

亲子矛盾 八成问题出在爸妈身上

心理咨询师给家长布置“春节作业”:和孩子谈谈心

健康热线新春速递①

开栏的话

春节来临,在这个原本应该是最开心的日子里,本市的多条心理热线和健康热线却铃声不断。孩子们要倾诉什么?成年人又有哪些心灵痛楚?是一如既往地为学习和工作焦虑、为家庭矛盾伤神、为纠结的情愫心悸?今天起,本报推出“健康热线新春速递”系列报道。随着记者的笔触,读者将从一个个热线的幕后,洞悉百转千回的人和事。

今天是小年夜,心理咨询师楼明明终于可以松一口气,睡到了自然醒,她负责督导的华东师范大学心理咨询工作室热线电话,常年无休,只有过年才能休息几天。回顾忙碌的一年,最让楼明明不能释怀的,是听到了太多“你不懂我,我不明白你”的亲子故事;作为专家级的心理咨询师,她最想说的的一句话是:春节长假里,请平时忙碌的家长们的家长们补上亲子课。

弃表象 仔细寻根源

初中生小柯,进入初三了,成绩还在全班倒数几名,家长心急火燎,却始终想不出怎样才能让“懒惰”“不求上进”的儿子有改变。后来妈妈找了心理咨询师,让妈妈大吃一惊的是,咨询师开出的第一副“药方”是一张强身健体的食谱,这才让妈妈意识到,比同龄人瘦小羸弱的儿子,其实多年来的学习

一直有些“力不从心”。

一向努力用功的四年级女孩袁媛,上课认真记笔记,回家还要工工整整地誊写一遍,可就是学习成绩不和她的用功成正比,家长好烦心,常有抱怨,结果她连用功也放弃了,理由很简单:索性不努力,省得爸妈再说她笨……

华东师大心理咨询工作室常年对外提供心理咨询服务。去年全年1136个咨询案例,有关亲子教育的占296个,数量在各类案例中排名第二,而排名第一的婚姻情感案例中,又有一部分缘起于亲子教育的矛盾冲突。一个有趣的现象是:当家庭教育或亲子关系发现问题时,绝大多数家长都认为孩子出了问题,但咨询师追根溯源,发现至少80%以上是家长的原因。

拼孩子 集体无意识

说起“不争气”的儿子,中年妈妈

柳红滔滔不绝,一下子列举出6条他不肯认真学习的“顽症”,咨询师轻轻地提问:“你能告诉我,你自己每天花多少时间读书?”柳红不以为然,她说自己辛辛苦苦挣钱养家,儿子就应该好好学习,而孩子成绩不好,让她在别人面前很没面子。

楼明明分析说,社会上流行“拼爹”,可实际生活中,许多家长都在“拼孩子”,他们常常为培养一个“让别人羡慕”的好孩子竭尽全力,甚至牺牲自己。这样一种集体无意识的恶果是,家长在亲子教育中貌似关心孩子,其实更看重的是自己的感觉,也因此很难真正站在孩子的角度看问题。

抓机会 沟通获成长

每个孩子都不一样,真正爱孩子的父母就应该静下心来,找到自己孩子的“不一样”,才能有效建立良性的亲子关系。

关系。楼明明说,好的亲子关系,可说是所有家庭教育的先决条件,而寒假中的春节,正是优化亲子关系的最佳时机。了解孩子、和孩子真诚地谈谈心,这就是家长应该完成的一个“春节作业”。

楼明明建议,沟通首先要充分相信孩子,解决问题或制定改善计划,两代人也应该“互相学习、共同成长”。有时候,家长适时地认个错、道个歉,不仅不会“弱化”家长的权威,还会赢得孩子更多尊重。 本报记者 宋铮

相关链接

华东师大心理咨询工作室成立10年来,已接听各类心理咨询电话186万人次。近期热线电话引进“云技术”,以保证30部电话同时接通。

免费咨询热线:51688988

接听时间:8:30-22:00(2月8日至17日暂停)

钱学森图书馆推出“新年新玩法”

添珍贵藏品 搞特别游戏

本报讯 (记者 易蓉)为欢庆即将到来的蛇年新春佳节,钱学森图书馆于2013年寒假春节期间推出“新年新玩法”新春系列活动。

钱馆今年初进行闭馆整修,对原有陈列展览进行了内容扩充和展线调整,并在馆内新增加了“远望二号”航天测量船模型等若干珍贵展品。恢复开放后,此次新春系列针对不同观众推出“新春大拜年”“新春找不同”“新春情人节大作战”等特别游戏活动。

据介绍,面向家庭观众的“新春找不同”特别活动将于2月14日、15日(正月初五、初六)推出,观众只需以家庭为单位在馆内领取“新春找不同”

上海市经济管理学校
升学就业双通道 素质技能双具备
www.sems.cn

交大为留校学生办“春晚”



本报讯 (记者 易蓉)屋外瑞雪纷飞,屋内暖意洋洋。为了让留校学子感受温暖,昨晚,上海交通大学“我们在一起”迎春联欢会在闵行校区举行,500余名留校学子欢聚一堂,一同吃年夜饭一起过大年。

