

## 杭州学校开设家庭教育培训课程受到家长追捧

## 父母“速成班”能否解决家教难题

潮声 | 执笔 周林怡

“怎么做才能让孩子感受到你的爱?”近日,杭州市建兰中学新一期智慧父母研修班开课,不大的教室内坐满近百名家长。来听课的学员来自各行各业,每周三下班后匆匆赶来,只为学习如何“做父母”。

在这里,父母的教育理念被重塑,家长们表示经历多个“第一次”:第一次共情孩子的压力,第一次体验被大声吼叫,第一次真正认识到自己的问题……课堂上,指导老师通过情景演练、互动问答等方式,把日常生活中遇到的亲子交流问题一一模拟、解答。

在父母“速成班”,家长们都在学什么?课程又能否解决真正的家庭教育难题?

## 帮助家长审视自身

“从此刻起:我要用行动去影响孩子,而不是用言语去说教孩子……”

在研修班里,《新父母规》是基础“教材”。陈立月尝试了6次,却一次次因为忍不住流泪而没有完整读完。他想起当儿子写作业慢时,自己常忍不住发脾气,得到的是儿子进入青春期的叛逆与反抗,“感觉自己做了很多错事,想去弥补。”

这是一群正在和青春期过招的父母。他们的孩子处于初一到初三年级,身体和心理的突变就像一场风暴,常常一聊到学习就炸毛,对爸妈的管束更是“一点就着”。在同样开设研修班的杭州市钱学森学校,校医吴娟做过一项调查,其中“作业拖拉”“学习动力不足”“情绪不稳定”是家长们在教育中最关切的3个问题。

焦虑无处安放的家人们,希望在研修班里找到解药。

“第一期原计划30人的课堂,一天之内就有60多人报名。”研修班指导老师、家庭教育指导师周素琴回忆。她曾在医疗系统工作近30年,在急诊室里看过一些孩子的极端案例,想着“能帮一个是一个”,每期学员人数不断增加。

目前,研修班每期设置6节课程,分别围绕厌学、人际交往、家庭冲突等6个实际问题展开。课堂上,周素琴除借助网络视频课件讲解核心方法外,还将班里家长的案例收集起来作为课堂情境演练素材。家长们作为“学生”,上课要记笔记,课后有作业打卡,每天需要完成微笑拍照、给孩子写鼓励贴等任务。

“改变肯定不是只靠几次课就能完成的,但我们依然可以有一些启发。”建兰中学学生管理部负责人寿丹表示,许多家长无法真正觉察孩子的情绪,更难以提供情感支持,课程能够帮助他们从另一个视角审视自身,这也是发生改变的基础。

## 让情绪正向循环起来

韩丽(化名)是建兰中学研修班很勤奋的“学生”之一,研修班开了5期,她也学了5期,“每一次都有新收获”。

令她印象最深的是一次角色模拟课堂。她扮演孩子,另一位家长扮演母亲,模拟指责孩子作业没写完的场景。“你怎么这么磨叽?时间观念都没有吗?写到晚上11点还写不完……”韩丽一下子愣住,随后眼泪涌了出来,“原来我骂孩子时她是这样的感觉,一句话都插不进去,太痛苦了。”

经历角色扮演带来的内心冲击,韩丽在心里暗暗警告自己一定不能再伤害女儿。她开始学习控制表达和情绪,不再“机关枪一样”地冲女儿输出,遇到

想要发脾气的时候,就深呼吸、自我对话、尝试暂停情绪。

当然,改变不是一蹴而就。当女儿故意动作拖拉,仿佛有意挑战她的底线时,韩丽还是会“气到爆炸”,偶尔忍不住又回到指责模式。几番回合之后,韩丽终于探索出比较有效的方法,在女儿写作业时,她就在一旁办公,以行动带动女儿。

“总体还是一个螺旋上升的过程。”韩丽表达欣慰。和她一样,许多家长在转换视角中获得内心触动,对自己的行为进行反思。

除了引导家长发现问题,研修班每节课都会教一些具体的实操技巧,其中应用最广的是写鼓励贴。通过类似书信的含蓄形式,让一些羞于表达的赞美和感谢被传递出来。

韩丽打开相册,花花绿绿的便签纸上,是她坚持写了一年多的鼓励贴。有时是考试没考好的安慰,有时是感谢倒了垃圾、称赞按时睡觉等生活小事。她慢慢发现,女儿心情变得稳定了,激烈反驳的次数越来越少,“有时她会写帖子夸我是‘全能妈妈’,我俩就形成了情绪正向循环”。

两个月前,建兰中学将鼓励贴的模式从研修班推广到初一整个年级,在班级里设置一面“鼓励墙”,师生、同学间都可以写鼓励贴。“我们希望这份情感能流动起来,在课堂、同伴和家庭实现联动,帮助孩子们构建起稳定的社会支持系统。”寿丹表示。

