

# 让父母的正能量注入孩子心田

——失衡儿童及青少年心理治疗案例及手记

徐贵云

一个目光慈祥,柔声细语,面带微笑和适宜的身姿,最具亲和力和渗透力,让人放松、愉悦。这些外在形式,由内心安详、快乐、尊重所支撑。好感觉会传播,正能量会传递,浸润到心底就会驱散化解内心的负能量、负性情绪,这是治愈心理问题的基本原理——正能量感化糟心情。

前国际沙盘游戏治疗协会主席茹丝·安曼说:“治愈心理问题的根本因素,是治疗师的人格特质”。如果学会修得好的人格特质,传递给孩子好的“正感觉”,父母就是治愈孩子心理失衡的大师。

**案例一:**一个3岁半男孩的家长在咨询中反映,孩子好动,难管,怕黑,不好好吃饭,和父母对打对抗。

经过半年心理治疗,家长反映孩子开始听话了,不再怕黑、吃饭也好了;到幼儿园表现得跟换了一个孩子似的,老师反映很有礼貌、讲道理,幼儿园的表演总是少不了他。

**治疗手记:**因为缺失父爱,孩子胆小,没朝气,干什么都不积极。为此,妈妈经常急躁,发脾气时常打骂,导致孩子的恐惧感很强;正欲求得不到满足,经常偷偷玩游戏,或偷钱买小零食吃,出错时死不认账,这些都是缺乏安全感和温暖感的表现。

经过4次治疗,上述症状减轻很多,主动和妈妈认错,在学校表现良好,主动学习。

**案例三:**15岁的初三男孩,父母两地分居,只有周末见一面。初二时,在校园被冤枉故意不交作业,被愤怒的爸爸当着老师的面狠狠扇了一耳光后,退学回家。转学到妈妈所在的城市读了半年初二,但常请病假不上学,甚至想自杀与妈妈离婚的爸爸。

治疗手记:经过1年半的心理治疗,孩子自述,想杀爸爸的强烈念头消除,从动员妈妈和爸爸离婚,转变为调解父母间的矛盾。他把提出离婚的爸爸强拉回来,每周末都回家。现在,孩子已顺利升入高一。

深入了解这个孩子的成长史后,发现他的爸爸酗酒时,常打骂他,他心里的积怨无从发泄,曾多次威胁母亲想自杀,逼得妈妈的心理接近崩溃。

我多次与他妈妈交流,提出建议,她改变了与孩子的沟通方式,孩子逐步走出恐惧被爸爸暴打的阴影,重新回到学校。

**案例四:**一位17岁女孩,在4岁时父母

平和地对待他;当他不小心摔坏沙具时,我温和地对他说:“没关系”,提醒他“下次小心”,教他怎样是正确的方法;他经常打我,发狠,我都不为所动,耐心地和他玩。建立良好关系后,他每次都邀请我和他玩,像好朋友一样,离开时很开心。

