

影响人成功和幸福的关键是什么,最新多学科研究指出——

社会与情感能力教育对孩子至关重要

■本报记者 储舒婷

为什么有些学生考上名校却仍然高兴不起来?遭遇挫折后,为何有人越挫越勇、有人却一蹶不振?在公众的印象里,决定一个人是否成功,除了智商,情商也很重要,而如今,学界提出了更科学的概念,即一个人的发展、成功和幸福,是认知能力和社会与情感能力共同作用的结果。简言之,社会与情感能力,是影响人成功和幸福的关键。

日前,来自教育学、心理学、脑科学、社会学等领域的专家在华东师范大学举办的线上跨学科论坛上进行了一场头脑风暴。多位专家不约而同地提及一点:就个体而言,和认知能力相比,社会与情感能力的重要性目前有待提升。由此,教育者也必须直面一个问题:在当前的教育体系中,对学生学习成绩等认知能力的评价已相当完善,但要真正促进人的全面发展,学校该如何打造真正有温度的课堂和校园,从而成为培养个人社会情感能力的主阵地?

与认知能力不同,社会与情感能力可能会退化

一个现象让不少教育工作者感到忧心:当前,世界儿童青少年出现抑郁高发和抑郁低龄化态势。相比10年前,抑郁比例上升显著。同时,年龄较低的10至14岁儿童青少年在抑郁的相关测评中得分反超较高年龄。

另外,OECD(经济合作与发展组织)去年发布了一项为期三年、对全球青少年社会与情感能力的测评结果显示,社会与情感能力对教育、健康与生活质量,包括个人的幸福感、生活满意度、考试焦虑等,均产生影响。

华东师范大学终身教授袁振国对此深有感触。他说,一些昔日以高分考进名校的“学霸”,毕业后未能延续学生时代的“辉煌”,在社会生活、事业的发展过程中受挫后更是感觉自己不幸福、不成功,且对这种局面无能为力。在他看来,这种现象就与其社会与情感能力的不足有关。

袁振国从专业层面作了进一步解释:社会与情感能力,具体可分为任务力、情绪调节能力、协作能力、开放能力和交往能力等五大维度,其中又包含自控力、责任感、毅力、抗压能力、共情能力、合作能力等15个子能力。这15个子能力相互关联,某一种子能力的下降,可能会影响其他子能力的发挥。

与认知能力不同的是,社会与情感能力还可能发生退化。如果遭遇一些挫折或创伤,有些人会变得保守、特别害怕与人交往。因此,他强调,在儿童青少年时期就要重点发展社会与情感能力,成人后也应纳入终身教育,作为贯穿一生的学习内容。

教师从事的不只是物质、精神劳动,更是一种“情绪劳动”

在社交媒体上,诸如“如何做一个情绪

稳定的成年人”等话题时常引发热议。在部分学者看来,如何面对精神压力,提升自己的抗压力,也是每一个当代人的必修课,而这与社会与情感能力密切相关。科学研究发现,在情绪控制和调节方面,通过后天的教育和培养,大脑和神经会发生明显的改变。

华东师范大学脑科学与教育创新研究院常务副院长林龙年长期从事人脑认知功能研究。他说,从神经科学角度来看,人的情绪是大脑的一种认知功能。相关脑科学研究显示,杏仁核在控制人类情绪的过程中起到重要作用,除了先天存在一定差别,更多是受后天环境的影响。

在后天环境的影响中,学校教育无疑是重头戏。OECD测评显示,在10-15岁的儿童青少年中,师生的交往对学生社会情感能力的发展尤为重要。传统的教学更注重认知和知识的传授,如今,重视师生关系、同伴互动中的情感发展已成为教育界的共识。

香港中文大学教育学院课程与教学系主任尹弘飏教授指出,教师从事的不只是物质、精神劳动,更是一种“情绪劳动”,教学是以大量的人际互动为基础的工作,教师在育人时潜移默化、不自觉流露出来的言行,无时无刻不在影响与之互动的学生。

