



暑假孩子学习,家长做点啥

茶友分享:

我女儿的语文和英语也是弱项,我们为她报了一个暑期语文辅导班,学费2200元。英语则由我来帮她,主要是背单词和词组。就我自己学英语的体会,单词和词组掌握好了,150分拿120分以上,基本没问题。我们是每天背10个单词,大概30分钟左右,我相信坚持下来一定有收获。

——甜甜妈妈

每门功课都报辅导班,对普通工薪家庭来说的确吃不起,孩子的压力也会很大。我觉得强子妈妈可以在网上下载一些优秀的高考作文,打印出来,每天让强子念一篇。平日看报纸时也多加留意,帮孩子做本剪报,能够有效提高阅读和作文水平。英语主要是背单词,背课文。不要只是用嘴说,行动必须落到实处,成绩才会提高。

——林女士

我同事的儿子比我女儿高两级,学习特别好。我老早就给同事说好了,她儿子的学习材料和辅导材料都送给我。高考结束后,我带女儿一起到她家挑选了许多资料。其中有一本高考英语词汇,女儿如获至宝,自拿到书后就每天背诵。哥哥的学习笔记她也认真翻看,说很有用。希望我的经验能给强子妈妈一点帮助。

——蓝山

我发现很多暑期辅导班都有免费公开课,暑假虽然刚开始,但我已带孩子听了好几堂语文公开课了。通过这几堂课,我对高考语文的基本题型

有了大体的了解。花了几天时间,我在网上精选出了几个博客,不仅有高考语文提分的好方法好建议,还有许多练习题。我挑选后打印下来,让孩子做一做,然后对照标准答案分析改正,我觉得一定会有效果的。

——之浅

我儿子今年考上了山大,他所有科目中,语文最差,尤其是作文。高中三年,我一直抓他的作文,方法很笨,但有用。我用A4纸装订了几个本子,分门别类地编辑好,里面全是我为他搜集的作文素材。比如,2010感动中国十大人物,每个人的事迹我都从报纸上剪下来,分别贴在爱、坚韧、奉献、执著等栏目下。我平日看报纸杂志,遇到合适的素材,也会记录下来,让孩子熟读。今年孩子语文考了126分,我想我这个笨方法还是挺有用的。

——郑女士

丈夫特意买了一个白板回来,平日周末每天拿出半小时让孩子背单词。放假后,则每天背,时间不会很长,短则15分钟,多则30分钟。他读,孩子在白板上写。这样做已经大半年了,效果还是很明显的。对学习不主动的孩子来说,家长跟上是很关键的。我觉得比报班强,谁能保证孩子在班上就一定认真学习呢?

——猫妈妈

淑怡小结:

语数外三门学科,高考都是150分的高分值,是关键中

的关键。一对一辅导效果最好,但的确花费巨大,一般家庭承受不起。可以针对孩子最薄弱的一科选择一对多(不超过10人)的辅导班。上面各位家长提出的建议都非常有帮助,强子妈妈可以根据自己的情况加以选择实施。关键是,家长要靠上去,与其每天唠叨一百遍要努力,不如踏踏实实陪孩子念篇作文,背几个单词有效果。

下期话题

如何让婴儿宝宝舒适度夏

小宝妈妈来电说,小宝刚刚出生10天,因为天热出汗多,小宝脖子下和腹股沟等处的皮肤都溃烂了,看得家人都很心疼。小宝妈妈想请教下午茶的朋友们,如何让宝宝舒适地度过这个夏天呢?欢迎大家参加讨论并提供下午茶话题。

邮箱 jiaSHIPINDAO@163.com

博客: http://

huixinreXIAN.blog.163.com



都市下午茶

主持人:淑怡
邮箱 jiaSHIPINDAO@163.com
博客: http:// huixinreXIAN.blog.163.com

上期茶友求助:

强子的妈妈来电说,强子读高一,语文和英语是弱项,尤其是阅读和作文。她说很想利用暑假的时间给强子补一补,因为家里经济条件不允许报班,所以她想咨询下午茶的读友,大家可有自己在家中帮助孩子提高的好方法。