我们的父母需要学习换一种方式,用温和的态度对待孩子,如果我这个陌生人因以持续温和的态度都能消除他的恐惧感,那么,父母的温柔体贴带给孩子的则是踏踏实实的成长。

**案例二:**一个单亲家庭的11岁、五年级男孩,4岁时,父亲因公牺牲(警察),由妈妈、外婆照顾,家长反映的症状是:撒谎、不爱学习、不写作业、在外面玩不爱回家,和外婆、妈妈对抗,妈妈常接到老师的告状电话。

**治疗手记:**因为缺失父爱,孩子胆小,没朝气,干什么都不积极。为此,妈妈经常急躁,发脾气时常打骂,导致孩子的恐惧感很强;正欲求得不到满足,经常偷偷玩游戏,或偷钱买小零食吃,出错时死不认账,这些都是缺乏安全感和温暖感的表现。

经过4次治疗,上述症状减轻很多,主动和妈妈认错,在学校表现良好,主动学习。

**案例三:**15岁的初三男孩,父母两地分居,只有周末见一面。初二时,在校园被冤枉故意不交作业,被愤怒的爸爸当着老师的面狠狠扇了一耳光后,退学回家。转学到妈妈所在的城市读了半年初二,但常请病假不上学,甚至想自杀与妈妈离婚的爸爸。

治疗手记:经过1年半的心理治疗,孩

编者按  
用关爱支撑留守儿童成长

9月1日,从幼儿园到中小学陆续开学了,留守儿童们在暑假与外出打工父母的短暂相聚后,又与他们匆匆分离。数据显示,我国有超过6000万名留守儿童,帮助他们的父母提高与孩子沟通的质量和技巧,这是作为服务千百万打工者的媒体的社会责任。于是,编者邀请了两位工作在一线的中年心理咨询师,为留守儿童的父母提出一些与子女有效沟通的建议。

曾听上世纪50年代出生的一位朋友

聊天,她家在东北农村,因太穷,自己当妈妈后,看着襁褓中的孩子歇斯底里地哭闹,旁人提醒她,孩子哭成那样是饿的,她才赶紧喂奶。

她自己分析,还是因为在成长中,没有得到母亲充分的呵护,从基本食物到基础教育需求都不能得到满足。当她成为母亲时,从自身条件到家庭和社会环境,都无法支撑她做一个有力量的养育者,而当她的孩子长大后,却也无法理解母亲成长

环境的恶劣。

近期,有一则新闻说,一位14岁留守少女因缺乏教养和正确引导,沦为贩毒头子。应该说,留守儿童的犯罪现象,是这一群体中的极端例子。更为普遍的问题是,他们极易产生人格缺陷,这会影响他们未来的家庭幸福,缺乏成功社会角色的体验。这些问题处理不好,从家庭关系到社会关系的处理,都会留下隐患。

为千百万辛苦的打工者打开一扇窗口,提供一些简单有效的沟通技巧方法,让他们通过书信、电话或互联网,与孩子的每一次交流,都能尽可能将父母的浓浓关爱,传达到孩子心底,赋予孩子生命成长以力量,这是我们编辑本期稿件的初衷所在。

高二末的30名左右,高考目标是“中国人民大学”。

作为父母,要珍惜和孩子相处的时间,让内心充满爱和耐心,克服坏脾气所产生的坏感觉,像对待一棵小树一样耐心陪伴孩子长大。让孩子吸足父性的阳光和母性的雨露,保护和滋养孩子的心灵世界,在幼儿园、小学期、中学期,健康地完成各时期的心理成长任务。

跟着内心充满正能量的感觉——“正感觉”走,为孩子营造内心平静和谐的环境,为他们“成龙成凤”提供最给力的心理保障。

佛山:83岁婆婆摆摊  
供孙女上学



支撑孩子受教育之路上的家人们:2014年4月,佛山市禅城区汾江中路“大可”店门前,为了赚钱供孙女上学,83岁的伍四妹正在摆摊卖各式杂货。 CFP

流动体检车开进雪山  
为农民工体检

本报讯(特约记者邢生祥 通讯员贾建辉王大春)“以前没有正规体检过,不出门就可以免费全面体检还是头一回。检查证明,身体没有任何毛病,我们在做工作就放心了。”来自甘肃定西地区的农民工李崇庆说。

日前,中铁五局一公司花久公路指挥部牵头青海西宁湘雅医院,为花久HD4标、DJ13标、DJ16标三个项目部的1400余名农民工提供免费体检。

这是青海花石峡至久治公路开工以来,开进雪山工地的第一辆流动体检车,该指挥部以人均300元的费用为一线员工体检,建立健康档案,对不适宜在高原务工的农民工,发放工资并安排车辆送其回家。

山海关为119名  
农民工讨薪280余万元

本报讯(特约记者朱润胜 通讯员李永利 陈国新)截至8月底,河北秦皇岛市山海关区人社局共受理解决投诉案26件,为119名农民工追回工资报酬285.5万元。

今年,该局探索让维权难点从“年底集中”向“日常监管”转变;从“被动接访”向“主动预防”转变;从“单向执法”向“双向加强”转变。把专业人员派到一线,保证服务“零阻碍”、确保工作“零差错”。

