

■ 本周关注

对症治疗“不适应” 你会感觉“萌萌哒”

对假期念念不忘

症状:“假期咋这么快就结束了。”“要是多放几天该多好啊?”虽然暑期已经结束,但今年读初二的张开依然沉浸在假期的各种自由,各种欢快中,一提到上学浑身没劲,还出现了失眠。“暑假里的生活节奏很慢,尤其是白天爸妈都上班,家里没人,我就可以足足玩一天,晚上还能够看电视、打游戏,太自在了。”

支招:有些孩子在假期中过于放松,这就需要家长及时帮助孩子收收心,恢复到在学校的学习状态。对不想上学的孩子,家长首先要让孩子明白,上学是不能逃避的,不上学是不可能的。其次要帮助孩子调整好作息,逐步减少娱乐的时间,晚上九点之后不要安排容易引起兴奋的活动,并将孩子的兴趣从电视剧、网游中转移出来。

不想面对新的老师同学

症状:开学第一周,刚刚升入中学的小梦就病倒了。起初小梦爸爸以为小梦是装病不想上学,先是说服教育,然后就是棍棒伺候……没想到,小梦不仅死活不肯上学,还出现了低烧、呕吐的症状。最终小梦被带进了心理门诊,原来她是因为害怕学习压力而患上了“开学恐惧症”。

支招:对于新初一的学生来说,面对着新的课程,更重的课业负担,往往需要一个全面调整期。再加上他们刚刚

进入一个全新的环境,老师、同学、学校都是新面孔,一旦很快难以适应外部环境,就容易产生焦躁、倦怠心理。此时家长要抱着宽容的心态,以鼓励为主,帮孩子增强信心,调整状态。如果孩子跟同学或老师有矛盾,家长绝不能轻视。此外,这一时期的孩子正处于青春期阶段,自我意识越来越强,这需要家长放下架子,平等地和孩子对话,试图了解他们的内心,不能盲目地批评。



对假期念念不忘、担心即将到来的学习压力……开学第一周,当大部分学生高兴地走进校园的时候,却有这么一些孩子,它们的眼中满是惶恐与不安。面对这种情况,家长应该怎么办?如何缓解?一起来听听专家的建议。
郑州晚报记者
吴幸歌

担心未来的学习压力

症状:开学两天了,刚上初中的玉玉却有些反常,除了不想看书,不想去学校,不想见老师外,在家甚至不想出门。刚开始,她什么也不说,在家人的再三追问下,玉玉才说出了自己的心里话。原来,玉玉今年小升初考得并不好,因为几分之差和心仪的学校失之交臂,虽然一个月过去了,她依然耿耿于怀,感觉对不起老师,担心被同学们嘲笑。

支招:越是成绩突出的孩子,越容易给自己背负起更多

的压力,因此,很多孩子开学前都会出现一段莫名的焦虑情绪。一部分孩子因为考入了重点学校,却发现自己不再是“尖子生”,于是担心自己跟不上其他同学,进而产生了恐慌。对于这类孩子,家长不要给他们增加压力,同时要让孩子明白,成绩的好坏不能代表一切,失败也并不可怕。家长要多鼓励孩子,帮助孩子认清自身的优点与缺点,并要让他们认识到,做任何事不能只看结果,关键是曾经努力过,就无怨无悔。

延伸阅读 打开孩子心结有方法

帮助孩子应对“开学综合征”,关键在于父母要常与孩子进行情感交流,尽可能了解孩子在学校里的情况,及早发现问题。

1.增加对孩子感情世界的关注。家长要摒弃架子,和孩子交朋友,切忌各种强迫性、惩罚性的言语及行为,可以找来和孩子有共同语言的亲戚帮忙劝导。

2.少问为什么,多做引导式的提问。如果孩子心绪不佳,你可以问“你今天是不是受到

老师批评了?”“是不是和同学吵架了?”通过这样的提问寻找孩子不肯上学的真正原因。

3.与孩子共同协商解决。父母要耐心询问及倾听孩子诉说的痛苦和困难,对孩子表达出真诚的关心和理解,并进行反复地疏导及鼓励。

4.寻求医生的帮助。适当情况下可找专业的心理医师进行心理辅导,及时的药物治疗,更快使孩子恢复正常。

两种方式联系我们:
电话:18538295202 夏老师
QQ群:374907232



教育资讯

加拿大留学政策利好 留加学子数量渐攀升

受2014年年初加拿大“国际教育战略”及2014年6月加拿大出台的留学签证新规定影响,预计未来加拿大留学仍将保持稳定的增长。此外,加拿大留学低龄化趋势越来越明显,据加拿大媒体报道,赴加读高中的中国学生数量已超过了赴加读本科的中国学生数量。与此相对应的是,通过金吉列留学赴加拿大读书的中学生数量有明显增长。

