

## 小到晾衣绳大到户口本,吃穿住用行都想全了也不够

# 心理准备该进准大学生行囊

本报记者 白雪

随着大学录取通知书的到达,不少高中生变成大学新生,即将远离家人,步入到缤纷的大学生活中,预示着要走向人生的另一个阶段,面对可能陌生的城市,该准备点什么装进行囊里呢?一起来看看你缺什么吧!

### ●证件准备

#### 迁户口记得带户口本 别忘去招办领中学档案

大学新生报到时需要携带的材料有录取通知书、高考准考证、本人身份证及身份证复印件2份(将身份证正反面复印到一张纸上),正面彩色免冠1寸照片10张、2寸照片2张。

此外,团组织关系转接手续需要办理。是团员的学生,应在团籍所在校团委办理迁转手续,团组织关系介绍信由所在中学、乡镇或街道以上团组织开出,直接介绍到大学所在学院团委。党员同学的关系转接手续办理程序与团关系相似。

需要办理户口迁移的大学生,根据公安部文件精神 and 泰安市公安局的要求,山东省内新生到山东省内上大学户口一律不迁移,但须携带户口所在地派出所出具的户籍证明信1份。省外新生如需迁移户口,需凭录取通知书在当地公安机关办理户口迁移证,入学报到时提交户口迁移证,户籍迁移地址请咨询学校。

此外需携带个人中学档案,中学档案由新生本人持录取通知书、准考证、身份证到所在县(市、区)招生办公室领取。在大学录取通知书的文件里,会有一张家庭情况调查表或家庭经济困难的证明,此表主要是针对家庭的经济情况进行调查,必须如实填写。家庭情况特殊,学校一般会给予照顾,例如提供助学贷款勤工俭学的机会。家庭经济困难的证明应由乡、镇、街道、民政部门开具证明并盖章。

### ●用品准备

#### 学校会提供棉被等供选购 如想自带也可自行购买

新生入学后,一般大学会统一

安排入住学生公寓,为方便学生,保证质量,便于公寓管理,学校会通过省教育厅等部门集中招标采购了经省纤维检验局检验合格的公寓床上用品,以进货价格供学生入学时自愿选购。

住:学校提供可以采购的物品有棉被、被罩、枕巾、床单、棉褥、床垫、枕芯、蚊帐、竹凉席等,学生根据录取通知书看看,无需自备以上的物品,如想自备,也可自购,但如果坐公车去,带起来会有些麻烦。

吃:饭盒、汤匙、筷子、水壶等餐具,新生也可以带一些自己喜爱的易保存的食品。

穿:可根据学校所在地的气候,按季节准备,从头到脚,从里到外,都要考虑到。

行:到校后考虑,不必托运自行车等。

用:脸盆、毛巾、洗漱用品、剪刀、针线包、男生剃须刀、女生美容用品、梳子等,其余可根据个人需要确定。

另外,准备一点晾衣服的绳子、衣架,轻便的工具如钉子、螺丝、抹布等也是可以的。

大学新生开学第一件事就是军训,为军训要准备点啥呢?

大水杯是必不可少的,此外为了以防“秋老虎”,新生需具备防晒霜、晒后修护乳,再准备一双吸汗鞋垫。

出门上学,钱是必不可缺的,带钱主要考虑两个方面:一是数量的多少,这要根据个人情况来确定;二是安全性,钱要随身带,路上用的钱和到校后用的钱要分开放,总之,物品准备应本着简单、实用朴实的原则来进行。

### ●心理准备

#### 同学来自“五湖四海” 要学会处理人际关系

由于大学的同学来自“五湖四海”,地区的差异使他们在思想观念、价值标准、生活方式、生活习惯等方面存在着明显的差异,因此,在遇到实际问题时往往容易发生冲突。那么在大学里学会与不同背景的同学相处,学会处理同学间的矛盾和冲突,无疑会有利于今后走入社会。

首先要学会承认各人有各人的生活习惯和价值体系,你与别人生活在一起,你就应该连同他们的生活方式一起接受。如果感觉别人的生活方式有碍于你,可以与其进行沟通,委婉地提出,并适当地进行自

