



面对孩子 我们缺少的是感同身受

在钟亮红博士与我协同带领的易木心理剧长程团体,袁静(化名)时常面带微笑,语气坚定。分享的时候,她说到自己的困惑:“女儿今年13岁,患抑郁症休学快半年了。我想不通的,我们对孩子挺好的,她怎么会是这个样子?”

几次团体课程之后,袁静试着站出来做主角,探索这个困扰她的谜团。她在团体成员里面选出自己的替身和女儿的扮演者,再现曾经的生活场景。

第一幕是女儿5岁时,同事手里拿着一把花花绿绿的糖果,逗着小女孩:“叫我爸爸,这些糖全是你的!”女儿扑到叔叔身边,脆生生地喊了一声“爸爸”,眉开眼笑地将糖果装进口袋里。大人们哈哈大笑,妈妈心里不是滋味。回家后,她让女儿跪在地上反省:“从小贪小便宜!爱慕虚荣!以后可怎么办?”

女儿上学后,写字慢,作业总是写到深夜,考试成绩不好会偷偷地掉眼泪,吃饭也不像隔壁家的小胖子那么有胃口……妈妈看在眼里急在心上:“你不用写这么整齐嘛!9点半必须睡觉,不然会影响身体!”“胜败乃兵家常事,没考好就没考好呗,哭什么呀?”“你多吃点呀!你看小胖多能吃!这样营养怎么够呢?”

袁静在自己的角色里,觉得自己所做的一切都是为女儿好,不要虚荣,早点睡觉,好好吃饭,不用太在意成绩……都是放四海而皆准的道理。“我真没有觉得自己哪儿做错了呀!”

我邀请袁静“角色交换”成为女儿,听一听妈妈说过的这些话。在女儿的角色中,袁静不由自主地反驳道:“我那么小,只是觉得花花绿绿的糖果好看,我不知道什么是反省,更不知道什么是虚荣,可你要我下跪,让我觉得自己做了不可饶恕的坏事,我是不好的!”“我认真写作业,老师会表扬我,你总是不准我超时,作业没写完,我天天罚站,让我觉得自己很蠢,什么事都做不好!”“你给我夹那么多菜,我根本吃不下,吃饭成了一种折磨……我觉得好窒息!”

当妈妈化身为“女儿”,感觉被黑色罩子严严实实地笼罩着,动弹不得,呼吸不畅。那一份不能自主的恐惧和悲伤,让“女儿”哭泣呐喊:“你的道理都对,可我就是那么难受!”“女儿”惊慌失措地从黑色罩子里狂奔而出:“我要做自己!”

袁静终于了然:“我知道问题出在哪儿了!”那一刻,她没有了惯常的微笑,眼目默默地掉下来:“这么久以来,我第一次体会到女儿的痛苦与无奈。”

是的,只有当妈妈和女儿的真实感受彼此链接,那一份“被看见”“被理解”“被允许”的力量,才会让母女之间的“爱”真正流动起来…… (毕亚伟)

毕亚伟:国家二级心理咨询师,国际心理剧考试委员会认证导演,株洲市中医专科医院创伤后病人心理干预课题负责人,株洲市红十字会心理援助志愿服务队队长,天元区心关爱社区心理服务中心心理专家,天元区检察院未成年人保护中心咨询师,湖南省红十字会“四星”志愿者。

爱牙护眼从小做起! 桂花街道为居民赠送健康大礼包

本报讯(株洲晚报融媒记者/余思薇 通讯员/陈雨露)近日,荷塘区桂花街道携手亿都随园、爱尔眼科医院、南光口腔医院联合举办的“口腔、视力免费检查”公益活动举行,为辖区群众提供口腔及视力免费检查、电脑验光、裂隙灯检查、干眼雾化、免费涂氟等多个项目。

活动现场,医生为家长和小朋友们带来“口腔保健小知识”的精彩讲解,开展口腔和视力检查,并为2至10岁小朋友免费涂氟。检查结束后,医生将检查结果分发给家长,以便家长及时掌握孩子口腔及视力状况。

“希望通过视力、牙齿检查,帮助各位家长和小朋友早日发现问题,把握最佳治疗时间。同时还通过活动加强了对视力保护的宣传教育,传授了爱眼方面的知识,提高家长和孩子视力保护意识,为孩子正常发育、健康成长提供了良好的帮助。”桂花街道相关负责人表示。



