

创造良好家庭环境 培育孩子成长沃土

李晓红

习近平总书记强调:“家庭是人生的第一所学校,家长是孩子的第一任老师。”除了当好“老师”,更要为孩子营造良好的“家庭环境”——不在于家财万贯、房屋大小,而在于是否有“温度”、有“规矩”,能否让孩子感到“舒服、安心”。

先谈“精神环境”,即家庭氛围。父母若经常争吵,孩子易失去安全感。曾有一个活泼的孩子,因父母频繁为钱争执、摔东西,变得沉默寡言、上课走神、成绩下滑。后来父母意识到问题,避免在孩子面前争吵,晚上陪他读绘本。孩子逐渐恢复笑容,成绩也回升。家中若有温暖的“烟火气”——父母笑谈、全家共餐、周末出游——孩子会感到被爱,内心踏实,方能健康成长。

再谈“亲子互动”。许多家长下班后,不是看手机就是忙工作,与孩子交流仅限于“作业写了没”“快点睡觉”。孩子真正需要的是被关注。有个家庭将每周五定为“家庭日”:不加班、不碰手机,全家人一起做饭、看电影,或听孩子分享学校趣事。孩子说:“我最期待周五,因为爸妈会认真听我说话,陪我玩。”正是这些小事,让孩子感到被在乎,内心充满爱。

再说“规则环境”。好的家庭有规矩但不苛刻。例如作息规则:晚上9点半睡,早上7点起,让孩子规律生活,上学不迟到;家务规则:爸爸倒垃圾,妈妈做饭,孩子收拾玩具和书桌,让他明白“家事人人有责”。有位妈妈分享,儿子曾沉迷手机,

家里定下规则:每日玩20分钟,且须写完作业、收拾好书包。孩子起初哭闹,但妈妈坚持陪他玩积木、读故事,转移注意力。孩子逐渐戒掉手机瘾,爱上拼积木,能专注玩一两个小时。规则不是限制,而是帮助孩子养成好习惯,明白“什么该做、什么不该做”。

孩子如小苗,家庭环境是土壤。土壤有阳光(温暖氛围)、水分(亲子互动)和养分(明确规则),小苗才能长得直、壮。即便家庭不富裕,只要氛围好、有规矩,孩子也能健康快乐成长。

创造良好家庭环境,家长应以身作则。孩子不会听你“说什么”,只会看你“做什么”。家长爱读书,孩子大多也爱看书;家长孝顺老人,孩子也会帮忙;但若家长说脏话,孩子也会学。这就是“模仿”的力量。

一位爸爸每天跑步,从未要求孩子一起,但孩子看到爸爸的坚持,主动提出:“我想跟你一起跑。”如今孩子每日晨跑,身体棒,遇难题不放弃,因为他明白“坚持就能做到”。爸爸没讲大道理,但行动比言语更管用。

一位妈妈孝顺奶奶,每天下班先倒水,周末洗衣、剪指甲。有一次妈妈感冒,孩子主动端水捶背,说:“就像你帮奶奶一样。”妈妈的一举一动,孩子都记在心里。

但若要求孩子别玩手机,自己却刷短视频到半夜;要求孩子节约,自己却倒剩菜;要求孩子诚实,自己却撒谎说“孩子不在家”。孩子怎能信服?有孩子对妈妈说:“你让我别玩手机,你自己却玩到11点;你让我诚实,可上次你还跟老师说我生病。”这提醒我

们:“以身作则”不是“装样子”,而是“说到做到”。

如何更好地“以身作则”?从小事做起:想让孩子爱读书,就每日抽20分钟阅读,孩子也会拿起书;想让孩子懂礼貌,就对服务员说“谢谢”,对快递员说“辛苦了”;想让孩子有责任感,就按时交水电费、保持家中整洁;想让孩子不怕挫折,就别抱怨“太难了”,而是说“没关系,再试一次”。

“以身作则”不是当“完美家长”,而是做“努力的家长”。不用什么都会,但要愿意学习;不用从不犯错,但要愿意改正。孩子看到你努力,他也会努力;看到你改正错误,他也会勇敢面对问题。这才是真正意义:不是“教孩子怎么活”,而是“和孩子一起活成更好的样子”。

总之,家庭教育是用爱和陪伴,陪孩子慢慢长大。重视家庭教育,扎好成长的“根”;教育孩子做人,立正成长的“魂”;建设良好家庭环境,铺就成长的“路”;以身作则,是做好“榜样”。家庭教育没有“秘诀”,是一件件小事的积累,一天天陪伴的坚持。不必比“孩子考多少分”“报多少班”,而要问自己:今天有没有陪孩子聊天?有没有教他做小事?有没有自己先做到“说到做到”?只要我们用心,孩子就会成长为“眼里有光、心里有善、手上有能”的人,能堂堂正正做人,快快乐乐生活。

