

高考之后,孩子可能会出现哪些心理问题?

高考之后,一些考生的心理压力不仅没有消失,还可能产生突发性的心理冲突和生理紊乱现象。

这是因为之前高强度的复习和考试,大大消耗了孩子的生理和心理能量,让他们的身心都处于较虚弱的状态。高考的压力还会让大多数考生心里积累起一些负面情绪,只不过长期被紧张的学习和考试所掩盖,没有被及时释放出来。当考试一结束,考生感到身上的负担全部卸下时,这些不健康的情绪便会随之而来。

现在很多家长都非常重视学生高考前的心理辅导,对孩子高考后的心理却关注不够。在许多人眼里,高考结束意味着身心的全面“解放”,可对于还要经历估分、查分、报志愿、等录取的考生而言,这一阶段的心理考验并不亚于考前。可以说,高考前考生的紧张、焦虑都是虚拟的、假设的,考完之后明确知道自己发挥不佳的失落才是

真实的。那么,孩子的哪些行为,家长应格外注意?

【失落自卑】有的孩子在考试没有发挥好，考后感到前途渺茫，悔恨平时不用功，浪费了美好时光，觉得对不起父母、老师，辜负了他们的期望。考试失利会严重损害孩子自尊心，让他们觉得自己一无是处。

【**焦虑抑郁**】 成绩出来,还未录取,孩子自己心里没有把握,持续焦虑烦躁,因而吃不好、睡不好,担心不能考上理想大学,每天惶惶不安,情绪不稳定。有的考生还伴随强迫思维、强迫行为,甚至性格变得暴躁,让人感觉难以理喻,严重者甚至可能轻生。

【过度享乐】 部分孩子认为高考结束便意味着自己熬出来了，得好好犒劳一下自己，弥补一下多年来的艰辛，一些人会毫无节制地玩。也有一些家长有弥补心态，纵容孩子的这种行为。事实上，每年

高考后都会有乐极生悲的案例发生。

【价值感缺失】 有些孩子在考后丧失了学习的目标和动力,价值感缺失,十分迷茫。还有一部分人受到学习、就业、社会关系、家庭关系等方面压力的冲击,心理上受到较大影响,更容易滑入价值感缺失的陷阱而难以自拔。

■心理处方

●家庭教育归位。考后是学生重新回到家庭教育的时段,家长一定要利用这段时间与孩子开展积极的亲子沟通,着重教给孩子为人处世的方法。

●做情绪的收纳箱。高考后,家长也不能缺位。无论家长个人心境如何,都要为孩子的良好情绪助力。家长可以与孩子一起制定这段时间的生活规划,指导孩子充实生活,也可安排一些家庭活动,比如到户外

散步、赏景等。

●调整负性认知。有的学生可能存在一些绝对化的消极观念,比如,“没考上大学,人生没有希望了”……告诉孩子,受教育的渠道越来越多,即便没有考取心仪大学,也可以通过复读、职业教育等,打开另一片天地。

●学会自我调节。考生要学会接纳负性情绪,通过有效的手段帮助自己面对和处理情绪。比如,每天抽出一点时间做深呼吸放松练习,还可以伴着轻缓的音乐,想象最能让自已感到舒适、惬意、放松的情境。

●培养理性思维。高考成绩出来后,向来都是有人欢喜有人忧,但其实不管结果是否如意,生活都要继续,与自己达成和解最为重要。不用过分纠结于眼前抉择的对与错,多方听取建议和经验,结合自身情况深思熟虑后作出的选择,一定是最好的。
(据学习强国)

分类广告 省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)
郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。

广告刊登电话:15548876987 13354876987 0471-6635651
地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心
遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让
乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

解除劳动合同关系公告

陈茹苗(身份证号:150123199202301019X),你于2019年9月15日~2024年12月31日与我公司签订劳动合同,并被派遣至内蒙古铁路运营管理集团有限责任公司以下简称<用人单位>,但自从2024年5月20日起至2024年6月7日止连续旷工19天,被用人单位退回我公司,我公司根据与你签订的《劳动合同》及劳动合同补充协议相关条款之约定,决定与你解除劳动合同关系,请你本人或依法委托他人自本公告发布之日起5个工作日内到我公司办理相关离职手续,如未按期前来我公司办理相关手续,视为你自动离职并放弃相关权益,所产生的一切不利后果均由你本人承担特此通知。

