

■专家坐堂

真诚是打开心门的金钥匙

我是一名初一的男生,最近学校举行义卖的活动,我便和父母准备了很多的植物去卖,有水培植物和盆栽植物。这些植物在义卖活动上很受欢迎,很多同学买了我的植物,在活动结束后我收获了很多代金券。可是老师却认为我这些植物造成了水打翻、装植物的玻璃瓶或者花盆打碎造成的环境脏乱差而对我进行了批评并没收了部分代金券。这让我感到很委屈,回到家我把这件事情告诉了父母,父母也和老师用微信进行了沟通,但是我还是明显感觉老师对我的态度改变了很多。我不知道自己在这件事情上做错了什么,所以感觉很无辜。



同学:

你好!

我看了你的来信,知道你和父母辛苦准备了许多植物参加义卖,受到同学们的喜爱,还收获了很多代金券,这是很好很开心的事。可老师因这些植物影响了环境而批评你还没收了部分代金券,后来对你的态度也有所改变。换做我,这份付出没有被看到和认可,我也会觉得很委屈和无辜的。我想对你说,你没有做错,我看到你为这次义卖活动辛苦付出很多,还特别欣赏你别出心裁,想出这样的义卖方式,我想你们前期去采购也花了不少钱、时间和精力,你的植物热销说明你很有眼光,有想法,有创意,植物可以美化、净化环境,你的摊位一定很让人赏心悦目,如果我在现场也会买一盆带回家。

那我们一起来看看通过这次义卖活动我们学到了什么?在这次义卖活动中有没有可以改进的地方?装植物的玻璃瓶或花盆容易破碎,有没有办法可以尽量预防,比如贴个告示牌让大家轻拿轻放,多加小心?或者给它们穿件泡沫衣?玻璃瓶中的水放少一点?摆放的时候调整位置?等等,还可以在义卖结束后,把摊位打扫干净,不给他人造成麻烦。这些细节可能会让义卖活动更完美,你说是吗?我们每个人都可以从事件中学习、进步,成长为更好的自己,从这个角度来说,所有发生的事都是我们最好的老师呢。

每件事情都有很多个维度,每个人看

问题的角度也各不相同,老师从他的角度看这件事,你从你的角度,父母从父母的角度,没有对错。我们学着换位思考,站在他人的角度去想为什么他的话是有道理的。经常这样练习,你就会发现自己理解他人的能力提高了,也会越来越多地感受到开心快乐。

另无论老师说了什么做了什么,你都要看到自己的努力,认可自己的付出,在心里肯定、欣赏和赞美自己做得好的地方,学会正确地自我评价。他人的话我们要进行分辨和选择。看得出你很积极向上,我们每个人都期待能被喜欢被理解的,但很多时候他人不一定会满足我们这些期待,可我们是有能力满足自己的期待的,我们永远都可以给自己能量、向上的动力、鼓励自己,让自己自信并快乐地学习和生活,你也一定能做到。

最后你可以想想通过这次义卖活动,你的学习和成长是什么?如果你愿意,也可以找个时间心平气和地与老师沟通一下。所有的关系都可以主动被改善的,把你的感受、你的想法、你的认识……诚恳真实地告诉老师,如果你说不出来,写出来给老师也可以,真诚永远是打开心门最好的钥匙。我坚信你是个有能力的孩子,相信你一定能从这次事件中收获成长和进步,也一定能找到改善目前关系和状态最好的办法,加油!

12355心理咨询师:周传美

■哲理故事

牛奶海洋

有一个小孩子不小心把牛奶瓶打翻了,牛奶洒了一地。正当他很惊恐的时候,妈妈走了进来。妈妈很惊讶地说:“天啊!我真没有见过这么漂亮的牛奶海洋!好壮观哦!”小孩子一下子就不再害怕了。后来妈妈跟他一起用扫帚和拖布打扫好了地面,并且教给了他正确的拿牛奶瓶的方法。长大之后,这个小孩子成为了一位不怕出错误,而且心平气和、勇于承担责任的人。

【感悟】当错误发生之后,暴跳如雷和灰心丧气都不是解决问题的好办法。

骄傲的小鹿

森林里有一只漂亮的鹿,它总是为自己拥有一对美丽的鹿角而骄傲。于是,小鹿看不起其他的任何动物,经常嘲笑它们外表难看。一天,森林之王狮子出来了,小动物们纷纷逃跑,只有那只骄傲的鹿还站在原地。

同样,小鹿居然开始嘲笑狮子,认为狮子没有它头上那对漂亮的鹿角,不值得骄傲!狮子受到小鹿的嘲笑,非常恼火,于是狠狠地扑向了小鹿!当小鹿拼命逃跑的时候,那对漂亮的鹿角居然卡在树上,它只能束手待毙了!这时候,骄傲的小鹿才明白:没有头上那对骄傲的鹿角,也许没有那么漂亮,但至少能够活得长一些!小鹿因为自己美丽的外表而异常骄傲,看不起任何动物,甚至用骄傲来挑衅森林之王!最后,当然是死路一条!

【感悟】我们不能单纯地满足于自己美丽的外表,不能骄傲自满,要学会谦虚,学会审慎。



小伙伴们如果遇到成长的烦恼想找人倾诉,可以拨打12355青少年公共服务热线(021-12355)或登录青小聊网站(www.sh12355.com)和我们专业的心理老师沟通哦!(你的个人信息我们会为你保密。)