晚上6时,联欢会在“马姐”和“杰

哥”的“家长致辞”中拉开帷幕,上海交大党委书记马德秀和校长张杰与留校学子们一同联欢。联欢会还特别设立“亲情速递”环节,到场的每位留校学生都拿到一份上海交大新版明信片,他们在现场写下对家乡亲人的新春祝福并投入“亲情速递”邮筒。这些明信

片将由交大统一邮寄,传递感恩。

交大还为留校过年的学生准备了春节期间5天校内食堂免费“蛇年夜饭”加餐券,为家庭经济困难的学生准备了压岁钱。大年初一,宿舍楼阿姨还会和全体留校学生一起包饺子,让留校同学在宿舍里体会过年的味道。

■ 新疆学生现场表演民族舞蹈引起观众互动
本报记者 孙中钦 摄

《中小学书法教育指导纲要》最新出台

教育部明令中小学不搞书法考试

正在度寒假的中小学生,可要好练字噢。昨天教育部在官网公布了新出台的《中小学书法教育指导纲要》并将于2013年春季开始执行。《纲要》提出,小学生初学书写首先学用铅笔,随着年龄增长,逐步学习使用钢笔和毛笔。书法教材须经教育行政部门审定通过后方可使用。

明确书法学习目标

《纲要》提出要遵循书法学习循序渐进的规律。小学生初学书写首先学用铅笔,随着年龄增长,逐步学习使用钢笔和毛笔。书法教学要以书写笔画为起点,一般应从结构简单的字到结构复杂的字,从单字练习到篇章练习,从观察例字、描红、仿影、临帖到独立书写。

《纲要》分学段提出了硬笔和毛笔的学习目标。

对于硬笔的要求是:

- 小学低年级学习用铅笔写正楷字,掌握汉字的基本笔画;
- 小学高年级运用横线格进行成篇书写练习时,力求行款整齐、美观,有一定速度;
- 初中阶段学写规范、通行的行楷字;高中阶段可以学习用硬笔书写行书,力求美观。

对于毛笔的要求是:

- 从小学3至4年级开始学习用毛笔临摹楷书字帖,掌握临摹的基本方法;
- 到了初中阶段则要能用毛笔临摹楷书经典碑帖,力求准确,有兴趣的学生可以尝试学习隶书、行书等其他字体,了解篆刻常识。

不搞书法等级考试

对于中小学生的书法评价,《纲要》提出要发挥评价的发展性功能,

旨在激励学生学习书法的兴趣,养成良好的书写习惯,提高书写水平和审美情趣。小学低、中年级的书写评价,要重视对基本笔画、结构的正确把握,关注认真的书写态度和良好书写习惯的养成,小学高年级还要关注书写的美观与流利。中学要关注书写的坚持和书写水平的持续提高。中小学书法教育评价应灵活采用多种评价方法,可以采用圈点法、批注法、示范法以及作业分析法,也可以采用展示激励、反思总结以及建立成长记录袋等方法。

《纲要》特别明确地提出,中小学书法教育不举行专门的考试,不开展书法等级考试。

掌握基本汉字笔顺

为了方便、流畅地书写汉字,《纲要》还附有汉字笔顺的基本规则,适用

于绝大部分汉字的书写。有少数汉字的书写笔顺不尽一致,教师则可以灵活把握。这些基本笔顺是:先横后竖、先撇后捺、从上到下、从左到右、从外到内、先里后封口、先中间后两边。

今后,中小学书法教学用书将包括学生用《书法练习指导》和教师用《书法教学指导》。《纲要》还推荐了一批临摹范本。

- **楷书** 欧阳询《化度寺碑》《九成宫醴泉铭》、褚遂良《雁塔圣教序》《大字阴符经》(传)、颜真卿《多宝塔碑》《颜勤礼碑》、柳公权《玄秘塔碑》《神策军碑》、赵孟頫《三门记》《妙严寺记》
- **行书** 王羲之《兰亭序》(“神龙本”)、颜真卿《祭侄文稿》、苏轼《黄州寒食诗帖》、赵孟頫《洛神赋》
- **隶书** 《乙瑛碑》《礼器碑》《史晨碑》《曹全碑》 本报记者 王蔚

肿瘤医院新春送温情 暖手宝送到留院患者手里

本报讯 (记者 施捷 通讯员 倪洪珍 王懿辉)复旦大学附属肿瘤医院内昨天洋溢着浓浓的春意。医院团员青年来到病区,将包装精美的糖果、暖手宝以及小蛇吉祥物送到患者手里。同时,一场由复旦大学附属肿瘤医院医务工作者、患者志愿者、文明共建单位携手演绎的“医患春晚”向与会患者传递了一股“积极抗癌、乐观生活”的正能量。

今年医院职工募集善款购买了暖手宝送给病区患者,并精心购置了棉背心、血压计、健康足浴机作为抽奖礼品赠给患者。同时,医院用红十字人道救助基金资助两位贫困患者。肿瘤医院“医患春晚”上,参加加葫芦丝演奏表演的陈华是一位历经新辅助化疗、手术治疗、化疗及放疗的乳腺癌患者。“我想用我的表演告诉患者,癌症只是生活的一部分,但绝不是全部。”