



## 接纳孩子的“玻璃心”

### 甜蜜的起点

新建路小学羊市街分校  
六年二班 成雨萱

本期特邀嘉宾:

杨鹏程(太原外国语学校教师)

**家长留言:**女儿今年10岁,从小就有些“玻璃心”,心思很敏感。我和妻子言语稍微重一些、声音大一些,她就会掉眼泪,对我们的安抚也比较抗拒。怎么办呢?

**杨老师的回复:**

我的女儿也有过这种情况。但从五年级开始,她很少哭了,她说:“我发现,哭也不能解决问题,还让自己很受伤,实在不划算!”我继续问:“那你被我们凶的时候,还想哭吗?”“我才不要哭呢,我就把你们的话当耳旁风,左耳朵进,右耳朵出。哼哼……”女儿有些得意地说。

这场对话,像一把钥匙,打开了我对“玻璃心”的新理解。孩子的敏感,从来不是缺陷,而是她感受外界最原始、最敏锐的触角。她的眼泪,是她对爱与安全感最直接的呼唤。

我们要做的,是接纳她的“玻璃心”,接纳她的敏感,甚至接纳她的眼泪。而不是批评“这娃真娇气!”想起她三四岁时哭鼻子,我总是搂住她,然后温和地安慰:“哦,宝宝难受了,爸爸知道……”一边说一边轻拍她的脊背,她的哭声很快就变小,情绪也渐渐平复。反之,如果说“哭什么哭?啊?你

倒是说呀……”她反而会愈加崩溃。情绪中的孩子,是没有理性思考的,更何况她那么小。

孩子情绪敏感,她需要的是“情绪教练”,而非“情绪裁判”。我们的理解与接纳,是孩子学习情绪管理最安全的练习场。

我欣喜地意识到,孩子那句“不划算”和“耳旁风”,标志着她开启了至关重要的“心理免疫系统”的升级。我应该庆幸,10岁的女儿无师自通地学会了情绪隔离。那句“耳旁风”,是孩子为自己心灵筑起的一道温柔屏障,筛掉过度的指责,留下有用的提醒。这是她心灵变强大的重要一课。

所以,作为家长,我们要肯定“玻璃心”。孩子心思细腻、感受力强,绝不是缺点,更不是娇气。它可能让孩子更容易感受到受伤,但也让孩子更善于体察他人情绪、感受世界的美好。很多艺术家、作家都拥有这样一颗敏感而丰富的心灵。切忌随意否定,避免说“这有什么好哭的”“别这么脆弱”,这只会让孩子为自己的真实感受感到羞愧。

我想对孩子说,把重要的话记在心里,让不重要的话像风一样溜走,这是一种很棒的本领。但也要记得,如果真的很难过,哭也没关系,爸爸妈妈的怀抱永远为你敞开。坚强,不是不流泪,而是擦干泪后,知道下一步该往哪里走。

我们总是在说成长,当“玻璃心”的孩子听懂了“耳旁风”的道理,这又何尝不是一种珍贵的成长呢?

### 故乡的田野

小店区启明小学 三年级 刘枫芮

我的老家在山西芮城,那里的美景千千万,有关帝庙、永乐宫等名胜,有著名的大禹渡,但是给我印象最深刻的还是家乡的田野。那里有树、有草、有风,还有可爱的小动物,是个美丽又可爱的地方。

田野里的树很美。溪流旁,大树一棵连着一棵,叶子紧紧挨在一起,就像一个温暖的大家庭。夏天坐在树下乘凉,别提有多惬意了!耀眼的阳光下,整个树林变得金灿灿的,让人忍不住驻足观赏。

田野里的草丛也很美。放眼望去,草丛一望无际,像绿色的海洋。翠绿的草丛中,开着五彩缤纷的花朵,像点缀在布料上的宝石。

田野里的风很暖。风吹在脸上柔柔的,轻轻的,像妈妈正抚摸你的脸庞一样,感觉很舒服。

田野里有许多可爱的小动物,它们是我们最好的朋友。仔细看,翠绿的草丛中,有一只螳螂正在盯着猎物,找时机捕食呢!还有可爱的小兔子、警觉的小地鼠……

我爱那美丽的田野,爱那田野中的动植物,爱那田野间轻柔的风,爱我美丽又可爱的家乡!



花卉

新建路小学 三年二班 姚宸好 作

### 二十年后的家乡

太原市实验小学 五年七班 张钰璋

二十年后的家乡会是什么样的呢?很幸运地,我抵达了这个新天地,这里的科技十分发达,像是梦幻中的世界。

周围的一切都是陌生的。我看见头顶上有一辆出租车,这辆车的样子倒是没什么特别。出租车停在我的身边,车门自动打开,我坐上去,却发现驾驶位上空无一人。正在疑惑时,车载语音系统问:“您是要去尖草坪的果园吗?”它是怎么知道的?我“哦”了一声,急忙打开手机寻找答案。原来AI已经发达到了这种程度,连我心里想什么都知道呀。

无人驾驶的出租车行驶在无线轨道上,一路畅通,很快便到了目的地。我迫不及待地来到果园。果园里绿树成荫,枝繁叶茂,令人心旷神怡。与以往不同的是,忙碌的机器人正在悉心照料着果树。熟透的果子把枝条压得低低的,果皮透着诱人的红晕,用手轻轻一掰,香甜的汁水立刻涌了出来。

从果园出来,我又坐上磁悬浮列车直冲云霄。月球上,也有了人类的家园,这里有金碧辉煌的大厦、热闹非凡的超市。我最喜欢空中花园,这里有各种奇花异草,还有各种博物馆,里面有许多奇珍异宝……

“起床了!”小天又在叫我起床,原来这一切都是一场梦。但我相信,梦里的一切,在不久的将来,也许会成为现实。



采红果 (树叶画)

后小河小学 一年五班 孙毅博 作