

## 走出“成长的烦恼”

——《新闻沙龙》邀请相关人士座谈青少年教育

## 嘉宾圆桌

tabinyuanzhuo

政协委员、莆田贤良港天后祖祠  
董事会董事长林自弟：  
传承妈祖文化 争做美德少年

11月29日，湄洲日报社举办第129期新闻沙龙，邀请相关人士聚焦青少年教育进行探讨和支招，凝聚家校社合力，共同呵护青少年健康成长。

“国无德不兴，人无德不立。党的二十届三中全会对构建中华传统美德传承体系作出部署。我们应进一步弘扬中华传统美德，结合莆田实际，发挥妈祖文化作用，做好青少年教育工作，引导他们践行社会主义核心价值观，做德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。”市政协委员、莆田贤良港天后祖祠董事会董事长林自弟在新闻沙龙上说。

林自弟认为，作为中华优秀传统文化的重要组成部分，妈祖文化“立德、行善、大爱”的精神内涵与社会主义核心价值观高度契合。近年来，贤良港天后祖祠发挥中国作家协会杂文委员会创作基地、中华诗词创作基地和莆田市爱国主义教育基地作用，多次开展“妈祖文化大讲堂”和研学活动，让青少年更好地了解妈祖文化的精神内涵、时代价值，以妈祖精神引导和教育青少年心存善念、践行大爱，从中感悟妈祖文化中的孝悌，树立起正确的



的世界观、人生观和价值观。

林自弟建议，在日常思政课上，学校可结合实际，有条理梳理、总结和深入挖掘妈祖文化的精髓，将其融入思政课程教学设计体系。结合新时代传播规律，创新教学方法，结合视频、文化体验、问答、民乐、舞蹈、社会调研、志愿服务、文化体验等形式，以案例教学、讨论式教学、实践教学等方式，在互动和体验中让学生加深对妈祖文化的理解，营造互帮互助的氛围。通过增强教学的针对性和实效性，让学生更好以妈祖精神为引领，锤炼品德修为，做对社会有用的人才。

省中小学心理健康教育领銜名师、  
市心理健康教育领銜名师陈伟：  
防范心理危机 提供坚强后盾

“从青少年的心理特点来看，成长的过程出现这样或那样的烦恼是正常的。”新闻沙龙上，省中小学心理健康教育领銜名师、市心理健康教育领銜名师陈伟说，青少年是人生心理发展的关键时期，面临着学业压力、人际关系、自我认知、情绪调节、青春期“身心动荡”等多方面的挑战。

陈伟认为，如今，“内卷”现象日益凸显，给孩子带来了巨大的压力。在多方面因素作用下，青少年可能出现情绪与行为的心理失衡状态，它具有突发性、隐蔽性、复杂性等特点，需要提前预防、及时准确识别并采取有效的干预措施。如果家庭氛围不和谐、教养方式不合理、亲子沟通不顺畅，任由青少年“成长的烦恼”持续发酵，可能会演变成“心理危机”。

近年来，我市教育部门多次发文推动建立中小学心理健康教育长效机制，为青少年心理健康保驾护航。陈伟所在的名师工作室积极响应，带领成员们在一线教育实践中探索构建一套家校社协作的青少年心理危



机应对体系，提升青少年的心理健康水平，呵护他们身心健康成长。

陈伟建议，学校要丰富青少年的课余生活，给青少年留出心理缓冲与调节的时间和空间。家长们应关注和重视孩子的心理健康，在情感上理解，在行动上支持，让孩子感受到自己有坚强的后盾。学校顺应学生心理特点，家庭保持良好亲子关系，社会加大科普宣传力度，三方合力形成全方位、多层次的支持网络，能够更好地帮助青少年走出“成长的烦恼”，让他们的内心世界更加强大，以阳光自信的心态迎接未来的挑战。

