

隨着升中的日子越來越接近，我的心情就越來越差。我害怕自己升中後，找不到朋友，因為我十分內向、膽小。我更擔心中學的課程過於困難，自己沒法適應。

我感到非常困惑和苦惱。我不知道怎樣令自己放鬆心情。以往我常渴望長大，升上更高的年級，但我現在只想自己變成一個無憂無慮的嬰兒，只懂吃和睡，餓了就哭。我的心情十分差，常常沒有胃口吃飯，睡也睡不好。我感到十分苦惱，我很討厭這樣的自己，卻無法作出改變。只會逃避，卻不會解決問題。如果時間能停止在這一刻，那真是多好？

最後，我決定把自己的困惑跟媽媽傾訴，經過和媽媽傾訴後，我便上補習班鞏固學習，再加上自己努力學習便可以了，何必這麼擔心呢！解決了這個問題，我的心情十分舒暢。由今天起，我要更加努力學習。