

10 自我评价是人生的投影(上)

看家教宝典 寻幸福良方



一个孩子能否健康成长,将来能否驾驭自己的人生,与他未成年时的自我评价有相当大的关系。让一个孩子有良好的自我评价,实质上相当于一种积极的心理暗示,他的一切行为都会朝着这个暗示的方向前进。

一个孩子自我感觉良好,有足够的自信,是其成长的最大动力。

一个孩子,一旦自我评价体系被扭曲了,给自己贴上“次品”“等外品”之类的标签,就会产生消极的心理暗示。他不再努力了,能力越来越弱,因而什么事情都做不好。久

而久之,孩子会对自己失去信心。这类孩子看世界一片昏暗,与社会格格不入,人生前景往往不容乐观。轻者浑浑噩噩、自暴自弃;严重者会仇视他人,走向社会对立面;极端者会放弃自己的生命,伤害自己的亲人。

如果父母能给孩子足够的爱,能无条件地接纳、认可孩子,能善于发现孩子的闪光点,孩子就能认同自己,就能在内心建立正面的、积极的自我评价,从而获得坚定的自信心。帮助孩子建立起积极的自我评价体系,就等于为他的人生夯实了基础。这样的孩子进入社会后能从容应对,能很快适应环境,能用智慧化解各种矛盾,从而与复杂的社会和谐相处。

习惯于对孩子进行消极评价的父母,看孩子缺点多、优点少,总觉得自己的孩子不如别人的孩子好,求全责备,鸡蛋里挑骨头。受父母不良评价的影响,孩子不免对自己产生怀疑,甚至看自己一无是处。长此以往,孩子觉得自己不中用,认为自己什么都做不好,自己不配得到美好的东西,甚至认为自己不该来到这个世界上。

美国成功学创始人拿破仑·希尔回忆自己的经历时说:“是我的继母造就了我。”他讲了这样一个故事。

我小时候被周围人看作一个坏孩子,假如有坏事发生,人人都会怀疑是我干的。他们认为我坏,我就专门做坏事,反正他们都这样认为。

我母亲去世后,有一天父亲宣布再婚。一天上午,继母到了我们家,我怀着敌意看着她。父亲带着她走遍了每个房间,她很高兴地问候我们每一个人。他们走到我面前,我直立着,双手插在胸前,丝毫没有对继母表示欢迎。

父亲说:“这就是拿破仑·希尔,是希尔兄弟中最坏的一个。”

我不会忘记继母当时的反应,她把双手放在我的两肩上,两眼闪着和蔼的光芒,直视着我的眼,我消除了敌意。继母说:“这是最坏的孩子吗?完全不是。我看他是这些孩子中最伶俐的一个。我们做父母的,就是要让他把所有的优秀品质都发挥出来。”

继母总是鼓励我依靠自身的力量,制订大胆的计划,坚毅地前进。后来证明,这些计划就是我事业的支柱。

我的继母造就了我,因为她深厚的爱和不可动摇的信心,激励着我成为有出息的孩子。

希尔的故事说明,父母对孩子的评价足以影响孩子的一生。希尔的父亲给他贴上了坏孩子的标签,希尔变得越来越顽劣;希尔的继母

初次见面就发现了他不平凡的资质,并给了希尔热情洋溢的鼓励。正是继母积极的评价和预言,让希尔对自己有了一个良好的自我评价,从而产生了强大的内心力量,后来成为一代大师,被美国总统罗斯福聘请为高级顾问,引导千万人走向成功。

良好的自我评价是一个人的立身之基,也是获得他人和社会认可的基本保障。试想一下,你都没有信心,别人怎么会对你有信心?你都不肯接受自己,别人怎么会接受你?你连自己都不认可,别人怎么会认可你?

