



怎样走进孩子的心灵

楼超华

几乎所有的家长或多或少都经历过与孩子沟通的困惑，而青春期孩子的家长有着更多与孩子沟通的烦恼。现实生活中，家长与孩子的沟通几乎每天都在发生。可令很多家长感到困惑的是：太多时候是频繁地进行“沟”，但实际效果却往往没有“通”。当家长完全不能理解孩子时，家长的观点和做法也不会被孩子理解和接受。这样，无论家长出于多么良好的动机，制定了多么远大的目标，最后还是无法达成愿望的。而且随着孩子的成长，亲子间的距离还会逐渐拉大，这不仅会破坏家庭的幸福，严重的还会导致家庭恶性事件的发生。本期我们将谈一谈家长如何走进孩子的内心，与青春期的孩子进行良好的沟通。

父母闯进孩子“心空”的故事

下面是一则中学生的日记：

我有自己的小秘密，平时都把它“锁”在日记本里……有一天回家，突然发现我的日记被人动了，结果证明是妈妈偷看了。妈妈解释说为我好，怕我这样，怕我那样。我气哭了，我想，为我好，为什么不相信我？为什么不给我一点自由？不给我一点属于自己的天地？

这则日记是孩子的心声，值得所有父母思考：

日记，是青少年倾吐心声的对象，是一位听了倾诉绝不会饶舌的亲密的朋友。许多进入青春期的孩子不再像儿童那样直率，即使对最亲近的父母也会藏起心中的秘密。而当他们需要倾诉时，日记便成了最好的倾吐对象。

那么父母怎么面对自己孩子的日记？正确的做法是：

千万别窥探秘密。即使您如何出于好的心，孩子也会不满、抱怨甚至憎恨，因为这会

使孩子感到受了侵害。

给孩子充分信任。凡是坚持写日记的学生，大多是好学上进、有自尊心的学生。写日记的过程就是思考、总结的过程。父母为什么要不放心，要忧心忡忡呢？也许他们在为人处事上不免有些失误，而吃一堑长一智，经历挫折，正是人生的必修课！

学做孩子的朋友。当然不偷窥孩子日记，别以为就是对孩子闭锁的心灵不闻不问，而是需要您放下架子，平等地对待孩子，营造一种朋友关系。孩子是不会拒绝贴心朋友的。

不妨来点书面交流。有时写信之类的书面交流，更有利于亲子之间的心灵沟通，让人感到亲子之情是那么的凝重深刻。

留出独享的天地。父母是不可能、也没有必要把孩子的心声全部掏出来的。给孩子留一块独享的心灵绿地，不要任何人去打扰，这是青少年的基本心理需求。把这方天地留给孩子独享，显示了对孩子的一种大爱。

无形的压力：温柔陷阱

下面是中学生来信中的一段话：

我进入重点中学后，每次考试完爸爸都要关心我成绩的名次，说：“考个好名次，给你买电脑！”妈妈总是把我和表姐做比较：考个好大学，将来像你表姐那样出国留学去！叔叔说，咱家还没出过一个大学生，这回就指望你了！我真不明白，自己读书究竟为什么呢？

这封厌学女孩的来信，值得所有父母警惕：

天上只有一个太阳，群星虽没有太阳耀眼，同样熠熠生辉。家长的过高期望给孩子带来的只能是压力。这种压力并不一定能够转化为动力。打个比方，这种无形的压力恰似一个温柔的陷阱，让人越来越痛苦地去承受，任凭压力来挤压心灵。当担负不起父母和所有亲友的期望时，一个孩子必然会迷失学习的方向，

必然会产生厌学的消极情绪。这是多么可怕的结局！所以父母都要以一颗平常心来设定对孩子的期望值，教子成人。只要孩子成长为大写的“人”，他就拥有了成功的人生。

整天与我作对的孩子

下面是一位母亲的电话求助：

我儿子不好好学习，有时甚至逃学去网吧玩。我不知多少次恶狠狠地骂他“猪脑袋”，不知多少次绝望地骂他“快去死吧”。如今我与他之间隔着一座厚厚的心墙。我知道打骂不是好的教育方法，可是我与他总是“话不投机半句多”，说不上几句他就甩手走开了。我该怎么办呢？

