

非学科类培训开价令人胆颤

新学期开学了,记者调查发现,一些五花八门的非学科类校外培训也跟着迅速升温,部分非学科类校外培训仍然存在收费乱、门槛低等问题。

► 收费 动辄上百课时包 一次可收近四万元

周末,位于北京东四环附近的商场恢复了热闹,一度冷清的艺术、体育类培训机构也重新活跃起来。在一家主打美术教育的机构里,每周教室都坐得满满当当。

“我们会根据孩子年龄安排相应课程,比如六七岁的话,教孩子做手抄报、古诗词插画,再往后,就对临摹和写实要求更高一些。”工作人员拿出一份2023年春季新生收费价目表介绍道,“试听当天报名有赠课,48课时优惠后是16800元,96课时优惠后是28800元,144课时优惠后是39600元。”

价目表上,还列有研学比赛专项课包,价格在3600元到8800元不等。“这是专门针对考级比赛推出的,大一点的孩子除了报96课时或144课时的常规课以外,还可以再报一个专项课包,这样性价比更高。”

记者注意到,十三部门联合发布的《关于规范面向中小学生的非学科类校外培训的意见》(以下简称《意见》)强调,培训机构不得一次性收取或以充值、次卡等形式变相收取时间跨度超过3个月或60课时的费用,且不得超过5000元。但调查中发现,动辄上百课时、一次收费万元的情况仍然普遍存在。

以一家篮球培训机构为例,工作人员介绍称,目前推出的开学季活动以储值方式接收新学员,储值金额10000元起步,另外还有20000元和30000元两档可选。

一些机构尽管也提供短期小课包,却还是极力推销远超5000元的大课包。两者相比,小课包往往算下来单价高出许多,让家长陷入两难。

在购买了舞蹈课包后,小米妈妈又和朋友拼了一份乒乓球课包。“不拼不行啊,自己用周期太长,中间担心发生变故,买小课包又太贵了!”

小米妈妈回忆,孩子刚上幼儿园时,和同班另一位女孩一起学舞蹈。“原本机构不同意共用一个课包,软磨硬泡之下答应了,同时设定了一个条件,必须购买店内最大的120课时才行。”大课包价格近1.5万元,分下来每人7000元出头,也还是比单独购买60课时要便宜2000元。算上停课、机构放假、孩子生病等,这个课包足足上了两年。“好歹算是用完了,我们有一张单独使用的游泳卡,还没等课时用完,机构就跑路了。”

这次的乒乓球,同样是60课时、收费上万元的大课包。工作人员表示,机构约课灵活,只要孩子有时间都可以约。但小米妈妈认为,这只是机构在模糊收费时间跨度。“等到开学了,孩子也没法天天来啊,就算一周去三次,也要20周,大大超过3个月。”不得已之下,她才选择给孩子找一个能拼课的小伙伴。

► 资质 师资情况不明晰 证书含金量有限

从业人员是否具备相应资质,往往是衡量培训机构是否正规的重要标准。然而,记者调查发现,非学科类培训机构师资水平参差不齐,存在鱼龙混杂的情况。

在北京一幢培训机构较为集中的商业楼宇内,某跆拳道馆工作人员介绍,店内教练有的是省队退役运动员,有的是体校跆拳道专业出身。但他们退役或毕业后,是否考取相关证书,他并不十分清楚。“教练的能力肯定没问题,我们招聘时都会进行现场考核筛选,一展示就能看出来水平怎么样。”

一家面向4岁以上儿童的围棋馆门口,坐着几名等待孩子的家长。有家长指了指墙上老师介绍中提到的“业余三段”“业余五段”表示疑惑,“这算是证书吗?我们也不懂。”她坦言,其实自己老伴也会下围棋,但没法给孩子讲,孩子也不乐意听。“到这儿一试课,孩子能接受,价钱别太贵就行了。”至于老师的院校出身、专业资质等,她不了解,也没有特意去关注。

经营着一家小型艺术机构的方女士透露,她这里没有全职老师,都是长期合作的兼职大学生。来上一次课,就按时间给一次费用。这两年,这样的运营方式帮助她在无法开课时节省了不少人力成本。

不过,这样的做法其实并不合规。此次印发的《意见》规定,在师资条件方面,所聘从事培训工作的人员必须具备体育、文化艺术、



科技等相应类别的职业(专业)能力(具体由省级以上主管部门明确)或具有相应类别的教师资格证书。

在体育类培训方面,国家体育总局办公厅此前还曾印发《课外体育培训行为规范》,要求课外体育培训主体的执教人员应持有体育教练员职称证书,社会体育指导员职业资格证书等至少一种证书。第十三条规定,课外体育培训主体应公示执教人员的姓名、照片、资质证书编号等信息。

记者调查发现,也有一些培训机构按照要求对执教人员信息进行了公示。某轮滑馆里,可以看到数张中国轮滑等级教练员证。据持证员工介绍,证书考取门槛并不高,一般参加3天到4天的培训都能通过。

