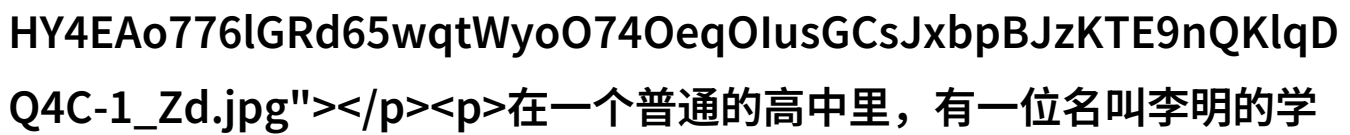
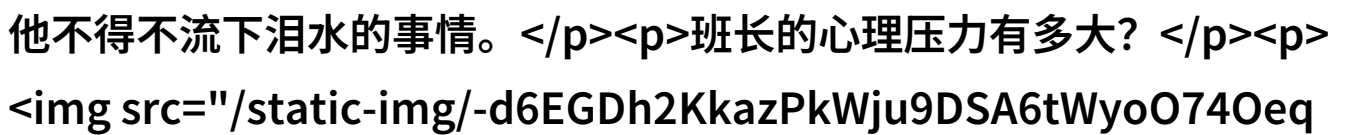


班长泪崩不能再深了校园生活难题

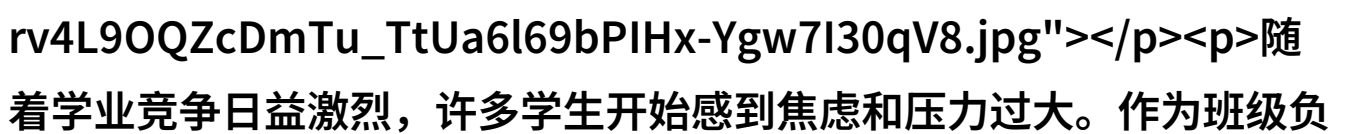
是什么让班长哭成这样？

在一个普通的高中里，有一位名叫李明的学生，他不仅成绩优秀，而且还担任着班级的班长。在学校里，李明总是面带微笑，态度和蔼，对待同学们都很亲切。然而，最近发生了一件让他不得不流下泪水的事情。

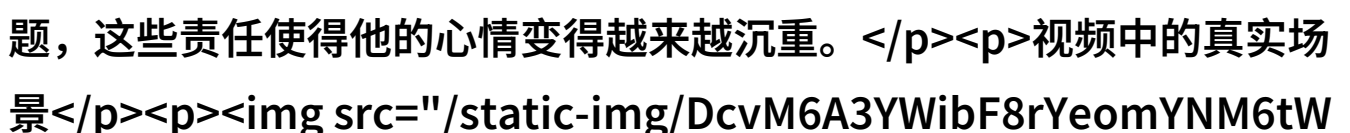
班长的心理压力有多大？

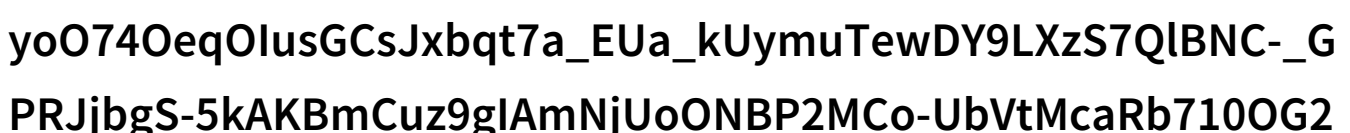
随着学业竞争日益激烈，许多学生开始感到焦虑和压力过大。作为班级负责人，李明肩负着组织集体活动、处理同学之间的小矛盾等任务。他要确保每个同学都能平平安安地学习，同时也要应对自己的家庭和个人问题，这些责任使得他的心情变得越来越沉重。

