



6月10日上午,第八届家长大会在滨州职业学院开幕。此次大会吸引了中国积极心理学发起人、清华大学心理与认知科学系教授彭凯平,中央团校(中国青年政治学院)原党委书记、常务副院长,中国农业大学特聘教授、博士生导师陆士桢,中国残联副主席、北京安定医院原副院长、知名儿童心理教育专家郑毅,北京青少年法律援助与研究中心主任、知名法律专家佟丽华等作主旨报告。今日本报刊登大会部分专家报告,期待对更多的教师和家长有启发作用,以聚力打造全国“家校社协同共育”新高地。

□晚报记者 石雪婷 宋静涵 刘凯铭

彭凯平:中国积极心理学发起人,清华大学心理系教授、博士生导师

以积极心态应对AI时代青少年的“四无”挑战



彭凯平以《AI时代,如何培养孩子的积极心理品质》为题,作了主旨演讲。他从积极心理学的视角,为AI时代的家庭教育提供“破局之道”。

彭凯平团队基于对中国42万多名中小学生的追踪调查,揭示出当代青少年“四无”现象:学习无动力、对真实世界无兴趣、社交无能力、生命无意义感。

识别孩子心理问题的四大关键预警信号需引起家长高度警惕:情绪与行为的突然、持续改变;身体状态的持续异常,可能是心因性身体反应;社交退缩;危险言语表达,尤

其是表达“无用”、“无望”、“无尽痛苦”的“三无”感受。面对“四无”困境,彭凯平提出破解之道的“四个连接”:与大自然连接、与身体连接、与他人连接、与心灵连接。

今天的学生们不仅面临着同代人的竞争,更面对着颠覆式技术所带来的时代竞争。能在竞争中胜出的,一定不是只会动手动脑的人,而是既会动手,也会动脑,还会动心的人。作为家长,应重视对孩子同理心、自控心、道德心和智慧心的培养,以言施、身施、眼施、颜施、心施的方式增强孩子的积极情绪,建立正向的神经回路。

郑毅:中国残联副主席、北京安定医院原副院长、知名儿童心理教育专家

全球视角下的青少年心理健康:早期干预与国家战略



郑毅以《中国青少年心理健康问题与对策》为题,作了主旨报告。他指出,儿童青少年心理健康问题并不是哪个国家、哪个文化或哪所学校特有的问题,而是全球共同的公共卫生问题。

最新研究结果显示,约三分之一(34.6%)精神心理问题发生在14岁以前,一半(48.4%)在18岁之前,抑郁症、焦虑症等常见心理问题多在青春期出现前驱症状。一项纳入1225名儿童和青少年的研究发现,早期报告的心理问题多为情绪问题或多种问题重合,最终仅有14.7%的人持续存在同样的心理问题。生命早期(儿童和青少年阶段)不良经历与不同时期心理健康结局关系密切,不良社会环境因素持续累积将对心理发展造成短期和长期的负面

影响。郑毅认为,中国工业化和城市化进程,对儿童和青少年心理健康产生了持续影响。社交孤立,饮食和睡眠习惯改变,活动空间和运动的不足,学习压力,住房问题,噪音问题等都是精神障碍的风险因素;还有“留守儿童”和“流动儿童”问题。

2023年10月10日,是第32个世界精神卫生日。国家卫生健康委将当年的宣传主题确定为“促进儿童心理健康 共同守护美好未来,呼吁全社会共同关注儿童青少年心理健康”。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》标志着加强学生心理健康工作上升为一项国家战略,摆在更加突出、更加重要的位置。

陆士桢:中央团校(中国青年政治学院)原党委书记、常务副院长,中国农业大学特聘教授、博士生导师

破解家庭养育冲突 助力孩子健康成长



陆士桢以《学习习近平总书记家庭教育重要论述,做新时代智慧家长》为题,作了主旨发言。她认为“读懂孩子”是核心关注点。家长不能简单地将自己的价值观和期望强加给孩子,而应深刻理解孩子所处的环境以及他们内心的真实想法。每个孩子都是独特的个体,有着不同的兴趣、潜质和情感需求。

平等的亲子关系是家庭教育成功的基础。家长应该把孩子当作一个平等的个体来看待,尊重他们的想法和感受,而不是以“我为你好”为由高高在上地指挥和命令。在家庭中,家长与孩子之间的沟通应该是平等的、开放的,家长要学会倾听孩子的声音,理解他们的困惑和需求。

家长应该尊重孩子的兴趣和选择,而不是单纯追求功利性的成功。每个孩子都有自己的独特潜质,家长应该通过观察和引导,帮助孩子发现

自己的兴趣所在,并在此基础上为他们创造良好的成长条件。

在家庭教育中,沟通是必不可少的环节。家长在与孩子沟通时,应该先了解孩子的想法,然后再提出自己的建议。同时,家长要注意自己的语气和态度,避免过于严厉或用指责性的语言,以免伤害孩子的自尊心。比如用故事、比喻等方式来表达自己的观点。此外,家长还可以通过一些具体的活动,如一起阅读、一起运动等,来增进与孩子之间的感情和交流。良好的沟通能够让孩子感受到家长的关爱和支持,也能够帮助家长更好地了解孩子的内心世界。

在孩子的成长过程中,家长应该以爱与尊重为基础,为孩子创造一个健康、积极的成长环境,帮助他们树立正确的人生观、价值观和世界观。

佟丽华:北京青少年法律援助与研究中心主任、知名法律专家

数字时代家长责任 培养未成年人网络素养与安全



佟丽华以《提升家长网络素养,保障未成年人在数字时代健康成长》为主题,作主旨报告。他认为人类社会快速进入数字时代给未成年人成长带来了全面的挑战,培养未成年人网络素养是数字时代未成年人健康成长的基础,培育未成年人的网络素养要从家长带头做起。

佟丽华认为提升家长网络素养需要首先关注三个问题,网络不是法外之地,要尊重网络世界的规则;防范网络沉迷,养成良好上网习惯;防范网络安全风险,保障自身合法权益。

家长需要了解未成年人网络保护工具,养成保护个人信息的良好习惯,学习应用未成年人模式,学习应用未成年人网络欺凌防护功能。

佟丽华强调,解决学生欺凌本质上还是一个教育的过程。从这个角度来说,学校、家长本着解决问题的方式来化解矛盾,预防学生欺凌的发生。当然,严重的欺凌必须依法来严肃处理。要强调的一个问题是,从中小学校的角度来说,在给实施教育惩戒的时候,要明白这是教育的方式,其次要依据校规校纪依规来进行。