截至8月底,该局共采集行政区域用人单位详细信息338家,涉及农民工6833人;审查用人单位130家,涉及农民工25200人;检查在建施工单位18家,涉及农民工5700人。

新学期开学  
“小候鸟”返乡

启程回四川广安市邻水上学的谭正元与王俊峰,在江苏太仓市客运中心候车大厅内快乐游玩。

新学期开始了,各地的“小候鸟”们迁徙返乡,开始进入新学年紧张的学习生活。 CFP



# 爸爸妈妈要学会表达你的爱

陈香梅

据全国妇联最新发布的研究报告显示,目前,中国有农村留守儿童6102.55万,占全国儿童的21.88%。他们的父母因为各种原因把孩子留在老家,或送去寄宿,导致幼儿得不到父母之爱的抚慰。

开学前后,耳闻目睹进城看望父母后返乡孩子们的故事,让我回想起第一代打工者的孩子们长大后痛苦的诉说,还有他们父母无奈的申辩……

让我们听听孩子的诉说:

小希说:“不被人疼的孩子必须要学会坚强。”

刘真说:“上小学后,妈妈外出打工,我突然一下看不到她了,很疑惑,害怕得要死。与妈妈过早分离,让我觉得任何人都不值得信任。”

小曼说:“我爸妈说他们出去都是为了我,我觉得他们很虚伪,其实是为了自己。”

再听听那些父母的苦衷:

“老人不能跟我们一起来,我们要上班,只能把孩子送回老家,让老人帮着带了。”

“我们请不起保姆,只能把孩子送出去。”

“学校要求寄宿,虽然不舍得孩子,但也没有办法。”

在竞争激烈,资源有限的环境压力下,那些到城市打拼的父母们,把孩子送回老家抚养或直接送到全托幼儿园和学校寄宿,以减轻经济和精神压力。从现实角度,我们深深理解这些父母的难处,但也为这些孩子的健康成长担忧。

缺乏父母之爱的养育环境,易导致孩子内心没有安全感和自我评价偏低。心理调查显示,留守儿童中最普遍的问题是:对亲密关系恐惧、有自卑心理、缺乏规则、不善于表达、没有良好的学习和生活习惯。

我在咨询中发现,留守儿童长大后的行

为表现,要么胆子小,做事情畏首畏尾;要么胆子大得要命,什么都敢去尝试。如上文中提到的刘真,刚刚大学毕业,给人的印象是适应能力强,把自己照顾得很好,同时把家里人也安排得妥妥帖帖。

刘真说:“我大部分时间其实是在一种‘担心’的状态里。担心家里人有没有事情?担心新工作完成的不好,担心总有什么发生。当有突发事件时,我内心紧缩成一团,甚至想找一个安全的地洞钻进去,再也不出来。在我的世界里,没有‘放心和安全’这几个字,我不相信任何人。”

与之相反,小曼觉得这世上没什么可怕的,“大不了一死”是她常挂在嘴边的话。她说,没有什么是她在意的,因为一旦在意了,随后就会带来恐惧。同时,小曼也觉得“人不可信”,因为人是最靠不住的!

孩子没有父母的看护,就像没穿鞋子,光脚走在满是碎石和玻璃渣的小路上,他要用稚嫩

步,让张亮把风筒递给我。我拿着风筒刚站直身体,就突然一下栽倒了斜巷中。

张亮见状,连忙把我拖下来,将我的头塞进风筒的出风口,用新鲜风流吹醒我。后来,我们去检查斜巷内的瓦斯,浓度竟然超过了60%,是最早检查的位置低了,才造成瓦斯浓度不大的误判。

这回出险想还真是后怕,要是没人把我拉出斜巷,要不了多久我就会窒息而死。

2005年后,我们先后退出了救护队,他去通风队当了队长,我则因为有新闻写作特长,做了专职宣传干事。15年的共同工作经历,大哥不但两次挽救了我的生命,还教会我写作技能,让我受益一生。

