

(生病休学)

问题：我是十六岁女生，想背着爸妈出去打工可行吗？

题目描述：嫌麻烦可以直接看看目前情况+想法和便签图片，真心希望你们能抽出你们仅有的时间来帮帮同一片天空下这个在深夜无助的女孩，再次感谢你们，新年快乐。

具体情况：本人是高一女生，期末排名全班第二，成绩的原因是休学一年，之前读过；休学的原因是因为之前得中度抑郁休学；得抑郁的原因有太多，原生家庭（母亲的影响），天生敏感，好强心强，从农村到城市一个人住校（11岁），家庭加自身压力……总之这学期的情况是发现复学了之后更严重，因为太在意他人看法，太敏感，人际关系太糟糕，更重要的是我的注意力严重不集中（做题要死掐自己的手，也集中不了）大概两年了，心态还不好，从住校到一个人住（有时候孤单到窒息，但确实我能说真心话的一个也没有，但我其实又是个很外向的人……），总之就是这一学期和上学期一样，实际上是我熬出来的。

目前情况+想法：回到家后情绪比较稳定（只能说比学校好），但是有时候经常感觉活着没什么意思，想找到自己活着的意义，前前后后反复挣扎了好久，在家里也堕落过很多回，也想过看心理医生（但真的想想没什么用，而且有时我感觉是我太闲了）。

爸妈也告诉我：要不实在不行就不读了吧。他们觉着我读书就是再折腾自己（我认为真的是）。但是我之前犹豫了很久……但之后……唉，我也决定放弃读书，但这不是放弃生活，而是选择一种新的方式去面对生活吧？

我没什么梦想，也没有一技之长，用我婆话说（这孩子长大只能靠笔杆杆吃饭）唉……但现在读书似乎真的不可行了。我在这期间想过当作家，想过自主创业，想过在家自学三年参加成人高考（被我爸一口否决），也想过会打工一辈子……但我真的不想当一条咸鱼啊。

我想了大概一周了，就是在过完年后给家里留一封信，悄悄带上行李离开家去打工。因为我觉得我之所以这样子是因为没有吃过苦，想出去体验一下自己养活自己的感觉。（但其实我应该能知道打工人有多苦，我在知乎上搜过。）（看到这里你们可能就会很疑惑，图片有见解释）

我把所有独自一小女子去打工的好坏情况都想了个遍，如下面便签图片（可能有些你们不能理解，因为这是之前想起临时记的，比较杂乱，望理解）

想读书的原因：

1有时不甘做个平凡人

2不读书，就会步入社会，就会更加见识到人性的恐怖与恶毒，我害怕

3愿望很多，想变成有钱人，想旅游全世界，想认识更有学问的人（因为你接触什么人就会变成什么人）

4变成一个普普通通的被生活所麻木的劳动妇女学历不高，只能像二姑一样被迫与没文化的人谈朋友

不读书：

自己在外挣钱养活自己！

①作用（积极性）：1. 让自己更能体会到家人的不易，体会家人的爱（能够让自己身心发展）体会到贪玩很累，付出的代价很大 2. 体会到读书的好处 3. 全身心的投入到一件事情上，而不是半途而废，在意他人感受是没有任何作用的 4. 能够见识一下外面世界的生活，拓宽眼界 5. 能够让自己成熟一点，让自己不再掉眼泪，不再那么懦弱，能变得跟坚强

②不好的（消极性）：1. 害怕一个人在外面会不安全，会担心自己被qj被性骚扰 2. 担心因为以为我是小孩子会被坑 3. 可能会像其他女生一样，会谈朋友，会更加注重外表，可能还会化妆，会误入歧途 4. 可能自己就会慢慢习惯于这种生活，然后被麻木，习惯于体力劳动获得金钱的生活方式，然后再也不会步入更高层次的学习中，只会想着赚钱，休息时玩手机（看些没营养的漫画小说等），最后和家里二姑没什么区别，最后的结果是找个像样的，和自己水平差不多的人谈个恋爱结婚生子 5. 可能还是会害怕一个人的孤独感，会不知道自己挣钱是为了什么，会像在学校一样，孤独到窒息而且到时候没人可以诉说（毕竟是自己选的这条路，也不好说什么，可能会让自己更加严重）

