



作文秀

细品诗书 良药慰心

伏尔泰曾说过:“读书使人心明眼亮”,毫无疑问,从古至今,读书使人快乐,读书使人进步。

从有记忆时开始,我读的第一本书是外婆买的简化版的《唐诗三百首》,从“月落乌啼霜满天,江枫渔火对愁眠”到“飞流直下三千尺,疑是银河落九天”,再到“谁言寸草心,报得三春晖”……自幼安静的性格促使我比同龄人更能静心细品诗书。

古时孙权便有劝言:“但当涉猎,见往事耳。”有这样一个热爱读书的人,形象深深刻在我脑海中。那便是年少时窃读的林海音,一篇《窃读记》让我真真切切地了解到她对读书的渴求,哪怕冒着被店主骂,被轰出去的后果,也很小心翼翼地窃读着。在享受读书的乐趣,增长自己的见识和规范自身的言行之外,她像我生活中的一剂慰心良药。

我手中的《唐诗三百首》从简化版变成了完整版,我总爱在夜深未眠之时捧书倚窗前,借着明亮清澈、纤尘不染的月光细酌那一字一句。书中字里行间的感受,诗里已懂未懂的情感,月光下浅浅淡淡的愁绪,总会慢慢洒落下来。

每一次读起这本书,就有一种温暖而舒适的感受,绵绵密密,如温暖的细沙覆陇双脚;像春日里的蒙蒙细雨,淅淅沥沥;又仿佛冬日里的暖阳,忽而抛洒在冰凉透彻的手掌上;更似温暖喉的一剂良药,缓缓喝下。那一刻,仿佛心中的孤独与悲痛都得以抚慰,忘却了所有的烦恼,“飘飘乎如遗世独立,羽化而登仙。”

现在的我们,总有不少人沉溺于高速发展的电子世界中,总是忘记适时放下手机,捧起一本纸质书籍。不少人在前行的路上,急功近利,忘了静默下来,更忘了释放压力。去捧起一本喜欢的书吧,抚慰自己在荆棘路上猛然狂奔而落下的一身伤痕。

俗话说:“书中自有黄金屋。”读书的好处数不胜数,但对我而言,其最大益处莫过于温暖内心深处的伤口,填补记忆中空缺的孤独。冬去春来,花落花开,所幸之处,莫比细品诗书,良药慰心了。

作者:珠海市实验中学高一(3)班 何颖瑶

点评老师: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:在诗词吟哦中长大的孩子会有一种特别的气质,会与诗人对话,找到知音,笔下也渐渐生出诗人的笔触与情怀。本文的作者呈现出很好的诗词审美素养,这种素养正是高考改革下所呼吁的,能在手机挤压纸质阅读的当下开出一剂良药,引发读者的深思。

(本报记者 王晓君 整理)

孩子爱哭胆小怎么办?

专家观点:寻找具体原因,增加孩子的安全感

案例

家长:我家小孩4岁,每天都会因为一点小事而哭,比如家里有吃的没马上给他,哭;他爱看的电视没开或者转台了,哭;叫他自己穿鞋子,哭……总的来说,几乎说什么都带着哭腔,而且字句里表达总是带着着急、抱怨。我觉得他胆子不大,行为懒惰,他那么多缺点,作为妈妈,我深感头大与担心,请问有什么办法可以帮助他改过来,让他勇敢、乐观、积极、开朗、勤快?

