

考前考后,家长的态度和行为比语言更有力量

请记得给孩子一个拥抱



2023 上海中考将于明天开考。少年就要策马扬帆,身为家长的你是否有这样的纠结——想要多叮嘱两句,又怕叨扰了孩子的思绪;想要送上鼓励,却又怕将鼓励变成了压力。

“有时候,态度和行为比语言更有力量。考前考后,请记得给孩子一个拥抱!”这是西南位育中学心理中心主任吕倩文给出的建议。

吕倩文告诉记者,尽管早有科学研究表明,拥抱可以增加被称为“快乐荷尔蒙”的血清素的分泌,对缓解抑郁,降低压力等有很大的帮助,但直至前一阵学校“心理季”期间举行的“熊猫抱抱”才让她真正感受到了拥抱的魔力——学校订购了一套校服版的毛绒熊猫玩偶服,一周时间内,每天清晨,校长陈勇、校党委书记金琪带着人气教师们轮流扮演“西位熊猫”,站在校门口迎接同学们的到来,并

送上大大的“熊抱”。

“有些孩子老远看到熊猫就飞奔过来,也有些学生头两天有些害羞,远远观望,渐渐地,你会看到他的变化。”吕倩文说,一些情绪比较内敛的学生,尤其是高中部的学生,一开始可能还不好意思送上拥抱,只是去摸摸熊猫,通常这时,老师会主动拉过他,把他搂进怀里。每天早上,吕倩文都会站在校门口,观察着学生们的情绪变化。她发现,很快,这些学生的笑容愈加灿烂,看见熊猫主动张开手臂。校艺术节恰逢高三年级离校前一天,高三的哥哥姐姐们主动提出,由他们来组织“抱一抱”活动,为学弟学妹送上温暖和鼓励。

“我们都说授人玫瑰,手有余香,一个拥抱,能让拥抱的双方都感受到幸福,更能让孩子感受到来自师长、父母的关爱。”吕倩文说。虽然学校的“熊猫抱抱”活动暂时告一段落,但她也想对初三的家长说,孩子即将踏上考场,此时,给孩子一个拥抱和一个微笑,胜过千言万语。如果一些爸爸妈妈平时和已经

长大的孩子没有那么亲近的肢体接触,觉得忽然送上拥抱有些尴尬,那么,拍拍孩子的背,摸摸他的头,握一下手,也能很有效地传递爱的力量。过多的叮咛,反而会让紧张无措。

如今,各式各样的“花式送考”方式层出不穷,在吕倩文看来,其实,无论饮食、起居还是穿着,一切如常是最好的选择。她也提醒家长,怎么去“接考”比送考更重要。尤其当你发现孩子走出考场情绪低落时,就更需要身边人的鼓励和安慰。这时候,拥抱,同样是一剂“强心针”。“孩子觉得自己没发挥好,不要跟孩子说,‘爸爸妈妈相信你一定会考好的’,因为这会让他觉得你對他仍有期待,而这样的‘信任’在此时的他看来不仅是苍白的,更是种压力。”吕倩文想对家长说,这时,一句“爸爸妈妈永远爱你”,才是孩子最想听到的声音,因为这时的他最渴望得到的是来自家庭无条件的接纳,这是他内心安全感的重要来源。

本报记者 陆梓华

七宝镇发布高质量发展“惠七条”

本报讯 (记者 鲁哲) 亮出七宝高质量发展的“成绩单”,展示七宝未来发展的“愿景图”。昨天,闵行区七宝镇召开“七汇未来 宝聚风华”2023七宝镇经济高质量发展大会。

会上发布了七宝镇服务经济高质量发展“惠七条”。“惠七条”主要包含“人才无忧”和“发展无虑”两大政策板块,扩大了服务范围,细化了服务项目。其中人才服务板块着眼以

“人”为本,从发展“人口端”着手,深耕人才全过程服务,打造“闭环式”人才服务模式,体现引才、留才、安才的“七宝温度”,真正实现人才无忧;而企业发展板块聚焦企业发展“迫切端”,从“引荐服务”“金融服务”“集成服务”“纾困服务”入手,以集约式、全程化、高效能为重点项目落地深耕提供服务,努力实现企业高质量发展无忧。

会上,七宝镇与硕世生物、秦汉胡同、喜马拉雅等10家企业集中签约,这些企业涵盖国际商贸、高端制造、文化创意、生物医药等多个领域,将成为七宝高质量发展的强劲动能。近两年七宝镇在招商服务上铆足干劲,镇域内“高端制造、国际商贸、文化创意、信息技术、生命健康”5个产业显现度不断提亮。

新闻追踪

桂满陇：落实整改接受监督

本报讯 (记者 徐驰) 连日来,80多岁的夏老伯夫妇在桂满陇餐厅正大广场店“扫码点餐就没饭吃”的遭遇引发社会广泛关注,记者在调查中发现类似这样不主动提供“纸菜单”的餐饮企业确有多家,而“没有人情味”的“过度数字化服务”更是备受各方诟病。(详见本报6月14日5版《店方坚称只能扫码点餐 老两口无奈饿肚子离开》、6月15日7版《来的都是客 为啥要设槛》)

昨天下午,上海桂满陇餐饮管理有限公司在其官方微信公众号和微博发布声明称:虚心接纳媒体和社会公众指出的问题和建议,已在全国所有门店开展自查,落实整改并接受舆论监督。今天上午,桂满陇相关负责人来到本报,希望通过报社向夏老伯夫妇转达歉意。

桂满陇承认在规范的培训和执行过程中存在不足,将全面梳理用餐服务流程,完善用餐体验。随后,桂满陇给出的整改承诺包括:一是尊重顾客的隐私。门店在手机点餐过程中,不会有主动添加关注或授权会员的流程,完全由顾客自主选择。二是所有门店有纸质菜单,顾客可根据需求,选择扫码或招呼服务员点单。三是对于年龄较大和手机使用不便的客人,门店提供放大镜,并介绍菜单,协助入座点餐。

