

## 多给自卑的学生点掌声

山东省菏泽市牡丹区李村镇中心小学 段素梅

在我十多年的从教生涯中,有为数不少的心理有障碍的学生,他们多数有自卑倾向。比如害羞、不安、内疚、忧郁、失望等等,这些自卑情绪带到学习生活中去,很大程度的影响他们对学习和生活的态度,成绩乃至以后在社会上的影响。怎样帮助这些心理自卑的学生走出阴影战胜自我呢?根据自己的教学经验,我总结出一点,简单地说,那就是——多给自卑的学生点掌声!

自卑学生的具体表现说来有:学生过分敏感,自尊心强烈,非常希望得到别人的重视,唯恐被人忽略,过分看重别人对自己的评价,任何负面的评价都会导致内心激烈的冲突,如果别人真诚地夸他,他会认为是挖苦;跟

他们交往时,必须谨小慎微,别人不经意的一句话,都会在其内心引起波澜,胡乱猜疑。有的学生由于种种原因造成的弱势地位,使他们在社会的方方面面都体验不到自身价值。别人欺负他,即使内心不服气,也自认为是正常的,非常认同自己的弱势身份。这种强烈的自卑心理极易导致自杀行为。他们表面上好象逆来顺受,然而过分压抑恰恰积聚了随时爆发的能量。由于他们缺少应对能力,任何事件很容易导致心理压力。当受到不公正的待遇时,认为别人瞧不起自己,难以忍受,往往产生过激言行。他们经常为了一点小事大动干戈,拳脚相向。有时当他们无力应对危机时,还会自残,用这种极端的方式表达自己的情绪。

家长和老师碰到这样的学生，往往心里着急，又束手无策。对于有严重自卑情结的学生，要彻底粉碎他所有的心理障碍，帮他放下包袱，打开心结。我所教的班级，有位姓刘的男生，他妈妈来反映孩子的情况：

该同学平时自认为学得不错,但每次考试都特别紧张,很多题目本来平时可以做出来的,考试的时候却怎么都想不起来了,越想不起来越紧张,有时候会紧张得大汗淋漓。

我了解到:这个同学是个非常好强的同学,每次考试时总是排列在后面。他认为自己学得还可以,就是考试的时候发挥不好。估计有以下心理压力:

每次考试不好的时候虽然

妈妈不说什么,但他心里一定很难受;如果这次发挥不好,就会直接影响到班级排名;老师在他多次考不好的情况下,可能会放弃对他的希望和培养;同学们对他的漠视和鄙视,让他受不了。

老师提问的时候,有时候他会做那个题目,但他却顾虑重重:如果自己举手回答,答错了,就会让同学们耻笑;如果不回答,假设自己真的会做,不就可惜了一次机会?

这样很多事情慢慢地在他的心里积聚起强大的压力,终于形成了他考试时候出现的极端情况。

我告诉他,回不回答、哪次考试好不好,真的没那么重要,关键在于解决心理顾虑。越急

于表现自己越不容易发挥好，反过来加深了自己的自卑！

我告诉他,你一定要相信自己,觉得我能行,一定能行的!!

我在课堂上提出问题时，对于羞怯、胆小、犹豫的同学，只要能举手就是战胜自我的过程，回答问题对了，老师应该及时的给予表扬、肯定，回答不对也不要直接否定，鼓励他在积极思考，最好大声说“我相信你一定能行”。

在这里,我还奉劝那些学生家长,对待有自卑心理的孩子,不能以粗暴的方式对待,要跟孩子及时沟通,要善于发现孩子的长处,并帮助孩子发挥其特长,让孩子看到自己身上的闪光点。

## 中北·新都心寻找菏泽最幸运的追梦者 圆你创业梦想

如果你有一技之长,正想返乡创业一展身手;如果你的创业心正被资金不足租不起商铺困扰……看这里,中北·新都心感恩回馈客户,报名参与并被抽中的幸运者,即可免费享有价值百万+商铺的二年使用权。

