



开学新鲜事

晨报小记者、张店区实验中学初一14班 苗轩驿

9月1日,一个不平凡的日子,初中的大门在这天为我敞开,我盼望着初中的生活不会太枯燥……

这一天是难忘的,我的脚在运动中不争气地骨折了。疼痛给我带来了心灵的创伤,害怕、担心……不停地从心里涌出。刚来到一个新学习环境,我本来就有一种陌生感,却又因为骨折需要静养,没办法跟同学们互相交流学习,同学们可能会冷落我。当我正在为此事发愁时,一双温暖的手伸向了我,这双手大而有力,紧紧地握住了我的手。

“同学,没事的,加油!”一句鼓励的话,让我顿时感到一股暖流,让人振奋。虽然受伤了,但我依然认识了许多同学,这让我很开心。在课间,我活动不方便,同学们都来到我座位旁与我一起聊天、探讨知识,使我不再孤独。

记得军训时,同学们都到操场上训练了,我们班的董子嘉主动留下来陪我一起练字、看书、聊天。她很会画画,还把自己画的每一幅画中的小人物连成一个故事,她真是一个天才。

刚步入初中大门,我对初中

生活充满了期待。记得有一节生物课,一个有趣的话题让我当上了课代表。课上老师说要团结,对同学要有无限的心胸和足够的耐心,我提出了要打卡30天来练习耐心,我的建议得到了老师和同学们的一致好评,就这样我意外成了课代表。

新书芳香,我翻看了初一的每一本课本,感觉内容不太难,还有很多自己感兴趣的知识,我对未来充满信心。

未来可期,将小学清零,初中的我一定好好学,让自己更加优秀。

快乐的一天

晨报小记者、张店区科苑小学二年级3班 孙茂田
指导老师 潘迁迁

碧空如洗,万里无云。11月8日,我和妈妈来到童学馆参加晨报小记者团活动。去的路上,我们有说有笑,不一会儿就到了童学馆。在童学馆的门前,我看到几位老师在捡落叶,就有了疑问:不是了解立冬知识吗,立冬和落叶有什么关系?

带着疑问,我们跟着老师认真真地把《朱子治家格言》诵读了一遍,并在老师的带领下恭恭敬敬地向儒家“大成至圣先师”孔子行参拜礼。在诵读《朱子治家格言》时,我学到了要养成常打扫房间、爱惜粮食等好习惯。

然后,老师带我们来到国学教室。坐下后,老师说:

“知道立冬有什么习俗吗?”我们齐声说:“吃水饺。”老师还带我们学习了李白写的《立冬》这首诗:冻笔新诗懒写,寒炉美酒时温。醉看墨花月白,恍疑雪满前村。

我们每人做了一张立冬贺卡,原来,老师捡树叶是为了让我们做贺卡。我想,要是在冬天的大路上铺上树叶地毯,就更美了。我边想边做,先把树叶粘上胶,再认真真地点上些银粉,这幅画就完成了。看着自己美美的作品,我开心地笑了。

通过这次活动,我学到了立冬的许多知识,也开阔了眼界。

立冬万物藏 沐浴国学堂

晨报小记者、张店区莲池学校三年级3班 赵苒喆 指导老师 吴香玲

寒来暑往,秋收冬藏,又是一年秋冬交替,立冬悄然而至。11月8日,我们晨报小记者齐聚童学馆,沐浴国学经典,感受立冬习俗。

首先,我们在孔子的画像前,正衣冠,诵读《朱子治家格言》。《朱子治家格言》里面的很多词句有些难以理解,但是我能感受到他们的家教严苛,教我们尊敬师长,勤俭持家,和睦乡邻。

然后,我们来到二楼教室,通过一段视频了解立冬习俗。

立冬是二十四节气的第十九个节气。我国古时,民间习惯以立冬作为冬季的开始。立冬时节,万物收藏,秋季作物全部收晒完毕,收藏入库,动物也已藏起来准备冬眠,归避寒冷。立冬后,我们要多吃白菜和萝卜等时令蔬菜。

接着,我们学习了李白的古诗《立冬》:冻笔新诗懒写,寒炉美酒时温。醉看墨花月白,恍疑雪满前村。意思是:墨笔被冻住了,正好偷懒不写新诗;天气寒

冷,火炉上的美酒时常是温热的。微醉中,他看到月光照在墨汁上,开出小花朵朵,还以为是大雪落满山村。

最后,我们制作了立冬贺卡。我把大树叶看成一棵树,四片小银杏叶从树上飘飘悠悠落下来,再撒上一点装饰品,一幅简单的立冬画做好了,我很满意。通过此次活动,我了解和感受了立冬习俗,学会了古诗,制作了立冬贺卡,收获多多。

腹有诗书气自华

晨报小记者、高新区第二小学三年级2班 刘任萱 指导老师 司俊楠

11月8日,我在妈妈的陪同下,来到了位于黄金国际西门的童学馆,参加鲁中晨报小记者团活动。立冬时节,我们来学习国学,感受传统文化的魅力,过了一个有意义的立冬。

刚进入馆内,两排书架中间的墙上挂着的画像吸引了我,画上一位拿着诗书的老人,他就是孔子。老师告诉我们,孔子是儒家思想的创始人,他周游列国,广收门徒,有三千门客;他主