记者看到,桂满陇发出声明后引发网友热议。有网友留言“好好整改”;也有网友指出,关键还是要看商家的具体行动;更多网友则希望,商家能够完善自查、用心改过,主动给消费者提供更好的点餐服务。

尚海整装

年中大促

活动时间 即日起至 2023.7.2

装修 61-000-000

咨询热线

扫码领好礼

全城送装修现金抵用券·最高18件家具

注:签约美家公寓装,整装一房一价满18万可送;以实物为准,具体请详询门店

18000元 装修现金抵用券

尚海整装 全屋定制券 ¥3000

尚海整装 封窗券 ¥3000

尚海整装 电器券 ¥3000

尚海整装 床垫券 ¥3000

尚海整装 窗帘券 ¥3000

尚海整装 防盗门券 ¥3000

最高18件流行风格家具

包含高端实用大件 适配四大流行风格

床 沙发 餐桌椅 电视柜

采用多种材质元素

真皮 实木 布艺 科技布

北 欧 现 代 轻 奢 新中式

黄浦区 黄浦旗舰店 肇嘉浜路100号,近卢湾体育馆 地铁:9/12号线嘉善路站(2号口)、9号线打浦桥站(4号口)	浦东新区 东方店 东方路3601号丰华园6号楼,近东明路 地铁:6/7号线高科西路站(1号口)	浦东新区 龙阳店 龙阳路2000号龙阳广场2楼 地铁:2/7号线龙阳路站(2号口)
闵行区 吴中店 吴中路1780号,近紫藤路(万象城对面) 地铁:10号线紫藤路站(1号口)	闵行区 南方店 古方路101号,近古美西路 地铁:1号线莲花路站(2号口)	宝山区 共康店 共康路328号1-2楼,近三泉路 地铁:1号线共康路站(4号口)
杨浦区 五角场店 安波路998号创智汇2号楼5楼,近国定东路 地铁:10号线五角场站(5号口)	普陀区 普陀店 中山北路2923号,近曹杨路 地铁:3/4/11号线曹杨路站(6号口)	青浦区 赵巷店 崧泉路1071号,近秀禾路 地铁:17号线汇金路站(2号口)
松江区 松江店 嘉松南路288号九号商业广场3楼 地铁:9号线松江新城站(2号口)	虹口区 虹口店 东宝兴路909号,近中山北路内环 地铁:8号线西藏北路站(2号口)	嘉定区 嘉定店 双单路1355号华东尚格文汇中心2楼 地铁:11号线嘉定新城站(3号口)
奉贤区 奉贤店 南桥环城东路793号5楼,近航南公路 地铁:5号线环城东路站(2号口)	浦东新区 周康店 上南路6882号,近沪南公路(国美电器旁) 地铁:18号线周浦站(5号口)	宝山区 吴淞店 同济路311号2楼,近水产路 地铁:3号线水产路站(1号口)
青浦区 青浦中心店 公园路458号凯特利广场,近青安路 地铁:17号线青浦新城站(3号口)	静安区 沪太店 沪太路671号,近洛川路 公 交:41路、58路、185路、332路、510路	普陀区 梅川店 梅川路1209号2楼,近真北路中环 公交:727路、827路、837路、876路
浦东新区 金桥店 金桥路999号1-3楼,近张杨路 地铁:6号线金桥路站(3号口)	杨浦区 长阳店 隆昌路609号创意园5楼,近长阳路 地铁:12号线隆昌路站(4号口)	静安区 延平店 延平路121号三和大厦,近武定路 地铁:2/7号线静安寺站(3号口)、7号线昌平路站(3号口)
浦东新区 南汇店 惠南镇拱极路2875号4楼,近南祝路 地铁:16号线惠南站(2号口)	浦东新区 川沙店 川沙路4842号,近新源路步行街 地铁:2号线川沙站(1号口)	宝山区 宝山旗舰店 逸仙路1328号新业坊1号楼5楼 地铁:3号线殷高西路站(1号口)
长宁区 长宁店 天山西路167号1-3层,近北渔路 地铁:2号线北新泾站(4号口)	松江区 九亭店 九新公路76号嘉和阳光大厦2-3楼 地铁:9号线九亭站(3号口)	闵行区 浦江镇店 江月路1800号3-4楼(卜蜂莲花楼上) 地铁:8号线江月路站(2号口)
金山区 石化店 杭州湾大道558-562号,近龙胜东路 地铁:金山铁路金山卫站(铁路北出口)	嘉定区 江桥店 江桥镇金沙江西路1288号,近金运路 地铁:13号线金运路站(8号口)	宝山区 大华店 华灵路1088号2楼,近新沪路 地铁:7号线大华三路站(1号口)
徐汇区 徐汇店 桂林路400号,近田林路 地铁:12/15号线桂林公园站(6号口)	虹口区 四平店 大连路1599号,近四平路 地铁:8/10号线四平路站(3号口)	闵行区 老闵行店 东川路2088号置业广场3楼 地铁:5号线东川路站(4号口)
闵行区 莘庄店 莘松路195号3楼,闵行区中心医院对面 地铁:1号线莘庄站(北广场2号口)	静安区 大宁店 万荣路808号2楼,(大宁音乐广场对面) 地铁:1号线上海马戏城站(4号口)	全国家装行业“领跑者” 企业标准
浦东新区 三林店 上南路3085号1-3楼,近杨思路 地铁:8号线杨思站(1号口)	嘉定区 南翔店 沪宜公路99弄1号,近槎溪路 地铁:11号线南翔站(1号口)	