

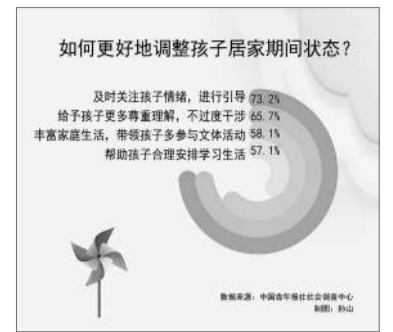
如何让青少年居家学习状态更好?73.2%受访家长建议关注孩子情绪并积极引导

中青报 中青网记者 孙山 实习生 肖平华

在疫情防控常态化的背景下,很多青少年都需要居家学习,他们的学习生活状态如何?本周,中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com),对1505名受访家长进行的一项调查显示,80.0%的受访家长表示孩子最近经历了居家学习,73.2%的受访家长认为要及时关注居家期间孩子的情绪,进行引导、纾解。

89.9%受访家长觉得有必要重视孩子居家期间的心理状态

朱悦的女儿在北京读初中,孩子以前是住校生,最近因为疫情防控管理而改为居家线上学习。朱悦说,在居家期间,自己有了更多机会了解孩子的学习生活,以前只有在周末孩子回家时,才能听她说一说学校发生的事情。现在每天都能参与到孩子的学习中去。



我也会跟孩子说,我陪你,你学习我看书。

在北京工作的吕艳有两个孩子,老大读初中,老二念小学,最近自己和孩子都是居家状态。吕艳说,居家学习期间,自己比较关注孩子在上学期期间能否认真听讲,孩子房门一关,耳机一戴,有时不确定他们是否在认真学习。

要给孩子营造一个良好的环境。孩子也会主动跟我分享上网课过程中开心的瞬间。那天她跟我说,老师上课讲了一个有意思的故事,同学们都被逗笑了,有人截屏了大家大笑的画面。要是在平时,这种场景可能就没法记录下来。

调查中,89.9%的受访家长觉得有必要重视孩子居家期间的心理状态,其中45.7%的受访家长觉得非常有必要。

共青团12355青少年服务台心理咨询师蔡燕苏说,从近期的个体咨询和服务台值守工作来看,居家学习会给青少年带来一定的挑战,比如对网课不够适应、学习动力不足、缺少运动、作息不规律等。人际关系的变化和过度使用电子设备等,会让青少年感觉到一定的不适,需要家长帮助孩子进行调整。

73.2%受访家长认为要及时关注孩子情绪,进行引导

现在在进行答疑时,不仅要解决孩子们的知识上的困惑,也要关心他们居家学习生活的情况。北京某初中班主任赵仪(化名)觉得,线上教学不像在教室里上课,很难敏锐感知到学生的状态。同时,学生居家期间与父母的关系也会影响到他们的学习生活,我了解到,有的家长过于关注孩子上网课的状态,盯得太紧,让孩子觉得不舒服,或者完全不管不问,都不利于孩子居家期间保持良好的状态。

吕艳不希望孩子在居家期间完全过线上的生活。会鼓励他在做好防护的前提下,参与户外活动,跟小区里的孩子接触,弥补居家期间没有学校集体活动带来的同伴交流缺失。

要更好地调整孩子居家期间的状态,73.2%的受访家长认为要及时关注孩子的情绪,进行引导、纾解,65.7%的受访家长认为要给予孩子更多尊重理解,不过度干涉。其他方面还有:丰富家庭生活,带领孩子多参与文体活动(58.1%)、家长帮助孩子合理安排学习生活(57.1%)、帮助孩子提高居家生活能力(34.3%)等。

平时因为忙碌,父母很少有时间与孩子交流。居家学习期间正是了解孩子的好机会。重庆市青联委员、团重庆市委青年讲师团成员、心理咨询师学家陈志林分析,在孩子居家生活期间,父母可以通过寻找孩子感兴趣的话题,主动和孩子沟通,从而倾听孩子的心声,做到这一点后,孩子会很开心,觉得父母原来是可以尊重自己、理解自己的,从而更加尊重父母。父母也可以结合疫情防控期间发生的故事,让孩子对生命和社会产生思考,从而帮助他们在生活中找到意义和价值。

