

写作业到晚上11点 做事磨磨蹭蹭

小学生这些问题可能都是心理导致的

生活报讯（见习记者刘维娜 记者李丹）近日，为帮助青少年解决心理困惑、就业创业、人际关系、情感婚恋、工作压力等普遍性问题，特别是困难青少年的需求。为他们提供专业化、规范化的法律援助和心理健康服务。从9月27日起，黑龙江省委员会联合生活报开通“12355 你的心事我来听”专栏，强强联合，共同发力，为龙江青少年服务。专栏推出后，引起广大读者的关注，纷纷来电咨询，诉说他们的烦恼。本周记者和心理咨询专家王宇老师，针对缓解各个年龄段孩子的压力为大家答疑解惑。

小学三年级学生 1小时作业得写3小时

“妈妈，我困，我想睡觉，我不写作业可不可以啊！”看着眼前困得难受的小毛（化名），小毛妈很无奈。这已经是小毛熬夜写作业的第2个星期了，每天都要写到11点，而小毛今年刚三年级。看着需要睡眠的孩子和一塌糊涂的作业，小毛妈陷入了两难。“我也很无奈，孩子写作业不认真，注意力不集中，总是读错题，作业写错再改，这样恶性循环导致作业写完的时间越来越晚。进入三年级以来，正常一小时能完成的作业写成三小时，总会拖到晚上11点，我也特别崩溃。”小毛妈说，三年级是关键时期，作为妈妈不想让孩子落后，但同时，她也能感受到孩子的学习压力加大，她不知道该怎么帮孩子克服。

王宇老师建议：

这属于心理范畴的观察力和学习能力，需要培养。在孩子身上要采取适合的方式，对于孩子学习中产生的错误，与其惩罚不如用对方法。

第一：练习视觉分辨力，可以用舒尔特方格的方式。每天用不同的舒尔特方格练习，让孩子在短时间内提高阅读能力。在练习时让孩子的身体坐直，眼睛和表格保持30—35厘米距离，眼神焦点放在表格中间，用余光看其他数字。每天训练五分钟或做十张表格，同一张表格不要超过三次。在安静的环境下进行练习，开始之前深呼吸，然后让孩子在心里默默地说，我只负责找到数字并大声读出来，这样有助于孩子把注意力收回来。然后开始一边指一边读，父母在一旁不要出声，负责计时就好。

第二：提高孩子的视觉广度。比如，在路上看快速行驶中的车牌号，能记住车牌号并读出来。

第三：最重要的是练习手眼脑协调。就是通过一些运动训练，比如球类训练，像乒乓球、羽毛球等。

小学一年级孩子 穿衣服半小时吃饭一个小时

“快点穿！”“快点吃！”这是大宝（化名）妈每天说的最多的两句话。“我也不想啊，可是他真的是太慢了。”大宝妈情绪激动地和记者说：“每天穿衣服要穿半个小时，一会儿躺着穿袜子，一会儿坐着发呆，如果不一直提醒他快点穿他就一直磨。吃饭也是，每天第一个上桌最后一下下桌，一顿饭能吃一个小时，吃到最后饭都是冰凉的。我和孩子爸爸都不是慢性子的人，不知道孩子为什么会这样。现在上学了，每天他磨磨蹭蹭地我就更着急。”大宝妈一提到孩子磨蹭的问题，就焦躁得不行。大宝小的时候虽然也慢，但妈妈觉得孩子小可以慢慢来，可随着孩子长大和上学后时间紧张，大宝妈再也受不了大宝的慢了。

王宇老师建议：

一，外部原因，就是家长给做得太多了，导致孩子不愿意自己做，自己做的时候就慢。二，内在原因，可能是孩子的肌肉控制原因，导致他想快也快不了。孩子的内在节奏慢，比如说急性子的人，他做什么事可能都是一首快节奏的歌，但是慢性子的人做什么事都是一首缓慢的歌，内心节奏不一样，做事节奏就不一样。这些原因会导致孩子一个是不自信，另一个直观一点的就是孩子写作业慢，学习受影响。如果他本身节奏慢，还遇上一个节奏快的老师，他可能就听不懂课，直接导致学习受影响，同时积极性也就带动不起来。

如果是外部环境导致的，家长要做的就是允许他慢。什么都不帮他做，让他自己慢慢练习做，但要计时，并和他约定好在计时时间内完成。写作业的时候也要看着他，不能让他停笔，让他一直写。如果是肌肉控制不住和节奏慢的孩子，首先要加强体育锻炼，跳绳和排球都能锻炼手部肌肉，而且能加快频率，节奏和肌肉都能得到锻炼。最后，多给孩子听节奏快的音乐，加快他的节奏感。

