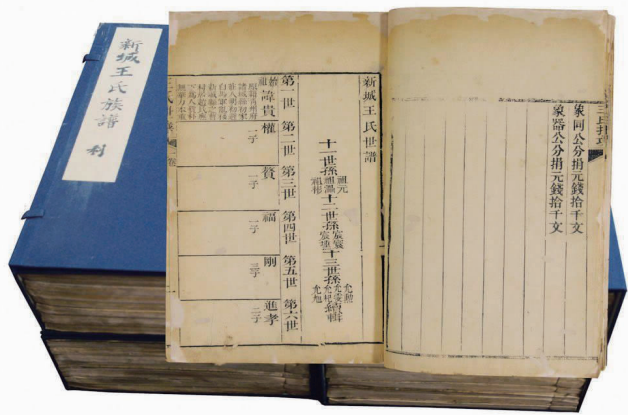




本周主持:毛庆江

你会表扬孩子吗？

毛老师：

我家孩子三年级了，平常我们经常对他进行肯定和表扬，现在发现他的学习状态不是很好，学习动力也明显不足，不管怎么表扬，都无法起到激励作用。是不是我们的表扬出现问题了？麻烦您在百忙之中抽出点时间，帮我们分析分析。

苦恼的家长

苦恼的家长：

你的困惑，其实很多家长都有，只是有些没有觉察到。我在做学生心理辅导的时候，经常发现一些孩子因为在小学阶段受到不恰当的表扬，到了高中就出现适应不良的问题。在家庭教育中，我们是需要经常表扬孩子，但表扬是个艺术活，弄得不好，就会导致孩子出现一系列问题，比如自负、经受不起挫折。因此，家长在表扬孩子的时候需要注意几个问题：

表扬的时机。表扬和惩戒一样，必须要抓住时机，错过时机后，教育的效果就会大打折扣。有人认为需要在事后立即进行表扬，其实是错的，立即表扬容易让孩子的虚荣心膨胀，从而过高地评估了自己。对孩子的表扬，应该隔一天，延迟满足孩子得到的肯定，会让孩子更理性面对成绩和进步，而且会让孩子学会隐忍，学会淡定看待自己所取得的成绩，不至于得意忘形。

表扬的内容。不是所有的成绩都需要表扬和肯定，一般来说，只有孩子通过努力而获得的成绩才需要表扬和肯定，而那些本身存在或容易实现的，则不适合表扬，比如长相、衣着等，这些不是孩子努力获得的无需表扬，如果表扬了，就会让孩子对表扬有种错觉：成功是不需要付出的。

表扬的表达。很多家长对孩子的表扬用词比较夸张，过

于夸大事实。比如“你真棒”、“你很厉害”、“你很聪明”之类，这些用语的表达，会导致孩子错误地认为自己真的很厉害。家长表扬孩子要实事求是，要具体，不能太概括，更不能言过其实，表扬也只能表扬他的付出，而不是结果。除了语言的表达，还可以运用肢体表达，摸摸孩子的头，抱抱孩子，眼神鼓励等等，往往这些效果更胜语言。

表扬的方式。表扬也是需要方式的，一般不要开展比较式的表扬，如“你比谁谁要好很多”之类，表扬只限于孩子的努力而获得的成绩。建立在比较基础上的表扬，一方面会让孩子自负，另一方面会让孩子形成比较的思维方式，造成心理压力。另外，表扬可以采用先抑后扬的策略，这样，能够更好地看到自己的优势和不足，能更理性一些。

表扬的年龄。不同年龄段需要的表扬是不同的，很多家长走入一个误区，认为越是低年级段，越需要表扬；越是高年级段，越不需要表扬。事实上，对小孩的表扬不需要太多，因为小孩很容易过度理解表扬，容易自负；到了高年级，越是需要鼓励和表扬。

总而言之，表扬是门艺术，需要结合孩子的个性特点，给予适当的表扬。苦恼的家长，希望以上建议能对你有些帮助，如果有什么不能理解，请与我取得联系。

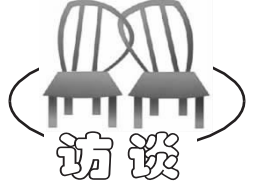
毛庆江简介：路桥中学专职心理健康教育老师、路桥区心理健康教育学科带头人、路桥区心理健康教研大组组长、国家二级心理咨询师。

电子邮件：lqxlyj@163.com；**手机：**13566653316

南官心理信箱：taizhouxl@sina.com

南官心理援助 QQ 群：84914551

南官心理沙龙设路桥区图书馆内，不定期举行，欢迎各界心理学专业人士和爱好者参加。联系电话：82526000



□本报记者 李承静

靠的就是这个“谱”

