

# “班级小干部总是针对我”，我该怎么办？

老师：

您好！

我是一名初二转学生，现在已经度过了那个不太适应的阶段，跟同学们的相处还算比较融洽，但是我们班负责管纪律的小干部老是跟我过不去，动不动就要记我的名字，报告老

师。这一次的家长会上，老师还特地找我妈谈话，说要教育我。我在以前的学校也是当班干部的，这个小干部特别多事，气量也非常小，班里只要有谁不顺他的意，他之后就会跟老师报告。我不知道是我的标准有问题，还是我的行为真的有问题。我现在真的是无解了。



同学：

你好！

感谢你的来信，看来这个管纪律的小干部确实让你倍感困扰啊！

看你在一开头就点明了自己是个“转学生”，想来在你转学的初期应该也遇到了不少事，可你能够在这短短开学的2个月内就平稳度过适应期，还跟同学相处得不错，可见你还是很有些过人之处的，或许这跟你“在以前的学校也是当班干部的”有些关系。

假设你们这个小干部在这之后不再继续找你“麻烦”，或许可以寻找以下几个“特例”：

以你曾作为班干部的经验来看，你遇到这么“棘手”的同学一般是怎么操作的呢？有没有成功经验可以借鉴？

这个“多事”的小干部有没有过哪次记了很多人也没有记你名字，跟你和睦共处的时候？想想那时候是否发生了什么？

班里有没有谁“不顺他的意了”，却在那时候没有被“记录在册”，想想那次是否发生了什么？

或者有没有哪次，管纪律的小干部没那么多事，那次他谁也没记，那次又发生了什么？

观察一下你们这位小干部，什么情况之下他处理事情特别没有效果，非但记名字还要告老师，那次发生了什么？

试试看这些“特例”时的相处模式，如果有效，就反复操作，如果没效，就换一个别的方式。

我不太知道这个就快让你“迷惑不解”的小干部到底是跟你没有缘分还是实在太有缘分，毕竟俗话说得好，“不打不相识”，你们要么真的特别不对盘，要么或许将来还能成为超级要好的朋友。你看你要不要试着跟他建立一下关系？

很多时候我们会相信自己看到的和自己所推测的，如果再有身边的人附和，我们就会坚信自己所相信的事情，而往往这只是你觉得的真相。开诚布公地找个只有你们俩的合适的场合，主动跟“纪委小干部”聊聊，说说你的想法和感受，听听他的解释，毕竟还要相处两年呢，哪怕为了不继续被“记名册”，我们也要努力一下的呀！

学会沟通，试着沟通，说不定一段不错的友谊就开始了！祝你顺利。

（国家二级心理咨询师、社会工作师：小张老师）

## ■励志故事

### 富兰克林的时间表 ——时间是组成生命的材料

人们问富兰克林：“你怎么能做那么多的事呢？”“您看看我的时间表就知道了。”他的作息时间表是什么样子的呢？5点起床，规划一天事务，并自问：“我这一天要做些什么事？”上午8点至11点，下午2点至5点，工作；中午12点至1点，阅读，吃午饭；晚6点至9点，用晚饭、谈话、娱乐、考查一天的工作，并自问：“我今天做了什么事？”

朋友劝富兰克林说：“天天如此，是不是过于……”“你热爱生命吗？”富兰克林摆摆手，打断朋友的话，“那么别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。”

### “我没有工夫去看戏” ——科学的研究要争分夺秒

爱因斯坦从不无端浪费时间。无论在他年轻的时候，还是在他年老的时候，他都十分珍惜时间，把精力集中在对自然奥秘的探索上。

有一次，几个物理学家想让爱因斯坦休息一会儿，约他去看戏。爱因斯坦头也没抬，回道：“我没有工夫去看戏。”朋友们苦苦相劝，爱因斯坦语重心长地说：“等你们活到60岁的时候，就会珍惜由你们支配的每一个钟头。”

当他病重的时候，他的学生问他要什么。他低声说：“我现在只希望还有几个小时的时间，让我能够把一些稿子整理好。”

### “合理的方式” ——为节约时间，不惜“毁容”

维克多·雨果是19世纪法国著名作家。有一回，他为了创作一部新作品，便紧张地投入了工作中。可是，外面不断有人来邀他去赴宴，出于礼节，他不得不去，为此浪费了好多时间。最后，他想出了一个绝妙的办法，把自己的头发剪去一半，又把胡子剪掉，再把剪子扔到窗外。这样，他就不好出去会客，不得不留在家里。于是他专心致志地埋头创作，把又一部巨著奉献给人们。他把这种办法称之为“合理的方式”。

## ■心灵鸡汤

### 和优秀的人在一起真的很重要

在现实生活中，和谁在一起的确很重要，甚至能改变成长轨迹，决定人生成败。

和什么样的人在一起，就会有什么样的人生。和勤奋的人在一起不会懒惰；和积极的人在一起不会消沉。与智者同行，会不同凡响；与高人为伍，能登上巅峰。

积极的人像太阳，照到哪里哪里亮；消极的人像月亮，初一十五都一样。态度决定一切。有什么态度，就有什么样的未来；性格决定命运。有怎样的性格，就有怎样的人生。

生活中最不幸的是：由于身边缺乏积极进取的人，缺少远见卓识的人，使人生变得平平庸庸，黯然失色。

如果想聪明，那就要和聪明的人在一起，才会更加睿智；如果想优秀，那就要和优秀的人在一起，才会出类拔萃。读好书，交高人，乃人生两大幸事。

一个人的身份的高低，是由他周围的朋友决定的。朋友是一生不可缺的宝贵财富。因为朋友的激励和相助，才会一往无前。