

日期：2024 年 4 月 15 日(一)

媒體：東方日報

調查指逾 2 成 DSE 考生處極高壓力水平 6 成半因備試而無充足睡眠

文憑試主科上周開始開考，有團體向中六學生進行抽樣問卷調查，結果顯示考生壓力於 3 月份時平均分為 6.77 分，較 2022 年 7.87 及往年 2023 的 7.01 持續回落，今屆考生的壓力水平普遍較近兩學年考生為低。不過，仍有 22.9%受訪考生有 9 至 10 分的極高壓力水平，與往年相比更增加 0.2%，反映部分考生面對文憑試的壓力依然非常高，其中在「往後出路」所帶來的壓力方面，有 39.5%受訪者表示感到「極大壓力」較往年 33.7%上升近 6%。超過 6 成半考生更表示於 3 月期間忙於備試，沒有充足的睡眠。

學友社於今年 3 月期間以線上問卷形式成功向 107 間中學的中六學生進行抽樣問卷調查，訪問 651 名應屆考生。調查亦發現，逾 6 成半 (65.4%) 的考生於 3 月備試期間沒有充足的睡眠，57.2%考生亦沒有適切時間管理，結果均比往年有所提升。另外，有約 83%受訪者表示感到身心疲累，64%受訪考生亦感到容易情緒波動，學友社提醒考生備試期間需要安排時間休息，多加注意身心狀態。

而公民與社會發展科今年首次開考，考生對於公民科所帶來的壓力分數只有 4.2，反映他們在應對公民科考試上有一定信心，相對其他科目亦更感樂觀。反觀在中國語文科上，壓力指數為 6.2，較往年提升了 0.3，反映中國語文改制為學生帶來一定程度壓力。學友社學生輔導顧問吳寶城認為，公民科只設「達標」與「不達標」，各大專院校學士學位課程的一般入學要求亦只需考生取得「達標」成績，加上公民科較以往通識科的考試內容簡單化，因此令考生信心較大。

原文網址：調查指逾 2 成 DSE 考生處極高壓力水平 6 成半因備試而無充足睡眠 | on.cc 東網 | 港澳

https://hk.on.cc/hk/bkn/cnt/news/20240415/bkn-20240415121405720-0415_00822_001.html