

至暗时刻
挺过去(上)

□丁兆梅

青少年心理健康专栏



牛年正月初二,我喜迎二十岁生日,爸妈问怎么庆祝,我厚着脸皮说预备请同学们聚餐,委屈他俩只买单不出场。我第一次上高一时的同班们都大二了。

酒过三巡,我大概醉了,挨着桌子大着舌头倾诉:小伙伴们,新春吉祥,我们是见一次多一次,也见一次少一次,先互相祝福一生顺遂、心想事成。话说人生实苦,以后不管遭遇什么都要撑住,千万别去尝试包括但不限于跳楼的任何自残方式,喝药、割腕、投河啥的,统统都别碰!听我说,一次都嫌多!想不开的时候,咬牙忍耐一下就好了,实在不行找我聊,哥们我好歹是死过一回的——活人。听我一席话,同学们,感谢你们为我庆生——好好活着,就是胜利!

在座纷纷起哄,举杯相庆,嬉笑着喊:跟往事干杯,唯来者可追,青春万岁,咱们一定长命百岁!

他们都是我这个跳楼幸存者的目击证人。我脑子没摔坏,考上大学且有了优秀女朋友,这本身就是个奇迹,当然值得干杯——加反思。

这事吧,还得从高一某天下午细说起。

那天突然大降温,方老师来到教室说体育老师感冒了,她正好来帮我们讲错题、刷难题,于是我被迫进入了一节高密度烧脑课。英语是让我头痛的学科,试卷上一连串红叉叉还搁置着,原想留着体育课上抢救一下;只穿一件薄外套的我中午冻得没睡着,下午脑子里早就一片糨糊;喜欢的女生近来对我很冷淡,跟班长说话却神采飞扬……总之那天一切都很糟糕,让我特别烦躁。穿红风衣的方老师在身边来回走动,不停喊大家回答问题。点到我时,我先梗着脖子不开口,她追问,我大声说:“不知道!”方老师愣了,拿书指着我的鼻子发狠:“方放,你最近很不像话,到底想干什么?明天叫你家长来,好好给你会诊一下!我还不信治不了你了!”

“会诊一下”是我这个本家老师的口头禅,仿佛啥毛病会诊一下就能不治而愈,我们常在背后学她取乐。那一刻她的姿态语气像极了暗恋女生高傲的模样,实在讨厌!我热血冲头,一把打落眼前的书:会诊啥?好不了了!推开她就跑到走廊里,顺着楼梯直往顶楼奔,大声喊:“我要让你后悔,我让你看不起我!”

(本栏目由南通市妇女儿童教育活动中心供稿)

如果快不了,就试着慢慢来

□黄丽娟



我们一起 慢慢走

我曾有个学生叫林海。他在所有任课老师眼中都是个“问题学生”。

林海的父母长期在外打工,由爷爷奶奶照顾。也许是长期缺少父母关爱的缘故吧,他性格内向,对人对事非常冷漠,常会做出一些出人意料的举动,比如偷偷地撕坏同桌的课外书、无缘无故地藏别人的作业本和文具、把墨水滴到女孩子的新衬衣上……种种“恶作剧”令我深恶痛绝,曾一度暗暗抱怨:怎么就遇到了这样一条“小害虫”。现在想来甚是愧疚,每次把他叫到办公室不是厉声呵斥就是长篇大论地说教,何曾慢下脚步来真正走进过他的内心呢?

无奈之下,我决定重新梳理林海犯下的“案件”。通过几天的摸底调查,意外发现一些曾被忽略了的真相:林海撕坏同桌的本子,是因为同桌总在背地里叫他“小孤儿”;把墨水滴在女孩子的衬衣上,是因为女孩子把他妈妈从国外带回来的礼物——小熊钢笔弄坏了;把同学的本子藏起来,是因为大家都不喜欢他,不愿意和他一起玩……这些反馈令我深感内疚。我这个大人,在不经意间忽略了对孩子心灵的守护。我决定和林海做一次近距离的谈心。

那天,阳光出奇好,从一大窗格里直泻进来,温暖如春天。我搬了张凳子让林海坐。我坐在他的旁边,没有坐到他对面,我想对面坐会在无形之中给他施加压力的。

我们的交谈由谨小慎微试探到推心置腹引导,直至无拘无束交流。从林海嘴里,我了解到他的妈妈去国外打工后就不再有音讯、爸爸因在工地上摔伤无法正常工作,一家仅靠年迈的爷爷外出打工支撑着。别的孩子一到星期天可以让父母带着玩,而他只能在屋里发呆,幻想着妈妈有朝一日能回到自己的身边……“昨晚,我第100回梦见妈妈回来了。”说完这句话的时候,林海深深埋下了头。我的心被刺痛了,紧紧拽住他的手:“孩子,从

现在起,老师要和你同行。让我们一起努力,一切都会好起来的!”