我的调整。

需要注意的一点是,给别人提意见一定不能当着众人的面,以免使对方难堪,丢面子。要想处理好同学之间的关系,还要做到对人宽,对自己严,切忌以我为中心。在平时的生活,主动与同学打招呼,主动和同学讲话,主动帮助别人。在帮助别人的时候,不要过于计较别人能不能、会不会报答你。

大学生在身心发展过程中,有意识地掌握一些常用的自我心理调适方法,如自我暗示法等,对自我心理放松、消除心理压力是必要而可行的。

自我暗示是靠思想、语词,对自己施加影响以达到心理卫生、心理预防和心理治疗目的的方法。通过自我暗示,可以调理自己的心境、感情、爱好、意志乃至工作能力,起到非常积极的作用。比如,面临紧张的考场,反复告诫自己“沉着、沉着”;在荣誉面前,自敲警钟“谦虚、谦虚”;在遭遇挫折时,安慰自己“要看到光明,要提高勇气”等等。

### ●自理准备

#### 先学怎么整理内务 再学如何用生活费

上大学时不再有父母帮大学生叠被子、洗衣服等,这是第一次开始独立生活,刚入大学的新生,要提前学会洗衣服、收拾房间及管理钱财,计划好生活费如何使用,不要盲目地乱花钱。

独立生活的另外一个重要方面是对钱财的管理。由于家长一般每月或每几个月给一次生活费,大学生就要自己独立计划如何进行消费。计划不当甚至没有计划的学生常常在最初的时间里大手大脚,把后面的伙食费提前花掉。

因此,大学新生要学会一种“理财”的观念,要注意考虑:在生活中,哪些开支是必须的,哪些开支是完全不必要的,哪些是可有可无的。钱要花在刀刃上,要避免完全不必要的消费,可花可不花的尽量少花。此外,还要根据父母的经济能力和自己“勤工俭学”的能力来进行日常消费。有了这些基本情况的分析,再确定自己每个月的“消费计划”,使之切实可行。并且要尽量按照计划执行,多余的钱可以存入银行,以备急需时使用。入学几个月或半年之后,大学新生对自理的生活就会逐渐适应了。

## 泰安知金复读学校招生170人 现仍可报名,请抓紧时间

应广大有意向复读的广大考生家长要求,记者日前就位于泰城文化路44号的泰安知金复读学校目前情况做了一番了解,目前学校已办理报到、交费入学手续人数近170人,有一个文科班,两个理科班。年后还将专门针对艺术生开设艺术生文化课补习班。

第一批学生于7月26日已顺利开课,第二批也已于8月11日正式开课。目前同学们正以积极的态度、饱满的热情、高昂的斗志投入到紧张地学习中。第一批入校学生于8月5、6号进行第一次测试。学校已在16、17号举行第二次测试。

其负责人于老师表示,“泰安知金2015学年继续以服务为先,诚信为本的理念,投入更多的资金和力量,尽百倍的努力,继续招收复读生,办出水平更高、教育教学质量更好、社会各界更满意的高考复读班回报社会。学校实行寄宿制封闭管理,要求严格,管理科学规范”。

泰安知金对社会郑重承诺:会尽最大努力以

最优秀的教师和严格的管理帮助每一位来知金复读的学生实现自己的梦想。学校为每位学生建立个人学习档案,班主任时刻关注学生学习、生活的每一个细节,关注学习过程中点点滴滴的习惯养成和教育培养,确保学生充满信心地投入复习,潜力得到充分挖掘。

泰安知金复读学校校园环境安静优美,教学设施齐全,教室宽敞明亮,宿舍内配备卫生间,校内标准化餐厅和运动场地,是莘莘学子实现梦想的理想场所。真诚欢迎有复读意愿的广大考生尽快来校报名学习,来泰安知金学校,圆你的大学梦。

(白雪)



# 孩子喜欢打“小报告”这是怎么啦

## 专家:搞清楚原因,别轻易给孩子“贴标签”



本报开通宝贝宝贝我爱你专栏,如有家长在教育孩子过程中遇到问题,可以把问题发到本报记者邮箱330447994@qq.com,本报将联系情商专家为您解答。

本报记者 白雪 实习生 展洋

### 孩子爱上打“小报告”

明明妈妈提问:我女儿今年7岁,她平时各方面表现都不错,也受到大家的喜欢,就是有一点,她总爱打小报告,开始我没在乎,后来发现她总是在这样做。我个人就不太喜欢这样的行为,孩子有这样的行为是好是坏?