这位母亲的一番话，值得所有父母来讨论：

每个孩子身上都有许多不足，但都有向上、向善的心。由于对孩子有了“成见”，妈妈就很难发现孩子的闪光点，看到的都是孩子的不是。对孩子一味训斥、责罚、打骂，还有羞辱，长久的消极心理暗示，孩子绝不会让您的评价落空。到头来，这孩子一定会变得像妈妈说的那样没出息。这在心理学上叫做“标签效应”。

遇上如此作对的孩子，父母正确的做法是：

充分肯定孩子的长处。古语云：“数子十过，不如奖子一长。”跟孩子讲道理，应充分肯定孩子的长处，对孩子的进步给予及时的表扬和鼓励，在此基础上再对孩子的过错予以纠正。这样，孩子就容易接受大人的意见。如果一味地数落孩子，只会让孩子产生自卑心理和逆反心理。

所讲的道理要“合理”。跟孩子讲的道理应合情合理，不能信口胡说，也不能苛求孩子。因为大人信口胡说，孩子不会服气；父母要求过分苛刻，孩子是办不到的。生活中常有父母自己喜欢吃零食，却对孩子大讲吃零食的坏处，如此，孩子怎么会听你话呢？

给孩子申辩的机会。跟孩子说理时，孩子可能会对自己的言行进行辩解，大人应给予申辩的机会。应该明白，申辩并非强词夺理，而是让孩子把事情讲清楚、讲明白；给孩子申辩的机会，孩子才会更加理解你所讲的道理，使教育收到良好的效果。

为情绪状况把好脉。孩子和大人一样，情绪好时比较容易接受不同意见，不高兴时容易偏激，因而和孩子讲理，要充分了解孩子的情绪状况。要选择其情绪较好的时候进行教育，效果往往事半功倍了！

（节选自《上海家庭发展》）

编委会名单

主 编：刘 伟
副 编：丛 蓉
编 委：芦 洁
方广虹
王 颖
责任编辑：王 颖



上海计生所

Shanghai Institute of Planned Parenthood Research



上海市计划生育科学研究所
世界卫生组织人类生殖研究合作中心

主办

2014年3月28日 (内部交流)
第2期 总第33期



身为女性 服务女性 荣耀女性 所流病室喜获上海市 “巾帼文明岗”称号

3月6日,上海市科技妇工委在科学会堂召开以“科技之花,美丽绽放”为主题的市科技系统“三八”国际劳动妇女节表彰大会。所党委书记刘伟、所妇委会有关同志出席会议。会议宣读了获得“全国三八红旗手标兵”、“全国三八红旗手”、“上海市巾帼创新奖”、“上海市巾帼建功标兵”、“上海市巾帼建功文明岗”的集体和个人名单,我所流病室喜获上海市“巾帼文明岗”的称号,并在会上接受了表彰。

自2012年6月起,流病室就开展了“上海市巾帼文明岗”的创建活动。流病室现有女职工24名,占流病室职工总数的80%,在创建活动的近两年中,该室全体职工团结协作、开拓创新,将创建工作有效地融入到流病室科研及服务的每个环节,同时,她们还创新活动项目,拓宽服务领域,以活动开展促本职工作,以专业特长助推对外服务,使创建活动不断得到有效推进,并取得较好的效果。(党办)■

我所参与建设的 “复旦大学生殖与发育研究院”正式成立



“复旦大学生殖与发育研究院”成立揭牌仪式于3月1日在复旦大学上海医学院举行。复旦大学副校长桂永浩、上海卫生计生委党委副书记邹惊雷、上海科学院副院长曹阿民、上海计生所所长李元春、复旦大学附属妇产科医院院长徐丛剑和儿科医院院长黄国英等出席了仪式。

该研究院作为复旦大学985工程重点学科“生殖与发育”的建设平台,主要依托于复旦大学附属妇产科医院和儿科医院,旨在建立一个能有效整合校内外各方资源,有助于多学科

交叉,并能促进成果快速转化的学科建设平台。

我所作为隶属于上海科学院的计划生育与生殖健康领域社会公益类科研机构,是“国家人口计生委计划生育药具重点实验室”、“上海市生殖健康药具工程技术研究中心”和“中国生育调节药物毒理检测中心”的依托单位。此次参与复旦大学生殖与发育研究院的建设,将充分发挥我所在避孕节育、不孕不育和出生缺陷领域的专业优势,并通过加强与妇产科和儿科医院的合作,探索学研合作新机制,实现科技资源互补,构筑出生缺陷的孕前、产前和新生儿期三级预防体系,提高转化医学研究水平,促进科技成果的转化,谋求共同发展。