## “给孩子治病,不如先治自己”

做了多年校医工作的吴娟发现,往往出现心理问题的孩子,至少一半与家

庭因素有关。

“许多孩子产生情绪问题,一定需要全家人一起参与,才能让家庭内部达到稳态。”吴娟说,为此钱学森学校设立星级家长学院,将研修班、家长讲堂、读书会等各类活动纳入该学院,并采取积分制,目的是鼓励家长更多参与孩子的成长。

许翔(化名)是在一次研修班的公开讨论中意识到原生家庭的影响。他说儿子数学错题多,会在一旁调侃“你数学学得还不如我,要努力啊!”其他父母点醒他,这样会打击孩子自信,他才猛然意识到,自己将上一代人习惯的“打压式教育”带给了孩子。

现在,他学会赞美和适当示弱,称自己在努力做“不扫兴的爸爸”。家里买了小推车需要组装,他向儿子求助“爸爸可能装不好”,儿子对照说明认真装好后,他也不再说“把这劲头用在学习上多好”,而是真心给出夸奖。

寿丹说,虽然成立研修班最初目的是帮助解决亲子关系中的问题,但实际上家长在改变的过程中,自身也能得到疗愈和成长,甚至这种家庭内部行为模式的改变也会延伸至生活中的其他关系,包括夫妻、朋友、同事等。

一次课程结束后,一名在单位担任领导职务的爸爸特意拉住寿丹:“上了这门课,和下属好像相处得更好了。减少提要求和指责后,发现他们反而能把事情完成得很棒。”

韩丽的女儿也注意到母亲的变化。这一年,一向把焦虑挂在脸上的母亲笑容轻盈了许多。一次历史考试没考好,她沮丧地走进家门,韩丽拥抱着她,告诉她“别急,慢慢来”,那一刻,她感到下坠的情绪被稳稳接住,又有了重新出发的勇气。

## 仿生机甲吉象亮相上虞



图为仿生机甲吉象“壮壮”。

本报讯(记者 朱银燕 郑培庚 通讯员 袁伟江 共享联盟·上虞 戚波)“吉象来了!吉象来了!”随着人群的呼喊,吉象阁的大门缓缓打开,国内体量最大的仿生机甲吉象“壮壮”1月3日晚惊艳亮相绍兴市上虞区的中华孝德园。

据介绍,吉象阁是以韩美林大师创作的亚洲最大群雕“象耕鸟耘”为灵感,充分融合上虞传统孝德文化、上虞吉象城市IP和现代科技的文旅创新项目。“吉象‘壮壮’长20米,高13米,重达43吨,是传统文化与现代科技完美融合的生动体现,也是目前国内体量最大的仿生机甲。”上虞文旅集团相关负责人介绍,吉

象“壮壮”具备极强的灵活性,不仅可以行走和吼叫,还能与游客亲密互动。它将成为上虞的城市“代言人”之一,向外界展示这座古老城市独特的文化魅力。

上虞传承创新“孝德、资源、东山、春晖”“4+X”地域特色文化体系,聚焦“一江一湖一山三镇”,集中力量,集聚资源、集成政策,加快推进“文旅+城市”建设。其中,孝德文化小镇是“青春之城”的十大示范性区块之一,也是文旅城的核心板块。吉象阁作为孝德文化小镇业态提升的标志性项目,旨在通过创设“机甲艺术+文旅旅”模式,打造游客来虞夜间文旅消费的网红打卡地。

## 发现家长的优点

## 德清小学学生给父母发奖状

本报讯(共享联盟·德清 王力中)孩子给父母亲发特别奖!近日,在德清县舞阳学校教育集团506班“感恩”课上,来班级参加感恩课的父母“喜从天降”:孩子们居然给家长颁发奖状,一时间引发校内外家长关注。

“这个奖是孩子对我们真实的反映,因为他在家时,我们经常给他说道理讲事情,孩子觉得我们是个讲道理的人,所以,他就给我们颁了一个‘最佳教育奖’。”家长陆佩佩指着奖状上的奖项微笑地说。

学生潘敬儿说:“我的父母都很忙,但无论是我生活上还是学习上的事,都

是妈妈一手操办,所以给妈妈颁发‘最佳陪伴奖’。”

此外,还有“最佳奉献奖”“最佳阅读奖”等,充分彰显了父母们在孩子心中的形象和个性,也蕴含着孩子们对父母的爱。

感恩课是506班班主任陈海静倡导的“附加课”。每天午餐后的15分钟,她就会收集孩子们感恩爸妈、老师、社会的图片,让孩子们描述“做一天‘爸爸妈妈’”、制作“亲情卡”、给爸爸妈妈写一段话等感受,鼓励孩子们常怀感恩之心,动员孩子们争做感恩之人,发现父母身上的优点。

