

■ 人 物 ■

名片：

虞叶琴,70后,曾任私企高管、公司合伙人,现为专职亲子心理咨询师(国家二级)。做了妈妈后,她开始关注儿童心理方面的知识,并最终选择了心理咨询师这个职业。她创办的“妈妈下午茶”公益活动平台,给在家庭教育中遇到困惑或问题的妈妈们提供专业支持,帮助她们积极有效地和孩子沟通。今年6月,《孩子可以这样教——来自“妈妈下午茶”的35个亲子心理案例》由宁波出版社出版。

□ 记者 陈爱红

虞叶琴的个人工作室位于高新区一幢商住两用的房子里,心理咨询对私密性要求比较高,这个地方正符合要求:安静,私密。客厅里有柔软的格子沙发,也有透明的几案。我们坐在沙发上,聊起了孩子,聊起了她的职业,以及她不久前由宁波出版社出版的新书。从关注儿童心理到系统学习,从帮朋友解忧到创办“妈妈下午茶”公益活动平台,从企业高管到辞职改行做专职心理咨询师,虞叶琴在丰富自己的同时也在帮助他人,在不断归零不断创新中发展自己的新事业。

当了妈妈后
关注儿童心理学

2006年,虞叶琴做了妈妈。和很多新妈妈一样,为了更好地呵护女儿羽羽,她常常刷微博看一些育儿文章,希望借鉴别人的经验。羽羽一岁多的时候,虞叶琴开始写博客发微博记录孩子的成长故事,周围的朋友通过她的微博“围观”了羽羽的成长故事,有人主动向她倾诉育儿烦恼,讨教育儿经验。

在羽羽两岁多的时候,虞叶琴带她到公园里去玩。公园里有很多同龄的孩子也在玩耍,羽羽一直守着自己的滑板车,其他孩子过来摸摸都不肯。孩子为什么会有这样的表现?旁人看来可能会觉得这个孩子有点“自私”,但虞叶琴觉得孩子是在形成自己的物权意识。她并没有批评羽羽,而是顺其自然。虞叶琴渴望了解孩子成长过程中的心理发展规律,开始着重阅读心理学方面的书籍,像卡尔罗杰斯、亚龙·阿德勒等心理学家的书,她成套地买来看,开始系统学习心理学知识。

虞叶琴大学本科学的是纺织工程专业,参加工作后读了在职MBA,心理学对她来说是一个新领域。2009年,她报了心理学方面的网络课程。后来,她又去参加了培训学校的心理学课程学习,从中学到了很多东西。比如孩子为什么哭?一个哭的表现背后有什么诉求和动机?老师分析:两岁前的哭泣,更多的是生理和安全的需要,比如饿了、痛了、尿裤子了,或者是见不到妈妈害怕了;大一些的孩子,哭泣会包含更多情绪上的诉求,比如委屈,伤心,撒娇等等。虞叶琴觉得心理学知识不但不枯燥,还非常实用:能读懂孩子的需求是什么。

2010年,虞叶琴取得了国家三级心理咨询师资格。在写博客、发微博的过程中,她开始有意识地记录下自己孩子以及周围朋友的亲子教育方面的案例。

虞叶琴：
有育儿困惑来喝杯“妈妈下午茶”



朋友的烦恼催生“妈妈下午茶”

2012年下半年,虞叶琴的一个朋友遇到了烦恼事:儿子马上要上初中了,该不该让孩子住校?如果住校孩子会不会管不好自己?如果不住校是不是该在学校附近买房子或租房?虞叶琴一次次和朋友交流,她分析了这个年龄段孩子的特点:希望得到尊重,希望脱离父母的环抱(控制),自主性增强。她给朋友提了一些建议:一是离开学还有一段缓冲时间,可以先不忙做决定;二是可以先在日常生活中观察一下孩子的独立生存能力,判断孩子能否管理好自己。就在开学前半个月,虞叶琴接到了朋友的电话,朋友兴