此次参与研究院的建设工作,对于我所深化科技体制改革、探索跨部门和跨学科合作的体制机制、进一步提升科技创新能力,具有重要意义。(科技部)■

3月28日,上海计生所第四届第六次职代会在老沪闵路所区召开,会议由所工会主席周维谨主持,职代会正式代表、列席代表共44人出席会议。

会上,所长李元春作“上海计生所2014年度工作计划”的报告,他着重就进一步加强科技创新能力建设、科研保障服务能力建设、国际合作与外事管理、行业服务能力建设、人才队伍建设、思想政治建设、党风廉政建设及和谐文化建设八个方面通报了2014年全所工作重点。所财务部负责人、工会经审委员范耀奇作“2013年度预算决算和大额资金使用情况”、“2013年度所三公经费使用情况”和“2013年度所工会经费使用情况”的通报;所科技部负责人芦洁作“2013年度实验动物用房运行成本初步核算情况”的通报;所人事部负责人高

我所召开第四届第六次职代会



淑敏作“所绩效工资实施有关事项”、“关于在职工攻读研究生(修改稿)”的通报。随后,大会就本次会议的相

关议题进行了分组讨论。在集中交流期间,与会代表一致认为,所长李元春所作的2014年度工作计划的报告内容丰富、目标明确、重点突出,令人鼓舞;同时,代表们也就今年的工作要点以及大会通报的相关事项提出了建设性的意见。

党委书记刘伟对本次职代会给予了充分的肯定,认为本次会议安排高效有序、富有成效;同时指出,在全面深化改革的新形势下,我所面临着诸多的机遇和挑战,为此我们全体职工更要团结协作、稳中求进,努力为计生所的发展做出更大的贡献。

最后,与会代表就本次大会的内容、议程、效果等进行民主评议。评议结果显示,与会代表对本次职代会总体评价是满意的,达到了预期效果。

(所工会)■

市卫生计生委张梅兴一行到家计中心调研

3月21日,上海市卫生计生委副巡视员张梅兴、市卫生计生委家庭发展处处长樊华一行到市家计中心调研。

我所副所长王健对张梅兴一行的到来表示欢迎,并介绍了上海计生所近年来的发展情况,着重就市家计中心发展历程、体制建设以及目前的发展状况等作了详细介绍。市家计

中心副主任巫茜汇报了目前市家计中心所开展的工作,以及家庭发展和家庭计划工作的一些想法,其中包括“5·15国际家庭日”及“新家庭计划”,组织开展大型“家庭健康·从齿开始”公益活动等;并通过多种形式的活动,普及科学知识,倡导科学生活,促进家庭持续、快速、健康发展。

张梅兴对市家计中心的体制机制、运行模式、队伍建设等方面工作给予充分肯定,同时对市家计中心相关工作进行了指导,希望市家计中心要切实抓好科普宣传工作,继续探索家庭发展工作模式,逐步加强对家庭发展的宏观指导,从而进一步提升对社会公众的影响力。

(家计中心) ■



美国马里兰大学教授 Dina L.G. Borzekowski 来访我所

继去年12月来访之后,美国马里兰大学公共卫生学院教授 Dina L.G. Borzekowski 一行于3月21-23日再次来我所进行访问。

访问期间, Dina 教授一行与我所研究员武俊青及其课题组成员就正在合作的控烟项目(Monitoring TAPS in Real and Virtual Communities: A Study in Brazil and China)的可行性计划进行了详细讨论;并于3月22-23日组织召开了为期2天的控烟项目培训会(项目第一阶段)。会议由我所研究员武俊青主持,来自我所和复旦大学的30名数据收集员参加了此次会议。

