

今日金评

让孩子们松弛下来

近日,宁波市教育系统优秀中青年干部培训班在宁波市爱菊艺术学校举行。培训班特邀全国“教育大咖”刘希娅校长作讲座。她的一句“家长担心孩子紧张不起来,我们却喜欢让孩子们松弛下来”,发人深省。(5月30日《宁波日报》)

松弛是一种感觉,一种理想的精神状态,一种由内而外的放松,既包括身体上的轻松自在,也包括心理上的无羁无绊。

松弛,难吗?婴幼儿时期,环境舒适,没有顾虑和烦恼,吃得香,睡得香,玩得欢,是人生中最为松弛的阶段。看来,松弛是与生俱来的能力和状态。相反,用力太猛,过于较真,精神之弦就会越绷越紧,从而如手握流沙,抓得越紧,流失越快。

孩子随着年龄的成长,肩上担子越来越重,身边的条条框框也会

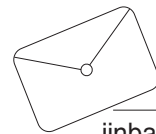
越来越多,受到的约束多了,自由活动的空间少了,松弛感也随之渐行渐远。一旦松弛感流失,精神焦虑便可乘虚而入,引发一系列的心理问题。据2023年的《中国青年发展报告》显示,我国17岁以下儿童青少年中,约3000万人受到各种情绪障碍和行为问题的困扰,有4.76%—10.9%的儿童青少年出现过不同程度的焦虑障碍。

孩子是天生的乐观派,后天出现的心理问题,很大程度上是受家庭、学校、社会的环境影响,其中家庭影响无疑是最大的。目前,学龄孩子的家长大多在40岁上下,他们无论在事业上,还是在家庭中,都是当之无愧的中坚力量,责任大,压力也大。这些家长往往深陷焦虑而不自知,误将焦虑当鞭策,有的甚至把职场上的生存竞争法则直接套用在孩子的教育问题上,目标急功近利,不仅向孩子传递着

焦虑,而且还加重了孩子的焦虑。

家庭是孩子们的第一课堂,想让孩子们松弛下来,首先要让家长不再焦虑。三流的父母当保姆,二流的父母当教练,一流的父母当榜样,在心态问题上,父母也应该做出表率,学会接受孩子的优点和缺点共存,不必执着于孩子按照大人们预想的样子成长,他们有属于自己的成长轨道,家长要做的就是给孩子成长提供支持和滋养。想明白了这些,父母们可以舒缓下来,从内到外发出一种松弛感。孩子们接收到这种讯号,也会跟着放松,产生更多的信任与和谐。

孩子有孩子的天性,孩子有孩子自己要走的路,看得通透一点,做得洒脱一点,放手也是一种关爱。不抱怨,不苛责,不强求,给孩子的心灵松绑,让孩子们松弛下来,这是父母赠与子女的最好礼物。 景新



投稿邮箱

jinbaopinlun2012@126.com

本埠声音

“最后一课” 心有大爱

1986年出生的徐金宝,是浙大宁波理工学院高分子材料与工程专业教师。去年12月,被确诊为胆管癌。当他自知来日无多后,告知妻子程娜:“如果我去世了,我想捐赠眼角膜和遗体,希望得到你的同意。”程娜最终选择支持他的决定。6月4日凌晨,徐老师走了。程娜悲痛又欣慰地说:“他说,哪怕自己毁灭了,也要用自己的身体,给学生上‘最后一课’。作为老师,他终于如愿了。” (本报今日A09版)

这是一堂非常特殊的“最后一课”,它没有教材,没有教案,甚至也没有授课过程,只有徐老师留给妻子的一句话:希望通过捐赠眼角膜和遗体方式,给学生们上“最后一课”,也给自己的两个孩子上“最后一课”。整堂课只表达了授课者的意愿,内容和主题阙如。

同为教师,笔者不揣冒昧,试图还原和总结这“最后一课”的价值和本意,权当是从另一个维度解读徐老师的遗愿吧。

这得从遗体捐献和器官移植的现状说起。虽然我国实施遗体器官捐赠已有30多年,但现状不容乐观。数据显示,登记遗体捐献的人数仅占国家总人口数的0.01%,实际捐赠的人数仅占登记总人数的4%—20%。器官捐献率更低,仅为0.03/100万。

