



开福区家庭教育又出新招

缓解亲子焦虑! 湖南首个 AI 心理助手为“她”减压

今日女报/风网记者 江昌法 实习生 万慧

想知道自己是不是emo(抑郁)了?找“小雅”来诊断!在聊天机器人ChatGPT火爆出圈的当下,中南大学湘雅医院心理卫生中心、脑科学与人工智能研究中心共同研发的湖南首个AI心理助手“小雅”面世。近日,在长沙市开福区“致敬她力量 奋进新征程”庆祝“三八”国际妇女节好家风建设活动现场,开福区妇联与中南大学湘雅医院签约,首次将“小雅”AI心理助手引进社区心理健康服务体系,实施“互联网+妇幼心理健康”项目社区推广,提高妇女、儿童的心理健康水平。

这是开福区开展家庭教育的一个生动缩影。近年来,长沙市开福区妇联注重家庭家教家风建设,充分发挥“她”力量优势,建成并依托各类“家”阵地,推进家庭教育工作,创新“党建+家庭教育”模式,重点打造“崇德尚福”家庭教育品牌项目,组织开展各类家庭教育公益活动千余场,将家庭教育的“福利”送到千家万户,惠及超10万人次。

榜样力量:“中国好人”成为家庭教育的“活教材”

助力38个贫困村提前一年脱贫,资助数万名贫困学子……近日,走进开福区家风馆,一个个家风家训故事吸引着前来参观的居民驻足观看。

“全国最美家庭”邓学东家庭的故事入列陈列展示之中,邓学东系中国好人、湖南省道德模范,2004年从岗位上退休后从事志愿服务工作近二十年,成立开福区“五老”助学队,点亮了数万名贫困学子的“希望灯塔”;牵头成立“长沙市银发扶贫专家志愿服务队”开展精准扶贫志愿服务,助力了长沙市内38个贫困村提前一年脱

贫;他还带动子女一起开展一系列的志愿服务,爱心捐款近六百万元。如今,邓学东是“崇德尚福”家庭教育专家宣讲团成员,在开福家风馆义务向参观者讲述自己的家庭故事,成了全街居民学习的榜样。

“开福区19户全国、省、市文明家庭和最美家庭的家风家训故事入列开福家风馆陈列展示,68篇被收录进《潇湘家书》出版的开福“最美家书”,晒出和美家庭的秘笈。”秀峰街道湘民社区党总支书记、居委会主任章丽霞说,“邓学东等家庭的家风家教故事,成为了家庭教

育的“活教材”,社区居民群众纷纷向榜样学习,争做文明家风的践行者。”

除了家风馆里展示的19户家庭之外,在开福区的普通家庭里,还涌现出了许多“美丽人家”。2016年以来,开福区累计获评“全国最美家庭”“全国五好家庭”“省级文明家庭”“省级最美家庭”“省级五好家庭”及市、区级优秀家庭170多户。开福区妇联也先后获评“湖南省三八红旗集体”“第十三届全国家庭工作先进集体”等称号。

近年来,在开福区纪委监委具体指导下,开福区妇联还常态化开展清廉家庭建设,聘任10名“廉内助”,以家庭教育课堂“五进”活动的形式,探索加强清廉家庭家教家风建设的新路径。

“不给儿女留钱财,要让子女成才……”在“清廉润开福一起向未来‘强省会’中家力量”——开福区清廉家庭建设巡礼活动中,评选了20户清廉家庭,通过歌曲独白、音乐情景剧等形式对这些清廉家庭的家风故事进行演绎,赢得大家广泛好评。



开福区“崇德尚福”家庭教育家长课堂。

创新家教:建立“一站一基地一平台”全域体系

“从培训课的理论到实操,收获满满!我之前一直对于家庭教育感兴趣,也一直发现自己身上的问题,就是不知道如何下手。经过这几天的学习我恍然大悟,原来改变自己、提升自己、修炼自己,可以让身边的人变得更好。”在参加完开福区“崇德尚福”家庭教育导师孵化培训后,开福区第三小学教师赵碧云有感而发,“希望能更多地帮助他人,做一个合格家庭教育的践行者。”据了解,在开福区妇联与开福区教育局等多部门联动下,开福区目前已培养近百名专业家庭教育导师,近60所学校实现配备至少

