

## 专家坐堂

# 身体原因无法继续学业，我该怎么办？

**老师：**

您好。

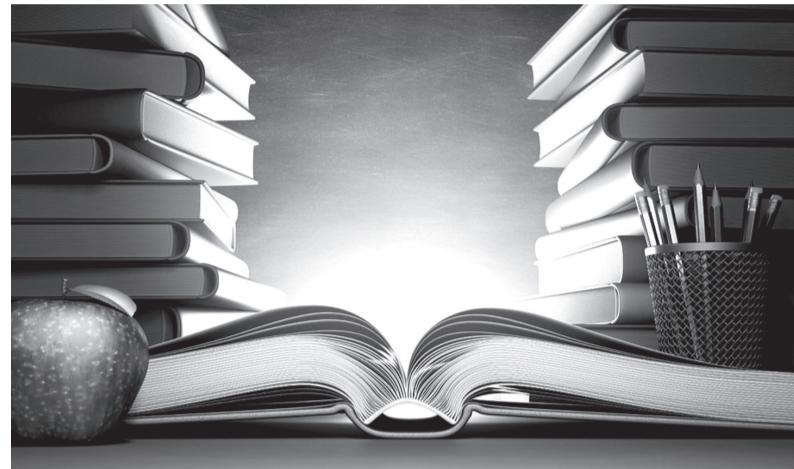
我是一名职校二年级女生。可能妈妈是高龄产妇生下我的关系，所以我从小体弱多病。去年我被诊断出患有严重的脊椎侧弯，在医生的同意下，我休学一年。

今年，生怕落下太多课程跟不上学业，就重新回到学校。为了控制脊椎侧弯的程度，医生让我背上一种特殊的支架，每天要背22个小时，即便去学校也不能脱下。

前不久我又感冒发烧了，请假在家休息的时候也没停止复习。没想到感冒发展成了中耳炎，严重的耳鸣让我整夜无法入睡，有时候我甚至觉得自己快不行了。

爸爸希望我养好身体后再去学校，而妈妈却认为我可以继续坚持学习。我很纠结，既担心自己的身体无法继续学业，又担心自己现在不学无术，将来会后悔一辈子。老师，我该怎么选择呢？

迷茫的小草

**小草同学：**

你好。

通过来信，老师看到了一个既懂事、坚强，又对学业充满期望并咬牙坚持的孩子。

在这种可贵可敬的坚持下，老师想与你探讨一下你目前所面临的困惑与担忧。父母在你的学习问题上产生了分歧，懂事的你把父母的

所想所期自动和你的未来作了一个连接，变得无所适从。

老师在此给你几点建议，希望对你有帮助。

首先，你可以尝试听从自己内心的声音去选择合适于自己并且正确的人生方向，思考下自己以后想做什么？如今你所学的专业是否会对今后想从事的职业起着重要因素。

其次，老师能感受到你是一个积极乐观的女孩，建议你在学校的时候，和同学多沟通，多微笑。学习之余，可以闭上眼睛，静静地听些舒缓的旋律放松自己的心情。

最后，你必须根据自身的实际康复情况而定，你可以将自己内心的真实想法告知父母，和他们进行良好的沟通后，再结合父母的意见，最终做出自己的决定。哪怕此时父母双方的意见仍存分歧，你都不要动摇自己的决心，你的最终选择并不需要去迎合任何人。

在坚持完成自己决定的同时，拥有一个健康的体魄的确很重要。一方面是家人的期许，另一方面，于你而言，未来的日子还很长，想做的事情、没有完成的梦想还很多，所以你必须调整好心态，再次勇敢地面对困难，因为美好的明天正等待你的起航！

12355心理咨询师：温会会



学习压力大，成长困惑多。在日常生活中，假如你有什么烦恼、困惑，或者难以启齿的心里话，不好意思和父母、老师和同学们说，可以通过邮件方式告诉我们，我们将邀请专业的心理咨询师团队为你解惑。（你的信息我们也会为你保密哦。）

来信请寄：[xsdbsxinli@163.com](mailto:xsdbsxinli@163.com) 邮件名称请注明：中职青橄榄



## 幸福课堂

# 不要认为努力奋斗很累，碌碌无为更累

文 / 宋晓东

目光投向了校外。小强开始利用业余时间去不同的公司实习。有时候，小强连周末都没有时间休息。

小强一直觉得华仔不思进取。华仔一直觉得小强没必要活得这么累。

华仔经常说的一句话是：人生算算也就三万多元，活一天就应该快乐一天。而小强经常说的一句话是：不要让未来的你，讨厌现在的自己。

01

小强和华仔是大学同班同学，住在同一个寝室里。

华仔喜欢玩网络游戏，而且是没黑没夜地玩。这一玩，就是四年。华仔不喜欢自己所学的专业，对未来也感到很迷茫。

有时候，华仔会在玩完游戏之后感觉到一阵空虚，随着时间的流逝，这股空虚感越来越强烈。为了摆脱这种精神上的痛苦，华仔开始更加变本加厉玩游戏，然而，这种空虚感却始终挥之不去。

心理学上讲，如果一个人总是去逃避问题，那么这个人自己就会成为问题。

02

和华仔相反，小强是同学眼中的拼命三郎。不仅学习成绩很好，还经常在各项活动中崭露头角。大的时候，他通过竞选当上了班长。

大三的时候，小强觉得学校里面的天地太小，把

够通过优异的表现，在这家世界500强留下来。

小强一直无比坚信一个道理，如果你知道自己要去哪里，全世界都会给你让路的。

04

刚刚上班没多久，老板让华仔用电脑制作一个电子表格。华仔之前只知道如何用电脑打游戏，并不熟悉如何制作电子表格。华仔花费了一上午时间，也没完成老板交办的任务。最后华仔被老板臭骂了一顿，说华仔的大学白念了，还比不上一个初中毕业生。

去洗手间的时候，假装洗脸的华仔，流下了委屈的泪水。

一直以来，华仔总是觉得努力奋斗很累，现在他才发觉，碌碌无为更累。因为碌碌无为的人生，处处受到限制。

同样是累，努力奋斗的那种累是积极向上的，充满希望的；而碌碌无为所带来的那种累，是消极被动的，令人绝望的。

03

小强觉得英语是自己的短板，报了一个英语培训班去学习商务英语。培训班的费用很贵，一年学费就要两万，但小强觉得这是对自己的一种投资，将来他会把钱赚回来的。

在培训班上，小强的同桌恰巧是在名企工作的人力资源主管Lisa。一来二往，Lisa觉得小强是个有为青年，值得好好栽培。

Lisa通过内部推荐的方式，帮助小强在她的公司内部寻得了一份实习工作。小强想要进名企实习的愿望终于实现了。但是小强并没有满足，他希望自己能