记者从中北新都心商业中心售楼处了解到,为积极响应市委、市政府实施的“归雁兴荷”行动,中北·新都心特将新界商业广场价值百万+的商铺二年使用权作为丰厚大礼,回馈怀揣创业梦想的菏泽本土及菏泽籍在外人士。

本次中北·新都心免费提供二年

使用权的百万元商铺位于新界商业广场,该项目计划引入轻奢快时尚、音乐餐厅、潮流饮品、特色轻食、精品生活超市、院线生活、网红展览、创意集市、时尚酒吧等前沿潮流元素,荟萃时尚零售、品质餐饮、休闲娱乐、家庭亲子、文化生活、品质生活等6大业态,致力于打造24小时不打烊的潮流购物休闲胜地。目前,项目主体已完工,预计明年可交付使用。

据了解,至中北新都心·商业中心预交2000元入会,就有机会被抽中百万商铺二年使用权,入会当天还可获赠羽绒被一套,并可参与当月大抽

奖。新界商业广场将于开盘当日(开盘时间以通知为准)现场抽签选取幸运者,不买商铺还可全额退还,会员不承担任何损失。

中北·新都心为山东中北置业有限公司强势登陆菏泽、百亿投资打造的一座“新都心”。中北置业作为山东地产界领军企业、齐鲁人专属的品质生活制造商，深耕菏泽城，与荣获鲁班奖的南通二建合力筑造品质好房。严苛的建筑施工、高标准建筑材料、一流的建筑设计，强力打造集建筑美学、功能性、精工品质于一体的城市商业地标。

**(立平)**

(立平)

## 全国交通安全宣传日 鄆城交警开展主题宣传活动

**本报讯(通讯员 张志贤)**“12·2”全国交通安全日当天,鄞县公安局交警大队联合多部门开展了以“守规则除隐患,安全文明出行”为主题的宣传活动。

活动期间,民警在人民广场设立宣传咨询点,向驾驶员、路人宣传超速、超载、酒驾、闯红灯等交通违法行为的危害性;走上街头为行人发放宣传资料,详细讲解交通安全法律法规知识等各类交通安全常识。

同时,为积极做好电动自行车集中登记挂牌宣传工作,该大队印发了电动自行车集中登记挂牌宣传页,为过往车辆和行人发放宣传页,告知行人电动车自行车挂牌办理相关事项,提醒大家仔细阅读所需资料、重要时间节点和注意事项。

## 时光有礼 一分抽奖

——中国银行手机银行感恩回馈，年末送礼！

【手机银行用户专享】SKII套装 POPMART盲盒 景区抵扣券 费列罗巧克力礼盒

即日起至12月31日，中国银行个人手机银行客户通过手机银行——“生活”版块——“1分抽奖”专栏支付1分钱，即可参与抽奖活动，100%中奖！

## 中国银行手机银行“100%领红包”啦！

即日起至12月31日，中国银行个人手机银行客户通过手机银行——“生活”版块——特色专区“100%领红包”专栏支付1分钱，即可参与100%领红包抽奖活动！若抽中微信红包，关注【中国银行山东分行】微信公众号，即可在线实时兑奖，若抽中其他奖品，预留手机号等信息，后台自动处理。

【参与流程】**第一步**，支付1分钱抽奖：在中行手机银行特色专区“100%领红包”活动支付1分钱，即可在线抽奖。

**第二步**，关注公众号兑奖：关注“中国银行山东分行”微信公众号成功后，公众号自动弹出兑奖活动链接，点击“APP奖品兑换”按钮，输入开立手机银行手机号，即可在线兑奖（或者点击公众号底部菜单栏——热门活动——领红包）。

一等奖：戴森吹风机 二等奖：5元话费 三等奖：2-5元微信红包

扫描一维码下载  
中国银行手机银行