▲医生正在为孩子检查口腔。 通讯员 供图

因为他们,白鱼村600余只“脱贫鸡”有了销路

本报讯(株洲晚报融媒记者/文樱 通讯员/许文献)近日,渌口区淦田镇白鱼村党总支书记谢志光多了一份工作,每天清晨组织脱贫户抓鸡,再将鸡送到70公里外的天元区王捌院子餐厅。在天元区市场监督管理局的帮助下,村里脱贫户的几百只鸡终于找到了销路。

白鱼村因远离市区,有四分之一的户籍人口常年外出务工。今年全村整体脱贫前,该村有建档立卡贫困户34户94人,大多为重病重残户。根据当地

实际,去年,市农科所、新奥燃气、九方中学等后盾单位出谋划策,发动有部分劳动能力的贫困户发展养殖业,20余户纷纷响应,2000余只鸡苗被认领一空。今年初,该村所有贫困户顺利脱贫。

“当初发放鸡苗时各户就做出承诺,绝不喂饲料养殖,要喂就喂原生态散养鸡。”谢志光介绍,原驻村扶贫工作队帮忙销售了一大半,眼下,剩下的600余只鸡已养殖一年半,养一天要吃一天的粮食,脱贫户们想过很多

办法拓宽销路,但收效甚微。

了解情况后,天元区市场监督管理局栗雨市场监管所将其列为“我为群众办实事”项目之一,担当“脱贫鸡”的“推销员”,发动辖区高端餐饮企业进村考察采购。天元区餐饮机构王捌院子负责人当场拍板,先采购200只。“只要鸡好,将继续合作。”该负责人表示。

此番联系,也让这个偏远的乡村收到了外界的信号:只要鸡品质好,销路不用愁。脱贫户们生活富裕的新期待,正在逐步实现。

道路修补仅用三小时! 醴陵沈潭“两站两员”起了大作用

本报讯(株洲晚报融媒记者/刘姝琪 通讯员/殷广)9月16日,醴陵市沈潭镇沈潭社区交通安全劝导站接到群众反映,该社区花园组道路存在破损,严重影响了村民出行,安全隐患突出。劝导站工作人员在实地走访勘察后,第一时间核算出资金,确定了动工时间。

当日下午,该村交通安全劝导服务站组织群众,迅速调集水泥、砂石,仅用三小时就完成了道路修补工作,迅速解决了这一安全隐患。此次行动沈潭社区劝导站反应迅速,充分发挥了“两站两员”制度在解决实际问题中灵活及时的优势。

该镇“两站两员”(“两站”指乡镇交通安全管理站,农村交通安全劝导服务站,“两员”即乡镇交通安全管理员、农村交通安全劝导员)机制建立以来,今年



▲修缮一新的路面。 通讯员 供图

从财政预算中为7个村、2个社区的安全劝导站配备了专业设备,并建立了专用资金快速申请通道,为村级劝导站及时解决了机

制障碍。截至今年9月22日,该镇已通过“两站两员”迅速反应机制修补路面7处,为全镇人民安全出行提供了坚实保障。



▲限高设施设立后,货车在限高杆旁轧出一条“路”。 记者/刘平 摄

未经许可 株醴路上竟私设限高杆 律师:此举不合法,应向主管部门提出申请

本报讯(株洲晚报融媒记者/刘平)近日,有车主反映,芦淞区株醴路白关镇路段被人私设了2处限高杆,存在设置不合理的地方,希望管理部门加强监管。

9月23日,记者走访发现,限高杆由沿途居民集资修建,设置限高杆背后有诸多隐情;白关镇政府正向相关部门办理相关手续,申请让2处限高设施合法化。擅自设立限高设施不合法,应向主管部门提出申请。

讲述 “借道”货车曾日近千辆

株醴路从白关镇镇区经过,形成一条主街。2处限高杆分别设置在镇区主街两端的株醴路白关村路段和株醴路白关社区路段。限高杆限高3.2米,比镇区主街位置的沪昆铁路跨株醴路涵洞限高低了1.3米。

白关镇政府分管交通工作的负责人介绍,两处限高杆是由白关村、白关社区居民集资修建,目的是防止重、中型货车从镇区主街通行。

现场 货车从限高杆旁轧出一条“路”

