

暑期调查·那些亲子的尴尬①

暑假期间,亲子关系也该放个假

家长最该给孩子补的不是学业,而是耐心与陪伴

开栏的话

暑假来临,孩子在家的时间多了,与父母相处的时间长了,但各种令人烦心的问题也接踵而至。我们总能听到一些家长抱怨:“孩子放假在家,事事都要操心,我们为他好,他还不领情,真是累啊!”而孩子们也是一肚子不开心:“好不容易放个假,爸妈成天要求这个、要求那个,弄得我们比上学还辛苦。”

其实,两个月的悠长假期本是增进亲子沟通、修复感情的好时机,但那些日积月累的小“尴尬”,却让彼此不知该如何度过这段亲子关系的“暑假”。本报今起推出系列报道,讲述假期里“那些亲子的尴尬”,探索“心理度假”的正确打开方式。



空闲时间相对充裕的暑假是增进亲子感情的好时机。

本报记者 叶辰亮摄

■本报记者 朱颖婕

去年暑假,一篇题为《月薪三万,撑不起孩子的一个暑假》的文章曾刷屏网络。而今年,这个报价已经涨到了7万元。前不久,一位“老母亲”在手机上晒出自家孩子的暑假花销:奥数4998元,奥数集训班3998元,英语5300元,乐高编程4000元,跆拳道9800元,海外游学约4.6万元,合计7.4万元。“这条朋友圈下面,不少‘老母亲’默契地回复‘说多了都是泪’。”

记者近日调查发现,如今的暑假成了不少家长和孩子的心头之“怕”:很多父母忙于工作没空带娃,可他们又怕孩子在家无所事事,又怕别人家的孩子趁着暑假“弯道超车”,只好掏空钱包把娃塞进无数个培训班;而孩子也怕过暑假,因为放假比上学还难熬,培训班里一“泡”就是12个小时,呆在家的时间比上学时还少,更别说放松、玩耍了。就这样,在焦虑、忙碌的“恶性循环”笼罩下,亲子关系原本可以升温的美好假期反倒触礁。

梦想着“母慈子孝”的暑假,却不时上演着“冷战”与尴尬

家有“准中考考生”的职场妈妈杨女士最近有点烦。放假前,老师在家长会上千叮万嘱:趁着暑假要给孩子好好“充电”,不然新学期升入初三后就“吃

力”了。杨女士不敢耽搁,立马花几万元给孩子报了三个学科培训班,每天早出晚归,孩子的一整天都被补课填得满满当当。

报完了班,其它的“隐形”花销也随之而来。杨女士掰着指头列举:三个培训班在三个不同的地方,爸妈要上班没法接送,女儿来回全靠打车;考虑到孩子需要在几个培训班之间奔波,吃饭时间紧张,总吃外卖又不健康,她特地买了一台一万多元的德国进口全自动烹饪料理机,这样一来,她自己也能上手做饭。原以为自己“操心又花钱”帮女儿规划了一个“完美假期”,可女儿却委屈地说:“这不是我期待的暑假!”

“同一个暑假,同一个妈妈。”这句话形容的是很多读书郎共同的假期苦恼:好不容易盼来了两个月的暑假,孩子们总是铆劲地想在假期释放自己,尽情做一些平时想做没时间做的事;可“老母亲”们往往希望列一张任务表,详细规划孩子所有的时间,用充实的学习实现全方位赶超。由于理念和规划的冲突,原本梦想着“母慈子孝”的暑假,却不时上演着“冷战”与尴尬。

心理学者许波在接受采访时说,家长的选择确实也有无奈,毕竟对于双职工家庭来说,把孩子“寄养”在培训班是一个比较安全、稳妥又省心的选择。“暑假和寒假不同,寒假期间嵌入了春节,这是孩子与父母共同的假期,但暑假里,能和孩子同步休假的家长太少了。”

但他依然强调,空闲时间相对充裕的暑假,的确是增进亲子沟通、培养或修复亲子关系的好时机,这个时候,家长最该给孩子“补”的不是学业,而是为人父母的耐心与陪伴。然而,仅仅是物理空间上的“在场”还不够,陪伴的高质量体现在双方心灵的沟通,父母一定要学会倾听。

许波建议,对实在难以从工作中抽身的家长来说,要格外珍惜下班后及周末的亲子共处时光。“如果回家之后,家长们还是习惯对着手机,周末也强行用上不完的课程填满孩子的时间,把暑假当成用来超越的另一个‘战场’,父母就真的需要认真反思了!”

