

城市晚报社联合吉林省生命与安全教育学会举办“青少年心理健康家长课堂”线下家长讲座

# 如何陪伴青少年健康成长？这场讲座干货满满

随着年龄增长，青少年面临着身心的巨大变化。为了帮助父母们更好地应对青少年的教育、心理问题，3月23日上午，城市晚报社联合吉林省生命与安全教育学会举办了一场“家长如何能让孩子爱上学习——‘青少年心理健康’家长课堂”为主题的线下家长讲座。

此次活动特别邀请吉林农业科技学院中药学院心理健康教育客座教授、吉林省生命与安全教育学会副会长杨玉成，围绕青少年心理、生理发展的特点，介绍家庭亲子沟通的技巧——先理解后教育，提升家长在家庭教育方面解决问题的能力。

## 家庭教育>> 不建议对孩子简单粗暴地批评和呵斥

与孩子保持良性沟通，在充分理解他们的同时给予他们心理上的关注和引导，是家长们的“必修课”。那么，家长应如何与孩子进行正确有效沟通呢？讲座中，杨玉成老师建议先营造其乐融融的家庭氛围，并在潜移默化之中引导孩子；不建议通过批评和呵斥对孩子进行简单粗暴的制止。

“作为家长，都希望孩子获得更好的未来，但能否让孩子阳光健康地成长才是决定一个孩子未来的关键因素，心理健康才是孩子的

头等大事。”杨玉成老师提醒家长，由于情绪压力和家庭亲子关系的变化，大家发现，本应该开心度过童年的孩子，有的似乎并不那么开心，有的孩子因此陷入困境。

“我们不要总站在家长角度着急、使劲，应该回想自己读书时怎么想的，家长要明白有效沟通与换位思考的重要性。”他认为，家长需要与孩子建立良好的沟通渠道。青少年时期，孩子们可能会变得封闭和不愿意与家长交流。因此，需要主动与孩子沟通，了解他们的想法和感受。家长可以通过问问题、倾听和分享自己的经验来建立亲密的关系。



杨玉成老师现场讲座



杨玉成老师为家长们支招 本组图片 城市晚报全媒体记者 刘佳雪 摄

## 支招家长>> 帮助孩子成长为真正“独立自主”的人

“杨老师，请问我的孩子6岁，自控能力很差怎么解决？”“我女儿马上初三了，注意力不集中，总是需要家长督促？”……讲座进行中，不少家长已迫不及待现场发问求解。

杨玉成老师现场分享自己与双胞胎儿子的故事时说，青春期指的是由儿童阶段发展为成人阶段的过渡时期，是人身心发展的重要时期。父母需要建立思维模式，完成角色的转变，把孩子的青春期要视为机会，帮助孩子成长为真正“独、立、自、主”的人。

在讲授“如何陪伴孩子走过青春期阶段”部分时，他总结说，青少年时期，孩子们需要独立思

考和行动，这有助于他们发展自己的个性和能力。可以给予他们一定的自由和责任，让他们学会自我管理和自我约束。

同时，需要关注孩子的兴趣和爱好。青少年时期，孩子们对自己的兴趣和爱好非常敏感。家长可以鼓励他们发展自己的兴趣和爱好，让他们感到自信和满足。

## 家长点赞>> 讲座缓解了困惑和焦虑并找到了方法

“每个人都会有情绪的波动，负面情绪的存在也是正常且普遍的，但关键是不太害怕而回避，也不能太轻视而忽略。”杨玉成表示，大部分的早期心理健康问题并没有那么难干预，发现后及时由心理咨询师、心理健康社工支持，或转介心理医生干预，都能起

到很好的效果，“怕就怕一直拖着”。他认为，家长及时识别儿童青少年心理危机，并寻求专业干预十分重要。

一个多小时的讲座让家长们的意犹未尽，不少人的笔记本上记满了“干货”。家长们纷纷表示收获很大，此次家庭教育讲座有效地帮助他们缓解了困惑和焦虑并找到明确的方法，可以更专业地陪伴孩子高质量地成长，从现场互动的热烈程度也可以看出他们对此类讲座有着强烈需求。

有家长表示：“老师说到孩子心里去了，孩子频频点头，我们也十分受益。”还有一位家长表示：“家长和孩子并非是对抗关系，我们家长要努力修炼自己，先稳定自己的情绪，然后成为孩子情绪的容器。”

城市晚报全媒体记者 刘佳雪

## 促销月将收官 长春楼市暖意持续

“2024迎新春—长春房地产促销月”活动自3月2日启幕以来，已历时三周，相关线上线下活动人气空前旺盛，长春房地产市场暖意持续，促销月对于提振房地产消费、助力百姓购房安居作用明显。

### 暖市·交易 房企销售回温 楼盘上新补货

据统计，促销月前三周共成交商品住房5206套，成交面积53.38万平方米，成交金额49.98亿元。各大房企均表示，促销月带来了非常好的人流量和成交转化，在售房源得到了比较快速的去化，更有多家楼盘加快取证推新速度。保利、万科、中铁、中车、润德、豪邦、锦溢等人驻长春房产超市的品牌房企，促销月开局阶段良好的销售战绩得以延续，始终保持“稳定输出”。

