

# 一個 意想不到的 解決方法



爸爸放下手中的書，說：「你知道你上次是怎麼告訴我，有時候你擔心學校裡有人可能會無緣無故對你生氣嗎？」

德瑞克眼睛盯著功課，點了點頭。

「我有一個主意，」爸爸說，「試著對他們微笑。」

什麼？那不是德瑞克所期待的。「我不知道，」他說，「那樣做聽起來有點奇怪。」

媽媽說：「微笑沒什麼好奇怪的。」

爸爸點點頭說：「試一試有什麼關係。抬起頭來，試著對看到的人微笑。要對著一張笑臉生氣是很難的。」

德瑞克考慮著爸爸的主意。他在睡前為這件事祈禱，感覺很平安。好，他就來試試看！

第二天早上，德瑞克跳下巴士，一群小孩擠著進學校的前門。德瑞克低著頭走進去，就像平常一樣。

但是德瑞克後來想起爸爸的主意。他心想：就笑一笑吧。

德瑞克深深吸了一口氣，抬起頭來，

有個年紀較大的男孩正朝向他走來。他至少比德瑞克高一個年級，也許兩個。他穿著運動服，走路時步伐又大又快。

德瑞克差點撇開目光；這正是他認為會毫無

預警地把他推開的那種小孩。但是，他已經答應要試試看的。

於是，他面露微笑。

另外那個男孩的臉有點燦爛了起來。在對方經過身邊之後，德瑞克停下腳步片刻，他現在沒有那麼緊張了！

德瑞克在去教室的路上，對更多的人微笑，他們幾乎都微笑回應！爸爸說得對，沒有人會對著一張笑臉生氣。

在德瑞克走進教室時，他已經認為上中學可能也不是那麼可怕了。雖然還是有很多事情要學，他還是有些擔心，但是微笑有幫上忙。或許他的笑容能幫助其他人也感覺比較好。●

改變可能帶來壓力！翻到第38頁，找出一些對你有幫助的建議。

大衛·狄克生  
(根據真實故事改寫)

這個故事發生在美國。

鐘聲響起時，倪寇斯先生在黑板上寫出他們這星期的數學功課。有那麼多題目要寫！這永遠也寫不完的。

「你們要在星期五交出功課，」倪寇斯先生說，「不准找藉口！」

每個人都抱怨著。德瑞克把他的數學課本塞進已經裝滿

的背包裡。

德瑞克的新學校和他以前的學校大不相同。現在他上了六年級，去一所大很多的學校就讀，學生也很多很多。課程更難，功課也更多。

但德瑞克最擔心的是其他的小孩。他們有些人似乎很壞！他不希望有任何人對他生氣。

德瑞克把背包背在肩上，走進走廊。到處都是小孩。他低頭看地面，試著在他們之間穿行，不要撞到任何人。有時候，好像光是看著別人，都有可能讓他們

生氣。

「今天在學校過得怎麼樣呢？」那天晚上爸爸問道，「有沒有比較好？」

德瑞克說：「不算好。」



爸爸的主意真的有用嗎？

丹尼爾·鄧肯繪

