

## 【专家坐堂】

# 父母让我毕业后留学,但我不想出国

老师:

您好。  
我是一名中职男生。临近毕业,我身边不少同学和朋友都选择了出国,我父母也认为出国是一个不错的选择,但我并不想出国,我感到压力越来越大。

我不想出国的原因,首先是来自语言关,我的英语水平很一般,要通过雅思或者托福考试很难;其次,父母希望我出国去读商科,但这也不是我喜欢的专业方向;最重要的一点是,我不是一个擅长社交的人,到了国外举目无亲又没有熟悉的同学朋友,那样的场景光想想都会让我感到害怕。

我还是想踏踏实实地参加国内的三校生高考,选择一个自己喜欢的专业。我知道父母让我出国是为了我好,但我还是想自己选择未来的道路。

上周,为了出国的事情,我和爸爸发生了一次剧烈的争吵,父母要我出国的态度非常坚决,老师,我感到很纠结,不知该如何选择。



同学:

你好!

从你的来信中可以看出,你知道父母让你出国是为了你好,但你还是想自己选择将来的道路。这个决定很不容易,也需要很大的勇气。

随着年龄的增长,你的心理和生理状态都在日益成熟,生活中的各种事件也会免不了引起你情绪的变化,所以你会感到压力,也会感到担忧。同时因为成长和成熟,你的内心也会变得敏感而多虑。

你希望能成为独当一面的大人,同

时又因为缺少人生阅历和社会经验,不知跟谁倾述而陷入苦恼之中。

老师建议,要想清楚自己的目标和可能遭遇的挑战,无需妄自菲薄。你说因为担心过不了语言关、商科不是自己喜欢的专业、自己不擅长与人沟通,所以不愿意出国。换个角度思考,即使是参加国内的三校生考试,同样需要面对很多挑战。比如,其中的英语考试是你需要面对的重要科目;又如,在国内学习和生活,同样也要考虑与老师、与同学之间的人际交往和独立生活等问题。

不论出国与否,在选择专业时必须对自己有清晰的了解。要明确自己的兴趣爱好和特长,也要准确估计自己是否有专研这个专业的能力。有些外向型的应用学科专业,在学好理论知识同时,需要具备一定的自信和流畅的沟通能力。这样的专业要求对内向的人来说可能是挑战,也可能是机遇。

如果你自己认为的确不适合留学,那就需要好好与父母沟通。你的父母可能对你的想法不是很了解,那就需要你将自己的想法传达给父母。如果你觉得自己说不好,也可以采用写信的方式,把自己的想法和想对父母说的话通过写信罗列出来,这样的方式能帮助你整理自己的思路有效把自己的想法传递给父母。另外,你也可以找信任的长辈或老师谈心,将你的想法跟他们一起分析后,请他们和你一起跟你的父母进行沟通,争取能够得到父母的体谅和支持,全家的意见达成一致。

老师希望你能和父母好好沟通,面对现实,仔细规划,人生有很多种可能,努力让自己看得更远、走得更稳。

12355心理咨询师:徐嘉庆



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:xsdbxinli@163.com 邮件名称请注明:中职青橄榄

## 【幸福课堂】

## 坚持把看上去枯燥的事情做好

文/宋晓东

01

我的一位研究生室友英语口语特别好,一口美式发音很容易让人误以为他是Native English Speaker(土生土长的美国人)。每次看到他和老外侃侃而谈的时候,一向自诩英语还不错的我,对他也是充满了羡慕嫉妒恨。

他告诉我说,他特别享受和老外聊天时的感觉——侃侃而谈,游刃有余。没错,他总是能够轻而易举地收到别人羡慕的眼光。

但是我却知道,为了练好口语,他做了多少枯燥而又无聊的事情。他强迫自己看了上百遍《走遍美国》的教学视频。而且,除了阴天下雨,每天早上他还会坚持早起去学校的小花园大声朗读英语。除此之外,他的床头上还贴着美语对话常用的999个句型,每天睡觉前都念念有词,然后才心满意足地睡去。

在《刻意练习》这本书当中,作者曾经写道,“只有

那些花了数年时间苦练某项技能的人,才会自然而然地喜欢上那项技能。”

02

有一次,我和一位来学校招聘学生的HR聊天。对方告诉我说,他们公司招聘的时候有一条标准,那就是希望学生大学英语过六级。

虽然,他们也承认获得大学英语六级证书并不能说明这个学生的英语就很优秀,但是他们公司依然会把“通过英语六级”作为招聘的一条重要标准。

他告诉我说,“想想看,假如一个学生在对英语不感兴趣的情况下,都能通过英语六级,那么这个学生一定具备很强的自律能力。具有这些软实力的人,将来在职场上也一定会成长得很快。”

没错,一个能够坚持把枯燥的事情都给做好的人,必然具备很强的自律能力。而具备自律能力的



人,无论做什么事情,都更加容易取得成功。

03

很多人会怀有这样一种错误的信念:我之所以没有办法把手边的事情做好,是因为这件事情过于无聊。假如我遇到自己真正感兴趣的事情,就一定可以把事情给做好。

我觉得,这只是一个美丽的幻象。上面这两句话,换一种表达方式会更有说服力:

如果你遇到无聊的事情,都能把它坚持给做好,那么当你遇到真正感兴趣事情的时候,一定可以做得更好。

(图片摘自网络)