

在埃塞的日子里

——一位援外医疗队长的手记

■张晓阳

(十九) 汉语在这里火了

为了传播中国文化，让埃塞医疗界的朋友更多地了解中国、热爱中国，我决定让我们队的翻译王亚聪同志为医院的医生、护士们教授汉语。

在之前我和院长沃德沃森、CEO 阿拉姆尤讨论汉语授课问题时，两位院领导都非常支持。他们表示要尽快组织全院医护人员学习。当医院告知全院医生、护士、医疗队准备开办《汉语课堂》时，他们都很兴奋地期待着这一天的到来。5月11日上午，《汉语课堂》开讲了！

第一课，我们邀请了院长沃德沃森主持，他讲述了他在埃塞培训的情况，中间还特意对中国政府和医疗队表示了感谢之情，同时鼓励埃方医护人员好好学习汉语。提露内丝-北京医院的医生和护士只有极少数人到中国接受过培训，他们都非常渴望一睹大国风采。所以，他们学习起来非常认真！

讲课历时两个半小时，课后学员们围着亚聪老师问这问那，意犹未尽的样子。我告诉他们我们会进行系列讲座，希望亚聪老师的讲课，能够让大部分学员在今后四个月内达到汉语入门水平，有助于提露内丝-北京医院的医生和护士将来到中国培训。课余，我现场表演了中国书法。学员们积极学习，从墨迹里体会中华文字的无穷奥妙！

第一课结束了，我也陷入了思考：随着中国经济发展，中国走向世界的步伐也在加快，作为中国援外医疗队，怎么利用在国外工作期间，尽可能扩大中国影响力，当好“民间大使”？除了技术上“传帮带”外，开设《汉语课堂》不能不说是一个好办法。愿我们的《汉语课堂》越办越好！愿中华文化传播到世界每个角落！愿我们伟大的祖国更加繁荣昌盛，早日实现“中国梦”！

(未完待续)



汉语课堂开讲了！



提露内丝-北京医院的医生和护士在认真听讲！



张晓阳队长在教学员写毛笔字



张晓阳队长在向学员展示自己的书法作品

“熊孩子”也吃这一套：

100 种替代吼叫的方法

美国妈妈茜拉·麦克瑞斯家有 4 个男孩，都不到 8 岁，个个精力旺盛、淘气。她比我们多数人更有理由情绪失控，大吼大叫。一个偶然的契机，茜拉产生了这样的念头：“孩子是我重要的观众，我想让他们看到我的爱，而不是我的愤怒。”冲孩子大吼大叫的现象必须终止。她开始在自己身上做实验——发誓在随后的 365 天里不吼不叫，称之为“橙色犀牛”挑战计划。她每天记日记，使用 100 种简单易行的替代吼叫的方法，后来她真的做到了。这个过程她写成了一本书《少些吼叫多些爱》。

做一个愤怒的妈妈确实可怕，可总有忍不住发脾气的时候。有次出了超市，小朋友就要吃薯片。他拿着一筒薯片，一边走路一边吃，走到地铁的电梯上也没停下。我没拦着他，掏出超市的小票来看。结果他吃得太过专心，电梯到了也顾不上迈开腿，“啪叽”向前摔倒，倒没有伤着，只是手里的薯片筒甩了出去，撒了一地。

那会儿坐电梯的人并不多，后面一个阿姨“哎哟”叫了一声，然后厉声指责：“看看你们，差点

儿把我也弄摔着。”我又惊又愧，拉起小朋友，他摔得不重，也并没有哭，依然只顾着把薯片筒捡起来。我捡起散落的薯片——丢在那里被人踩并不合适，要清理到垃圾桶里。可小朋友捡起来就又塞到嘴里。那阿姨厌恶地说：“别捡啦，别捡啦。”我有点不悦，于是训斥小朋友：“怎么不看着路，还那么不讲卫生。”那天，我把薯片全扔进了垃圾桶，一肚子戾气。

回想这件事的时候，分析我的情绪，其实是因为在别人眼中，被评判为一个不尽心的妈妈，孩子也遭人嫌弃，不喜欢当时的自己。为人父母，很容易焦虑：“我不是一个合格的爸爸妈妈。”然后这焦虑不自觉地迁怒于更弱小的孩子，似乎也是向人展示“我是对孩子有管教的”，尽管那种斥责里宣泄情绪的成分居多。

因为“熊孩子”在高铁、餐馆等公共场所吵闹而发生冲突的新闻屡见不鲜，很多人又特别爱好评判他人的教养，总能引起激烈讨论。为“熊孩子”所苦的人，说他们应该被教训，而为人父母者，则觉得缺乏安全感——世界对弱小的孩子太不友善了。熊太

行提出了一个“众望所归的暴力”的概念，很有中国特色，就是孩子在情绪失控时，父母在周围眼睛的压力下，选择做出激烈的反应，大声训斥，甚至是打孩子几巴掌。为了不让附近的陌生人厌恶自己而对孩子使用暴力，然后有人心满意足：“哪能不管呢，该打还得打。”

且不论孩子心理是否有阴影，这种家长为了面子的宣泄是不太起作用的，没有形成良好的互动机制，下次碰到这种局面仍然会失控。发脾气的人往往很怂，孩子很快就会看清这一点。这一点全世界是相通的，发脾气不单影响亲子关系，而且这一招越来越不管用。

不单在公共场所，在家庭出现多方共同抚养孩子的局面时，有些父母的发脾气也并不是针对孩子，而是表演给其他人看——和风细雨容易被长辈认为是“惯着”孩子。

在目前的环境下，想要平息自己的吼叫，需要一些情绪控制的技巧，也需要转变思维方式，认清情绪的来源，了解自己的目的：教育好孩子，而不是被他人的情绪和看法牵着走。（中青）



《少些吼叫多些爱》
【美】茜拉·麦克瑞斯 著
叶红婷 宋晋平 译
上海社会科学院出版社