

开学前警惕“拒绝上学症”

对孩子成绩保持正确期望 多沟通有助缓解压力

【专家支招】

■ 家长要对孩子有正确的期望,不要一味追求学习成绩的高标准,使孩子感到压力巨大而产生抵触和恐惧的情绪。

■ 亲子之间多沟通有助缓解彼此压力,比如小学生的父母可以主动向孩子描述学校生活的状态以及可能遇到的情况;面临升学的孩子及家长可以在轻松的氛围下聊聊彼此感兴趣的话题,以此增进了解彼此的心理状态。

■ 发现问题后应主动向老师或医师寻求帮助,不要逃避。章依文特别提醒家长,有些孩子的症状严重,持续一个月仍不见好转,甚至表现为身体上的不适。这不是在装病,要及时前往医院就诊。而有的孩子确实存在交际能力、学习能力等方面的不足,家长应与老师沟通,请老师提供指导,帮助孩子顺利适应学习生活。

再过几天,中学生将迎来新学期。然而,在儿保科门诊也发现,前来咨询学习和情绪问题的病人也逐渐增加。有家长甚至表示,面对开学,自己也感到有些紧张。

开学初是高发期

上海儿童医学中心发育行为儿科主任章依文医师指出,开学前这类的患者不在少数。这是一种儿童对学校特定环境的异常恐惧,拒绝上学的一种情绪反应,也称为“拒绝上学症”,开学初是高发期。因为经历了一个宽松的假期和无忧无虑的日子,一下子面临紧张的学校生活,

这鲜明的反差造成孩子们对开学存在心理阴影,常常表现为情绪低落或烦躁、对平时有兴趣的事失去兴趣、胃口变差、对开学排斥,非常焦虑。严重的甚至会出现不明原因的发烧、呕吐,在学习过程中注意力不集中,难以完成作业、失眠等症状。大多数孩子能在开学后的一个月内逐步适应,但也有学生变得愈加严重。

一般来说,发生开学恐惧症的孩子主要面临两种情况:一类是刚刚步入小学的孩子。由于孩子们从幼儿园踏入小学,原来的作息时间和同伴群体,甚至饮食习惯都发生了变化。比如,孩子们的起床时间变早

了;他们将重新去认识新的同学,适应新的集体;学校生活的节奏更快,要遵守的纪律更多,同时,孩子们还要开始承受一些学习上的压力,相对而言游戏玩乐的时间变少了。这些变化都需要孩子们慢慢适应。另一类是初中的学生,特别是毕业班学生,面临升学的关键学期,沉重的学习任务以及家长们过高的期望都让孩子们深感压力巨大。

不少家长也焦虑

章医师也指出,学习压力大并不是开学恐惧症的唯一原因,这还与个人、家庭和学校因素有关。如果

孩子本身性格内向、胆小、任性、孤僻,不善交友或本身学习能力不佳;家长在照顾孩子时过分保护、溺爱,或对孩子有过高的期望,却缺乏情感的支持;学校里老师比较严厉,同学之间嘲讽、矛盾等,都是引起学生恐惧开学的原因。

除了学生有恐惧心理外,不少家长也反映,面对开学自己也非常紧张焦虑。有的家长觉得又要绷紧神经与孩子一起面对学习的挑战;有的家长特别害怕接到老师的电话,害怕孩子调皮闯祸;还有的家长为孩子在校园生活中的各种不适应担心不已。 首席记者 施捷

2013 上海国际科学与艺术展上有个植物与艺术展区,吸引了众多观众驻足观赏。该展区由上海辰山植物园、上海科学教育中心和上海青少年科学社共同承办,分为植物之美展区、微课程放映区和科普互动活动区3个板块,引导观众欣赏美丽的植物,穿越植物在自然界亿万万年来的进化之路,尝试运用植物材料进行试验和艺术创作,达到启迪观众思维、关爱自然的目的。 本报记者 孙中钦 马亚宁 摄影报道



