

赵 静 著

烦恼小孩 的来信

老妈进入更年期



广东省出版集团
新世纪出版社

FANNAO XIAOHAI DE LAIXIN

烦恼小孩 的来信

老妈进入更年期

LAOMA JINRU GENGNIANQI

赵静 著

· 广州 ·

广东出版集团

新世纪出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

老妈进入更年期 / 赵静著. —广州: 新世纪出版社, 2013. 1
(烦恼小孩来信)
ISBN 978-7-5405-7293-8

I. ①老… II. ①赵… III. ①儿童文学—书信集—中国—
当代 IV. ①I287.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第266898号

出 版 人: 孙泽军
策划编辑: 翁 容
责任编辑: 李粒子 李世文
整体设计: 廖耀雄 高豪勇
责任技编: 王建慧
插图及封面设计: 百年制作

出版发行: **新世纪出版社**

(广州市大沙头四马路10号)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 广州伟龙印刷制版有限公司

(地址: 广州市从化太平经济开发区创业路31号)

开 本: 32

印 张: 5.25

字 数: 105千

版 次: 2013年1月第1版

印 次: 2013年1月第1次印刷

定 价: 15.00元

质量监督电话: 020-83797655 购书咨询电话: 020-83781537

拥有几招杀手锏很重要

——献给我亲爱的小读者

赵 静

我一直在多家少儿报刊主持专栏，就是你们这么大的孩子看的报刊。

时间长了，小读者们亲热地称我是他们最好的朋友。我听了以后呀，心里热乎乎、美滋滋的。可不是嘛，能赢得你们这些小孩子的信任，该是一件多么幸福的事情啊！也正因为你们信任我，我才有了更多机会了解你们内心深处的种种小烦恼、小郁闷、小痛苦、小焦虑、小无奈……

为了对得起你们的信任，我总想着要为大家做点什么。我在自己编辑的少儿杂志上策划了一期问卷调查。调查的话题是：“在伤心难过或者遇到棘手事情的时候，你会怎么做？”回收的问卷有1657份。

结果你猜怎么着？接近34.8%的孩子说，做点别的事，转移注意力；有31.2%的孩子说，找个知心朋友倾诉倾诉；31.6%的孩子说，一个人待着，等心情慢慢变好；2.4%的孩子说，一筹莫展，很绝望。



天啊，只有31.2%的孩子会找个信得过的人倾诉，剩下的68.8%的孩子采取的是自我消化的办法。也就是说，68.8%的孩子不懂得倾诉。

不懂得倾诉，很麻烦的！它会让我们的情绪很低落。

我们每个人成长中都遇到过烦恼，当时总是感觉得不到大人的理解。以一个孩子不太丰富的人生经历来看，名次下降，被父母当着同学的面扇耳光，好友背叛，老师偏心眼，被人怀疑偷了东西等等，这所造成的痛苦，这要承受的心理压力，和大人们做生意赔本了，要离婚了，失去工作了，家里被盗了，职称没评上等等类似的痛苦是一样的。所以，大人们并非真的不能理解，只是很多时候忘了自己的这种本能。这可能需要咱们小读者去唤醒他们哦！

所以啊，亲爱的小读者，请不要愤懑，也不要沮丧，更不要自暴自弃，我们要学会快乐，学会沟通。

于是，就有了这么一套实实在在的贴心小书。书里的图画全都是些温暖的、幽默好玩的漫画，咱们要学会以漫画的精神来解读烦恼、打败烦恼。换个角度，你会发现生活中充满欢笑！

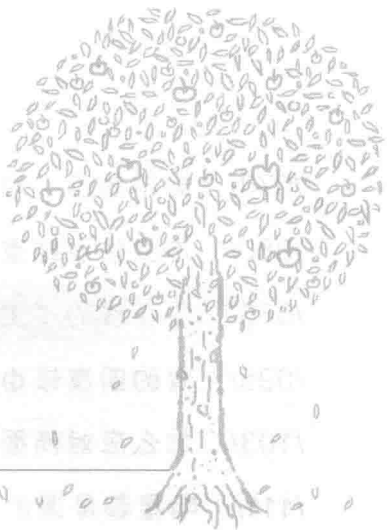
我希望你们——我亲爱的小读者们，在阅读这套贴心小书之后，能获取这样一种能力：将自己成长中的种种苦恼化解掉，让自己再次回到舒心的状态中，形成良性循环，而不是在一次次的回避或者对抗中，让那些心理垃圾积压得越来越多，最后到了难以收拾的地步。

