

聊天室

“责怪型家庭”持续内耗怎么缓解？

主持人/徐不曾

嗨,大家好!今天,株洲网事聊天室又和大家见面了,我是本期主持人徐不曾,欢迎您扫描二维码加入我们,一起聊柴米油盐,聊喜怒哀乐,聊各种有意义或者有意思的事。

有多少人生活在这样的家庭里:

生活琐事上出现一点点小小失误和不如意,就会被无休止地唠叨、指责——

“早就说了该提前出门的,你看吧,堵车了吧……”

“怎么又从中挤牙膏了……”

“吃饭怎么不端着碗呢?”

如果只看单独一句唠叨,可能确实没什么,事情很小,话也不重。但问题是,谁也架不住整天被重复唠叨啊!于是这就形成了如今家庭里一种非常常见的糟糕行为模式——“责怪型家庭”。在我们的株洲网事聊天室,今天就来针对面对“责怪型家庭”持续内耗怎么缓解?这个话题和大家好好地聊一聊吧。

无忧无虑:我退休也有几年了,可能真是“更年期”撞上“叛逆期”了,我最近和家人的关系一塌糊涂,儿子从小就听我的话,考大学找工作都是按我的要求来的,唯独在找女朋友方面不听我的,亲朋好友给介绍女孩子从来不去见,周末放假也待在家里不出去,老头子也是站在儿子这一边,天天说什么孩子工作压力大,放假就好好休息,缘分的事不着急。这事怎么不着急呢,隔壁陈姐只比我大一岁,孙子都上小学了,现在在我家一看到这父子俩就来气!

叶润:我觉得我和我老婆的相处模式一直是有问题的,我觉得她无理取闹,我觉得我不够懂她,每次两个人吵完后,我们对话都是这样的:

我:这样吧,我认个错,你也认个错,这事我们就算过去了好吧。

她:好。
我:我错了。
她:你错哪了?
……

她好像永远不会真正思考自己哪里有问题。

我知道她也不好过。她虽然骂得很爽,但是事后她也会自责:我为什么控制不住自己的脾气,我也知道这样不对。但……你实在是看不懂我,我觉得你没有以前爱我了。

迷糊的月亮小姐:老公其实是个好人,工作勤奋,没有不良嗜好,但是,他不能接受我犯任何错误,小到忘记关灯关水,大到丢钥匙丢钱包,都会冷着脸指责我没上进。最不能接受的是哪怕我生病,他都要生气,认为是我没注意身体,才导致生病的后果。可是,明明生病很难受,需要关心照顾,他却生气不理我,心里真是哇凉哇凉的,很大程度上影响了我们之间的感情。

我算是心理能量比较强的,对于他的指责,心情虽然受到影响,但是不会太介怀。不过,谁也不能接受身边有个差评师,总是盯着你的短处。而且,但凡是人,总有疏忽大意的时候,说起来,犯错也是正常的。最有意思的是,老公越是生气,我犯错的频率越高。后来,他觉得我无可救药,不太管我了,我丢钥匙或者生病的情况反而少了。

毕亚伟(国家二级心理咨询师,株洲市红十字会心理援助志愿服务队队长):责怪型家庭的危害是全方位的,不仅危害被责怪者,也危害了他们自己。责怪型家庭的成员之间,亲密普遍偏低,而且大家因为厌烦唠叨而不沟通,会让彼此之间越来越难以互相理解,家庭氛围越来越紧张,家庭冲突频发的概率也会越来越高……

处在被责怪一方,沮丧烦躁是难免的,此时当务之急是尽快转移注意力,让坏心情平复下来,再说其他。只要自己还在烦躁,就不要正面应对这些矛盾,那样只会让问题升级。情绪平复后,要学会用“非罪思维”看待不严重的家庭问题。所谓非罪思维,不仅是指你犯的小错非罪,因为人人都可能疏忽;而且也要明白,对方的唠叨非罪,因为那是对方的自卑——优越情结在作祟。

而责怪一方解决方法在于重新找到自己的自我价值,找到自己愿意从事的真正主业,找到相比那些鸡毛蒜皮琐事更值得关注的事情。人的注意力是有限的,当你眼中有了大事,琐事自然也就不再那么重要。喜欢重复唠叨、重复提醒的朋友,不妨尝试学习阿德勒心理学的“他者信赖”。不仅是信赖对方的人品,更是信赖对方的理解能力和执行能力。

