



YÊU QUÝ BẢN THÂN



Một sớm nọ, Susu đang đứng trước gương thì ngạc nhiên nhận ra, cô gái trong gương hình như có chút thay đổi, nom cô ấy cũng đáng yêu đấy chứ! Từ hôm đó, hễ thấy cái gì soi được là Susu lại ngó vào một xiu.

“Hiểu Minh ạ, dạo này tớ thích soi gương quá. Có phải tớ yêu bản thân quá không?” Susu kể cho bạn nghe.

“Có gì đâu, con gái ai chả thích soi gương.”

“Đúng nhỉ, con gái thích soi gương, thích ngắm bản thân mình!”

Soi kĩ, ta thấy thêm nhiều điểm đáng yêu khác. Thậm chí, những điểm trước kia mình không thích giờ cũng đỡ đáng ghét hơn nhiều.

“Liệu pháp soi gương” nghe có vẻ hơi yêu bản thân quá, nhưng thực ra lại là tuyệt chiêu rèn luyện lòng tự tin đấy! Chiếc gương sẽ cho ta thấy phiên bản đẹp hơn của chính mình, và ta sẽ yêu quý bản thân mình hơn đấy.



THẦN CHÚ TRƯỚC GƯƠNG

Nếu thấy bản thân mình hơi mập, đừng ngại nói với gương rằng, “Rồi tớ sẽ gầy, tớ sẽ mảnh mai.” Dần dần, bạn sẽ thấy cơ thể mình không nặng nề như trước mà dần gọn gàng hơn. Đầu tiên, hãy dùng lời nói thuyết phục đôi mắt, đôi mắt sẽ an ủi trái tim, lòng mình sẽ nhẹ nhàng hơn. Thế rồi ta phải bắt tay vào hành động để đạt được mong muốn đó.

Chú ý nhé các cô gái!

Biết yêu bản thân mình đúng mức thì sẽ tự tin hơn. Nhưng lưu ý, đừng “cuồng” bản thân quá, kéo tự tạo gánh nặng cho mình.

☆ Đừng soi gương ở nơi không thích hợp như ở trên lớp, lúc làm lễ chào cờ...

☆ Đừng luôn luôn coi mình là trung tâm vũ trụ.

☆ Đừng đim người khác để tôn mình lên.





CHỖ KHIÊM TỐN QUÁ MỨC, HÃY BIẾT KHEN BẢN THÂN ĐÚNG MỨC

Sắp đến đợt bầu cán bộ lớp rồi.

Ngọc Hương đứng lên “nổ phát súng” đầu tiên.

“Xin chào cả lớp! Tớ xin ứng cử làm lớp phó học tập. Tớ tin chắc mình có khả năng làm tốt, bởi vì tớ chăm chỉ học hành, ham học hỏi, điểm cao. Tớ còn hay giúp bạn bè. Nếu các bạn

gặp khó khăn trong học tập hay trong cuộc sống, tớ đều sẽ cố gắng giúp một tay.”

Tiếp theo đến lượt Susu.

“Xin chào cả lớp! Tớ... tớ cũng muốn làm lớp phó học tập. Dù tớ học chưa tốt lắm và cũng chưa làm cán bộ lớp bao giờ, nhưng tớ sẽ cố gắng.”



Sau vòng hỏi đáp này, ai sẽ được nhiều phiếu hơn? Trong khi Susu chưa chắc chắn lắm về bản thân mình thì Ngọc Hương vẫn vô cùng tự tin như mọi khi. Chắc Ngọc Hương sẽ được mọi người chú ý hơn, đúng không?

Có bạn nào luôn ngại mình không làm được cái này không làm được cái kia không? Khiêm tốn quá mức như thế chính là hạ thấp bản thân mình đấy!

Nếu chính mình cũng không chấp nhận mình thì làm sao mọi người nhìn nhận đúng về mình được!

Ai cũng có ưu điểm bên trong, nếu không biết “tự giới thiệu” thì có khi người khác chẳng nhìn ra nổi. Thế có phải chôn vùi năng lực và tài hoa của mình không?!

