

相关链接

家长坚持晒娃 不顾孩子隐私

爱沙尼亚塔尔图大学媒体研究教授安德拉·西巴克就社交媒体使用情况采访了几对母子,孩子们的年龄在9岁到13岁之间。

虽然一些家长说,他们在孩子有了自己的社交网站账户后就不再疯狂晒娃,但其他家长仍然经常在网上晒娃。一名母亲说,她在把孩子的信息或照片发到脸书前不会征求孩子意见。她说:“我可以也应该征求意见,但出于某种原因,我没问过。”另一名母亲说,在女儿明确要求她不要发帖后,她还是发了。“她有时会说‘别上传到任何地方’,但我觉得我有权上传或不上传,她还太小。”

除了不尊重孩子的隐私和自主权,晒娃成癖还会对孩子的社交生活产生意想不到的潜在影响。西巴克在研究中了解到很多孩子的故事,在父母把他们的照片发到网上后,他们就成了校园欺凌的目标。“有时候孩子们感觉很糟糕,都不想上学了,因为同学捉弄他们。有一个女孩的母亲在博客上晒出家庭照片,一些男孩发现照片后就开始欺负这个女孩。”

更糟糕的是,许多成年人和青少年一样抱怨父母晒娃成癖。西巴克说:“这种事情并不会随着孩子离开摇篮或上学而结束,只会一直持续下去。”

晒娃成癖当心影响亲子关系

持续过度曝光可能导致孩子心理健康问题

在英国,自豪的父母平均会在孩子5岁前就把约1500张照片上传到网上。随着社交网站脸书今年迎来15岁生日,第一批在脸书“露脸”的新生儿也已成长为十几岁的青少年,许多人刚刚发现自己的隐私不同程度被侵犯了。

生活不由自主被曝光

“我还记得赫敏最后一次开心地摆姿势照相时的情景。”41岁的凯利·怀特黑德回忆起她18岁的女儿时感叹道,“那天是她13岁生日,我拍下了她和朋友们的照片,分享到脸书上。从那以后,一切都变了。”

凯利自从2008年注册脸书以来,就喜欢上传孩子们的照片。她的两个儿子查理和詹姆斯现在分别是14岁和12岁,当时还在蹒跚学步。“我不假思索地上传了他们在运动会上的视频,还有一些他们可爱表情的照片,或是他们在做的一些傻事。这是一位为子女骄傲的母亲的内心里独白:‘看看我可爱的孩子。’”当赫敏14岁注册脸书时,凯利才意识到孩子们会反对她的做法。“在我上脸书之前,我并不知道她会把这些照片发到网上。”赫敏说,“然后我意识到我的整个人生都在那里被晒出来,这很可怕。”

青少年隐私意识兴起

好莱坞女星格温妮丝·帕特洛在社交网站上发布一张与女儿滑雪



孩子再萌也不要晒娃过度

图 GJ

时的自拍照,结果被14岁的女儿爱普叫了过来:“妈妈,我们讨论过这个问题。没有我的同意,你不能发表任何有关我的东西。”

临床心理学家珍妮丝·希勒说:“爱普这样做并不奇怪。当孩子到了十几岁的时候,会有一种自我意识,想要塑造个性……如果妈妈不停在网上发帖,就等于剥夺了孩子学会如何表达自己的机会。”

和格温妮丝一样,凯利一开始也不明白赫敏为什么要抗议。“我有点不屑一顾,因为我所做的一切都是无害的,但她开始变得非常生气。”经过适当的讨论,凯利开始理解女儿的观点。“她告诉我,这一切都是关乎在网上塑造个人形象……

她想要控制自己被别人看到的方式和看到她的人群,所以尽管我只是想上传她的可爱照片,我知道必须尊重这个界限。”

如今,赫敏的社交网站首页上满是她朋友给她拍摄的黑白照片,她说“这样比彩色照片好看多了”。“我和妈妈吵了好几次架,我们现在达成了协议,她发照片前必须先确认一下,如果被拒绝也要坦然接受。”

研究发现,大多数12岁至14岁青少年希望父母发布有关自己的信息前,得到自己的许可。部分问题在于,两代人对如何在网上展示自己有不同想法。如今的青少年成长在一个过滤和修饰的时代,他们

的父母却常常抱着“不加修饰的家庭相册”的心态。

父母应尊重孩子意愿

研究“晒娃成癖”的丹麦奥胡斯大学媒体研究教授玛雅·索尼·丹母卡扎尔说,父母应该尊重孩子,并尊重两代人之间的界限,树立懂得倾听的良好榜样。然而,她也承认现代父母承受的压力,包括社交网站鼓励人们不断分享的机制。

希勒警告,如果父母的自豪感与在网上发帖联系太过紧密,他们应该审视自己。她说:“如果发布信息的行为已成为强迫症,这可能意味着与社交媒体的关系不健康,例如可能同辈人中发帖这样的事有竞争感。但当这变得比尊重孩子的意愿更重要时,就错了。”

50岁的朱莉娅·钱皮恩在网上发布13岁女儿罗西的照片,文字说明是“罗西的激动时刻,这是她第一次正式约会”。“赞”和“祝你好运”的评论源源不断涌进来,但罗西让她把照片删掉。“她说这很尴尬。”朱莉娅说,“所以我删除了照片,但后来她一走,我又把它发出来了。照片是那么甜蜜,发它只是为了好玩。”

希勒对此表示震惊,她说:“父母绝对不应该暴露孩子的生活,青少年需要隐私和安全感,这样才能建立自信。如果在网上持续过度曝光子女,有一天可能导致子女心理健康问题。” 申忻

生活方式回归自然 “重治疗”变为“重预防”

“东学西渐” 中草药西方也着迷

在以麻醉药、手术刀、标准化包装药片为代表的西医流行前,人类一直依赖草药治疗疾病。而如今,无论西方还是东方,都是讲究科学测量、数据计量的西医当道。

以中医药为代表、讲究“自然合理”的传统草药的价值是否依旧?如何在注重“科学合理”的世界搏出一条新路?