联系电话:3593365
呼和浩特市育彬人力资源服务有限公司 2024年6月7日

张延武限期返岗公告
张延武(身份证号:150102197104050014)
2023年6月31日至今,因你医疗期满,待岗期满未返岗,经公司多次与你联系,失联至今且未返岗,根据《企业职工患病或非因工负伤医疗期规定》,请你自本公告刊登之日起30日内尽快配合公司进行劳动能力鉴定,并及时到公司返岗报到。如逾期不进行劳动能力鉴定或返岗报道,公司将视你为无意愿返岗,公司将依法依规与你解除劳动关系,逾期后果自负,特此公告。

联系电话:0471-3122599

内蒙古美驿高速服务区开发有限公司
2024年6月10日

**察右后旗永泰鑫矿业有限公司新建一般工业固废填埋场项目
环境影响评价信息公示与公示**

根据《环境影响评价公众参与办法》的有关规定,进行环境影响
评价公众参与第二次公示,公开征求公众意见,一、建设项目概况:
本项目占地面积8.66公顷,设计总服务年限20年。二、建设单位概
况:察右后旗永泰鑫矿业有限公司,武宝玉,15934211013。三、评价单
位概况:内蒙古汇源勘测规划设计有限公司,李工,18548140946。四、
环境影响评价报告书征求意见稿全文网络链接:https://pan.baidu.com/s/1GqY1l4e0XDj3mWZw_vFXg?pwd=wrB5,提取码:wrB5。五、
征求意见稿的公众范围:项目周边5km范围内的居民、企事业单位及
项目周边相关受影响公众。六、公众意见处理的网络链接:https://pan.baidu.com/s/1UyLc_192fDi6Sn1DvK293A?pwd=jqw2,提取码:
jqw2。七、提交公众提出意见的方式和途径:若您对本项目环境影
响报告书征求意见稿有意见和建议,请于本公示发布之日起十个工作
日内反馈至建设单位或环评单位。

察右后旗永泰鑫矿业有限公司

拍 卖 公 告

接受委托,我公司将于 2024 年 6 月 17 日上午 10 点 30 分在中国平拍网(<https://paimai.cai123.org.cn>)对呼和浩特市赛罕区利佰佳国际公寓,新城嘉泰国际公寓,主城区呼伦贝尔语岸、锦华小区综合楼、闻都城市广场综合楼、蓝色港湾、内蒙古大学锦翠城、清水河区五良乡大窑村苗圃基地内树苗,和林格尔县和盛达佳村共 20 处房产,1 处树苗公开拍卖,起拍价:表附内。标的具体详情可登录“内蒙古拍卖网拍卖平台”公众号查询。

一、展示、报名时间及报名方式:自公告发布之日起至拍卖开始前一天 2024 年 6 月 16 日 16:00 止,随时展示及办理登记手续。

二、竞买保证金:有意竞买者需缴纳竞买保证金,将标的金额的 20%注入我公司账户,方可办理登记手续并领取竞买账号,竞买不成功者保证金不计息退还(3 个工作日内)。

保证金注入账户信息:户名:内蒙古领跑拍卖有限公司,开户行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特滨河北路万美豪城支行,账号:15050110956700000081

三、展示地点:标的所在地。 **四、咨询电话:** 13789486089

内蒙古领跑拍卖有限公司 2024 年 6 月 10 日

声 明

乌兰察布市森林自然研学科技有限公司(统一社会信用代码 91150926MA6KLG5N5)不慎将公章、财务专用章、发票专用章、法人章各一枚丢失,本公司郑重声明上述印章自登报之日起产生的任何经济纠纷及法律责任概与本公司及法人无关,并不承担任何后果。声明人:乌兰察布市森林自然研学科技有限公司陈真真。

减资公告

根据2024年6月10日决定书,内蒙古旭亮雄雄盟理合伙企业(有限合伙)(统一社会信用代码 91150123MAD67N6T66X)减少资本由1800万元(¥1800.00)万元整,现予以公告,债权人企业之日起45日内,要求本企业清偿债务或提供担保。

北京中拓国际拍卖有限公司拍卖公告

受相关单位委托，北京中拓国际拍卖有限公司定于2024年10月10日上午10:00在网中拍平台(<https://paimai.caa123.org.cn/>)对以下标进行网络公开拍卖，现将有关事项公告如下：

