

还有一周开学，“收心班”受追捧

孩子有“开学综合征”，听听专家支招如何收心

本报2月5日讯 春节假期刚结束，新学期开学也只剩下一周的时间。今天，记者调查发现，不少家长遇到了孩子“开学综合征”的烦恼，与此同时，不少培训机构也推出了“寒假收心班”，受到家长的追捧。

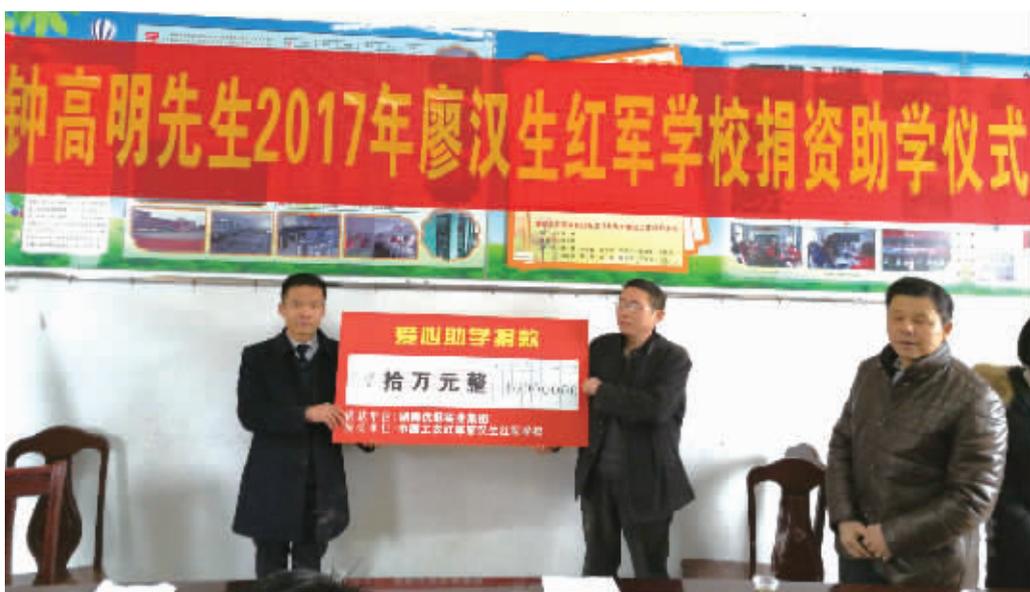
上午9点，位于长沙市银盆南路上的梯优特培训学校“寒假收心班”正式开课，在课堂外，许多家长在交流孩子遭遇的“开学综合征”。“作息时间完全被打乱了，晚上12点还磨蹭着不肯上床，上午11点了还赖在床上，寒假作业也不愿意做。”孩子在望月湖一小念五年级的家长刘女士告诉记者，因为寒假时间不太长，又适逢春节假期，孩子玩得很疯，即便被压着看书温习，注意力也很不集中。“这时候还不收收心，开学后学习肯定会很吃力。”

记者在现场发现，像刘女

士一样担心孩子无法适应新学期生活，于是将孩子送进“收心班”的家长很多。该培训学校负责人徐浩老师介绍，“收心班”上课的时间为5天，每天两个半小时，学习的内容包括：寒假作业辅导；课本知识巩固；行为习惯培养等。“主要是帮孩子尽快从假期模式切换到上课模式，缓解孩子们在面临开学时出现的恐惧心理和巨大压力。”

随后，记者还走访了岳麓区的多所培训机构，大部分都推出了“收心班”或者“收心课”，这些课程大部分是与日后课程补习搭配到一起，主要帮助孩子学习新学期课程，巩固知识，有些还会拿出一定时间让孩子写作，描绘寒假及春节期间的见闻。收费基本和普通补习班持平，有些还是报的寒假课程里免费赠送的。

