

快报“情商大学堂”系列报道之四

孩子做噩梦,怎么办?

情商关键项:独立性,情绪管理,压力应对,自信心



妈妈的困扰

6岁的儿子夜里总做噩梦

我儿子6岁了,最近晚上睡觉很不安稳,睡着后两个小时就会惊醒过来,整个人坐起,眼睛睁开,有时会大哭,说自己很害怕,又说自己很乖孩子。这种情况已经持续3个星期了。其实他在幼儿园和家里,一直都表现很好,我们很少责备他,但有的时候,他做作业动作慢,我们会批评他几句,但是也不至于如此严重。这个事情,弄得我们很担心,想帮助他,又不知从何下手,真是非常烦恼。

情商解惑

用孙悟空的金箍棒赶走噩梦

大多数孩子都是想象丰富,常常天马行空的。在晚上,孩子们较容易受到惊吓,也较容易不安,这种心理阴影有时候会变成噩梦,打扰孩子的睡眠。他们会从恶梦中惊醒,哭着找妈妈。

若孩子持续做噩梦,父母首先要观察孩子的生活是否有压力,例如与同学的相处是否融洽?在学校学习是否出现困难?家人是否生病了?这些压力和不安常常转化为可怕的梦境。

父母可尝试用图画让孩子自由地表达心中的恐惧,例如叫孩子画令他最开心的一张画,令他最不开心的一张画,令他最害怕的一张画,令他最忧愁的一张画和令他最害怕的一张画。也可以用毛公仔跟孩子说话,跟孩子讨论毛公仔的担忧和恐惧。

重点是尝试了解孩子恐惧的原因,如果与实际生活环境有关,父母应协助孩子解决生活上的问题。例如家中有人患了重病,孩子可能梦见恶鬼带走那位家人。父母可以带孩子到医院了解那位家人所接受的医疗程序,减少孩子的猜测,驱走噩梦。

但正如开始所说,孩子的恐惧也可能源自其丰富的想象力,近来有一阵子流行僵尸电视剧,就会有不少孩子梦见僵尸和鬼怪,晚上也会惊醒。遇上这些情况,父母应帮助孩子运用他的想象力创造“面对噩梦的法宝”,比如把孙悟空的金箍棒放在旁边,重点是孩子可以在噩梦之后尽快感觉安全和重新入睡,很多孩子喜欢抱着小熊睡觉,当小熊如妈妈般吻几下,或让小熊安慰自己。

孩子在成长的过程中总会遇上噩梦,这是不可避免的,父母应协助孩子尽量舒服地面对噩梦。

编者按:

情商(EQ)对整个人生的幸福与否,成败得失起着极其重要的作用,它可以分为自信心、爱心、公德心、意志力、独立性、人际交往、乐观、诚实、竞争力这九个关键特质。这些特质在孩子很小的时候就已经形成,并将是其从事一切学习和工作的基础。在家庭教育中,情商的培养可以说是重中之重,很多父母的困扰都来自于此。

为了解决父母们的困扰,快报《成长》周刊特推出“情商大学堂”,邀请心理学专家为父母们在育儿过程中遇到的困扰答疑解惑。“情商大学堂”将讨论关于培养孩子自信心、挫折抵抗、意志力、竞争力、独立性、合作技能等情商特质的话题,希望给年轻的父母带来启迪。

如果您在育儿过程中遇到棘手的问题,可拨打(025)84517922、86371979咨询。

“测试”助你顺利通过“雅思关”

雅思专家免费为你英语“摸底”继续征集读者

“我读高一,有出国留学意向,想了解一下自己的英语水平,周日有空,可以预订测试名额吗?”“我是一名在职人员,测试的目的就是了解自己的英语水平,然后有针对性地提高自己的英语能力。”……为了帮助南京地区广大备战出国留学、移民者和英语学习者了解自己的英语水平,即充分地了解清楚自己在听说读写各项中的优劣势,哪些仅需要花费很短的时间就能得到很大进步,然后再花费一定的时间去准备。因此,凡是对雅思感兴趣或者有意参加雅思考试的读者,只要您愿意花费40分钟时间接受由朗阁海外考试中心研发的适合普通英语爱好者的雅思水平测试,您就可以了解自己的英语水平,并有机会得到雅思专家们面对面的分析和点评。

