

《哪吒2》出圈后带给老人的三重启示

近日,《哪吒之魔童闹海》(《哪吒2》)登顶全球动画电影票房榜榜首,不知有没有您的一份贡献?可能对老年人来说,更熟悉的是1979年版的《哪吒闹海》。然而,相比老电影,“魔童闹海”的银幕前后都给银发人带来了更深层次的启示。

启示一:破解代际困局

《哪吒2》仍在热映,不过,超七成老年人还未曾观看。他们在面对孙辈讲述“哪吒与敖丙共用一个肉身”时只能尴尬沉默。70岁的王景亮感慨,孙子谈论哪吒,自己难插话,感觉被“嫌弃”了。

中南大学湘雅医院心理专科联盟主席杨放如建议,老年人应主动学习新知,参与社交活动,观看新的

影视作品,保持心态年轻。这样,既能破解代际沟通困局,也能帮助自己更好地融入社会。

管利芝今年73岁,对网购、手机支付等样样精通。女儿觉得《哪吒2》好看,给她买了票,她也开心地去看。管利芝认为,不能觉得自己年龄大了就放弃学习,持续学习是融入家庭与社会的关键。

启示二:守护“非标件”人生

电影中,哪吒“满身反骨”,被世人误解为“魔丸”转世。李靖夫妇虽然对哪吒有着严格的管教,但那份深沉的母爱与父爱却从未缺席。最后,哪吒以一己之力拯救了陈塘关,实现了自我价值。

对观众来说,特别是对老年人来说,可能也会面对晚辈的“叛

逆”。如果说“70后”“80后”还算“听话”,“90后”“00后”则更加突出个性。作为长辈,应更加关注孩子的心理健康与成长需求,给予他们更多的支持与引导。《哪吒2》的导演饺子弃医从影,蛰伏3年靠母亲退休金支撑创作。其母亲面对“啃老”非议时,坚定回应:“我看得见他眼里的光。”64岁的陈秀芳说:“儿子35岁未婚,整天搞自媒体。看了饺子妈妈的故事,我突然意识到,我们这代人总用‘安定’框定幸福,但孩子们追求的可能是不一样的人生价值。”

杨放如认为,老年人应理解晚辈们的职业多样性与代际差异,“避免将自身焦虑转化为对后辈的控制,而应适当学习饺子母亲的做

法,去观察、陪伴、适时支持”。

启示三:勇于打破“天命”

哪吒从“魔丸”到“救世主”的蜕变,打破了天命既定论。这对习惯以“老了不中用”自我设限的老年人来说,也极具启发——生命的价值不由年龄定义。

80岁的孙和安因黄斑病变一只眼睛失明,但仍坚持去老年大学上课。孙和安说:“就像哪吒说的‘我命由我不由天’,老年人更应该撕掉年龄的标签,去尝试年轻时未竟的梦想。”杨放如强调,老年人需正视身体变化,注重保健,同时不应自我设限,可以将退休视为新生活的起点,通过参与各种社会活动,实现自我价值。

武维利

如何面对孩子的攀比心

“同学家好有钱呀,又出去旅游了!”“同桌的生日礼物真漂亮,是专门定制的呢。”当家长听到孩子说出这些羡慕别人的话时,应该如何回应呢?是给孩子讲努力学习、实现自我价值的道理,还是对孩子的话不屑一顾,让孩子自己冷静处理?

国家二级心理咨询师白玫说,孩子在成长和社会交往过程中,通过对他人生活的观察和比较而产生攀比心,进而为寻求自我肯定、满足自我需要提出各种愿望,这是正常现象,家长不要盲目给孩子贴上“虚荣”“浮躁”等标签。出现羡慕

甚至攀比心理的孩子,个性往往是争强好胜的,但同时也不够自信,没有正确评价自我和他人,因而容易被周围的环境和人际关系所影响。家长不要急于否定孩子,只有读懂孩子的内心需求,才能找到正确的回应方式。

