

开学前一看书就头晕 为出门玩骗家长

孩子患了“开学恐惧症”

晨报讯(百姓热线记者 常凯)“快开学了孩子难以收心,想再痛快地玩儿一两天的心情我可以理解,可他竟然打着上辅导班的幌子哄骗家长,这让我气不打一处来。”2月27日,淇滨区天馨中央公园的苗先生致电百姓热线。

苗先生2月22日开始上班,儿子小胜(化名)由爷爷奶奶在家照看。由于快开学了,苗先生叮嘱小胜在家老实待着预习功课。2月26日下午,苗先生下班回到家后,看到小胜在卧室默不作声,小胜的爷爷则将苗先生叫到一旁说起了事情的原委。

原来,早上苗先生刚出门去上班,小胜就说和同学要去辅导班上课,也出了家门。中午不见小胜回家,小胜的爷

爷便到辅导班去找,老师却说课程早已结束,小胜根本没来。“当时我父亲就慌了神儿,赶到家后正准备给我打电话,这时小胜回来了。”苗先生说,“追问了多次,小胜才说他在同学家玩了一上午电脑。由于快开学了,他怕家人不允许才撒了谎。”

小胜今年上小学六年级,春节期间每天除了守在电脑或电视前,就是和邻居家的孩子们一起在外到处跑。“由于快开学了,我叮嘱小胜要收心,可我每次说好几遍他才会去看书,还没看一会儿就说自己头晕。”苗先生说。

就此,市第四小学刘老师表示,很多学生在开学前后会患“开学恐惧症”。寒假里,学生的学习压力减轻,上学

时的生物钟很容易被打乱,注意力也难以集中。“开学前后,孩子们很难静下心来学习。”刘老师说,这是因为他们没有足够的自控力来完成心理和生理上的调整。

刘老师提醒,家长在帮助孩子收心时切记不要过于施压,开学前收心不等于把孩子关在家里或者禁止玩耍。家长可以允许孩子去其他同学家做客,交流假期的见闻以及新学期的学习计划。在这个过程中,孩子仍然能感受到假期的快乐,不会突然感受到学习的压力,自然也不会有抵触情绪甚至是恐惧心理。“只要循序渐进,重在培养孩子的学习兴趣,唤起孩子的学习热情,相信他们很快就能步入学习的正轨”。

延伸阅读 “开学恐惧症”是病不是任性

随着新学期即将开学,上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心心理咨询门诊热闹起来,前来咨询学习问题和情绪问题的患儿增加。

该中心发育行为儿科主任章依文说,开学前后,此类小患者不在少数,“这是一种由于存在不良心理因素,学龄儿童对学校产生恐惧和厌恶,对学习失去兴趣,并且伴有身心症状和拒绝上学的行为,也称为开学恐惧症”。

该中心发育行为儿科心理与睡眠咨询师王广海博士介绍:“患儿最常见的症状并非是心理症状,而是躯体症状,比如头晕、胸闷、肚子疼,自主神经功能紊乱如手抖、尿急等。这些症状往往会被家长错认为只是身体上的不适。”

据介绍,发生开学恐惧症的孩子主要分两种情况:一种是刚步入小学的孩子,“从幼儿园踏入小学,原来的作息时间和同伴群体,甚至饮食习惯都发生了变

化”。另一类是初、高中生,特别是毕业班的学生,“他们面临升学的关键学期,沉重的学习任务以及自身和家长的过高期望都让孩子们感到压力巨大”。

为此,专家为家长支了4招儿:

第一,家长要对孩子有正确的期望,避免一味追求学习成绩的高标准。更不能随意打骂和讥讽,使孩子感到压力巨大,产生抵触和恐惧情绪。

第二,避免焦虑情绪的相互传递,多进行亲子沟通有助缓解彼此压力。

第三,有规律的作息和充足的睡眠对孩子从假期模式转换到上学模式有很大帮助,同时应当控制屏幕暴露,特别是玩电子游戏时间。

第四,发现问题后应及时、主动向老师或医师寻求帮助,不要逃避或拖延。

(据《解放日报》)

