

谭广辉的广彩作品《抗疫英雄》



▲唐志茹的钉金绣裙褂作品《火盾口罩》《雷盾口罩》



▲洪裕静的刺绣作品《战疫英雄》

# 岭南非遗人 共颂战“疫”事

文/羊城晚报记者 黄宙辉 通讯员 冀前 马少娟  
图/通讯员供图



▲张唐勇的张田饼印作品《心系武汉》



▲黄志伟的陶瓷作品《致敬英雄》

新冠肺炎疫情来袭,广东各地各级非遗项目传承人以通俗易懂却又充满艺术生机的方式,创作了一大批岭南非遗战“疫”作品,记录疫情防控中涌现出来的先进典型和感人事迹,表达对战胜疫情的美好祝愿。

其中不乏颇有代表性的作品,涉及曲艺、传统音乐、传统美术、传统技艺等各种艺术类别,以剪纸、泥塑、广彩、花灯、刺绣、木刻画、砖雕……等各种艺术形式呈现。

潮州花灯市级传承人黄韬创作了《若非身负重责,怎会剪掉青丝》花灯作品,用玉兰花向这些白衣天使表达敬意。黄韬说这件花灯作品取材于近期一篇抗疫报道——为了方便抗疫,广东省第二人民医院珠海医院几名护士利用换班休息相互帮忙剪去长发的场景。“我想用玉兰花来突出护士们的高洁、坚贞,赞美她们勇敢守护的高贵品质。”

泥塑艺术家万兆元花了三四天时间,用传统贴泥片的泥塑手法,创作出高四十多厘米的泥塑作品《战衣》。他说:“疫情暴发,将救死扶伤作为天职的医护人员在逆行而行。他们的责任心与担当,以及大无畏精神让我万分感动。我想记录他们自然而高大的形象,想定格他们超越凡人的英雄气概,歌颂他们,也鼓舞大众,表达必胜的信心。”



▲罗敏欣的红木宫灯作品《临时妈妈》

▲陈金庆的砖雕作品《天佑中华》



▲丁明的印章篆刻作品《坚强领导、抗疫必胜》(之一)



▲吴思志的高州木刻画作品《祝福湖北》



▲冯锦强的佛山木版年画《骑马将军》



《战衣》作者:万兆元  
▲万兆元的泥塑作品《战衣》



▲黄韬的花灯作品《若非身负重责,怎会剪掉青丝》



## 科普直问 宅在家里那么久,你想过孩子的感受吗?

□孟广腾 李琦 刘勋

编者按

2月28日,国务院联防联控机制新闻发布会上,教育部副部长对于今年高考会否延期一事作出了回应,表示今年高考方案仍未最后落实,教育部会稳妥审慎研究并及时向社会公开具体安排。但请大家必须要保障广大考生和涉考工作人员的生命安全及身体健康。

不仅是即将面对高考的学子需要关心,所有眼下仍宅在家中上着网课的孩子们都是我们必须关注的对象。那么,如何让孩子顺利度过这一特殊时期,建议家长从以下几个方面做起——

增强孩子的认知免疫力

人们对于疾病的恐惧往往是由于对疾病的不可控造成的。事实上,国家卫健委持续更新的新冠肺炎治疗方案已经为我们提供了比较细致科学的指导。孩子在家中可能不会主动关注相关的信息,家长应将疫情相关的科学知识讲解给孩子,在认知上增强孩子的“免疫力”。

首先,根据已有的科学信息,向孩子介绍疫情的发生及进展情况,和孩子一起列出疫情期间的具体做法,例如,勤洗手、多喝水、进行室内运动、外出后消毒等。孩子在执行相应行动的同时也就能意识到这些行为的重要性和必要性,减少无谓的恐惧和焦虑情绪。

其次,除必要的医学和生理知识以外,家长可以借此机会和他们探讨有关价值观的内容。孩子们需要认识到生命的无常,并且学会坦然面对,这是一生的功课;教会孩子关注自己和家人的身体健康,因为没有什么比健康更重要,重视强健体魄;教育孩子敬畏自然,明白生态、自然和环境的维护不仅关系到地球的命运,而且关系到我们自身的命运;让他们学会珍惜与感恩,珍惜自己以为常的幸福,好好爱自己、好好爱他人;让他们了解全国上下齐心协力为抗击疫情所做出的努力和牺牲,进行爱国主义教育,树立民族自豪感和人类命运共同体意识。

尽量耐心接纳孩子的情绪

面对这场来势汹汹的疫情,对于孩子来说,他们对不确定事件的敏感性高,心理调节机制也不成熟,更容易出现焦虑、抑郁情绪。在这样一个特殊时期,孩子更需要家长帮助他们去理解现在发生的事情,降低他们对未知变化的焦虑和恐惧。