湄洲湾职业技术学院健康教育中心主任许星瑶：  
倾听孩子心声 呵护身心健康

“我们应该提供优质的服务与保障，着力解决学生的‘心问题’，让他们走出困境，促进学生身心健康发展。”湄洲湾职业技术学院健康教育中心主任许星瑶在新闻沙龙上说。

“守护好孩子心理健康是一道社会必答题，也是一道社会难题。”许星瑶表示，对于青少年出现心理问题，家校医社要予以高度重视，针对不同的问题，采取不同的处理方式，构建心理危机防控“早监测、早预防、早预警、早干预”防线，积极寻求专业医院治疗，帮助学生度过心理危机。特别需要提及的是，如果孩子出现严重心理问题，通常也需要以家庭为单位寻求专业帮助。让父母与孩子一起走出困境，共渡难关。

“应该意识到当下唯分数论的教育理念会给孩子增加焦虑和压力。”许星瑶说，长期处于高压环境下，学生容易出现焦虑、抑郁等心理问题，丧失学习和生活动力。充足的睡眠时长是身心健康的重要条件，睡眠不足、缺乏课外休息时间和高压的学习氛围进一步加剧了学生身心疲惫的状态。因此，要倡导正确的人才观、成才观、教育



观，尊重学生的个性差异和多元发展。要给予不同禀赋的学生以多元化出路，不管是普通教育还是职业教育，都让孩子们能有上升的空间、美好的未来。正如习近平总书记指出的，“努力让每个人都有人生出彩的机会”。

“我们要让孩子相信自己未来可期，这样他们才能奔赴山海迎接更好的自己。”许星瑶说，无论是落实“双减”政策，培养青少年文体兴趣，还是加强生命教育、安全教育，健全学生欺凌防控机制，都需要大家共同行动起来，让每个孩子皆能在一个充满爱、支持和理解的环境中健康成长。

莆田开放大学继教处副主任、市家校社协同育人工作专班宣传推广组组长吴琳群：  
家校社聚合力 协同护航成长

“谈到青少年的健康成长，一个绕不开的话题就是家庭教育。”新闻沙龙上，莆田开放大学继教处副主任、市家校社协同育人工作专班宣传推广组组长吴琳群说，近年来，家庭教育受到社会各界的广泛关注，它已经不再是家庭内部的“小事”，而是学校、家庭、社会都十分关注的国家“大事”。

吴琳群说，值得欣慰的是，越来越多的家长开始有意识地接触家庭教育相关知识。但我们也要清醒地看到，现实中，家庭教育还有很长的一段路要走。比如，家长主动学习的少，把家庭教育等同于心理咨询，学习资源匮乏，碎片化学习居多等。因此，成立专业的家庭教育指导机构非常重要，很有必要。

近年来，我市高度重视家校社协同育人工作，将家校社协同育人工作纳入莆田市“十四五”教育发展专项规划。吴琳群介绍，我市依托莆田开放大学先后成立了莆田市创建“家校社协同育人”工作领导小组、家校社协同育人工作专班，家校社协同育人工作指导服务中心，为家长提供培训、咨询、指导等服务。近年来，共举



办莆田市家庭教育指导服务能力提升等培训班19期，培训学校家庭教育骨干教师、学校家庭教育指导师近1500名。

吴琳群说，我市选聘学校家庭教育名师，组织相关培训、科研和实践活动，以专业化发展带动家庭教育质量提升。邀请省内外知名专家来莆为教师、家长开展家庭教育、心理健康教育培训辅导。开通“莆田家教驿站”微信公众号，宣传家教法律法规、传播家教知识，助推司法保护与家庭保护融合等，多措并举护航青少年健康成长。

莆田哲理中学政教处副主任、  
家庭教育指导中心主任徐金花：  
开设家长课程 普及育人知识

“针对家庭教育中存在的问题，我们在家长学校的基础上，增设‘家庭教育指导中心’，以‘家长课程’为抓手，不断探索家校合作模式。”新闻沙龙上，莆田哲理中学政教处副主任、家庭教育指导中心主任徐金花说。

莆田哲理中学的线下家长课程分为两部分：上学期开设必修课，由家庭教育通识课和各年级家长课程组成；下学期开设主题式家庭教育沙龙。徐金花介绍，该校还成立悦悦哲家长读书会。家庭教育讲师开展线上读书社群导读，邀请部分家长线上领读。举办“智慧父母·家长论坛”活动，收集家庭教育典型案例，开发“教子有方家庭教育案例课程”。通过多措并举，普及家庭教育知识。