孩子的成长只有一次,家庭教育也只有一次。无需追求“完美”,但要做到“用心”。用爱给孩子温暖,用行动给孩子榜样,用陪伴陪孩子慢慢长大。相信在家庭教育的滋养下,每个孩子都能长成最好的自己。

(作者系市关心下一代工作委员会主任)

新时代青年当永葆家国情怀

陈红云

近日,一封广西女孩写给汉朝将军霍去病的信在网络上引发热议。这封永远无法寄达的信,如同投入历史长河的一颗石子,激起层层涟漪。当年轻的笔触写下“霍去病将军亲启”,当青春的心灵试图对话那位19岁便立下“匈奴未灭,何以家为”誓言的少年英雄,我们看到的不仅是跨越时空的致敬,更是深植于民族血脉的家国情怀在新时代的生动映照。

霍去病短暂而辉煌的一生,正是家国情怀最炽热的诠释。他17岁率八百铁骑深入大漠,19岁指挥河西之战,收复河西平原,22岁达成“封狼居胥”的千秋功业。他如一颗永不黯淡的星辰,在中华民族的精神星空中熠熠生辉,照亮后世无数志士的前行之路。

令人动容的是,两千年后的今天,一位尚在求学的女孩竟能与这位西汉名将产生如此深切的精神共鸣。这印证了家国情怀超越时空的永恒魅力——它是流动在民族血脉中的精神基因,是每一代青年都能以自己的方式理解并传承的生命体验。

当代青年对家国情怀的理解,正呈现出新的时代特征。广西女孩的信,不是刻板的历史复述,而是穿越时空的真挚对话;不是简单的

情感抒发,而是将英雄精神内化为个人成长动力的创造性转化。

在全球化浪潮汹涌的今天,青年家国情怀的培育面临复杂环境。文化多元带来价值选择的困惑,信息爆炸冲淡历史记忆。然而,正如这封信所证明的,真正的家国情怀不会在时代变迁中褪色,只会在与现实的碰撞中迸发新的火花。

永葆家国情怀,需要青年在历史深处寻找精神原点。读懂霍去病等民族英雄为何而战、为何牺牲,我们便能在个人利益之上看见更博大的担当。新的形势要求我们将对英雄的敬意,转化为守护国家安全的决心、科技报国的行动、建设家乡的激情。家国情怀从来不是虚无的情感,而是体现在每个具体

选择中的价值取向。

“青史如镜照肝胆,青春似火燃山河。”这封信启示我们,家国情怀是理解历史后的自觉选择、认清责任后的勇敢担当。当无数青年将个人理想融入国家发展,在岗位上建功立业、为民族复兴献力,便能续写新时代的英雄故事。

青年兴则国家兴,青年强则国家强。愿家国情怀永驻每个青年精神原野,引领民族奔向光明未来。

人机协同与情感依赖：

大学生主体性守护的三道防线

黄小兵

生成式人工智能正快速进入高校课堂,它让资料检索更迅捷,文本生成更流畅,在线互动更具“真实感”。技术在提升教学效率的同时,也在悄然改变学习方式。部分学生将思考过程“外包”给工具,有的则沉迷于智能陪聊与内容推送,导致原创力与判断力逐渐弱化。如何将技术红利真正转化为育人实效,防范其潜在的“软伤害”,已成为高校教育的重要课题。为此,需构建学校、教师、学生共同参与的三道防线。

第一道防线:明确价值导向,从“工具使用”走向“价值判别”。会用工具不等于会学习,更不等于会判断。思政课与专业课应同步提升学习规范,将“证据化学习、跨源核查、价值对齐”作为基本要求。具体而言,应提供可操作的校验方法,凡引用生成内容须标注来源、进行二次核查,并说明其与课程立场的契合性;建立“红黄绿”使用清单,将检索、格式转换等划为“绿区”,情绪建议、议题判断等纳入“黄区”并要求人工复核,代写代答则列为“红区”严禁使用;同时强化过程评价,通过口头提问、同伴互评、学习日志等方式,避免“重结果、轻过程”。思政课可设计“反偏见训练”“证据写作”等任务,引导学生在比较与思辨中形成理性自觉。