新春走基层·社火

山城区举办社火展演

1300余人同演高跷抬阁

晨报讯(记者 陈艳艳 通讯员 毕文斌)2月28日上午,一场以非物质文化遗产项目为主的民间社火展演在山城区红旗街举行。伴随着铿锵有力的锣鼓声,22支社火队伍的2000余名队员依次带来了精彩的社火表演。

抬阁、舞狮、扇子舞、旱船、腰鼓……形式多样的社火表演表达了群众对幸福生活的热爱与赞美,赢得了现场观众的热烈掌声,现场锣鼓声、喝彩声汇成一片。时丰村金龟舞、大胡村大花轿、陈家湾村通背拳、鹿楼村拉歌、耿寺村高跷抬阁等多个省、市级非遗项目参加了本次社火表演。

耿寺村的高跷抬阁参演人数达1300余人,为本次社火展演中规模最大的一支社火队伍。



耿寺村高跷抬阁 彭葭 摄

另据了解,为确保社火巡游活动安全有序进行,山城区公安、巡防、城管、文明办等部门240余名工作人员和文明志愿者参与了社火表演的安保、服务工作。



扫码看更多图片

小区里的民俗文化节

6张桌子连接起来,高跷艺人踏着木板而上,最后倒立在最高处的椅子上,如此高难度的动作赢得了现场观众的阵阵掌声。这是记者2月28日在淇滨区锦绣江南小区第三届民俗文化节上看到的一幕。

从当日上午8时开始,体操、秧歌、锣鼓、舞狮、武术……精彩纷呈的表演令居民直呼过瘾。

晨报见习记者 王玉姣 摄



接到“命令”去相亲

自己觉得不合适 父母却说对方好

晨报讯(百姓热线记者 常凯)“我觉得和对方性格不符,不想继续接触了,但父母觉得那个小伙子工作稳定,人也本分,就一个劲儿地让我和他继续接触,我很苦恼。”2月27日,家住山城区宏源小区的小刘致电百姓热线。

小刘今年29岁,家人从去年开始就不断地给她安排相亲。春节刚过完,亲戚给她介绍了一位朋友家的孩子。“我父母多方打听,得知那个小伙子工作体面收入稳定,人也老实本分,再加上是亲戚介绍的靠谱儿,就催促我去相亲。”小刘说,“我硬着头皮去见了对方一面,觉得他的性格并不是特别开朗,不是我喜欢的类型,便告诉他们我们只能做朋友。”

小刘回家后将这一情况告诉了父母,父母却开始数落她过于草率,母亲还说自己见过那个小伙子,觉得各方面条件都不错,还“命令”小刘一定要和对方再接触接触。“面对我妈的‘命令’,我心里苦恼极了。”小刘说。

山城区一家心理咨询机构的心理咨询师张女士表示,家长安排相亲难免会给年轻人造成一定的心理压力,因此家长应该注意方式和分寸。家长应该多和年轻人沟通,积极的引导或正确的沟通可以避免给年轻人造成过大的压力。

儿子性格内向 爸爸硬拉他上酒桌

晨报讯(百姓热线记者 马龙歌)“孩子小的时候挺活泼,现在长大了却变得很内向。”2月28日,淇滨区黎阳明珠小区的赵先生来电讲述了他遇到的一件郁闷事。

赵先生的儿子小波今年15岁,上初二。小波小的时候,赵先生喜欢带着小波参加各种社交活动,小波见人就喊“叔叔”“阿姨”,大家都夸小波懂事。

自从上初中后,小波开始变了,每天除了上学就是宅在家里,很少说话。

赵先生一直觉得,男孩子要多见见世面,多接触一些人,他要是饭局,就硬拉着小波一起去,可小波在饭局上对别人爱理不理,使赵先生很尴尬,“我让他给叔叔们敬酒,他抬起屁股就走人,真是气死我了”。

山城区一家心理咨询机构的心理咨询师张女士表示,青春期的孩子喜欢独处,家长可以借孩子感兴趣的话题跟孩子聊天儿,以便多了解孩子。其次,家长要尊重孩子的意愿和兴趣,不能总是强迫孩子出门,否则反而会引起孩子的逆反心理。家长要多询问孩子的想法,尊重孩子的决定,比如孩子提出一些感兴趣的事情,家长可以陪着孩子去做。