“学校还利用寒假期间，指导家长带领孩子到莆田家风家训馆、家族祖祠等开展‘弘扬优秀家风 涵育家国情怀’家庭教育亲子实践活动。”徐金花说，该校成立家庭教育指导中心，目前全校有35名教师取得家庭教育指导师资质。针对一些较为复杂且有特殊需求的家庭，组织讲师开展专门的家庭教育咨询服务，帮助改



善亲子关系，缓解家长焦虑。

徐金花说，由于哲理中学的家庭教育指导工作产生一定的社会效益，2020年至今，她受市图书馆邀请开展40多场“家庭教育云讲座”直播授课，累计已有40多万家长通过各种方式参与学习。该校将构建以“5+2”为核心的校家社网四位一体协同育人模式，即以学校教育为主体、家庭教育为基础、社会教育为依托、网络平台为辅助，形成观念上同向、履职上同责、实施上同力的校家社网合力育人体系，助力学生全面发展和健康成长。

市阳光青少年事务服务中心主任郭艳：  
给予更多关爱 帮助走出困境

“家是孩子成长的起点。现实中，一些孩子在成长之初就因缺失了家的关爱与教育，从而比同龄人走了更多弯路。”作为一名专业社工，市阳光青少年事务服务中心主任郭艳在新闻沙龙上提到这一问题。

“家长和教师在青少年的成长过程中扮演着重要的角色。”郭艳表示，部分困境青少年因为与父母分离，缺乏充分的亲情关爱和有效的近亲属监护，更易成为不法侵害的受害者或误入歧途的“问题少年”，需要给予更多的关爱、保护和支持。家长、学校应及时识别青少年心理危机的信号。这是帮助他们走出困境的第一步。

“我们需要专业力量介入，为这些孩子提供服务。”郭艳建议，常态化开展心理健康普查，掌握学生心理健康状态和变化态势，制定有针对性的干预手段，降低学生心理危机爆发的可能性。对出现心理问题的个案，可以依托专业心理健康志愿服务队伍，提供有针对性的心理辅导服务，帮助孩子做好压力处理、自信心培养、情绪管理等。社区应加大走访摸排力度，及时发现、报告身处困境的青少



年，开展家庭探访、咨询服务、爱心帮扶等，及时化解实际困难。应密切关注行为偏差的未成年人成长情况，对家长进行家庭教育指导，缓解困境青少年的心理压力，帮助他们逐步走出困境，重新回归社会。

“我们有极大的可能去改变这些孩子，而不应该轻易放弃他们。”郭艳表示，可以借鉴其他地区的先进做法，按照“家庭尽责、政府主导、社会参与、专业支撑”的原则，开展“一对一”结对帮扶，推动家庭教育、学校教育、社会教育紧密结合、协调一致，真正织密青少年保护网，促进未成年人健康成长。

## 声音

shengyin

城厢区人民检察院副检察长林颖慧：  
“依法带娃”做成长型的家长

城厢区人民检察院副检察长林颖慧参加检察工作15年，其中有11年时间是从事未成年人刑事检察工作，目前分管未检等工作。“从办理的案件来看，这些孩子之所以走上刑事犯罪的道路，主要有4个方面因素：一是缺爱；二是溺爱；三是交友不慎；四是性教育不足。”林颖慧分析说，孩子出现违法犯罪行为的背后，大多数是因为家庭教育问题。

她认为，《中华人民共和国国家庭教育促进法》的颁发施行，是一个很大的进步，关注到相关问题的根源，将家庭教育由旧时期的传统“家事”上升为新时代的重要“国事”，促进家长“依法带娃”，树立良好家教家风。

城厢区人民检察院携手区妇联、南门学校，成立“星光家苑”家庭教育指导服务站，集家庭教育指导、心理疏导、法治宣传等功能于一体，为未成年人及家长提供家庭教育指导服务。“我们通过‘检察官+家庭教育指导师+社工’等联动，为涉罪未成年人提供一对一帮教，对家长进行普法宣传。我们发现，通过帮教后，孩子的问题比较容易改正，他们并非天生就是坏孩子，具有很强的



可塑性。但有的家长比孩子更难沟通和改变，甚至不愿意接受指导。如果孩子经过相关部门辛辛苦苦帮教，在回归家庭后，其家长不重视或不正确履行家庭教育责任，那么孩子很有可能走上再次犯罪的道路。”林颖慧表示，家庭教育很重要，建议要做“成长型”的家长。