父母“越界”管理,只会在假期把孩子越推越远

记者在调查中发现,亲子关系在暑假遭遇的另一个挑战,是父母的“越界”管理和孩子由此产生的“逆反”心理。如今,网上流传着许多应对爸妈的“暑假自救指南”:早睡早起,手机离身,随叫随到,家务全包,不留剩饭,多多看书,“敌”进我退,“敌”怒我跪!这些“自救”经验几乎都是在爸妈的“吼叫”中总结出来的。

一名初一学生告诉记者,由于暑假在家的时间多了,反倒留给爸妈更多“挑剔”的机会。“一会儿说我只知道睡觉,一会儿说我手机玩得太多,一会儿说我吃相不好,一会儿又说我不做家务。”他在和同学的交流中发现,许多爸妈似乎都会在暑假经历这样的心理曲线:假期开始头三天,娃是宝,过了三天后,就开始各种嫌弃。而这种过多过细的监督和管控对孩子来说,不仅是一种负担,也可能让全家从心理上疏远,甚至对父母产生更多逆反情绪。

心理学中,有一个概念叫“心理需要”。一般来说,每个人都有三个重要的心理需要:接受与被接受、爱与被爱、尊重与被尊重。有些家长或许以亲子关系是天然的,不需要特意维护或经营,其实并非如此。对于家长来说,应该扪心自问:我们的家庭满足孩子的心理需要了吗?我们给予孩子接受、尊重和爱了吗?我们又给过孩子爱我们的机会了吗?基于这些思考的关怀和叮嘱,才会让孩子感觉舒适。

与此同时,亲子之间也需要保持适当的心理界限。在心理学学者陈纪英看来,每个人都是一个独立的个体,有着自己的想法和感受,孩子也一样。因此,对于具有一定自我约束能力和判断能力的孩子,家长不妨尝试适当地“放手”,给他们足够的信任度和自由度,由他们决定暑假的时间安排和内容安排,这也是在给孩子留出安全的心理界限。

“暑假期间,家长可以让孩子自己计划每天要完成的事情,如果失信,则取消他们的特权。”这样做,既能使孩子感受到被尊重的快乐,也给了他们锻炼时间管理能力的机会,同时更能让他们体会什么是责任感。

看清文物“皮下”两三毫米的世界,找出水汽“入侵”文物的路径 高新光电技术助力文化遗产“治未病”

■本报记者 沈淑莎

如今的博物馆中,光电技术已经成为让展品增色的常用手段。在日前举行的东方科技论坛上,专家列举不少利用高新光电技术保护文化遗产的案例,并呼吁加强新技术在文物保护领域的转化应用,助力文化遗产从“抢救性保护”到“治未病”。

文物也像人一样会生病,而水是最主要的“病源”之一。上海大学文化遗产保护基础科学研究院院长黄继忠说,媒体曾经报道过敦煌莫高窟有一半壁画感

染了“壁画中的癌症”——酥碱病,一种由潮湿环境造成壁画中大量可溶性盐沉积,并不断溶解、结晶的病症。

为了给壁画“治病”,首先得知道“病灶”在哪儿,光电技术由此引入文物保护,其中能利用室温景物自身发射的热辐射成像红外技术尤为引人注目。黄继忠告诉记者,文物保护最重要的是“皮下”2到3毫米的区域,红外技术解决了两大难点:一是成像,即识别文物内部结构缺陷及水分分布情况;二是光谱分析,即对文物的彩绘颜料、胶料、蚕丝纤维等进行分析判断。

“能搬到实验室里‘治病’的文物,只是文化遗产中的很小一部分。”黄继忠说,他曾经主持过世界文化遗产云冈石窟的保护与修复工作,面对17米高的佛像,由于文物的特殊性,他们只能在与石窟文物相同层位的地层中采集岩石样品,带回实验室开展各种分析测试等研究工作。

在我国,文物保护基础科学研究还是一个新兴领域,上海大学文化遗产保护基础科学研究院教授罗宏杰说,英国诺丁汉大学一位华裔女物理学家把天体物理学与红外成像技术“跨界”结合到一

平安产险发布“火星儿救援计划”,用科技浇灭潜在风险

7月22日,平安产险发布“火星儿救援计划”,旨在用科技手段浇灭潜在风险,为个人和企业客户打造极致服务体验,赋能美好生活。

一、智能闪赔、车损测算,让车主出行更顺心。路上刚蹭,停车找不到车位,办年检、处理违章,都是开车的烦心事,对此平安产险用“智能理赔”系列服务,“平安好车主”APP等科技运用来为客户轻松解决。将人工智能、云计算、大数据等最新技术应用到理赔全流程管理,平安产险打造了“智能理赔”系列服务产品:智能闪赔——案均“秒级定损”,车主可随时获取车辆受损信息及维修方案;510智能查勘——日间90%需现场查勘的案件可在5-10分钟内开展现场查勘,帮助客户实现“零等待”;信任赔服务——单方小额事故,车主只需报案上传照片、确认接收赔款两步即可自主完成理赔,案均时效188秒。