小学二年级女生 班级里没有朋友还被笑话

“妈妈，我不想去学校，都没有同学和我一起玩，呜呜呜……”今年二年级的小小（化名）在家长眼里是个懂事听话的孩子，但在班级里她却没有任何朋友，甚至有些同学会笑话她，这让小小妈很无奈。

电话里，小小妈告诉记者，这个问题持续很长时间了，她也找过很多办法补救，但都没有效果，她才求助于心理咨询。“一开始发现这个情况后，我就和小小的班主任沟通了。在老师的帮助下，没有小朋友笑话小小了，但还是没有人愿意和她玩，这也让孩子越来越抵触上学。”小小妈说。

为了拉近孩子之间的距离，她还主动和同学们的家长联系，让孩子们休息期间也能一起玩，可几次

毛细效应实验、水球变“懒”实验……

冰城学生和航天员一起探秘太空

生活报讯（实习生张丽娜 记者吕晓艳）12日，哈市中小学生在再次走进“天宫课堂”，和三位航天员一起探索太空的奥秘，共同体验科技的神奇。毛细效应实验、水球变“懒”实验、太空趣味饮水、会调头的扳手……每一个项目都像一把钥匙，为孩子们打开了全新的世界。

哈市中小学航天创新人才培养联盟77所学校的学生通过组织讨论发言、填写感悟卡、绘画思维导图、绘制太空实验等精心设计的学习活动，让学生们学知识、涨见识、谈感受。

搬家专栏

搬家刊登电话 13796106320

退役军人搬家

18745057660 18845765103

老年公寓

华泽养老院

招自理、半自理、卧床老人，吃的好，住的好，玩的好，对半自理和卧床老人提供专业护理。交通便利，配套设施、药店、洗衣房、食堂、专业医护队伍、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼

电话 0451-51025111, 185-45868225 乘坐 57.58.236 公交车直达

百业信息

电话 13796106320

求购乒乓球台

求购一个旧的乒乓球台，有愿意出让者请与肖女士（15004638917）联系，但只能打短信，不要打电话。

金福来全屋定制 家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所装修；家装、工装整屋家具定制；承接同行二手单柜体定制；工厂一站式服务—设计—加工—安装。

橱柜门、衣柜门定制加工（种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等）；免漆板材加工定制柜体（材料与环保等级自选）。

工厂设有样板展厅，欢迎参观选购。

定制热线 18904515815 15846048899

工厂地址：哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号，金福来家具有限公司

哈尔滨匠心施工团队

承揽：轻辅、整装、单项、木工、油漆、水电工、瓦工。

承接：铜门、不锈钢门、氟碳门、感应门、旋转门、高间隔断、玻璃隔断、铁艺、牌匾、卷帘门、批发各种规格不锈钢板、管材、配件。

哈尔滨市区内可免费上门测量！

欢迎致电 18249724111 13613643307

哈尔滨智融企业管理有限公司

主营项目：财税筹划（应对金税四期，提供专业的税务筹划），代理记账，高新企业申请，企业注册（医疗器械优惠），工商服务。

联系电话：王经理 13101500809

名片、彩页、印刷

免费设计、免费发货

名片/彩页/印刷、宣传册，各种纸质印刷品、价格优惠。

联系电话 0451-82425822

生活报中缝广告

受理地址：哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅

刊登 84681180 电话 15004697804

★中缝刊登的信息不作为双方交易的法律依据，交易时请认真核实相关信息，谨慎付款，自行承担法律责任。★

涉及财税金融、农林开发、医疗卫生

省档案馆独家揭秘 3万余件历史档案

生活报讯（记者孟薇薇）近日，黑龙江省档案馆依法向社会公布馆藏的31798件民国时期历史档案，其中有2万件属于财税金融类档案，还原了当时黑龙江地区社会经济发展各类实业经营状况，还有部分档案是对农林开发、放荒招垦等方面内容的详细记载，从侧面印证了清朝末年以来闯关东移民潮给黑龙江带来的全面开发。此外，还有百年前伍连德博士在哈尔滨抗击鼠疫的全过程等内容，为研究民国时期黑龙江地区社会治理、经济发展、民风民俗提供了新的文献史料和档案支持。今天，就让黑龙江省档案馆的工作人员为我们揭秘这三万多件档案里都藏着啥吧！

透过泛黄故纸 洞见历史变迁痕迹

据黑龙江省档案馆档案整理处处长聂博馨介绍：“民国时期黑龙江省民政厅由清朝黑龙江行省公署民政部逐步演化而来，几经演变成为民国黑龙江省政府下设的机构之一，主要承担地方自治、编订户口、民俗宗教、警务巡防、外事管理等职能。黑龙江省档案馆馆藏民国时期民政厅档案（包括部分晚清时期民政部档案），主要记录了1909年至1932年间民政厅各类政务往来文件，包括财税金融、农林开发、外事管理、气候变

