

五一长假 之 家庭篇



五一长假 之 文明篇

家,幸福的港湾

享时令美味 乐开怀

家是美味的产地。

槐花包子、槐花汤,槐花丸子、槐花糕;蛋炒槐花、清蒸槐花,槐花饺子、槐花菜馍……4月18日,荥阳首届“魅丽刘河·休闲三山”槐花节开幕式举行,记者在现场看到,游客津津有味地品尝着槐花美食。

记者了解到,该槐花节将持续到5月5日,在加长版五一假期,您与家人到三山采摘槐花,回到家中做上几样槐花美食,然后与家人分享,谈天说地,笑逐颜开。

三山坐落于荥阳市刘河镇分水岭村,这里有1.5万亩刺槐林可采摘槐花。槐树作为乡土树种,无论环境多么恶劣,都能傲然挺立,健康成长,呈现了当地人自强不息、创新创业、忠诚好运的精神和品质,因而当地人又说:“门前种棵槐,好运自然来。”另外,槐花在粮食歉收的年代,还是救命的口粮,槐树被当地人认为是“救命树”。

记者在三山顶见槐花漫山遍野,在微风吹拂下,散发出淡淡的香甜,也吸引游客采摘。“我从小就特别喜欢吃槐花,每年就摘一些蒸一蒸,或者包饺子、炒鸡蛋。”张女士与闺蜜慕名赶来采摘。



“‘绿水青山就是金山银山’,我们举办这次槐花节,是希望通过这一平台和载体,做足‘农业+旅游’‘旅游+产业’的文章,促进乡村振兴。”刘河镇党委书记王军伟说。

到三山,除了采摘槐花外,还以采购到刘河小米和当地柴鸡蛋、蜂蜜、红薯粉丝等,这是刘河镇的扶贫产业成果展示在进行。

此外,现场还有民间艺人的杂技、歌舞表演、画展等文化惠民活动,为游客提供一场丰富的视听盛宴。游客还可以享垂钓、看日落等,体验乡村生态之美。

荥阳时报 王焱楠 通讯员 王明霞 文/图

贾峪镇三举措 扎实做好节日期间 文明旅游工作

本报讯 在五一前夕,贾峪镇主动出击,充分发挥各职能部门、网格长、村组党员干部、景区管理方等各方力量,合理调度,形成合力,保障了节日期间游客旅游的顺畅快乐。

加强宣传。该镇充分发挥官方微信公众号、各旅游场所的微信公众号及各类微信群推送各类旅游安全提醒和具体旅游点攻略,同时,在各旅游场所利用LED滚动屏不间断滚动播放各类安全内容。另外,在各旅游场所悬挂横幅、在主要道路旁边张贴(悬挂)标语,增加安全提示、警示标志物,在镇域内人群集聚的场所设立志愿者服务站,随时向游客提供咨询服务,不断提醒广大游客注意安全,有效提升游客的安全意识。

提前预防。节日之前,镇文管办就主动出击,联合公安、安监、食药监等职能部门对镇域内各类旅游场所的负责人进

行安全知识教育;结合专家查隐患专项活动,对旅游场所进行全面排查,重点对食品安全、消防安全、道路安全及其他可能存在隐患的部位进行全面排查,对存在的隐患进行现场督促整改,将各类隐患消除在萌芽状态,确保游客安全。

强化巡查。镇值班人员与村组党员干部一道,按照不同的分区对各旅游场所进行不间断巡查,对游客相对集中的核心路段加强值班;公布24小时值班电话,随时接受群众来电;对进入山区的游客进行提醒,防止出现不安全用火造成的森林火灾。同时,增设人手加大在山区的巡查力度;各景区也组成巡查队伍,对景区内进行高密度巡查,及时向职能部门汇报景区的动态变化。截至目前,该镇的旅游工作稳步推进。

记者 姚辉常
通讯员 柴伟瑞 范文斌

五一长假 之 心理篇

孩子最需要的五种心理营养,你给足了吗?