家长除了关心孩子的学习外,也要意识到青少年正处于个人成长的关键时期。蔡燕苏认为父母可以从4个方面入手,进一步提高孩子居家期间的学习生活状态。首先,在遇到一些问题时,家长可以通过沟通,多让孩子表达和提问,引导他们掌握更多处理问题的方法。其次,帮助孩子建立自我管理机制。要根据网课学习节奏,合理安排作息时间,最好和平时上学保持一致。特别要注意劳逸结合,也可以带孩子进行居家运动。

第三,家长可以用自己的经验或感受,帮助孩子理解生活中可能遇到的暂时性挫折。最后,蔡燕苏建议家长与孩子一起,做一些力所能及帮助他人的事情。这样不仅可以让孩子学习如何与人沟通合作,也可以让孩子在帮助别人的过程中,获得心理上的能量。

蔡燕苏还提示,家长要多关注孩子居家的情绪状态。如果孩子在这段时间里出现生活或学习动力不足的情况,家长要尽量采取积极的方式,尝试理解孩子的状态和内在冲突,切忌一味指责或贴标签。必要时寻求专业的帮助。



扫一扫 看视频



近七成受访家长期待加强家校互动保障青少年居家身心健康

中青报 中青网记者 孙山 实习生 肖平华

青少年居家学习的过程中,如何才能保持更好的状态?本周,中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com),对1505名受访家长进行的一项调查显示,84.1%的受访家长关注孩子居家期间的心理状态。69.8%的受访家长建议加强家校互动,形成合力。

受访者中,幼儿园家长占30.6%,小学生家长占52.9%,中学生家长占16.5%。

朱悦的女儿在北京读初中,以前孩子住校,只有周末才回家。在最近居家学习期间,朱悦觉得有了更多机会了解孩子的学习生活,需要多跟孩子交流,了解他们居家学习的感受,孩子也会跟我分享上网课过程中有意思的事情。

胡丽泽的儿子正在上小学,比较淘气好动。胡丽泽觉得在居家期间,孩子的学习状态让自己很伤脑筋,我有工作,还要监督他上网课,有时怕他听课不认真,还得录屏,课后辅导。

胡丽泽说,有时看孩子不在状态,就会很着急,该上网课了还没打开电脑或找不到课本,就忍不住吼孩子,但又觉得这样不好。

调查中,84.1%的受访家长关注孩子居家期间的心理状态。65.2%的受访家长觉得居家期间亲子交流让自己存在一定困扰。

以前在教室上课时,可以通过学生的表情,了解他们的听课状态,也可以在校园生活中跟学生有更多交流,及时了解他们的想法。北京某初中班主任赵仪(化名)觉得,线上教学对老师提出了更高要求,也需要家长和教师保持更加密切的交流,专门开了线上家长会,平时也会通过家长群,把孩子网课学习的情况反馈给家长。

保障青少年居家身心健康,69.8%的受访家长建议加强家校互动,形成合力。其他还有:丰富网络课堂,增强师生互动(61.4%)、丰富社区等青少年活动空间(42.9%)等。

要认识到青少年除了学习以外的心理成长需求。共青团12355青少年服务台心理咨询师蔡燕苏认为,在居家学习期间,学校和社会需要给学生提供有效的心理健康援助渠道,帮助他们保持与同辈、伙伴的连接,生命教育也非常重要。同时要把青少年遇到的问题,理解为一种在暂时性的、发展性的困惑,不能用病 的概念去定义。

