

六月二十八日 星期五 晴

今天放學回家，我和弟弟完成功課後就在客廳裏玩玩具。

當我抱着我的玩具小熊玩耍時，弟弟突然從我的手裏把它搶走，然後舉着玩具小熊說：「哈哈！現在這隻小熊是我的！」我頓時火冒三丈，對弟弟大吼着：「這是我的玩具！」接着就伸手去拉走弟弟手中的玩具小熊。我一拉，他一扯，「咔嚓」一聲，玩具小熊裂開了！它身體裏的棉花走了出來！我看見玩具小熊被撕爛了，就更生氣了！

為了不讓壞情緒持續，我跑到房間關起房門。我坐在牀上一呼一吸，希望將「生氣」趕走。之後再拿出畫具，坐在書桌前畫畫。我畫呀畫，塗呀塗！不知時間過了多久，我的心情慢慢地平靜下來。

這時我發現門縫有一張小紙條，原來是弟弟把它塞進來的，上面寫着：「姐姐，我不該搶妳的玩具，也不該把你心愛的玩具小熊撕開，對不起！」這時，我也意識到自己做得不對，我打開房門跟弟弟說：「對不起，我也不應該對你大吼大叫。我們再一起玩玩具吧！」

這件事情讓我知道要好好控制自己的情緒，不要輕易發脾氣。如果我一開始能冷靜處理，玩具小熊就不會被我和弟弟撕破了，我們倆也可以高興融洽地分享玩具小熊。

老師評語：霽琳，能清晰具體地交代日記中的起因、經果、結果，以及妳的感受和反思，文句流暢。另外，欣賞妳能以不同的方法來平復情緒。佳！