## 长相能选 场景能变 随拍随用

## 秀洲毛衫产业请来了AI模特



AI模特拍摄原图和生成图。

共享联盟·秀洲供图

往往需要请模特拍摄上身图片,用于店铺展示,但拍摄费用贵、时间成本,让

很多个体网店经营者颇为苦恼。瞄准产业发展痛点,2024年12月,

“毛衫派”平台作为洪合镇政府联动国资、民企合力打造的毛衫产业集群线上交易平台,牵头与杭州智能科技企业合作,推出服饰企业AI智能化产品,提供AI模特拍摄、AI视频、AI秀场等服务,为当地外贸经营户拓展线上及海外业务提供支持。

洪合海聚服装经营部相关负责人姜懿前期已经拿了几件企业主打的仿毛皮披肩进行拍摄制作,对图片效果很满意。她算过一笔账,以前找真人模特拍摄正反面以及细节类的照片,贵的要300元一套,现在平均只要40元一套。在拍摄效率上,真人模特往往要精修、重拍,至少要等两天,如今两个小时至半天就能完成。“等AI模特的图片细节打磨后,我们就会上传到跨境电商平台,展示给客户。”姜懿说,企业2024年前11个月的外贸销售量比上年增长10%,对新一年的销量也很有信心。经过半个多月试运行,“毛衫派”平台已经为率先试水的几家毛衫企业生成80多套AI模特产品展示图。

## 物产环能找准党建着力点

本报讯(记者 杨吟 通讯员 周子禾)近年来,浙江物产环保能源股份有限公司党委牢固树立党建与中心工作“一盘棋”思想,深入实施“全企一体、双融共促”工程,以高质量党建为企业高质量发展注入强劲动力。

该公司党委切实找准党建工作“嵌入”生产经营工作的着力点,深化“1123”党建工作布局,深化拓展并举,建设好与贸易、实业、新能源、职能合作伙伴的“党建联盟”。打造以“聚能”党建品牌为中心、11个基层党建品牌为支撑的党建品牌群,以党建带群团建设“红色动能”“红船铸魂”两个工程,提升实业企业党建引领发展能力和产业工人队伍建设水平。

该公司党委坚持推动党建工作与科技创新深度融合,与高校、科研院所等科研合作开展党建共建活动,推动党建与科研双促进、双提升。该公司拥有有效专利251项,其中发明专利28项,多项创新成果获国家科技进步二等奖、浙江省科技进步一等奖、二等奖等荣誉,逐渐形成党建工作与科技创新互融互促的良好局面。



1月7日,在温州泰顺县酒谷工业园区的顺水山泉公司生产车间里,生产线开足马力赶制新年订单,奋力冲刺首季开门红。泰顺县年平均水资源总量达22.4667亿立方米,水质优良,近两年发展水经济,让生态好水走向市场。 本报记者 林云龙 通讯员 赖森莲 摄

## 评估流程简单 监管成本更低

## 金华“花木贷”用上无人机

本报讯(共享联盟·金华 卢奕伶 记者 陆欣)“普通苗木也能抵押贷款,手续简单、利息低、放款快。”最近,金华苗木朱旭伟通过“花木贷”顺利贷款300万元,采购一批新苗木。

“其实,地上作物、农业设施、流转的土地都是资产,但之前,它们很难作为抵押物贷款。”金华市金东区农业农村局(金东区林业局)林业种苗管理站负责人陈晓玲介绍,早在2021年,金华

就有金融机构尝试推出过以苗木为抵押物的贷款。但在当时,对抵押物的监管主要通过人工巡视以及安装GPS定位,金融服务成本太高,以至于贷款利息也相对较高,让不少苗农望而却步。“这几年无人机和AI技术日渐成熟,我们开始思考用新技术让评估流程更简单、监管成本更低,切实解决苗农贷款难问题。”陈晓玲说。

去年2月,金华浙农信息技术有限公司

公司研发推出“苗木监管”平台,接入“浙农无人机影像云”平台,搭载大疆无人机,开展实时常态化巡查,将获取的数据通过模型进行算力分析,进而获取数据变化,实现对每一个苗圃的实时监测。通过北斗防拆卸及定位技术和无人机常态苗圃巡查智能分析技术监管抵押的苗木,大幅降低金融服务成本。

在新技术的支持下,金华成泰银行推出“花木贷”。截至目前,“花木贷”已

为73户经营户提供2.87亿元苗木抵押贷款,监管的苗木数量达7556棵。此外,金东区政府还推出助农政策,为“花木贷”贷款用户贴息。据悉,“花木贷”已盘活9.5亿元苗木资产,为苗农节约利息近600万元。

