

孩子放学后你会问什么？

专家：关注孩子情绪 别只谈论学习

第 医 线

本周三，全市中小学开学了。这是新冠病毒感染调整为“乙类乙管”后的第一个学期，放寒假叠加因疫情在家上网课，不少学生已经很久没去学校了，因此开学之初容易产生焦虑情绪。“过完年后，门诊就多了一些有情绪问题的孩子。与他们及其父母交谈会发现一个现象，很多父母不理解孩子的情绪，连与孩子最基本的交流都没有。”上海市精神卫生中心副主任医师许桦说。

一个过分追求完美的孩子，她不停去维持自己的“完美形象”，在学校里总担心自己做得不好，怕让妈妈生气。巨大的心理压力下，她自责、焦虑，觉得自己“一无是处”。

这个孩子的诊断结果是混合性焦虑和抑郁障碍，需要服药和心理治疗。

许桦告诉记者，除了担心学习之外，有很大一部分孩子面临人际交往问题。尤其是青春期，他们会担心自己的容貌、体型、行为举止被人嘲笑。而糟糕的是，很多父母不仅没有意识到这点，还认为这是孩子的“无理取闹”和“矫情”，甚至把自己的负面情绪传递给孩子，而这常常成为压倒骆驼的最后一根稻草。

你会和孩子沟通吗？

许桦指出，开学的确是个“坎”，家长要关心孩子的情绪问题。当孩子有几天不开心时，不必担心；当孩子情绪低落、很累、吃不下饭、睡不着、不想说话时，要提高警惕；如果一直无法集中学习甚至失去兴趣、不见人、不上学、对未来迷茫、言行消极时，可能患有抑郁症，要带孩子到医院看一看。

放学后你会问孩子什么呢？许桦说，这个问题她问过很多家长，但事实上他们很少跟孩子沟通交流，而是更关注孩子在学校里的表现，只询问学习成绩。

“孩子越长越大，与父母的距离似乎越来越远，但这是一种误解，父母应该学习如何与孩子沟通。”许桦说。那么如何顺利交流呢？她给出几点建议：

● 尊重孩子及其内心的想法，多听他们说，而不是自己说，更不要强调自己的权威。

● 制造共同的话题，这是父母与孩子实现更多无障碍交流的关键。学习当然重要，但要适可而止。

● 孩子最怕父母拿自己跟别人比。新学期，不妨和孩子一起制定一个可行的计划，鼓励孩子比过去的自己进步一点，而不是跟其他人比。

● 要懂“进退”，不要剥夺孩子自己寻求解决问题的机会，启发他们自己“往前走”。当然，也要在孩子需要时及时出现，给一个拥抱和帮助，成为孩子最坚实的后盾。

本报记者 左妍

不想上学是厌学吗？

一位妈妈带着14岁的女儿来到诊室，女儿还没开口，妈妈就失声痛哭。原来，一贯表现不错的女儿突然不愿意去上学。“她说自己没有力气，学不进去，每天我都要催很多遍‘快去做作业’‘快去复习’，但是她好像根本听不进去。”在妈妈看来，女儿特别“懒”，对学习毫无主动性，还曾经出现过伤害自己的行为。她认为女儿“交了不好的朋友”，反复求医生“劝劝”她的女儿。但许桦却告诉她，这是抑郁发作，孩子“病”了，并不是医生甚至任何人“说说”就会好的，需要的是治疗。

这位妈妈瞪大了眼睛，她不愿意相信自己的女儿得了抑郁症。“很多家长有一个共性问题，他们认为孩子不应该抑郁，认为孩子很可能是单纯厌学。”许桦说。

孩子到底在怕什么？

曾有调查发现，患抑郁症的孩子，不外乎“家庭亲子关系不好”“父母婚姻不和”“童年不在父母身边”这三种情况。但是现在，情况正在发生改变。即便是特别优秀、家长特别关爱的孩子，也有可能生病。

