

新学期情绪焦虑 “开处方”逐一化解

# 专家把脉“开学综合征”

(上接 B9 版)

## 【案例二】 初一新生自闭 急需心理“断奶”

初一新生入校军训,小童的妈妈非常不放心,她说,孩子体质不太好,有点胖,一夏天都离不开空调,现在在大日头底下军训,真怕孩子吃不消。每天军训,老师都会发现小童的妈妈在操场外关切地等候儿子。小童则事事依赖妈妈,跟同学、老师不怎么交流,有点自闭。军训了几天后就不想来了,妈妈就给他请病假。

【案例分析】专家认为,初一入校新生普遍面临的问题是从小学生到中学生的身份转换。在小学阶段还是儿童期,事事家长呵护,老师也是和颜悦色,授课方式也比较直观、感性,易于理解。到了中学,无论是老师的管理还是授课方式都发生了明显变化,老师更注重训练孩子的理性与逻辑思维,把孩子当大人看待,功课压力也骤然增加,一堂课讲的内容多了,有的孩子觉得一堂课上下下来很累,消化吸收也有些吃力,难免产生不适应。加上周围都是陌生的新同学,有的孩子就产生了自闭的倾向。

专家认为,从小学进入中学,是个比较大的跳跃,面临新的环境新的老师同学,尤其重点中学要求严格,压力较大,学生要尽快转换角

色,融入新的校园文化,适应新的校园管理模式。

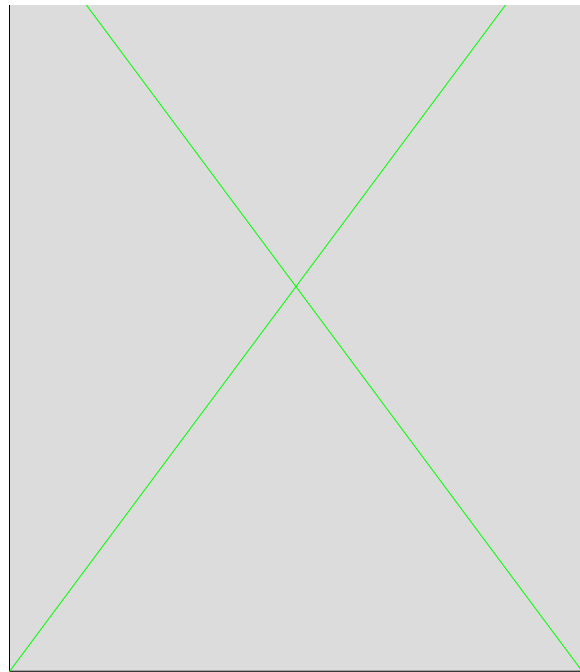
此外,家长的态度与认识会直接影响到孩子的成长。家长要注意培养孩子独立精神,有问题自己解决,多给孩子一些锻炼机会,为孩子心理“断奶”。上了初中,有问题要多跟老师、家长、同学交流,也可以跟小学同学联系,交流初中生活和心得。最重要的是,在开学头三个月迅速转换身份,适应中学生活,顺利度过关键的初中阶段。

【处方】快速转换身份,融入新的校园,养成良好的行为习惯与学习习惯,家长要给孩子心理“断奶”。

## 【案例三】 高中压力骤增 学会细化分解

小周从县里一所初中考入省会一所重点高中。高中一开学,学校就进行了一次摸底测验,没想到原来在初中班上都是前几名的小周成绩一下子落到了二十几名,小周平时很要强,这次考试让他发现班上有那么多成绩好的学生,逐渐有了厌学的念头,变得沉默寡言。

【案例分析】专家认为,小周的情况在重点高中比较常见,这些孩子一般学习成绩一直很好,本身对自己要求也高,家长对孩子的期望值也高,到了重点高中,尖子生扎堆,名次肯定有所下滑,心理上不能适应,容易产生焦虑情



绪,有些甚至自暴自弃。高中阶段学习压力大,功课重,也会有些适应不了。同时,这个年龄段的孩子刚好处于青春初期,心理上比较敏感,有时候老师、同学或者家长一句不经意的话,可能就会令他们特别在意,情绪波动大,进而影响到学习和人际交往。