据了解,智能闪赔产品,运用了AI照片识别技术,实现汽车15个外观件全自动定损,占到整个案件量的25%左右,准确率超过90%;510智能查勘产品,通过构建分布式智能调度系统,包括距离、时间、案件量、道路、天气和作业人力等多维度因子,进行神经网络建模,智能匹配客户事故地点调阅现场查勘员,与在线远程查勘员,510智能查勘率94.55%。

首创的车主“信任赔”服务,通过AI和大数据计算,综合测评车主驾驶习惯、交通违章和车辆维修记录等多个维度,实现一人一车一额度。“对于行车记录良好的车主,理赔信任额度高达人民币4000元,通过手机上传车损照片,3分钟内可完成赔付。该方案还解决了车主与保险公司之间的一些争议,比如事故发生后是否应该修理或更换后视镜这样的小部件,只要客户有足够的信用,我们就让他们自己决定。”平安产险副总经理兼首席运营官朱友刚介绍说。

为满足车主多元化、多场景需求,平安产险依托“平安好车主”APP,为车主提供车损测算、年检代办、违章查询、停车缴费、道路救援等服务;基于个性化保险需求,运用营销大脑、AI助手等,还可智能推荐保险方案,并提供保险购买、保单查询、车险续保等业务操作;而通过社群运营,让全国千万车友和业内权威、红人交流用车经验,畅享优质车生活。截止6月底,平安好车主APP注册用户数突破7100万,6月当月月活用户超1600万,稳居国内汽车工具类应用市场第一位。

此外,平安产险还推出了一款驾驶情绪H5小应用。“这款H5结合了我们内部一个技术叫‘FACE KYD’,通过大量数据应用,并建模分析,研究出面部表情与驾

驶行为、驾驶风险之间的关系。二、智能风控、预警监测,让企业经营更安心。在服务企业等团体客户方面,平安产险聚合多项服务能力打造风控开放平台,开创了“保险+风控”的创新模式,推动保险服务从灾后理赔向灾前风险防范和灾中救援转变,并运用卫星遥感、物联网等技术开展企业、工程、校园等风险排查,协助提升团体客户安全管理水平。

其自主研发的DRS鹰眼系统,聚合了140亿地理、灾害、气象、保险大数据,实现承保客户快速筛选和精准预警,以及防灾减灾和救援力量精准投放。安责险风控云平台、消防物联网云平台、IDI风控云平台,借助大数据平台和专业化服务为客户提供智能风险管理平台化的应用服务,协助做好预警和监测。2018年全年,平安产险累计为超过12000家承保企业提供风险评估与隐患排查服务,为超400个重点工程项目提供驻点监理和风险防范服务。科技赋能产险的理念到打造极致客户体验,平安产险在科技进化的路上总能以敏锐的视野和新科技的应用发挥自身最大优势。面对互联网浪潮的持续推进和保险行业发展进入结构化转型时期,平安产险将坚持以客户为中心,用科技赋能业务和服务创新,持续提升极致的保险服务全流程用户体验。

最美奋斗者



在“上海市尊师重教纪念碑”前,于漪老师(右二)与新教师们合影留念。刘颖摄

■本报记者 张鹏

“不能将家庭作业变为家长作业,民办中小学实行摇号录取,这些都是促进义务教育均衡发展的好政策!”这些天,90岁的于漪老师在休养,可面对记者的第一句话,谈的就是日前国家出台的义务教育新政。作为上海市杨浦高级中学名誉校长、语文特级教师,于漪在基础教育领域深耕近70年,她对教育的关注已深深印刻在了生命里。

去年底,于漪作为基础教育改革的优秀教师代表,获颁“改革先锋”称号。此后,她愈发忙碌了,四处奔走为青年教师培训、演讲,为的是把不断奋斗、勇于改革的精神传递给基层教师。在她看来,这份沉甸甸的荣誉不属于个人,而是对全国1700万教师的肯定。

“与学生共建一幢会呼吸的大厦,是语文教学艺术的精髓所在。”于漪说,教师不能只给学生提供建筑材料或者一座茅草屋,它给予孩子的应该是一幢立意高远的大厦,启蒙学生学会独立思考、得体表达,成长为思想丰富、有智慧的人。

“学生为谁而学,教师为谁而教”

教育究竟应该“育人”还是“育分”?眼下,“唯分教论”在学校和家长中很有市场,“学生为谁而学,教师为谁而教”这个问题很少有人追问。于漪常说,教育工作者应该在学生的学习动机和动力方面多下点功夫。“生命是有火花的,这个火花就是理想、就是信念,老师应该帮孩子点亮心中的一盏灯。”

