

“神兽”马上“归笼” 家长应帮他们收收心了

蝶雨：
暑期就要结束了，这意味着放了两个月长假的‘神兽’马上就要“归笼”了。

主持人：
是的。开学进入倒计时，不少孩子往往会有开学焦虑症，家长应该帮孩子收收心了。

蝶雨：
最近，我朋友常跟我念叨，新学期就要升六年级的儿子每天把不想开学、作业还没写完的抱怨挂在嘴边，朋友不知道该如何劝导孩子。其实，像他家孩子这样害怕上学的例子并不少。

主持人：
很多孩子在假期结束前，还可能出现情绪低落、心慌意乱、无故发脾气、注意力不集中等情况。我们可以把这类现象统称为开学综合征。

蝶雨：
嗯嗯。不止我朋友家的孩子，我同事的女儿也是这样。三年级

的孩子本来作业不多，愣是拖到现在还没完成，家长都愁坏了，和孩子一起焦虑，每天不是在督促做作业，就是在辅导作业，动不动还要吵上几句。

主持人：
开学前，家长就应该帮助孩子及时调整心态，迎接新学期。

蝶雨：
在我看来，家长最好首先以身作则，适当地减少家庭娱乐活动，给孩子创造一个良好的环境。其次，家长可以使用一些收心小妙招，例如营造亲子学习氛围、共同制定新学期计划、开展家庭交流活动、准备开学学习用品、举行开学倒计时仪式等。

主持人：
是的，在和孩子沟通交流的过程中，潜移默化地把孩子的心引回学校、学习以及开学上来。

蝶雨：
嗯。在帮孩子收心的过程中，家长不能操之过急、严厉责骂，这

样不仅会激化亲子关系、激怒孩子，甚至还会影响到孩子的入学心情，起到反作用。

主持人：
是的。开学前收心要循序渐进，否则开学后会感到不适应的。

蝶雨：
如果发现孩子有开学焦虑、紧张的情绪，建议家长从孩子的兴趣着手，慢慢地开始深入交流，或者找准与孩子兴趣有关的事，进行故事熏陶、精神引导等。也可以找几个孩子的好朋友，大家一起进行视频聊天，放松心情。

主持人：
家长们要以乐观的态度、正确的方法、鼓励的话语，正面引导孩子收心，让孩子从心理上对新学期充满期待和信心。开学收心，考验的不仅是孩子，更是家长的智慧。家长要学会接纳孩子的现状、分析存在的问题，一起利用好开学前的时间，帮助孩子平稳过渡焦虑期，以更好的心态“归笼”。

欢欢喜喜在绿道散步 突然电动车擦身而过顿觉不安全

明天会更好：
我想反映一个问题。

主持人：
说说你遇到了什么问题？

明天会更好：
政府花了财力与精力美化的三江六岸，是我们的城市风景之窗，炎炎夏日里，更是成了市民朋友茶余饭后散步消暑的好去处。

主持人：
是的。早晨空气清新，不少市民在绿道上跑步、快走，感受着运动的快乐。

明天会更好：
我早晚也喜欢沿着绿道走上一段时间。可有时散步时，总有电动车擦身而过，感觉挺不安全的。请问，健身步道上可以骑电动车吗？

主持人：
是不是有不少电动车会骑到

绿道上？

明天会更好：
是的。现在绿道成了一些电动车的通道。有时，市民三五成群边聊边走，有的独自一人悠闲地迈着步子，还有的则带着萌宠遛达。然而，走着走着，一辆电动车突然从后面过来贴着你的身子呼啸而过，让人吓了一跳，既打破了宁静的氛围，也不安全。

主持人：
绿道路面不宽，如果时不时有电动车驶过，确实会给散步健身的市民带来困扰。

明天会更好：
特别是带遮阳篷的电动车，它的铁架子的高度与一般人的眼睛、面部高度基本一致。行人一旦被划到的话，可能会造成严重的后果。

主持人：
这样很容易划到眼睛或脖子。

明天会更好：
是啊。我已经经历过好几次这样的危险了，还好躲得快。这种现象在康廷大酒店到高镇小学这段特别严重。估计骑电动车从绿道上走比较畅通，也可以避免过红绿灯路口可能存在的麻烦。可见从这边走的人大多数只是为了方便，绿道俨然成了这些电动车的专用道路了，希望有关部门好好管一下。

