

春天里... 中小学辅导之学习情商篇

新学期支招: 情绪与自信心必不可少

又到新学期了,家长们最关心的莫过于如何让孩子调整好心态,尽快投入学习。我们知道,孩子的成绩好不好,不仅仅取决于他是否聪明,更重要的是他是否有正确的态度,有学习的热情,管理学习任务的技巧,化解学习压力的能力。这些都是属于学习情商的范畴,今天跑牙兔情商训练营的专家前来支招,分析如何用情商来提高成绩。

是控制情绪还是被情绪控制?

新学期开始,很多孩子都会制定学习目标和时间安排表,可常常是三分钟热度,几天后就坚持不了!其实,最重要的是孩子是否学会自我激励和自我控制。人人都有情绪,都会有对某些约定或规则感到厌烦的时候,都会有在某某考试不理想而感到失落、气馁的时候,比如说按照时间安排表上的规定,晚上7:00-8:00是背英语单词练习口语的时间,可刚好有一部电视剧精彩大结局,自己非常想看,这种矛盾就会让自己心烦意乱。是否能遵循目标计划,区别在于是人控制情绪还是情绪控制人。有情绪管理能力的孩子就会熟练运用各种缓解情绪的技巧将这种负面情绪处理掉,而且能运用积极的心理暗示法进行自我激励,从而保证在规定的时间内完成学习任务的目标。情绪管理和自我激励都是通过学习和训练获得的。

自信的培养需要环境和技巧

要点是孩子需要建立良好的自信心。自信心的塑造,首先必须对自己身上的特质、自己的优缺点、自我的价值观等有一个正确客观的认识,同时运用各种各样的理性想法,为自我形象进行巩固和加强。很多家长认为,让孩子拥有自信很难,其实只要



有正确的培养方法,并没有想象中那么困难,关键在于能不能为孩子自信心的建立创造一个合适的环境以及教授给他们关键的技巧和方法。

好的学习能力不是天生的

每个孩子在学习的过程中,不可避免都会遇到困难,区别只是在于有的孩子具有乐观积极的态度,以及非常强的观察思考能力和归纳总结能力。天生条件优越的天才孩子毕竟是少之又少的,绝大部分的孩子必须通过教授的方式来获得这种学习能力。因为目标管理、时间管理、情绪管理和自我形象塑造都是属于情商的范畴,所以建议家长可以通过专业的儿童情商培训机构让孩子拥有这几项能力,提高学习能力轻松胜任学习,为孩子的成长和成功创造加速度。您有任何关于情商或孩子学习的烦恼,可拨打快报24小时热线96060咨询。

春天里... 中小学辅导之收心指导篇

家校联手,为孩子“收心”

一转眼,开学已经十来天了,可不少孩子似乎还没玩醒,早晨赖床、思想游离、哈欠连连……各种“开学综合征”也浮出水面,很多家长也采取强制措施,这反而造成孩子的逆反心理。

【现象】 警惕“开学综合征” 不同孩子有不同症状

经过一个寒假,孩子已经养成无忧无虑、较为散漫的生活习惯,而开学后就马上进入紧张的学习生活中,导致很多学生不适应这种落差,产生了焦虑、恐惧情绪等问题,心理学家们称之为“开学综合征”。

如小学生由于年纪较小,适应性较差,无忧无虑的寒假生活和开学后紧张的学习节奏形成鲜明的反差,让小学生产生巨大的心理反差。而初、高一学生刚刚进入一个全新的学习阶段,学习内容和学习方法都有巨大的改变,心理上和学习上都难以很快适应新的学习阶段,容易产生焦躁、倦怠心理。初、高三学生面临着中高考的压力,学习任务重、心理压力大,也是“开学综合征”的多发人群。如果不及时帮助孩子解决,孩子迟迟不能进入备考状态,进而阻碍整个复习进度,影响中高考成绩。

【支招】 家长学校强强联手 给孩子轻松愉悦的心境

针对学生的“开学综合征”,教育专家认为应从物质、身体、心理、知识四个方面进行,使学生以较短的时间由入学时的松散状态很好地过渡到紧张活泼的学习生活中去,完成心态的转换。

