

高三家长，请为压力找个温柔的出口  
高考 PDF 转换可能丢失  
图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/526/2021\\_2022\\_\\_E9\\_AB\\_98\\_E4\\_B8\\_89\\_E5\\_AE\\_B6\\_E9\\_c65\\_526838.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/526/2021_2022__E9_AB_98_E4_B8_89_E5_AE_B6_E9_c65_526838.htm) 时间，从不会因为某个人而停留，而且，也都是我们去追逐它的脚步。转眼又是星期三了，6月7号，也就是下周四，高考的日子，感觉岁月是如此的匆匆。拎着洗好的衣服去阳台晾晒，看见漫天的星星，孩子似的眨着眼睛看着我，有星的夜晚，天空也好像比平常多了点生机，遥望那一弯月儿，仿佛隐隐约约能够看见朦胧美里嫦娥与小兔的身影，她们推动着月儿，在遥远的夜空中蠕动，如同一艘载满了情丝的小船儿，也载着每个人的梦想，把我们引向美好的天际，这满是月光星光的夜，已经让我深深陶醉……电话忽然响起，是好友华打来的，华说：高考一天天临近，感觉压力也越来越大，睁眼闭眼全是高考，上班下班谈得也全是高考，心里老像揣了着个小兔子一般，忐忑不安，除了给儿子做一日三餐，晚上给儿子往学校送一顿饭外，其它事情好像什么也做不下去了……是啊，我何尝不是呢？我对华说：现在无论走到哪里，谈论最多的就是高考，网络也是，仿佛一夜间，压力之门全部打开。就像多米诺骨牌，源于一点，一个接一个推成辐射形状，然后衍积化成一片。所以我建议呀，白天除了工作，没事的时候，多到户外有阳光的地方舒展一下身体，你是个爱运动的女人，坚持有氧运动，适当流一身汗，会有好处的。晚上再让老公陪着散散步，说说话，到海边走走，呼吸一下新鲜的空气……没等我说完呢，华就抢话说：嗯嗯，有时真就感觉是升降机一样，随着孩子的情绪在起伏跌宕，时而一飞冲天，

时而又一落千丈，你说，一个人如果从云端坠入底谷，谁会受得了？尽管如此，我们还不能在孩子们面前表现出来，还要沉着镇定，给孩子自信，给孩子鼓励。我曾告诉我家孩子，即使天塌下来，还有坚实的大地支撑着；即使有最差的事情发生，还有爸有妈帮你顶着！常言道：行百里者半九十。大家的情况基本上都差不多的，就看谁能真正地坚持到底！一直很欣赏华的为人，诚实、正直、善良、温柔，女人味十足，她的话语总是很有哲理，喜欢与这样的女人交流，我也争着说：是啊华，就像潜水艇，总是悄无声息地在深水中不为人知地行进着，它带着一件件任务，背负着却是沉重而无声的压力。这个时候，最好就个值得信赖的死党聊天倾诉，就像你我这样，把想说的话，一古脑全都倒出来，立刻就感觉轻松了。哈哈……华也乐了起来：对对对，反正总会有一个肩膀能成为我们的倚靠，管她是亲朋还是好友呢，也用不着羞涩什么，借她们温暖的怀抱来痛哭一次也不为过，让喷涌的泪水带走所有的郁闷，不失是个好方法哦。说这话的时候，感觉华有些傻傻地，嘿嘿……

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](http://www.100test.com)