上海启动专科医师规范化培训

今年首批拟招录1225人

本报讯(记者 施捷 特约通讯员 宋国梵)市卫生计生委今天召开上海市住院医师规范化培训总结表彰暨专科医师规范化培训推进工作大会。会议透露,继住院医师规范化培训之后,上海今年起全面启动专科医师规范化培训,首批拟招录1225名专科医生,并将分布在全市25家培训医院的178个培训基地接受为期3至4年的培训。

上海于2010年在全国率先探索开展住院医师规范化培训。3年来,已有2493名住院医师取得住院医师规范化培训合格证书,应聘就业2460人,就业率达98.7%。

为在住院医师规范化培训工作开展的基础上,继续推进毕

业后医学教育的整体进程,加快形成职前教育与职后教育有机衔接、医学院校教育、毕业后医学教育和继续医学教育连续统一的医学教育培训体系,本市已于2013年上半年正式启动专科医师规范化培训工作。今年拟计划招录的1200余名专科医师,招生对象为2010年后参加住院医师规范化培训并合格者可参加专科医师规范化培训。

另据了解,本市正在探索将《专科医师规范化培训合格证书》作为晋升相应临床医学专业高级职称申报条件的相关政策,取得专科医师规范化培训合格证书并符合申请学位条件者,可望获得临床医学博士专业学位。

上海9名中心城区中小学特级校长结对薄弱学校

“柔性流动”到郊区学校掌舵

本报讯(记者 陆梓华 特约通讯员 焦苇)新学期开学,9名来自本市中心城区的特级校长,将在未来两年内为9所郊区学校“掌舵”。首次统一选派的9名中心城区新晋特级校长将流动到郊区农村学校、薄弱学校或新建学校,帮助郊区学校提升办学水平。

记者从市教委获悉,本市将在

三年一度特级校长评定中,通过特设特级校长流动指标,从中心城区选派一批优秀校长进行区域柔性流动。9名自愿参加流动交流的特级校长来自黄浦、长宁、静安等6个中心城区的中小学,将分赴崇明、金山、奉贤等8个郊区的9所学校,通过为期2年的工作,以带教、结对等方式为郊区学校培养校长,或负责

托管,结对郊区农村薄弱学校,改变薄弱学校面貌。

向明中学校长芮仁杰计划每周至少用两天时间,到闵行区浦江高级中学“掌舵”。他介绍,从2006年向明中学开设浦江校区后,向明中学除了派出骨干教师为浦江高中高三年级“把关”外,也通过专题讲座、邀请学生同堂听课等方式,帮助该校提高教学质量。芮仁杰认为,校长柔性流动要扮演“孵化器”的角色,从对方需要出发建立一套管理机制;同时也需要一支队伍支撑,依托本校的管理优势,将本校的办学特色辐射出去。

据了解,近年来,市教委通过开展区县基础教育对口合作交流,实施评优评先和职称评聘优惠政策,延长支教教师退休年龄等多项举措,促进优质师资合理有序流动。

保险公司全程参与医患调解

长宁把人民调解协议书纳入保险理赔依据

本报讯(记者 袁玮)今后长宁区的医患调解中,保险公司将全程参与,人民调解协议书可作为保险理赔的依据,以确保赔付到位。今天上午,长宁区举行新医疗责任保险签约仪式,在全市率先实现医患纠纷人民调解与医疗责任保险的衔接联动。

长宁区医调办、区卫生局和中国人保财险上海市长宁支公司共同研发的这种新医责险模式,与传统医责险相比有三大优势:

■ 保障范围广 以往医责险只承担医疗事故的赔付责任,新医责险扩大承保范围,将《侵权责任法》规定的医疗过错、医疗意外等事件均纳入保险责任范围,更合理

地减少医疗机构及其医务人员的执业责任风险。

■ 保障程度高 新医责险首次提出区域理赔概念,即一旦发生赔付事项,保险公司将打破医疗机构单独投保的限制,直接在区属16家公立医疗机构共同认购的保险总额中理赔,有效解决了单一医院投保赔付金不足的后顾之忧。同时,此次启动的新医责险首次尝试设立风险保障基金,个案解决疑难复杂医患纠纷化解后的理赔问题。

