

## 泰安师范附属学校一班级上心理疏导课

# 撕掉“烦恼”孩子心里变敞亮

本报泰安3月3日讯(见习记者 胡阳) 泰安师范附属学校一直很关心学生的身心成长,为避免五年级学生即将升入初中时出现恐惧和焦虑等情绪,特别邀请了香港利智培培训学校老师程淑平给大家上了一节心理疏导课。2月28日,在泰安市师范附属学校,学生们发泄出焦躁的情绪。

28日下午,泰安师范附属学校五年级10班,程淑平让孩子们自由分组,和同学说谢谢并拥抱,孩子们和自己平时的好哥们拥抱表达不舍,孩子们明白了怎么发泄自己心中的焦虑。有的孩子也认识到这些年的错误,学会理解和宽容。一女生和12岁的唐秋月

紧紧抱在了一起,哭着说,“我和她从小学入学开始闹矛盾,今天突然感觉到一切烦恼都不是烦恼了,我们不应该因小事闹矛盾。”

“我和王炳昌(化名)一直是铁哥们,我们拥抱了不下三次,虽然我们拥抱的时候什么也没说,但是我们俩心里都明白。”班上一个男孩这时也掉下眼泪,激动地说,“如果有下辈子,我们还要做哥们,也希望我们俩都好好学习,争取初中还在一个学校,一个班。”

最后孩子们拿出兜里早已写好的烦恼全部撕碎,抛到了天上。

五年级10班的班主任韩文静说,“我们班是五年级,马上面临着毕业,我在做调查问卷



一位男生痛哭流涕。 本报见习记者 胡阳 摄

的时候发现,孩子们有一种分离的焦虑,孩子们不愿意毕业,不愿意长大,现在利用半年的时间,程淑平老师免费给孩子们进行心理疏导,让孩子们都能树立信心,快快乐乐地走出小学大门。”

“五年级是小学阶段的尾声,也是孩子向青春期转变的重要阶段”,香港利智培培训学校心理督导师程淑平说,“孩子马上面临毕业,同学结构的重新组合、对小学同学的不舍会困扰孩子,课程的深度、广度、难度等增加,学生心理发展的滞后和心理准备不足,一时很难应对这种心理变化,容易产生心理问题”。

## 文化路小学家校互动

# 学校咋发展,请家长亮高招

本报泰安3月3日讯(记者 赵苏炜) 3月1日,文化路小学举办家校互动系列活动,由学校领导和15位家长共同参与。

1日下午,在文化路小学2楼会议厅,学校严校长做工作计划草案报告,家委会成员审议,三年级二班的一名家长说:“孩子在家里的表现和学校不一样,希望学校老师能够帮忙想个办法,使孩子在家能像在学校一样认真要求自己。”另一名家长提问说:“怎样能够加强学校周边的交通安全问题,让送孩子上学的车辆尽量远离学校周边,以防发生小事故。”

当天还举办新学期的第一次校长接待日活动,学校书记和副校长分别对家长们提出的问题作出解答,顾书记



家长听校长做工作计划草案汇报。 本报记者 赵苏炜 摄

说:希望加强学校与家长的沟通,让孩子严格要求自己。

毕校长说:“学校对安全问题十分重视,校门口空间狭窄,不允许家长开车进院,如果发现学校家长因接送孩

子在校门口逗留或者活动,会立刻给予提醒和批评。”

最后,学校给各个家长发放校讯通的“明白纸”。老师对校讯通的优缺点做出总结,并希望家长回家后考虑并商量。

## ★我在晓雯学音乐

女儿在晓雯学习音乐五年多了,现在弹双排键九级的曲目了。晓雯的教育理念是:“不要让孩子成为音乐工匠”。晓雯的音乐素养课设置非常好,音乐史、音乐家、音乐作品欣赏、音乐理论……不仅知其然,而且知其所以然。学音乐不是学弹琴,而是理解音乐、欣赏音乐、热爱音乐、热爱生活。说实话,女儿的弹琴技巧真是不敢恭维,但是她始终保持着对音乐的浓厚兴趣,真的应该感谢晓雯。一首高难度的曲子长期不练可能遗忘,但是对音乐的理解和热爱却永远不会遗忘。

身边一些可怜的小琴童,天天被强迫着练琴。学音乐是为了让孩子成为朗朗吗?全中国只有一个朗朗,且不说我们的孩子没有人家的天赋,就是有,我也不愿意让孩子成为朗朗。如果我们知道了他学琴的血泪史,知道他为

此付出的努力,我宁愿让孩子做一个快乐的普通人。朗朗有一次对撒贝宁说:“我每天练琴8小时以上,坐飞机往返于世界各地,辛苦也必须坚持,否则明年我就会从现在的位置上掉下来。”大师尚且如此,况凡人?晓雯告诉我们:音乐使我们的生活充满色彩,学音乐不是为了面子,不是为了升学,更不是为了money。

孩子在晓雯学音乐,让我们家长补上了儿时欠缺的一课,不仅受到了良好的教育,还引发了我们深入的思考。中国的GDP世界第二,但是外国人对中国人的评价却不高。也许原因很复杂,我想至少音乐可以帮助国人。让我们多听听音乐吧,尘封的心会少一些世俗;让我们的孩子多学学音乐吧,因为他们是中国人的明天。