专家建议,开学初期,家长可以和孩子一起制定合理的学习目标,刚开始的目标可以适当容易一些,增加孩子的自信心,激发学习兴趣,随后根据孩子的能力逐步调整。当孩子出现新学期不适

应,不愿意上学的情况时,家长要耐心地引导孩子,帮助孩子一起分析问题解决问题,不可用急躁、粗暴的方式批评指责孩子。还可以通过一些体育娱乐活动帮助孩子释放负面情绪。此外,假期也是一个很好的查缺补漏的机会,家长可根据孩子的学习情况,对一些较弱的科目进行补习。

【处方】多参加集体活动,在人际交往中与新同学增强友谊,建立新的社交圈,制定细化的学习目标,分解消化学习压力。(王珂)

# 成龙学校

秋季双休日班热报中,9月11日、12日全面开课。  
9月12日前报2科以上8.8折优惠!VIP会员最低6折优惠!

## 小学部:

- 【趣味数学班】培养学习兴趣,培养逻辑思维能力。
- 【快乐作文班】脱离“假大空”写作现状,培养灵活运用、阅读和写作能力。
- 【洪恩英语班】培养听说读写基本技能,强化应用能力。
- 【牛顿科技班】讲科学原理,做科技作品或试验,培养动手和科技创造能力。
- 【美术班★舞蹈班】培养孩子的欣赏、绘画能力,模仿、表演能力。

## 初中部:

- 【初中 双休日班】夯实基础,巩固提高,强化重点,总结难点,指导学习方法。
- 【初中 备考班】依学业水平考试大纲为导向,直击考点。指导答题方法和考试技巧。

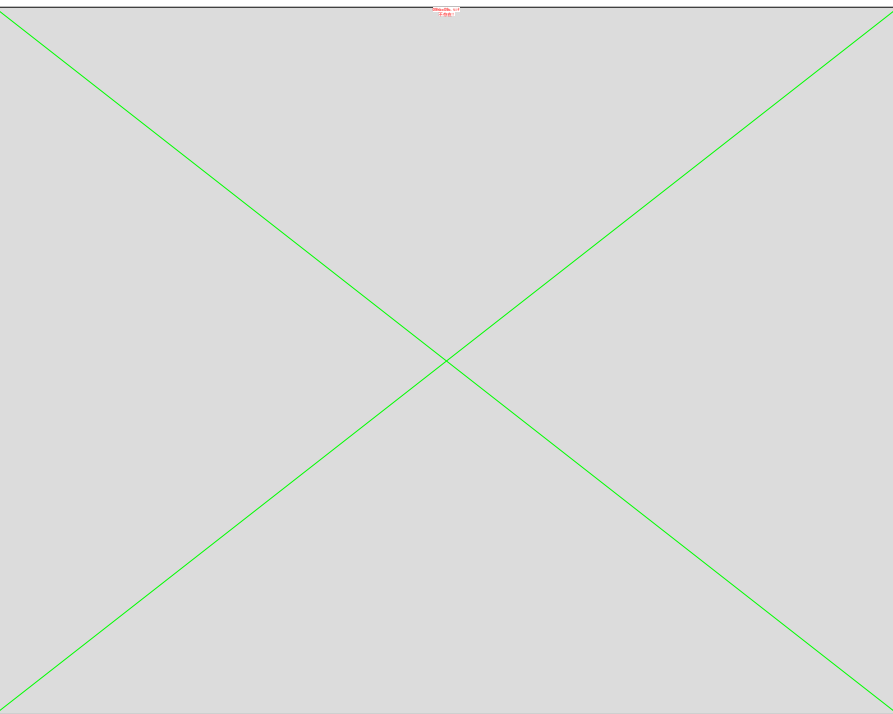
## 高中部

- 【高中 双休日班】夯实基础,巩固提高,强化重点,总结难点,指导学习方法。
- 【高考 备考班】依高考大纲为导向,直击考点。指导答题方法和考试技巧。

VIP1对1辅导:专业教师针对每一位学员制定一套学习方案,针对性指导!

空调教室,就近入学!试听不满意免费!  
不满意随时可退学!

