

满分作文：善待自己 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/157/2021_2022__E6_BB_A1_E5_88_86_E4_BD_9C_E6_c64_157523.htm

【文题展示】前不久，武汉市一名初中学生上书市长，坦言自己对当前学习、生活现状感到的困惑，并请市长关心中学生的成长。市长被这封朴实的来信深深感动，当即作出批示：这是中学生心声的真实表露，希望全社会都来关心孩子们的成长。中学生上书市长表露心声并寻求帮助的行为，是对自己成长和自我生命的一种善待之举。善待自己，其实就是好好对待自己。它是一种自我释放、自我调节、自我塑造……的行为方式，也是一种积极健康的生活态度。请以“善待自己”为话题，写出你自身的经历、体验或者认识、思考。要求：题目自拟，主题自定，文体自选，不少于600字。文中不得出现自己学校、老师和本人的真实名字。

【题解】这是一道紧扣时代脉搏，关注孩子心理成长、心理健康的话题作文题。题目从一则新闻引发话题，既自然也巧妙。提示语共两段，第一段概述新闻，第二段紧承上文，阐释、评论、引申，用来引出话题。在对那位中学生的上书行为进行褒奖、赞扬的同时，指出其作法的实质，是“寻求帮助的行为，是对自己成长和自我生命的一种善待之举”。进而引出作文的话题“善待自己”。这一段是文题的重点。它不但向我们提示了选材立意的指向、重点、人称、范围，而且还用一“……”有意省略，给我们选材立意以极大的自由和纵横驰骋的空间。如果你在“善待自己”的经历和思索中还一时找不到有个性，有见地，感人至深的素材，那么，你完全可以在“……”的那座宝山

中去选矿淘金，那里蕴藏着选材立意的无尽宝藏。你可以在学习生活中“善待自己”时的反省、哲思、观赏、完善、论辩，甚至竞争等方面，做一番认真地审视与淘洗，找出那最具个性、最富灵性、最显机智，最能打动读者的人或事，情或景，感或悟，理或趣，把它写得活灵活现，情趣盎然，真情感人。题目是一个动宾短语，其重点在宾语上。写作时，你一定要认真把握好。一定要写自己，不要让自己游离于文章之外，而去重点写他人。同时，在写作技巧上，你一定要注意化大为小，抓住生活中“善待自己”时的一颦一笑，一花一草，一事一景，深入挖掘，尺水兴波。同时，努力调动一切语言因素，努力打造自己的语言，充分展示自己的才情。

文题的第三段公布话题，提出拟题、定旨、文体、字数及隐秘等方面的要求，热情地启迪考生的思维，并用着重号警示考生作文的重点。这些，都表现了命题老师对考生的热情关怀和悉心呵护，作文时，千万别忽视。考场佳作展示及评析

善待自己 武汉市一考生看到本文的题目，或许有人会发笑：谁不知道好好地对待自己？难道谁还会亏待自己不成？可是，朋友，你可别忘了，善待自己并非放纵自己，也不是拥有奢华的生活条件就行了，更不是以自我为中心的自私自利。这么说来，生活中是不是有很多亏待自己的人呢？善待自己是一种自我释放、自我调节、自我塑造的行为方式，也是一种积极健康的生活态度。那么，怎样才算是善待自己呢？我认为有三个评判标准：第一、善待自己的人，必定在行为上约束自己，在思想上放飞自己。放纵行为，破坏秩序，必然受到生活的惩罚。君不见杨永明置法规于不顾，肆意妄为，骗取体彩大奖，结果把自己送上了审判台。其教训发人

深思。只有按照法律和道德准则来约束个人行为，才能与人共享平安和谐、坦然自在地生活。在思想上放飞自己，以满腔的热情开阔眼界，挖掘潜能，启迪智慧，品味美好，升华平凡，岂不快哉？第二，善待自己的人，必定懂得如何充实自我，笑对生活。庸人用物质享受麻木自我，智者用精神追求支撑生活。在花花绿绿的大千世界里，在忙忙碌碌的日常生活中，在追名逐利的凡俗夫子旁，智者全然不见自己生活的清贫，全然不见自己遇到的挫折，而是以一颗积极进取的心，一头扎进工作和学习中，充实着自己的每一天。他们的人生，在追求中升华，在乐观中显彩。这，才是善待自己、实现生命价值的最好方式。第三、善待自己的人必定会善待别人。以自我为中心的人，斤斤计较于一己之私，常常苛求他人、严责他人。因此很难得到他人的关怀，很难拥有真正的朋友。亏待他人，最终受伤害的肯家会是你自己。马加爵就是一个典型的例子。他容不下同学的一个玩笑，认为那是在贬损自己。竟然狠心杀掉了四位同学，当然也毁掉了自己的一生。如果他能善待同学，怎么会演出震惊全中国的悲剧？把他人当作自己，一样宽容，一样尊重，就会收获他人的宽容和尊重。人们常说的“善待他人就是善待自己”说的就是这个道理。朋友，生命可贵，青春难再，成长不易，请善待你自己，善待每一天，让生命之树缀满香甜的果实，让成长的路上开满艳丽的鲜花！【评析】这位作者很聪明，他在拟题时就充分尊重了文题，他没有在拟题想不出一个更好的题目时，去难为自己，干脆就用话题作标题，这也是一种“善待自己”的聪明之举！按照当今著名作家王蒙的说法，写作时要“机智”。作者是“机智”的，他紧扣一些人的心理

，在巧解“善待自己”“并非放纵自己，也不是拥有奢华的生活条件就行了，更不是以自我为中心的自私自利”中，用一个设问句，机智地展开话题，使文章既有针对性也有亲和力。然后，作者亮出观点，以解说“善待自己”的标准的方法，层次井然，雄辩有力地阐明了自己的主张。作者用“第一”“第二”“第三”，不是愚蠢地拾起“八股”的牙慧，而是显示一种思维，一种逻辑层次；同时，间隔反复“善待自己”，不仅强化突出了自己的主张，而且使文章具有一种回环往复的音乐美。作者非常留心生活，象扬永明，马如爵这些反面教材，他信手拈来，使论辩有力，为文章添彩。文章摆事实，讲道理，正反对比，灵活自如。结尾，用呼告，用排比，用拟人，用比喻，将文意推向高峰，别具韵味。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问
www.100test.com