郝文昊妈妈

## ★学琴生活品味快乐

学琴生活,忙碌中品味着快乐,快乐中享受着音乐带来的幸福,并有很多感悟。

首先,一开始接触电子琴就让孩子知道,学琴是为了享受弹琴的快乐和对音乐的欣赏,是一种生活的消遣。其次,要培养自主练琴的习惯。我们开始慢慢鼓励他,晚饭结束先打开琴试着乱弹一气,没有任何节拍,然后去招呼他:我们不会,能否给演示一下呢。这样一来,他便过来不自觉地弹一曲或两曲。这样坚持了很长一段时间,把弹琴的时间慢慢就固定在了晚饭一结束。他已经在无意中把其他的学习、看书等计划后移。再次,建议多鼓励表扬。练琴不能一味地要求,要多鼓励、表扬,让孩子产生自信。

另外,学会欣赏、享受。学会欣赏自己的孩子,你会发现他很多优点。学琴也是一样,与孩子一起欣赏音乐,享受音乐是一件无比幸福的事。我认为这是孩子学琴最大的动力。

最后,树立自信心最重要。这一点非常感谢学校给孩子提供一次次上台表演的机会,每表演一次,都能加强他的自信心。刚开始上台紧张,弹琴动作很僵硬,后来随着每册书的班级音乐会,再加上不定期的比赛等活动,感觉台上表现轻松多了,自信心油然而生。现在他的文化课学习与音乐的学习相辅相成,成绩一直很棒,有自己的学习方法和习惯,很有规律性。这一点要归功于学习音乐的坚持和自信。

王欣磊家长 王胜军

## 泰山护理职业学院启动志愿者活动月

# 大学生送医疗服务进社区

本报泰安3月3日讯 3日下午,泰山护理职业学院“展志愿风采,传雷锋精神”志愿者活动月启动,学生们把医疗知识教给学校的中学生,还去社区服务。

启动仪式上,泰山护理职业学院副院长孙元儒说,近年来学院志愿服务活动很丰富。

除启动仪式外,该活动月还包括“医疗知识进校园”、“医疗服务进社区”等一系列

活动。这些活动以“送文艺演出、送医疗服务、送医护知识”的“三送”活动为主线,深入社区,全面展开。

志愿者活动启动当天,医疗知识进校园和医疗服务进社区一起开展。在泰山学院附属中学,泰山护理职业学院外科教研室老师王川和学院志愿者们一起为初三学生上了一堂生动的医疗知识课。课堂上,王老师讲了春季

疾病预防知识和基本急救护理,还用学院课堂上的人体道具教孩子实际操作心肺复苏按压。

医疗服务进社区的第一站是粥店社区。志愿者们在社区里为老人进行血压测量。

据了解,启动志愿者活动月是为了进一步提升大学生的社会责任意识,增加其履行社会义务的自觉性。

(田阳)

## 泰山中学举行“绿色环保”社会实践活动

# 师生一起参观垃圾焚烧发电厂

本报泰安3月3日讯(记者 白雪 通讯员 谷飞) 近日,泰山中学团委组织师生到泰安中科电力集团参观学习。同学们不仅对垃圾焚烧发电的流程有了了解,增长了见识,而且还培养了环保意识。

该公司是一家马来西亚独资的垃圾焚烧发电厂,是在泰安市政府的支持下生活垃圾分类处理发电的处理站。

来到垃圾处理厂,“我们首先感觉到的是整洁的环境和幽静的氛围,走在厂区,感觉整个厂区很安静,到处是绿树,空气很清新。这和我们之前想象的垃圾处理厂大相径庭。”一位学生说。

在该厂工程师的带领下,师生们先来到厂区的模型区,通过模型对整个厂区有了一定的了解。该厂处理的是从整个多个地市回收的生活垃圾,垃圾处理的大致过程是收集——焚烧——发电——焚烧生成物的处理。整个过程机械化程度非常高,整个厂区只有几十个工作人员就能完成每天800吨的处理目标。

师生们开始参观并听取工程师的介绍,参观控制中心和垃圾发酵坑。控制中心只有七八个工作人员,能通过电子操作控制垃圾焚烧的各个车间。在参观过程中,学生还向工程师咨询了许多垃圾焚烧的问题,工程师耐心地讲解。

“垃圾发酵坑完全封闭,无任何异味,只有一名工作人员在外面通过机械操作翻动垃圾。”一位学生说,他们还参观了垃圾焚烧废渣的处理站,整个生产线唯一不可再生产的产物将在这里发酵,发酵完成将填埋。

参观原定两小时,由于学生们积极提问和工程师细心解答,参观延长至三小时。学生们不仅对垃圾焚烧发电的流程有了了解,增长了见识,而且还培养了环保的意识。同学们在参观后都表示以后垃圾要分类处理,希望通过自己的行动美化环境。泰安中科垃圾焚烧发电就是一种环保、节约的垃圾处理方式。



学生们认真记录。 本报记者 白雪 通讯员 谷飞 摄