现在，只有一个问题：在伤心难过或遇到棘手事情时，你是否拥有了化解冲突、获取快乐的杀手锏？

往下读吧，你一定能找到你想要的答案的！



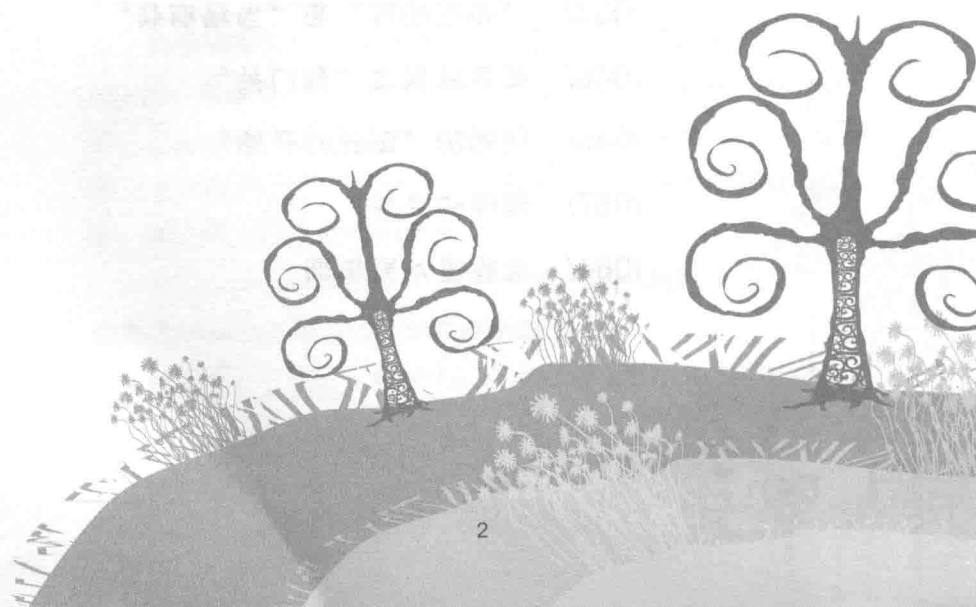
目录



- /001/ “为你好”与“心情不好”
- /009/ “妈妈老师”让我尊严扫地
- /017/ 不要以爱的名义剥夺我的快乐
- /025/ 太自由了也悲伤
- /033/ “布迷魂阵”与“当场捕获”
- /040/ 签字就像过“鬼门关”
- /048/ 可怕的“倒计时开始”
- /057/ 破碎的梦想
- /064/ 老妈进入更年期



- /073/ 我不想当“垃圾桶”
- /080/ 冷战快点结束吧
- /088/ 零花钱的“主管权”该归谁
- /095/ 我的朋友该由谁来选定
- /103/ 怎么应对两面派
- /111/ 明星都是逼出来的吗
- /118/ 我的隐私无处可藏
- /126/ 不想做个乖乖宝
- /134/ 我不要做“木头人”
- /143/ 想做一个真正的自己
- /151/ 偏心老妈让我受伤



“为你好”与“心情不好”



捉拿烦恼

赵静姐姐，你好，不知道你还记不记得我，我以前给你写过一封电子邮件。我现在又遇到难题了，希望你能指导我解决。

我的难题就是，只要我犯了一点小错，我妈妈就打我，骂我，骂得很难听。虽然之后她会和我道歉，但下次我犯了小错，她又打我，骂我。我知道她是为我好，可是她骂得真是太难听了，真的很伤我的自尊啊。

昨天晚上，我就特别委屈。我的作业



很多，九点多了还没有写完，而且也没洗澡。妈妈指着钟，就开始了“叽里呱啦”：“你就知道磨蹭，磨死你算了。你这个笨蛋，你这个废物，要你有什么用啊，是专门来惹我生气的吗？我告诉你，你上课肯定没有好好听讲，要不作业怎么做这么慢。瞧瞧，你这写的是什么破字啊？蜘蛛爬吗？看看人家汪子洋（我的同桌）多有出息，就你只长年纪不长能耐，你怎么这么不上进啊……”

唉，一点也不给我解释的机会，我真是痛苦死了。

更痛苦的是，每天早上，只要起床慢了一点，或是吃饭慢了一点，我妈那双鹰眼总能挑出很多我的错处，然后，将我劈头盖脸地大骂一通。

比如，今天早上，我背好书包，换好鞋，准备下楼。可是，我临时又想上厕所。于是，我妈又骂开了：“死丫头，你不知道我擦个地有多累吗？换了鞋还不赶紧滚，又折回来上厕所，你还有完没完啊……”

每次妈妈骂完，我都会偷偷哭泣。我真的知道她是为我好，可是，为什么就不能好好地说呢？我也鼓起勇气和妈妈交谈过很多次，妈妈的认错态度也非常好。但是，当我犯错时，她又开始打骂……

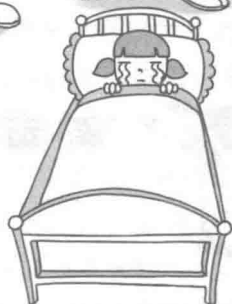
她总是说打是亲，骂是爱，是为了我好。刚开始她这么省时，我也挺感动的，可是时间长了，她打我的次数越来越多，骂的话越来越难听，我的心都碎了。我对她的“亲”和“爱”，除了痛苦外，就没别的感觉了。有时，我就想，她到底是为了我好，还是为了她的心情好？因为她每次打完我，骂



