

谈心帮孩子摆脱“开学恐惧症”

本报记者 王婷婷

还有不到两个周暑假生活就要结束了。经历长达两个月的放松,学生们又要回到课堂投入到紧张的学习中,这样的反差让不少学生感到焦虑,有些难以适应。据家长反映,孩子都有早上不肯起床、暑假作业不认真做、整日无精打采等情况,学习难以进入状态。为此,老师提醒,家长应掌握一些“收心”技巧,为孩子创造一个宽松的学习生活氛围,并且应该提前两周左右帮助孩子慢慢进行调整,避免孩子被“开学焦虑症”缠上身。

“还没玩够呢就要开学了,时间过的好快啊!”“还没做好迎接新学期的准备,对初中的课程一点也不了解,想到这些我就觉得心里有点慌,也有点抵触。”开学即将迈入初一的几位学生告诉记者。开学前两周多数孩子表现出来的情绪波动,焦躁不安逐渐成为了家长们关心的话题。据了解家长对孩子们这些问题很担心也很头疼。“暑假里我们都上班,孩子就

自己在家每天边学习边上网,饮食和作息都不正常,总喜欢熬夜。”孩子马上就读新高一的隋女士告诉记者,“假期里,为了让孩子能好好放松,特意带孩子去外地走了一圈,学习上也没有严格督促。如今马上要开学了,那么长时间没有学习,我很担心他不能定下心来投入到课堂上。”采访中许女士无奈地表示。

对此,提醒各位同学,暑期虽然是难得的放松机会,但也要张弛有度,不能过度放纵,随着暑期接近尾声,应该开始调整自己的生活节奏,适当收心,为新学期做好准备。天材教育专家给家长建议:第一,在暑期还没结束之时安排孩子进行衔接,对新学期知识进行快速和深入预习和掌握,让孩子把注意力从玩乐逐步转向学习,一点点把孩子的心收回来并做到未雨绸缪,使孩子对于新学期增多的知识量可以有条不紊地应对。第二,需要专业的心理辅导老师对孩子进行心态调整,对于孩子的“开学

恐惧症”做好心理调理。大智学校资深老师也介绍说家长应主动和孩子讨论新学期的生活,引导孩子制订阶段性目标和计划,“但千万要注意,家长不要给孩子太多的压力,尤其是对从幼儿园升入小学、从小学升入初中或从初中升入高中的学生来说,目标和计划应是激励性的,不要制订超出孩子能力范围的过高目标,这反而会增加他们对新学期和新学校的恐惧。尤其是针对小升初、初升高的学生,如果没有新课本,复习也是不错的选择,把上学期学过的内容翻一翻,回想一遍,以便找回学习感觉,恢复学习节奏。

此外,让孩子“收心”,家长除了要从行为上对其加以约束外,还要让孩子从心理上结束“假期”。家长应多和孩子沟通,向他们描述开学后丰富多彩的校园生活,以及那些活泼友爱的同学,以新学期美好的蓝图,消除孩子对暑期生活的眷恋,激发对学习生活的向往。

给孩子一套房子不如给他一个好个性

孩子学习成绩好有好的发展关键在于孩子喜欢学习,积极主动,养成好习惯,卡耐基青少年情商与个性养成班注重培养孩子积极学习的态度,学会学习,学会思考,自己管理自己的时间,主动学习。课程围绕提升自信,沟通能力,自我管理能力,创新能力,侧重学员自己的参与分享和练习,制定目标,在教练的指导下用新习惯取代旧习惯,帮助大家自理自立自信自强,轻松应对压力,获得好个性好成绩。

情商是一种基本生存能力,它决定其他心智能力的表现,不懂情商的人,其身心是不健全的,情商是管理情绪的能力,拥有良好的情商能够保持轻松的状态与和谐的人际关系,在面对升学考试压力,挫折打击,突发事件时,良好的情商是妥善处理压力与危机的必备素质。简单说,一个人的情商高,就更容易获得幸福,就快乐,情商高的表现是人际关系好,人缘好,脾气好。

为什么说性格决定命运

而不是学历或者努力决定命运,可见一个人养成自信,善于沟通的好性格好个性至关重要,给孩子一套房子不如给他们一个好个性。卡耐基青少年口才与交际班帮助青少年朋友上课积极主动发言,竞选班干部,主持班会,组织活动,学会演讲,制定目标,有更强的表现力和自理自立能力。

很多家长很重视孩子学习成绩和音乐美术等特长培养,这些固然也没有错,但是走向社会以后我们才发现沟通能力很重要,能够处理好人际关系也很重要,对自己有信心也很重要,但是实际工作生活中很重要的能力学校里面又没有专门的学习过,这也是素质教育的重要方面。