“花木贷”的成功,为活动资产抵押贷款蹚出新路子,低空经济在农业的应用场景不再只是植保、投料、吊运等生产领域,还创新性地跨界到助农金融服务领域。

## 坚决打好反腐败斗争攻坚战持久战总体战

(紧接第一版)要把中央、省委关于全面从严治党重大决策部署和全省党校(行政学院)系统“全面从严治党的能力培训教学提升工程”结合起来,聚焦聚力落实好

“建立健全基本培训机制”和“党的创新理论教学改革”两项省委重大改革项目,建立常态化长效化纪律教育机制,为加快打造新时代勤廉浙江作出积极贡献。

(紧接第一版)掘开方开“见山,应问方坦诚

应答,共同为浙江的绿水青山“把脉问诊”。法规的生命在于实施。执法检查,正是保证法规得到全面有效实施的“利剑”。

浙江的民营企业和中小微企业量大面广,是经济高质量发展的重要基础。省人大常委会持续跟踪监督《浙江省民营企业发展促进条例》《浙江省促进中小微企业企业发展条例》执法检查审议意见落实情况,对29个问题逐项“回头看”,督促破解市场准入隐性壁垒、企业融资难、多头执法重复检查等问题。

人大监督不是“一审了之”“一查了之”“一问了之”,而是有头有尾善始善终,直至取得让群众满意的实际效果。省人大常委会坚持正确监督、有效监督、

依法监督,不断拓展监督的广度和深度,着力打造更多监督硬核成果。

全省上下联动检查科技进步“一法两条例”实施情况,提出进一步强化基础研究、培育企业创新主体等意见建议,促进高水平创新型省份建设;部署医疗保障专项监督,调研涵盖医保体系建设、基金运行、待遇落实、经办服务、监督管理等环节,保证群众合法权益得到维护和实现。

作为一项具有中国特色的宪法监督制度,备案审查是保障宪法法律实施、维护国家法治统一的重要制度。乡镇街道处在基层治理第一线,制定的规范性文件往往最为具体,与百姓切身利益直接相关。

2024年,省人大常委会通过《浙江省各级人民代表大会常务委员会规范性

文件备案审查条例》,其中创新性地将乡镇街道备案审查成果制度化,为乡镇街道开展备案审查工作提供法律依据,也在我国备案审查制度发展史上写下属于浙江人大的一页。

## 积极践行全过程人民民主

10元钱,小学生能吃到什么样的午餐?热腾腾的一荤两素,还有每周两次的鲜牛奶。

这是2024年宁海县人大常委会一纸建议带来的暖心变化。接到家长对送餐导致食材久闷影响口感的反映后,宁海县人大代表林惠珍等提交了相关建议,被列为县人大常委会重点督办建议。此

后短短三个月,宁海县华山小学等5所学校均落实了财政专项资金,建设自有食堂。

人民代表大会制度之所以具有强大生命力和显著优越性,关键在于深深植根于人民之中。人大代表一头连着党和政府,一头连着亿万群众,是最好的桥梁纽带。

省人大常委会召开省市县三级人大代表工作座谈会,部署“四建设两提高”工作体系,强化闭会期间代表履职,突出代表本职岗位和履职岗位,组织全省8.7万代表就近开展活动,打造“双岗建功”代表活动主题品牌。

带着课题去、带着问题去,带着民意回、带着建议回!近一年时间,全省各级人大形成问题清单9800多项、代表建议

清单6800多项、成果清单400多项。代表扎实履职,更好保障民意与决策共鸣、党心与民心相通。

人民参与民主实践越广泛,意愿表达越充分,人民当家作主的实现就越真实。之江大地,一张张基层人大工作“金名片”熠熠生辉。

嵊泗首创乡镇人代会“大会问政”环节,进一步保障代表知情权,督促政府更好履职尽责,基层治理效能不断提升;杭州市富阳区人大打造“小队会”基层议事工作制,有效补充人代会闭会期间“主席台”的缺失,使民声民意和各种利益诉求得到有效抒发、合理表达和妥善解决。

通过“问政”和“议事”,广大群众以人大代表为纽带,成为民生实事的建议

者、决策者、监督者和受益者。

人民当家作主不是一句抽象的空话,必须通过具体的形式和一定的制度予以体现和保障。2024年,省人大常委会出台关于深化全过程人民民主大基层实践的决定,以制度的形式,将保证人民的知情权、参与权、表达权、监督权落实到人大工作各环节全过程。

矢志不渝、笃行不怠,方能不负时代、不负人民。2025年是“十四五”规划收官之年,也是全面贯彻落实省委人大工作精神的关键之年。省人大常委会将切实履行宪法法律赋予的职责,深入践行全过程人民民主,求真务实、实干争先,为奋力谱写中国式现代化浙江新篇章贡献人大力量。