

# 高考失利未进入理想学校 同学忙开学 她感到失落

随着上海大学、上海纽约大学的开学,预示着开学季来临。眼瞅着身边一个个即将步入大学校园的青春身影,18岁女生炎炎顿时心生失落。“别人都上大学去了,我的大学却还在天上飞,早知道就读二本了,有个学校上就好了。”日前,由于高考发挥时常没能进入理想大学的炎炎给夏季青少年维权热线打来电话,述说她内心的苦闷,也希望专家能帮她进行疏导。

青年报记者 顾卓敏

郁闷!一夜成 孤家寡人”

“炎炎,不好意思,这两天我没空,我马上就要去参加新生军训了”;“我马上就要去松江区了,以后要见你一面都难啊”……最近,但凡是同学打来的电话,都离不开这些话题——军训、开学、住宿、置装。或许电话那头的朋友说得兴奋,但听在炎炎耳里就是一个字“烦!”我真搞不懂上个大学有什么好兴奋的,大学不就比中学大点嘛。”炎炎略带醋意地告诉青年报记者,这些话听多了就觉得刺耳,甚至觉得同学是在向她炫耀。“我现在都不想接他们电话。”

据炎炎透露,一直以来她的成绩都是班里靠前的,模拟考的成绩也让老师、父母,包括她本人坚信,不说复旦、交大,考个同济、上财是轻而易举的事情。然而,最终的结果让炎炎和父母抱头痛哭了一晚。“没想到会发挥这么失常,才刚刚到一本分数线。由于当时填报志愿也没想到这样,只能被调剂去天津一所一本院校。”很显然,炎炎和父母都不甘心接受这样的结果,于是在炎炎面前就是两条路:出国或复读。“最后,我选择了出国留学。毕竟我不是成绩不好,而是临场发挥不好,出国或许是更好的选择。”

既然想明白了,也就没什么好纠结了。在这个“最美暑假”,炎炎一边准备托福考试,着手申请学校,一边参与各种同学聚会,高考失利的阴影很快也就烟消云散了。“但没想到,临近开学会受到这么大的心理冲

击。”炎炎坦言,如果当初还能安慰自己,“现在别人开学了,她在家赋闲,根本没得比。真的感觉,一夜间自己就成了孤家寡人。”

害怕!出门听到闲言碎语

“楼上1402的儿子很厉害的,考进复旦医学院了”604他们家的女儿平时不声不响的,这次进了上大,前两天她爸妈还开车送她去学校的”……如今,炎炎最怕的就是听到邻居们的议论。谁家的孩子开学了,谁家的孩子要去军训了,她们都打听得一清二楚。“炎炎,你读书这么好,这次是不是进复旦啦”炎炎,你什么时候开学啊?”……面对这些“善意”的询问,炎炎的脸上就写着两个字“尴尬”。

“我难道要一个个跟她们解释吗?我在申请学校,过了年就准备出国了。天啊!犯得着吗,我何必跟你们报告呢。”虽然炎炎所言不差,但生活在老商品房小区,大家都是十几年的邻居,抬头不见低头见,不光是炎炎,就连父母也逃不过“被关心”的命运。

而在得不到明确回答的情况下,阿姨阿婆们开始发挥自己的想象力。“没关系的,今年没考上,明年再考”“不读大学也没关系,大学毕业还不是找不到工作”平时看着她读书蛮好的,结果还是运气不好”……蜂拥而至的闲言碎语让作为当事人的炎炎不堪其扰。“我现在都不敢出门,就怕遇到熟人问长问短,再这么下去真的只能在家玩自闭了。”

■ 年轻态



老师为参加活动的大学生进行就业方面的指导。

青年报记者 吴恺 摄

## 大学生在夏令营学求职技能

青年报记者 顾卓敏

本报讯 为期一周的闽北临汾社区就业预备夏令营”于日前落下帷幕,对于40多位在校大学生来说,“预习职场”“体验求职”“学习技巧”成了大家共同的感受。

“很多孩子不是不想上班,而是缺少求职的技能。这些技能并非仅仅是专业能力、知识背景,更重要的是人际交往、求职技巧方面的。”闽北区临汾社区劳动科科长杨娅冰表示,告别象牙塔、走进职场是每一个莘莘学子必经的一段征程,为帮助在校大学生毕业后更高质量地实现就业,提高录用率,提前了解社会和适应社会,此次区人社局与街道联手,组织了一场暑期就业预备夏令营”。

杨娅冰告诉青年报记者,此次主要针对的是大二、大三的学生,同时将最新的免费职业指导、见习补贴、培训补贴、创业扶持等政策,以及常用求职网站、相关部门联系方式等信息统一印制成册,逐一发放给社区内所有未来三年毕业的学生。”