■记者 黄京



2月4日，钟高明(左一)向4名贫困学生发放助学金1.6万元，并向学校捐赠10万元助学基金。 记者 彭治国 摄

初春暖阳温暖贫困学子 优冠连续5年捐助廖汉生红军学校

2月4日上午，桑植县桥弯镇，初春暖阳。廖汉生红军学校还未开学，已喜气洋洋。

师生代表们迎来了老朋友——优冠实业集团董事长钟高明。这已是钟高明连续5年春节期间来到该校捐资助学。副县长王茂蓉、县教育局局长谷晓华、廖汉生将军侄子廖建民等出席捐助仪式。

“我曾经也是一名贫困学生，一位好心人捐助的几百元帮我渡过难关。感同身受，今天我作为一名企业家，有义务也有责任在促进企业发展的同时，为社会尽自己最大的一份力。”捐助仪式上，钟高明向4名贫困学生发放助学

金1.6万元，并向学校捐赠10万元助学基金。他勉励受助学生，“幸福源于挑战困难，并战胜困难”，要努力成才，回报社会。

“两年前父亲患病，生活雪上加霜，要不是去年钟叔叔的帮助，我也失学了。”受资助学生代表张雨晴感激地说，“我会努力学习，用一颗感恩的心回报社会。”

据校方介绍，优冠实业集团已是连续5年对廖汉生红军学校捐资助学，资助的物资及金额已达60余万元。来自优冠邵阳服务中心的周健矾是第三次来桑植参加爱心捐助，今年他还带来了两个年幼的儿子。周健矾说，每

一次都是一次心灵的洗礼，孩子们从小就应该接受这样的教育。

“我们要用先辈们干革命的精神干事业。只有我们的事业更成功，才能更好地回报社会。”临别时，站在自己几年前捐建的塑胶跑道上，钟高明表示，下一步将对塑胶跑道进行翻修，并用优冠专利产品“人造草与天然草混植草坪”新建足球场。

其实，公益慈善在优冠实业集团早已形成长效机制。2011年10月，钟高明发起成立200万元“优冠助学基金”。截至目前，已捐助近百名贫困学生。

■记者 彭治国

支招 寒假收心不妨试试以下方法

究竟怎样帮孩子尽快进入角色，以最好的状态迎接新学期呢？徐浩认为，刚刚过完春节假期，孩子暂时心理上还没做好准备和过渡，一下子收不了心，出现一些不适感，这是正常现象，家长不必过于担心。她建议家长不妨和孩子一起用一个仪式结束假期，比如写一篇日记、吃一顿大餐、看一场电影等等，当这项活动完成，就表示假期结束了，接下来要鼓励孩子考虑学习上的事情，列一份学习计划。“家长甚至还可以和孩子分享自己重返工作岗位的焦虑情绪，告诉孩子焦虑也是我们身体情绪的一部分，就像快乐和高兴一样，它们是并列存

在的。你不仅得允许它存在，而且还要接受它的存在。”

长沙市博才白鹤小学校长王谢平建议，从开学前一周起就让孩子执行上学期间的作息制度。这样一个逐渐习惯的过程，对于已长时间处于放假状态的孩子来说至关重要。另外，她特别提醒家长，不要给孩子布置额外的作业，用做作业提醒他们要开学了。“开学前的准备需要家长和孩子在融洽的气氛中进行，不必搞得如临大敌一样。”家长们在开学之后也要有意识地多和孩子聊天，分享一下开学的收获，对孩子好的做法和想法表现出惊喜，并鼓励孩子继续努力。

抓对接 转方式 强园区 湘潭县财政力推县域经济转型发展

努力做强县域经济综合实力，坚定不移挺进“全国百强县”，这是湘潭县未来几年的总体奋斗目标。围绕这一目标，湘潭县财政局发挥积极财政政策的作用，通过争取政策资金支持，转变服务发展方式、支持园区经济发展，有力推动县域经济转型发展。