为了抓住这波“暖春”行情，开发商也忙着“上新补货”。根据长春房产信息网官方信息显示，仅在3月11日—18日，长春就有5个住宅项目新拿到了预售许可证，下证房源共计937套，下证楼盘覆盖宽城、绿园、中韩等多个城区，主力下证房源均在100平方米以内，以刚需小户型为主。而且，本次下证的万龙国际城二期是新盘，将利用此次促销月的契机开盘纳客。除了以上已取得证的，今年要上市的项目：桂语听澜等纯新盘也计划把其首批产品放在促销月期间推向市场。

### 暖势·政策 补贴接近尾声 购房更需抓紧

由于房地产促销月已经临近收官阶段，购房者普遍关注的市、区两级发放的购房券已余量不多。据统计，促销月三周末，购房券已经被抢走6646张，其中市级购房券3970张，区级购房券2676张。

在此之前，莲花山区等多区的购房券已经抢光。不过，莲花山区官宣，3月23日起再度投放105万元购房券，在莲花山购买新建商品住宅（以合同网签备案时间为准），每户给予1.5万元购房券，一共70张。

据悉，净月区也有意追加购房券，全力满足居民的购房需求。

在此，还要特别提示广大购房人，房地产促销月期间，除了市、区两级补贴之外，还有很多政策性、针对不同身份人群的购房补贴别忽略。比如市级层面针对高校毕业生的补贴、针对大学生和多孩家庭的公积金政策支持；净月区面向大学生、人才、农民、企业主和多孩家庭等还有额外购房补贴。购房人要把握促销月最后时间，择机出手购房。

### 暖事·活动 线上人气爆棚 线下精准互动

自开幕以来，房地产促销月的线上活动可谓精彩纷呈，人气爆棚。由长春房地产业协会、长春市

房地产中介协会、长春房产超市和“天猫好房”举办的“长春3月房地产促销月主播大赛”抖音话题上线8天，相关播放量就达357万次，互动评论6500多条，点赞2.3万。

“2024长春市十大最期待楼盘”线上票选，37家楼盘参与，线上访问突破5.5万人，有效投票超40000票。

各区的活动中，净月区绝对可圈可点。净月区在促销月期间专门启动了“净月福地”官方抖音号和视频号，精心策划的抖音及视频号话题“净月福地遇建长春”，引来了多位当红名嘴主持人和流量大V的参与，截至3月22日，相关话题全网播放突破600万。

线上精彩，线下活动则更加精准富有实效，促销月期间已举办多场贴近购房人的“走进企事业单位”的活动，为供需双方搭建起直面交流的沟通场景。“天猫好房”牵手房企走进吉大一院、吉大二院等医院，净月区组织多家房企走进长春中医药大学三附院以及长春财经学院等高校。各协办单位用专业购房知识为广大购房人提供购房参考，争取团购优惠，解答购房困惑，所到之处受到各单位的一致好评。

政策惠及民生，补贴助力安居，房企让利，需求持续释放，在长春房地产市场“暖意”正浓。

城市晚报全媒体记者 陆续

## 禁毒知识进校园 护航青春伴成长

为进一步加大校园禁毒宣传力度，筑牢校园禁毒防线，近日，长春市公安局宽城区分局禁毒大队联合长春市公安局禁毒支队，抓住新学期开学的有利契机，在吉林城市职业技术学院开展了禁毒知识科普宣传活动。

活动中，由长春市公安局禁毒支队四大队大队长张砥矢对内对大学生进行禁毒知识宣传讲座，从毒品的起源与发展过程以及各种不同的毒品类型和效果进行了详细讲解，帮助学生们认识了毒品的危害及日常生活中如何辨别

预防被人带领吸食毒品。

随后，宽城区分局禁毒大队大队长明亮就吸毒人员的处罚和对未来生活的影响进行了现场普法教育，让学生们对吸毒的危害有深刻的印象，构筑牢固的拒毒防毒心理防线。

此次活动，共500余人参加，累计发放禁毒宣传品100份，宣传单750份，进一步强化了校园禁毒防线，守护学生们的身心健康，推动长春市禁毒宣教工作不断取得更优成效贡献了宽城力量。

城市晚报全媒体记者 吕闯

## 长春市公安局朝阳区分局宽平大路派出所 深入校园开展消防演练活动

为坚决防范和遏制辖区重点场所火灾事故发生，进一步提高学校的应急处置能力，增强广大师生的消防安全意识及逃生自救技能，近日，长春市公安局朝阳区分局宽平大路派出所紧密依托“警校融合”工作机制，联合长春市应急管理局、朝阳区消防救援大队深入长春工程学院湖西校区开展消防演练活动。

随着警报声响起，消防演练活动正式开始。学校师

生捂住口鼻，弯腰靠墙，沿着指定疏散路线撤离到指定位置，整个过程安全、快速、有序，达到了预期的效果。

随后，派出所民警和消防队员结合过往实际案例，详细讲解了校园中常见的火灾类型以及相应的处置办法，并在学校操场的安全区域对灭火器的正确使用进行了示范操作，让师生动手实践，体验如何在火灾发生时正确使用消防设备。

城市晚报全媒体记者 吕闯