



作文秀

## 拾起一朵被遗忘的玫瑰

再细读一本书,一本曾不愿放下,爱不释手的书,就如同拾起一朵被遗忘的玫瑰。我曾为这朵玫瑰付出时间,它亦在我心中默默绽放光芒,不曾消失……

曾经,我总是为读书而读书,当时的在我看来,读书不过是读人物,读情节,读修辞,更多不过是分析其写作目的,没有任何一本书能够真正走入我的内心。但当我读完《小王子》的当晚,却久久不能入眠,“我一直很喜欢沙漠。坐在一个沙丘上,什么也看不见,听不见,但是却有一种说不出的东西在默默地放着光芒”,小王子的这句话,形容我的心情再好不过,有一种说不清道不明的情绪在我的心里发酵……

我虽不能具体描述这种情绪,但拥有这种情绪是令我感到欣喜的。我知道《小王子》正叩开我的心扉。初读《小王子》,最打动我的,是它教我找到心中的童趣。“你能帮我画一只绵羊吗?”这样简单的请求,大抵会被看做幼稚。吞了大象的蛇,这亦会被看作一副无趣的画,而这些都是属于小王子的童真。我从不拷问自己是否是个无趣的人,但在看完《小王子》后却也发现自己总爱装作大人模样。我于是试着做出改变,遵从自己的内心,尽力不变成“无聊”的大人。或许在旁人看来我变得幼稚,但我寻找到很久未感受到的不必循规蹈矩的快乐。

再细读《小王子》,吸引我的是小王子与玫瑰的关系。小王子曾为它的玫瑰清除猴面包树,为它浇水,为它套上玻璃罩。“正是你为你的玫瑰付出的时间,使得你的玫瑰变得如此重要”,我不禁反问自己是否有为之付出时间的事物。小王子说“如果你爱上了一颗在星星上的花,那么夜间,你看着天空就感到甜蜜愉快,所有的星星上都好像开着花”,我又不禁反思能否找到事物,令我为之期待守望,令我感到欣喜愉快。是小王子走进我的心里,让我思考自身的不足。

我为《小王子》感动,它总会吸引着我。我会学着不成为“无聊”的大人,不缺看日落的宁静气质,用心灵看重要的东西,为能为之守望的东西付出时间。《小王子》教会我的,正是我所遗忘的,埋在心灵的深处的玫瑰,是《小王子》让它重放光芒。

作者:珠海市实验中学高一3班 许泽妮

点评教师:易秀芳,珠海市实验中学首届“首席教师”,高中语文高级教师,2016年获“珠海市高中现场作文赛课一等奖”,热爱语文教学,致力于传递母语文字文学文化之美。

点评内容:有没有一本好书,看过就不曾忘记,看过还会继续一遍遍去重温,如果有,那一定是成长之大幸运。作者看《小王子》,小王子的话语都像是成长的提醒与唤醒,唤醒了生命最为宝贵的自省,找到内心沉睡的自我,何其珍贵的一本成长之书。

(本报记者王晓君 整理)

# 孩子敏感多疑是“心病”吗?

## 专家观点:理解孩子,让孩子学会放下掌控欲



### 案例

父亲:我家孩子16岁了,但还是改不了敏感多疑这块心病,成绩总上不去。一个小小的问题,他非得担心一些有的没的,反复猜测这猜测那的,把自己搞得很紧张。没什么同学朋友与他交往,连他的表哥都说与他一起相处很累。请问我们做家长的,怎么办才好呢?



### 分析

珠海市帮达心理咨询有限公司首席心理专家曹泽能:一般情况下,敏感多疑是人的性格特点之一,不能说一定是“病”。当然,如果敏感多疑已经泛化,使自己感到煎熬痛苦,给学习与睡眠带来严重困扰,甚至出现妄想、幻觉,这才要考虑评估是“病”,可能是偏执型人格障碍、分裂样人格障碍或精神病症状之一。从您的反馈初步判断,您的孩子或没有这么严重。

然后,再具体分析敏感多疑的内在逻辑,您就会明白孩子的心理状态。

#### 第一,什么是敏感多疑?

敏感是断定自己的言行对别人产生影响,和别人的言行对自己产生影响,而带来的一种负性情绪情感体验;多疑是事实上并不影响正常的生活,但是我们却非常在乎的思虑。敏感多疑合起来讲,就是过分的自信,过分的担心。

#### 第二,人为什么会敏感多疑?

因为过分自信,免不了主观臆测别人对自己的评价,而这些评价与看法,最终会影响自己。人生在世,踽踽独行,自然诚惶诚恐,会不断担心自己不能更好生存,这是人的生存本能在作祟。

#### 第三,为什么说敏感多疑是自我攻击?

会自我攻击的人,大部分是因

为在童年时被父母攻击。当孩子做错事情时,父母就会开始批评,这个批评一般会带有负面情绪。这时孩子获得的信息是,不是做错了事情,而是我这个人是不好的。也就是孩子获得的认知,变成一种自我攻击,这实际违背了父母的初心。当孩子慢慢长大自我攻击时,他也会把这部分的攻击投射到别人身上,变成对别人的攻击。

#### 第四,与敏感多疑的人相处为什么累?

首先,当他表现敏感多疑的时候,周围人会接收到信息,就会给他一些反馈,但又害怕会伤害他脆弱的自尊心,所以需要对他过分照顾,但别人也很容易不小心伤到他而产生内疚感,内疚感会让人不舒服。

其次,敏感多疑的人也容易攻击别人,因为他很容易觉得被攻击。也许一个玩笑你并不当一回事,但对他来说却是非常严重的评价,进而让他对你产生攻击心理,甚至远离你。

#### 那怎么办呢? 我的建议是:

一方面,理解孩子的敏感多疑。

让孩子学会看到不那么好、自我攻击的自己。一个人也许没那么好,而且为什么一定需要那么好呢?为什么一定需要达到完美的状态呢?不一定要这样,每个人都是不完美的,为什么其他人可以好好活着,其他人可以开心幸福地活着,

为什么我不行呢?能够看到的那些很幸福、很开心的人,他们往往都是没有那么完美。

让他学会理解不那么好的自己为什么会存在,理解童年环境,理解他产生敏感多疑的背景原因,他才能够接受它,才能接纳它。一旦接纳,他就没有那么多自我攻击。一个接受自己的人,他的自我攻击是比较少的。

另一方面,让孩子学会放下掌控欲。

很多时候敏感多疑来自于希望外界对自己的一切评价都是好的,希望在旁边哈哈大笑的同学,不是在嘲笑我今天考试成绩垫底;希望跟我开玩笑的人,不要说那么不好笑的玩笑。

但这些希望并不能被自己所控制。不可能希望别人说别人就说,不说就不说,我们能做好的只是自己这部分。当我们做好了这部分,不管别人怎么做,怎么评价,都不会太糟糕,但是如果自己这部分都做不好,再试图去干预、掌控别人,只会得到不好的、相反的结果。

如果能放下掌控欲,我们就能够得到内心的自由,也许孩子的敏感多疑没有办法一下子解决,但至少会因此缓解。一直在笑的人,也许是在笑你,也许不是在笑你,那又如何呢?因为这是我管不住的,我只能做好我自己。

(本报记者王晓君 整理)



### 参与方式

欢迎您扫描二维码,加入“教子有方”微信群,将您在教育过程中遇到的烦恼告诉我们,我们将在本报“教子有方”栏目中,就最热门、读者最关心的问题,邀请专业心理咨询师或资深教育界人士进行探讨,答疑解惑,给出意见和建议。

