

高考将至,父母们注意可别帮了倒忙

切忌考前对孩子进行心理预设

本报讯 家有高考生,一年无娱乐。高考更像是一场没有硝烟的战争,接受考验的不仅仅是孩子,家长们也在这场战争中备受煎熬。临近高考,考生们已出现精神压力过大、心理脆弱、学习效率低下等问题。“受压考生”中部分考生属于家庭压力型,家长的施压是造成考生心理困扰的重要因素。面

对高考,父母该如何协助孩子迎战?

作为家长,过高的期望以及不由自主的“督促”是导致考生心理压力过大的重要原因,父母和孩子都把高考作为人生唯一的出路和目标。日常生活中,为了能够让孩子安心学习,父母尽其所能为孩子创造最安宁的环境,家中不看电视,

没交际,陪着孩子挑灯夜读,时时叮嘱,刻刻嘱咐,这些过分克制的行为在家长心中是为考生“减负”,事实却适得其反徒增孩子的紧张压迫感。

就高考父母如何应对高考压力,淄博市精神卫生中心临床心理科门诊副主任医师孙萍表示,减压首先应该从父母开始。孙萍解释

说,孩子的高考压力大部分来自父母和家庭的施压。在备考过程中,父母总是会给孩子一定的心理预设造成“帮倒忙”的现象,例如家长常常会在孩子面前打包票说老师说你没问题,你肯定能过一本线这类期望过高徒增压力的话。首先,家长应该放平心态,不要对孩子进行心理预设影响考生

情绪。其次,家长不要过分克制自己过分关注考生的一举一动继而造成考生极大的心理压力,应满足考生的日常生活需要即可。最后,家长不要唠叨太多管束太严,在最后迎考阶段为考生创造自然平和的家庭环境,以帮助考生放松心身压力。

(孙秀珍)

禁烟 人人有责

近日,淄博市爱卫办、淄博市疾控中心、张店区爱卫办、张店区疾控中心在淄博市长途汽车站举办了一次支持无烟环境、控烟自拍照征集活动。活动中,健康山东志愿者们引导参与活动的旅客手持控烟宣言完成自拍发到指定微信群,即可现场换取礼品。通过移动互联网,达到广泛宣传控烟的目的。同时,还设立了控烟签名墙,通过签名承诺支持公共场所禁烟,让人人为无烟社会做贡献。

本报通讯员 曹铮 摄影报道



呵护“花朵”



为庆祝六一国际儿童节,北大医疗淄博医院为患病儿童准备了皮球、图书等节日礼物,并与儿科病房、儿科输液室的医护人员一起将礼物送到孩子们的手中,并祝他们早日康复、快乐成长。

本报通讯员 朱凤霞 摄影报道

淄博市第五人民医院:

特邀张洪涛教授 来院指导EAP项目实施

本报讯 作为山东省卫生计生生系统两个EAP(职工成长计划)项目试点单位之一的淄博市第五人民医院,结合本单位的工作性质和职工特点,先后开展了职工书法、摄影比赛,医护患联欢晚会,三八节趣味体育活动,登山徒步走,心理健康知识讲座,心理实操技术培训,正念减压,身心安顿工作坊等丰富多彩的活动,系列活动的开展,调动了职工的参与热情,促进了职工的心理成长。医院心理专家还针对部分职工因工作、家庭原因出现的心理压

力、睡眠障碍、焦虑、情绪困扰进行心理辅导,提供心理支持,指导他们运用心理治疗方法自我调适,获得疗愈。

讲座中,张主任从EAP的概念、EAP的起源和发展,中国EAP工作的趋势性因素,EAP的职业促进作用等几个方面对EAP的相关内容进行了讲解,让职工对EAP项目有了基本了解,感受到EAP是单位为员工提供的系统的、长期的援助与福利项目,它可以全方位帮助员工解决个人问题,帮助职工获得成长。(孙秀珍)

淄博市妇幼保健院:

与齐鲁医药学院签署 共建附属医院框架协议

本报讯 近日,淄博市妇幼保健院与齐鲁医药学院共建附属医院框架协议签约仪式隆重举行。

齐鲁医药学院是淄博地区最大的本科医学院校,现有临床医学、医学影像学、护理学、口腔医学、药学等33个本、专科专业。市妇保院副院长王忠德在会上介绍了医院的基本情况,他表示将以建设齐鲁医药学院附属医院为契机,不断加强医院内涵建设,努力实现医教研协同发展,提升医

院综合服务能力。齐鲁医药学院院长匡奕珍也表示,通过开展全方位合作,真正实现资源共享、优势互补、相互促进、共同发展,为社会培养更多高素质的合格医学人才。

本次成功签约,为医院开展院校共同发展建立了新的平台,为将来医院的人才储备和科研发展奠定了基础,也为医院顺利通过即将到来的三甲复审铺平了道路。

(宋天印)

北大医疗淄博医院:

组织童声 童话活动

本报讯 “六一”儿童节,北大医疗淄博医院工会举办了“童声童话——我心中的爸爸妈妈”儿童节主题庆祝活动,鼓励天使的宝贝们,要通过绘画作品,将爱大胆说出来!

“童画童声”征集了来自全院各科室、各岗位职工宝宝的绘画作品85幅,小作者最小的3岁,最大的12岁。小画家们以夸张的造型,奇妙的构思以及无拘无束、富有灵气的表现方式,创造出了一幅幅童真童趣、色彩亮丽的作品。

(赵志楠)

张店中医院:

构建医联体 提升基层医疗水平

本报讯 近日,张店区中医院与高新区中医院隆重举行了医联体技术协作签约仪式。

签约后,张店区中医院将充分发挥中医技术、高端设备和专业管理等方面的优势,加强双方的合作联系,在共同发展的基础上,为高新区中医院提供技术上的业务支持,为医务人员提供学习进修的机会并建立双向转诊制度,进一步整合两院的医疗资源,达到资源共享、优势互补、相互合作、共同发展的目的。

(冯绘洁)

淄博口腔医院淄川门诊部正式开诊

系淄川首家公立口腔专科机构,总院口腔专家每天定期坐诊

本报讯 记者从淄博口腔医院获悉,该院淄川门诊部近日正式开诊,是淄川区首家公立口腔专科机构,门诊部医护人员均由医院直接选派,总院专家每天定期坐诊。

据悉,门诊部依托权威的口碑、强大的技术、先进诊疗设备,以无痛、无菌、无交叉感染三无标准化、规范化口腔医疗操作为专科

特点,对每位患者实行“一人、一机、一盘、一针、一管、一巾、一套”七合一操作。为口腔患者提供口腔种植、口腔正畸、儿童口腔科、牙体牙髓、口腔颌面外科、口腔修复、牙周粘膜病、牙齿美容等国内一流诊疗技术和VIP式贴心服务,将为淄川区域居民的口腔诊疗及保健提供更加惠民便利的服务。(郭艳)

