

■【专家坐堂】

■【男生女生】

正确抉择,与同学重归于好

我是一名初一女生。在班里我有一个很要好的女同学丽丽。平时我们都是一起上下学的,我是班里的宣传委员,有时候放学我会留下来画黑板报,丽丽也会留下来陪我一起画,帮我出谋划策。上个月我们班重新选班长,丽丽她也参加了,不记名投票让我选择了我认为更适合的一位同学,没有选择丽丽。但事后,我没选丽丽的事情被她知道了。原本丽丽是一个小队长,虽然成绩不错,但是我觉得她在和同学及老师沟通的方面做得还不够,所以就没选她。现在她知道了我没有给她投票,都不和我说话了,我主动和她说话她也对我不理不睬的,上学下课也不会和我一起走了。我觉得我们是最好的朋友,我不想失去这个好朋友,老师,我该怎么办?



同学:

你好!

你是一个是非分明的人,很多人很难做到这点,在遇到关键问题的时候,往往会感情胜过理智,其实能交到你这样的朋友,真的是一种荣幸,你做了自己问心无愧的决定,你也要坚信自己的选择。丽丽是你最好的朋友,老师能体会到你的困扰,你不想失去最好的朋友,过去彼此形影不离,而现在却形同陌路,鲜明的对比,对于同样重感情又重情义的你来说是一种煎熬。

老师建议你先放下自己,尝试走进丽丽的内心世界,尝试换位思考。你与丽丽是好朋友,难道她真的是因为你没有选她而导致她不理你吗?你有没有想过或许是因为还有其他原因?在所有人眼里你们是一对好姐妹,但丽丽却从别人口中得知你没有投票给她,这对于丽丽来说是不是一种打击呢?或许你当时没有顾及那么多,如果你直接告诉丽丽,或者直言不讳地将自己的内心想法与丽丽做一个开诚布公的沟通,说不准丽丽会重新认识你、接受你这位难能可贵的朋友呢?另外,对于你对丽丽身上的不足,或许丽丽知道后也会意识到,从而有所改变。

当然,世事无常,人的一生能长长久久地做好朋友的到底有吗?答案是“有”,但也有可能不是每一个好朋友都能一起走到最后,其原因各不相同,有的可能因为毕业了,有的可能因为地域关系,有的可能因为价值观、人生观不同,俗话说得好:“强扭的瓜不甜”,老师希望你能明白。过去习惯了形影相随,现在分离的焦虑情绪会让你内心感到不适,时间是治愈的一剂良药,你可以和丽丽进行一次沟通,将自己的想法和丽丽说清楚。如果老师现在重新给你一次投票的机会,你又会做出怎样的决定?听从自己内心,还是取悦别人?老师相信你会做出正确的抉择,做好接受一切结果的准备,可以努力,可以争取,但不强求,用双手拨开迷雾,迎接灿烂的明天。

12355心理咨询师:蔡海超

■心灵鸡汤

所长无用

有个鲁国人擅长编草鞋,他妻子擅长织白绢。他想迁到越国去。友人对他说,“你到越国去,一定会贫穷的。”“为什么?”“草鞋,是用来穿着走路的,但越国人习惯于赤足走路;白绢,是用来做帽子的,但越国人习惯于披头散发。凭着你的长处,到用不到你的地方去,这样,要使自己不贫穷,难道可能吗?”

感悟:一个人要发挥其专长,就必须适合社会环境。如果脱离社会环境的需要,其专长也就失去了价值。因此,我们要根据环境的需要,决定自己的行动,更好地去发挥自己的专长。

心理信箱

学习压力大,成长困惑多。在日常生活中,假如你有什么烦恼和困难,或者有什么难以启齿的心里话,不好意思和父母、老师和同学们说的,你可以写信告诉我们,我们有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。来信请寄:xsdbxinli@163.com

老师:

您好!

我是一名初一女生。这个学期因为家里搬家,我从郊区的一所学校转学到了市区的新学校。新学校的设施和老师都比我之前的学校要好很多,可是我们原来学校的学习进度和现在学校的教学进度相差很大,特别是数学和英语,老师上课覆盖的知识点,我几乎完全听不懂了。因为一直听不懂,我现在上课会一直发呆,有时老师发现了会点我名。我的爸爸妈妈上班很忙,晚上放学回家我问他们作业,他们也帮不了我,老师,我该怎么办?

专家点评:学习环境的改变很有可能对你的学习造成一定影响,这有一个适应的过程。老师的授课方式和教学进度你不熟悉,是需要花时间去了解去适应的,老师点你的名也是因为注意到你的情况。课余时间多和老师沟通,对于你不会的东西要及时地问、及时地解决,也可以多和同学交流,有时候同学间的讲解能帮助你更快地理解和掌握学习的内容。同时,做好课前预习工作,带着疑问去听老师的讲解,会更有效果。如果预习后听课内容还不理解,不要害羞,再去问老师和同学,直到弄懂为止。

12355心理咨询师:徐嘉庆

老师:

您好!

我是一名初二男生。我有一个弟弟,和我在同一所学校,他今年上预备班。从去年开始,我就发现弟弟的身高已经快追上我了,最近,弟弟已经明显比我高出了好多,而且班级的好多同学都开始飞快地长高,我以前身高在班级男生中属于中间水平,现在已经是最矮的了。同学们最近一直嘲笑我,还会故意和我弟弟说,“现在你是哥哥了。”弟弟现在有时也会说,“哥哥,我会保护你”这类话,让我很尴尬。老师,我该怎么办,难道我就真的长不高了吗?

专家点评:一个人的身高,除了遗传之外还和后天尤其是青春期前后的饮食、运动和睡眠有很大的关系,男生一般20岁之前,身高一直都会变化。所以我们要保持良好的心情,适度的体育活动和健康的生活习惯,都会有助于身高的提升。一个人的成熟和身材的高大有很大关系,但却不是长得最高的那个人最成熟。人的成熟是一个综合的因素,还包含其他丰富的内容,比如学业优秀、性格随和、待人善良、善于和人交往、自信稳重睿智等等。所以,放平心态,不要给自己太大压力。

12355心理咨询师:徐嘉庆