许多父母为了给于孩子腾出更多学习时间,不让孩子参加家庭劳动。或是将开展劳动教育简单理解为掌握劳动技能,认为父母只负责孩子必要的生活技能,不必让其承担更多的家务责任。这样的认识和做法,对孩子健全人格的培养不利。重庆市青联委员、心理咨询师学家陈志林认为,家庭劳动教育既是孩子健康成长必需的,也是亲情陪伴共同成长的温馨过程。

和孩子一起劳动,是孩子与父母融洽关系最直接又最自然的方式。陈志林建议,在青少年居家学习期间,可以和父母一起进行居室卫生打扫,如扫地、擦桌椅、擦橱柜,家长也可以让孩子帮着一起刮土豆皮、择菜、洗菜等。

建设青年发展型城市 九成受访青年期待所在城市被选为试点

青年选择未来发展目的地,首重就业机会,其次看生活成本

中青报 中青网记者 杜园春 实习生 肖平华

共青团中央联合中央宣传部、国家发展改革委等17部门印发《关于开展青年发展型城市建设试点的意见》(以下简称《意见》),开展青年发展型城市建设试点,促进青年高质量发展,让城市对青年更友好,让青年在城市更有为。选择未来发展城市,青年看重哪些方面?他们期待所在城市成为建设试点城市吗?

上周,中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com),对1611名受访青年进行的一项调查显示,83.1%的受访青年都关注了《意见》的发布,就业机会与生活成本是受访青年选择未来发展城市时最看重的两方面。74.6%的受访青年期待鼓励地方结合自身特色构建高标尺度青年发展城市。