第二道防线:完善制度护栏,实现“可用”且“可控”。治理的关键在于设定边界、建立护栏,而非简单禁止。具体路径包括制定校园使用规范,落实实名认证、数据最小化、生成内容标注与全程留痕,对作业与论文实行“AI使用声明+随机口试核验”;优化课堂与平台设计,默认开启“多元议题池”与“去个性化推荐”,建立内容校验机制,对宏大叙事与敏感议题实施“双盲复核+可信来源白名单”;畅通“监督—纠错—救济”渠道,将算法失当、学术不端等问题纳入统一申诉机制,明确处理时限与举证路径,确保责任可溯、纠偏及时。

第三道防线:强化人文关怀,化解情感依赖。技术风险常从情感层面渗透。学生工作与心理育人应将“AI依赖识别”纳入日常管理,实

施轻量监测,关注使用时长、睡眠质量与情绪波动,设置预警阈值;开展“7日数字减负”等微干预活动,通过限时使用、替代性活动(如阅读、运动、社会实践)与同伴互助打卡,帮助学生重建现实联结与成就感;完善支持网络,整合辅导员、朋辈与校医院资源,开设“情绪与技术”主题工作坊,引导学生识别算法诱导,回归真实交往。

人机协同的本质是“各展其长”,而非“彼此替代”。在任务分工上,工具负责资料聚合、结构整理与格式转换,学生则承担证据写作、立场论证与口头辩护,课堂通过追问与交叉质询深化理解;在流程设计上,形成“课前算法检索—课中互评追问—课后反思自述”的闭环,实现教、学、评贯通;在育人层面,借助议题策展、案例共创等方式,将技术转化为价值引导的载体,使学生在真实问题中理解“何为信、何以践行”。

要把“三道防线”落到实处,还需要做到组织、师资、技术和评价“四个到位”。组织上,校院两级应设立“AI应用与伦理”专门议事机制,统筹规范制定、教师培训、技术审查与效果评估;师资上,推进“思政+AI素养”研修,组建跨学科教学共同体,将教师的过程性育人设计纳入质量考核;技术上,完善日志留痕、内容校验、个性化推荐等基础功能,建设“可信AI”校园底座;评价上,将“过程可解释性、证据质量、价值自述与公共表达”纳入成绩权重,强化“想—说—做”的一致性。

人工智能已成为高等教育不可回避的变量。高校须坚守教育育人的初心、学术严谨的底线,以及学生主体性的根本。通过“认知素养—制度场景—关怀心理”三层防护,让技术成为启迪真理的桥梁,而非遮蔽认知的屏障;使大学生在智能时代成长为清醒的思考者、负责任的行动者与有担当的引领者。这既是“人机协同”时代的思想政治教育必答题,也是其应有的价值底色。(作者单位:湖南师范大学马克思主义学院)



浮光跃金

羊长发 摄

付出真情得真知

刘克勤

作风建设开展以来,各级持续推动作风转变走深走实。我们看到:书记、市长下沉访访,卫生局长走进卫生院巡诊,法院院长亲临乡镇法庭审案,交通局长体验公交出行,交警队长微服驾驶出租车……一批批党员干部带着责任与真情深入一线,在换位体验中感受基层艰辛,反思机关工作不足,收获破解难题的真知灼见。

“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。”一位亲身体验的局长感慨:“坐在老乡家火塘边拉家常,与在办公室接待群众感受不同;睡在农家硬板床上思考问题,与坐在沙发上考虑问题角度不同。深入一线,能发现办公室里看不到的问题,学到机关里学不到的话语,提

出办公室里想不到的举措。”

换位体验为何有效?关键在于:这不是形式作秀,而是怀着真情实感去亲身经历、用心体会。这是一种深刻的浸润——换的是“位”,用的是“情”,尽的是“心”;“体”的是实践,“验”的是思想。感情不同,体会就不同;了解的情况不同,解决问题的思路 and 效果自然也不同。

这印证了一个朴素道理:感人心者,莫先乎情。将心比心,只要对群众付出真感情,做到思想真“换位”、行动真“体验”,赢得的不仅是民心,更是千金难买的真知。

人民群众最认同朴实真理,不仅看干部怎么说,更看怎么做。只要不摆架子、不打官腔,真心实意为群众办事,群众就会把你当自己人,愿意说心里话。这



样才能真正为群众办实事、解难题。

因此,换位体验要求党员干部多深入基层、深入群众,通过真情交流凝聚共识。用心,就要见微知著,体察群众急难愁盼;用情,就要设身处地,多从群众角度思考得失。唯有付出真挚感情,才能收获真诚体验,获得真知灼见。

反之,如果身到心未到,蜻蜓点水、走马观花,只图形式、不讲实效,即使人到现场,也难免流于表面,不仅无助于解决问题,更可能损害形象,最终费力不讨好。

(作者系市市场监督管理局退休干部)