欧洲普遍种植草药

在英国伦敦街头,有一个不起眼的古老手术博物馆和草药阁。据说在英国人推崇草药的18世纪,这个地方曾被医院用来存储和加工草药,大批医学院学生来这里琢磨如何配置草药、治疗疾病。

事实上,不只是英国,古代欧洲人普遍种植和使用草药。公元64年的一本《药材》图文并茂地介绍当时欧洲人惯用的草药,公元8世纪成书的《楼书药书》是德国第一本药方兼收的药学著作,1588年的《新草药书》更是收录了3000多种草药。

金盏菊、欧洲龙芽草、山金车等都是欧洲有着悠久使用历史的草药。长相普通的洋甘菊在欧洲家喻户晓,欧洲人常常将它制成药物治疗消化系统疾病或是消炎,既可内服也可外敷。而德国巴伐利亚北部的法兰肯地区有着“草药之乡”的美誉,当地人几乎家家户户在屋边种草药,连拌沙拉、烤蛋糕都要加点草药才好。



安利(中国)植物研发中心研究人员记录 图 G

西方人被中医吸引

在近代中国,依赖科技手段和医疗器械诊治疾病的西医学伴随着耶稣会教士来华传教而西学东渐。一些西方人同样被博大精深、神秘莫测的中国医学深深吸引,踏上了对中医和中药的探索道路。

16世纪,来自欧洲的耶稣会教士在日记本里记录了他们的惊奇发现。看起来并不科学的中医医师们竟只是问了几个问题,然后像弹钢琴似的把了个脉后,就能开出草药方子,而且能治好患者的疾病。

除了惊奇,中医也激发了一些西方人的灵感。上个世纪初期,旅居在中国上海的美国牛奶公司商务代表卡尔·宏邦也被神奇的中医所吸引。生物学出身的他尤其对注重阴

终会回归“全棉时代”

阳平衡的中国传统医药理论十分着迷,于是留心观察普通中国人的膳食结构和得病情况,旁观中医医师为人诊病、“偷师学艺”。渐渐地,卡尔·宏邦有了灵感,萌发了加工植物并生产营养补充剂的想法,而这正是安利纽崔莱品牌的来历。

如今,随着人们对疾病与健康认识不断提升,全球医学发展趋势已经由“重治疗”转变为“重预防”,这与中医“不治已病治未病”的理念高度契合,中医中药日益显现出特殊的价值。

如何更科学是难题

在疾病治疗方面,草药还能否找回曾经的荣耀?

道路是曲折的。一些人以西医为标尺,嘲笑中医“关于解剖学和生

理学的知识几乎为零”,认为西医才是现代科学,中医不科学甚至迷信。哪怕是中國中醫學院終身研究員屠呦呦发现了青蒿素,让人类在征服疟疾的道路上又前进了一步,并因此获得国家最高科学技术奖和诺贝尔奖,对中医及中草药的争论依旧纷纷扰扰。

在讲究“科学合理”的西医成为医学界主流的当下,如何证明草药的确能治疗疾病?如何建立科学的标准,传承与创新,让它能够“东学西渐”?这成了摆在讲究“自然合理”的中医药面前的一道难题。

如何让传统的中草药有治疗疾病的“真凭实据”?

在无锡的梁鸿国家湿地公园附近,有一片占地500亩的土地,生长着从枸杞到桑葚、从杭白菊到迷迭香的各种植物,研究人员专注于中草药的有机种植研究和提取物研究。正是在这里,安利植物研发中心与中国中医科学院中药研究所合作,参与“中医药现代化研究”专项,完成了杭白菊的全长转录组遗传信息发掘,使我国成为首个完成菊属植物菊花全基因组测序的国家。

“随着经济发展和生活方式回归自然,越来越多人发现还是纯棉衣服更好。”王林元乐观地表示,“我相信,总有一天人们对中医药的认识也会回归‘全棉时代’。” 玖田

相关链接

现代科学诠释 中医养生文化

中国十三五科技部重点研发计划“中医药现代化研究”专项首席科学家、北京中医药大学教授王林元表示,虽然中医药在疾病预防、慢性病及疑难病症、重大传染病防治中的作用逐渐得到国际认可,但中药复方保健产品存在理论指导不到位、功效评价不完善,现代科学内涵不清晰、产品研发体系不规范等问题,严重制约中医药现代化国际化进程,也凸显相关研究的迫切性。

比如,寄生在西北沙漠梭梭树根部的肉苁蓉是传统的名贵中药材,“补精血、滋肾阳”。然而要将它的作用和原理解释给西方人听,就要让传统的养生文化与科技碰撞,从科学角度分析和解释,古为今用。

通过对不同品种肉苁蓉的植物营养成分的药理研究,研究人员发现管花肉苁蓉的总苷尤其是松果菊苷具有显著的促进新陈代谢、抗衰老功能,如果再与补益心肺的银杏叶提取物相结合,更有助于改善记忆力。于是有了中草药产品“银杏苁蓉片”的问世,并且在日本、美国、俄罗斯等13个国家和地区上市。

“这就是用现代科学诠释中医传统养生文化的一个成功案例。”安利大中华研究开发及技术法规副总裁陈佳说。