

祖孙乐事

没有时间冬眠

10岁的孙子在看《熊出没》的电视剧,我瞅了一眼,看到剧中的场景是在冬天,就随口说道:“熊在冬天不是要冬眠的吗?怎么还在和光头强打闹呢?这不是在糊弄小孩吗?”

孙子笑着回答说:“爷爷,你不要怪这两头熊,它们为了拍戏挣钱,哪有时间去冬眠呢!”(上海 陈抗美 70岁)

我的功劳呢

5岁的小孙女参加了幼儿园的电子琴培训班,每天回家练琴总是她奶奶在一旁作辅导,我下厨烧饭。一次比赛,小孙女获得第一名。她奶奶对她说:“你得奖,有奶奶的一半功劳。”

我听后也对小孙女说:“也有我的一半功劳。”

小孙女问:“那我的功劳呢?”(河北黄骅 张泽峰 58岁)

爷爷不想长高吗

小孙女最爱吃的青菜是西兰花。但每次吃饭,小孙女狼吞虎咽一番后,盘子里都要剩一些。她奶奶怕浪费,都让我吃掉,可我最不愿吃西兰花。

一次小孙女吃完饭剩下很多西兰花,她奶奶又让我吃。我拒绝了。

在一旁的小孙女扭过头说:“吃饭不能偏食,不然长不高,对吗?”

我连连点头:“对啊。”

孙女接着问:“那刚才奶奶叫你吃,你为啥不吃?爷爷不想长高吗?”(山东东平 崔本杰 57岁)

我也要喝墨水

那天,我和家人闲聊,说到老伙计金英,墨水喝得多,不仅字写得好,还在报纸上刊出好多文章。在一旁上幼儿园的小孙子着急地问:“什么墨水呀?能写好字,我也要喝!”

我听了哈哈大笑。孙子见我乐了,他也乐了。(河北武强 王长青 79岁)

“你不好好学习,长大了就只能去收破烂”

“你不好好学习,考不上高中,就上不了大学。上不了大学,长大了就只能去收破烂。”前几天,张爱莲对着即将参加中考的孙女玲玲大吼,因为玲玲在上厕所时玩了下手机。玲玲被奶奶吼得躲进卧室哭,张爱莲又跟过去继续说:“你爹妈工作忙,我这么大年纪还得当爹当妈,你一点都不心疼我。”“说你是为你好,不想让你像你爸你妈那样,只能出去累死累活地打工……”最后玲玲开了门,冲着奶奶喊:“这个讨厌的中考,我不参加了。”

建议 暂时分开一下,留点空间给彼此

张爱莲这种情绪失控,会直接影响孩子考前的情绪。有条件的话可以暂时和孩子分开一段时间,让孩子的父母管。没有条件的,可以转换自己的注意力,尽量少关注孙辈的学习。大考前,孩子们的压力其实已经很大了。让他们放松,才是长辈们应该做的。如何让孩子们放松呢?老人先学会给自己松绑,让孙辈感受到这种放松的心态,他们自然也就放松下来了。

“反正也考不上高中,随便考个职高就行了”

孙女冉冉是杜建国的心头肉。冉冉小时候经常生病,杜建国怕她学习辛苦,身体吃不消,就给她规划好了未来:继承他现在打理的小超市。上小学时,冉冉的确不爱学习。但上初中后,冉冉的好朋友橙橙说:“自己奋斗的才是自己的。”这之后,冉冉一改过去的习惯,开始努力学习。现在临近中考,冉冉每天都会学习到很晚。杜建国特别着急,一直劝说。几天前,杜建国随意说了一句“反正也考不上高中,随便考个职高就行了”,惹得冉冉大发脾气。

建议 用身体语言表达支持

孩子要努力创造自己的人生,作为家长,应该鼓励和支持。杜建国的做法从表面上看是爱,其实传递给孩子那里,是不信任、不支持,甚至是拖后腿。现在,杜建国首先要转变观念,其次要调整方法。不需要直接告诉孙女“我支持你”,而是通过身体语言让孩子看到转变。比如,看孙女学习晚了,送杯牛奶;把她的饮食照顾好;在家尽量不聊中考话题。孩子聪明,能懂。

“只要努力了,考多少分无所谓”

“我是恢复高考后的第一届大学生,亲身体会了高考的重要性。”田振洋退休前是位优秀的工程师。孙子壮壮上学后,就在田振洋的陪伴下学习成长。今年5月,眼看壮壮就要参加高考,田振洋焦虑起来——他总担心壮壮怯场。于是,他不由自主地对壮壮开展了“心理教育”。“考多少分真的无所谓,只要努力了,你一定能考取理想的大学。”这句话被田振洋反复提起。慢慢地,他发现,壮壮开始躲着他……