教学是一种情感实践,应培养社会与情感能力贯穿始终

如何更好地培养社会与情感能力?显

然,现有的学校教育和管理的有待进一步改进。

北京师范大学教授毛亚庆直言,评价一所学校的好坏不能单看升学率,学生是否拥有健康的身体、健全的心理和积极的情感,都应该纳入对学校的评价维度。

2011年到2020年,北京师范大学与全国十余个省的学校合作开展社会情感学习项目,开展相关教学的本土化探索。毛亚庆指出,学校的氛围、环境和文化构建非常重要,比如学生在学校里的体验、价值取向、人与人的关系等,都会对他们的成长带来显著影响。可以说,积极、包容和开放的学校氛围,以及建立良好的家校合作关系等,都将共同促进学生的社会与情感能力发展。

袁振国建议,不妨将社会与情感能力纳入学校的课程,“并非在目前的课程表上单列一门课,而是在现有的课程体系、学科教学、非学科教育中有意识地贯穿相关内容”。他以社团活动为例,学生在游戏中形成友谊,逐渐学习自我控制、社会交往、理解他人,接纳别人的优点、容忍别人的缺点等。“要使学生明事理,不能光说教、讲故事,更重要的是在活动和实践中培养他们的社会与情感能力。”

华东师范大学教育学系主任黄忠敬教授指出,教学即是一种情感实践,因此,学校不仅仅应当作为培养认知的场所,也应该是培养社会与情感能力的场所。同时,应举社会多方力量,形成培养社会与情感能力的共同体。

每年2针管全年,瑞金海南医院开出全球新降脂药

本报讯(记者唐闻佳)近日,15位上海的高血脂患者在上海交通大学医学院附属瑞金医院海南医院(海南博鳌研究型医院)接受了全球首个小干扰核酸(siRNA)降胆固醇创新疗法Inclisiran的注射。这是瑞金海南医院试运行以来,第三例创新药的应用。这一创新疗法的落地为国内广大血脂异常人群提供了治疗新选择。

心血管疾病是我国居民的“头号杀手”。而在心血管疾病中,高血脂是导致动脉粥样硬化性心血管疾病(ASCVD)的主要危险因素。找到一种安全、有效、患者依从性高的降脂药物,一直是高血脂患者迫切的需求。

本次带领团队抵达海南的上海交通大学医学院附属瑞金医院心脏科主任、心导管室主任张瑞岩介绍,LDL-C(低密度脂蛋白胆固醇,又称“坏胆固醇”)水平降低是公认的心血管事件预测指标。现有的他汀疗法虽然能有效降低LDL-C,但国人对大剂量他汀的耐受程度普遍较差。Inclisiran作为一种降LDL-C的创新靶向治疗药物,采用了siRNA技术,利用人体自身的调节机制,可以长时间持续地降低患者血液中的LDL-C浓度。同时,患者在初始注射及第三个月的注射治疗后,每年仅需接受两次治疗,大大降低了给药频率,有利于提升患者治疗的依从性。

此次前往瑞金海南医院接受这一新疗法的高血脂患者有15位,瑞金医院借助当地“先行先试”的政策优势,为降脂难题开出“瑞金海南新方案”。

集采惠民,关节假体价格大幅下降 市中医医院完成集采后首例全陶界面全髋关节置换术

本报讯(记者唐闻佳)集采惠民!近日,上海市中医医院骨科完成首例国家带量采购后全髋关节置换手术,患者经济负担大幅降低。

根据《关于开展国家组织高值医用耗材集中带量采购和使用的指导意见》,人工关节是我国组织开展的第二类集中带量采购的高值医用耗材,7月起上海市正式落实实施国家组织高值医用耗材(人工关节)集中带量采购政策。集采后人工髋、膝关节假体平均价格大幅度下降,大大降低患者的经济负担。

41岁的患者卢先生就是国家集采政策落地后的首批“受益人”之一。卢先生是一名强直性脊柱炎患者,需进行髋关节置换手术的治疗,可是人工关节假体耗材6万元的价格让他犹豫。

上海市中医医院骨科主任樊天佑在得知集采政策落地的当天接通了包括卢先生在内的第一批患者的电话,考虑到患者年纪尚轻,对假体的耐磨性、使用年限有较高要求,于是建议他选择全陶界面的髋关节假体。经集采,关节假体的价格已从6万元下降到1万元内,大大减少了手术开支。樊天佑介绍,人工关节集中带量采购后价格下降明显,且在价格降低的同时能保证临床疗效。