另一家体育机构里,墙上张贴的教练介绍中展示了各自所持的上海市社会体育指导员证,等级为三级。记者查询发现,该证书的获取更为简单,广大市民可以通过小程序“零门槛”直接免费报考三级。培训课程皆为线上学习,完成学习内容后参加线上考试,公共与专业课程考试达到60分以上就能拿证,最快只需两天。

► 考级 应试思维走过场 日益泛滥水分大

“现在不管学什么都要考级,一到寒暑假,基本就是围着考级转,还得上集训班,孩子痛苦,家长也没少花钱。”程蕊的女儿今年9岁,从小学习钢琴、舞蹈和美术,多次参加各类考级,“没打算让孩子走专业道路,可不考

的话也有压力,毕竟班上其他孩子都能拿出一摞证书,老师也总劝着让考。”

据了解,考级几乎已成为非学科类校外培训的必经之路。一家艺术中心在入口处打出“免费试听”的广告,培训内容涵盖钢琴、声乐、书法、美术、架子鼓、小提琴、口才等。楼梯转角处,一张大红色的喜报赫然列出通过考级的学员名单。

“6岁孩子可以学儿童画,每周一次课,半年左右就能开始考级,后面差不多也是半年一考级,小学阶段就能把最高级拿下来,对小升初很有帮助的。”工作人员称,机构本身就可以作为考点,但考级也不一定都要现场画,“一般交作品就行,老师可以给辅导,通过率在95%以上,只要跟着学,基本都没问题。”

在音乐类培训方面,考级同样是重头戏。作为过来人,小雪对考级满腹怨言。“有的琴行或者机构为了提高考级通过率,反反复复只练那几首考级曲目,其他一概不管,典型的应试思维。”在备感煎熬的考级过程中,小雪原本对小提琴的兴趣消磨殆尽,“考完以后再也不想碰,回头再看那些证书觉得有点可笑。”

这些年来,考级日益泛滥的同时,有关考级的争议也从未停歇。以美术为例,全国人大代表、陕西省美协副主席宋亚平曾在全国两会中提交了《关于加强美育、完善教育评估机制,制止儿童美术考级的建议》。她认为,各种儿童美术考级泛滥,一些考级点不具备评价的资质,标准也越来越低,导致现在模式化的作品盛行。

此次印发的《意见》中,也明确要求严格招生工作纪律,不得将非学科类校外培训结果与大中学校招生入学挂钩。规范并减少面向中小学生的体育、文化艺术、科技类考级活动,各类考级和竞赛的等级、名次、证书等,除另有规定外,不得作为体育艺术科技特长测评、招生入学的依据。

本报综合消息

做好这些事,帮孩子摆脱开学焦虑

孩子在开学这段时间出现焦虑和抑郁情绪是很正常的,不用过度紧张,担心他们患了焦虑症或抑郁症。大部分孩子的返校焦虑、抑郁情绪都比较轻,但性格较内向或处于青春期,特别是13岁—14岁年龄段的孩子,容易出现较重的焦虑情绪。

随着寒假结束,中小学生在陆续开学。但林先生却对自己的孩子有些担心。今年初三的小林出现了紧张、焦虑、烦躁等负面情绪,对“返校上学”产生了剧烈的厌恶。林先生只好寻求心理专家的帮助,对小林的负面情绪进行调节和纾解。

小林这种现象在一些媒体报道中,被概括为“返校忧郁症”,即想到开学后复杂的人际关系和繁重的学业,孩子产生焦虑、恐惧、抑郁的情绪,对返校存在心理阴影。正值开学季,一些孩子出现了不同程度的“返校忧郁症”。

如何判断“返校忧郁症”的严重性?家长们又该如何应对?近日,为了帮助孩子们更加健康、安全、顺利地适应开学生活,记者就相关问题采访了专家。

青春期更易出现“返校忧郁症”

“‘返校忧郁症’或‘开学焦虑症’,是对孩子们在开学时间节点附近出现焦虑、抑郁等负面情绪现象的一种通俗说法。”中日友好医院心理门诊副主任心理师王彦玲在接受记者采访时表示,“从一个比较轻松的状态进入一个比较紧张的状态,孩子们或多或少都会存在一定的焦虑和抑郁情绪。”

王彦玲告诉记者,孩子在开学这段时间出现焦虑和抑郁情绪是很正常的,不用过度紧张,担心他们患了焦虑症或抑郁症。“在心理专业研究、心理咨询或临床诊断中,对焦虑症、抑郁症的确诊有严格要求,例如,焦虑必须持续半年以上才可能是焦虑症。同时,焦虑和抑郁也有比较明显的区分:焦虑多表现为紧张、烦躁、失眠、容易发脾气、头疼或恶心,而抑郁则以情绪低落为主,表现为情绪低沉、心情不好、比较悲观,失去做事的动力。不过,焦虑和抑郁这两者常常伴发出现。”王彦玲介绍。