会上,首先由北京的控烟专家、国际防痨和肺部疾病联合会中国办公室主任甘泉博士以“中国的烟草广告、促销和赞助”为题作了精彩的演讲。他介绍了中国现行的烟草广告、促销和赞助的法律法规及具体的执行情况,用大量生动的图片让与会者充分了解现实生活中违反相关法律法规的状况。随后,由 Dina 教授对控烟项目三个阶段的工作内容作了详细介绍:第一阶段为开展对烟草广告、促销和赞助禁令指南的评估,了解当地法律和政策以及如何收集数据的培训;第二阶段为从社区收集资料对指南的合规性进行评估;第三阶段为从虚拟社交场所和互联网广告收集资料对指南的合规性进行评估。最后, Dina 教授及项目组成员对具体操作过程进行讲解,并随机分配了现场调查的街道。在整个培训过程中,30名数据收集员还完成了2份在线文件调查,并就现场和虚拟网络调查中可能出现的问题与项目组成员进行了探讨。此次培训会取得了预期效果,在为控烟项目的顺利开展奠定基础的同时,为 Dina 教授此次来访画上了一个圆满的句号。(流病室) ■



我所参加 2014 年 枫林社区“3·5”学雷锋活动

3月5日,枫林社区开展了以“学习雷锋精神,参与志愿服务,践行群众路线,争创文明城区”为主题的大型志愿者服务活动。作为徐汇区域化党建共建单位,我所积极参加此次活动,组织所青年团员、所医院医护人员,进行“医疗服务、交通安全

宣传”的服务活动,受到了枫林社区及居民的欢迎。所团总支组织4名青年团员作为学雷锋文明交通志愿者,前往东安路中山南二路路口进行交通协勤。在此期间,大部分市民都能做到文明出行,过马路看红绿灯、走斑马线,但仍有部分市民不遵守交通规则,

文明交通志愿者们通过自身的行动和文明劝导工作,不仅宣传了道路交通安全知识,而且有效的提升了他们的文明交通意识。

所医院则在此次活动的主会场“红枫苑广场”开展医疗服务活动,义诊活动包括向枫林社区居民提供中老年常见病咨询、妇科问诊、测量血压等便民服务,同时所医院还精心制作了“计生所医院官方微信的二维码的易拉宝”,对于有需求的居民可以通过所医院官网进行进一步了解。此次医疗服务活动共计咨询居民100余人,发放健康宣传册和计划生育药具100余份。

(党办) ■



“上海市常住人口状况及城市社会融合研究”第四次专家研讨会举行

为顺利推进由我所承接的“上海市常住人口状况及城市社会融合研究”科研项目结题工作,项目组邀请了复旦大学、华东师范大学和上海市人口与发展研究中心的相关专家,于3月7日在我所举办了第四次专家研讨会。上海市卫生和计划生育委员会流动人口计划生育服务管理处有关领导出席了本次会议。

会议通报了各单位相关任务的完成情况,内容包括非沪籍劳动力的就业保障和经济融入、上海流动人口的家庭婚

育状况与社会融合研究、城市流动人口的居住问题和社会融合、社会融合的衡量和上海市卫生计生委流动人口社会融合的基本状况,并对各部分内容进行了充分讨论。上海市卫生计生委流动人口计划生育服务管理处副处长苏燕就如何统一稿件、提炼总报告、时间进度安排等方面提出了后续要求,并同与会人员协商确定于4月份完成报告的修改、统稿和总结汇报等工作。

(流病室) ■

我所全面开展教育实践活动“回头看”工作

日前，我所按照市委、市科技党委的有关要求，作为第一批开展教育实践活动的单位，正积极部署，全面开展党的群众路线教育实践活动“回头看”工作。

此次“回头看”工作旨在进一步巩固和深化教

育实践活动成果，确保整改项目和专项整治工作落实到位，保证活动取得实效、取信于民，从而达到以作风建设的新成效推动研究所科技创新工作新发展的总体目标。

该项工作目前已在

所正式启动，在所党委的统一领导下，认真研究、制定实施方案，即结合所的工作实际，通过组织党委中心组（扩大）学习会议，深刻领会习近平总书记重要讲话、韩正同志讲话精神；召开专题会议，

班子成员对照检查个人整改措施的落实情况；组织专题组织生活，班子成员深入联系点，帮助监督指导教育实践活动整改落实，并参加基层支部组织生活会等等。通过上述相关活动，切实提高党员领导干