■ 赔付速度快 对区医调办成功调处的纠纷,保险公司承诺将在医患双方签署调解协议后7个工作日将钱款赔付给患方。这有效发挥了保险在医调工作中的风险分担作用。

本市50所农村学校接受名校托管

本报讯(记者 陆梓华 特约通讯员 焦苇)市教委昨天启动第四轮郊区农村义务教育学校委托管理工作,共有50所农村义务教育学校接受托管。郊区农村义务教育学校委托管理工作于2007学年启动,迄今已完成三轮。在上

一轮托管中,绩效评价达到“优秀”的学校共有23个,占总数的51%;“合格”的学校共有22个,占49%。据悉,第四轮接受托管的50所郊区学校有18所初中、17所小学、13所九年一贯制学校、2所市体育运动学校。

今日天气 8月29日 周四 上海 28~35℃ 昨天最高温度 34.0℃ 多云转雷阵雨 偏南风3-4级

空气质量指数 AQI 44/优 PM2.5 27.5微克/立方米 (上海环境热线截至上午10时)

周五	周六	周日	周一	周二	周三
多云到阴有 时有阵雨	阴有阵雨转 阴到多云	多云	多云	多云	多云转阴
26-31℃	23-27℃	23-28℃	24-29℃	24-30℃	25-30℃

日照指数 2级/中等 (适当防护) 感冒指数 1级 (不易感冒) 晾晒指数 上午4级(不适宜) 下午4级(不适宜) 空气湿度 今夜90% 明日60%

上海明日区县温度预报

徐汇区 28-31℃	奉贤区 27-31℃
闵行区 27-31℃	松江区 28-31℃
嘉定区 27-31℃	金山区 28-31℃
宝山区 27-31℃	青浦区 27-31℃
浦东新区 27-31℃	崇明县 26-30℃

(本栏气象信息由上海中心气象台今日上午8:00提供)

长三角城市

南京 阴天 25/30℃	扬州 雷阵雨转阴天 25/31℃	泰州 雷阵雨转阴天 23/29℃	镇江 雷阵雨转阴天 26/31℃	南通 阵雨 25/29℃	常州 中雨转雷阵雨 25/29℃	无锡 阵雨转中雨 25/29℃	苏州 雷阵雨转大雨 25/28℃	湖州 多云转雷阵雨 26/31℃	嘉兴 阵雨转中雨 26/31℃	绍兴 阵雨转中雨 27/32℃	杭州 阵雨 26/31℃	舟山 阵雨转中雨 26/31℃	宁波 多云转中雨 26/29℃	台州 雷阵雨转雷雨 25/30℃	温州 阵雨转中雨 27/32℃
--------------	------------------	------------------	------------------	--------------	------------------	-----------------	------------------	------------------	-----------------	-----------------	--------------	-----------------	-----------------	------------------	-----------------

世界部分城市

伦敦 多云 14/24℃	巴黎 多云 12/25℃	法兰克福 多云 13/25℃	罗马 多云 19/27℃	雅典 晴天 25/35℃	莫斯科 阴天转多云 11/21℃	卡拉奇 阴天 27/31℃	东京 多云 25/35℃	曼谷 多云转阴天 26/33℃	新加坡 阴天 26/29℃	河内 多云转阴天 26/32℃	开罗 晴天转多云 24/36℃	旧金山 多云转阴天 16/24℃	纽约 多云 22/29℃	悉尼 多云 14/28℃	首尔 多云 23/29℃
--------------	--------------	----------------	--------------	--------------	------------------	---------------	--------------	-----------------	---------------	-----------------	-----------------	------------------	--------------	--------------	--------------