上海中医“国考”创佳绩:市三级中医院总分与曙光、岳阳医院均实现“三连冠”

本报讯(记者唐闻佳)海派中医再传捷报。在近期公布的2020年度全国公立中医医院绩效考核国家监测分析结果中,本市中医医院再创佳绩:在全国585家三级参评医院中,全上海三级中医医院的总分,以及曙光医院、岳阳中西医结合医院分别连续三年蝉联全国省市排名、中医类和中西医结合医院类排名第一,实现“三连冠”。

此外,龙华医院、市中医医院分获

全国中医医院类第二、七名;市中西医结合医院、宝山区中西医结合医院、第七人民医院、光华中西医结合医院分别获得全国中西医结合医院类第二、三、六、九名,整体水平继续领跑全国。公立二级中医医院也首次参加考核,上海同样处于领先水平。

市中医药管理局中医药服务监督管理处处长刘华介绍,公立医院绩效考核从医疗质量、运营效率、持续发展、满意度四

个方面,包括66项详细指标,全方位对医院进行考核评价,具有非常强的客观性。要想取得好成绩,必须实实在在落实到每一次诊疗服务中。

据悉,自2018年国家开展公立医院绩效考核以来,本市始终将强化中医办院方向和深化中医内涵建设作为核心抓手,敢于“刀刃向内”。上海在全国率先探索开展中医药服务流程、特色内涵、质量水平等360度的“深度评价”,以更高要求主动找问题、

寻短板、建机制、显特色。

“下一步,上海将在新的起点上,利用好创建国家中医药综合改革示范区建设的契机,打造中医院创新发展的制度链条,继续以绩效促内涵、以绩效促改革、以绩效促发展。”上海市卫健委副主任、市中医药管理局副局长胡鸿毅表示。

据悉,上海将在“十四五”期间,分层分类推进高水平中医院建设规划的实质落地。同时积极探索数字化建设新场景,利用好临床大数据开展精准考核,尤其要通过中医单病种支付政策牵引,逐步实现重点专科重点病种数据化的过程管理、在推动中医内涵的基础上,实现医疗服务、专科建设和临床科研一体化协同创新。今后,本市也会进一步加大考核结果的应用力度,对存在的质量短板问题开展跟踪考核,不断提升绩效考核的正向激励作用。

体彩公报

七星彩第22082期公告

中奖号码: 9 5 2 9 7 0 + 8

一等奖 0 0元
 二等奖 4 67701元
 三等奖 22 3000元
 四等奖 854 500元
 五等奖 15062 30元
 六等奖 836776 5元

一等奖基金积累数为: 281774670.20元

排列3第22190期公告

中奖号码: 7 4 8

直选每注奖金1040元
 组选3每注奖金346元
 组选6每注奖金173元

排列5第22190期公告

中奖号码: 7 4 8 3 6

每注奖金100000元

MISA13
MUSIC IN THE SUMMER AIR
2022 上海夏季音乐节

SPH 上海医药
SHANGHAI PHARMA

你尽心守沪 我赠你一杯咖市温度

万花筒邂逅SPH x MISA Café, 构建起爱的“双向奔赴”, 音乐唤醒城市, 咖啡温暖守“沪”者的心, 上海医药成就美好开端

活动时间
2022上海夏季音乐节期间(7/20-7/30 限工作日)

活动地点
主会场: 太仓路200号—上海医药大厦
分会场: 枫林国际二期1楼大堂
大宁商务中心22层(因防疫要求,仅限楼内员工参加)

活动细则
主会场: 万花筒艺术装置打卡

各会场:
所有参与抗疫工作的医护人员、各行业保供生产人员、支援方舱和社区的志愿者,在活动期间内,扫描下方二维码,均可至上述会场获赠1杯SPH x MISA限定咖啡。若你身边有这样一群默默守“沪”、努力奋斗的普通人,请转发TA活动信息。

SPH x MISA Coffee大放送
盛夏酸梅汤冰美式 / 安神枣泥热拿铁

赠完即止