15岁的娇娇（化名）在爸爸的陪同下走进诊室。娇娇是个“完美”的女孩子，长相甜美可爱，成绩也非常优秀。可是开学了，娇娇却情绪低落，甚至晚上失眠，整个人状态很不好。她说自己“害怕”，人在瑟瑟发抖，但父母并不了解她在怕什么，也不明白女儿为何会变成这样。

“我把爸爸请了出去，单独和孩子交流，听听她的真实想法。”在和女孩的沟通中，许桦了解到，这是一

有人直指是“照骗” 有人爱上“反差感” 武康大楼前一盆郁金香火了



▲ 在武康大楼前的岔路口，游客正对着街角一个不大的花盆拍照，这里正是最近大火的“郁金香取景地”
▶ 只要找准角度，就能给武康大楼和郁金香拍出好看的同框照片
本报记者 萧君玮 摄



近日，武康路上，一盆郁金香突然掌握流量密码，成了“人气担当”。有人笑言，郁金香“照骗”让人想猛点国家反诈中心App；有人坦言，早就知道实情，但仍选择来打卡。“楼前拍花”为何络绎不绝？本报记者来到现场，听一听拍花者们怎么说。

游客纷纷合影留念

昨天下午4时，阳光正好。在武康大楼前的岔路口，十多位游客正围着街角一个花盆拍个不停，这里正是网上攻略中提示的“郁金香取景地”。作为沪上“顶流”，武康大楼一直不乏参观者，如今更是多了一个理由——将大楼和郁金香同框，拍出好看的照片。

“正好朋友从扬州来玩，想带她来武康路看看，顺便拍照留念。”王女士刚取完景，觉得武康大楼作为上海经典老建筑，到此一游是必需的。“网上有打卡攻略，我们都照着那样拍了，感觉很好看。”她说。

记者数了数，一盆郁金香共有7枝，仅凭这点数量的花朵想要“出片”不容易，但这并不影响大家反复取景的热情。

贺先生和同学利用寒假从安

徽来旅游，在网上也看到了这一热门取景地。他说：“原本只是路过武康大楼，看到那些照片就被吸引了过来，我们刚才也拍了。虽然看到就几朵花有些失落，但照片好看也值了。”

有人“打假”有人点赞

照片好看就值得，可以说是现场每一名拍照游客的想法。不过，网友的评价就没有那么“宽容”了。

有人留言：“照片诈骗。”有人直言：“笔记内容除了‘需要’仰拍以外，没有一点说了实话。”有人更是调侃：“你真的有一双发现美的眼睛。”诸如此类的“打假”评论都将矛头指向了想借此“博眼球”

的社交媒体博主。

对此，专门到现场打卡的赵女士有不同看法：“网上这些评论恰恰说明了营销的成功。”在她看来，对于郁金香的这波炒作，博主和平台才是赢家，“有些人觉得网上的照片是骗人不能接受，有些人觉得能拍出好看的照片就行，大家各有所好是正常的，而对于社交平台来说，这波流量已经赚到了。”

另一名打卡的游客袁女士说：“我也照着攻略拍了图，确实很好看。难道你不觉得正因为只有一盆花却能拍出这样的照片，而令这事变得好玩吗？现实和照片中的反差有时也能带来乐趣。”
本报记者 董怡虹 刘慧琴 萧君玮



新民周刊 2023年2月20日新刊预告

Editorial 新民一周

03 烽火一年间

Cover Story 封面报道

06 AIGC 堪比工业革命？

08 我的饭碗会被你抢走吗？

10 ChatGPT 的狂飙之路

16 改变世界的“奥特曼”

20 封禁 ChatGPT？

教育学术圈“有点慌”

24 奔向美丽新世界

28 “危险”的 ChatGPT：

法律、伦理和哲学挑战

Culture 文化

42 七年一剑国产剧《三体》

为何口碑两极化

46 小说《三体》为何“封神”？

2023 全年订阅优惠价¥408

订阅电话：021-62793310 订阅代号：4-658

50 《三体》IP 开发
为什么这么难？

54 那些年，大刘被改编过的
科幻作品

56 中国科幻小说百廿年史：
从小众走向大众

72 意大利室内设计师眼中的上海：
“这座城市让人成长”