孩子有好的个性的表现在于个性积极主动,比如上课踊跃发言,竞选班干部,组织活动,善于表现自己,能够很好地与老师同学相处,会管理自己,制定目标等等。

数以千计的学生因为卡耐基的训练变得更有信心,

学习更有效率,性格更开朗,在学校表现更突出,很多同学成为优秀班干部,因为善于表现自己了,在电视节目中也经常看到我校学员的精彩表现,我相信您的孩子一定也可以。

济南卡耐基在济南八年如一日,帮助职场人士提高工作效率,提升信心,沟通能力,领导力,能应对开会,汇报,致辞,竞聘等工作需要,处理好人际关系,保持良好的情绪,帮助青少年朋友形成好个性好习惯,提升口才交际能力和创新思维能力。在济南八年来,他们之中既有事业有成的厅处级干部,也有企事业单位负责人,当然更多的是你我这样的普通人,不少家庭一家三口都是卡耐基培训的学员,卡耐基培训帮助大家生活更幸福,更快乐,更成功。

常年为山东大学MBA和全国新闻发言人培训的白云鲁斌老师亲自授课帮您的孩子实现从优秀走向卓越。

电话:0531-86151234
网址:www.kanaiji.com.cn



金色童年团拍联系电话 0531-67886998

花费少,一样可读外国名校

近年来,国内读大学的费用持续攀升,一些学生则另辟蹊径,选择去国外读“性价比”高的名牌大学。比如,选择意大利的公立大学(含艺术),大学学术水平高,且实行免学费政策,学生每年花销3-4万元人民币,还可合法打工助学;而读俄罗斯国立大学,一年花销也仅为4-8万元人民币,可就读莫大、圣大、列宾美院等世界名校;亚洲的日本韩国,科技、教育水平很高,且汇率不断降低,年花销为4-6万元人民币,通过勤工俭学可解决大部分费用。而前往上述国家读大学的条件相对宽松,高考成绩高于380分或高中毕业即可。现在申请,明年2月即可成行。“山科春天留学”咨询热线:400-0531-510

金宝贝国际早教公益讲座进济南

近日,金宝贝国际早教中心专家团大型公益巡讲《0-3岁孩子性发展》在舜耕会堂报告厅如期举行,本次讲座力邀金宝贝首席专家顾问、中国儿童性教育第一人胡萍女士主讲,与大家一起分享了0-3岁孩子性发展的规律,行为表现以及父母正确的引导方式。胡萍女士利用大量的事例,详细阐述了孩子的性发展跟生命中其他技能的发展(语言、走路等)是一样的,都有一定的发展规律,是平行于其他技能发展的,所以父母要接受孩子在性发展幼稚期的一些表现,同时做出积极地引导,从而让他们逐渐了解成人的社会规则,这样才能尊重别人并保护自己。

情商改变命运

有人问股神巴菲特,如何快速获得高管职位,巴菲特说,关键不是你的智商有多高,而是你的表达沟通和为人处世之道等,有一件事是你必须做的,那就是轻松自如的当众讲话,这是一种财富,你将受益五十到六十年之久,如果你不具备,你的损失也是五六十岁,这是一项必备技能。

卡耐基培训
外交部 10 次使用, 山东大学 MBA 常年合作伙伴, 所有班都可免费复训

《当众讲话班》
帮助您轻松应付开会发言, 酒宴祝辞, 会议主持, 竞聘述职等, 控制情绪, 提升沟通能力和领导力。在济南已成功举办 156 期

《人际沟通班》
培养对他人热情, 了解, 谅解的态度, 提升沟通技巧, 人际能力, 提升团队协作及管理能力

正能量班
提升智慧, 增加能量, 控制情绪, 坚定信念, 善于思考, 学会平衡, 把握节奏, 强大内心, 清晰目标, 战胜恐惧, 获得健康。

亨瑞移民 美国投资移民9月将涨价至75万美元
全球50余家分支机构 ● 服务中国20年 ● 成功案例数万
>>讲座时间: 2013年8月22日(周四)晚上7:30 >>讲座地点: 银座泉城大酒店B座301室

移民让出国留学不花钱
投资50万美元 全家拿美国绿卡
美国EB-5
直投项目 最快半年 获批绿卡
美国EB-1
商业精英/杰出人才计划
低费用 全家一年获美国永久绿卡

最后时机 加拿大投资移民 PNP最后冲刺
咨询电话: 0531-81612999 24小时热线: 13605317156
办公地点: 济南市南门大街2号银座泉城大酒店B0301室 www.visa800.com