



■专家坐堂

善待周边同学 珍惜校园生活

我是一名初三的女生，平时性格比较外向，跟身边的同学关系都很好，自从开学后，我喜欢上身边的一个男同学，我感觉既然自己喜欢就应该追求，所以我便开始追求这个同学，这让身边的同学感觉我很开放，可是我却感觉身边其实很多同学都有喜欢的人，但是都藏着不愿说出来，遇到事情还要自己一个人为难自己。

因为感情这件事情，班主任已经找我母亲谈过，母亲对于我这件事情也是保持着不要影响学习和自己就可以，但在学校，很多同学因为这件事情开始对我有不一样的看法，有时候甚至会孤立我，这让我心情很低落，我感觉因为感情的事情孤立我，让我感觉在学校很无助。

同学：

你好。

你是一个有想法、有行动的年轻姑娘，遇见烦恼和困难能够主动积极寻求解决方法，给你点赞。

做一个欢乐的、受欢迎的人，听上去特别酷，却是一件非常不简单的事情，你需要知道自己是谁？你拥有什么优点和缺点？别人怎么看待你？在学校里你自己认为的受欢迎程度和同学欢迎你的真实程度之间，差距到底有多少？这些问题你有认真地思考过吗？要不要努力尝试一下？因为，这也是你寻找自己、自我的过程。

你喜欢男同学，主动追求，表里如一，棒棒哒！你的来信里并没有告诉我，男同学有没有接受你的心意呢？无论真实结果如何，你有没有做好被拒绝的准备？嗯，并没有规定你喜欢别人，别人就一定要喜欢你吧！你要怎么办？人生充满被拒绝，从来都无法阻挡我们尝试的勇气、努力的态度；面对拒绝可以难过，但是不要沉溺其中。这不是一个完美的世界，你不可能获得你期待的一切，不是你努力就一定能成功，但是不努力就肯定不会成功。

你可以主动向男同学表达喜欢，你的女同学也可以把喜欢

藏在心里，即便同一件事情，每个人都有权利持有自己的态度和观点，没有对错，没有好坏，就好像有人喜欢吃草莓味道的冰激凌，有人喜欢吃香草味道的冰激凌，有人喜欢吃巧克力味道的冰激凌。脑洞大开、思想自由、百家争鸣，这个不完美的世界因此变得五彩缤纷，精彩非凡。在遵守法律和社会规则的前提下，坚持自我，尊重他人，你才能活出不一样的有趣。

“被孤立”与“跟身边的同学关系都很好”仿佛是地球的南极和北极，相信我，你的处境没有那么糟糕。你有没有尝试听听同学们对于你主动追求男

同学的看法，一定与你的想法不一样，但也不见得完全是负面的，即便是负面的也是别人的世界观。当你选择要按自己想法生活的时候，就要学会接纳不一样的声音，十全十美是我们美好的愿望，现实是我们时刻面对选择和取舍。小姑娘，你不可能得到所有人的认同，这种时候寻求朋友的支持吧。

这段经历是可爱的成长故事，请你善待自己和同学们，好好珍惜校园生活。祝你安然度过。

12355心理咨询师：宋韵华



小伙伴们如果遇到成长的烦恼想找人倾诉，可以拨打12355青少年公共服务热线(021-12355)或登录青小聊网站(www.sh12355.com)和我们专业的心理老师沟通哦！(你的个人信息我们会为你保密。)

■哲理故事

一个年轻人想要跟鲁班学做木匠。鲁班简单了解了年轻人的情况后，就把他带到库房说：“你觉得我做的这些工具好吗？”年轻人点点头，连声说好。鲁班接着说：“那到底好在哪里？”

鲁班的话让年轻人有些摸不着头脑，可他思索片刻便从容地开了口，从选材到构造再到一些小细节的打磨和处理，说得头头是道。鲁班听得眉开眼

笑，连连点头，当场决定收年轻人为徒。

这事儿传出去后，众人均大惑不解。有人问鲁班：“一通吹捧竟然就通过考核了？”鲁班摆摆手说：“如果对木匠手艺完全不了解，就根本不知道怎么夸。而从他的一番夸奖里，我能看出他对木匠手艺有自己的理解，悟性也高，是个可以培养的好苗子。”后来，这个年轻人果然成为了鲁班的得意弟子。

■心灵鸡汤

改变

一只乌鸦在飞行的途中碰到回家的鸽子。鸽子问：你要飞到哪？乌鸦说：其实我不想走，但大家都嫌我的叫声不好听，所以我想离开。鸽子告诉乌鸦：别白费力气了！如果你不改变声音，飞到哪都不会受欢迎的。

【启发】如果你希望一切都变得更加美好，就从改变自己开始。