

被看见

■孙道荣

“妈妈,你怎么不看看手机啊?”

正在忙着的妈妈,停下了手头的活,疑惑地看着儿子,心里思忖,这个小东西,又在打什么鬼主意?跟很多孩子一样,儿子也喜欢玩手机,如果给他一部手机,他能在沙发上安静地坐上个把小时。但他现在已是小学一年级学生了,再也不能任其痴迷手机了。

妈妈说:“我正忙着呢,哪有时间看手机?再说了,手机有什么好看的?”她这样说,是想让儿子打消玩手机的念头,也是想告诉儿子,自己可不会像有些家长那样痴迷手机。虽然只要闲下来,她也会忍不住拿起手机,但是现在,她要给孩子做个榜样。

儿子还是不甘心的样子,拽着妈妈的衣角说:“妈妈,你还是看看手机吧。”顿了一下,儿子接着说:“也许家长群里会有什么消息。”

妈妈总算明白了儿子的用意,是想让自己看家长群啊。不是刚放学吗,老师会发什么消息?但她还是打开了手机。家长群里没有新消息,上一条消息还是“五一”前老师发的放假通知和

假期要求。妈妈将手机在儿子面前晃了晃,说:“看到了吧,没有新消息,快做作业去。”

儿子一脸失望地走开了,妈妈也继续忙着。过了一会儿,儿子又走了过来:“妈妈,你再看看手机吧,看看老师有没有发消息。”

儿子今天这是怎么了,为什么这么关心家长群里的消息?她有点纳闷,问儿子:“是不是老师今天在学校说什么了?”

“嗯、嗯——老师说,她会发、发个视频的。”儿子似乎想说什么,又显得遮遮掩掩。儿子是个小马大哈,很少有什么事让他这么上心。“什么视频?”妈妈问。

“你自己看嘛。”这小子,倒学会卖关子了。

她再次打开手机,点开家长群,还是啥也没有。她刷新了一下,又刷新了一下。咦,有了,还真有一条新消息。

确实是一个视频。

点开。儿子站在一旁,踮着脚尖,脑袋凑过来一起看。

视频里出现了儿子站在讲台上。她心里“咯噔”一下,这小子犯啥错了,这是被罚站了吗?

视频里传来了老师的声音:“原地踏步走,一,一二一……”完

了,不但罚站,还被罚踏步走。她心疼儿子,又有一股无名火往头上冒。不过,她还没来得及斥问儿子又犯了什么错,视频里老师忽然说:“同学们看仔细了,方方同学是怎么原地踏步走的,这才是标准姿势和步伐,大家都跟着认真学,认真练习。”

她恍然大悟,原来这是老师让儿子给同学们示范怎么原地踏步走啊。再看视频里的儿子,腰杆挺得笔直,目光坚定,步伐有力,尤其是那个抬腿和甩手动作,还真的板有眼,像模像样,样子真的很帅气呢。

她扭头看了一眼儿子。

儿子也仰着头看着妈妈,那小眼神,满满的得意。

她摸了摸儿子的头,夸赞他:“你原地踏步走的样子,真的很帅气!是个小男子汉!”她看见,儿子的小腰杆挺了挺。

结尾,老师还加了一句:“请各位家长让孩子在家里对照视频,练习好原地踏步走。”

视频看完了,儿子满意地走了,继续做他的作业。

她看着儿子小小的背影,心里忽有所动:一向粗枝大叶马大哈的小孩子,也有心细如针的时候。示范原地踏步走,这在成人看来微不足道的小事情,在孩子的心里,却是让他心情灿烂且自豪的重大事件。重要的是,他渴望被看见。老师看见了,同学们看见了,这还不够,妈妈看见了,爸爸也看见了,他的快乐才是翻了倍的。

她嫣然一笑。她在心里告诉自己,是的,一定要看见孩子的每一点进步、每一步成长。

因为看见了,才不会错过。

不做酸酸的“柠檬精”

■林美聪

都说爱美之心人皆有之,但“嫉妒之心”也是人之常情。身为一名心理老师,洞察孩子嫉妒心的根源、表现及探寻行之有效的化解之策,才能手持精准罗盘,引领孩子航行过情绪的暗流涌动,抵达豁达自信的彼岸。

担任现在班级的班主任时,我就遇到了一个女生小萍,她告诉我,上高年级后,有的同学在学习上表现优异,有的在活动中大放异彩,可她自己却什么都没有。这种感觉就像心里有一颗柠檬,酸酸的,虽然知道这种表现不可取,可“嫉妒心”就像一颗不定时的“炸弹”,忍不住想要和他们比较,随时都有可能爆炸……

面对这么勇敢暴露自己“嫉妒之心”的小萍,我当即就对其表示肯定,并告诉小萍:其实她体会到的这种酸酸的心情,叫作嫉妒心理,很多人都有这种感受,当别人取得好成绩时我们会不由自主地羡慕对方,甚至感到失落,这其实都是正常的情绪反应,小萍完全不必过于自责和担忧。

随后,我和小萍一起聚焦这颗嫉妒别人的“酸柠檬”,寻找如何将它的“酸”转化为“甜”的秘方。

第一步,切开“酸柠檬”。当她下一次再产生嫉妒心理时,不妨先冷静下来,切开这颗“酸柠檬”,问问自己为什么会感到嫉妒,想要的是什么呢?

