

青少年心理健康专栏

青春期突围

你被父母催过婚吗(八)

◎丁兆梅

最后一个建议:岁月漫长,追随本心从容走。

本篇“雄”(熊)文围绕三个话题正说反说,无非是想讲清楚:有些问题来自选择不当,有些问题来自自身的成长不够,需要先修炼自己再融合关系。

只是这世界从来不缺道理和经验,个体一旦遇到实际问题,仍然会很茫然,究竟听谁的好呢?

听谁的都有道理,是不是适用另当别论。感情本身没有对错,当时吸引到谁,也是天时地利人和的结果,说白了,就是命运。排除部分自身昏昏者的昭昭主意,大多数指南都很好,但到了具体对象身上可能就成了指北了。是去还是留、是散还是合、是挥剑斩情丝还是修补将就而为贵,外人其实并不清楚当事人的终极追求和实际感受,也不必对可能产生的结果负责。只有作为当事人的自己,要负起主体责任,要用脑子去伪存真,要用心去品味是不是适合自己。

选对了人、处好了关系,能一起长久合作的,都是价值和能量相当或互补的人,亲密关系中也不例外。你和对方互为战友、伴侣、合伙人,到后来活成了没有血缘关系却唇齿相依的亲人,这得珍惜。珍惜眼前人,胜过天上仙;

善待眼前人,莫待人去空悲切。

选错了人,随着生活画卷的徐徐铺开,日子渐渐变质变味,变得漏洞百出。本来你指望对方为你遮风挡雨,现在发现那么多的风雨都是TA带来的。你清醒又悲哀地认识到:长此以往,你将不你。这该死的缘分还需不需要、该长期持有还是果断清仓,只有当局者发自内心明白。

不能把一切都推给命运,我们还有自己可以把握的部分。当下面几种情况时常出现,并令你觉得“再也不能这样活”时,可重新选择。

例如:在对方面前,你总是小心翼翼唯恐犯错,你以为是自己太在乎,其实可能是对方太不在乎;和对方在一起后,你的世界越来越小、社会支持越来越少、格局越来越窄,几乎成笼中鸟了;和对方待一起时间久了,你动不动就自我怀疑,陷入不说憋屈、说了矫情的纠结境地;在这段关系中,你很少能看到自己的价值,与变成更好的自己背道而驰,你被不断消耗却得不到滋养……

对,以上情况皆不是太妙,建议抽身冷静一段时间,看这段关系是否适合继续走下去。再次选择和决定前,思考可不厌其烦、探究可翻来覆去,给自己足够长的冷静期。

如果有孩子,情况会复杂很多,还应考虑对下一代的各种影响。权

衡利弊,若发现实在无法磨合,也无法继续将就,果断断舍离好了。断舍离掉的人和经历并非没有意义,而是为了更好的未来。他们为什么会出现你的生命里,是渣的问题还是不同频的问题?老天爷安排这些人物出场,在你的人生剧本中有何作用?又在提醒你需要补习哪些功课?

以上问题,无法预设,只能走一步看一步;无法免俗,所有人都是在爱中成长,在痛中领悟。现成答案当然有,但那都是别人的,复制粘贴照搬固然简单,终究得来浅,最终还得靠实践。

在没有找到属于你的最佳剧本之前,相对好的选择无非就是不奢求、不强求,追随本心从容走——放心,只要你不负你,别人自然就很难负你。

走着走着,人由内而外成长了,答案也就有了。

有一本年度畅销书《你当像鸟飞往你的山》,是一个女生的成长故事,但这本自传体小说并不只适合女生读。作者塔拉一步步努力长出翅膀,勇敢飞往自己的山并种植自己的园。她的经历很艰辛、很曲折,唯有一点不变:在脱离并超越原生家庭、追求学业和新天地的过程里,不管遇到怎样的爱情和友情,都遵循本心、自己先成长为敬。(本栏目由江苏省海安高级中学供稿)



毛毛虫犯错

◎长丰雨

小区路上有一条缓缓蠕动的毛毛虫,女儿往前走时,差点要踩上了,我赶紧叫了声“小心毛毛虫”。女儿的脚步稍有停顿,又很快转向,在离毛毛虫几乎只有几厘米时跨了过去。我以为她会惊慌地逃开,女儿似乎天生对这种虫类有惧怕感,以前碰到时都会发出一番响彻云霄的大叫声!这次倒是有些意外,女儿并没有叫,甚至还低下身去看了一眼。

在我和女儿离开时,这条毛毛虫依然躺在那里。距离它赖以生存和躲避的草坪,其实只有十厘米不到。往常,它朝那个方向稍微蠕动一下,即可到达,并且迅速地藏入草坪深处,完全进入安全地带。这条毛毛虫无疑是犯了一个错误。这个错误,让它无法再回到它赖以掩藏和生存的草坪里。这个错误,足以要了它的性命。

回到家里,我还想着那条毛毛虫,感慨道:“我们要更加仔细、认真,以避免更多的错误发生。有些错误,可能会影响我们未来的人生。像这条毛毛虫,可能会因为这个错误而失去生命。”

我又联想到女儿的学习,忍不住开始了说教:“你看你这个学期的几次数学小测验,虽然分数也在慢慢上升,但你每次考完以后都大呼小叫,说好多数目你都会做,却因为粗心做错了,原本你不应该只有这么点分数的。当然,这几次的日常测验成绩,就将来而言都是无关轻重的,这不会影响到你什么。但错误这玩意儿,它就是在你日积月累的生活习惯中养成的。还有两年要参加中考了,如果你无休止地犯同样性质的错误而不能改掉它,就不能取得你预想中的成绩,考上你所想上的高中;带着这个坏习惯上了高中,你也很难考上想要上的大学。你这些年所有的努力都会因此而功亏一篑,这就会影响到你未来的人生和方向。”

当我自以为意味深长地看向女儿时,女儿边打开门边说:“我明白了,你放心吧。我要下去,去把毛毛虫救回草坪里。不管结果如何,我都要去帮助它。”

我愣愣地看着女儿匆匆的背影。

本版投稿邮箱:  
2457901059@qq.com



儿子养小鸡

◎张艳

我带着儿子去农场玩。农家主人把小雏鸡的羽毛染上各种颜色,让它们看起来更可爱、更引人注目。儿子央求我给他买一只。我告诉他,小鸡染上颜色后,成活率很低,如果活不了,他可能会感到很难过;如果他能够以一个平和的心态饲养小鸡,并写下关于它的观察日记,那么我就会让他养一只。儿子欣喜地答应了。于是,我陪伴儿子选了一只粉色的小鸡,这是他最心仪的一只。

儿子开始和小鸡接触时非

常紧张,但很快变得自信,能给雏鸡喂食和洗澡。每天晚上,他会花费时间陪伴雏鸡睡觉,显露出爱心和耐心。

这只小雏鸡迅速成长。儿子教它如何走路,如何啄食,甚至在周末会把小雏鸡带到小区的草坪上展示给同学们看。

虽然百般呵护,小雏鸡后来还是离开了我们,但这段经历对我们一家人来说是难忘的。

我决定为儿子买小鸡,重要的原因是:我觉得自己不应该剥夺他

的童真童趣,关键在于是否能正确引导他在玩耍中得到相应的体验;另外,过了这个年龄段,他便会不再喜欢这种游戏,所以该玩的时候就让他玩吧。

我发现儿子也初步体验了如何对待其他生命,表现出了责任感和独立性。

家庭是孩子生命的摇篮,我们要用耐心和爱去教育孩子;在孩子的成长过程中,我们自己更需要不断地学习、不断地完善,做孩子永远的良师益友。