□段

前阶段，一个朋友喜得贵子，等到孩子要起名的时候找到了算命先生，让他帮忙想名字的第三个字，因为第二个字已经根据家谱里的辈分定好了。其实这种按家谱定名字排辈分的方法，在农村司空见惯，尽管没有以前那么讲究，但仍有一部分人还在严格地遵循着某些规矩。说来也很有意思，我曾在去云南的火车上碰到一个20岁出头的甘肃男子牵着一个5岁的娃，男子毕恭毕敬地喊娃为“小叔”。闲聊后得知，娃是该男子父亲的第10个兄弟。更好笑的是，据说由于世系分支发展速度不一，一些年届七旬的老翁，要向3岁稚童称“叔”或“伯”。永定俗谓：“白头哥，坐地叔”，即对平辈的白头老翁仅呼“哥”，而尚在襁褓中的叔辈，即使上年纪的老者也要唤其为“叔”。不论资，光是排辈，让很多小娃娃一出生便“赢在了起跑线上”。

家谱这种东西，并非中国独有，国外也有家谱，称为“family tree”，直译过来就是“家族树”，和我们的家谱是一样的。但相对来说，中国的家谱历史更久。关于中国家谱的起源问题，历来有几种说法：一说起源于周代，一说起源于战国秦汉时期，一说起源于宋代，更有一说起源于周以前的甲骨文、金文家谱甚至更早以前的口头家谱和结绳家谱。根据历代文献记载和本世纪殷墟出土的甲骨文考证，中国家谱起源于商、周时期的“世纪”、“世表”、“世系”、“世本”等谱学通书；周代设有专官，“周礼”春官下置小史，主要记载古代帝王、诸侯世系和事迹。后来演变成一种以表谱的形式，记载一个以血缘关系为主体的家族世系繁衍和重要人物事迹的特殊图书体裁。因为族谱为同一姓氏家族承继的依据，所以一般只记男丁。少数族谱也将族中所谓“贞妇烈女”记载入册。直到现在，还有很多人因为自己的名字在族谱里占据显眼的位置而觉得面上有光。

有资料显示，旧时一些宗族修谱，每逢初一、十五日要祭祀祖宗。族谱告成后，还要造灵厝、做功德，请和尚法师观灯；观灯时造3座大灵厝（纸糊房子），供已超度的神魂居住，另设一些黑龛，供无子孙后代及未超度的神魂居住。福建省连城一带宗族，每年正月要拜“代图”（即写在布上的族谱）。行仪时，本族男丁都要到场，先是“新丁上图”（即新添男丁的名字入谱），



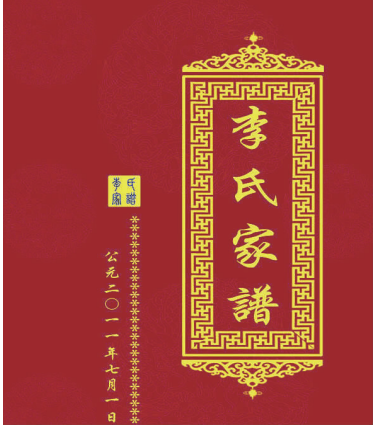
上图之家要给执笔者一个红包，并烧香鞭炮，用三牲祭祖。若逢大祭，要用整头猪羊置于下厅的支架上；继而是鸣锣击鼓放鞭炮；最后会餐，座位严格按辈分排列。族人围坐喝酒谈心，气氛融融。连城人把正月“拜代图”的家族聚会称为“闹花灯”。

在温州等地，华侨回乡首要之事就是寻访家谱。当东阳赵氏家族要重修家谱的消息传到台湾后，27位赵氏后人立刻捐助了21万元新台币。随着家谱的复兴，上海、镇江等地图书馆相继开辟出家谱阅览室，用来接待海内外络绎不绝的寻根者。许氏家族曾是江苏句容的名门，其后人意外地在上海图书馆找到了失落已久的家谱，全族皆为之沸腾，老人们更是喜泪纵横，与散落在内地和台湾各处的族人们一起复印家谱，并举行了家谱返家活动。

据最新消息说，当前全世界各大图书馆收藏的中国家谱，总数有34000多种。这一统计数字，还没有把散布于民间的各种家谱包括在内。家谱究竟有多大量，至今还没有人作出确切统计。因为家谱像其他所有私家家谱一样，还有秘不示人的家规。每当家谱30年一小修，60年一大修后，旧的家谱除留下极少几套保存在宗祠或族长手中外，其余都要全部销毁，而代之以新的家谱。这种特殊的风俗习惯，当然为古老家谱的保存制造了人为障碍。