鲍牙兔情商专家建议:孩子们打小报告有各种各样的原因。有些孩子抱有想把他人从道德

和行为的错误中拯救出来的心态,有些孩子认为父母的惩罚是对付犯错误的人最有效的方式,而有些则希望在别的孩子表现很差的时候,为自己贴上好孩子的标签。如果你能够花些时间来弄清楚你的孩子打小报告的原因,那将会很有帮助。

用简洁的话语来表示你的肯定:打小报告比打架好;用幽默来将大事化小;教会孩子分辨小报告和那些真正需要让你知道的事情之间的区别。例如,如果他告诉你弟弟正在床上跳来跳去,那就是小报告。如果他告诉你弟弟正在床上玩火,那么就是你需要知道的事情!

### 孩子最近频繁撒谎

乔乔妈妈提问:女儿十分可爱,现在5岁了,我们每天都送她去幼儿园,可是最近她幼儿园老师反映说她经常说谎,而我们也确实发现了这个问题。问她的时

候她只是不说话,这该怎么办?

鲍牙兔情商专家建议:孩子撒谎是每个父母都关注的问题,我觉得你可以从以下几个方面入手:以身作则,也许当孩子撒谎时,其父母应考虑的第一件事就是本身对说谎的意向有多强。

如果你希望在孩子幼小的心灵上奠定诚实的基础,首先就要以身作则,为他树立一个好榜样;掌握好处理谎话的分寸,强迫孩子坦白是最糟糕的方法。重要的是,使他从中学习到应该善待人的道理;相信自己的孩子,如果父母常常表现出信任感,任何年龄的孩子都会为此而自豪,从而养成实事求是的习惯。

### 孩子和小朋友闹矛盾

小雨妈妈提问:儿子现在5岁半了,马上就要成为大班的孩子了。我现在很担心一件事,他平时性格总是很固执任性,之前就和幼儿园小朋友有过冲

突。可是现在他长大了,我恐怕会有更严重的事情发生,怎么办才好?

鲍牙兔情商专家建议:孩子的任何行为都是正常的。无论他们的行为在我们看来多么荒唐,都是孩子对周围环境的一种正常反应。父母需认清孩子固执任性背后的心理需求。

其实,孩子的固执任性完全可以化解,这就需要父母耐心地

去了解孩子的心理,多采取正面行为,鼓励合作行为。此外了解孩子固执任性的起因,倾听孩子感受。孩子渴望父母给予自己充分的关注和爱,这种爱是 unconditional。很多时候孩子是很敏感的,你一个对他厌烦或者不接纳的眼神或者动作,都可能伤到孩子。当孩子表现得听话或者是任性时,父母对孩子需要进行有意识的教育和引导。

中国少年儿童情商教育领导品牌  
**鲍牙兔儿童情商乐园**

鲍牙兔儿童情商乐园是权威的儿童情商训练机构,独家引美国的SEL社会情绪发展计划,致力于提升儿童的自信心、情绪管理、挫折抵抗、独立性等九大基础能力。连锁机构遍布全国五十多个城市,超过九十家专业儿童情商训练中心,每年服务于数万个3-12岁少年儿童及家庭。

**关于儿童育养、情商能力培养以及成长、学习方面的问题,可以来电、微信询问鲍牙兔儿童情商教育专家。**

全国连锁机构鲍牙兔泰安园地址:  
泰安市东岳大街56号(青少年宫西80米路北) 东岳商务中心6楼西区  
咨询电话: 0538-8676677 8676678 官方网站: www.byteq.cn