



作文秀

军训

蔚蓝的天空中,太阳高高地挂起,充分地展现出它那炽热的内心。在阳光的照耀下,人工湖湖面仿佛铺满了金子。黄杨山下,一个个方阵谱写着独一无二的军训乐章……

镜头一:站军姿

阳光透过茂密的枝叶洒下点点光斑,偶尔有几阵微风拂过,那些傲然挺立的大树如同一位位音乐家轻哼小曲。汗水浸湿了衣襟,通红的脸颊上写满了坚定,笔直站立的身影似一道美丽的风景线。站军姿是军训的必修之路,哪怕顶着烈日,我们也毫不退缩。

镜头二:军歌嘹亮

经过艰苦训练后换取来15分钟休息时间,就如同在荒芜沙漠里偶遇绿洲般喜悦。哪怕在这短暂的时间里,我们也毫不浪费,各班的指挥都站出来组织同学们唱军歌,这是为了在比赛中取得优异成绩。顿时,原本只充斥着铿锵有力口号的篮球场变成了音乐的海洋,任思绪在歌唱中奔腾……在歌唱比赛中各个班级就犹如“八仙过海,各显神通”。

镜头三:情谊深长

烈日之下,第一次见识到太阳的慷慨,它毫不保留地将光芒分享给大地。与此同时,也有一群默默关注我们的人,就是我们的班主任,在这些迷彩服的行列中格外显眼。他们在一旁贴心地为我们拍照,及时向家长们反馈我们的情况,为我们鼓劲加油。教官虽然板着一副严肃的脸,但总是耐心地纠正我们的动作,教我们很多动作要领,每天晚上还到宿舍检查内务,帮助我们整改。直到最后的会操、最后一声口令,那嘶哑的声音不禁令人动容……通过军训我们更能理解到我们不仅是个体,更代表着一个集体,在这个集体中我们互相关心,互相帮忙,一起欢笑,一起兴奋。

在军训中,即使很苦很累,但也是一种人生体验,是战胜自我,挑战自我的好时机。虽有说不出的酸甜苦辣,但仍有快乐,促使着我们勇气朝着人生目标奋进,增添完善自我的信心。不积小流,无以成江海,没有每个人的努力就不可能成就一个优秀的团体,这种精神无论在哪个岗位上都终身受益。

一棵小树,唯有经过风雨的洗礼,才能长成参天大树。

作者:珠海市斗门区第一中学 高一15班 柯允革

指导老师:邓晓珊

(本报记者 王晓君 整理)

该对参加成人礼的孩子说什么?

专家观点:年满十八岁,可以“当家作主”了,在应该努力的年纪不选择舒适

案例

家长:孩子读高三,学校要搞成人礼,因为我是家委会的,班主任让我代表家长发言。我该怎样对孩子们说什么比较合适呢?

分析

珠海市帮达心理咨询有限公司首席心理专家曹泽能:这位家长,对于即将“成人”的孩子来说,一定要明确其“人生主角意识”,也就是说满了十八岁,他们将是自己生活的“新主角”,理论上来说他们可以“当家作主”了。

接下来,我从七个层面来说说“如何成为自己的人生主角”:

一、你是谁?认清自己的“庐山真面目”,才不会“被别人牵着鼻子走”。

先需要有“自我认知”,对外在的身份、行为、成绩等,对内在的感知、期望、性格等,有客观的自我观察和理性的自我评价。其次,还需要“自我认同”,可以理智地看待并接受自己与外界,不因他人的负面看法而“自我折扣”,不因挫折、失败而悔恨、抱怨、“自废武功”,没事不找事、遇事不怕事、出事能平事,不离不弃、持续奋进而追逐梦想与体验自我价值。

比如,我的身份、家庭、籍贯、性别、身高、个性、优点、缺点、爱好、三观(世界观、价值观、人生观)、理想是什么?还有我的行事规则是什么?(如不违法违规、不伤害他人、对自己有利),你有没有做违背你当前身份(学生、孩子)的事?

二、你要啥?当目标简化明了,才不会“眉毛胡子一把抓”。

你所设置的目标,是否符合你的个人实情?是否给你带来方向感?是必然目标,还是或然目标、不可能目标?是短期目标,还是中期目标、长期目标?比如,以你现在的成绩、你要考什么样的大学、什么样的专业?如果离去年总分差50分,你如何把50分具体落实到各科成绩上,哪些科目可以提高多少分以上?

三、为啥要?你的需要层次,决定你未来的成就高度。

如果你只想满足生理需要,那么你会迷恋吃喝玩乐,及时享受得过且过,今朝有酒今朝醉、明日愁来明日愁,“活到老、苦到老”。

如果你还想满足安全的需要,那么你会刻苦学习、一心打拼,“深挖洞、广积粮”,追求稳定、不敢冒险,或找一份安稳的正式工作、或做一个见好就收的小老板。

如果你在前两种需要之上,还想满足爱和归属的需要,那么你会强化合作意识、广交各路“英雄豪杰”、勇敢追寻圣洁的爱情。

如果你再渴望尊重的需要,获得稳固的“江湖地位”,得到社会的高度评价,那么你会“有勇有谋真帅才、运筹帷幄胜千里”,

调动一切资源为你所用。

如果你从自我实现的需要层面来自我管理,那么恭喜你,你无需父母鞭策,你会不断自我完善,最大限度发挥自己的潜能,即使历经“九九八十一难”也终达人生巅峰。

四、找谁要?如何整合资源,是每一个成功者必做的功课。

想成为什么样的人,你要先看看你的榜样是谁?榜样平时是怎样做的?例如,你想成绩好,那你先看看班级前三名是如何学习的?

如果某企业有你想要的职位,那么企业为什么要把你想要的职位给到你?你要反思能为企业带来什么贡献?而不是先罗列你要求的待遇。

除了“求爷爷告奶奶”整合别人的资源,你有没有想过整合的自己的资源更靠谱,比方“在应该努力的年纪努力,而不选择舒适”,让自己更加优秀。只有自己优秀,优秀的人脉才会被你主动吸引。

五、如何要?有的放矢方有效,三天打鱼两天晒网成不了“气候”。

你看那些演艺导师、行业大咖,有几个不是经过长期刻苦学习、系统专业训练无人问、一举成名天下知的过程,而那些含金量不足的所谓网红,来得快、去得也快,所以如何

制订一套适合自己的奋斗攻略,是值得不甘被配角抢戏的“主角”,需要深入到骨子里思考的。

六、付出啥?没有失去什么,也就不会得到什么,得失总量大抵守恒。

鲁迅先生曾说:“哪里有天才,我是把别人喝咖啡的时间都用在写作上了。”正是鲁迅经常失去喝咖啡的时间,才赢得宝贵的写作时间,最终才成为中国现代文学大师。

那么,你呢?是不是既想玩手机、玩游戏,又想成绩斐然,世间真有这等两全其美的事吗?当你那些羡慕学霸的成绩时,有没有想过学霸到底失去了什么吗?

七、现做啥?不行动,心就痛,你明天努力就会多一天的痛。

“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行”,如果没有立马行动,说得再多、再好,也不过是“思想的巨人、行动的侏儒”,轻者是愤青,重者是心理医生的“客户”。有一条人性的弱点是:知而不行,行而不恒。

那么,现在的你,应该马上去做什么呢?

以上,我剖析了“你是谁——你要啥——为啥要——找谁要——如何要——付出啥——现做啥”的逻辑关系,希望对你有所启发。

(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。