学大个性化教育研究专家贾智会特别强调,为孩子“收心”既不是家长单方面的责任,也不是学校老师单方面的职责,一定是双方共同的工作。家



长与学校要加强联系,详细掌握孩子在学校的表现,以恰当的方式与老师配合,创造轻松的生活、学习环境,使孩子较快地建立自信心。家长切记不要太关注孩子的学习成绩,应把关注的着重点放在孩子的精神层面上。给孩子一个轻松愉悦的心境,使他顺利地全身心投入新学期。

【链接】 喜迎新学期,好礼欢乐送

开学以来,为了帮助孩子收心,家长们纷纷选择给孩子报读课外辅导班,家长之所以选择课外辅导帮助孩子收心,原因主要有两个:一方面,希望用辅导的形式让孩子适应新的学习阶段,消除“开学综合征”;一方面,也可以通过课外辅导让孩子的成绩得到提高。

在学大教育,老师们会在开学阶段针对不同学生的个性和兴趣爱好,进行科学测评分析,诊断出影响学生学习的多种问题,以此来为每个学生量身定制一个专属的学习方案。

新学期伊始,学大教育组织专家团队,全方位诊断各学科学习情况,制定专属的“新学期学习计划”。报名即可免费领取新年学习大礼包一份,初、高三考生还有机会获赠学大教育集合高考专家独家秘制的《2011年中/高考预测密卷》一套,把握高频考点,掌握中高考命题趋势!(名额有限,仅限预约家庭参加)。详情可致电快报96060咨询或登录网站www.21edu.com了解。

人人教育 Ren-Ren Education Ltd. 全国连锁培训机构

给力新学期 赢在新起点

快乐学习 轻松提分

小初高全日1对1定向辅导
中高考、小高考1对1全程冲刺
艺考1对1强势辅导

一对一课程

学科诊断 制定方案 课后督导
名师辅导 全程培训 真题模拟

| 课程名称 | 学习内容 | 适宜学员 |
|-------------|------------------------------------|----------|
| 中高考冲刺(提高)特训 | 提早备战中高考;健全知识网络,夯实基础,点拨方法和技巧,提升学习能力 | 初三、高三学生 |
| 夯实双基础特训 | 全面提高基础知识,对方法和能力进行特训和衔接 | 初二、高二学生 |
| 初高中衔接课程特训 | 学习方法、习惯、学科知识和心理全方位衔接,确保赢在起跑线上 | 初一、高一学生 |
| 小升初特训 | 实现小升初推优,奥数过关,剑桥、三一口语等方面获得相应的等级证书 | 小1-6年级学生 |

精品班课程

分层次教学 精品课堂人人都是主角

| 课程名称 | 学习内容 | 适宜学员 |
|-----------|----------------------------------|----------|
| 夯实双基础特训 | 全面提高基础知识,对方法和能力进行特训和衔接 | 初二、高二学生 |
| 初高中衔接课程特训 | 学习方法、习惯、学科知识和心理全方位衔接,确保赢在起跑线上 | 初一、高一学生 |
| 小升初特训 | 实现小升初推优,奥数过关,剑桥、三一口语等方面获得相应的等级证书 | 小1-6年级学生 |
| 学习能力训练 | 激发兴趣,培养习惯,挖掘潜能 | 小1-5年级学生 |
| TOP少儿英语 | 看图能说,见词能读,听音能写 | 小1-5年级学生 |

人人教育南京分校(www.2renedu.com)
周六周日免费试听专家讲座,期待您的光临!

山西路校区学习中心 68663988 | 奥体校区学习中心 68663299
新街口校区学习中心 68663966 | 江宁校区学习中心 68663588
河西校区学习中心 68663566 | 湛江路校区学习中心 68663133
城东校区学习中心 68663788 | 大厂校区学习中心 68663122

全国免费热线: 400-799-2788

学大教育 21edu.com 提分快 到学大
距离中高考还有 ? 天

开学啦!

开学特惠 给力新学期,好礼欢乐送……

促销时间: 2011年2月14日-2月28日

促销方案:

- 凡在活动期间报名的新学员即可获赠由学大教育提供的开学大礼包一套!(开学新装备,开启学习新体验)
- 同时报名的初三高三学员还可获赠中高考命题研究专家为学大教育独家秘制的《2011年中考预测8套密卷》、《2011年高考预测8套密卷》。(把握高频考点,掌握中高考命题趋势)

详情请咨询学大教育各学习中心,更多惊喜等你来!

咨询热线: 南大校区: 68665958
江宁校区: 68665928 河西校区: 68665968
湖南路校区: 68665988 城东校区: 68665978