

受訪學生：黎芷儀  
學校：觀塘官立中學  
ApL修讀科目：探索心理學

香港中文大學專業進修學院學生 吳詩敏 合編  
羅氏慈善基金

作為一位DSE學生，面對沉重的考試壓力，或多或少，總希望選修科目的溫習內容愈少、愈簡單愈好，但是，黎芷儀卻選擇了出名功課繁重的生物和文學，還為修讀了這兩科而感到興奮。

黎芷儀說：「為了興趣、夢想可以去到好盡，就算會累死都無所謂。我覺得壓力是一種推動力，學習得愈多就覺得自己力量愈大、愈強壯，學習使我不斷成長，亦能吸收更多知識。人生未來是掌握於自己手中，一定要用盡全力做自己想做的事，為夢想發揮所有潛能，藉此證明及挑戰自我。」每當她有不確定的想法，便會主動尋找解決方法，用盡最大的努力去解決！她表示：「一直執著於追求答案、真理，很想認識事物的本質。因為，答案能令我感到踏實。」

這種積極的態度並非與生俱來，相反，是經過一次又一次的挑戰和挫折所建立起來的。中三的時候，黎芷儀也不知道是什麼原因，與同學的關係不甚和諧，總是被同班同學排斥。那時，她不懂得正確表達和捍衛自己，經歷了一整年不愉快的校園生活之後，她主動向老師提出留班的要求，決定重讀。她表示，選擇留班並不是為了逃避，而是希望重新生活。可是，重讀的那年，她需要適應新環境、新同學，同時又要面對家庭問題，一度令她的情緒再次低落。然而，不知道哪裡來的信心，她堅信“生命是寶貴的”，所以面對生命中一次又一次的不如意，她都能一一跨過，並能於充滿荊棘的環境中探索及認識自己。黎芷儀直言歷練有助提升個人的刻苦度，所以，她從不掩飾自己的過去，並樂意分享。



因著過去經歷的種種，令她對人類的情感很感興趣，希望窺探內在情感對現實行為的影響，藉此了解當年的自己及同學的想法，更希望學懂如何思索人生的意義。所以，她中四的時候，除了校內四科必修科及兩科選修科之外，還毅然額外報讀了高中應用學習課程(ApL)的「探索心理學」。

修讀了「探索心理學」一年多，黎芷儀直言最大的得著是令她變得更成熟、更懂得承擔責任。她說：「以前常常覺得沒有人明白我，但慢慢知道不能總是把自己看得太重要。」現在，她認為自己的包容度大了很多，不會只站在自己角度看事物，會開始接納別人的觀點。很多時候，更會將所學到的知識應用於生活當中，細微地觀察身邊的大小事、分析人與人的關係，這一切都有助她更透徹地了解自己，亦能開解朋友，和處理與家人的關係。

黎芷儀透露，一直不善與母親溝通，談及有關電腦的事情更使關係緊張。這一年來，她竟可坦然應對這些張力，更笑着跟筆者分享一個生活小故事。「有一次，我急着要交的一份功課出了問題，無計可施下，唯有戰戰兢兢地致電回家，請求母親把家中電腦的功課備份，透過電郵傳送給在校的我。母親一邊不情不願地幫忙，一邊不停發出不甚悅耳的責罵聲。以往，我一定跟她開戰了，或是直接掛掉電話。但是，現在的我能沉著氣及體諒母親的心情，耐心地教母親發電郵，完成後更讚賞母親。此外，我亦有與母親來一個戰後檢討，用心解釋說話技巧如何影響溝通。」憶起這場無分勝負的「戰事」，黎芷儀不禁露出愉快、滿足的表情，為自己成熟理智的表現感到滿意。



修讀ApL讓黎芷儀客觀地認識低谷時的自己，了解他人的行為，亦令她學懂面對一切的起起跌跌。但更重要的是，這課程能讓她有效地總結過往的成長經歷，鞏固自己的興趣，找到了成為一位出色的心理學家的目標。她說：「ApL的導師曾贈我一句話：『When you aim at the star, at least you level on the moon.』所以，現在我會盡力使自己成為一個對社會有幫助、有貢獻的人，同時向着目標一步一步邁進。」