

名师大讲堂



崔广立谈心理

崔广立简介



华南师范大学心理学院访问学者、河南大学心理学硕士、许昌学院教育学院实验中心主任、国家二级心理咨询师、沙盘及绘画心理分析师、河南省“国培计划”项目培训专家、许昌市首届科普专家、许昌市新长征突击手、许昌学院首届双师型教师、优秀教师、师德标兵、学雷锋标兵、“张丽莉”式优秀教师。

近20年来,从事心理学专业的教学和心理咨询师培训及督导工作,主持和参与省级、厅级课题二十余项,编写著作和教材《心理咨询与治疗》《大学生心理健康教育》《心理学》等。

孩子的逆反与家长的控制

提到孩子的青春期,我们都会想到一个词“逆反心理”。这个词未必是一个好词,它无形中把冲突的原因和责任指向了冲突的一方。这个词跟“造反心理”几乎是同一个意思,只有完全站在统治者的立场上,才会认为造反者是不对的。而事实可能是统治者做得太过分,人民才造反的。从这个意义上来说,统治者是造反者的“合谋者”。毛主席说:哪里有压迫,哪里就有反抗。这句话同样适合父母跟孩子的关系:父母的控制越多,孩子的逆反心理就越强。所以我们可以说,孩子的逆反心理,是跟父母的控制成对出现并且是同时出现的。

随着孩子的身心发育和知识的增加,要求独立的愿望越来越强烈。对于这种要求,经常的情况是父母没有做好足够的心理准备。一些心理学家甚至认为,好父母的条件就是:能够忍受孩子长大所导致的自己被抛弃的感觉。从任何意义上来说,孩子的长大,都意味着离父母越来越远。举个例子,孩子在四五岁的时候就会经常会把幼儿园的老师同学看得比父母还重要。老师、同学说的话被认为是“圣旨”,而父母说的话经常被当成耳边风。成熟的父母会为孩子这样做而感到高兴,因为这是孩子成长的、社会化的表现,而不成熟的父母会认为,孩子吃里爬外、不知好歹。于是就会设置各种各样的障碍,制止孩子把自己“抛弃”的行为。认为孩子“逆反”,就是推卸自己的责任、给孩子戴帽子、打压孩子的具体表现。

在这种情形下,孩子的许多言行,都会被看成是具有些许病理色彩的。甚至那些正常的、创造性的、只有青春期阶段的孩子才会有的美丽言行,都会被身心正在走下坡路的成人视为逆反。健康被当成疾病、创造力被视为谋反,成长的努力被看成背信弃义,大约没有比这样的误会更让人悲伤的事情了。

我们试图去控制孩子的时候,往往会有许多伎俩,比如我们会说:“孩子我都是为你好”——以爱之名去控制孩子;还有一种就是吵他,“我吵你都是为你好,我批评你是为了让你进步和不要让你骄傲”,这是以批评的名义为他好。但所有这些控制,其实都是一种自我的恐惧。这种自我的恐惧就是没有做好准备,孩子的成长会带来的一种被抛弃或者被超越的恐惧。我们养孩子要做好两种准备:被抛弃和被超越。这两种准备,如果我们心理不够强大的话,每一点对于我们家长来说都是难以企及、难以超越、难以做到、难以做好的,所以要好好觉察和品味这两点,养孩子的过程也是我们面对自己、自我成长和突破的一个过程。

害怕被抛弃、被超越不是特别好理解,也不太容易接受。被抛弃往往可能是我们害怕孩子离我们而去,这种分离不是孩子害怕分离,而是我们没有做好分离的准备,这是很常见的,相对来说容易接受。但是被超越好像不太容易理解和接受,我们有机会在当面学习交流的时候会有更深入、详细的解读,或许到那个时候也就恍然大悟了。

逆反,不光孩子有,大概人都会有。人的潜意识会记住后面那个不让做的事情,脑海中会浮现出来那个画面。比如告诉大家不要咽唾液,不要去想咽唾液的事情。当听到这话的时候,脑海当中不由自主去做的事情恐怕都是吞咽或者咽唾沫这个事情。我们告诉他不要怎么样,相当于提示和提醒他要怎么样。我们越是拒绝不让孩子去尝试,他可能就越要去尝试,或者我们去提醒他不要怎么样做的时候,恰恰就提醒他还可以怎么样做,他可能还会去尝试。从这个意义上讲,恐怕逆反也是我们教会的了。