“限制了大货车通行。”白关社区居民反映,限高杆设立后,大货车数量有所减少,但仍有部分大货车硬闯,在限高杆上留下一些撞痕,并且绕开限高杆在路边空地轧出一段弯路。

管理部门 正按程序向上级部门申请

市交通运输局路政管理科负责人介绍,株醴路原是一条省道,后降级为县道。接到车主投诉后,工作人员到现场调查了解了情况。发现沿途居民对设限高设施的愿望强烈,居民集资设立限高

杆,限高杆一侧限高标识缺失,不便于车主辨认限高高度。白关镇政府工作人员介绍,镇区居民有2万余人,镇区主街沿线分布有1所中学、2所小学、2所幼儿园,沿途居民要求限制重、中型货车通行的呼声高。2处限高杆设立后,

起到了限制重中型货车通行的作用。2处限高杆的设置,不影响消防车、救护车、洒水车、普通运输车通行,但限高杆的维护、监管缺失。

为解决居民诉求,镇政府已与区政府、区交通运输局、市交通运输局局报告情况,并报送相关资料。据执法人员介绍,当晚在严塘十里冲地段巡查,发现两辆满载高岭土的挂车。在非法开采现场,执法人员发现3台挖机和4辆挂车正在作业,立马联系县砂管办工作人员共同对开采行为进行制止,扣留3台挖机,并将该现场移交县森林公安。

律师 擅自设立限高设施不合法

北京市隆安(株洲)律师事务所律师周灿辉介绍,目前,国内还没有关于设置限高设施的统一规范。根据《公路安全保护条例》规定,县级人民政府交通运输主管部门或者乡级人民政府可以根据保护乡道、村道的需要,在乡道、村道的出入口设置必要的限高、限宽设施,但是不得影响消防和卫生急救等应急通行需要,不得向通行车辆收费。

周灿辉认为,对于乡道、村道以外的其他道路,如果需要设置限高设施,需依据规章制度由主管部门设置。擅自设立限高设施的行为不合法,但结合实际情况和从经济成本考虑,该路段可以设置限高杆,如果对已设立的限高杆进行拆除后,政府部门又决定设置,将造成浪费。建议相关部门和群众在遇到类似情况时,向主管部门提出申请,由主管部门在科学论证后再增设限高设施。

茶陵查处非法开采高岭土

本报讯(株洲晚报融媒记者/张威)看似普通的泥土,也不能随意开采。近日,茶陵县自然资源局执法大队在巡查时,成功查处1起非法开采高岭土案件。

据执法人员介绍,当晚在严塘十里冲地段巡查,发现两辆满载高岭土的挂车。在非法开采现场,执法人员发现3台挖机和4辆挂车正在作业,立马联系县砂管办工作人员共同对开采行为进行制止,扣留3台挖机,并将该现场移交县森林公安。

据介绍,高岭土是造纸、陶瓷、化工、医药等几十个行业所必需的矿物质原料,在茶陵境内多有分布,但非法开采高岭土的行为存在较大安全隐患,严重破坏生态环境、浪费矿产资源。

自2019年以来,茶陵县开展打击非法开采专项行动37次,捣毁设备18套,扣押挖机90余台,立案查处232起,结案226起,收缴罚没款330余万元。完成60个矿产非法采矿重点线索的现场核查和举证工作。

纳豆+红曲养护心脑血管降血脂 数量有限,领完为止,抓紧时间来电免费领取吧!



夏季季节变换,易出现头晕、胸闷、呼吸不畅等现象。随着年龄增长,人体心脑血管会堆积油脂和垃圾,导致不畅通、堵塞。人体功能弱化,从而可能导致心脑血管健康问题。

养护心脑血管健康,一是要有适当的锻炼,二是要及时补充一些健康营养保健食品。纳豆红曲作为日常养护的优选营养保健食品,已经被越来越多的中老年人接受用于辅助降脂,养护心脑血管健康。

纳豆红曲胶囊,精选纳豆+红曲,以双重营养的方式为中老年人提供更多营养元素,复合营养成为了众多中老年朋友优先选择的重要原因。

即日起,凡是年满50周岁以上的中老年朋友都可以领取10个月用量的纳豆红曲调心脑,每人限领一份,不得重复领取,数量有限,先到先得,加入会员就抓紧拨打领取热线马上领取吧!

免费领取电话 400-180-1022