加拿大前教育参赞薛亚霏教授特别指出:“加拿大的学校普遍为政府公立学校,不以教育为盈利手段,收费低廉,学历、学位获世界各国承认。学生全职学习满2年还可拿到3年开放性工作签证,想留下的学生可通过这种途径在加拿大工作,一般全职工作满一年即可顺利移民,现在还有很多省份留学生毕业即可申请省提名移民。”夏琳

新华少年风采行 河南少年收获丰

近日,由新华社新华网指导、新华网教育频道主办、新华小记者全国组委会承办,以“我的美丽中国梦,新华少年风采行”为主题的第二届“中国梦发现之旅-新华小记者全国总评选”在北京如期举行。新华小记者郑州组委会、新乡组委会接到全国组委会通知后,高度重视、精心组织、广泛的动员宣传,通过老师推荐和面试,选拔出5名优秀少年代表河南参加全国总评选。

最终经过严格的评选,河南省新华小记者俱乐部的饶智博获得了小学组金奖、冯一鸣和张若愚获得了小学组铜奖、荣瞳瞳获得中学组金奖、刘梦雨获得中学组铜奖的成绩。同时,这5位同学也被授予新华小记者证,以后可以在新华网等各种媒体上发表新闻稿件。吴幸歌

■ 留学私人定制

与其羡慕别人的“留学私人方案” 不如大声告诉我们你的留学梦想

活动:启动两周,报名近40人

《留学私人定制》活动启动两周,报名人将近40人,他们中间有大学生、中学生,还有小学生等,有帮自己咨询的,也有帮别人咨询的。

很多学生表示自己老早就有留学的想法,但对留学申请不太了解,再加上很多信息不够透明,所以,跑了很多地方,咨询了很多老师,还是有很多疑问,他们希望通过这次活动,让资深专家帮他们量身定制一份属于自己的留学方案,让自己的留学之路更加顺畅。

进程:部分同学已经拿到定制方案

截至上周五,记者看到,已经有部分同学拿到自己的“私人方案”。来自工薪家庭的孙一心是河南理工大方科技学院会计专业学生,今年9月份该上专二,成绩还不错,但由于对国内大学教育的不满,想到澳大利亚或者新西兰留学读商科,希望可以尽早毕业工作,帮助家庭。

在和孙一心及其家长进行详细沟通后,金吉列留学澳新部首席专家王春节为其定制了一份专属方案。在方案内记者看到,专家推荐的澳大利亚,一方面澳大利亚的好学校比较多,相对便宜,另一方面澳洲好学校商科三年就可以毕业,可以实现他尽早工作的愿望。此外,针对他的专属方案,专家还为其做了一份详细的时间规划,如什么时间申请学校,什么时间学习英语,什么时间办理签证等。

“这份方案,不仅让我清楚地了解出国后的方向,更为我找到了未来的目标。”孙一心高兴地说。同时,不少家长反映郑州晚报开通的《留学私人定制》专栏,帮助他们解决了一些难题,更明确了孩子的出国意向,希望这个栏目一直做下去。

■ 温馨提示:8月30日(周六)上午9:30,郑州晚报将举办“如何通过留学移民到美国、加拿大”讲座,美国资深留学顾问李涛、加拿大ICEAP中国区负责人邹维维将为您亲自解答留学的每一个细节,如果感兴趣的家长可报名领取门票。

8月中旬,本报启动《留学私人定制》栏目后,引发众多学生及学生家长的关注,许多学生留下自己的相关信息,希望专家能帮他们做一份详细的留学规划。目前,部分同学已经拿到专家为其量身定制的“私人方案”,不仅为其找到了未来的目标,更找到了努力的方向。本周,《留学私人定制》继续征集中,如果你想出国但是不确定去哪个国家?如果你在不同的专业之间纠结,请把您的个人信息或疑惑告诉我们,我们将提前联系专家,定制专属你的留学方案。

郑州晚报记者
吴幸歌 夏琳