

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导师、河南省“国培计划”项目培训专家、许昌市首届科普专家、许昌市新长征突击队、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。

“金钱”的心理分析(之五)

金钱观是我们价值观的重要体现,也会在某种程度上影响着我们的人生观。而我们对待金钱的态度,也会影响到我们的财富现状。若想坦然谈钱、赚钱、花钱,面对金钱,需要我们不断突破自己的认知范围和心理局限。

马克思主义理论科学地揭示了金钱的本质和历史作用,认为金钱作为物质财富,是人类创造的,并为人类服务,人类应当是金钱的主人,而不是金钱的奴隶。我们凭借自己的双手,创造属于自己的财富,实现财富自由,过上丰盈富足的人生,恐怕是很多人所追求的理想人生吧。

首先需要克服的是对于金钱的恐惧和匮乏。

当我们花钱的时候,去感恩我们所花出去的每一笔钱,带着喜悦的心情去迎接金钱所换取的任何一件商品。感恩为我们创造商品的每一个人,感恩金钱,感恩一切。

相反,我们如果总是念叨着“没钱”,那么我们可能就会永远处于没有钱的状况。不是让我们都去打肿脸充胖子,而是在花每一笔钱的时候,都带着积极的心态,才会吸引到更多的财富。我们都不喜欢和消极负面的人打交道,觉得和那些负能量的人在一起的时候感觉会很累,或者会被“榨干”,会感觉到“无力感”。同样,金钱也不喜欢这样的人,或者说,能赚钱的事别人也不愿意和这样的人一起去完成,所以负能量满满的人也就失去赚钱的机会了。

所以,也提醒我们父母,不要总是在孩子面前哭穷,或者希望用这种方式让孩子学会珍惜眼前的幸福生活。因为这样子培养出来的孩子,要么是真的对于金钱是匮乏的,沦为金钱的奴隶,为五斗米折腰;要么长大之后,会报复性消费,铺张浪费,最后耗尽家产,穷困潦倒。我们可以和孩子一起奋

斗拼搏,让孩子也能够体会到金钱的来之不易;同时,也用自己的劳动所得,犒赏自己,在这种激励和强化之中,体会努力工作、赚钱花钱的辛苦和幸福。其实孩子小时候对于物资的需要是极其简单的,我们大可不必过度紧张和担心。在孩子小时候需要什么的时候,及时满足和充分满足,那么他长大之后就不会有对于物质的匮乏和紧张,也就不会对于物质追求过度消费,反倒能够更好的完成自己的人生使命,创造自己的人生意义和价值了。

其次,改变我们对于金钱认知的局限。

我们对于财富的理解和感受,来源于我们过去的生活模式,来源于过去的经验积累。父母和周围人带给我们物质生活的体验和感受,形成了我们对于金钱世界的认知范围。我们需要尝试突破这些认知局限,才能体验到更多不一样的生活,拥有更加丰富多彩的人生体验。有一段话是这么说的,“你永远赚不到超出你认知范围之外的钱,除非你靠运气,但是靠运气赚到的钱,最后往往又会靠实力亏掉,这是一种必然。你所赚的每一分钱,都是你对这个世界认知的变现,你所亏的每一分钱,都是因为对这个世界认知有缺陷……”所以,我们需要不断提高自己的认知能力,提升格局,打破自身局限。最便捷的方式恐怕就是不断地读书学习了,读万卷书行万里路,才能不断走出自己认知的圈子和局限。父母做好榜样,孩子才能做到百尺竿头更进一步!

最后,想表达的一个观点:每个人都可以有自己的金钱观和价值观,我们不去要求别人,也无需勉强自己,适合自己的人生才是最好的。正是这样,才有了我们的大千世界、芸芸众生,才让我们的生活丰富多彩,五彩斑斓。让我们时刻怀着一颗感恩之心,去珍惜每一个当下,去展望美好的未来,过好自己的一生!

闲话“让真情自然流露”

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。



“让真情自然流露”,题目有点怪。写什么呢?课本上有这么一句话:“生活中经历的一切,都会带给我们各种各样的情感体验。”应该说,这就是写作的内容,包含了生活中的一切事情。那么,怎么写呢?注意以下几点:

