

寒假苦短,补习什么才有效 情商训练让孩子爱学习、更自信



再过一阵子,幼儿园、中小学就该放寒假了。记者近日调查发现,很多家长已开始为孩子制定寒假计划了。“寒假不像暑假那么长,很多补习班也不排课了,除了完成各种作业,还真不知道该怎么安排这段真空期。”家长张女士焦虑地告诉记者,10岁的儿子感到学习压力大,这种压力也让她感到痛心。“让孩子更加自信,在快乐中学习,学会主动解决问题,这样的学习才不会让孩子喘不过气。”南京最早从事儿童情商教育的“鲍牙兔”情商训练师支招,寒假虽然短暂,但是可以让孩子完成从内至外的嬗变。



扫描 5种最不科学的假期

很多家长提到怎么安排孩子的寒假,往往非此即彼。不合理的寒假安排会导致孩子产生假期综合征,对新学期产生厌恶。几种不科学的安排,不妨对照自身检查一下。

“完全放松”:整日睡觉、看电视上网,滋生很大的惰性,等到了开学的时候,心理上本能地产生恐惧,精力根本无法集中。

“笨鸟先飞”:完全不敢放松,抓紧一切时间补习,满是压力和包袱的寒假生活,很容易让孩子产生逆反情绪,丧失学习动力。

“奔波访亲”:整个假期都领着孩子外出游玩、走亲访友,作息混乱,生物钟紊乱,导致孩子在开学后迟迟无法适应。

“完全监督”:家长带在身边,保姆全面出击;假期无独立自主的时间,完全的监督,易产生依赖性,也浪费了假期培养孩子全面能力的时间。

“放任自流”:放任孩子自己管理自己,其中暴饮暴食,日夜颠倒,使孩子各个器官超负荷运作,引发生理和心理问题。

解析 情商谬论误导家长

越来越多的家长也意识

到,孩子未来的成功不是靠智商,而更多的取决于情商。怎样提高情商也成为家长们在教育中考虑最多的问题之一。但是,专业的情商教育不是家长们想象的那么简单。社会上流传的一些观点也容易误导家长,甚至有时候会耽误了孩子。

谬论一:经历越多,情商越高?

经历越多,在接触新事物之前,孩子未能够做好充足准备,如果使用错误技巧,容易使孩子受挫过多,影响自信;害怕尝试新事物。

谬论二:多元思维训练、感统训练=情商训练?

情商训练旨在培养孩子的处理技巧和竞争技能,而多元思维、感统训练旨在提高孩子智力和身体协调技能,并不能等同于情绪智力和社会技能的训练。

谬论三:多和同伴接触,就可以提高孩子的人际能力?

孩子从托班开始,就和同伴接触,但是多接触同伴,而没有接触同伴技巧,一样让孩子受挫,拒绝同伴。而提高人际技巧才能让孩子在人际交往中充满自信和成功经验。

谬论四:情商训练的效果只能在未来才能看得出来?

情商不是给未来成功者准备的,它是孩子每天都会面临的选择。每天,孩子都在用自身的情商能力应对身边发生的一

切事情。面对繁重的课业,“抗压能力”会让孩子选择是努力面对或者厌恶逃避;“自信心”会让孩子放弃或者坚定目标;“情绪管理”会让孩子平静心态或者愈加烦躁;“自我控制”能力会让孩子精力集中或者思想分散;“人际能力”会让孩子热爱学校或者孤僻独处。

支招 不同类型的孩子 提高情商方向有区别

学业VS学习动力:学业的不断补习,无法让孩子在持续碰到学业压力时能够保持学习成绩;而提升学业动力,能够让孩子主动学习,主动成长,避免需要家长的催促和不断地跟进。

假期综合征VS适应力:寒假期间的无序生活让家长和孩子都会产生假期综合征,身体的不适,心理的不适,适应力的训练,能够让孩子以最快的速度适应不同的规则,包括学习生活、休息生活的迅速调整。

同伴压力VS圆融人际:同伴的比较,同伴的消极影响是否会影响到孩子在学校的情绪,从而产生不良行为?而如何加入集体的步骤,和同伴开始对话的技巧,面对冲突的技巧,争取自己权利的技巧是孩子能够在学校圆融生活,避免额外情况影响学业。

鲍牙兔情商 冬令营招生了!

