

小学阶段, 该如何进行情商教育?

自信达人

上小学五年级的辰达同学,是龋牙兔EQ3号营的成员。在龋牙兔上了半年课程的他,自信心得到了很大的提高。“在龋牙兔,最先要学习自我认识,探索自己,了解自己的特质,强项和弱项,接受自己的特质,认识到每个人都是独一无二的。以前我总不够自信,因为我的语文一直不像数学那么优秀,但是现在我知道我的数学和体育都是挺好的,还有很多人羡慕着我,我对自己的感觉就越来越好。”辰达介绍说。而辰达的妈妈也反映,孩子与以前相比,更愿意尝试新东西,比如参加竞选,也表现得更加能够坚持。

情商解读: 自信心是情商的第一要素。自信心是从事任何学习和工作的基础,是情商教育首先进行的内容。

总有好心情

张绚是三年级的班主任老师,她说自己班上有20多个孩子都在龋牙兔上情商课,比较下来,学习情商的孩子更懂得怎样控制和表达自己的情绪,在班级中的表现更积极,而且不容易情绪化。他们会使用情绪管理的工具,比如会用“我觉得……”的表达方式,而不是直接指责他人,会用“情绪垃圾箱”来处理情绪,有的孩子还把龋牙兔的“情绪日历表”分享给同班同学,帮助他们识

别和表达自己的情绪。

情商解读: 情绪管理是儿童情商高低最直接的反映。现在的孩子压力都很大,功课繁重,考试很多,有的小学生很容易产生负面情绪,如焦躁、害羞、沮丧等,而且喜欢以哭闹、发脾气等方式宣泄出来。情绪如果不能很好地管理,郁结的心情就会阻碍孩子积极地学习,影响他们正常的生活和作息。

自律行为

六年级的苏灿在龋牙兔刚好学完了“自律”这个单元,功课繁重的她觉得自律的课程特别有用。她说自己学到了很多使用的技巧和方法,比如,如何用SMART原则来设定目标,如何以“七步骤”来确保自己实现目标,如何进行时间管理,如何安排重要的和紧急的事情,苏灿笑着说,“不过我觉得最有效的就是‘自律三宝’,它教给我如何控制住自己,远离诱惑物,能够集中精力完成自己要做的事情。”

情商解读: 对于小学生而言,管理自我的能力很重要,这样才能够控制自己上课认真听讲,按质按量完成作业。老师盯着,家长陪着,那是“他律”不是“自律”。而“自律”是情商最重要的范畴,也是小学生情商教育的主要内容之一。

“我需要好朋友”

张倩是政府公务员,她的两个

儿子都在龋牙兔上情商课。她说,自己的两个儿子在人际上原来都很“出位”。一个霸道,要别人事事都听他的,另一个胆小,总是不会拒绝别人。在龋牙兔两年上下来,真的是改变太多。大儿子的自我中心的霸道,开始能够站在别人角度考虑问题,更有技巧地商量和说服,10岁的孩子已经表现出一定的领导能力。而小儿子则变得坚定有风度,上学期还得到了“万人迷奖章”。

情商解读: 7-12岁的孩子需要友谊。跟同学和老师不能够相处融洽的孩子最容易产生厌学情绪。人际交往技能是小学生情商训练中最重要的内容。

在欢乐中可以培养未来成功者

据了解,龋牙兔儿童情商乐园是国内唯一专业从事0-15岁情商教育的权威。该机构所提供的情商课程和活动,均以轻松有趣、室内户外、互动体验的营队方式进行。受训后的好处包括:勇于表达自我,外向、受欢迎;能忍受挫折,难过、焦虑与沮丧的情形较少;灵活,解决问题会有多元的方法并努力尝试;懂得自我压力疏导,有较强的适应能力;自制力强,能很好地管理自己的情绪,并能三思后行。

快报记者 袁永红



小学阶段是儿童期最重要的一个阶段。7岁看老,孩子一生90%-95%性格、理想和生活方式都在此间形成,也是孩子情商形塑最重要的阶段。那么在小学阶段,情商教育应该如何进行呢?记者走访了儿童情商教育机构龋牙兔儿童情商乐园,一探究竟。

BI-TO EQ CAMP

龋牙兔为孩子打造完美情商计划

训练营冬季预报名火爆进行中.....

龋牙兔儿童情商乐园,国内权威儿童情商训练机构,美国SEL社会情绪发展计划的中国实施基地。遍布于全国的50多个训练中心,每年服务于40,000个0-15岁少年儿童及家庭。

研究显示, 90%的中国孩子有以下困惑:

- ★ 孩子内向、害羞、不自信;
- ★ 对一切都没有兴趣,缺乏责任感和竞争力;
- ★ 急躁、爱发脾气、攻击性强;
- ★ 对环境不适应,对家人依赖性很强;
- ★ 跟父母难以沟通,不服管教;
- ★ 做事情磨蹭,无法专注功课;
- ★ 挫折抵抗力差,无法接受失败或批评。

受训后的好处:

- 1 认识自身潜能,增强自信心;
- 2 克服心理惰性,磨炼战胜困难的毅力;
- 3 激发主动学习的热情和良好的生活习惯;
- 4 超强的环境适应能力和压力应付技巧;
- 5 更强的挫折抵抗力和情绪控制能力;
- 6 圆融的人际关系和沟通技巧。

更多详情请登陆: www.pngm.com

白下文联 84517922 常州街四号巷12号文联一楼	河西龙江 86371979 江东北路301号滨江广场01幢6楼B座	山西路少年宫 83357020 山西路少年宫少儿活动部	新街口全民健身 84450399 中山东路146号全民健身中心9楼
-----------------------------------	---	-----------------------------------	---

上海、南京、济南、苏州、杭州、宁波、重庆、温州、南通、无锡、常州、大连、大庆、成都、运城、太原、青岛、烟台、威海.....