



让孩子参加“成长动力特训营”，好处多多——

有激情很自信 为成长添动力

□记者 杨寒冰

受访专家：

梁光辉，洛阳市未成年人心理健康指导中心首席导师，幸福人生工作坊首席导师，“学生心理援助计划”(SAP)发起人，郑州大学、洛阳理工学院、洛阳师范学院大学生心灵成长导师。

同样一件事，主动去做时，人的状态很饱满，心情很愉悦；被动去做时，心里不情愿，感觉很痛苦。学习是学生的主业，可是，有多少学生是开心、主动学习的呢？这个问题让不少家长揪心。此外，家长们担心的还有以下问题：孩子学习能力不强，不太自信，没有责任心，变得越来越情绪化、难以沟通……

这些问题该怎么解决？怎么快速解决？有没有什么训练方法，能让孩子持续拥有奋进的动力？答案是肯定的：有。我们来看看这两名同学的经历。



1 不再感到“难受” 变得更加优秀

张玉璞是一个开朗、幽默、阳光的女孩，今年从洛阳外国语学校高中毕业，高考成绩为600分(理科)，是全校第五名。

张玉璞说，她曾经也消极过、难受过。高二上学期，她的期末考试成绩不太理想，虽然父母没说什么，但她看得出父母挺焦虑的。高二下学期，面对升学压力，她总有种说不出的难受，和父母要么不怎么说话，要么交流起来很不愉快，“那种感觉无法形容，总之就是很不舒服、很难受”！

心情不好，学习状态自然不佳。张玉璞的妈妈是心理辅导老师，她注意到了亲子关系的变

化以及女儿的苦恼，于是，她自己先报名参加了“成长动力特训营”，通过两天一夜的体验式学习，她的状态有了很大改变。

有感于特训带来的好处，随后，张玉璞的妈妈推荐女儿参加“成长动力特训营”。2013年5月，张玉璞报名参加了“成长动力特训营”，经过特训后，张玉璞说：“感觉好极了，我和妈妈的关系变好了，我们无话不谈，交流十分顺畅。而且，我也有了很大变化，似乎浑身的潜能都发挥出来了。”

“我觉得，这种改变并不是暂时的，可能会影响我的一生。”张玉璞说，“说实话，高三

一年挺苦的，坚持下来并不容易，可是我上高三后就像被学霸附身了一样，学习状态非常好，每天都充满激情，成绩不断提高，迅速从全班20多名到全班前10名。可以说，高三拼的就是意志力，那次特训对我帮助很大，似乎有一股坚持拼搏的精神注入了我的骨髓，我很想变得更优秀。”

点评：梁光辉说，张玉璞本来就优秀，对她来说，“成长动力特训营”可谓锦上添花，让她更加优秀。

2 一度不想上学 如今成绩喜人

曾志(化名)和张玉璞是“成长动力特训营”的同期学员， he 现在是河南科技大学附属高级中学(原东方高中)的高二学生。他说：“我就是个典型。”

曾志凭自己的实力考入河科大附属高中，可进入该校后，他发现班内“高手云集”，自信心减弱，成绩下降，玩心大增。他常常在桌上摊开书本后，偷偷玩手机，或者躲在教室的角落里看小说。他说：“我成了班上的小混混，老师、家长苦

口婆心的劝说对我完全没用，我就是不想学习，也不知道自己具体想干什么。”平时，曾志不和同学交流，爱独处，和父亲的关系也变得不好。

高一寒假过后，曾志干脆不想去学校了。后经人介绍，曾志和他的爸爸一起报名参加了“成长动力特训营”，经过体验，曾志对人生有了新的思考，很想改变自己，于是，他回到了学校。同学们说：“曾志完全像变了一个人。”他每天精神饱

满，认真学习，性格变得温和，和家人、老师、同学相处融洽。父亲节那天，他主动打电话告诉爸爸：“爸爸，我爱你！”

现在，他的学习成绩是全班第八名，被选为班长，在学校的艺术节上，他还当了主持人。

点评：梁光辉说，对曾志来说，“成长动力特训营”可谓雪中送炭，让他更有自信心、责任心，勇于担当。

3 这些真心话 想与您分享

参加“成长动力特训营”还有什么好处？不少学员分享了自己的心得：

“以前，我比较自卑、虚荣，现在，我很自信。遇到困难，我不会再害怕。我无意成为领袖，但是，我必须对我的人生负责，我要主宰自己的人生！”

“之前，我跟父母关系不好，经常吵架，有时会躲避他们，现在，我能理解父母。回家后，我做的第一件事，就是对父母大声说：‘爸爸妈妈，我爱你们！’”

“我曾是一个很害羞的女孩子，和陌生人说一句话都会脸红。我经常把自己封闭在自己的世界里，沉默寡言，没有朋友，我很讨厌这样的自己！但是，我不知道怎么改变自己。‘成长动力特训营’给了我展示自己的舞台，让我勇敢面对自己和别人。我改变了自己！现在，我很爱自己。”

“曾经，我总喜欢逃避，不敢面对现实，不自信。现在，我有了梦想与动力，我是一个可以对自己生命负责的人。”

链接：

“成长动力特训营”是美国体验式学习法的专家经过近30年对成功领袖特质潜心研究，设计的高智能训练课程。

该课程融合十余种国际先进的青少年心理和行为训练课程，结合中国传统文化以及青少年心理特征，综合运用脑科学等十几门学科智慧，采用“加速体验式”学习法，使青少年在短期内快速成长，敢于突破自己，点燃人生梦想，树立自信，把握人生目标，发挥内在潜能。

课程价值：激发内在动力、培养“逆境”智商、增强学习能力、学会释放负面情绪、学会担当、学会团队合作……

“成长动力特训营”暑假期间有两期特训活动，7月的已经满员，8月的正在火热报名中。为答谢本刊读者，推出暑假优惠价：1980元。

活动时间：8月16日至17日，限定人数50名，14周岁以上即可报名，家长可一起参加。

联系人：贾老师 18037919758



通过教育周刊微信公众号报名，立减50元！