白玫老师建议,家长可利用孩子的羡慕心理,对孩子的行为作出正向引导。首先,家长要帮助孩子树立正确的价值观,不能以物质和金钱判断优劣高下,更重要的是提升个人的精神修养。其次,家长对孩子因为羡慕他人而提出的愿

望,可以适当延时满足。比如一家人坐在一起商量,共同制定“愿望清单”,将愿望分为容易实现和较难实现两种。对较难实现的愿望进行取舍,从而确定想要实现的长期目标。家长要让孩子明白,愿望很多,但并不是都能实现,要有判断和筛选,同时,实现愿望的过程就是努力付出的过程。最后,家长要用心分析孩子表达羡慕的语言,从中发现孩子内心的真正需求,鼓励孩子做积极的、真正热爱的事情。 据《今晚报》

教子有方

开学季,警惕孩子潜在心理健康问题

近日,全国各地中小学陆续开学,然而,不少孩子一时还适应不了学校生活。对此,首都医科大学附属北京儿童医院主任医师崔永华表示,经过寒假,孩子们的大脑已经适应了自由、放松、生活欠规律、低压力状态,面对校园生活,从生理层面考虑,大脑负责调控情绪的前额叶皮层需要重新适应。

从心理、社会层面而言,学习和社交的隐性压力也会给孩子带来一定的影响。

目前,青少年心理健康和精神卫生受到更多关注。对于孩子学习上的心理问题,部分医院陆续开设了学习困难门诊,甚至还开设了拒绝上学门诊等。中南大学湘雅二医院主任医师吴仁容认为,通过“学习困难”或“拒绝上学”等通俗化名称,可让家长更积极和更有针对性地带孩子就诊。学习困难和厌学、拒学门诊整合了儿童精神科、心理学、教育学等多个学科领域的专业资源,能够帮助家长和孩子找出问题的根源,并提供针对性的治疗和干

预。

吴仁容提醒家长,儿童青少年的学习困难和厌学、拒学可能与发展性问题有关,也可能是精神心理问题。所谓发展性问题,即青春期的情绪波动、短期的学习动力不足导致的学习困难,很多时候可以通过改善家庭氛围和学习环境等方式得到缓解。而由精神心理问题导致的厌学、拒学则应引起家长足够重视,要及时带孩子就医,由专业医师评估是否需要干预。“既要警惕潜在的精神心理健康问题,也不应将儿童青少年的发展性问题过度医学化。”吴仁容说。

据《中国妇女报》

近日,上海市宝山区人民法院发出了首份《家庭赡养指导令》。

该案件中,年逾八旬的王女士膝下共3个孩子。王女士就赡养费问题起诉自己的儿子,经过调解,几名子女最终就赡养事宜达成一致。为确保调解协议得到切实履行,上海市宝山区人民法院向王女士的子女们发出了《家庭赡养指导令》,要求他们不仅要履行经济供养、生活照料等义务,还要关心老人的精神需求,经常看望和问候,并明确告知他们,如果违反《家庭赡养指导令》,怠于履行或不当履行赡养义务,将对他们进行赡养义务教育指导,并视情节轻重予以批评教育或罚款、拘留,构成犯罪的,将依法追究刑事责任。

《家庭赡养指导令》增加了司法强制性监督,老年人权益得到了强有力的保障。但除此以外,在多子女家庭,签订赡养协议也是解决养老难题的有效手段。我国《老年人权益保障法》规定了赡养人之间及赡养人与被赡养人之间为履行赡养义务可以签订赡养协议;赡养协议的各方当事人不存在买卖对价关系,他们只是协商如何将赡养责任进行合理分配;基层群众性自治组织、老年人组织或者赡养人所在单位监督协议的履行。如果赡养人违反了赡养协议,被赡养人和其他赡养人都有权利提起诉讼。

遗憾的是,很多人不知晓赡养协议有法律规定。因此,未来无论是赡养协议,还是《家庭赡养指导令》,都有待进一步推广。



《家庭赡养指导令》“化孝成规”

陈洪忠