湘潭县财政局认真研究上级支持科学发展、转型升级的政策导向和公共财政的支出方向，加强与县直各部门的沟通协调，积极同上级财政部门对接，努力争取上级在转移支付、专项补助、重大项目等方面的支持。他们积极与省财政厅对接，落实置换存量债务工作，2016年置换存量债务15亿元以上，有效减轻了县级财政还本付息的压力。

该县积极转变财政投入方式，从过去以直接投入为主，逐

步向贴息、以奖代投、支持中小企业贷款担保平台建设等多种扶持方式并重转变。2016年，湘潭县在实施知识产权战略、引导新型工业化等方面投入3000万元以上，有效帮助、引导企业进行技术改造、科技研发、节能减排。同时，努力拓宽融资渠道，发挥财政资金杠杆效应，积极推广运用PPP模式，县城污水处理二厂PPP项目已成功纳入省级示范项目库。

湘潭县认真落实“一区多园”战略，全力支持天易示范区融资，加大对天易示范区的投入，充分发挥天易示范区的集聚效应。大力支持乡镇工业发展，整合部分工业类资金，支持乡镇工业园建设，乡镇土地收益县级部分全额用于支持乡镇小城镇基础设施建设和乡镇园区建设。

■记者 刘晓波

长沙女义工春节到缅甸战区心理援助 她给难民做心理咨询，自己的心灵也受洗礼

本报2月5日讯 今年春节，心理咨询师路德没有在家欢度，而是穿越枪林弹雨，远赴缅甸战区的难民安置点，为那里的人们送去新年礼物，并进行心理援助。自1月24日出发，到今天凌晨回到长沙，路德表示，自己过了一个特别不一样的年，也收获了很多东西。

再赴缅甸志愿支教

今年43岁的路德是浏阳人，国家二级心理咨询师，是长沙一家心理咨询机构的负责人。去年春节，她就在义工同学的帮助下，前往缅甸边境的难民营志愿支教，受到了一次“心灵的洗礼”。今年的春节，路德再次前往缅甸。

希望有更多人帮助他们

1月25日，路德抵达缅甸克钦难民营，和翻译保富强、保仙梅兄妹俩会合。

在这里，她将带来的礼物送

到了孩子们手中。路德表示，难民营的孩子在世界红十字会的资助下生活，物质匮乏，教育的师资力量更是缺少，自己能做的也太少，而孩子们需要太多，希望能有更多人来帮助他们。

但最让路德揪心的，是战争对孩子的影响。“梦中被呐喊声惊醒，屋外乌黑，赶紧穿上棉衣扎上头巾，顺着声音找去。原来是在训练童子军，最矮的不到1.3米。”

为心理疾病患者带去信心

“那天我在走访，一个30多岁的男子在别人家翻箱倒柜，这是一个借酒消愁的难民。”路德诊断发现，这是一个有心理疾病的患者；随后她前往该男子家中，对他进行治疗。

“我送去物资，和他家人聊天。”正如路德诊断的，这名男子正是抑郁症患者，已经严重到行为失控。经过路德的多次跟踪治疗，目前男子逐渐好转，照顾家中老小。

■记者 李琪

感悟

缅甸之行，洗礼心灵

“我虽然是去援助的，但心灵却被洗礼。”路德表示，自己除了带去物资，最主要的是心理健康讲座，这样的讲座受到难民营的欢迎。

“去年我去的时候，难民营的人们虽然处于动荡时期，仍旧会庆祝新年，但今年他们已经不庆祝了，大家惶恐不安。”路德表示，他们遭受的是战争带来的心灵创伤，这些人都是需要心理支援的，他们需要肯定，也需要生活的信心。

“我正在组建救援协会，为更多灾难中有创伤的人进行治疗。”路德坦言，这样的患者，难民营中还有很多。她的救援小组已经初具雏形，并成为省民政厅批准的灾后心理救援机构之一。