

“手机依赖”“亲子对抗”“学习内耗”等育儿难题如何破解，全省学校家庭教育公益大讲堂支招——

## 读懂孩子的真实诉求



日前，2025年全省学校家庭教育公益大讲堂最后一场活动在泉州举行。本次活动以“为成长护航：家校同心，预防孩子心理风险”为主题，特邀大庆师范学院家庭教育与心理健康研究中心孙丽杰教授主讲，全程面向全省同步直播，为广大家长送上破解“手机依赖”“亲子对抗”“学习内耗”等育儿难题的专业指南，为青少年心理健康防护筑牢家校协同防线。

□融媒体记者 陈森森 通讯员 黄雪云



家长肯定的眼神能给孩子带来巨大的心理能量(CFP 图)

### 四步调整育儿方式 家校协同守护成长

“现在的孩子最在意父母的笑容，最渴望‘被需要’。”孙丽杰教授对当代孩子的成长需求有着深刻洞察，她表示，家长一句“你帮妈妈看看行不行”的信任、“我孩子真行”的肯定，就能给孩子带来巨大心理能量。

在她看来，好的教育不是复杂理论说教，而是“不教胜似教”的智慧：是张弛有度的包容，是融入日常的陪伴，是留给童年的温暖回忆。她提醒家长，育儿要“小事见情商”，别动辄给孩子贴“不合群”“不爱玩”的标签，更不必过度焦虑，“日常多防范，遇事不追责”，才能用理性与温柔守护成长。

讲座现场，孙丽杰教授围绕青少

年十大心理风险展开解读：从手机依赖、游戏成瘾、师生同学关系不和，到焦虑抑郁、自伤自残倾向、完美偏执性格；从“除学习没爱好”的失衡、“在校好回家内耗”的反差，到手机管控引发的亲子冲突、新环境恐惧、事前焦虑，再到亲子关系“偏一方斥一方”的问题。她指出，这些现象实则都与家庭育人方式相关，并拆解背后逻辑，帮家长读懂孩子的真实诉求。

针对家庭育人困境，她还梳理了八种高风险家庭类型及解决方案：无论是“无力型家长”的挫败、家庭不和的阴影，还是过度关注学习的失衡、“忽视型”“内向型”家长的陪伴缺失；

无论是“过度关爱”的溺爱、“打骂吼叫”的伤害，还是“早期不教后期难教”的被动，或是孩子完美主义的高压，家长都能在讲座中找到破解思路。

“孩子的‘问题行为’，是心理需求的‘信号’。”孙丽杰教授建议，家长要透过现象看本质：厌学、成绩下滑可能是家庭氛围沉闷；人际关系紧张或许是家庭矛盾外显；被霸凌隐忍可能与家庭“强势沟通”有关；情绪对抗实为求助；身体不适当是心理痛苦的“躯体化”；突然拒学可能是合理需求未被看见。

为帮家长调整育儿方式，她提出“四步调整法”：一是营造“孩子爱回、愿玩”的家庭氛围，让家成为心灵港

湾；二是优先维护夫妻关系，牢记“夫妻第一、亲子第二”，和谐家庭是成长基石；三是信任孩子，允许其在使用手机中学会自我管理；四是家长专注自我成长，“关注自己多于孩子”，用积极状态做榜样。

在推动家校协同上，她建议：家长需与学校要求一致，形成教育合力；家庭有特殊情况及时与学校沟通求助；用高情商处理小事，避免矛盾激化；保持理性不焦虑，注重日常防范、事后不追责。“每个‘问题孩子’都是折翼的天使，需教育者引领，更需家长觉醒成长。”她呼吁，家校同心联动，才能为孩子撑起成长“保护伞”。



好的教育是融入日常的陪伴(CFP 图)

### 技术赋能教育管理 构建四级联动机制

作为全国学校家庭社会协同育人试验区，泉州在推动家校协同育人方面已探索出特色路径。目前，我市已建立“教联体”家庭教育指导中心、心理健康服务中心、综合实践活动中心三大平台，为家校协同提供全方位支撑。

下一步，泉州将以技术赋能教育管理，构建“市—县—校—师”四级联动的数字化机制：通过拓展平台应用场景，实现资源共建共享、数据互联互通，减少工作壁垒、缩短耗时，减轻教师与管理者负担；推进教育服务“一网通办”，集成线上申报、评审等功能，打破空间限制，提升群众办事便捷度与满意度，为全省协同育人提供“泉州经验”。

据了解，本次公益大讲堂是2025

年全省学校家庭教育系列活动的收官之作，既是聚焦青少年心理健康的指导意见，也是推动家校协同的实践交流。活动直播吸引了全省众多家长与教育工作者观看，大家纷纷表示，讲座内容实用、指导性强，为后续科学育儿与家校协作提供了清晰方向。

“每个孩子的成长都值得用心守护，每一次家庭教育的觉醒都能照亮孩子的未来。”泉州市教育局相关负责人表示，未来将持续整合优质资源，开展更多家庭教育公益活动，推动家长教育理念更新，凝聚家校协同育人合力，为青少年构筑心理风险“防护墙”，让每个孩子都能在阳光下健康成长、逐梦前行。

