

征稿启事

即日起,重庆晚报新增教育专版,长期征稿,包括但不限于教学心得、学校动态、学生作品等内容,欢迎供稿或提供线索。
投稿请留下姓名以及联系方式。
投稿邮箱:cqwbjyzb@163.com

教育闲思

做一名晴天制造师

重庆两江新区西大附中 王双颖

01 小白云变乌云

今天我想讲一个女高中生的故事,她叫小云。

高一下学期刚分班,2023年2月12日,小云来到了我的班级,她有很多优点——美丽、耐心、体贴、乐观,她是我的语文学科代表,拿过创新作文大赛初赛的一等奖,成绩上过光荣榜,一切都是向上的状态,我把这个时候的她称为“小白云”。

我以为“小白云会一直这样晴朗下去,可万万没想到,晴空万里也会突然暴风雨。”

2023年12月5日,小云确诊为抑郁症,已经有躯体化症状。更严重的是,小云多次说“活着没意义”,想自杀,也出现过自残行为。

我和小云的家长都想过——这孩子也许要休学。

但我脑海里一直浮现出52个学生第一天坐在教室的瞬间,我说过“我们要一起走到2025年6月”,那么,就“一个也不能少”!

小云的抑郁情绪像一朵沉重的乌云,一直飘在她头顶。那一刻,我想要成为一名晴天制造师,操控情绪的天空,给小云制造一个晴天!

02 制造晴天

现实中的晴天制造师没有呼风唤雨的能力,只有春风化雨的耐心。

我没做任何轰轰烈烈、可歌可泣、不同凡响的事情。

首先,我先尽全力地信任小云,打心眼里不认为她说的是夸张的、幼稚的、可笑的,让她觉得把事情告诉我安全的。

她喜欢上一个男生但不知如何相处;她觉得父母不够信任自己;她觉得自己是个累赘……那些崩溃,那些烦恼,那些失望,我都默默听着。我从不以说教的口吻去指导她该怎么做,我只是倾听,我只是告诉她底线是不能伤害自己。

此外,我不在班级事务中对她有任何的特殊照顾——背书、作业、跑操、清洁,要求如常。

最后,我在行走、阅读的时候,想到小云时就会把关心传递给她——

因为小云养了猫,所以我会拍我养的猫给她看看;

在南普陀寺,我看见了“越来越好”的福袋,求了一个带回重庆给她;

看到传递正确恋爱价值观的视频,也转发给小云;

读到《人物》上的文章《郑合惠子:一个普通女孩在娱乐圈会经历什么》,就发给她,告诉她“你不孤单”“你会好起来的”;

我在翻看班级日志时,把当时小云很乐观的记录摘抄下来发给她,她说“原来我有这么乐观的时候呀!”

03 乌云乌云快走开

这世上的悲欢并不相通,我也做不到对抑郁情绪感同身受,但我绝不嘲笑和质疑小云的痛苦。

小云的故事并不一波三折,也不跌宕起伏,而是反反复复的情绪崩溃——修复——再崩溃——再修复的一个过程,看起来容易让人生厌,但可喜的是,她控制情绪,抵抗抑郁的能力有在变强。

2月份开学,她给我写了一份承诺书,所有大型考试不再缺考,一个月只请一次假。3月她做到了,4月她做到了,5月她请了一次假。

她还是会时不时找我和心理老师聊天,但情绪不好的过渡时间减少了,4月14日,她从06:05情绪不好去办公室找我,到06:20就安安静静回教室做题了,才15分钟,我真为她感到骄傲!

5月,她已然有了新的同桌和好友;成绩有起有落但不再脆弱崩溃,她狡黠又可爱地用着“清华大学等你”的便利贴沾沾运气。

我想,乌云确实在走开,但我仍然会保持谨慎,留心它又回来。因为我知道,蓝天白云,晴空万里,不是人生唯一的天气。

晴天制造师没什么法宝,只有感情。希望小云,不管是“小白云”还是“乌云”,在未来,都能成为一朵最舒展的云!

厦门之旅

重庆科学城高桥学校四年级2班 罗彬兮

厦门之旅,最让我记忆深刻的就是捡海螺了。

我们乘飞机到厦门后,入住了一家酒店。第二天清晨,妈妈拉着我就往外面赶,说:“我们今天要去厦门的‘最美海滩’”。

据说“最美海滩”上有数不尽的各类贝壳,甚至还有手掌大的海螺,那种海螺可以吹得很响,放在耳边还可以听到大海的声音。我心想:如果捡到了该多好,这样不用去海滩,就可以感受到大海的灵魂,在自己耳朵里回荡的感觉。

恍惚之间,就到了令我最高兴的环节:捡贝壳!我飞速朝海滩边冲去,上一秒还在脚上的鞋子,下一秒就被我甩掉了。我运气还不错,赶上了退潮。我弯下腰来捡贝壳。这些贝壳各有各的特点,它们的花纹,有的像斑马的皮毛一样,有的像一些色素滴进清水里被稍稍搅拌了一下,甚至还有一些贝壳的花纹是由一个个漩涡组成。虽然它们的色彩,在我见过的贝壳里面“鹤立鸡群”,但可惜个头很小。旁边同学捡的贝壳越捡越大,我的汗珠也越滴越大,但我还是在给自己打气,不断想象着捡到“梦中海螺”,凯旋时向同学们自豪地展示。当与我关系挺好的同学捡到了一个有半个多手掌大的半贝(只有一半的贝壳)时,我的胸口里仿佛悬着一块千斤巨石。我心存侥幸:他并没有捡到海螺!这股希望在我的心里越变越大。我更加费力地刨着湿地,活像一只在找骨头的小狗。忽然,我的手意外地碰到了一个硬硬的东西,于是我慢慢地刨开泥沙,渐渐地,一个耀眼的东西在我眼前,那就是我梦寐以求的海螺。为了它,我拼命地刨着地,刨得精疲力尽。此刻,我心中的巨石早已粉碎,怀着胜利的喜悦,大摇大摆地回到酒店。

美好的时光总是过得极快,但愿以后还能来一次厦门,可能还会遇到更加有趣的事情!

指导老师 王雨萌

今日美术馆



雀上枝头

春天来了,金色的阳光洒满大地,树枝上的花开了,一只漂亮的孔雀飞上了枝头。

重庆两江新区金山小学一年级 古欣玥