标的1:放汉旗新惠镇新街中西(兴宝建筑公司综合楼)301房产；**标的2:**放汉旗新惠镇家兴赤峰市朝金路罗建公司院内11号房产；**标的3-8:**内蒙古自治区赤峰市敖汉旗四家镇公路西(福泰家園A座商业楼01011、(福泰家園B座商业楼)01012(福泰家園A座商业楼)01014、(福泰家園A座商业楼)01012、(福泰家園A座商业楼)01019、(福泰家園A座商业楼01013)等房产；**标的9:**放汉旗新惠镇新街中西(兴宝建筑公司综合楼)2/单元502房产；**标的10:**放汉旗四家镇公路西(福泰家園2/单元1单元602房产)；**标的11:**放汉旗新惠镇新中街东新惠路北(矿产公司综合楼)原1/单元502房产；**标的12:**放汉旗新惠镇新街中西(石油公司)2/单元401房产；**标的13:**放汉旗新惠镇新街西街东路南站东办公综合楼1/层南1号房产；**标的14:**放汉旗新惠镇新惠路西街东(万强源)13层29号房产；**标的15:**放汉旗新惠镇新惠新街中西街(惠香园综合楼)房产；**标的16:**放汉旗新惠镇新惠新街中西街(民聚公司综合楼)2/层11号房产；**标的17:**放汉旗新惠新街西街东邮电家属楼1单元701房产；**标的18:**放汉旗新惠镇路南惠西路(新源)花城2/单元12/层10号房产；**标的19:**新惠镇中西新街西街新街中央花园侧院南1栋6号厅房产；**标的20:**放汉旗新惠镇新街中西新惠路北(新宝隆综合楼1/单元综合楼)3-1号房产；**标的21:**放汉旗新惠镇新街中西新惠路北(生产资料综合楼)1/单元仓库房产；**标的22:**放汉旗新惠镇新街西街新惠会路南1号楼301室房产；**标的23:**内蒙古自治区赤峰市敖汉旗放汉旗新惠镇新惠新街路北(强盛步行街商业楼二幢)12号9房产；

北京中拓国际拍卖有限公司拍卖公告

标的 24: 散汉旗新惠镇新建街西(撰山子金矿家属楼)3602室房产; 标的 25: 散汉旗新惠镇新华街东(化南路南)7强广场15号商厅房产; 标的 26: 红山区红桥镇敕旗家属委员会红山岭东赤峰汽配城5号楼10117房产; 标的 27: 散汉旗新惠镇新街中箭北路北24号汉旗富润商城3层5-6号房产; 标的 28: 散汉旗新惠镇西街西新旗南农贸市场改造工程1层11号房产。

以上资产详情请浏览我公司网站 www.zonto.com.cn。以上标息详见拍卖文件。优先购买权人需在公告期间提交书面申请并登记, 否则视为放弃。

有意竞买者, 请于2024年6月19日16时前将竞买保证金(我公司指定账户(户名: 北京中拓国际拍卖有限公司 账号031970011020 5277 512 户开: 北京银行亚运村支行), 竞买金额以到账为准。并在2024年6月19日16时前将本人签字并加印的相应拍卖文件(保证金到账后联系公司索取)一式两份、本人身份证复印件及竞买保证金凭证复印件快速送到我公司, 办理竞买手续, 同时登录中拍平台注册信息。若我公司未在规定时间内收到意向竞买人递交的以上有效竞买文件, 意向竞买人将不得参加本场拍卖。

咨询/展阅时间: 自公告之日起至2024年6月19日9:30-12:00
展阅地点: 标的所在地, 提前预约集中看样

拍卖地点: 中拍平台 <https://paimai.caia123.org.cn/>

快速地址: 北京市朝阳区北苑路京城财富中心B座2306室

咨询电话: 刘先生 18600266577, 010-84935941

减资公告
根据股东会决定,内蒙古守信信工程服务有限公司(统一社会信用代码11515262MA7YQNP63X)拟将注册资本由500万元人民币减少至100万元人民币,现予以公告,债权人可自公告之日起45天内要求本公司清偿债务或提供担保。

减资公告
根据股东会决定,西乌珠穆沁旗奥源牧业(有限合伙)(统一社会信用代码11515262MA0QQXJ9)拟将注册资本由300万元人民币减少至20万元人民币,现予以公告,债权人可自公告之日起45天内要求本公司清偿债务或提供担保。