尽管如此，家谱作为生活轨迹的记录，仍有不少被保存了下来。

家谱是研究一个家族历史的重要资料，也承载着几代人的回忆。对于很多年长的人来说，家谱是经典一样的存在。而遗憾的是，对于年轻的一辈，家谱的色彩越来越淡化，有的甚至彻底没有家谱的概念。这个是不容避免的社会现实。按照这种趋势，可能不久的将来，若想要查阅自己的家谱，可能需要到专门的家谱博物馆去了。



百善孝为先

——访台州学院中文系主任徐凯

徐凯：“孝”可以解释为子女对父母，晚辈对长辈的尊敬、依从、感恩之心。《说文解字》中解释道：“孝，善事父母者。从老省，从子，子承老也。”孝的字形，高度体现了中国文字的神韵和意蕴，上半部分是“老”，代表着年老的双亲，下半部分是“子”，代表子女。“老”在上，“子”在下，既意味着做子女的本该顺承父母，同时又意味着“子”背着“老”，即父母年老体衰行动不便时，须子女背着代步，其中充满着感恩、报恩、关怀之意。应该说，孝是中华民族尊奉的传统美德，中国传统文化甚至可以说是以“孝”为核心的孝道文化。

再来回顾一下我们中华的几千年历史，你会发现，里面都有孝道的影子。1.古代的禅让制，尧传舜，就是因为舜非常孝顺，有处理政事的才干。2.孝在夏商时期“由礼入法”，成为人人必须遵循的伦理规范。3.到了周朝，孝有了重大发展，确立了“以孝治家”和“以孝治国”的双重职能。4.汉朝是孝道昌盛时期。汉高祖刘邦认识到孝对稳定社会的极端重要性，将治国方针定为“以孝治天下”，把孝从家庭伦理观念

扩展为社会道德规范，用“忠孝合一”去治国安民，从而使孝文化得到极大发展，成为汉代以后近两千年中国主流的传统的重要内容，渗透到社会生活的各个方面。5.汉以后的南北朝、隋、唐、宋、元、明、清历朝历代，都把孝道放在极高的地位。很多皇帝亲自向群臣和皇子讲解《孝经》，有的亲自撰写解释《孝经》的文章。6.民国建立后，孙中山说：“国家讲伦理道德才能长治久安，孝是无所不适的道德，不能没有孝。”

记者：听了徐老师的介绍，我们对“孝”有了更加系统的了解。作为子女，我们又该如何从行动上诠释这个“孝”字呢？

徐凯：《论语·学而篇》有云：君子务本，本立而道生。孝弟也者，其为仁之本与。“仁”是《论语》的核心思想，其开端则是“孝悌”。“孝”并不是仅仅让父母吃饱穿暖，真正的“孝”是以“敬”为前提的，孝敬孝敬，就是在外在行动上要孝，在内心情感上要敬，提倡“精神赡养”。此外，孝敬父母最难的是什么？难在很难长期保持一颗恭敬的心，难在任劳任怨的一种谦和的

态度，只有发自内心的爱，诚心诚意地去爱父母，不要给父母脸色看，在父母面前要和颜悦色。才是真正意义上理解了孝的含义。

古代农业社会，政府重道德伦理，体恤天下为人父母之心怀，所以有“父母在不远游”的古训。孝道贯穿始终，父母在世时要孝顺，亡故后常思念父母的养育恩德，为子女做榜样。进入现代社会，我国社会结构正在转型过程中，社会老龄化现象对孝道研究提出了新课题。我国推行计划生育政策，出现大量独生子女。子女有赡养父母的义务。新型家庭一对夫妇要照顾两对父母，传统观念规定的某些孝道行为规范，现在在有孝心的子女难以照办。现今对孝道的理解和诠释正面临前所未有的新形势，几千年来以家庭为基础培育起来的、深入到千家万户的传统观念，需要从理论到实践进行再认识。但是无论如何，古代以孝治国，以孝治家，今天我们同样可以以孝修身，以孝养心。如果每个人都有一颗孝心，那么我们的社会就会孝然成风，我们整个民族必将和谐、温馨。



记者：首先非常感谢徐老师在即将到来的“母亲节”给我们带来非常应景的讲座——《百善孝为先》。说起母亲节，大家并不陌生，但是对这个节日的由来，很多人却并不熟悉。1907年5月，美国费城的安娜·贾薇丝为纪念逝去的母亲，到处游说并向社会各界呼吁，号召设立母亲节。1913年5月10日，美国参众两院通过决议案，由威尔逊总统签署公告，决定每年5月的第二个星期日为母亲节。尽管是个舶来品，但这个节日对于中国人的孝道传承来说，无疑具有深远意义。徐老师，首先请您给我们介绍一下，什么是孝道？