作为一项能够测试出考生真实听说读写能力水平的考试,雅思目前除了受到英联邦国家大学的承认外,还被越来越多的美国大学所认可,因此对于有意出国的人员来说,能否顺利地通过雅思一关成为头等大事。当然,如果你实在达不到申请学校的语言成绩要求,你也可以在拿到签证的情况下,选择在国外接受语言培训,但是相对于国内来说,那将耗费你更多的时间和金钱。

学游戏动漫 选江苏万和

《2007年度中国游戏产业年会报告》显示,2007年度网络游戏产业为相关行业带来的直接收入达411.2亿元,是网络游戏市场规模的3.9倍。随着行业规模的迅速扩张,网络游戏不仅提供了从高端到低端的广泛就业机会,而且也为很多中低学历的人提供了大量的就业机会。

游戏专才 高薪难寻

尽管开出了高薪水,仍有不少游戏开发软件公司为找不到员工而犯愁。人才难找,找到优秀的游戏人才更是难上加难,许多知名游戏公司都

将招兵买马当成公司工作的重中之重,但是“粥多僧少”的现状仍然难以改善。

作为江苏地区首家专业游戏动漫设计与开发人才培养机构,万和计算机培训中心四年多以来已培养游戏相关人才超过1000人。据中心宋校长介绍,现在企业需要的是既有理论基础,又有实践经验的实用型人才。因此,针对游戏企业的要求,学校采取了多种管理方法来保证教学质量。首先建立了系统的多级学员管理体系和健全的

相关链接

雅思考情报告发布会5月25日登陆南京

由朗阁主办的攻略2008年度雅思考情报告发布会南京站将定于5月25日13:00-16:30在大行宫会堂举行。届时,朗阁教育集团下属海外考试研究中心(RAFLE)的权威雅思专家们将会为广大雅思考生解析2008年度雅思考情报告、揭秘2008年度雅思新题、解读2008年雅思考试的新趋势,同时,专家们还将为你一对一地设计精准的备考方案。

预约电话:84720071、84780071;

测试及领票地点:新街口汉中路27号华联商厦11楼

学员投诉制度。然后通过万和科学的教学方法和严格的三级教学质量监督体系,全方位考察和督促教师的教学工作,并保证学员每项技能的获得都是以通过项目实践为基础,做到“学成就上岗”“上岗就能做项目”。

真才实学 “不愁嫁”

目前,万和与北京、上海、广州、南京、杭州、深圳、苏州、无锡等地数十家国内知名游戏企业达成人才培养协议。本周六下午2点,万和举行游戏动漫课程体验活动,欢迎广大年轻的朋友参加,预订热线:025-83242999,欢迎访问:www.wanho.net。

改变孩子,从情商抓起

——龅牙兔暑期招生ing……

统计表明,超过80%的孩子有以下困惑:

- ★ 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;
- ★ 学校(幼儿园)不适应,对家人依赖性重;
- ★ 跟父母难以沟通,不服管教;
- ★ 做事情绪化,无法专注功课;
- ★ 挫折抵抗力差,无法接受失败或批评。

龅牙兔情商乐园,国内首家权威情商情商训练机构,国际SEL社会情感发展计划的国内实施基地。2002年将美国儿童情商课程引入国内,致力于提高儿童在社会交往、自信心、独立性、意志力、竞争力、乐观、挫折抵抗力等方面情商素质。遍布于全国的40多个训练中心,每年服务于数万个3-16岁少年儿童及家庭。

[Http://www.pngm.com](http://www.pngm.com)

龅牙兔课程:

- 3-6岁课程:**
 - 小小新鲜人适应力训练
 - 情绪乐园
 - 小太阳EQ效能营
 - 我的秘密花园之右脑训练
 - 领袖EQ队
 - 专注力训练营
- 7-12岁课程:**
 - EQ高手训练营
 - 时代3Q领袖效能营
 - 金字塔多元思维训练营
 - 鹰队反团队领导力训练营
- 13-16岁课程:**
 - 少年动力成长团

受训后的好处:

- 1 认识自身潜能,增强自信心;
- 2 克服心里障碍,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。

迎园庆,报名100%有奖!