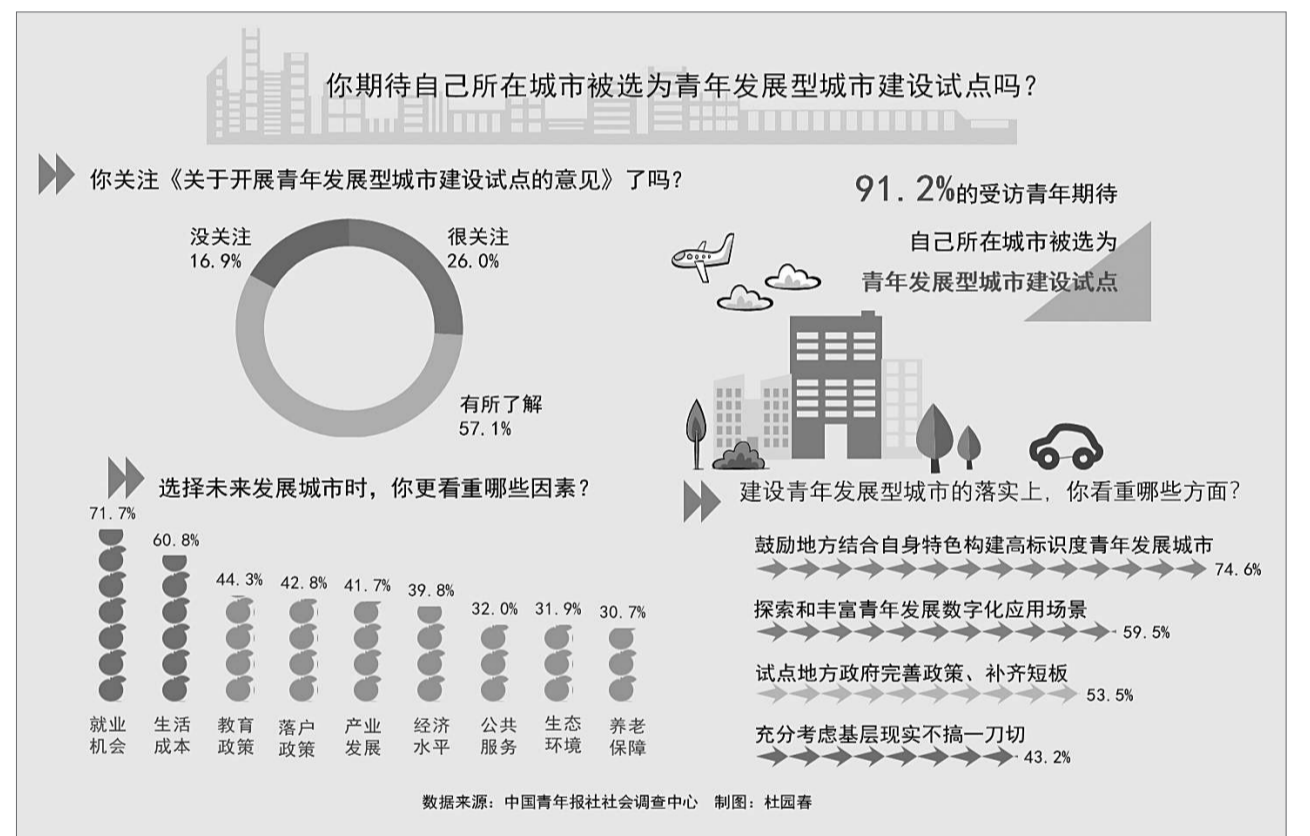
83.1%受访青年都关注了《意见》的发布

深圳从事会计工作的黄灵畅感慨,年轻人在城市中计划了越来越重要的作用,《意见》的出台顺应了时代的发展趋势,也意味着青年的很多困境被看到,并得到了重视和回应。我迫切地希望文件能尽快落实,让年轻人有更广阔的空间,能有所作为。

83.1%的受访青年都关注了《关于开展青年发展型城市建设试点的意见》,其中26.0%表示非常关注。相对来说,90后最为关注(85.2%),其次是95后(85.0%)。不同婚育状况下,已婚未育受访青年(85.1%)最为关注。

谈到未来想要定居的城市,在江西某市工作了一年的华晓丽认为,首先应该能够好就业。像我们这缺少大型企业、支柱产业。青年就业岗位少、难就业,大学生实习机会就更少,外来就读的大学生绝大多数毕业就离开了,留不住人才。能留住青年,首先要在就业上下功夫。

90后青年曾于铭在杭州一家民企就职。他希望,未来定居城市的整体生活节奏不要太快,工作上能够张弛有度,压力小一些。配套设施、居民素质,也是影响幸福度的重要因素。城市的房价不能太高,这样年



轻人的购房成本、生活压力会小很多。选择未来发展城市时,青年看重哪些方面?本次调查显示,就业机会最受关注,71.7%的受访青年都选择了此项,排在第二位的是生活成本(60.8%)。二者遥遥领先于其他方面。

黄灵畅表示,薪资水平、经济发展水平和环境气候是她选择城市最主要的决定因素。我比较重视物质水平,希望家人能有好的物质条件。而气候和环境很大程度上决定了一座城市的宜居性。绿植覆盖率高,没有雾霾。这都是我喜欢深圳的原因,自己很快也融入了这座城市。

因为每天上下班都要长距离通勤,华晓丽格外希望交通便利、道路通畅,赶上早高峰堵车严重,我这一天的心情都受到影响。她还特别重视城市的教育质量,孩子能够方便顺利地上学、上好学,家长能省不少心。还有养老保障,要老有所养、老有所安。

青年比较关注的方面还有:教育政策(44.3%)、落户政策(42.8%)、产业发展(41.7%)、经济水平(39.8%)、公共服务(32.0%)、生态环境(31.9%)和养老保障(30.7%)等。

91.2%受访青年期待所在城市被选为青年发展型城市建设试点

我无比期待所在城市能够成为青年发展型城市的建设试点,吸引更多青年来此长久发展。华晓丽介绍,她现在在社会心理服务行业工作。当地是全国社会心理服务的试点城市,她正体会着被选为行业试点城市的益处。很多成体系的逐步在落实,我有信心将来能走在行业前列。被选为青年发展型城市建设试点无疑更会为青年带来转变和机遇。