一天的挨骂从这里开始！



不想再说了，太痛苦了！！！！



晚上，以眼泪结束我的一天。



完我，情绪就平静多了，甚至还会向我道歉。

我最近看了你写的小说《笑容女王蔡波波》，我觉得真是写到我心里去了。如果我妈能像你这样理解我们小孩子的心就好了。我买了两本，《出逃一天》和《百分百小美女》。《出逃一天》我觉得特别好看。蔡波波有点像我，我有时候也特别想离家出走，特别想，特别想……

唉，这样的日子，哪有个头儿啊？赵静姐姐，帮帮我，我该怎么做呢？

小溪林 女生 五年级



拳击手支招儿

亲爱的小溪林，呵呵，你都是五年级的学生了哈，而且



是个女孩子哦。这么被妈妈又打又骂的日子，实在过得不爽。

通过你的描述，我非常同情

你的生存处境：妈妈不停地挑你的毛病，然后打你骂你，而且还骂得你毫无尊严。值得欣慰的是，妈妈能放下“大人”的

面子，向你道歉。只不过，道歉完了，

该怎么打还怎么打，该怎么骂还怎么骂，当我

们小孩子是她手中的玩具呢？高兴的时候抱在怀里，不高兴的时候拿它出气。



看到这里，我也有点生气了！唉，天下还有这样当妈的？整个一个暴力女嘛。

可是，“暴力女”也有温柔的时候啊。比如向你道歉的时候，我想，她总不会是恨恨地吐出“对不起”三个字，而是像你所说的那样道歉：“对不起啊，妈妈这都是为了你好！”

“有时，我就想，她到底是为了我好，还是为了她的心情好？”呵呵，你这句话，就把几千年来的中国老古话“都是为了你好”给颠覆了哦。就冲这么有思想，我赞你一个。

我还想赞你的是，为了改变自己的处境，你也做出了很多努力。比如，忍住内心的羞愤，找妈妈谈心；还有，买自己喜欢的书看，以此来排解苦闷……尽管效果不太好。

我想，效果不太好的根本原因是，你只想改变妈妈，却

没有想到改变自己。有哲人说了嘛，改变不了别人，那就改变自己。要不，试一试？

你妈打你骂你，其实，都是为一些鸡毛蒜皮的事。如果你尽量不要犯一些低级错误，或者不再犯重复性的错误，那你挨打挨骂的次数，不就减少很多了吗？

首先，趁着妈妈心情好的时候，你不要再向她表达委屈的心情了，而是和她达成一个口头协议，或者书面协议：你向她保证十五分钟吃完早饭，晚上保证一个小时完成学校布置的作业。同时要妈妈向你保证，你只要做到这些，她就不能打你骂你了。

其次，收起你的眼泪，绽放你的笑容。如果哪次真的没做到，你就趁她还没开打骂之前，赶紧搂着妈妈说：“好了，好了，我知道了，下次不这样了！”做一些解释，并立即改正。这样，就能把她的怒吼给堵回去了。

哦，对了，想做什么事情的时候，别做完了再解释，而是做之前先沟通，那效果就不一样了。比如，你换完鞋后，又想折回来上厕所，你可以一边往厕所跑，一边不好意思地对妈妈说：“天啊，真麻烦，我又想上厕所了！真没办法！我放学帮您擦地。”你这么一



作战计划

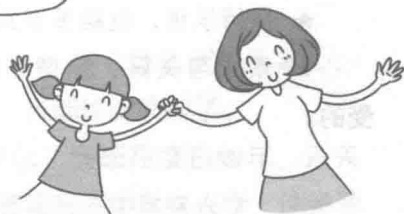
挑战①：吃饭



挑战②：做作业



挑战③：犯错



说，妈妈顶多冲你翻翻白眼，哪里忍心骂这么乖巧的女儿？

“我有时候也特别想离家出走，特别想，特别想……”

这个想法打住，打住！难道你没看到蔡波波离家出走后的悲惨下场吗？你得向蔡波波学习，花点小心思，学做一个会学习、会生活的阳光小女生。



笑傲烦恼



★ 无论与谁相处，即使是再亲密的人，真诚的沟通也是最重要的。

★ 遭遇到家长的“压制”时，不妨先审视自己。做好了自已，也许问题就能迎刃而解。

★ 保持乐观，就能多看到生活的积极面。

★ 欢乐与美好、热情与活泼，这才是童年真正应该享受的。



“妈妈老师”让我尊严扫地



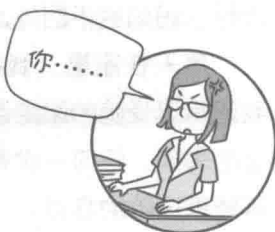
捉拿烦恼

在我印象里，小学老师，尤其是女老师，似乎脾气都不大好，妈妈也不例外。

每天在家里，我得忍受她那没完没了的唠叨；在学校，我还得忍受她的跟踪调查和审问。只要她出现，我任何一节课上的表现，任何一次考试的情况，都会被她一网打尽，没有一样能逃过她的耳目。

现在，我进了她当班主任的班，正式落入她的手掌心。她对我的监督更方便、更快捷了，我都快要疯掉了。

转入其他班是不可能的。所以，我现在度日如年，天天盼着五年级赶紧结束；或者干脆直接升入中学或大学，住进学校，离她远远的。



我岂不是你的
女儿该多好啊！