★文联园五岁 ★特等奖1名:五宝神奇寻宝训练营一次(价值1880元) ★三等奖4名:精彩主题节日派对一次(价值225元)

★龙江园二岁 ★一等奖2名:主题生日派对一次(套餐:价值388元) ★四等奖10名:赠送一张(价值100元)

★少年宫园一岁 ★二等奖3名:假日户外拓展一次(价值250元) ★参与奖若干名:获赠早教EQ绘本一次(80元)

龙江园地址: 江东北路301号滨江广场01楼6楼B座(龙江金润发旁) 电话:(025)86371979 86511161
文联园地址: 华府街四巷12号文联一楼(龅牙兔儿童情商乐园) 电话:(025)84517922 84401195
少年宫园地址: 山西路青少年宫少儿活动室(广场北天文馆龅牙兔儿童情商乐园) 电话:(025)83357020

XZSOFT 软件就业班招募

——国家信息化计算机教育认证中心

为满足中兴、乐佰科技、机遇科技等企业软件人才的需求,现面向社会招聘定向委培软件开发工程师共100名,入学签订就业协议,须完成C、JAVA、.NET、数据库等技术培训及项目训练后,安排进入企业工作。

政府大力支持,薪资待遇高,发展空间大,稳定有保障,软件工程师——无疑是这个时代最值得选择的职业。

软件工程师训练:高中、中专、大专(60名)
模块强化训练:C\JAVA\ .NET开发
大专及以上学历者(40名)

咨询热线:025-83680199 网络交流:www.wishnj.cn 外地学员提供住宿
校址:南京广州路2号龙世中心六楼(地铁珠江路站1号出口)

汉王笔式“复印机”震撼上市

新一代汉王复印机(笔)随身携带,资料一刷进笔中,手写、编辑、删除、扫描、摘抄、记录,每分钟几百字,能存999个文件,289万文字,30万超大词库,即时翻译,仅重90克,可导入电脑修改、整理、引用,神奇高效,出国必备。汉王获国家科技进步一等奖!文本仪、绘画板、资料笔、名片通,使您的梦想成为现实!

江苏汉王产品专卖店: 淮海广场2F46-3座; 百脑汇2C08座; 老雄狮1C05、A110、A111 热线:83675605、83210449、83600706 免费上门:13951805970、13327819827 网址:www.jshw99.com 礼品笔尝鲜,持本文者有意外惊喜!

汉王科技 输入王国 要输入?找汉王!

万和 IT教育 数码艺术设计

因专业而精彩 详情请访问:www.wanho.net

Adobe中国认证设计师课程(ACCD)
掌握广告行业的操作技能,并能独立完成平面作品;学会使用影视制作软件,实现影片剪辑制作,并运用软件实现影视特效制作和输出。
证书:Adobe中国认证设计师 开课时间:5月17日

Adobe中国认证网络设计师课程
掌握Web站点的设计、图形图像处理、动画制作技术并能胜任网络行业中美术设计、页面开发制作、人机界面设计、电子商务等相关工作。
证书:Adobe中国认证网络设计师 开课时间:5月17日

建筑效果图及三维动画设计师课程
掌握流媒体、网络3D、虚拟现实与全景展示及其在互联网中的应用;CAD制图、三维动画、3DS MAX建模、材质、灯光、渲染等技术。
证书:Autodesk认证证书 开课时间:5月19日

其他热门课程: Microsoft认证系统工程师(MCSE) 开课时间:5.19 Redhat认证工程师(RHCE) 开课时间:5.17 Cisco认证网络专家(CCNA) 开课时间:5.17 Sun认证Java程序员(SCJP) 开课时间:5.19 Microsoft认证开发专家(MCPD) 开课时间:5.20

咨询电话:83242999 *Microsoft, Sun, Redhat, Adobe, Autodesk授权培训中心! 培训地址:中山北路26号新展国际大厦24层(地铁鼓楼4A出口)