曾于铭非常认同《意见》中建设青

年发展型城市 的核心观点,青年群体是重要生产力,是社会发展的中坚力量。这是非常有建设性、具有长远战略意义的文件。他认为,《意见》的落实对城市建设能起到很大推动作用,青年是最大的受益群体。

中国青年研究中心青年发展研究所副所长、构建青年发展型城市评价体系研究项目负责人郭元凯指出,《意见》的发布对青年群体发展来说是重大利好,它不是一部政策文件,其实承载更多的是政策文本背后的城市发展理念更新,以及支持青年优先发展、青年与城市共同成长的具体措施。通过关心支持青年发展,来增强城市发展活力、积蓄城市发展后劲,已经成为越来越多城市的共识。

91.2%的受访青年期待所在城市被选为青年发展型城市建设试点,其中35.1%都非常期待。交互分析发现,00后最为期待(94.3%),之后是85后(92.4%)。

74.6%受访青年期待鼓励地方结合自身特色构建高标尺度青年发展城市

在呼和浩特的李瑜从事新媒体运营。他感到,现在各地为吸引青年留在本地发展,出台了各种政策,但如何让更多青年真正享受到政策是需要考虑的。有些地方针对青年的优惠政策是有的,但主要是针对少数的高端人才,例如研究生及以上工科类,缺少普惠性的措施。

华晓丽希望,在落实过程中能够结合地方实际情况和青年的困难,量身定做建设规划方案,扬长补短,以我们这里为例,在青年就业方面,国企、大公司非常少,就业岗位少、待遇差,缺少对毕业生就业的补贴,导致了很难吸引人才、留住人才。这些都是突出的问题,可以有针对性地进行具体政策。

郭元凯表示,按照国家统计局的划分,当前城市分类有超大城市、特大城市等九类,加之各地的实际情况差异较大,很难采取一种口径的建设模式。《意见》也明确指出青年发展型城市建设不搞一刀切,而是充分尊重基层的实际,采取试点先行、逐步推进的办法。

他认为要根据实际情况有所侧重。在经济发达的大城市,应侧重城市软环境的建设,特别是加大基本公共服务的供给,满足各类青年发展的合理利益诉求,建设过程中应更强调系统性和综合性。而在欠发达地区,应更重视城市基础设施建设以及生活娱乐休闲层面的基础服务上入手,建设过程中针对某一特色持续发力,打造欠发达地区的城市建设差异化优势。

在建设青年发展型城市的具体落实上,74.6%的受访青年期待鼓励地方结合自身特色构建高标尺度青年发展城市,59.5%的受访青年期待探索和丰富青年发展数字化应用场景,53.5%的受访青年期待试点地方政府完善政策、补齐短板,43.2%的受访青年认同充分考虑基层现实不搞一刀切。

受访青年中,00后占26.1%,95后占30.7%,90后占26.8%,85后占16.4%。婚育状况上,未婚的占49.6%,已婚未育的占19.6%,已婚已育的占30.9%。

新风口来了!90.6%受访青年愿意投身青年发展型城市

高质量发展与城市高质量发展相互促进。上周,中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com),对1611名受访青年进行的一项调查显示,87.1%的受访青年认为构建青年发展型城市能实现青年发展和城市相互促进,90.6%的受访青年都愿意到这些城市去发展。

87.1%受访青年认为构建青年发展型城市能实现青年发展和城市相互促进

90后曾于铭在杭州的一家民企工作。他认为,城市的发展与青年的发展是相辅相成的。如果一座城市对青年不友好、不宜居,人才的流失率就会高。对于企业,职员不稳定、离职率高,难

培养骨干,就难以持续和纵深发展。甚至会影响城市的活力和潜力。相反,如果青年在一座城市生活幸福,就会想留下来,会更加努力地工作。青年自身得到成长的同时,也一定能够促进城市的稳步向前。

在深圳从事会计工作的黄灵畅觉得,青年发展型城市 理念的实质就是城市的建设要从青年的角度出发、为青年着想。城市政策利好青年,青年发展更顺利,反过来促进城市发展。青年的发展关系着城市的未来发展前景。