- 解放桥: 86464405 86408666
- 大观园: 86019637 86019541
- 泉城路: 82920106 67880119



## 澳际出国留学

中国留学行业旗舰品牌 0531-81913301 www.globeedu.com

|             |   |   |             |
|-------------|---|---|-------------|
| <b>超值活动</b> | <b>美国</b><br>美国留学实战演习场<br>公共政策/事物/卫生专业申请技巧<br>9月12日 周日上午 济南办公室  | <b>澳洲</b><br>澳洲“悉尼科技 皇家墨尔本理工 昆士兰理工 南澳大学 科廷理工”<br>科技大学联盟9月18日面试会 | <b>倾情奉献</b> |
|             | <b>英国</b><br>英国名校硕士申请详解<br>公共政策/事物/卫生专业申请技巧<br>9月12日 周日上午 济南办公室 | <b>加拿大</b><br>捷径入读加拿大“西门菲莎大学、曼尼托巴大学”<br>9月18日 周六上午 济南办公室        |             |

剑桥80万奖学金,澳际专家帮你拿!  
(英国留学专家眼中的英国名校申请)  
时间:9月11日 本周六上午  
英国留学专家 讲座地点:澳际留学济南办公室

**VIP3.0 “学生查询系统”独家!**  
学校、签证申请;行前、境外服务一目了然,全天候查询办理进程,尊享留学办理透明化!

**世界名校“视频面试”特色活动**

|                    |                           |                         |
|--------------------|---------------------------|-------------------------|
| <b>读名校预科 免费办留学</b> | 澳洲本科预科 高中生直升29所澳洲名校的捷径课程  | 09-19[美]美国名校土木工程硕士申请揭秘  |
|                    | 美国本科预科 高中生直升16所美名校AUP学分课程 | 09-26[美]家解读美国留学专业未来发展趋势 |
|                    | 加拿大本科预科 通往北美名校的完美桥梁课 澳际独家 | 09-16[澳]澳洲八大名校之一:墨尔本大学  |
|                    | 英国本硕预科 英国精品预科 直升数十所英国名校   | 09-17[澳]澳洲名校迪肯大学上海招生咨询会 |
|                    | 韩国本科预科 通往韩国重点大学的完美桥梁课程    | 09-26[澳]阿德雷德大学招生面试      |

同时专业办理:新西兰、法、德、俄、意、瑞士、丹麦、波兰、芬兰、韩等三十多国留学,敬请咨询。澳际荣获北京市著名商标! 地址:济南市泉城路268号永安大厦701室(泉城路与省府前街交口东南角大厦7楼) 办公时间:周一至周日

## 加凯移民专家

KBL CONSULTING GROUP  
上海/青岛/济南/南京/常州  
杭州/宁波/西安/温哥华/圣约翰

联邦投资移民暂停申请,投资移民成本大幅上调,特殊时期如何理性选择低成本、高成功的移民项目?

尊贵服务热线: 0531-87179166

|                      |                             |
|----------------------|-----------------------------|
| <b>经典项目:</b> 魁北克投资移民 | <b>优势项目:</b> 纽宾士域省(NB省)提名计划 |
| ◆ 无学历、年龄、语言要求        | ◆ 约200万人民币家庭资产要求(含房产市值)     |
| ◆ 新政今秋实施,资产/成本涨价一倍   | ◆ 投资定金7.5万加币在独立投资后可全额返还     |
| ◆ 注册会计师、前移民官专业细致文件服务 | ◆ 投资领域广泛,无行业限制,可投资商业不动产     |
| ◆ 上海文件总部专家一对一服务,确保质量 | ◆ 新推家庭支持类移民:一家成功后可担保多家亲属移民  |

KBL 加凯顾问集团 济南分公司 济南市顺河东路66号银座晶都A座1807室 www.kblcdn.com  
预约咨询电话: 4006-987-117 0531-87179166 24小时咨询电话: 18653111809 18653111891

## 亨瑞投资移民

加拿大联邦投资款已涨价一倍! 魁省投资款即将倍涨!

移民=子女免费就读美加名校

北美留学生的新出路

- ◎ 50万美元全家获绿卡
- ◎ 无需经商经验,无移民监
- ◎ 首创双抵押,五年返款有保障

咨询电话: 0531-86916390 24小时热线: 13605317156  
济南亨瑞: 泺源大街68号玉泉森信大酒店B座16楼 www.visa800.com