化统计、人事任免、赈灾救济等日常事务类档案，反映了当时民政厅机构变革历程、政务职能行使全貌，再现了民国时期黑龙江地区社会变化、经济发展、人民生活场景。让我们透过泛黄故纸堆，洞见历史变迁的痕迹。”

黑龙江省社会科学院法学所所长冯向辉接受采访时表示：“这批档案对于我们研究黑龙江省民国时期的税收、金融、抗疫、赈灾等等的法律实践活动，提供了最原始的资料，对于我们法律史研究有借鉴和参考价值。”

财税金融档案 还原当时经济发展状况

这批档案，体现了民国政府在财政体系方面进行了改革，改变了封建财政管理体系，为现代财政管理体系奠定了基础。

在近3.2万件档案中，有2万件属于财税金融档案，包括赋税预决算表、财政统计表、官银号业务往来等，通过财税数据还原了当时黑龙江地区社会经济发展、各类实业经营状

况。此类档案体现了民国时期黑龙江地区的经济发展和税收政策，值得去深入研究。

此外，民国时期名目繁多的税收这一大特色，也体现在档案里，烟税、酒税、农业税、牲畜税、粮石出境税等比比皆是，农业税更是下设几种分税，导致民众生活苦不堪言。

閩關東檔案 记载迁徙拓荒史诗

100多年前，因连年灾害，无数人从山东、河南一带来到东北，大量人口迁徙造就了中国近代一次移民大浪潮，即现在大家所熟知的“闯关东”。闯关东类档案作为东北地区具有地方特色的档案，生动记载了这部平民写就的迁徙拓荒史诗。这批档案中对于农林开发、放荒招垦、土地升科等方面内容的详细记载，从侧面印证了清朝末年以来“闯关东”移民潮，移民给黑龙江带来大量劳动力和先进的农业生产技术。

此次公布的馆藏档案中，记载着清末民国黑龙江省推行“移民实边”政策，制定沿边招民垦荒章程，大量人口从关内迁徙到东北，带来大量劳动力和先进的农业生产技术，在大段荒地放尽的情况下，继续文放余荒，使黑龙江地区大量荒地得以开垦，农业、林业得到全面开发。本批次公布档案有记载灾民在黑龙江就垦、民族资本以近代企业组织形式开发农林资源等内容的文件。

医疗卫生档案 记录抗击鼠疫全过程

此外，清末以来黑龙江逐步建立起近代化的公共卫生体系，成功扑灭哈尔滨鼠疫后更是催生出了区域性的东北防疫医疗体系。本批次公布档案内有哈尔滨鼠疫防疫方法、东三省防疫善后、组织北满防疫机关、建立防疫医院和布告治病药方等档案，记载了在哈尔滨鼠疫防治及疫后东北建立近代化防疫医疗体系等内容的文件。

民国时期，政府成立专门机构承担灾害救济工作，形成了具有时代特点的救济体系。黑龙江地区的赈灾事务由民政厅承担，形成了一定数量的赈灾档案，包括勘察灾情、拨发赈款、赈济灾民、救荒济贫等内容。档案里有当地政府派员勘察灾情，拨发赈款、筹办粥厂等方面史料。其中一份档案记录了当时黑龙江地区对援助湖北灾民的经过，当时的政府对灾民安置进行了通盘考量，从分拨荒地、平衡灾民与原住民的利益关系，到房屋修建、开凿水井、到土地划拨都有系统记载。

1910年，被称为“黑死病”的鼠疫也在黑龙江出现，黑龙江民众

在伍连德博士带领下，打破世俗观念、坚持科学防疫，仅用4个月的时间就扑灭了这场瘟疫，创造了医学史上的一次奇迹。这批抗疫类档案呈现了百年前哈尔滨抗击鼠疫的全过程，记录了人类历史上第一次依靠科学手段，在人口密集的城市成功控制传染病的史实。档案里记载了伍连德医生受命于危难之际，挺身来到哈尔滨用先进的防疫理念和高超的医术带领民众勠力同心，共同抗击鼠疫的情形；还有档案更是详细记载了防疫消杀之法，防疫宜用消毒、隔离之法，即疫死尸体、死者衣物需焚化并用硫磺消杀处理；生病之人如何隔离，吃何种药物进行医病等。

采访中，黑龙江省社会科学院历史研究所研究员王敬荣表示：“黑龙江省档案馆此次公布的民国时期黑龙江省民政厅的3万多件档案，能够助力黑龙江史学的发展，也必将提升黑龙江史学的研究水平，充分发挥历史知古鉴今的作用。”

（图片由黑龙江省档案馆提供）