根据多年观察和经验,王彦玲表示,大部分孩子的返校焦虑、抑郁情绪都比较轻,但

性格较内向或处于青春期,特别是13岁—14岁年龄段的孩子,容易出现较重的焦虑情绪。

这和北京体育大学心理学院讲师、硕士生导师孙美荣的感受不谋而合。在她看来,小学低年级学生的“返校忧郁症”并不严重,而小学高年级和初高中学生,特别是面临升学压力的学生,会出现较严重的“返校忧郁症”。

中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告(2019—2020年)》显示,抑郁随着年级的升高而升高,小学阶段的抑郁检出率为一成左右,其中重度抑郁的检出率约为1.9%—3.3%,初中阶段的抑郁检出率约为三成,重度抑郁的检出率为7.6%—8.6%,高中阶段的抑郁检出率接近四成,其中重度抑郁的检出率为10.9%—12.5%。

“青春期孩子更容易出现焦虑、抑郁情绪,可能是因为他们面临着更大的学业压力和更复杂的人际关系。”学之郎青春期积极心理训练中心创始人倪志勇说,孩子和家长之间的矛盾和冲突,也容易成为“返校忧郁症”的“导火索”。

“返校忧郁症”会有这些表现

“返校忧郁症”具体有哪些表现,家长该如何判断其严重性?

“如果在开学前后,孩子出现情绪低落、心烦意乱、容易发脾气、觉得疲劳、记忆力减退、注意力不集中、失眠,或者有头痛、胃痛等身体不适,那家长可能需要关注一下孩子是否有‘返校忧郁症’了。”王彦玲说。

倪志勇认为,家长应关注孩子生活作息、行为习惯两个方面。如果孩子生活作息开始不规律,经常晚睡、电子游戏成瘾程度较高,频繁出现皱眉、闷闷不乐、抱怨“不想上学”等行为,那么很可能出现了“返校忧郁症”。他特别指出,如果上述现象持续半年或以上,孩子可能长期焦虑、抑郁情绪未得到纾解,此时,家长需要高度重视孩子心理健康问题。

他提醒家长注意:“对有些孩子而言,‘返校忧郁症’可能只是表象。他可能一直有潜在的焦虑或者抑郁情绪,只不过因为返校这一时间节点将其暴露出来。”

倪志勇认为很多家长需要改变观念。“很多家长错误地定性了孩子的行为,认为孩子出现抱怨、焦虑、抑郁等负面情绪是‘吃不

得苦’‘太矫情’。家长需要更多地理解孩子,焦虑和抑郁就像心灵的‘发烧感冒’,不能讳疾忌医,而早期抑郁、焦虑是很容易解决的。”

但在关注和重视的同时,家长也不能自乱阵脚。

“据我观察,不少家长比孩子还焦虑。”孙美荣告诉记者,由于孩子的作业需要家长监督或帮助完成,开学前后,家长的焦虑也是一个普遍的现象。

专家建议,家长应该以身作则,不要向孩子传递焦虑情绪,在和孩子沟通过程中出现矛盾的时候,要让自己先平静下来,让孩子放松、完整地表达,多鼓励孩子并引导其以积极的态度面对开学季。

多种方式帮助孩子尽快调整适应

对于避免“返校忧郁症”,平稳顺利地适应开学生活,专家提供了多项建议。

调整作息是专家给出的第一个重要建议。“让孩子早睡早起,尽快适应上学的作息。”孙美荣表示。

其次,适当营造学习氛围。比如,家长可以给孩子购买一些文具和书籍,每天和孩子一起收拾书包,一起讨论带什么东西去学校,在这些问题上给予孩子一定的自主性。同时,还可以鼓励孩子对学习内容进行复习或预习,引导孩子逐渐进入学习状态。

此外,多和孩子进行沟通。家长可以引导孩子用更加正面、积极的态度思考返校生活。比如,今天和同学们聊了什么有趣的事或又学到了哪些新知识,鼓励孩子和同龄人交流,关心孩子的人际交往,定期了解孩子的感受。专家提示,在和孩子进行沟通的时候,要避免出现“大口号”“严要求”,多肯定孩子的进步,在安排学习任务时要更加具体可行,如坚持每天做5道算术题来提高算术能力。

同时,学校教师也能对孩子起到帮助作用。例如,在开学后1周—2周不安排过多的学习内容,给学生留一些适应时间。

专家还提醒,开学后,孩子反馈“白天晕乎乎的”,出现大脑不清醒、易疲劳、注意力不集中等现象也很正常,一般2周左右会好转。此时,可以帮助孩子转移注意力,鼓励他做自己感兴趣的事,如听音乐、运动等,避免孩子处于焦虑状态。

本报综合消息