建议 不要关心过多,而要镇静自若

田振洋用的是一种反暗示的方式。表面上传递的是一种轻松的态度,实际上折射出他担心孙子考不好的焦虑。这样的语言可能说一次不会起到什么副作用,但是成天反复说,考生就会接收到爷爷的这种焦虑情绪。类似田振洋的爷爷奶奶要放平自己的心态。越临近考试,越要像平常一样。不要关心过多,而要镇静自若。

家有考生,祖辈忌说三句话



高考结束,中考又将接踵而至。对有考生的家庭来说,大多数人会把考生的情绪当作最重要的事情。其实,家中祖辈的情绪也需要管理调节,因为他们的情绪会影响到考生的情绪和发挥。山西省太原市杏花岭区精神康复医院心理咨询师马超自5月以来,每天都会接到家有考生的老人来电咨询。就一些普遍问题,他给出了自己的建议。(摘编自《生活晨报》)

吃不胖长不高 可能是脾胃失调

孩子太胖或太瘦都令人发愁。如果不是吃得过多或过少,就要考虑孩子的脾胃是否不够“健壮”了。除消化不良,脾胃功能损伤还会带来种种身体异样,比如胃口不佳、积食、口臭、便秘。孩子身体往往也不健康,表现为比同龄孩子矮小、经常生病,严重的甚至有面黄肌瘦、营养不良等表现。

如何给孩子调理脾胃?最主要的是从饮食和日常生活方式入手:饭要定时,食要定量;注意好荤素搭配;日常多运动。(摘编自《青海科技报》)



孩子的语言,有时既天真又富含哲理。与孙女在一起,我好像也年轻了许多,常常浸润在愉悦与欢笑之中。一天,儿子刚买回一只智能手表,回家后孙女缠着要玩。结果,玩着玩着,一不小心,手表被她摔到了地上。大人们心疼地看着那只被摔坏的手表,孙女却用清脆的童声说:“不要看了,再买过一个。”全家人顿时释怀,大笑起来。用瑞士心理学家皮亚杰的理论解释,八岁之前的孩子是以自我为中心的,面对问题情境时,只会从自己的角度看问题,因此解决问题更为简单、明了。

倾听孙女的声音

有一天晚上,我把孙女带到厕所拉“便便”。听到“咚”“咚”响了四声后,我问道:“第五个‘便便’还来不来啊?”小孙女答:“第五个‘便便’说,它今天不来了!”我问:“为什么?”小孙女答:“它要明天才来。如果今天它来了,那就是最后一个。明天来了,它就是第一个。”

皮亚杰说过:学龄前儿童的思维处于前运算阶段,这时候的孩子,很喜欢成为第一,希望别人夸奖他是最棒的。有一天,正在看电视的孙女一脸正经地对我说:“爷爷,你知道吗?我真的好厉害。”我问为什么,她答:“你看电视里演的那些拼图游戏,我都会做,而且做

得很快。”我故意激她:“这些拼图游戏爷爷也会做。”她说:“我会下棋。”我答:“爷爷也会下棋。”最后,她想了一下说道:“我会讲好多好多的英语。”这下抓住了爷爷的弱点,我笑着对她说:“是,你是最厉害的。”

孙女慢慢长大,有了很多自己的想法。下雨了,她发现一只小蜗牛在草地上爬,便摘一朵喇叭花放在蜗牛身上,说:“送你一把伞,遮遮雨吧。”看到马路上积了水,便跑过去蹦了几下,说:“不去跳几下,雨鞋会伤心的。”……孩子的世界是一个美丽无瑕的童话空间,是一个无拘无束的思想天地。有空多听听孩子们的声音吧。(文/鲁力)

坚持看报的人,像绅士一样优雅

有人说:这年头,谁还看报,都玩手机去了这话其实很偏颇。快时代,更应倡导慢生活慢一些,灵魂才能跟上脚步读书看报是慢阅读,细细品味,入脑入心快乐老人报的200万读者,就是一群沉得住气的人从容、优雅得像伦敦地铁上的绅士向你们致敬!



快乐老人报全年定价138元

邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订阅方式

中国邮政订阅热线:11185

中国邮政订阅网(bk.11185.cn)

微信订阅:扫描左边二维码

报社咨询热线:0731-88906498