

青少年心理健康专栏

青春期突围

当你的孩子酒精成瘾(二)

□丁兆梅

大牛夫妇一夜无眠,守着病床没头苍蝇般地上网查询。不搜不知道,一看吓了N跳:酗酒的毒害真不是一般的小!不止耽误一代,有的甚至会祸害三代以上!音乐巨匠贝多芬和写作大师海明威,都是平凡地球人心中扼住命运的英雄和斗士,但他们均陷入家族酗酒魔咒后无法自控,无力自拔,最终走向自我毁灭。再搜,又发现还有很多名人同样因酗酒把人生搞得乱七八糟:哈佛天才少年谢家华、1987版《红楼梦》中贾瑞的扮演者马广儒、混成酒鬼后越活越潦倒的歌手井冈山、因喝酒致肝坏死的相声演员师胜杰、著名男演员傅彪等等。这些人的曲折经历和个人磨难,令人不寒而栗。再挖其背后的家族因素,一言难尽。

一个普通人家,为何会遭遇如此厄运?这可如何是好?大牛夫妇心如刀绞。

清醒后的小牛面对父母焦灼关切的目光,别过头去,憋了很久后才小声对妈妈提出请求:我真的没法跟你们说,送我去见心理咨询师吧。

大牛夫妇找到了我。听完以上种种,我建议他们先去医院看专科医生,等医院诊断后再考虑心理咨询事宜。心理咨询师是一个既专业又高危的行业,来访者与咨询师的气场相容很重要,需求匹配也有讲究。

咨询师们术业有专攻,有的擅长行为矫正,有的擅长关系调适,有的擅长家庭治疗,有的擅长恋爱指导……但不管擅长什么,都需在排除身体器质性病变的基础上展开咨询。

心理咨询师俗称心理医生,但没有处方权的心理医生们面对这种情况时会不约而同地做一件事:转介。立即转介,把来访者转给有处方权的专业医生。这是行业底线。

是的,酒精成瘾并非普通心理障碍,而是一个医学问题,需要专业医生进行系统科学的测量诊断后再给出对症下药方。只有医学干预先行一步,心理咨询才能促进恢复。

大牛夫妇不敢耽误,立即照做。后期心理咨询时,恰逢我工作调动,加之跟小牛不太熟悉,尚未来得及建立良好的咨访关系,视频语音咨询等总归没有面对面实时观察和及时反馈的效果好,于是给大牛夫妇分析利弊后征求意见,将小牛再次进行了转介。如果大牛夫妇需要我提供心理支持,那是可以的。后来讨论咨询进展时,小牛的咨询师提及第一次会面场景:前十五分钟小牛面无表情,一言不发;中间半小时,他断断续续倒苦水,含蓄表达想喝酒、吃药好难受、整个家里其实并没有人真正在乎他的感受等意思;后十五分钟,他就跟个瘾君子似的,哈欠连天、暴躁倦怠、答非所问。

(本栏目由江苏省海安高级中学供稿)

钱是从手机里长出来的?

□黄丽娟

我有一个好朋友,是二胎妈妈。有一次,朋友乐呵呵地告诉我,小女儿竟然以为妈妈的钱是从手机里长出来的,所以是一直用不完的。如今,互联网支付的便捷,的确让孩子对金钱的概念越来越淡薄。有些家庭对孩子一贯宠爱有加,但凡孩子提出的要求都会一口答应。有些孩子出去看中什么就要买,不买就在大庭广众之下大哭大闹。如何帮助孩子改变这种消费习惯,树立一种正确的金钱观呢?

首先,父母要以身作则,做好榜样。平日里,父母花钱不能大手大脚。去超市或商场购物前,家里成员可以在讨论的基础上列好购物清单,并约法三章,清单之外的东西坚决不买。若孩子提出不合理的要求,不仅不能无条件地满足,而且要以合适的方式批评教育。另外,家长平时要将家庭、生活的真实情况甚至工作情况直言不讳地告诉孩子,让孩子明白金钱的来之不易,帮他们树立一种正确的心态。

其次,父母要从小培养孩子的储蓄观念。著名教育专家戈弗雷在《钱不是长在树上的》一书中,建议父母最好给孩子买三个漂亮的储钱罐,第一个罐子里存用于日常开销的钱,第二个罐子里存将来某个时期购买较为贵重物品的钱,第三个罐子里的钱则长期存在银行里。当孩子看到储蓄罐里存有数目不菲的钱时,会觉得很惊喜。当孩子用“自己攒的钱”买到自己想要的玩具时,会比较而易举地从父母处得来更加珍惜,还可以懂得积少成多的道理。等孩子大一些,父母还可以给孩子在银行开设理财账户、传授给孩子理财方面的知识等等。