只要事关责怪规劝,同样的话就只说一次。因为多次重复在你看来是好心,而在对方看来,就是不信任的表现。更重要的是,当你意识到问题所在,也意识到自己的习惯给对方造成了伤害,也确实想改的时候,你需要把这些信号勇敢地传递给被责怪方。

俗话说,家和万事兴。俗话说,家家有本难念的经。美好的家庭氛围,需要家庭成员的共同努力、双向做功,大家相互理解,一起尝试改变。



▲扫码加入聊天室。

趣事



2月26日,天元区庐山路上,一只大公鸡从小车后尾箱挣脱出来,四处逃窜,当鸡主人追得满头大汗无可奈何时,几位热心市民加入追鸡行列,终于逮住了它,鸡主人向身手敏捷的小姐姐说感谢。



▲打开抖音扫码观看视频。

发现



近日,炎陵县桃源洞国家级自然保护区设置在野外的红外相机,拍摄到了国家二级保护动物白鹇与黄麂同框、不同种群和谐共处的画面。



▲扫码观看视频。

热搜



2月26日,家住茶陵的两岁女童鑫鑫(化名)在没有任何征兆的情况下,全身出现多处瘀点瘀斑,且双侧鼻腔出血不止。紧急送医后,确诊鼠药中毒。医生表示,鼠药在体内的代谢时间需要3到6个月,治疗周期较长。经过治疗,目前鑫鑫的病情已稳定。



▲扫码观看视频。

下列证件声明作废

·九天国际公寓1408号朱雪兰遗失株洲市九天置业有限公司开具的0723204号收据(金额:11917元)
·唐金城遗失南大门市场1期底楼194号门面的60377445号押金发票
·唐金城遗失南大门市场1期底楼194号门面的60125959号合同违约保证金发票

广告接待热线 28835396

生源骤降 幼儿园变难了 去年全市幼儿入园人数减少1.1万,89所幼儿园关闭 高低两端需求仍在,“卡在中间”的普惠性民办园压力大

株洲晚报融媒体记者/戴凇

“最近‘幼儿园关停潮’登上热搜,没想到我们也成了这‘大潮’中的一员。”2月24日,家住滨江一村的孩子小彤刚完成了转园后第一周过渡。小彤的妈妈李女士感叹,由于女儿原就读的幼儿园突然停办,孩子不得不临时转园。



▲天元区一所幼儿园,曾经充满欢声笑语,如今已暂时停办。 记者戴凇摄

开学前无奈转园

“一开始就感觉有些不对劲,但想着可能是因为病毒防控需要,幼儿园会稍晚开学报到。”1月29日,2023年春季新学期开学报到进入倒计时,但李女士仍没有等来幼儿园的入园通知。

她在班级群中发了一条询问信息,始终没有得到老师或园长的回复。接下来的几天,陆续有家长开始在群中留言。直到2月1日上午,大家终于等来了园长的信息。幼儿园真的停办了。

园长在信息中表示,因疫情及场地修缮,暂时无法再为大家提供保教服务。为

去年全市89所幼儿园关闭

李女士的遭遇并非个例,就在今年新学期开学前,还有多家幼儿园停办。其中,芦淞区已停办3所。该区教育局社教股负责人表示,这个数据看起来不多,但是往年几乎没有在这个时段突然停办的案例。

记者从市教育局了解到,根据2022年的统计数据,全市幼儿在园人数较2021年(141018人)减少1.1万人,共关闭89所幼儿园。

以芦淞区为例,该区国民经济和社会发展统计公报显示,2020年度全区有幼儿园87所,在园幼儿数1.44万人;2021年度全区有幼儿园82所,在园幼儿数1.37万人,较上年度减少约700人;2022年度全区有幼儿园71所,在园幼儿数1.16万人,减少约2100人。其中2022年较2021年下降明显,降幅是上一年的3倍。

生源骤降并非只在株洲,周边城市和国内多地,均出现了类似的现象。自2016年实行“全面二孩”政策后,人口堆积效应在短期内释放完毕。继2016年短暂的生育高峰后,从2017年起,全国出生人口开始持续下滑,从1723万人减至2022年的956万人。这意味着,从2017年起,全国每年的新生儿都比前一年减少了100万至200万,恰好是这几年幼儿园“失去的生源”。

更好地做好幼儿的后续安排,通过综合评估、多方筛选、衔接,已为家长对接了附近一所公办幼儿园,可确保全部接收。

李女士说,她其实在去年已经感受到该园的潜在危机,班上转走的同学开始增加,新生人数也开始减少。而年前这次长时间的停学,可能成了压垮幼儿园的最后一根稻草。

记者多方联系到该园原负责人,其透露,该园开办已超过13年,除了校舍场地原因,前期疫情和生源形势都是她担忧的问题。虽有百般不舍,但综合考虑后还是决定放弃。

记者手记

“园方市场”转向“生方市场” 如何才能把幼儿留住?