奋地说,在入校前的军训中,她的儿子在集体生活中表现得非常好,还做了代理班长。当初的困扰似乎烟消云散。虞叶琴关于青春期孩子心理特点的分析给了朋友很大启发,最终,朋友儿子选择了住校,朋友也不再纠结此事。这件事情之后,这个朋友对虞叶琴说:“能了解孩子的成长特点,你研究的这个学问好有价值。”

越来越多的朋友喜欢向虞叶琴请教亲子教育中碰到的问题,虞叶琴那时还在企业里做管理工作,单位离家比较远,只有周二可以休息。于是,经常有朋友带着朋友的朋友来找她,常常

在周二下午大家找个地方一起喝茶,边喝茶边聊孩子的话题。这就是后来“妈妈下午茶”活动的雏形。2013年3月,虞叶琴创建了“妈妈下午茶”公益平台,这是一个线上和线下相结合的交流平台。线上是“妈妈下午茶”微信公众号和微信群,线下是周二下午两小时的面对面沙龙。通过平台预约报名,按报名先后确定人数,一般控制在6到10人之间,时间为两个小时,若产生了费用就AA制。妈妈们可以聊聊自己和孩子之间的事情,虞叶琴从心理学的角度进行专业的解构分析,在交流过程中普及儿童心理和家庭教育常识,让家

长们可以更加理解孩子的想法。一段时间后,“妈妈下午茶”的宗旨和规则也渐渐明朗起来,并成为大家遵守的规则。譬如,当一个妈妈讲自己碰到的问题时,其他妈妈不作评判只说自己的感受和体会,这样能让参与者适当释放压力,并感受到集体的温暖。

“妈妈下午茶”创办之初,活动的场所是不固定的,后来从“妈妈下午茶”活动中受益的家人们利用自己的资源为活动提供免费场地。现在“妈妈下午茶”有四个固定的活动场地,分别在老三区和鄞州区。

“协同成长读书会”。

2015年5月,虞叶琴取得了国家二级心理咨询师的资格。作为一名专职心理咨询师,虞叶琴现在服务的人群数量并不多。因为“妈妈下午茶”和“协同成长读书会”花去了她一部分的时间和精力,她每周只能为6个人提供一对一咨询服务。因为一个人的服务对象有限,她计划成立一个心理咨询师事务所,她愿意带几个徒弟,把自己在亲子教育方面的心得和经验与人分享,打造一支致力于亲子教育领域的心理咨询师队伍。

辞职后成了专职心理咨询师

“妈妈下午茶”这个公益平台不仅为妈妈们解忧,而且在不知不觉中成就了虞叶琴的新事业。通过学心理学帮助了身边的朋友后,她有了一种前所未有的成就感,这种成就感比她之前所从事的职业带给她的满足感更强烈,她开始萌发转行的念头:心理学才是她的兴趣所在,她想做专职的心理咨询师。在技术和管理岗位上工作了16年后,她做了一个大胆的决定:辞职!2014年年初,她在丈夫的支持下辞职,成了一名专职的亲子方向的心理咨询师。

转行做心理咨询师以后,第一个找虞叶琴咨询的是一位王女士,她希望虞叶琴提供一对一的专业咨询服务。王女士当时和三年级的女儿关系令她很烦恼,她发现孩子非常倔强,说她几句就会摔东西大吼大叫,和同学关系也不太好,好几次说不想上学,王女士对此非常担心。虞叶琴说,在家庭教育中,亲子关系是最重要的,许多关系都是通过对亲子关系的复制迁移到其他关系中的,比如同学关系、和老师之间的关系。经过半年的咨询后,王女士和女儿的关系融洽了很多。虞叶琴

说,她做亲子心理咨询工作,更多倾向于儿童心理和家庭教育方面,这个领域很值得去探索,父母对孩子的爱最接近无条件的爱,许多父母很愿意为孩子付出,却因为不懂孩子或者方法不妥而滋生出许多问题。

2015年4月,从“妈妈下午茶”发展出的“协同成长读书会”,是“妈妈下午茶”的升级版。“妈妈下午茶活动”内容是非连续的,甚至是不相关的。有些家长提议:能不能做一个固定人员参与并且有连续性的活动?让家长们可以有一个相对系统的学习。于是,就有