Cho nên, vào thời điểm phù hợp, hãy biết khen mình sao cho thích đáng. Hãy chân thành nói ra ưu điểm của mình, để người khác nhìn nhận đúng về khả năng của mình. Đó không phải là kiêu ngạo mà là tự tin đấy!



ĐỪNG KHIÊM TỐN QUÁ, HÃY BIẾT KHEN NGỢI BẢN THÂN NHA!

☆ Tớ hát khá đấy!

☆ Tớ bắt chước rất được.

☆ Trí nhớ của tớ rất siêu.

☆ Tớ giỏi máy tính ra phết.

Ưu điểm của tớ là

Tớ rành nhất trò này

Tớ là cô gái rất





GIẤU NHỆM ĐIỂM XẤU ĐI LÀM GÌ?



Mùa hè tới rồi, các bạn đã thay đồng phục mùa hè, xỏ đôi xăng đan mát mẻ, nhưng Susu nhận ra Tình vẫn đi giày thể thao.

“Tình ơi, sao cậu không đi xăng đan, thế này nóng chết!” Susu tò mò hỏi.

Tình hốt hải lùi lại phía sau rồi đáp, “Tớ chẳng thích xăng đan.”

Thế rồi... một ngày kia, Susu phát

hiện ra bí mật trong đôi giày của Tình.

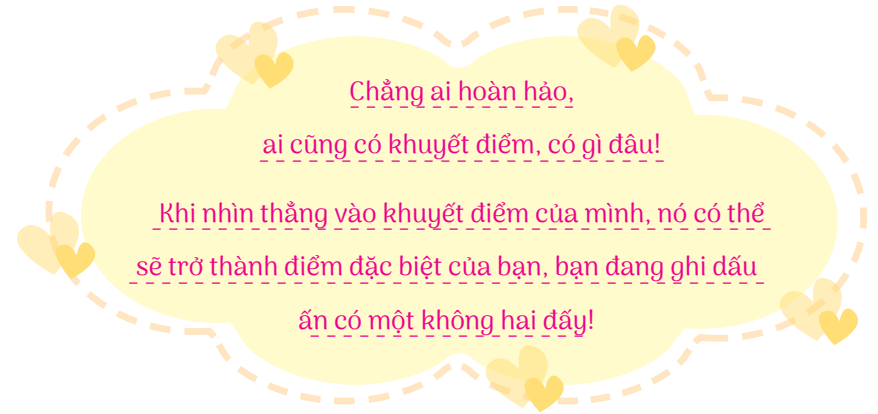
Có hôm, nghỉ giữa giờ, Susu đang đứng nép vào góc tường mát mẻ, bỗng thấy Tình chạy tới góc xa xa, nghiêng ngó xung quanh không thấy ai rồi mới cởi giày và tất chân ra, rũ rũ bụi và đá dăm bên trong.

Susu tò mò ngó lại thật gần, hóa ra ngón chân cái của Tình nom hơi dị, dài hơn hẳn những ngón chân kia. Lúc ấy, Susu mới ngộ ra, thảo nào Tình không chịu đi xăng đan hở ngón.

Chính vì Tình giấu giếm nên Susu càng tò mò và muốn tìm hiểu bí mật đằng sau. Chứ nếu ngay từ đầu Tình cứ thoải mái đi xăng đan, để lộ ra bàn chân đặc biệt thì các bạn khác có còn tò mò nữa không? Có khi chẳng mấy ai để mắt đến điểm ấy nữa!

Nếu ta thật bình tĩnh nhìn nhận khuyết điểm của bản thân, thì khuyết điểm sẽ ngày càng nhỏ lại, thậm chí sẽ dần trở nên bình thường trong mắt người khác.

Còn nếu cứ đau đầu các khuyết điểm - dù bé xíu, rồi luôn luôn cố che giấu bản thân, người khác sẽ càng tò mò và khuyết điểm nhỏ sẽ bị phóng đại lớn dần.



Chẳng ai hoàn hảo,

ai cũng có khuyết điểm, có gì đâu!