♥我的省钱经♥

做网购达人,做省钱达人

文/红袖

我平日还是蛮节省的,衣裳基本都等打折时买,用的护肤品也是国产品牌。虽然知道有机食物更环保、更健康,但高昂的价格还是让我在纠结中选择普通食品。除非有特殊情况,否则外出都是乘公交车,偶尔打的,那跳来跳去的里程表,都会让我心惊肉跳疼痛不已。即便这样懂得节省,房租水电等各种开销加起来,基本也是月光族。虽说我是80后,但对于许多新鲜的东西接受起来总是慢好几拍,比如,我自己从未网购过,团购过几次火锅券,都是好友婷帮忙买的。

虽然婷告诉我网购会便宜许多,但在我的观念里,东西还是要

亲眼看到并摸到才踏实。婷的衣裳啊,护肤品啊都在网上买,但我觉得还是打折时能亲自试穿更放心。至于护肤品,我用的品牌本来就便宜,所以,虽然我有网购上瘾的好友,但我却始终没有被她培养起网购的习惯。为此,她常笑话我既土气又傻帽。

对于她的讥讽,我是不以为然,网上的东西真真假假,我也懒得去费心辨别。但近日的两次购物,却让我下决心向婷学习网购的方法和经验。

先说第一件。上周末,舅妈送给我一只小狗,我开心极了,立刻到宠物店为它采购了一包狗粮,还有狗狗需要的维生素片、微量元素以及美毛片,花了三百多元。接到电话后,婷立刻兴高采烈地

跑来看小狗。当她看到我给狗狗买的一大堆东西后,立刻上淘宝网看价格。我一边笑话她有网购强迫症,一边好奇地凑过来看。这一看,不禁倒吸了一口凉气,我买的这些东西网上都有,价格却不到6折,而且有礼品赠送。真是悲催啊。

再说第二件。夏天来了,我想再苗条一点,小蛮腰穿起裙子才好看。我是不敢吃减肥药的,又做不到节食,工作一天也懒得再活动。恰好,报纸上热火朝天地宣传一种收腹机,说每天摇5分钟就能轻松瘦出小蛮腰。我很喜欢,拨通了咨询电话,虽然450元的价格让我有点肉疼,但还是订购了一台。

收腹机送到后,我立刻打电

话让婷来参观,她一边埋怨我应该网购,一边上网查询。这次的结果更悲催,淘宝上的价格连一半都不到,而且包邮。相同的品牌,相同的包装,相同的厂家,相同的售后电话。天哪,真让我悔得肠子都青了。婷气得直跺脚,埋怨我榆木脑袋不开窍,骂我活该被“宰”。

婷敲着我的脑袋让我以后长长记性,又不是七老八十学不会网购,干吗不利用网络资源给自己省钱呢?

嗯,从此以后,我要把自己修炼成和婷一样的网购达人,把省下的钱悉数存进银行。等到年底,用节省下的钱与婷相伴去丽江和大理。女人不仅要学会赚钱,更要学会省钱。

♥围城内外♥

老公,对不起

文/白文林

那天见到久违的老同学小丽,多年没有见,我们已经是两个世界的人了,她开着红色的宝马,住着300多万元的别墅,家里相当有钱。她的老公在十年前就开始做生意,现在已经积累了相当丰厚的家产。

而我呢?前年才刚刚买上新房。家里的那个老公呢,上了这些年班了,工资不高,职务才刚刚提了个小科长。这样一对比,我感觉特别郁闷。

晚上回到家,我第一次无故地向老公发起了脾气。老公不知所以然,呆呆地看了着我,然后说:“饭已经做了,早点吃饭吧!”