首先,确定习作的体裁。

“让真情自然流露”,不是具体的写作题目,只是一个写作范围,其中的核心词是“真情”。什么是真情呢?自然要根据具体的事物而定,也就是说,一切“真情”必须由事物产生,没有事物就没有一切所谓的“真情”。譬如天高云淡,朗朗晴日,忽然看见一群大雁在天空南飞,你会忽然有种天冷的感觉,于是抒发“天又冷了”的情感,感叹日子过得太快。再如考试考砸了,不仅受到老师的批评,还受到一些同学的讽刺和家长的唠叨,这个时候你能有好的心情吗?于是你可能暴躁、可能悲哀、可能后悔、可能难过,从而导致情绪的爆发。这些就是“真情”。写作的时候,将由这些事物导致的情感波动具体表现出来,就是“自然流露”。因此,可以把本次习作看作是记叙文,是抒情的记叙文,也可以看作散文。

其次,明确情感的类型。

“让真情自然流露”,很显然,“真情”是本次习作的要点。什么是真情呢?就是通过具体的事物,作者从而迸发出的一些欢快、愤怒、悲伤、欣慰等具体的情感,这些欢快、悲伤、愤怒、欣慰等就是“真情”。情感分正面、负面两个方面。正面的如畅快、欢乐、感动、激动、激励、欣喜若狂、归心似箭、欣慰、痛快、盼望、渴望、留恋、怀念等;负面的如恐惧、惧怕、害怕、愤怒、狂躁、追悔莫及、难过、悲哀、愧疚、忐忑不安、沮丧、扫兴等情感。例如《匆匆》中抒发的是作者对时间匆匆流逝的遗憾、珍惜等情感;而《那个星期天》则抒发了作者对母亲没能兑现诺言的焦急和失望之情。明白这些情感的类型,在叙述事件或描述事物时,抒情就有了方向。武林同学在《难忘那条小巷》里写了“和妈妈去了她的老家,见到了妈妈经常念叨的那条小巷。”小巷长什么样呢?“青砖铺成的小巷已被岁月和居民磨得没有了棱角”,“两边那红瓦错成的房顶上长出了青苔”。从妈妈口中得知,在这条小巷里,孩子们欢快地玩耍、写作业,大人们不停地忙碌,还有卖江米球、卖冰棍的老爷爷、老奶奶……由此,小作者发出感慨:“小巷多么寻常啊!”“别了,小巷,可爱的小巷!”对家乡小巷的怀念、留恋和热爱之情充满字里行间。

第三,选择具体事件,叙述事情经过,表达真情实感。

本次习作的内容极为宽泛,包括生活中经历的一切,既可以是经历过的事件,也可以是见过的具体事物或景物,选择一种或是一件,然后将其叙述出来。不过要切记,由于体裁是记叙文,叙述事情的经过就成了习作的必须。或是按照事情发生发展的顺序叙述,或是按照时间先后顺序叙述,一定要把事情经过具体地交代出来。当然,在交代事情经过的同时,还要将自己对某一事物的看法、认识等表达出来,这就是抒情。常用的抒情方法是,可以在事件叙述完之后集中抒情,也就是抒情式结尾;也可以一边叙述一边抒情,把情感寄予事件之中。例如《那个星期天》,作家按照时间发展顺序写出了一天盼望走出家门的过程,抒发“我”盼望走出去的情感,一边叙述一边抒情,结尾情感爆发,居然哭了起来,“不住地流泪”。

总之,“让真情自然流露”必须寄托于具体的事件和事物,通过对事情、事物、景物等的叙述,从而抒发自己的某种情感。所以,按照记叙文的要求,选择一件事或一种物,将其具体描述下来,同时适当地表达一下自己的情感,就是本次要求的习作了。

景老师讲作文



小故事 大道理

海伦的铜镜



一位考古学家在特洛伊古城发掘出一面古铜镜,铜镜十分完整。考古学家在铜镜的背面发现了一行文字,但他不认识,那不是古希腊文字。他参考了很多古文字的资料和档案,还请教过专门研究古代文字的资深专家,还是没有结果。

一直到他死去,他都不知道那一行文字的写的

是什么?

后来,这面铜镜一直保存在大英博物馆。

一天,博物馆来了一个年轻人,看样子他跟老馆长很熟,老馆长将他带到存放古镜的房间里。

年轻人将镜子背面的文字对着一面玻璃镜子,“别人都认为你向左,我知道你是在向右。”古镜背面的古希腊文字原来是按照镜子里的影像刻的。这也许是海伦送给她的情人特洛伊王子帕里斯的一句话。

“我爷爷是一个杰出的考古学家,可他却把一生的光阴都浪费在这几个字上了!”年轻人说道。

“别人认为你在向左,其实你一直是在向右!”老馆长意味深长地说着这句话。

(晨小)

哲理:

重要的是过程,而不是结果。过程是体现你对理想的追求是否执着的最好方式,生活、事业、爱情皆如此。当你意志不定开始动摇的时候一定要坚持住,你要知道——“其实你一直是在向右!”