回到心理学课堂上我们经常提到的那句话“别人对待我们的方式,在某种程度上是我们教会的”。怎么理解这句话呢,下期接着讲。

小故事 大道理

保持本色



有一个农夫在田地里捡到一枚稀有的金币,因为年代久远,金币的外表看起来有些脏脏。

邻人听说后纷纷跑来观看并争相购买农夫的那枚金币,农夫表面不置可否,内心却在盘算着怎

样才能让他们出价更高。

回到家里,农夫找来砂子和打磨金币用的工具,他想,如果将金币外表的污物去掉,这样肯定能卖个好价钱。随着污物脱落的还有一些极细小的金属。

终于,金币发出了耀眼的光芒。一位长者看后,把金币放在掌心托了托,然后轻轻摇了摇头说:“重量减轻了,价值也就随之降低了。”

(晨小)

哲理:

许多时候保持本色要比故意做作更能让人信赖,而这种信赖正是我们走向成功的基石。

怎样写好节日

景文周,中学高级教师,知名作家、儿童文学作家,作文理论研究专家、中小学作文辅导专家、“全景作文课堂”创始人。曾任《花果山》杂志主编,许昌市儿童文学学会会长、许昌市校园文学学会会长。先后出版《作文技巧》《中小学作文技法40讲》等语文类图书60余本,出版长篇小说《中国男孩》《中国女孩》等。近年来,又潜心长篇生肖童话的创作中,已出版《鼠王国迁徙记》三部曲、《百岁鼠王的荒唐事》等。



有关传统节日的写作,老师曾讲过一次,这里再讲四点:

第一,写节日的几种开头方法。

写节日和写活动一样,都属于记叙文的范畴,因此,运用记叙文的开头方法即可。记叙文的开头方法很多,适用于写节日的主要有四种:一是自然开头法。不需要做任何铺陈,自自然然起笔,自自然然开头,交代出什么人在什么地方过什么节日即可。例如《团年饭》的开头:今年春节,我回到湖北老家去过年。直接自然,一语交代出时间、地点、人物和事件。再如《北京赏灯》的开头:去年元宵节,爸爸带我去北京游玩。听说北京园博园举办灯展,我们便驱车来到园博园赏灯。没有多余的交代,自自然然开头,接下来写参观灯展。二是回忆开头法,也可以叫“追叙开头法”。就是立足眼前,回忆过去过节的情景。例如《过端午》的开头:在我的记忆中,每当端午节这天,心灵手巧的妈妈就会按照流传下来的民俗,给我的手腕戴上花花绳子,还要做几个香包包,最主要的要算给我们全家粽子吃了!通过回忆过去妈妈总是在端午节这天为我戴花花绳子、做香包、包粽子,直接转入对端午节的叙述。三是介绍开头法。通过介绍某个节日,直接描述过节的过程。例如《俺们家的新春联》:“春联是我国文化宝库中的一颗明珠,是特有的文学形式,不仅文学与书法艺术巧妙结合,而且还能从中反映出时代气息。”开头通过对春联的介绍,进入过春节、赏春联的环节。四是引用开头法,就是通过引用古人对某个节日的描述诗句,进入叙写过节的过程。例如《中秋节》的开头:一年一度的中秋节到了,让我想起了一首诗:“海上生明月,天涯共此时。”起句引用张九龄的诗,接着叙述怎么过中秋节。

第二,用叙述的方式写。

写节日可以写成两种文体,但是,说明文同学们还没有学过,而且多少有些难度,所以老师让大家用叙述的方法,也就是一般的写人、记事的方法。什么人在什么地方干什么事,他们是怎么干的,有什么结果,把这些交代出来就是叙述。我们学过的课文、作文教材上的范文,大都是采用叙述的方法写作的。当然,要想把自己的习作写得精彩一些,在叙述的过程中还可以适当地加入一些环境描写。譬如说过节,周围的环境什么样啊,气氛怎么样啊,人们分别是怎么吃的、说的、玩的等,适当地描写,习作的内容就丰富了。

第三,交代节日的习俗。

不同的节日有不同的习俗,甚至同一个节日,由于地域、生活习惯、条件不同,其表达方式也不尽相同。主要表现在方式方法和饮食、活动上。上节课讲过的春节,初一早上一顿饺子就有多种不同的吃法,何况那么多的节日,还有五十六个民族,内容该是多么丰富啊!清明节、端午节和中秋节的习俗老师刚刚讲过,同学们可以再温习一下,等会儿应该有内容可写了。

第四,详写过节的经过。

这是每次作文必讲的内容,写节日也不例外。其实,就是交代清楚什么人在什么地方过什么节,节前怎么准备的,节日怎么过的,吃的什么饭菜,进行了什么活动等。如果本人参与了某个节日,除了要交代经过之外,还可以写一写自己的收获和感受等。把过节的经过详细叙述下来,就是一篇合格的写节日作文了。总之,写节日的作文重点在过节的过程,不论采用什么方法,只要交代出过的是什么节日,怎么过节日的就行了。可以写自己家,也可以写别人家;可以写自己的经历,也可以写见闻、感受;可以写集体活动,也可以写独自参与的项目。

景老师讲作文