国民为什么不愿捐献自己的遗体器官?原因除了相关法律法规不完善、遗体器官的捐献程序不方便、捐献善后服务不到位等因素外,很重要的一点是观念问题。两千多年来,国人深受儒家思想影响,都希望入土为安、寿终正寝,这种传统观念严重制约了国人的捐献意愿。

徐金宝老师身上最为宝贵、也最令人动容的是,他有一个自己的生死观,“趁活着,把人生的句号先描上。”从学生和同事的回忆中可知,徐老师此生的句号画得非常圆满。难能可贵的是,他不满足于此,他还有更远的追求,恰如他在去年年底写下的那条微信所言:“如果有来生,要做一棵树,站成永恒,没有悲欢的姿势。一半在土里安详,一半在风里飞扬,一半洒落阴凉,一半沐浴阳光。”

这得心怀多大的爱,才能在临终之前发出如此感人肺腑的遗愿!

读罢“不要葬礼不要坟墓不要哭泣,安安静静”这句遗言,笔者情难自抑,不禁吟哦道:生如夏花之绚烂,死如秋叶之静美。徐老师活得短暂,但活得灿烂,其人格光辉不仅照亮了他的学生、家人、同事,也照亮了无数读者,并让大家憬悟到:胸有大爱,方能洞彻生死,无惧死亡,活要活得有价值,死也要死得有意义,譬如死后把器官和遗体捐献出去,让自己的生命在他人的身上继续存活,得以延长。

这就是徐老师给学生和孩子上的“最后一课”的价值所在。 王学进

百姓话语

让“保租房” 成为毕业生的“暖心房”



漫画:严勇杰

毕业季来临,又有一批大学生即将告别校园,踏上全新的人生旅程。为满足高校毕业生留甬租住需求,提升毕业生群体的安居体验,由市委人才办统筹,市住建局会同市教育局、市人社局、团市委、宁波日报报业集团、宁波城投集团,将于6月6日起开展主题为“甬有保租房”的宁波保障性租赁住房进高校系列活动,把保租房“送”到在甬多所高校的毕业生身边。

(6月5日《宁波晚报》)

眼下,正值高校毕业生的“毕业季”,也是高校毕业生的“求职季”,不少高校毕业生纷纷走出校门,来到各个城市应聘、求职。

众所周知,对于应聘、求职的毕业生们来说,来到陌生的城市,首要问题就是住宿如何解决?近年来,不少大学毕业生入职后又选择辞职,其中不少人就是因为房

租房而不得不选择离开这座城市。

此次,我市多部门联合开展主题为“甬有保租房”系列活动,把保租房“送”到高校毕业生身边,这无疑是一个利好政策,不仅彰显城市的温度和温情,更体现城市引才、留人的真心和真情。

一方面,政府部门提供了“保租房”,不仅能帮助刚入职的毕业生们省下一笔不小的租房支出,给他们的生活带来极大的便利,而且也能够让他们切身感受到城市服务的体贴入微和城市待人的浓浓暖意。

另一方面,政府部门提供了“保租房”,这些刚刚入职的毕业生们就可以更加坚定地选择“留下来”,既安心地在这座城市里工作,又为这座城市的建设和发展尽一份心,出一份力。同时,也让大学毕业生们对这座城市增进了好印象。

当然,更为重要的是,政府部

门提供了“保租房”,也让城市“尊重人才、重视人才、优待人才”的满满诚意得到了充分的诠释。对于大学毕业生们而言,这无疑也是一颗“定心丸”。

据了解,近年来,多地城市为体现引人、留人的真心和真情,已纷纷推出各种利好政策,有的提供人才公寓,有的提供购房补贴,等等。可以说,这些利好政策不仅能让大学毕业生们安居乐业,还能让他们实现人生理想,更能推动城市的建设和发展。

让“保租房”成为大学毕业生的“暖心房”。期待有更多的地方能够像宁波这座城市那样,推出更多类似“保租房”这样的暖心政策,打造更优的就业创业环境,让更多的优秀大学毕业生引得进、留得住,从而为地方高质量发展贡献更多的力量。

叶金福