随后的日子里,我让他做小组长收发作业本、做值日班长每周五管理整个教室,发现他工作完成得好就表扬;上课时多提问他,只要有答案就表扬他积极动脑;放学时在路队上也会对他悄悄说一句:今天,你又进步了……在一次次耐心等待中,我欣喜地发现,林海上课时能自信地举手了;做值日班长时能有模有样地管理班级了;遇到班级问题时肯主动来询问我了。有一天,他的女同桌偷偷告诉我:“老师,林海像变了一个人似的……”

林海的转变让我坚信:教育是慢的艺术,教育只有在耐心与坚持中,才能有真正的沉淀和积累。

《孩子,你慢慢来》这本书的作者描述了一个慢的美丽场景:“我,坐在斜阳浅照的石阶上,望着这个眼睛清亮的小孩专心地做一件事;是的,我愿意等上一辈子的时间,让她从从容容地把这个蝴蝶结扎好,用她五岁的手指。孩子,你慢慢来,慢慢来。”这段描述,吸引我的不是孩子从从容容地扎蝴蝶结的过程,而是这一句“你慢慢来,慢慢来”。这不是简单的劝诫、不是盲目的提醒,这是一种关乎灵魂的大智慧,一种难得而清晰的教育哲学。

尽管“慢”这个词与时代似乎有点脱节,但心灵的滋养需要“慢”,情感的熏陶也离不开“慢”。“慢”是精神层面的“润物细无声”,是文化素养在孩子们血脉深处的积淀、浸润和滋养。“慢”更是生命内在成长的状态,包括爱、勇气、宽恕、责任、坚持与利他等。对于每一个成长中的孩子来说,“慢”意味着灰姑娘总有出头之日,“慢”意味着所有孩子都可能胸怀一个伟大的存在(真理、理想、信仰)。

我发现,很多时候兼具双重身份(父母和教师)的我,面对学生有足够的期待和耐心、有足够的从容和宽容,而对自己的孩子反而最缺乏耐心和等待,更不用说宽容,每每有点错误就大声责骂、发火、动手,这对自己的孩子真的不公平。慢,需要平和;慢,需要细致;慢,需要耐心;慢,需要宽容。慢下来,也许就会嗅到常常被我们忽略了的那朵花的芬芳;慢下来,也许我们就会轻触到心中最柔软的地方。当你发现“急”对孩子没有用甚至产生负面效应时,试试以“慢”的心态来对待教育。

糖衣炮弹

□魏亚丽

那天,我体检回家,躺在床上休息。一会儿,菁宝放学,看见我躺着,便走过去摸着我的头问:“妈,检查没事吧?”

听她这样关心,我心头一热,想着还是女儿好,便赶紧说:“没事,都挺好的。”

“噢,没说你脂肪太多呀?”

嘿,这丫头,真是糖衣炮弹,防不胜防啊!

又一日,我坐着看书,菁宝跑过来,坐到我的腿上,然后很亲昵地抚摸着我的脸。而我,也应景地跟她腻着。然而,没一会儿她就开始用手指在我的脸上数数了:“一个,两个,三个……”

我不知道她是什么意思,只觉得这个时光很甜蜜,便任她数着,大约数到三十个的时候,她突然就问我:“妈妈,你能告诉我,你脸上有这么多斑,每天是如何有勇气去面对别人的吗?”

又一枚糖衣炮弹在我陶醉的时候射来,令我躲闪不及。

老师让写带动物的成语,有马、鹿、鸡、龙……菁宝左思右想,然后对我说:“妈妈,你真是太英明了,平时总让我注意积累成语,你看,我一下子就想出来了。”

听她这样夸,我心里自然高兴,觉得自己的教育方法很是到位,然而等我做完饭,拿起她的作业查看时,我有些找不到北了,因为本子上赫然写着:我妈骑马、我妈非鹿、我妈炖鸡、我妈画龙……

晚上菁宝读英语,我跟着读了几句,她立刻用崇拜的眼神看着我:“妈妈,你读英语真好听,比你平时说汉语还好听,以后,咱们俩一起读吧,这样,我以后周游世界的时候,就能带着你一起走了。”

听她这样说,我的心里又涌上一股温暖,想着这丫头还算不白养,知道把娘带在身边,于是夸她:“那好,妈妈跟你一起读,争取能跟上你的步伐。”

“哦,不用,不用,不用跟上我的步伐,你只要跟上国外养老院里老太太们的步伐就OK了。”

养老院? 老太太? 我仰天长啸:“我还是说汉语吧。”再低头看她,却早已笑成一团。



本版投稿邮箱

2457901059@qq.com