第三,父母适当创设情境,给孩子体验挣钱的价值。很多家庭往往采用让孩子做一些力所能及的家务事,然后给其一定数额的零花钱。此举可以试试,但要注意避免让孩子形成只为钱而做家务的意识,要经常引导孩子懂得,做家务也是他的义务,是生活的一部分,做家务不是为了钱,而是为了锻炼以后独立自主的能力。我们可以利用重大节日,让孩子走上街头卖花,或者利用双休日、寒暑假,让孩子去街头卖报等等,让孩子通过亲身实践,感受自力更生的不易、快乐与成就感。

最后,父母要引导孩子正确认识金钱的作用。在日常生活中,父母要注意自己的言行举止,尤其谈到金钱话题时,一定要让孩子明白金钱不是万能的,不是任何事都可以用金钱去计算。比如告知孩子,家长抚养孩子及孩子做家务都是家庭成员间应尽的义务,这些都不能用金钱去衡量。金钱更难以买到知识、健康和亲情。



我用《笠翁对韵》给孩子开蒙

□王晓

蒙学即启蒙之学,指的是对儿童的启蒙教育。作为两个娃的妈妈,经过长时间的研究比较,我觉得《笠翁对韵》是一本不错的启蒙拐杖,可以帮孩子入门博大精深的汉语言、汉文化。

《笠翁对韵》是明末清初著名戏曲家李渔的作品,是前人学习写作近体诗词,用来熟悉对仗、用韵、组织词语的启蒙读物。李渔号笠翁,因此书就叫《笠翁对韵》。全书分卷一和卷二,按韵分编,书中内容广泛,包罗天文、地理、花木、鸟兽、人物、器物等的虚实应对。从单字对到双字对,三字对、五字对、七字对到十一字对,声韵协调,朗朗上口,从中得到语音、词汇、修辞的训练,从单字到多字的层层属对,较之其他全用三言、四言句式更见韵味。书中历史典故、文学常识、文化习俗均有涉及,按照三十个韵脚分部来编写,用韵精准,对仗工整,语言通俗却颇有意蕴,显现出作者丰厚的文学积淀以及富有灵气的文学才思。有孩子的、热爱中华传统文化的、有家国根源理念的都可以练起来。听说中央戏剧学院有老师拿《笠翁对韵》让学生练习背台词,此招效果甚好。

二宝四岁不到的时候,我也开始给她引背《笠翁对韵》,过程也坎坷不断。这么点大的孩子认知范围有限,书里的词有些难认难懂,连成人都看得吃力。有人把记忆之学当作学习的细枝末节,很鄙视,其实记忆力是智力的重要标志。我不提倡孩子死记硬背,就算《笠翁对韵》这样的声韵之学,也坚持理解了去背。

讲解的过程中我用小故事穿插,一个字一个词磨开来讲。比如卷一东:“天对地,雨对风。大陆对长空。”天地、雨风好懂,大陆之大、长空之长,就要看启蒙者的表述能力了。我带孩子看地球仪,到野外看辽阔的旷野,看旷野之上的苍穹。再如“牛女二星河左右,参商两曜斗西东”这句,前面“牛女二星河左右”解释时可以穿插牛郎织女的故事,这个民间故事有一定社会知晓面,也浅显易懂,小孩子马马虎虎能懂。后面“参商两曜斗西东”就很费老母亲了,一字一节磨开来,讲一遍不行讲两遍。不得不说小孩子的领悟力是很强的,讲多了背多了,有些地方不用讲,她就能意会。比如读到“十月塞边,飒飒寒霜惊宿旅”,她会做哆嗦状。读到“三冬江上,漫漫朔雪冷渔翁”,她会裹紧外套,脸上有孤舟钓者的苍凉。

起初一周只能背两三句,渐渐可以背半段,可以背一段。中途注重复习巩固,过一段时间歇一歇,消化消化。现在越背越快,有时候自己玩着玩着能自发背诵一段,高兴起来,还说唱、表演唱。这是《笠翁对韵》的应有之义,声韵学本就可以唱和,说明理解加深了一层,学到了真味。

近年来,中小学语文教材引用《笠翁对韵》的案例很多,一本三百余年前创作的启蒙读本,何以为当代语文教学所青睐?最重要的原因在于音韵精准、朗朗上口、内容丰富、表达典雅,体现了丰富的中华优秀传统文化,有利于提升学生的语文综合素养。

如果有一种启蒙读物能将开蒙与学业联系起来,岂不最佳?