2021/02/14

仔细读了题主的描述，题主其实蛮幸运的。

最难得的两点，是有爱你、理解你的家人。还有家境应该也不是太糟糕。

就这两点，已经比很多人幸运。

如果是这样的话，我其实完全看不出离家打工是最后的、唯一的解决问题的方法。

题主提到人际关系的问题，以及不能集中注意力，难以自控的情绪，心理上的无助和身体上的疼痛。

其实有没有想过这些可能并不是造成现在困境的原因，真正的原因可能就是生病了。因为生病才出现这些症状。

这点很关键。

因为如果这些是原因的话，就要对应这些原因想办法，比如出门打工换个社交环境、了解一下生活的艰辛，也许管用。

但是，如果这些不是原因，而是结果，是生病带来的症状，那么改变环境就无益于解决问题。病是原因，解决的方法就是治病。病好了其他的才能得到缓解。

题主想过看心理医生，但似乎没有真正去到正规的专业医院看过心理专科？

我其实建议题主，既然家人对你的状况比较清楚，又很爱你、理解你，经济上也没有太大困难，还是让父母带你去看一下正规医院的心理专科。遵医嘱，该吃药吃药，该休学休学。

---

另外，不必对生病、休学这种事太过焦虑。

这么说吧，在求学的年纪，有相当高比例的学生都有过生病休学的经历。除了心理疾病，还有更严重的身体疾病。休学也从1年到3年以上的都有。

不必担心会不会让落后别人、是不是浪费时间。

首先这肯定不是浪费。

人生最宝贵的就是经历。不是只有早年成名才叫经历，早年付舛也是经历。甚至是更加重要、更有价值的经历。

特别对于想要从事写作的人来说，能够创作出伟大作品的人，哪一个不是身负重担、九死一生过来的？

另外，休学也不是什么都不做。学校不是唯一学习的地方，老师也不是唯一获取知识的渠道。休学也可以自学、读书、发展兴趣爱好，学习很多在学校学不到的东西。都是在为未来做积累、做准备。

至于说浪费时间，也没有这回事。

短短一两年放在人生几十年的生命中，实在不算什么。年少的时候，常常会把时间看得很长、人生看得很短、问题看得很大。其实现实恰恰相反，人生反而是很漫长，一两年休息的时间则很短，一下就过去了，很多问题放到时间的长河里都很小。

生病休学也不过是这样一件小事。

放心，什么都不会耽误，而且搞不好以后还会成为写作的第一手资料。题主的字写得好看，文字表述也清晰，很有潜力呀。

到那时，我也希望成为你的读者。

但现在，让身体好起来是第一要紧的事。

编辑于 2021-02-20

<https://www.zhihu.com/answer/1738746546>

---

评论区：

Q: 我是题主，谢谢你的回答。

不过如果现在接受正规心理咨询可能已经晚了，因为这将会面临退学的危险（除非是我已经明确打算退学了），我之前有去过一家医院（应该还是比较专业的）但是他们不会问多少，就是一坨人在一个屋子里，排队咨询，然后把你一个人弄到另一个屋子里面做一份测试表，然后再由一个医生询问情况大概半个小时，最后出结果，那时诊断的是重度抑郁呵呵[捂脸][捂脸]然后就是开药，我休学那段时间吃了有一年的药，现在没有吃药了，而且后来一去二话不说就是拿药。

最主要的是我们还有八天就要开学了，可能来不及，而且我真的不知道到底要不要继续读书，因为我感觉我这个情况高中极有可能读不满，在学校也是一边摸鱼一边读书，还不如乘早步入社会，唉，真的很迷茫啊。[衰][衰]

而且关键是我觉得我真的是太矫情了，没有吃过苦头，所以才会乱想，真的如果我活在战争年代的话还有空想这个？

A: 其实我的意思就是这不是你矫情，也不是你性格有问题，也不是你不擅长社交。都不是的。你就是好好一个女孩子，健康上出了一点小状况。不要沮丧，会好起来的。

你说的医院的情况，的确是那样的。几年前我朋友去看精神科，说人山人海不夸张。确实现在精神小感冒的可能不比患感冒的人少。

不知道你吃药治疗的情况如何？如果有效的话不妨坚持。无效或者更加糟糕的话附近有没有更大一点更专业一点的医院呢？一般来说，药物控制的好的话是可以同时上学或者工作的。不过这个要看医生的建议。

如果医生建议休学一学期或者一段时间，也不要太过焦虑。就像我回答里说的，很多同学都有休学几年的经历，并不会影响你未来的人生。很多人高考复读还连续复读好几年。

总之，还是要先把身体养好，否则即便出去打工也不解决问题。在外面一个人打工遇到的挑战远比你想象的复杂。不过，如果真要休学的话，倒可以考虑短期旅游一下。在旅游的地方做做义工。但最好不要一个人，也不要瞒着父母，反而要时时保持联系才好。安全最重要。

关于矫情，我写过这个。希望对你有帮助。

<https://www.zhihu.com/answer/1503083238>

---

Q: 学生是一种特殊群体吗？

A: 为什么这么说？

Q: 感觉很多人都在这个时期表现出各种奇怪的现象

仿佛是人生的高危期

而且当时觉得过不去这个坎的好像会极其糟糕

而且社会中也广泛的认同学生该如何如何。否则会如何如何。

我自己在想当时的我为什么在极其危险的情况下还是不肯停下来。无论如何都要鞭策自己行动起来。可能是社会机制，舆论，还有孩子本身的稚嫩吧？

当时有些人会说长大了就好了，可是我当时完全不敢相信。

A: 你的观察是对的。

<https://www.zhihu.com/answer/1503083238>

---

更新于 2023/10/16