主持人：
你有什么好的建议吗？

明天会更好：
为防止电动车等车辆进入绿道，可以在一些出入口设置石墩，设立相关禁止驶入的警示牌，以及安排人员巡逻并进行劝导。同时，希望骑电动车的市民争做文明人，不要随意将电动车驶入绿道内。

前女友常发关心的信息 让我忘不了她的好

闪闪发光：
我能和你聊聊心里话吗？

主持人：
当然可以啊。

闪闪发光：
两个彼此喜欢的人为什么不能相互信任？有些事情真的让人感到好无奈。

主持人：
你说的是你自己吗？你和女友之间发生了什么事？

闪闪发光：
我们是通过网上认识的。后来，我们和许多人一样开始网恋了。

主持人：
你们在一起还幸福吗？

闪闪发光：
相爱后，我们俩在同一家公司上班了。去年春节，我接她来我家过年，可她的父母不同意。

主持人：
她父母为什么不同意？

闪闪发光：
说是只有一个女儿不能嫁到我们这儿来，因为我们两家来去的距离太远了。

主持人：
哦，原来你们两个不是在同一

个城市的。

闪闪发光：
我在她家住了半个月后，就回自己家了。后来，我们就分手了。可是，她还经常在网上主动找我聊天。每次收到她的那些带着关心体贴话语的信息，我的心里就莫名地难受，这让我忘不了她的好。

主持人：
那如果她有复合的意思，你会不会和她再续前缘？

闪闪发光：
我也不知道自己该怎么办才好，还是顺其自然看缘分决定吧。

说说大小事
聊聊烦心事
侃侃新鲜事

138600110

爷爷的菜园 给我带来乐趣

懒羊羊：
不知从什么时候开始，爷爷迷上了种菜。从此，他便一发不可收拾地开始了种植“大业”。

主持人：
你爷爷的菜园是怎么样的？

懒羊羊：
这个菜园是用红砖围起来的。前排种着一株观赏树，旁边种了一些蔬菜。后排则是小青菜，衬着那墙缝里的杂草越发青翠。最后一排则种了含羞草，粉色、黄色的花，构成了一道可爱的风景。

主持人：
你爷爷都种了哪些菜？

懒羊羊：
春天时，爷爷在菜园里播下了各种种子，栽下了各种小苗。我喜欢去爷爷的菜园里观察每种蔬菜的生长过程。因为爷爷说等小苗长大了，它们就会变得不一样。我想用眼睛记录下它们的变身“魔法”。

主持人：
你都观察到了什么？

懒羊羊：
夏天到了，果然如爷爷所说，每一棵小苗都华丽地变身了，并且挂满了果实。黄瓜架上的黄瓜，又细又长，顶端长着密密麻麻的小刺，一根接着一根，还戴着一朵黄色的小花，俏皮极了。紫亮亮的茄子隐藏在墨绿色的大叶子底下，像个害羞的小姑娘。在郁郁葱葱的南瓜叶间若隐若现地躺着几个南瓜宝宝，似乎在和我捉迷藏。边上的蒲瓜可是个胖娃娃，身体上长着一层密密的白色软毛，爷爷说用它来包饺子，味道特别鲜美。

主持人：
你爷爷菜园里种的品种可真不少。

懒羊羊：
菜园里，除了蔬菜，还有住在砖头缝里的“居民”。

主持人：
住在砖头缝里的是什么？

懒羊羊：
蒲公英，它们准备了成千上万个降落伞，随时要出发。砖头缝里，还住着一群蚂蚁，它们的邻居是几只身披铠甲、浑身乌黑的西瓜虫。

主持人：
看来菜园给你带来了不少乐趣。

懒羊羊：
是的。爷爷的菜园里，处处可以发现我的影子，听见我的欢声笑语。我为有这样一个乐园而感到开心。俗话说，民以食为天，我们把摘来的蔬菜做成了各种美食，吃着自已种的蔬菜，心里美滋滋的。通过种菜体验，我明白了粮食来之不易，我们不能浪费。