反之,你内心对自己评价很高,别人自然会对你肃然起敬;你视自己为举足轻重的人物,别人从你自信的眼神中也能读出一些信息:眼前这个人绝非等闲之辈。你十分相信自己的能力,别人自然会对你刮目相看。

实践证明,一个自我评价很高的孩子往往不畏挑战,能承受挫折,适应能力强,也懂得自律。这样的孩子比较容易融入社会,到什么地方都受欢迎。因为良好的自我评价让他们有足够的勇气直面生活,生活的历练会让他们成为佼佼者。

(摘自《改变孩子 先改变自己》贾容韬 著)

09 震中映秀被忽视了

写在汶川地震五周年



5月12日14时28分04秒,来自地球深处的能量在莲花心沟爆发,随后便凶猛地扑向了其他地方。

地震波传播得并不快,纵波速度一般为每秒6公里左右;破坏力更大的横波速度更慢,一般为每秒3公里,但它们能传播很长的距离,使得几分钟内除吉林、黑龙江和新疆之外,全国大部分地区都感受到了震动,越南和泰国的部分地区也有震感。

在漩口镇以南的白云顶隧道,正在抓紧时间赶回电厂的修配分厂经理吴晓东,刚驾车驶过这里便听到一声巨响。地面震动让他以为是汽车爆胎,但他一下车就看到了滚石,前面20米左右一个很窄的弯道顿时被滚石掩埋。从弯道那边冲出来几辆车,一辆大巴司机下车后激动地嚷嚷:“你看,那些人还叫我停,我说这里怎么敢停,我开了几十年车,知道在这种情况下肯定要往前冲!”

在下一个隧道,也就是友谊隧道附近,阿坝州工务局局长斯卫平的车刚刚驶出隧道就遇到地震了。在她身后的友谊隧道里,映秀吊车手杨云青的儿子杨和建遇到了奇怪的事:车的底盘被拱起的地面顶住了。他以为是隧道垮塌,跑出隧道后看到边上紫坪铺水库的水荡来荡去,在岸边激起十几米高的巨浪。他知道地震了。

来自各地的地震消息迅速向北京汇集,一个庞大的国家体系开始被触动。

14时30分,公安部指挥中心值班人员接到广西公安厅指挥中心主任刘方的电话:我们这里有强烈震感。这是第一个来自地方的正式报告。随后的10分钟内,四川、山西、陕西等地公安指挥中心均报告当地

有震感。

14时40分,军队处置突发事件领导小组办公室负责人田义祥大校,收到了中国地震局发来的短信。

14时45分,公安部接到中国地震局关于四川汶川地震的通报。

中南海,时任总理温家宝刚从河南农村考察回来。他后来对新华社记者姚大伟说:“下午2点多,我坐在办公室里,突然感觉晃动。我起初以为是自己血压高了,但我很快看到了地震报告。我马上给刘奇葆(时任四川省委书记)打电话,他说他正在赶往灾区。”等我再给他打电话时,就打不通了。”

公安部和温家宝所看到的报告,是由中国地震局发出的震情快报。田义祥大校收到的则是短信速报,按照预案这个短信会在第一时间发给400多名相关人员。这是国家力量开始调动的第一个信息依据,它的内容非常简单,只涉及时间、震中、震级。震级此后作了修正,不过对指挥者来说,这无关紧要。是7.8级还是8级地震,都意味着有十分重大的事情发生。但是,关于震中的地点以及地震的名称这时还不明确,一个重大隐患从一开始就被埋下,而且很快发酵。

错误在不经意中一点点扩大,

在乱哄哄的氛围中,这个细节无人注意:地震一开始被表述为发生在汶川,然后被直接称为“汶川大地震”。最后让许多人,包括负责调动救援力量的指挥者都误认为:汶川县城就是此次大地震的震中。但是,汶川县城根本就不在主断裂带上,如果以直线距离计算,离破裂点最近的县级机构是成都管辖的都江堰市。

震中映秀被遗忘了,即使是在它所处的阿坝州。阿坝州数字地震台网发出的第一份快报称:“5月12日14时27分57.9秒,在我州汶川县漩口和卧龙之间发生了7.6级地震。震中位于北纬31度,东经103.24度。据各县防震减灾局反映,此次地震我州各县震感强烈,有房屋垮塌现象。”

州地震局关于震中地点的表述意味深长:汶川县漩口镇和卧龙镇之间,这是什么意思?这两个地方中间,只有一个比它们人口更多、地位更重要的映秀镇。无论如何,震中映秀暂时不在人们的视线内。这里的地震幸存者,必须独自撑过之后的两天,而最关键的是地震波到达后的一分多钟时间内,是死亡还是生存,取决于你在何处。(摘自《汶川地震168小时》张良 著)