我的故事

# 难忘矿井中两次救命的兄弟情谊

最长供氧工作时间3小时。该设备唯一的不足,是使用到最后时,二氧化碳吸收剂有可能失效,会造成使用者的供氧不足。

我就是这种情况的受害者。训练途中,最后有一段200米的上坡路,爬完再下行50米就回部队了,这时,带队训练的张亮发出了指令:跑步完成最后200米。

于是,大家争先恐后地跑向终点,我也不甘落后,一路奋力前行。呼吸器是定量供氧的,运动强度加大后必须手动补气,一路只听见“噗嗤……噗嗤……”的补气声。

前100米都还觉得没什么,行程过半后,就感觉明显的头痛,尽管大口大口地呼吸,总

还是觉得憋气。兄弟们都冲到前面去了,身体明显不适的我,坚持着跌跌撞撞向上冲……

当时的我头脑一片空白,说不清楚是已经意识模糊还是一种意念在坚持,我没有停下来,而是继续往前冲,径直从一个近两米高的土坎跳了下去……

一直紧跟在我身后的张亮,似乎感觉到意外,也跟着跳下来,一下扑倒爬起来还想继续向前冲的我,扯掉我的呼吸器面具,让我自然呼吸,并大声呼喊我的名字……

过了好一阵,我才清醒过来。回想起刚发生的事,一股凉气直冲头顶:前面还有高坎,要不是大哥及时拉住我,后果将不

张登泽

他叫张亮,叫他大哥是因为我们同姓,他比我年长4岁。我们一起在重庆能源集团蓬莱煤矿救护队摸爬滚打了15年。

1990年,我刚进救护队时,他已经是副中队长。全队20多人中就我们俩姓张,所以他对我特别关照。

第一次相救发生在入队后没几天。当时,队里组织我们6名新队员,进行氧气呼吸器使用耐力训练,负重10公斤行进1万米。当时,我们使用的是3型负压呼吸器,

的小脚独自走过这段路程,其艰难可想而知。

从心理学角度看人的发展,可以发现,孩子与妈妈的关系是一切关系的开始,安全而稳定的亲子关系,就好比一个安全基地,让孩子放心探索外面的世界。心理学家马勒说:“离开母亲去探索的婴儿和幼儿,总是要回到母亲身边待上片刻,‘加油’,从而开始新一轮探索活动。”

虽然隔代的祖父母带孩子,一样可以提供给孩子爱和安全的需求,但就持续性、稳定性和敏感性上来说,毕竟不如妈妈和爸爸更合适。

作为关心留守儿童的心理学工作者,我试着给留守儿童的家长们提出以下建议:

尽可能在孩子3岁以前,把他们带在身边抚养,建立稳定的亲子关系;

如果现实条件不允许,尽可能抽出时间回去看望孩子,不要让孩子长时间看不到爸爸妈妈。让孩子知道,虽然爸爸妈妈不在身边,但爱一直在;

不要为了补偿没陪孩子的愧疚感,而在物质上过多满足孩子。

尽可能与孩子多交流情绪情感方面的事情,而不仅仅是只问学习成绩。比如:最近过得怎么样啊?有没有不高兴或者高兴的事情要跟爸爸妈妈说呢?

遇到行为问题时,要多方了解情况。不一听到孩子“不听话”,先批头盖脸地骂一顿。这样,孩子一般会放弃跟你解释的机会,孩子的问题可能是综合因素作用的结果。

与孩子商定交流方式。稳定的、持续的、经常性的交流至关重要,比如,每周有几次电话或者视频交流。

经常与孩子的代养者或者老师交流,了解孩子的情况,及时掌握孩子正面临的问题。

这里特别想说的是,尽管我们称这群父母没在身边的孩子为留守儿童,但他们与父母没有外出的儿童没有太多显著区别,他们不是“问题儿童”的代言人。只是,成长的过程中少了父母陪伴,他们会更敏感、更需要关怀。