近年来,我国出生人口规模持续缩减,带来的是幼儿教育需求萎缩。可以预料,学前教育市场正在从曾经的“园方市场”转向“生方市场”。

为了谋求生存,有的幼儿园开始以学费减免为噱头争抢生源。部分民办幼儿园甚至在本学期开出了“超低价”的学费,吸引其他园幼儿转学,综合费用折算后甚至低于公办幼儿园。从表面上来看,这对于老百姓来说是好事,但是否会因此降低托幼质量和饮食标准,很难说得清。

笔者认为,以学费减免为噱头去其他幼儿园“抢”生源的方式并不可取。幼儿园要想在激烈的竞争中留存,关键在于把幼儿“抢”来,而是要思考如何才能把幼儿留住。应合理地测算价格标准,继续提高幼儿教师的能力和教学质量,提高课程的丰富度,完善园所环境。

同时,各幼儿园在面临“生死抉择”的同时,也应承担好自己的责任。如果打算停办,应提前告知家长,让家长有足够的准备时间。同时,要积极做好转园对接,为有需求的家长提供应有的帮助。切不可一关了之,让托幼家庭措手不及,影响幼儿的健康成长。

株洲珠江农商银行再次成功拦截一起电信诈骗

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/文漪琼 易海霞)近日,株洲珠江农商银行再次成功拦截一起电信诈骗案件,为客户避免了3万元的经济损失,用实际行动守护了百姓的财产安全。

当天,一名七旬老人拿着一张未到期的1万元定期存单和2万元现金来到株洲珠江农商银行果田支行的柜台,说要汇款到广东农业银行账户。该支行柜员汤鑫汝询问老人收款方的账户、姓名以及与收款方的关系、汇款的用途等信息,客户阐述不清,表示需打电话询问。这引起了该柜员和支行行长易海霞的警觉。易行长立即来到营业大厅与客户进行沟通了解。

通过详细沟通了解,客户当日清早接到一个电话,电话里的人开口就喊“岳父”,说自己生意上遇到困难,急需用钱,但是银行卡不在身边,需要汇款到他朋友的卡上。客户以为是自己的女婿,就没有多想,立即带着钱来到柜台汇款。结合日常培训所掌握的电信诈骗特征和

别技巧,工作人员判定客户遭遇了电信诈骗,劝说客户放弃汇款念头,同时帮助客户分析其中的诸多疑点。一是来电自称是客户的女婿,但是电话号码却是一个陌生号码。二是“女婿”银行卡不在身边,一般可以通过手机银行或银行客服查询到卡号,再者还可转账给“女儿”,为什么收款方是“朋友”的卡号呢?三是按照常理推断,一般女婿借钱,女儿会提前和父母沟通,但是到目前为止,女儿未和该老人联系。工作人员提醒客户,现在电信诈骗猖獗,手段升级,可以仿冒语音和修改手机号码。以防万一,客户应先和女儿核实清楚,再进行汇款。客户思考再三,认为工作人员的所述很有道理,决定再次拨打“女婿”的电话,并告知对方如需借钱,钱只能打给女儿,对方听闻立即挂断了电话。至此,客户恍然大悟,意识到遭遇了电信诈骗,停止了汇款,并再三感谢柜员汤鑫汝和行长易海霞:“正是因为你们负责、细致的工作态度才让

我避免了3万元的损失,这可是我的养老钱啊。”

面对电信诈骗,株洲珠江农商银行果田支行工作人员快速反应,准确判断,帮助客户分析问题,找出疑点,成功拦截,为其避免经济损失,充分体现了金融从业人员的责任意识和社会担当。

近年来,株洲珠江农商银行在人民银行株洲中心支行和株洲银保监分局的大力指导下,打击治理电信诈骗的成效显著,仅今年就成功识别和拦截电信诈骗多起,避免客户资金损失近30万元,充分展现了该行员工较强的风险防范意识,践行了守护人民群众资金安全的社会责任。今后,株洲珠江农商银行将继续多措并举做好电信网络诈骗的打击治理和宣传防范工作,进一步提升人民群众的防诈、反诈意识和能力,积极营造全民参与防诈、反诈的氛围,不忘初心,守护群众资金安全,营造良好金融环境。