张仁爱,有“己所不欲勿施于人”等名句,《论语》更是被奉为儒家经典。老师教了我们拜师的礼仪——左手要搭在右手的上面举过头顶。我们认真地对着孔子像行礼,又跟老师读了《朱子治家格言》:“一粥一饭,当思来之不易,宜未雨而绸,勿临渴而掘井……”简简单单几个字,表达了朱子对生活的体会,也给了我很大的启发。

随后,我们来到二楼的教

室,老师给我们播放了一段关于立冬的视频。从视频里,我了解到了立冬的习俗。随后,老师让我们创作了一幅树叶画,我给我的作品起名叫做“寒”,因为立冬表示冬天的开始,天气开始寒冷了,动物也准备开始冬眠了。

这次的活动,不仅让我体会到了传统文化的博大精深,也让我喜欢上了传统文化,这个立冬过得意义非凡。

童学馆里学国学

晨报小记者、张店区科苑小学三年级4班 武美希
指导老师 李红叶

11月8日,我跟随鲁中晨报小记者团来到童学馆。我们在一楼诵读了《朱子治家格言》,虽然其中的意思我还不太理解,但是诵读时的气氛让我觉得非常庄严。

读完之后,我们一起到了二楼的国学课堂,学习了好多知识。首先,我们学了立冬是二十四节气的第十九个节气,而且立冬有吃饺子的习俗。

随后,我们做了手工贺卡,白纸上有一个黑圆圈,上面写着:一点禅灯半轮月,今宵寒较昨宵多。这是描写冬天的诗句。我们在这个黑圆圈里做了树叶贺

卡,我做的是两片大的树叶,一片在上面,一片在下面,还有很多小的叶子,我还用了很多闪粉来装饰。它的含意是:在一个寒冷的冬天过节的时候,人们会挂上很多彩灯,彩灯非常美丽,所以很多人喜欢。

活动最后,我们还一起学了二十四节气歌:春雨惊春清谷天,夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降,冬雪雪冬小大寒。

这次的活动非常有意义,让我收获了很多知识,还对传统文化有了初步了解。我太喜欢小记者团活动了!

罪犯心理危机干预

山东省鲁中监狱 刘立华 胡志磊

罪犯心理危机,是指罪犯在服刑期间遇到突发疾病、疫情、亲人离世、家庭变故、减刑假释提请受影响、新环境适应等重大生活事件,或出现内心矛盾冲突时,以现有的经验和应对技巧无法克服困难,致使当事人陷于痛苦、不安状态。

罪犯心理危机一般包含四种结果:度过危机并学会处理危机的方法;度过危机,但应对方式不当,留下心理创伤;无法克服危机困境,出现自伤、自毁行为;未能度过危机,出现心理障碍。罪犯心理危机一般会在6个月内消失。如果没有有效干预,持续时间过长,会产生心理问题、心理障碍或精神疾病等,个

别人员出现伤害事件,影响监管安全。因此,对处在心理危机状态的罪犯及时进行危机干预十分必要。

罪犯心理危机干预是对处于困境或挫折中的个体予以关怀、帮助和支持,使之尽快摆脱痛苦,恢复心理平衡,能够促进其正常服刑改造。干预目标主要有帮助罪犯恢复心理平衡,度过危机,解决问题;防止出现过激行为,如自伤、攻击他人;引导罪犯在危机处理中学习新的应对技巧,提高心理调节能力,提升心理健康水平。

罪犯心理危机干预的实施要精准把控干预流程。结合工作实践,监狱总结出罪犯心理危

机干预流程主要有以下七个步骤。

第一,确定问题。从当事人的角度,确定和理解当事人面临的问题。第二,保证当事人安全。危机事件后,逐步落实安全措施,防止过激行为。第三,给予安慰和支持。与当事人进行沟通,不去评价当事人的经历和感受,无条件地接纳他的情绪反应,让对方感受到,问题的出现是个人对危机的正常反应。第四,系统评估。评估当事人的认知、情绪和行为反应,以及生理状态和心理状态。例如当事人对身体感觉的描述,核心情绪,日常生活受影响的程度,采取的应对措施,是否寻求过民

警或其他犯的支持等。第五,找出替代的应对方式。危机干预工作人员帮助当事人找到其他可以变通选择的方式。如寻求民警、他犯、家人的支持和帮助,培养兴趣爱好转移注意力,学习新的情绪调节技巧,寻求咨询治疗等。第六,制定计划。共同协商,引导当事人实施新的应对方式。第七步,获得承诺。为保证计划的实施,可以通过让求助者复述计划,达成同意的合作协议。

心理危机干预是罪犯心理矫治工作的重要内容,也是安全文明现代化监狱建设的重要组成部分。近年来,监狱对罪犯心理危机干预工作的重视程度不

断提高,体系建设不断增强。监狱重视人才队伍建设,定期组织监狱民警参加心理技能培训,提升业务水平。与社会机构、团体合作,引进心理专家、学者等社会力量进狱指导帮扶。定期组织基层民警进行危机干预案例交流研讨,促进相互学习和技能提升。

罪犯作为一个特殊群体,对社会的稳定具有重要意义。心理危机干预不仅能帮助罪犯解决危机,促进罪犯心理成长,防止各种心理障碍和变态行为的发生,也有利于促进监狱和社会的安全稳定。