

## 六丁班 蕭蔓琪

### 《和懶惰說再見》

我一直很想和一個壞習慣再見，它就是懶惰。

我是一個非常懶惰的人。還記得在考試前一天，我因懶惰而不願溫習，導致成績一落千丈。媽媽還十分嚴厲地向我說：「你一定要解決這個壞毛病！不然後果自負！」於是我下定決心解決懶惰這個問題。

要向懶惰說不，有很多有用的方法。首先，我可以把一件困難的事分拆為幾件小事來做。例如，我可以每天複習一些內容，不用拼命溫習。這樣做的話，就能又快又有效地完成需要完成的事，又不會使我疲憊不堪，確是一舉兩得。

其次，我可以使用「獎勵制度」，每溫習一小時，就獎勵自己一顆糖果或讓自己休息十分鐘。這樣既可以推動我把事情做好，也能更有效率地完成事務。

最後，我可以營造一個不會阻礙我學習的環境，那就是把所有電子產品、零食等挪開，也可以請家人減少製造噪音，令環境安靜下來。這樣，我便可以減少分心，令我全神貫注地做事。

要跟懶惰這個毛病說再見並非一件容易的事，必須循序漸進，不能一步登天。但是「世上無難事，只怕有心人」，我深信只要我堅持不懈，不言放棄，就一定會成功，永遠和懶惰說再見！