吃饭的时候,我的心里还是不平衡,就把自己今天遇到老同学发财的事情告诉了老公,又拐着弯讽刺了老公的无能。老公只是低头吃饭,却没有说一句话,只是吃饭的速度比平时慢了许多。

吃完饭之后,老公依旧低着头,像是犯了什么错一样,小心翼翼地把桌子上的碗叠放在一起,然后,端起来就往厨房走去。

看着老公的背影,我的眼圈突然红了,我跟老公是大学时候认识并恋爱的,我的学校和他的学校如果坐车就很近,要是走起路来,却是很长时间的。为了省钱,他每天都会徒步走到我们学校来看我,晚上回去的时候,他还要一个人走回去,我常常看到他累得筋疲力尽的。恋爱的时候,我们特别好,他常常会跟我说:“你不在乎我穷吗?”我总是这样回答他:“怎么不在乎,但是我相信你以后一定会有钱的,以后我们什么都会有的。”这个时候,他总是

跟我说:“没错,以后我们什么都会有的。”

结婚之后,虽然他没有发大财,但是我们也买了房子,生活也还宽裕,他对我也很好,家务大部分都是他在做,平时连句重话他都没对我说过。我今天之所以这样无礼,那是我拿老公和大款比的。我觉得自己好坏,我凭什么要无故使老公难堪,凭什么要伤害爱我的人?想到这儿,我连忙跑到老公面前,对他说:“老公,对不起!”又夺下他手中的碗,强行刷了起来……



信箱

慧心:心理咨询师
信箱:
huixinreXIAN@163.com
热线:0531-86701327
每周一下午2:30—4:30

好友总是贬低我

慧心:

你好。我有一个从小玩到大的好朋友,她什么都好,就是时常贬低我,让我不舒服。比如,她常常贬低我的审美观,嘲笑我买的衣裳又土又难看。再比如,她来我家玩时,总是说这件家具不好看,那件摆设不协调。我烧的饭她也横挑鼻子竖挑眼,不是说味道不够好,就是说营养不够均衡。最近她又说我的丈夫不太顾家,我的孩子学习主动性太差,我真是烦透了。这么多年的朋友情谊,我也不忍心丢下不要,我该如何和她相处呢?

——苦恼的清灵

清灵:

你好。看来,你这位闺蜜没有把自己的角色摆正,过多地干涉了你的私人生活。这是她的问题,不是你的问题。闺蜜之间,往往是存有嫉妒的,只是程度不同而已。你看很多名人的八卦消息,不都是闺蜜爆料出来的吗?所以,闺蜜之间也应保持适度的距离感,太过亲密,难免会产生摩擦和不快。

是不是你在许多方面都比这位闺蜜优秀呢?比如,你的学历比她高,薪水比她高,嫁得比她好,长得比她漂亮,生活比她富足,婚姻比她美满等。如果是这样的话,你一定要原谅她,她必须通过贬低你的某些方面,来达成内心的平衡。

我认识一对情侣。男孩子来自农村,各方面条件都比出生在城市里的女友差很多,相爱的很多年中,他一直拼命地贬低女孩,说她身材不够性感,知识面不够广泛,缺乏和人沟通的能力等等,最终导致了女孩极度的不自信,患了抑郁症。当然,这只是特例,但是,我们可以从中触摸到人性的一些特点。当一个人特别想和另一个人建立亲密关系,但又觉得在各方面很欠缺时,他很可能通过贬低对方来平衡自己的自卑。也就是说,这样的人是缺乏心理能量的人。

你的闺蜜,她一定不是一个坏人,否则你不会和她交往这么多年,而且你也说了,她除了这一点,其他都很好。你说得对,多年的友情,丢掉很可惜,我们不能因为苹果上有一个疤,就把整个苹果扔掉。我想,最好的方法是淡然一笑,不往心里去。

她说她的,你做你的。一个人的话能给我们产生影响,是因为我们接纳并认同,否则,就绝不会影响到我们的心情,甚至你会觉得她很可笑。举个例子,你买了一个路易威登的新款包包,但你的外婆却说很难看,这时你不会生气的,因为你知道她的审美达不到这个高度。所以,别人说什么不重要,关键是我们如何看待别人的说法,这才是最重要的。

能成为闺蜜,是前世修来的缘分,当珍惜才对。人无完人,只和她的美好面打交道就可以了。在你生病时,她是那个真心心疼你,为你熬粥,为你守夜的人。如此,她说你的衣裳不够好看,又有什么呢?

你之所以困扰,很大程度上是认同了她的观点。那么,问问自己的内心,她的某些说法是否真的有些道理呢?如果有,虚心接受,你会更完善。如果没有,一笑而过,你会更宽容。

祝福深深。
慧心