

高考如果考砸了怎么办？作为父母是一味地责骂还是一味地安慰；如果考得好，考生是否可以彻底放松，告别紧张的学习？很多家长往往注重考生考前的心理变化，却忽略了考后的心理减压。知名教育专家、国家级心理咨询、西安伯明翰家庭教育研究院院长慧莹建议：高考后避免谈成绩，告诉孩子，经历比结果更重要。

#### 父母强好胜子女压力大

慧莹长期研究中高考心理减压课题，她经过多年的经验分析，很多考生的压力并非来自考生本人，而是来自家长过高的期望。

研究表明，争强好胜的父母培养出来的子女要比普通孩子的压力大得多，这源于父母的“过高的期望和标准”。慧莹曾碰见一个经典案例，一名来自“五大名校”的高三学生在高考前参加国内奥数比赛，仅仅因为一道题忘记做，考后孩子就不停地自责，整个人性情大变，行为古怪、说疯话，不愿意和人交往。慧莹和其父母沟通后才了解到，孩子的父母非常强势，从小就要求孩子考第一名，孩子的确很争气，从小就学习好，几乎没有过挫败，高考的唯一目标就是“清华大学”，不料仅仅因为奥赛的一道题却在高考前“精神崩溃”。

对此，慧莹说，高考后应该避免谈论成绩，家长应该学习换位思考，应该懂得如何做好自己的情绪管理，首先要降低自己的期望值，另外要懂得一个道理，孩子不是家长的“私有财产”，不能将自己无法实现的心愿强加在孩子身上。

同时家长应该给孩子传达一种观念，高考的成败只是人生阶段性的检验，即使高考失败也是人生宝贵财富，因为它让你明白学习上存在哪些问题，通过高考告诉你任何事情都不会一帆风顺，只有直视失败才能走向成功。

#### 提前帮孩子做职业规划

每年高考结束后，都会发生学生集体撕书，甚至有的考生因为过度放纵导致意外事件发生。对此，西安伯明翰家庭教育研究院金牌讲师王筱云说，考后可以适当的放松，但不能过度放纵，要提前对孩子的职业生涯进行精确定位，为上大学后的心理适应做好准备。

王筱云说，高考后的压力往往是对报考专业的选择，往往考生还没有紧张，家长却开始焦虑起来，生怕孩子没有报好专业而遗憾终生。“实际这都是家长先人为主的想法，这个时候应该了解发掘孩子的兴趣点，精确定位孩子的职业生涯，同时最重要的是要尊重孩子的选择。”王筱云建议，家长们应该像朋友一样和孩子聊天，了解孩子的兴趣点，以便做出合适的专业选择，比如孩子喜欢跳舞，可以跟孩子一起探讨舞蹈专业就业方向，还可以带着孩子去准备报考的大学里体验。

即便今后录取的专业并不满意，家长也不能传递出负面的情绪，应该告诉孩子，大学里还可以选修专业，还可以学习自己心仪的专业。另外在暑期要鼓励孩子参加社会实践，不仅可以提前接触社会，还能锻炼孩子的独立思考、独立生活的能力，为上大学后的心理适应打下坚实基础。

记者 杨明

# 教育专家谈考后减压 告诉孩子 经历比结果 更重要



6月5日，考生进行最后的冲刺，迎战高考 记者 侯智 摄

## 西安新闻

### 本报评报记者代表 受邀走进省政府

本报讯 昨日，本报评报记者张爱芳、汤丽萍、徐宝华、王晓琳、侯群旺、刘晨等6人，作为公民代表，受邀走进省政府参观。

当天下午2:30，公民代表们在省政府专门工作人员的带领下，前往环保厅的多媒体会议室，聆听了省环境保护厅张副厅长对我省环境保护工作的情况介绍。张副厅长分别就大力推进治霾天气、实施综合治理、打造生态环境等方面，生动讲述了省政府相关部门对打造绿色生态陕西的信心和构想。代表们与各位领导就自己感兴趣的话题，展开了零距离、面对面的互动讨论与沟通。

(汤丽萍)

### 30余家媒体参访 加多宝原料种植基地

本报讯(记者 张志杰)日前，包括西安晚报在内的全国30余家媒体，应邀参观了“加多宝”位于河南省的原料种植基地，共同见证了加多宝凉茶三种原料(金银花、杭白菊、夏枯草)从育种试验、标准化种植、原料初加工、技术推广等全链条可控农业服务。

该原料种植基地位于河南省长葛市，占地1100余亩，集种植管理、试验研究和技术推广为一体，主要种植加多宝凉茶七种原料中的三种，包括金银花、杭白菊、夏枯草。从种植地的选择开始，基地技术指导人员详细介绍了土地整理、育苗栽种、施肥、除草、病虫害控制、采摘、运输、晾晒(烘烤)、包装运输，以及本草原料的外观、农药残留、病虫害等原料质量管控的诸多环节，众媒体共同见证了加多宝凉茶三种原料从育种试验、标准化种植、原料初加工、技术推广等全链条可控农业服务。

基地负责人刘雪松告诉记者，在原材料的供应上，加多宝采用“公司+基地+农户”合作种植和定向采购的模式，每一株本草原料自育种阶段起都需要精心培育，通过无菌工序使育苗保证纯正的基因；在田间，技术人员与种植户根据环境变化，随时进行调整；在采集精制期间，每一棵本草都要经过严格筛选与烘干等多种流程，才能最终入选正宗凉茶的原料。入选的草本原料加工处理后，直达全国各地工厂，最终制成凉茶。