作为一名语文教师,于漪一直通过语文教学来实践自己的教育理念。在她看来,语言的背后是文化的深层编码,是一个民族的集体意识。要培养有中国心的现代文明人,必须用优秀的中华文化滋养孩子的心灵。为此,她坚持教文育人,并推动“人文性”写入全国《语文课程标准》。

“年轻人成长不容易,我们要拉他们一把”

从三尺讲台退休后,于漪把大部分精力投注在培养年轻教师上。她为中青青年教师骨干培训班讲述师德与专业实践已经坚持了八年。

教师的一句话一件事,往往会影响学生一辈子。因此,于漪总是对年轻教师呵护有加。“所有年轻教师来我家请我给他们的新书作序,我从不拒绝。现在的年轻人想要成长、要出头,真是不容易啊,我们要拉他们一把。”于漪说。

进入于漪老师的名师基地后,上海市育才初级中学校长马玉文说,她不仅是学生成长的领路人,更是教师成长的引路人。在于漪的指导下,他体会到,教师也要“高、精、尖”。“高”,即提高眼界,与磨脑子的书友交朋友;“精”,就是不厌其烦地准备,精心上好每一堂课;“尖”,是要用针尖刺入实践,让深度反思成为习惯。

于漪说:“人生是一张单程票,耽误不起。我就是一块铺路石,让中青年老师‘踏’过去,指引学生面对纷繁复杂的世界,帮助他们建好各自的精神家园。”

王振义:放弃专利普惠天下苍生



王振义院士(左)正在与青年医生讨论病例分析难题。本报记者 袁婧摄

■本报首席记者 唐闻佳

癌症,令人胆寒,人类与其搏击百年,尚不敢说征服它。可上海有一位医生令癌细胞“改邪归正”,为人类探索出一条全新的癌症治疗路径。他就是中国工程院院士、国家最高科学技术奖获得者、上海交通大学医学院附属瑞金医院终身教授王振义。

给无数绝望患者生的希望

如今,95岁的王振义仍会收到来自海外的“陌生人问候”,他们都曾患急性早幼粒细胞白血病,濒临死亡。但他们都因为这名上海医生发现的特效疗法获得痊愈。

上世纪50年代,急性早幼粒细胞白血病是最凶险的一种白血病,死亡率极高。王振义潜心研究,历经八年科研,终于证明采用全反式维甲酸可将恶性早幼粒细胞白血病细胞“诱导分化”为良性细胞。此后,他带领学生陈竺、陈赛娟不断完善治疗方案,将患者五年生存率升至90%以上。

1998年,王振义的研究成果在权威学术期刊《血液》发表,轰动国际医学界,国际血液学界称此为“上海方案”。王振义因此获得世界肿瘤学界最高奖——凯特林奖。评委会称他为“人类癌症治疗史上应用诱导分化疗法获得成功的第一人”。

“全球最低价”背后,难忘从医誓言

一盒10粒装的口服全反式维甲酸在中国的售价为290元,并纳入医保。这个“全球最低价”也要感谢这位老人,他在成功发现并应用全反式维甲酸这种特效药后,却没有申请专利。

“老实说,当时没专利意识,就想快点救病人。”王振义说,没想过因此去发财。他向记者展示了母校复旦大学医学院的校训。于他而言,九条校训,也是九条从医誓言。其中,“余于病者当悉心诊治,不因贫富而歧视,并当尽瘁科学,随其进化而深造,以期造福于人群”;“余于正当诊金之外,绝不接受不义之财”这两条被他标黑加粗。他说,医生在社会上收入不低,这就是“正当诊金”,足够了。

95岁仍坚持每周“开卷考试”

从医70多年,王振义获得了很多非凡荣誉,培养了一批顶级血液学研究人才,创造了“一门四院士”的传奇(陈竺、陈赛娟、陈国强均为他的学生)。他将所有学科学任“让贤”学生后,又自创了“开卷考试”式查房,每周由学生提问,他对疑难病例进行分析和答疑。王振义今年95岁了,每周的“开卷考试”坚持至今,这不仅培养了学生的诊治思路,更给无数病人带去福音。

王振义说,还有太多病人的问题需要去解决,必须“学无止境”。这位享誉海内外的名医家里挂着一幅画,是他最爱的《清贫的牡丹》。“我认为这幅画表达的是清静、向上的意思,做人要有不断攀高的雄心,也要有正确对待荣誉的态度”。这何尝不是王振义一生奋斗的照片:胸膺填壮志,繁华视流水。