87.1%的受访青年认为,构建青年发展型城市能实现青年发展和城市发展相互促进。交互分析发现,已婚已育受访青年(92.6%)认可度最高,其次是未婚受访青年(89.6%)。

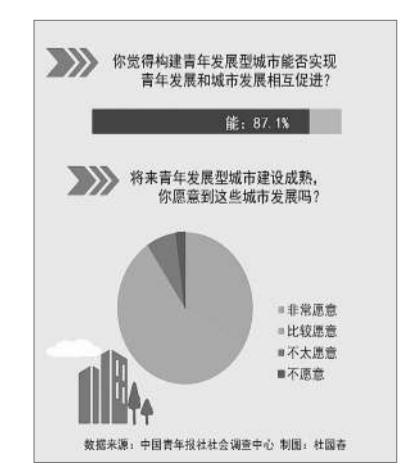
副所长、构建青年发展型城市评价体系研究 项目负责人郭元凯分析,结合《意见》以及城市发展理论,青年发展型城市应包含两个维度,一是城市对青年发展更友好,二是让青年在城市更有为。由此也可以衍生出青年发展型城市的特征,即友好性、成长性和普惠性。友好性突出表现在理念友好、制度友好、政策友好、环境友好等,成长性则体现的是青年与城市同步发展、相互滋养。

他指出,普惠性重点表达的是城市发展不是为特定群体打造,而是让所有青年都能发光发热、共享发展成果。因此,一座城市吸引青年,首先应该要树立青年优先发展的理念,并从上述理念出发营造青年与青年发展相向而行的环境。简而言之,就是城市环境能够为各类青年发展找到合适位置。

待青年发展型城市建设成熟,90.6%受访青年愿意到这些城市发展

这是一个需要长期坚持下来的工程,是持续发展的过程,不是一蹴而就的。曾于铭说,如果我的家乡能够建设成青年发展型城市,我非常愿意回家乡发展。他认为,《意见》的落地会为一个城市的发展带来非常大的影响,但最难的就是落地环节。我希望地方政府有决心,对青年面临的典型难题能下苦功夫、敢啃硬骨头。将文件精神落到实处,真正对青年带来切实有效的帮助。

华晓丽从事社会心理服务行业,现在在江西某市生活。考虑当地产业相对落后、青年就业机会少、教育资源不够平



中青报 中青网记者 杜园春 实习生 肖平华

共青团中央联合中共中央宣传部、国家发展和改革委员会等17部门印发《关于开展青年发展型城市建设试点的意见》(以下简称《意见》)。《意见》的发布对城市的建设与发展产生重大影响,同时吸引青年,使青年群体融入城市发展,实现青年

衡,她还没有下决心留下来。她认为,建设为青年发展型城市,会对青年产生一系列的良好连锁反应。城市环境宜居,住房和就业政策利好,教育资源均衡,使年轻人工作顺利,婚姻更稳定,生活幸福感更高。对人的情绪、心态都有着潜移默化的积极影响。我期待着这里能建设成为青年发展型城市。

郭元凯表示,《意见》的出台以及后续配套的组织保障,将成为青年评判城市是否友好的重要依据,还会成为青年选择今后自身长期发展地区、贡献青春力量的依据。可以说,《意见》的发布不仅会对城市发展产生影响,同时对于吸引青年、优化青年人口流动格局以及青年发展政策体系产生积极作用。

等到将来青年发展型城市建设成熟,90.6%的受访青年表示愿意到这些城市去发展,其中33.5%表达了强烈的意愿。进一步分析发现,00后受访青年(92.9%)和未婚受访青年(92.7%)的意愿最为强烈。

受访青年中,00后占26.1%,95后占30.7%,90后占26.8%,85后占16.4%。婚育状况上,未婚的占49.6%,已婚未育的占19.6%,已婚已育的占30.9%。