# 中国女生为啥爱打伞？ 美国女生为啥爱健身？

### 中美大学生 对话谈异同

中美的学生选专业有什么不同？出国留学的目的有什么差异？昨日，以“同与不同？和而不同！”为主题的中美大学生对话与交流活动在陕西师范大学举行，双方代表就文理分科与就业、消费观、审美观等话题深入交流。

#### 中国女生为什么不爱健身 宁当“软妹子”不做“女汉子”

在中美大学生眼中，对方有什么不同？

“我发现中国很多男生爱运动，但很少有女生去健身。”美国学生谢丽亚提出了她的疑惑。

“那是因为审美观不同。”中国学生温广伟说，虽然都喜爱瘦削的身材，但美国女生喜欢有一些肌肉，所以喜欢健身，而在中女性眼中“柔美”才是美，“如果有肌肉，在别人看来就成女汉子了”。

“中国姑娘是不想运动，而是成长为阿姨后才会运动。晚上八点以后逛街你就发现，中国阿姨都在街头跳舞，跳得特别棒。”美国学生Ben对广场舞的描述令大家忍俊不禁。

美国男生张文汉也说了他在中国留学时的发现。“无论什么天气，中国女生总爱打把伞。所以，即使看到她们打伞，我也不知道会下雨还是晴天。”张文汉一脸困惑的

表情。

“那是因为中国女生以白为美。”温广伟解开了他的疑惑。

#### 选专业出发点有何不同

中国学生看就业 美国学生看爱好

中国学生选专业其实从高中就开始了。“我们高二就要分文理科，这在很大程度上决定了将来的工作取向。”中国学生王若好说。

而在分科过程中，家长的意见似乎更重要。“他们会考虑今后的就业状况，通常认为理工科就业前景更好，文科就业面比较窄。”中国学生李孟仙说。中国学生认

为，即使在上大学选专业时，家长的意见仍然起主导作用，考虑最多的也正是就业。

相比之下，美国学生显然更自由。“很多美国人都是自己挣钱上大学，所以会选择自己感兴趣的的专业。”美国学生迈克说。

但无论选文科还是选理科，就业都是回避不了的问题。温广伟感到，在中国，文科生就业不太受欢迎，理工科毕业生则比较抢手。

而谢丽亚说，美国的文科生也面临就业难，很难找到与专业方向一致的工作，“但我们可以用学到的能力做很多工作，并非只能从事那一项”。记者 刘振

# 高新区个别堵点乱点治理效果不理想 科创路西口违停车“围堵”公交站牌

## 城市精细化管理工作 曝光台

本报讯(记者 吕华)昨日，人大代表、政协委员对高新区的堵点乱点治理情况进行暗访，在科技路与白沙路十字，发现十字以东南路南人行道上车辆压盲道停靠，而且停放的车辆一辆挨着一辆几乎将人行道占满。在科技二路沙井村南口以前本报也曾多次报道的占道经营现象依旧，小商小贩均在人行道上就地摆摊售卖。

科创路西口乱停乱放问题曾多次被媒体曝光，但是昨日这里并未改观。从科创路

西口的路口开始道路两侧停满了车，甚至有的路段还出现双排停放。公交站牌前的道路也被停放的车辆占用，公交车只能就近靠站，而上车下车的乘客也就只能在停放的车辆之间穿行。据411路公交车的一位售票员介绍，这里天天这样，乱停的车把站牌都挡住了。

另外，高新一中高中部门前这一堵点治理较好，以前接孩子的车辆多时在机动车道上并排三四排停放，这个时间段正常通行车辆很难通行，现在接送孩子的车辆均在非机动车道上等待，并且将高新一中高中部门口用护栏和机动车道进行了隔离，这样有效缓解了拥堵问题。



科创路西段的公交车站被肆意停放的车辆占据，公交车无法靠站 记者王健 摄

## 家·视四方 摄影大赛

投稿邮箱：xianvision@qq.com

联系 QQ：2738409488

联系人：西安晚报摄影部

翟小雪 李念

电 话：029-87632801

蓝天白云下金黄色的麦浪翻滚与远处群山相互辉映，形成一幅唯美画卷。这是秦岭北麓蓝田县焦岱镇鲍旗寨村的迷人景色。这里三面环山，纵横交错的田间整齐地布满在这错落有致的沟壑间。独特的地理形态形成了独特的地貌，被称作“西安最美乡村”。读者 李群 摄

## 宜信财富 CreditEase

# 宜信卓越财富投资管理(北京)有限公司

宜信卓越财富投资管理(北京)有限公司(简称“宜信财富”)，是中国财富管理行业的知名企业，总部位于北京，在全国50多个城市拥有余名资深理财顾问，为大众富裕阶层提供全方位的理财规划与财富管理服务。宜信财富有志于成为中国大众富裕阶层长期可信赖的财富管理伙伴，将诚信、专业和创新的服务带给每一位客户及其家庭。

1. 全球知名的《福布斯》杂志举办的“2013中国优秀理财师评选”中，宜信财富优秀理财师夺得冠军！

2. 宜信当选为中国支付清算协会互联网金融专业委员会“副会长单位”

3. 宜信财富荣膺“2013卓越竞争力财富管理机构”

4. 宜信入选“2013互联网金融产品十大领军品牌”名列榜首

……更多信息请关注公司官网 www.creditease.cn

最新动态  
诚聘 团队经理/客户经理：专科或以上学历，营销、管理、金融等相关专业，有金融行业从业经验优先考虑；五险一金+双休+带薪年假+商业补充医疗保险+年度旅游基金+国外旅游+国内外游学

公司地址：西安市碑林区南关正街88号长安国际D座505室  
联系电话：029-87651855 13363911452 电子邮箱：xiaolongsong@creditease.cn