● 晖阔科技控股股份有限公司(统一社会信用代码91151006769290040)2024年6日遗失公章一枚,声明作废
克托县敏敏种养殖专业合作社(统一社会信用代码93150122075556193E)遗失盘,税控盘编号:66156429511明作废●内蒙古早鸟信息科技有限公司遗失开户许可证,人查询密码及财务专用章,声明法章各一枚,核销J1910019757501, 账

减资公告

经股东会会议决定,鄂尔多斯市春源园林绿化工程有限公司(统一社会信用代码:11506243413496229)拟减少注册资本,注册资本由人民币200万元减至5万元整,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内与公司联系,特此公告。

鄂尔多斯市春源园林绿化工程有限公司
2016年6月11日

1505017066250000255, 升升
中国建设银行股份有限公
和浩特呼伦贝尔北路支行,声明
●内蒙古信通物流有限公
失蒙A1940道路运输证正
证号 150106003607,声明作
冯鸿达2016年6月1日遗失
份证,证号 152625196709231
特此声明 ●王二换不慎将

注销公告
鄂伦春自治旗旗属飞养殖专业合作社(统一社会信用代码11507232MA0R7XLH2U)股东大会于2024年6月8日决议解散该合作社,并于同日成立清算组,请债权人于公告发布之日起45日内,向本合作社公告组申报债权。

注销公告
托托克巴图达运输有限公司统一社会信用代码统一社会信用代码1150122692859114)经股东决议解散公司,并于同日成立清算组,请公司债权人从公告发布之日起45日内,向本合作社公告组申报债权。

高付和浩特市和林格乐县营村土地确权证丢失,面积亩,证号:15012310231034100003
明作废●清水河县裕丰农业科技开发服务有限公司营业执照正本,统一社会信用代码911501024667315967及法人(侯有仁)章、财务专各一枚,声明作废●内蒙古建筑劳务有限公司统一社会信用代码91150104MACDP888遗失公章一枚,声明作废●峰不将绿园地集团呼和浩业有限公司擅自发出招投书和

遗失声明

● 本人李韶波,身份证号码 52527198804015418,不慎将内蒙古亿科房地产开发有限公司开发的呼和浩特市赛罕区亿科公元2010小区6号楼503室的网签商品房买卖合同丢失,合同编号:YS(2015)00033003,房屋代码:280560,声明作废 ● 新城区糖泰康养生中心遗失税务登记证正副本,税号 5010319660920002402,声明作废

绿地二期-IIB10-11002, 1786923元,特此声明作废 ● 天津中旗元华物流有限公司车辆蒙A88539(黄)道路遗失,证号:150824055069,声 告 ● 准格尔旗建峰峰养殖合作社(统一社会信用 913056223414167330)的公 失,声明作废 ● 内蒙古瑞维 贸有限公司遗失营业执照 统一社会信用 91150103MA7ECJQM5E,声 告

武川县蒙旺泉纯净水有限公司(统一社会信用代码150125MA0QG0F97C)遗失财务专用章一枚,声明作废●内蒙古云媒科技有限公司工会委员会遗失工会法人资格证书(统一社会信用代码150100MC6329900W);遗失公章。财务专用章、法人章以及在商银行呼和浩特分行开立账户(账号10000010120100101191)的开户许可证、存款人密码,声明作废●内蒙古森泰内蒙古同祥物业服务有限公司开具的购买美家园14号地下车库收据遗失,收据号0046822,金额120000元,日期:2008年9月12日,声明作废●内蒙古王荣、北京市亿达(包)律师事务所专办律师,于2024年6月6日遗失由内蒙古自治区法院颁发的律师执业证,执业证1150220111716174,声明作废●国家统计局内蒙古调查总队遗失食品经营许可证副本,证JY31501051103924,声明作废●呼和浩特市缤纷鸟文化艺术有限公司遗失营业执照正本统一社会信用代码150105MA0Q6Y4D8H)及公章。财务专用章、底品晶法人章一枚,声明作废●呼和浩特市景天出租汽车有限责任公司失路ADY3778(蓝色)出租车蒙 运输证正本,证号0104005388,声明作废●内蒙古医科大学胡文海(学号23040491)遗失学生证,声明作废●内蒙古广亿置业集团有限公司(统一社会信用代码150602MA0N3Q136N)的公章、财务章、法人章、发票章、合章丢失,声明作废●内蒙古明文化传媒有限公司遗失公章枚,印章编号15010510002100,明作废