对于3-12岁的儿童来说,有些情商技能最为基本,也最为关键。这个寒假,快来参加鲍牙兔情商冬令营,“装备”关键的情商技巧。

■3-6岁学习目标:

认知不同的环境,掌握适应新环境新事物的方法;提升自我欣赏的正面思维力量,增强自信心;学习公众表现技巧,与人相处不退缩不害羞;同伴相处技巧,学会交朋友,扩展更多的友好行为;学习控制自己的行为与情绪;掌握恰当地自我表达,避免发脾气和自我贬低;了解未知事物,增强勇气与探索好奇心;学习自我管理,提高生活技能。

■7-12岁学习目标:

勇于表达自我,外向,受欢迎;负责任,并善于解决纠纷和处理冲突;自制力强,能很好地管理自己的情绪,并能三思而后行;能忍受挫折,难过、焦虑与沮丧的情形较少;会树立目标,并知道如何增强学习能力;自我评价高,有不卑不亢的处事技巧;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。

招生城市:南京、北京、上海、威海
咨询热线(南京):

025-84450899 84450399

全国统一咨询热线:

400 706 6000

鲍牙兔网址:www.kidssel.com

SINCE 1998

好年华留学

· 江苏地区最大的留学服务机构 · 专注留学14年
· 0投诉、0拒签 · 8成生源来之客户口口相传

美国	英国	加拿大	澳洲	新西兰
意大利	法国	德国	瑞士	瑞典
荷兰	西班牙	俄罗斯	日本	韩国
新加坡	中国香港...			

出国留学
外语培训
管家式后续服务
一站直达

如果你想飞
我们做你的助推器!

咨询电话: 025-68890300 网址: www.jshnh.com
好年华出国总部地址: 南京新街口金鹰国际26楼

欧风小语种培训 金阳光留学 强强联手推出

意大利留学直通车项目

衔接学校:
意大利

佛罗伦萨美院	威尼斯美术学院	米兰音乐学院
罗马美术学院	佛罗西诺内美术学院	都灵音乐学院
米兰布雷拉美院	佛罗伦萨音乐学院	罗马音乐学院
都灵美术学院	佩鲁贾音乐学院

“图兰朵”计划

艺术生留学绿色通道

迎新年,意大利直通车项目优惠活动开始了!

即日起至2013年2月28日止,签约中介服务费优惠3000元,意大利语培训费优惠1000元
2013年3月1日至2013年5月31日,签约中介服务费优惠2000元,意大利语培训费优惠500元

同时推出——高考留学两不误计划:

我们承诺

① 签约学生如被国内理想院校录取,凭录取通知书中介服务费全退;语言培训费开课全退,如已开始上课则按课程原价扣除已上课程费用;

② 签约学生如高考成绩不符合留学国家要求,凭高考成绩单中介服务费全退;语言培训费开课全退,如已开始上课则按课程原价扣除已上课程费用。

德国音乐艺术预科班
奥地利音乐预科班

——助您走向成功的桥梁

- 德国富特旺根艺术大学
- 德国曼海姆国立音乐与表演艺术大学
- 德国柏林设计艺术大学
- 奥地利维也纳音乐与艺术表演(公立)
- 奥地利格拉茨音乐与表演艺术大学(公立)

法国国立音乐学院

——通过考试直接录取,免你后顾之忧

- 图鲁兹国家音乐学院
- 大沙隆国家音乐学院
- 贝桑松国家音乐学院
- 巴黎奥比利艾国家音乐学院
- 南锡国家音乐学院.....

江苏省金阳光出国服务中心 电话: 025-86963231
地址: 南京市广州路5号君临国际2幢603室