



幼儿艺术班 (Art Sensory Play)

NYSA专为婴幼儿开设幼儿艺术班。课堂上,孩子们可以接触到各类无毒无害的艺术材料。通过对形状和颜色的认识以及混色的练习初步了解基础艺术元素。课上还会通过涂鸦、绘画、串珠、挤胶、撕贴签、剪纸、盖章、拼贴、捏陶等环节锻炼儿童的动作技能。同时会邀请家长加入课堂,和孩子们一起体验艺术。



儿童艺术班 (Art Expression Class)

儿童艺术班针对3-11岁儿童,旨在开发孩子天赋、拓展创造力以培养未来的艺术家。课上学生会接触到丰富多彩的试听材料,在老师的引导下形成视觉批判思维。这门课实行小班教育,以铅笔画、色彩画、雕塑和混合媒材等各类艺术手法引导学生最大程度地开发创造力并进行自我表达。NYSA希望帮助孩子们挖掘各自的艺术潜能、丰富自身的创造力并形成自己的个性和风格。

NYSA

艺术院校
咨询电话 703-255-2200



info@NYSchoolArts.com
320-D Maple Ave E, Vienna, VA

www.NYSchoolArts.com

青少年抑郁的家庭因素



据中国教育报1月25日的报道说,近日,在浙江杭州,13岁的晓晓(化名)是个不折不扣的学霸。然而,在一次单元测试中,她只考了全班第五。她觉得这是人生“污点”,甚至因此丧失了斗志,不想去学校。一向严厉的母亲狠狠批评了她一顿,不料小姑娘一气之下竟拿美工刀割伤了自己的手臂。所幸那一刀割得不深,但接下来的半个月,她整天窝在家里,情绪低落。直到心理指导老师跟她初步聊了聊后,才发现她的心理问题已比较严重。就医后,晓晓被诊断为抑郁症。

然而,也就这样的考不了第一就是人生“污点”?一言不合就以自戕来发泄不良情绪?怎么小小年纪就得了抑郁症?晓晓的种种表现看似“离经叛道”“难以理解”,某种程度上又似曾相识。现实中,的确有一些逐渐进入青春期的孩子外形高大,内心却不够强大,具有明显的偏执倾向,乃至一定程度的心理问题。有研究显示表明,在全球范围内,抑郁症已成为青少年继车祸之后的第二大致死原因。事实或许因国家和地区而异,但重视孩子的心理成长,应当成为一种教育共识。

在目前的环境里,我们经常用意气风发来形容处于人生黄金阶段的青少年们,但是正是如此得意之年的青少年们却很容易受到青少年抑郁症发作的影响。青少年抑郁症的发病率较高已经成为一个不争的事实了,例如高考压力、情感受伤、心理压抑等是常见的青少年抑郁症发病原因,不过具体青少年抑郁症的原因是什么呢?现在的早恋已经从高中提前到中学,甚至小学,而懵懂、

速食的爱情更是让诸多感情经验不足的学生倍受伤害,脆弱的感情一旦出现变故,就很容易诱发青少年抑郁症。

再者,目前学生学习压力过大,需要面临升学、中考、高考、考研等无休止的考试,使得青少年的心理疲惫不堪,这也是青少年抑郁症的原因之一。而且,有的学校风气不好,同学之间不比学习,而是在吃、穿等方面互相攀比,家庭条件较差的同学容易出现自卑心理,甚至诱发青少年抑郁症出现。况且,很多青少年深陷虚拟网络,一旦重新回到现实社会,很容易出现悲观厌世、情绪低落等抑郁症状,同时可伴有头痛、不明疼痛、失眠、食欲不振、消化不良、便秘等躯体症状,这是青少年抑郁症的原因。