第二步,融化“冰块心”。当小萍清楚自己内心的需求,并不是为了疏远大家之后,相反,学会欣赏他人,还能从他人身上汲取营养,这才是获得成功、赢得他人认可的密码。要知道嫉妒他人时,不仅会毫无理由地感到不满,还会疏远身边的同学,变得冷冰冰的。所以,我告诉小萍,不妨试试主动破冰——可以从最简单的对话开始,问问对方“你是怎么办到的”“有什么经验可以分享”等。而当小萍真的这么尝试之后,发现自己竟然不排斥她的同学,因为她的同学不仅学习好,而且乐于分享,自然讨厌不起来。而小萍与同学们之间的关系,也在这个过程中悄然拉近。

最后,加上“冰糖粒”。与其羡慕他人的成功,不如专注于自己的“高光时刻”,思考自己取得了哪些进步。我和小萍商量,只要小萍学会一项新技能、解决一道难题,都值得为自己加上一块“冰糖粒”。后来,随着小萍的“高光记录手册”越记越多,我惊喜地发现,自信的笑容又回到了小萍的脸上。显然,因为加上了这股自信满满的“热情水”,小萍内心那杯酸溜溜的“柠檬汁”早已变成一杯清爽美味的“柠檬饮料”。

化解孩子的嫉妒心是场持久的“心灵园艺”,相信只要用爱与智慧精心耕耘,就能呵护每颗幼苗挣脱嫉妒的阴霾,向光明、友善、卓越拔节生长,从而以从容的姿态绽放于人生的繁花盛景之中。

初夏的小梨涡

■郑玉治

亲爱的小宝贝,自从知道了你,我们便开始倒计时与你相见的日子。每一次胎动都似温柔的讯号,让满心期待愈发浓烈,牵引着我们向真正相见的时刻靠近。

一天、两天、三天……整整286个日夜,你妈妈承受着难以言喻的辛苦与生产的剧痛,那些深夜里她辗转难眠的疲惫,产检路上风雨无阻的坚持,都藏着最深沉的母爱。她用坚韧的身躯,为你搭建起最初的温暖港湾,这份伟大的母爱,是你人生收到的第一份珍贵礼物。

初见你时,斜斜的晨光在走廊里悄悄拉长,产房外焦急的等待,在护士轻柔的呼唤声中化作漫天星子。当你被小心翼翼递入奶奶怀中,那对嵌在脸颊的小梨涡,瞬

间在我心底漾起层层温柔的涟漪,那一刻,世界仿佛都灿烂起来。过往等待的时光,都在你到来的这一刻有了圆满的意义。

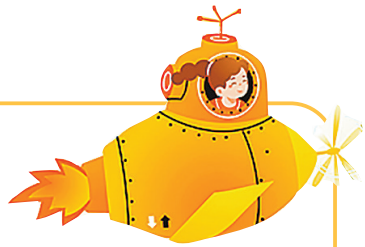
你灵动的大眼睛,如两汪澄澈的泉水,倒映着崭新的世界;精巧月牙般的双眼皮每一次眨动,都似在诉说着无限的好奇。而那对小梨涡,无疑是你最独特的印记。酣睡时,它们像两瓣未绽的花蕾;嘴角无意识轻扬时,便盛满蜜糖般的甜意,将世间美好尽数浓缩。我不禁想起李白笔下的“清水出芙蓉,天然去雕饰”,你这般天然纯真的模样,恰似未经雕琢的璞玉,蕴藏着无限可能。

你嘹亮的“歌声”是家中最动人的乐章。襁褓中的你,用中气十足的啼哭宣告对世界的感知,蓬勃生命力如同初春破土的嫩芽,满是无畏与坚韧。随着时间

的推移,你嘤嘤啊啊的“哼唱”为我们的生活增添了无尽的趣味,每一个音符都跳跃着专属于你的童真与活力。

亲爱的小宝贝,愿你一生平安喜乐、健康聪慧。愿你如春日树苗,沐浴阳光雨露,无畏风雨茁壮成长;愿智慧如星辰,照亮你探索未知的道路;愿善良作你内心底色,温暖他人亦温暖自己;愿勇敢成为铠甲,护你无惧风雨,跨越荆棘,坚定地奔赴热爱。更盼你能执如椽之笔,蘸星河墨韵,书写诗意人生,在文字的花园里绽放才情,成为妙笔生花的小文人。

相信那对可爱的小梨涡,会随着岁月流转,盛满更多欢笑幸福。而我们,会一直守护在你身旁,陪你带着这份与生俱来的美好,在人生画卷上,绘就独属于你的绚丽篇章。



投稿邮箱:dnzbgfzc@qzwb.com
联系电话:0595-22500109