬考之前再讀一次，這樣才能在模擬考拿到好成績。

繁星推薦對於大部分的同學都是十分有利的入學管道，如果願意在平時考試、上課表現以及段考方面多下功夫，我相信在未來一定可以有很漂亮的成績百分比。不管是申請入學、或是參加七月份的指考都是十分辛苦的，在跟同學一上到二下一起念書考試的時候更努力一些，就可以比其他同學早放暑假，所以請大家好好把握繁星推薦入學的機會！

「終」愛雲雀

■國三3 劉奕賢

妳 如同雲雀般的
盤旋在我心中 啼著輕快地旋律
我靜靜地 聆聽
時光
漸漸逝去

天.....

月.....

年.....

今夜，妳飛入我的夢鄉
震懾的話語 突襲我的耳
「我，沒有鳳般的豔麗
沒有鶯般的音色
值得你蹉跎時間？」

我，無言以對

混亂

思考

最終.....

「模特兒般的鳳啊！
歌姬般的鶯啊！
我仍愛著村姑般的雲雀！」