当前中国的青少年群体里,抑郁症正在呈现爆发之势,这是一个非常可怕的现象!这背后必然有着深刻的社会因素。如今物质生活的极大提高和丰富,使很多青少年从小到大娇生惯养,不愁吃,不愁喝,没有受到应有的挫折教育,心理年龄普遍要比实际年龄小的多,最终成为“巨婴”,心理脆弱,在社会中稍遇挫折困难,即很容易消极悲观,甚者寻死觅活;现今移动手机等电子产品已经成为了青少年的精神伴侣,时时刻刻都离不开,每天都被海量的、超负荷的信息所包围,严重耗损着大脑的能量,使人们常常处于身心疲惫的状态,导致大脑处理关键信息、决策判断和自我调节的能力越来越弱,导致人体的交感神经、副交感神经运作混乱,最终诱发抑郁症。

由此,也就很多家长只知道满足孩子物质方面的需求,却忽略了对孩子精神需求的

给予,导致学生心理脆弱,不能和家长、老师、同学正常沟通,经不起挫折和打击,容易诱发青少年抑郁症,走上极端之路。孩子的心理问题并非一日之寒,往往是多种不良因素长期累积的结果。而且孩子种种不符常理行为的背后,多与家长的教育理念和教育方式有关。其实,也反映了不少父母存在的教育问题,诸如“我爸妈朋友的孩子全是尖子生,他们一见面就拿我们的成绩做比较,我怎能不拼命学?”“从小到大,爸妈总是在家里吵个不停,我只有拼命学习,考上好的大学,今后才能远离他们”等等,也是其他孩子的心声,折射出父母过高期待所产生的严重后果。

相对而言,抑郁症是一种常见的疾病,以前此病多发于生活压力比较大的中青年人群。但是如今抑郁的情绪已经蔓延到青少年的身上,而且发病率还很高。那么,青少年抑郁症的发病原因有哪些呢?其中也有神经质因素,这在许多研究证实,神经质是儿童和青少年罹患抑郁症和体验更多应激的易感因素。神经质和青少年抑郁症之间的相关性是比较明确的。这是青少年抑郁症发病原因中最让人无可奈何的一种。也不排除一些个家族遗传背景,毕竟家族遗传性也是青少年抑郁症发病原因之一。大量的临床实践统计结果表明,家庭精神疾病史,特别是父母罹患抑郁症与孩子患抑郁症的风险相关。这也提示了有抑郁症史的父母,不要将自己的不良情绪传染给孩子。

应该说,在近年来像青少年抑郁症人群呈上升趋势,而因为不堪抑郁折磨而选择自戕、自杀的情况也屡屡发生。了解会

导致青少年抑郁症的原因分析是什么,可以有效帮助青少年预防这种心理问题的出现。青少年抑郁情绪的出现,一般都有一些心理或精神的促发因素,如青少年的父母死亡或离异、父母对子女采取排斥或漠不关心的态度;早年曾有严重的不幸经历,青春后又碰到精神上的创伤,以及失恋、身患疾病、人际关系不协调、学习成绩不良或其他负性生活事件等,均易于诱发抑郁情绪。即便如此,对于培育身心平衡、心理健康的孩子,这固然是需要学校通过开设心理健康课程、开展主题班会等帮助孩子解压,引导其正确看待挫折与失败,但是更重要的还是家长要转变观念,从只关注成绩转向关注孩子的心灵成长,从做孩子学习的监工转向做孩子信赖的成长伙伴。因为孩子出了问题,父母是第一责任人,应该及时观察、勤于反思、勇于改正,将教育重心转向注重培养孩子健康的人格、善良的品性、良好的习惯和达观的生活态度上。而尤其是在对于学习优秀的孩子,要经常为之松绑,鼓励孩子全面发展,而不是持续在学业上加压。

但无论如何都要认识到,人生是一场长跑,唯有让孩子在心理、品格、学业等方面都做好准备,才可能顺利冲过终点,成为人生赢家。孩子也只有内心强大,热爱生活,乐于交友,具有抗挫折力和创造力,才能成就一番事业。倘若只关注孩子学业,对孩子只有学习成绩一条评价标尺,无疑是让稚嫩的心灵难以承受之重。一旦孩子出现心理问题,乃至发生悲剧,则悔之晚矣!唉。