一名家庭教育导师;开展“利剑护蕾·女童权益保护”公益讲师培训班,培养儿童性教育讲师60名,率先全市实现儿童性教育“一校一师”全覆盖。

参加完导师孵化后,赵碧云不仅在班级家长群中通过线上微课分享家庭教育,今年2月还在任教的小学毕业班家长会上带来了一堂家庭教育课——“学做专业父母,培养幸福孩子”。课堂上,赵碧云不仅向家长详细地分析了五种类型父母和孩子所呈现的状态,还用一些事例或视频来让家长深刻认识到自己在跟孩子之间相处时的问题。

为创新开展家庭教育工作,开福区还创建了“一站一基地一平台”全域家庭教育体系,目前,已打造20个“崇德尚福”家庭教育指导服务示范站点,形成了家庭、学校、政府、社会“四位一体”的家庭教育格局,有力提升了协同育人水平。

“让人人成为家庭教育导师。”开福区妇联主席甘芳说,开福区妇联将进一步完善“崇德尚福”全域家庭教育公益创新链的构建,着力打造好“崇德尚福”家庭教育指导服务站点,扩大家庭导师团队,让导师们用科学的家教理念,更好地为家长和孩子服务。



开福区妇联与中南大学湘雅医院签约,首次将“小雅”AI心理助手引进社区心理健康服务体系。

心理咨询:帮15岁心理障碍女孩走出困境

“谢谢方老师,我们一家人现在相处很融洽,女儿也爱说话了……”在开福区鑫晨妇女儿童公益发展中心,15岁的女孩小雪(化名)跟着母亲向心理咨询师方冬表示感谢。

原来,小雪母亲经常参加开福区妇联组织的心理健康教育活动,跟方冬讲起小雪有长期服药、性格暴躁、不爱说话的情况。有多年心理咨询服务经验的方冬怀疑孩子可能存在心理问题,便建议她带着孩子去医院做检查,最后确诊为情感双相障碍。

“小雪的妈妈因为小雪的情况觉得人生毫无意义,每天心情低落,没有心情工作。”方冬说,通过6次系统式家庭咨询,小雪一家学会了如何处理家庭关系,提升了整个家庭的认知水平,还在小雪中考之前帮她做生涯规划,“后来,这个家庭的家长对孩子多了一份理解,学会了多鼓励孩子,孩子不仅健康快乐地成长,还立志要考上大学”。

开福区鑫晨妇女儿童公益发展中心是近年来开福区加大政府购买家庭教育公共服务的力度,引进的众多社会组织之一。“我们以‘专业团队+社工+义工志愿者’的服务模式,指导鼓励相关社会组织为儿童和家庭提供常态化、规范化的家庭教育指导服务。”甘芳告诉今日女报/风网记者,为了帮家长摆脱在养育孩子的过程中的各种困境、步入科学育儿的正轨,开福区妇联以问题为导向,通过“购、培、建”等措施,发展壮大家庭教育队伍,提升专业化服务水平,助力家长解决育儿中的难点、痛点问题。

据统计,2022年,开福区家庭教育指导服务中心线下累计服务超过5000人次,为1200多个家庭、2500多个孩子提供了专业的家庭教育服务。通过直播课、群微课等传播途径,线上累积服务超过5万人次,课后反馈好评率超过99%。

而此次将“小雅”AI心理助手引进社区心理健康服务体系,更是一次创新的尝试。“小雅”将如何服务社区妇幼人群心理健康?中南大学湘雅医院心理卫生中心相关专家介绍,“小雅”包含100多种专业心理测量量表,可随时了解自身心理健康状态;AI自助干预等心理服务,包括ACT抑郁自助干预、心理创伤疗愈(PTSD自助干预)、乐观品质培养等;利用数据管理技术了解开福区社区心理试点妇女、儿童所面临的心理问题,系统自动生成预警列表,社区可针对有风险妇女、儿童进行危机干预。同时,为社区居民及妇女、儿童提供抑郁、焦虑、亲子关系等心理健康科普。项目致力于将心理健康服务纳入社区心理卫生服务体系,鼓励社区为有需要的妇女、儿童提供心理健康服务支持。

“家是最小国,国是千万家。家庭和睦则社会安定,家庭幸福则社会祥和。”开福区委书记罗玉环表示,为贯彻党的二十大精神,开福区将以“崇德开福”建设为抓手,持续深入开展家庭教育工作,加强家庭家教家风建设,引领全社会弘扬爱国爱家的社会主义家庭文明新风尚,为区委“奋力强省会,建设大城北”发展战略提供有力支撑。