她建议，可以加强家庭教育指导强制力方面的立法，如家长拒绝接受家庭教育指导的，情节严重的，可采取罚款、行政拘留等行政处罚方式。

作为一名家长，林颖慧体会到“孩子有自身的力量，要相信他自己的力量”，应建立良好的亲子关系，“给予足够的托举”，让孩子健康成长。

市公安局拱辰派出所警务队副队长黄一：  
及时干预促不良行为转变

“青少年健康成长，事关千千万万家庭幸福安康，公安机关同样责无旁贷。”在新闻沙龙上，市公安局拱辰派出所警务队副队长黄一

说。“不良家庭环境、不当监护方式是未成年人走上违法犯罪道路或受到不法侵害的深层次原因。”黄一表示，在依法妥善处理涉青少年警情中，民警常常对孩子进行开导教育，与家长交流家庭教育问题，督促监护人履行职责、关注孩子心理变化与行为动向。在早期干预比较及时的情况下，孩子的行为方式可得到较大转变。

“拱辰派出所辖区有中小学、幼儿园45家，校园安全工作任重道远。”黄一介绍，该所积极构建学校、家庭、社区三位一体的联动网络，选派业务能力强、工作经验丰富的优秀民警兼职法治副校长或法治辅导员，定期走进校园上法治教育课，推广“防欺凌二维码”平台，让未成年人知法、懂法、守法、敬法。同时，抓实校园周边整治，加大对校园周边复杂区域的摸排力度，清理不良文化产品，净化周边环境。



眼下，各大校园周边活跃着以公安护学为主，学校导师、保安、家长和社会志愿者共同参与的护学岗队伍。黄一表示，公安机关共同参与中小学护学岗工作，统筹各方力量在校园周边开展常态化巡查，确保学校周边重点区域、重点时段“见警察”“见警车”“见警灯”，为生营造安全有序的校园环境。

黄一说，下一步，他们还将通过日常监督与宣传教育相结合，引导青少年增强法治观念和法治思维，维护合法权益，及时纠正未成年人的不良行为，以公安之责、父母之心倾情守护青少年成长之路，当好新时代的“护苗人”。

省家庭教育讲师团讲师、省计生协  
青春健康项目省级师资田燕贞：  
以疏代堵正确认识青春期

“对于青春期健康教育，许多家长不敢提、不愿提，孩子也不敢跟家长谈。如果能够科学教育、正确引导，有助于孩子们健康成长，一些悲剧本可以避免。”省家庭教育讲师团讲师、省计生协青春健康项目省级师资田燕贞在新闻沙龙上说。

“首先，家长首责，理解青春期成熟。”田燕贞认为，青春期是个体从童年向成年逐渐过渡的重要时期，是以性成熟为主的一系列急剧变化阶段。家庭是孩子成长最初也是影响最深的场所，面对青春期孩子，家长要担负首要监护职责，从“不愿意讲”变为“我懂得怎么跟孩子讲，怎么科学讲”，以疏代堵，给予孩子正确的引导；主动参加家长学校、公益课堂等学习，转变教育理念，更好地陪伴孩子成长。

其次，学校重视，开展青春健康项目。田燕贞说，教育部发布的《生命安全与健康教育进中小学课程教材目标内容及学科覆盖建议》中，明确提到“重视青春健康”“理解性、爱情和婚姻的关系”等。学校可通过日常教学，将相关内容融入课堂，帮助学生树立正确



的认知。比如，南平邵武有位高中化学教师在第一节课上以“早恋”为话题，帮助孩子拓展对同伴交往的正确认知。对于青春健康项目，各学科可以因地制宜，融入课堂教学。

“同时还要部门合力护航。”田燕贞介绍，中国计划生育协会与教育部于2022年启动青春健康教育师资联合培训工作，贯彻落实《生殖健康促进行动（2023—2025年）》和健康学校建设有关要求，促进青少年健康成长。以宁德古田县为例，当地计生协联合教育、卫健、妇联、共青团等部门联合发文实施“青春健康 沟通之道”家长成长项目，从家校社三方面合力护航青春孩子健康。