

# 同桌罚我夹震蛋器憋尿-课间惩罚从震蛋器

<p>课间惩罚：从“震蛋器”到“尿憋”的心理历程</p><p><img src

="/static-img/xzG9SNMbAKY7MAA8y30dnVYohHTLgmQefYb31C-

mLObyyyTImr7YGYCD\_Yv0KZeU.jpg"></p><p>在学校生活中，课

间惩罚往往成为同学之间沟通和相处的重要方式。它不仅能够促进学生

们之间的互动，更能培养他们的责任感和自律能力。但有时候，这种惩

罚可能会变得非常极端，让人既尴尬又困扰。</p><p>记得初中时，有

个女生因为不小心将同桌的书本弄湿了，被同桌罚了一顿。她的惩罚是

让她夹一个叫做“震蛋器”的小玩具，那是一个很难按下的小按钮，每

次按下都发出一声巨大的响声，让人不得不屏住呼吸。在老师眼前，她

必须不断地用力按压这个按钮直到老师允许她松手。这过程中，她心里

充满了焦虑，也产生了强烈的尿意，但由于害怕老师发现，就只能忍着

。</p><p></p><p>

这种体验，对于大多数学生来说都是痛苦而羞耻的。然而，正是在这样的

痛苦中学堂里，我们学会了如何面对压力，也学会了更好地控制自己

的情绪和身体反应。</p><p>有一次，我被同桌罚去操场上跑步，因为

我没有完成布置作业。我那时就想到了那个女生的经历，当我感到疲劳

和口渴的时候，我也开始思考那些无法发泄的情绪，是不是也像那种震

蛋器一样，在我的心里无形地敲打着？这让我意识到了，不管是外界给

予的一点点压力还是内心自己设定的标准，都需要我们找到合适的方法

来释放它们，而不是让它们在我们的心里积累成重担。</p><p><img s

rc="/static-img/c1rcle6Z1Zb5NGvkJMokotFYohHTLgmQefYb31C-

mLObyyyTImr7YGYCD\_Yv0KZeU.jpg"></p><p>随着时间推移，我

们这些曾经受过类似待遇的人慢慢长大，我们开始更加珍视每一次与朋

友之间真诚交流、共同度过难关的手足情谊。而对于那些还在学校学习

的小朋友们，我们应该教会他们以一种积极健康的心态去面对各种挑战

，并鼓励他们勇敢表达自己的感受，而不是沉默承受别人的指责或是惩

罚。

课间惩罚虽然有其教育意义，但它最终还是要以爱护为本，以真正帮助孩子成长为目的。如果我们能够将这些看法融入我们的日常教育工作，那么未来的校园生活一定会更加温馨、更加包容，从而使每一个孩子都能在快乐中成长。