两场职业指导报告会、两场求职咨询座谈会、一次企业实地探访——对于众多参与的学生来说,

虽然“预备营”的时间不长,但“有用”才是最重要的。“第一次接受面试官的询问,真的是超级紧张,一个最简单的自我介绍都被我说得结结巴巴,真的是丢死人了。”今年大四的小顾有幸成为模拟面试环节中的“体验者”,直面知名人力资源公司人事部长长的提问,小顾的心里七上八下的。“最后他给的建议虽然只有几句话,但真的很实用。他就提到,人在越紧张的时候,话就会越多,但往往言多必失。所以应该在说的同时注意面试官的表情,并且控制自己的语速,做一些适当停顿,以便面试官插话提问。”

采访中记者了解,为了让就业预备夏令营”更有针对性,更实用,不仅安排了市、区两级就促中心的专业人士为准毕业生们解读和研判新时期人力资源市场的特征及发展趋势,帮助准毕业生调整择业观念,解答同学们关于专业与择业、职业与事业、愿景与当前的分期规划的咨询,同时还请了企业一线的HR讲解在甄选企业、简历撰写、面试对答中的技巧和误区。据悉,今年是临汾社区首次举办就业预备夏令营”,今后每年都会组织类似的活动。

## 交大学长参与家访 新生收礼物

青年报记者 刘昕璐

本报讯 福建省平和县小溪镇岩板村农家子弟林铭智是2014年平和县高考理科状元,被上海交通大学机械与动力专业录取。开学临近,他开始为学费一筹莫展。最近,家里来了两位远道而来的客人,他们是就读上海交大福建籍的大二学长,这是该校“新生助飞走访计划”开展三年来规模、覆盖面最广的一次。

一边是寒窗苦读梦寐以求的大学,一边是因贫困而不堪重负的家庭,摆在林铭智面前的两条路让他很纠结。8月初,他做出了一个决定,准备外出打工来挣学费。

令他没有想到的是,8月10日,家里来了两位上海交通大学福建籍的大二学生,他们参加了交大组织的“新生助飞走访计划”,代表学校对林铭智进行家访,并为他带来了上海交大精心为困难新生准备的含有到校火车票、学习平板电脑、绿色通道申请表、大一学习资料等组成的助学大礼包。一番交流之后,小林及家人心里悬着的大石头终于放下了。

青年报记者了解到,今年是上海交大“新生助飞走访计划”开展的第三年,共有1279名老生报名参与,是历年来规模最大的新生家访活动。通过组织大一升大二的老生利用暑期返乡回家的机会,走访刚被交大录取的新生,带去交大给新生布置的“暑假作业”和向受访新生传递大学学习生活经验,帮助他们做好暑期规划,为即将开始的大学生活做好准备。

今年“助飞计划”共有32个省级分队,近200个市级小分队,覆盖了全国大部分县市,基本上有交大新到的地方就有走访小队。45名交大青年教师放弃休假,主动成为了省级走访分队的带队教师,负责指导老生进行走访,确保活动安全开展。

今年,交大学长还给新生们布置了一门特殊的“暑期作业”,认真预习大一的基础课程和阅读经典名著。根据往年情况,大部分大学新生从6月初高考结束后到9月初入校时,三个月假期基本是旅游、聚会、休息,很少主动学习,开学之后因为暑假的松懈和散漫导致生活作息和学习习惯不能顺利调整过来,很难跟上大学的紧张学习节奏。

[心理咨询师建议]

### 学会宣泄让自己忙起来

“既然已经明确了出国留学这条路,就把自己的注意力集中到这点上。开学季只是一个短暂的时间段,随着时间推移,外界的很多关注、压力也会逐渐消退。”就炎炎这样的情况,心理咨询师建议,让自己忙起来。“人忙,总觉得日月短。人忙,忙得充实,忙出成效,又会激发自信心。学会自我调节、自我暗示,再努力练习全心全意去做每一件事,可使工作由紧张变为轻松。虽然工作量有增无减,但心里却反而轻松愉快多了。因此,要想方设法让自己忙起来,把不良情绪、不良心理通过转移关注的事物而消除掉,同时,也通过忙释放出多余的能量,从而避免由于无意义的刺激而造成自己的狂热、冲动或烦恼、忧伤。”

此外,对于炎炎这样突发“郁闷”的个案,咨询师认为,一定要学会宣泄,及时排遣负面情绪。“可以多与别人沟通交流,参加一些文体活动。甚至在情绪极度郁闷时放声大哭,研究证明,适度地哭有助于改变情绪,可以收到积极的心理效应。”



电话:  
12355  
61933111

微信:  
青春上海  
上海12355