## 助力新疆乡村振兴 昌吉学员来泉州实训无人机技能

本报讯（融媒体记者陈森森 通讯员苏诗文 文/图）近日，2025年新疆昌吉市供销社乡村振兴就业人员无人机职业技能培训学员走进泉州农业学校学习。该校依托农业教育底蕴和专业优势，安排专任教师授课，为昌吉市乡村振兴人才搭建学习与实践平台。

该校农林系王金福老师讲授了“飞防农药辨识与药剂配置”课程。他从农药基础理论入手，深入讲解了飞防农药配置要点，并结合大量真实案例，将理论与实践融合。信息技术系吴梅燕老师讲授了“农业植保无人机的应用”课程，系统讲解了植保无人机地块规划、参数设置及作业执行等环节。在老师指导下，学员们逐步掌握操作流程，能独立完成起飞、飞行、喷洒和降落等操作。

下一步，该校将继续发挥专业特长，不断优化培训内容与方式，为智力援疆和乡村振兴事业贡献更多力量。



培训现场，老师手把手指导学员逐步掌握无人机的操作流程。

## 全市体育老师 比赛教学技能

本报讯（融媒体记者张君琳 通讯员林娜）近日，由泉州市教育局主办、泉州幼儿师范高等专科学校承办、泉州市教育科学研究院协办，2025年泉州市义务教育阶段体育教师教学技能培训班暨选拔比赛活动在泉州幼儿师范高等专科学校东海校区举行。来自全市的12个代表队及各市直学校，共109名小学和初中体育教师参加此次比赛。

本次比赛以“提升专业素养、锻造卓越队伍”为目标，通过团队广播体操表演赛、教学设计、观评课、专项技能、模拟微课教学等五大项目的系统设计与实施，全面考察教师的综合素质与教学能力。在为期五天的比赛中，参赛教师以扎实的专业功底和饱满的精神状态投入每一环节。广播操动作整齐划一、精神昂扬；教学设计理念新颖、结构严谨；观评课见解独到、分析入理；专项技能展示各显其能、精彩纷呈；微课教学情境生动、富有创意。整场比赛组织周密、节奏紧凑，既展现了新时代体育教师的风采，也搭建了相互学习、共同提升的专业平台。

此次活动不仅有效提升了参赛教师的专业能力，更为我市建设高素质、专业化体育教师队伍奠定了坚实基础，有力推动了泉州义务教育阶段体育教育质量的整体提升。

### 课堂全方位创新 职教数智化转型



学校积极探索课堂创新模式

本报讯（融媒体记者陈森森 通讯员李晋源文/图）近日，以“AI赋能教学，数智提升实效，创新课堂模式，提升学生综合素养”为主题的市级教学公开课校际观摩研讨活动，在泉州市泉中职业中专学校举行，来自全市29所中职学校的161名教师齐聚一堂，共探职业教育数智化转型与高质量发展新路径。

本次活动核心亮点聚焦AI技术与学科教学的深度融合，各专业课堂尽显数智魅力。动漫专业借助AI表情生成工具、色彩分析系统，让创意教学更鲜活；汽车专业通过AI数字人视频直观解析尾气成因；平面设计课堂融合AI与PS极坐标功能，高效产出高视觉冲击力海报；信息技术课用AI智能推荐优化《WPS 多级排序实战》教学；音乐与钢琴课堂依托AI声乐分析、指法可视化系统，让艺术教学更精准；思政与教育学课程则通过AI案例库、幼教模拟系统，深化素养培育实效，全方位展现了学校课堂创新与学生素养培养上的探索成果。

研讨环节中，参会教师围绕课堂设计创新性、AI技术适配度、学生反馈有效性等核心话题深度交流，在观点碰撞中分享可借鉴的教学方法，凝聚起职教数智化改革共识。

### 泉州两位教师 全国大赛获佳绩

本报讯（融媒体记者陈森森）日前，2025年全国青少年科技创新大赛科技辅导员创新成果竞赛等整合而成，是科技教育工作者与未来教师的高水平交流展示平台。我省选派的13名科技辅导员表现亮眼，斩获一等奖7项、二等奖2项、三等奖4项，一等奖数量与总成绩均居全国前列。泉州两位教师在此次大赛获佳绩，泉州市实验小学陈陈燕平的“数显耳机模型”项目获二等奖，晋江市陈陈民族中学吴延庆的“晋江‘蓝色海湾’红树林根系对海水中鞋材污染物的吸附和降解研究”项目获三等奖。

省科协高度重视青少年科技教育，每年通过举办省级竞赛、开展骨干培训、定点帮扶等方式，强化科技辅导员队伍建设，有效提升其科学素养与指导能力。下一步，我省将持续推进青少年科技教育高质量发展，营造科技创新浓厚氛围，助力培养更多科技创新后备人才。