分析

珠海市帮达心理咨询有限公司首席心理专家曹泽能:这位妈妈,我先回答“哭”的问题。

眼泪是内心最真实的声音,当一个人早期展现内心最柔软无力的时候,他或她需要身边人的温暖关怀、耐心接纳、包容鼓励,而不是相反的态度,否则后期他将渐渐尘封受伤的心,或“冰冰有礼”冷漠待人,这在心理学叫“习得性无助”。

对于一名4岁的幼儿来说,随着自我意识的发展,他的自主欲求也“水涨船高”。从婴儿期“有妈的孩子是个宝”全方位依赖,会发展成“哪里有压迫哪里就有反抗”。三四岁的时候是人的第一反抗期,青春期是第二反抗期。

“因为一点小事而哭”就是这种反抗失败后的“残酷战果”。他可能是家里最弱小的“底层”,他的衣食住行、吃喝玩乐,几乎都是按大人的标准说了算。从4岁的幼儿思维分析,他尚处于具体形象思维阶段,对于大人的道理(抽象逻辑思维),他似懂非懂,这对他来说就是“以大欺小”,家里有吃的,为什么没马上给他吃?他爱看的电视,为什么要转台?

试问,“弱势群体”吃你的、睡你的、打又打不过你、说又说不过你,除了用哭声来“隐性攻击”表达“灵魂深处”的委屈、愤怒、痛苦、呐喊等负面情绪,还能做什么呢?你认真倾听过他内心最真实的声音吗?你有足够耐心与他交心吗?如果他真懂了“道理”,或

者他会反问你:妈妈,我是你的“假儿子”吗?

上面说了“哭”,下面说说“缺点”。

毫无疑问,如果可以重新选择,哪个家长都希望要一个“勇敢、乐观、积极、开朗、勤快”的儿子,谁也不希望要一个“爱哭、胆小、懒惰”的儿子。

问题是,孩子可以不可以有“缺点”?家长能不能接受孩子的“缺点”?孩子是不是生在一个“没有任何缺点”的家庭?家长在孩子的“缺点”形成过程中都做了些什么?

这位妈妈,估计你看到这里也可能反思。如果真的这样,那么恭喜你,你没有白白向我们《教子有方》栏目提问。因为,在孩子成长成熟的过程中,有如下的育儿理念得到普遍推崇:

1. 父母是原件,孩子是复印件。孩子的问题从父母身上找,成人的问题从童年经历去找?

2. 孩子的缺点、犯错是其成长的必要成本,如果家庭不能耐心包容缺点、有错纠错,那么孩子的成长成本要他人或者社会来“支付”吗?

3. 孩子到底是谁的“产品”?孩子逆反,或家长搞不定孩子,是表示孩子在成长,表示父母没有成长,或者成长的速度不够。

所以,这位妈妈,你“深感头大与担心”,有可能你对育儿研究投入精力较少,也有可能你的性格较直较急、自我要求较多、办事效率较高。相对应之下,反差较

大,一时难以接受“一箩筐缺点”的儿子。我给你的建议是:

一是寻找孩子爱哭的具体原因。

如果父母缺少耐心、过于严格,那么越是这样,可能越难让孩子“跟着家长的感觉走”。家长不妨先“跟着孩子的感觉走”,放缓教育节奏,不要急于求成,指望“一口吃成大胖子”。

如果家长没有照顾到孩子的需求,那么哭只是他的表达方式、个性倾向,相当于感冒会流鼻涕,而非不懂社交礼仪。家长需要冷静,而非针尖对麦芒,记住“关系大于教育”,先让亲子关系融洽。

如果孩子遭受挫折,用哭声宣泄,那么家长先陪在孩子身边,陪伴他释放压力,待他情绪缓和后,再同他交流解决问题的方式,训练他举一反三的思维,不要在他哭的时候一上来就讲道理。

二是反思自己的教育方式,尽可能无条件接纳孩子,言传身教,通过多个不同的具体事例向孩子示范家长的“勇敢、乐观、积极、开朗、勤快”优点,让孩子在情境中有板有眼体会,尤其是父亲要参与教育中来,让父亲做出男子汉的榜样。

三是增加孩子的安全感,父母多留固定的时间与孩子相处。相处的时间要专注用心讲究陪伴质量,把自家孩子当作VIP客户对待,不要“身在曹营心在汉”,不要频繁分心使用手机。

(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。