家长应关注孩子认知、情绪和行为等三个方面的状况。

首先是认知方面。孩子在玩手机或平板电脑时间变长,回到书桌前学习、写作业时就可能注意力不集中的情况;然后是情绪方面。孩子的言语或表情可能表达出害怕、恐慌、担心、愤怒、烦躁等情绪;最后是行为方面。儿童可能出现频繁哭闹,青少年可能出现做噩梦、睡眠差、行为冲动等。

轻度的应激反应均属于正常现象,不会影响孩子的日常生活;中度应激反应会引发身心反应症状,比如失眠、脾气暴躁、做噩梦等,一般一周内症状会消失。如果孩子反应过度,几周都郁郁寡欢,这时家长就要高度关注,必要时甚至可以去医院寻求帮助。

一方面,孩子的能力有限,他们表达情绪的方式经常是本能的哭闹和发脾气。家长应尽量接纳孩子的情绪,反复耐心倾听,引导正确的情绪表达,这有助于帮助孩子逐渐恢复平静;如果父母不能耐心倾听孩子,而是反唇相击打骂孩子,往往只能升级孩子的负面情绪。

另一方面,家长要调整好自身的情绪,避免在孩子面前过于紧张地谈论疫情或表达愤怒不满。家长在工作陪伴孩子之余,还应抽出一部分时间来进行属于自己的休闲娱乐。

此外,家长可以与孩子在家中开展一些亲子活动。比如通过电话、网络与亲朋好友进行联系,增强联络感;陪孩子一起做游戏,培养一些室内进行的兴趣爱好;陪孩子观看具有教育意义的影视剧或纪录片。

培养孩子受益终身的生活习惯

随着开学时间推迟,孩子在家时间变得漫长起来。少了老师的监督、同学的陪伴、环境的感染,孩子的自我约束能力也会随之下降。在这段时间里,家长要做孩子的守护者、示范者、引领者,做好时间和学习规划,做到“停课不停学”,培养孩子受益终身的好习惯。

孩子的自制力普遍不如成人。上学期间,学校有统一的课程表,孩子的学习生活相对规律。放假了,孩子陷入兴奋之中,如果没有任何计划安排,很容易就玩起来毫无节制。

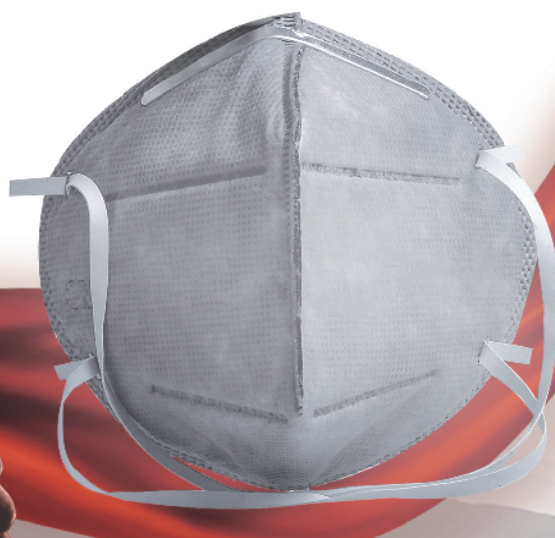
家长一方面要指导孩子制订作息时间表。但时间表的细节应交由孩子自己决定,这样有助于培养孩子的自律意识和责任意识,也更易激发孩子遵守时间表的动力;另一方面,家长应负责督促孩子严格遵守时间表。在孩子做到严格遵守时,家长还应及时表扬,孩子会逐渐体会到自我管理的快乐,促进孩子良好习惯的养成。对于年纪较小的孩子,作息时间表还应图文并茂,家长也可以选择和孩子一起制作一张手绘作息时间表。否则孩子一旦脱离了家长的视线,就容易就“原形毕露”,难以养成好习惯。

(来源/科学大院 ID:kexuedayuan)

依法防控新型冠状病毒感染的肺炎疫情公益普法宣传

## 依法科学有序防控疫情 做一个负责任的公民 在公共场所佩戴口罩

根据粤防疫指办通告,进入公共场所应当佩戴口罩,对未佩戴口罩的人员,公共场所经营者、管理者应当予以劝阻;不听劝阻或者有感染症状的,由有关部门依据《中华人民共和国传染病防治法》《突发公共卫生事件应急条例》等有关规定依法处理;对阻碍国家机关工作人员执行公务、扰乱公共场所秩序、扰乱公共交通工具的秩序、妨碍公共交通工具正常行驶等违法行为,由公安机关依据《中华人民共和国治安管理处罚法》予以处罚;构成犯罪的,依法追究刑事责任。



省司法厅 省普法办 广州市司法局 宣