□荥阳一中心理教师 韩志娟

成长不仅仅需要物质营养。

最近,我身边的父母经常在议论一件事:4月17日晚上在上海卢浦大桥上,一个男孩突然冲出正在慢速行驶的小轿车,翻过桥边的护栏,直接往河里跳下去。随后车里跟着下来一名女子,想要抓住跳桥的男孩却没能抓住,瘫坐在地上痛哭。男孩今年17岁,是一名正在上职校的学生,而下车去拉他的女子正是他的母亲。

我站在孩子和母亲的立场上,从心理学的角度给他们做了分析。

孩子在学校里被人欺负是一个较为普遍的现象。我一直认为,若想要孩子在外不受欺负,首先要做到孩子在家里不受欺负。一个在家里受到家人足够尊重的孩子,到了外面也会有心理能量受到尊重。

这就是心理营养。就像种子需要阳光、空气、雨露才能发芽、成长、开花、结果一样,每个人都需要获取五种心理营养,才能收获幸福的人生。

第一种心理营养:

无条件的爱与接纳

无条件的爱与接纳就是不管孩子长得是否漂亮、学习成绩是否优秀、长大以后是否孝顺,父母都会关心、爱护孩子。

显然事件中的孩子没有得到母亲无

条件的爱与接纳。当他在学校里边与同学产生矛盾受到批评之后,他的妈妈还不停地责备他。可以看出来,他的妈妈需要一个听话懂事的孩子,最起码不给他添麻烦不丢她的人。她不能接受一个跟同学处不好关系、不被老师喜欢的孩子。

第二种心理营养:

此时此刻,在你的生命中,我最重要

作为母亲,当她有了孩子之后,会把所有的精力放在孩子身上。而孩子也需要母亲全身心的照顾。只要孩子需要,母亲就会放下一切来满足孩子。当母亲因为身体情绪等原因不能满足孩子时,就需要家里其他成员来满足。

当孩子的父亲或者孩子的祖父母也不能满足孩子的这种需要时,孩子就会到学校里向老师要。如果老师也不能满足孩子的这种心理营养,孩子就会早恋。甚至把这种心理营养的需求带进自己的婚姻,整天向婚姻中的对方询问:在你的生命中,我到底排第几?我是不是你最爱的人?这种追问往往会导致家庭关系紧张。如果有人把对这种心理营养的需求带入其他人际关系中,也会让人想要远远地躲开他。那么这样的孩子在学校里,到了社会上,与人产生矛盾

也是很正常的事情。

这个孩子从他母亲那里也没有得到这种心理营养。在当时,对他的妈妈来讲,最重要的可能就是他的学习,他在学校里边的表现,而不是孩子本人。所以孩子很伤心。

第三种心理营养:安全感

孩子的安全感主要来自母亲。如果在孩子在两岁的时候能够与母亲安全地分离,他就不会有太多焦虑。母亲稳定的情绪、和谐的夫妻关系都会给到孩子安全感。

这个孩子没有安全感。他在母亲的责骂声中失去了活下去的资格和勇气,放弃了求生本能,释放了死亡本能。

第四种心理营养:

肯定、赞美、认同

父母对孩子的肯定、赞美、认同可以培养孩子的自信心、价值感,以及对自己性别的认同。相比母亲,父亲的肯定和赞美对孩子的成长更重要。经常被父亲肯定和认同的孩子,更加认同自己的性别,女孩子更有价值感,男孩子更有责任感。

事件中的这个孩子从母亲那里得到的是指责与批评。这样会导致他误认为,他的生命是没有价值的,更不要说对家庭对社会负责任了。

第五种心理营养:

学习、认知、模范

父母就是最好的榜样。

如果母亲在得知孩子被人欺负之后,帮助孩子分析问题,看清事情的前因后果,为孩子提供一些合理化的建议,给孩子提出一些建设性的做法,孩子就会从母亲那里获取第五种心理营养,他的内心就会强大,解决问题的能力就会提高,人际关系就会处理得更好。但是,这个母亲没有给他提供第五种心理营养——学习、认知、模范。孩子得不到第五种心理营养,会产生无力感和无助感。

心理营养不只是在孩子小时候需要,在其成长的整个过程中都需要,根据孩子心理发展的特点,给的越早越好。如果不能早给,什么时候发现问题赶快提供心理营养,总是比一直都不给的要强。

其实,很多父母的心理营养也很匮乏。因为很多父母没有从他们的父母那里获取足够的心理营养,所以当自己有了孩子之后,给不出心理营养,也爱不出来。他们也需要关注与爱。

可是如果我们一代一代往前去追溯,又能解决多少问题呢?我的经验就是不断地读书,不断地学习,不断地成长,从书中获取心理营养,让自己的内心逐渐强大起来。