

重庆学习障碍心理咨询：主动学习计划

产品名称	重庆学习障碍心理咨询：主动学习计划
公司名称	重庆寸草心心理咨询有限公司
价格	600.00/次
规格参数	
公司地址	重庆泽科弹子石中心1幢12-5（环线弹子石站3号出口旁）
联系电话	023-81695055 18203040640

产品详情

重庆学习障碍心理咨询：主动学习计划

重庆心理机构口碑品牌寸草心

实际上，重庆心理医生寸草心提示孩子不能主动学习，甚至连作业都需要父母监督的重要的原因就是孩子学习没计划和目标，缺乏目标激励。父母作为孩子的领航者，应该帮助孩子制定可行的学习目标和学习计划，以兴趣作为孩子的好老师，让孩子在愉快中学习。

面对孩子的学习问题，有的父母觉得孩子还小，没有必要拟定什么学习计划，任他们自由发展就行了；而大多数父母，则都为孩子制定了学习计划。

虽然在现实生活中，绝大多数孩子都有在父母帮助下制定的学习计划，但往往不能成功地施行。主要原因在于他们的学习计划不合理，不是太空泛，就是太具体。

有的父母制定的学习计划太空泛了，没有任何具体可施行的操作性，所以，学习计划根本没有发挥出它应有的作用；重庆寸草心心理医生提醒有的家长制定的学习计划太具体了，甚至具体到几点几分做什么，孩子不是士兵，他们根本不可能这么严格地完成，结果慢了半拍就会使其他部分受到影响，使整个计划都无法完成。

因此，合理可行的学习计划应该是“长计划、短安排”，合理支配孩子的时间，不能让孩子感受到太忙碌，也不能太放松，要让孩子“玩得痛快，学得踏实”，这样的—个学习计划由父母与孩子共同制定为宜。

也许，许多父母都认为孩子在小学一年级应该取得优异的成绩，诸如科科都是一百分，这在大人看来并不是一件难事。但是，并不是任何一个孩子都会认为小学一年级的课程相当简单，有的孩子也会感到有一些难度。

父母应该为孩子制定合理的学习目标，而不应强行地要求“你必须考到一百分”，否则孩子就会感到很大的压力，小小年纪的他也会不由自主地担心“要是我没有考到一百分怎么办”，这样的忧虑心理将直接影响他的学习，也会使他产生一种厌烦情绪。

父母应该让孩子明白，只要你比上一次进步就好了，以此来勉励孩子不断地进步。

良好的学习习惯对于成功地完成一个学习计划是必不可少的，父母可以和孩子共同制定一个作息时间表，以此保证孩子每天都能有充足的睡眠。

另外，孩子在小学学习期间表现出的缺点就是注意力不集中，父母也可以有意识地培养孩子的专注力。时间由短到长，可以先从孩子比较感兴趣的事情开始训练；父母可以通过讲故事，吸引孩子的注意力，并通过提问来集中孩子的注意力；重庆寸草心心理咨询有限公司提醒在生活中，父母可以请孩子帮忙拿一些东西，由一件到多件，请孩子一次性完成，比如“请你帮我拿一个梨子、两个苹果、一把水果刀和一根牙签”。

另外，在施行学习计划的过程中，还需要注意几个问题。孩子在完成作业的时候，需要有时间概念，不能一道题就耗时良久；尽量不要在孩子学习时打扰他们；帮助孩子不要受到各方面的干扰，比如不要在书桌上放一些玩具和零食；刚开始的时候，父母可以监督和引导孩子学习的情况，渐渐地就要有意识地培养孩子的自觉性，培养孩子独立写作业的习惯。

天若有情天亦老，心有寸草心忧少！

观音桥|沙坪坝|南坪|解放碑|杨家坪|空港|大学城

渝中|渝北|江北沙坪坝|九龙坡|大渡口|北碚|南岸|巴南|綦江|长寿|万州|

涪陵|江津|合川|永川|南川|铜梁|潼南|大足|黔江|荣昌|璧山|开州|梁平|

武隆|丰都|垫江|城口|巫山|巫溪|奉节|云阳|忠县|石柱土家族自治县|

秀山土家族苗族自治县|酉阳土家族苗族自治县|彭水土家族苗族自治县

咨询师培训|重庆心理医生|个人心理顾问|重庆青少年心理咨询|情感婚姻咨询

家庭心理医生|亲子教育咨询|团体心理辅导（EAP）|焦虑抑郁强迫咨询|心理测试