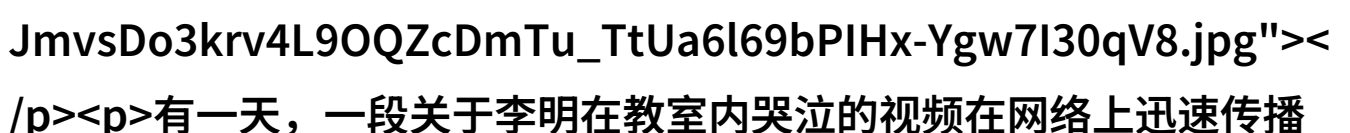
视频中的真实场景

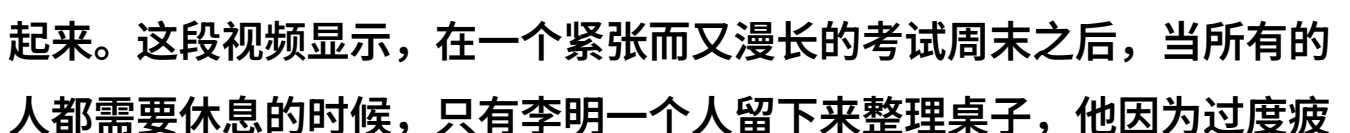
有一天，一段关于李明在教室内哭泣的视频在网络上迅速传播起来。这段视频显示，在一个紧张而又漫长的考试周末之后，当所有的人都需要休息的时候，只有李明一个人留下来整理桌子，他因为过度疲劳而突然崩溃，并且悲痛地对身边的一位老师说：“我真的不能再深了，我已经尽力了。”

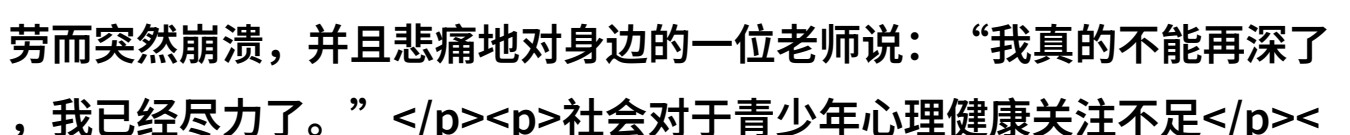
社会对于青少年心理健康关注不足



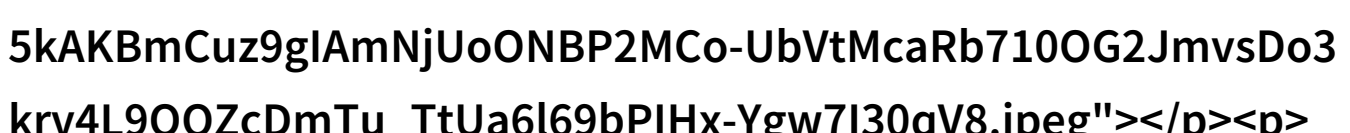






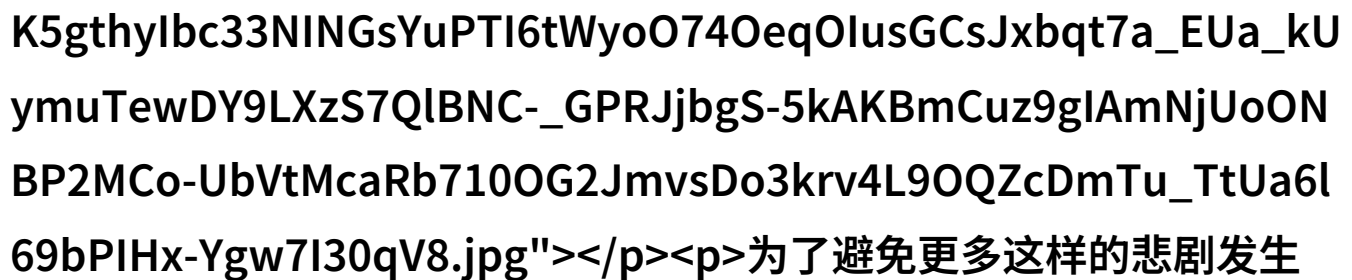






这个事件引起了很多人的共鸣，因为它暴露了我们社会对于青少年心理健康关注程度不足的问题。尽管近年来有关心理健康教育的声音越来越高，但实际操作中仍然存在很多问题，比如缺乏专业的心理咨询资源以及对教育者的培训不足，使得这些敏感的问题常常被忽视或轻视。

如何帮助青少年减轻心理负担？



为了避免更多这样的悲剧发生，我们必须采取一些具体措施去支持我们的孩子们。一方面，我们应该加强学校内部的心理辅导服务，让教师能够更好地理解并帮助学生；另一方面，也需要家长参与到孩子们的情绪管理中去，为他们提供一个温馨安全的家庭环境。此外，还可以通过社区组织一些兴趣小组，让孩子们有机会表达自己，从而缓解压力。

未来何去何从？面对这种情况，我们应该更加珍惜那些默默付出的青年，他们正是我们未来的希望。而对于学校与家长来说，更应意识到培养出真正快乐、健康成长的人才，不仅是教育本身的一部分，更是一种社会责任。这就是为什么当那位班长哭着说“不能再深了”，整个社会都不禁为之动容，而这是我们共同努力改变现状、构建更加完善教育体系所需的一个重要契机。

[下载本文pdf文件](/pdf/594801-班长泪崩不能再深了校园生活难题.pdf)