Khi nhìn thẳng vào khuyết điểm của mình, nó có thể
sẽ trở thành điểm đặc biệt của bạn, bạn đang ghi dấu

ấn có một không hai đấy!

“Hiểu Minh hay đùa tớ có đôi tay to như voi, còn biết vẫy nữa, cả lớp mình chẳng ai có đôi tay ‘dị’ như tớ!”

“Đồng thì bảo mắt trái của tớ nhỏ hơn mắt phải một tẹo, hay quá, có thể đóng vai hải tặc được rồi!”





LÀM BẠN VỚI BẢN THÂN, YÊU MÌNH DẦN DẦN



Bạn có ngại ở một mình không?

Lúc ở một mình, bạn có cô đơn?

Cả lúc ở giữa đám bạn bè, bạn cũng như tự nhốt mình vào gian phòng nhỏ?

Ai cũng có lúc rơi xuống hố đen, nên ai cũng muốn tìm bạn tâm giao, để khi ấy được an ủi và thấy đỡ cô đơn.

Susu là con một nên cũng hay buồn lắm. Mỗi lần như thế, cô bé lại kết bạn với chính mình.

Làm bạn với chính mình vui lắm, tự tìm việc cho bản thân mình làm, tự nói chuyện với mình, hết như có thêm một người bạn vào lúc cô đơn nhất. Nỗi buồn sẽ né thật xa.

Ai cũng nên có bạn bè, và trong tất cả những người bạn ấy, đừng

bao giờ đánh mất một người quan trọng nhất - đó chính là chính bản thân mình. Nếu không có người bạn tâm giao ấy, dù xung quanh có đông bạn bè đến thế nào, bạn sẽ vẫn thấy nỗi cô đơn từ đâu lén “đánh úp”. Nếu “kết bạn”, yêu thương và chăm sóc chính mình thì trái tim bạn sẽ thật đủ đầy!



Người bạn nhật kí của tớ

Susu có một cuốn nhật kí đáng yêu, không phải để ghi chép lại những việc thú vị nhất, mà chỉ ghi lại những điều nho nhỏ vụn vặt hằng ngày. Đây là “mảnh vườn bí mật” của Susu, là người bạn cô bé tin tưởng nhất, lưu giữ những suy nghĩ lật vạt bao gồm cả nỗi buồn và những bí mật khó nói. Nhờ người bạn này, Susu được giải tỏa cảm xúc, vui vẻ, nhẹ nhõm hơn mỗi ngày.

ĐOÁN XEM NÀO!

Bạn thân chẳng xa rời

Đen sì đen thăm thẳm

Đi cùng dưới đèn sáng

Chẳng mở miệng cả đời.





LUÔN NGHE NGƯỜI KHÁC À, THẾ THÌ THẬT LÀ "GÀ"



Bình thường, các bạn bàn việc gì Susu chẳng có câu trả lời. Dần dần cả lớp đều quên mất ý kiến của Susu và quyết định "hộ" cô bé luôn.

Nhờ người khác quyết hộ mình thì có vẻ nhẹ nhàng hơn, đỡ tốn công sức, đỡ phải chọn lựa đau đầu. Nhưng dần dần bạn



có lười đi không? Lúc nào cũng cần người khác quyết hộ, bạn có trở thành người dựa dẫm, ngã nghiêng theo gió?

Như Susu ấy, không có chủ kiến, việc gì cũng để các bạn quyết, dần dần cô bé sẽ lãng quên chính bản thân mình, đánh mất người bạn nội tâm, mỗi khi muốn bộc lộ ý kiến thì chẳng còn dám mở lời, càng ngày càng nhút nhát và thiếu tự tin.

THẾ THÌ SỢ NHỈ! LÀM SAO BÂY GIỜ?



- Có suy nghĩ gì, hãy mạnh dạn nói ra!
- Khi được chọn lựa, hãy đưa ra câu trả lời quyết đoán!
- Đừng quen miệng ủy thác tất tật cho người khác.
- Không phải cứ nghe lời là ngoan.