部思想认识，聚焦整改落实情况的检查，全面抓好“回头看”的各项任务。

此外，所党委还将着力落实好领导责任，坚持开门搞活动，以多种方式直接听取群众意见建议，并认真做好总结工作，确保总结情况让群众看得到。

（党办）■

所党委开展新一轮党风廉政建设责任书签约工作



设责任书签约，是我所认真贯彻落实中央、市委和市科技党委关于加强党风廉政建设重要决策部署的具体行动，目的是更加明确所中层干部在党风廉政建设中的责任，发挥表率带头作用，坚持“一岗双责”，在抓好业务工作的同时，切实履行好对本部门党风廉政建设的职责，形成“一级抓一级，层层抓落实”的良好局面。

（党办）■

3月28日，我所举行党风廉政建设责任书签约仪式。党委书记刘伟分别与各研究室主任、职能部门/所属机构负责人签订了为期2年的《上海计生所党风廉政建设责任书》。

签约仪式上，所纪委书记陆澄镛强调，进行党风廉政建

所党委召开党支部书记工作会议

3月26日，所党委召开党支部书记工作会议，部署2014年研究所党委、纪委重点工作。党委书记刘伟、所长李元春、党委副书记兼纪委书记陆澄镛和所各基层党支部书记等有关人员出席了会议。

会上，党委书记刘伟首先部署了2014年党委工作，并就进一步增强党组织活力、加强干部队伍建设、纪委会班子建设、基层支部建设等几个方面进行了重点阐述。

随后，各支部书记围绕所党委年度重点工作并结合本支部的具体情况，畅谈了基层支部本年度的工作计划，他们着重就基层党务工作、党组织建设、组织生活、党员活动等进行了交流。所长李元春也在会上对党支部工作予以相关的指导，他还倡导广大

党员干部要树立理想和信念，敢于追求梦想，更好地投入工作。党委副书记陆澄镛则向大家通报了纪委本年度工作重点和工作要求。

最后，刘书记用“精彩、丰富、很受启发”对此次会议进行了评价，他还要求相关职能部门认真做好此次会议的整理工作，形成交流资料印发给大家，做好相互借鉴和学习，为党委工作的深化落实奠定基础。

（党办）■



我所老沪闵路所区召开安全培训会

随着我所老沪闵路所区办公大楼的正式启用，作为我所安全技能培训的重要内容之一，对相关人员进行楼内各消防、安防系统设施有关知识的普及显得十分重要。为此，我所于3月21日，邀请有关消防系统和安防系统建设专家来我所老沪闵路所区开展了相关安全技能培训。副所长袁伟，所办公室全体人员，以及我所老沪闵路所区各部门安全员、后勤安保人员等20余人参加了此次培训。

会上，首先由所办公室通报了我所近期安全保卫工作的相关情况。随后，有关专家分别介绍了我所老沪闵路所区消防系统和安防系统的安装布局情况。在专家重点讲解了各系统设施的使用方法、故障排除和突发情况的处置办法之后，与会人员一同赴现场接受实地培训，了解水电闸门安装部位，消防器材放置部位；现场观摩了如何在发生突发事件时充分发挥好安防系统作用，做好相关证据的保护和收集工作等。

通过培训，不仅使有关人员老沪闵路所区的消防、安防设施有了全方位的了解，增强了遇到突发事件时的处理及应对能力，更使大家对安全防范的意义有了深刻的理解，为今后进一步增强全员安全防范责任奠定了基础。

（办公室）■

关爱女性健康 你我携手同行

所医院亚健康专科积极参与全市迎“三八”活动

今年“三八”国际劳动妇女节期间，上海计生所医院充分发挥专科医院特色，主动“走出去”，积极策划和参与系列主题活动，用实际行动促进广大妇女同胞的身心健康。

妇女节期间，所医院全程支持并参与了上海市妇联举办的“智慧女性，与梦想同行——上海市2014年庆‘三八’活动”，其中亚健康专科开设的“盆底功能评估及康复体验”作为妇联面向全市的社会服务项目，吸引了大批女性前来体验。

此外，所医院还设计了专项体检套餐，积极承接奉贤金海社区等社区街道女职工的健康体检工作，并以其高效温馨的服务赢得了服务单位的广泛好评。

（所医院）■

知识链接

盆底功能评估及康复——

盆底功能康复治疗通过“评估—治疗—评估”的康复治疗模式，对围产期、围绝经期及老年等女性患者进行盆底肌肉功能的评估及锻炼，有效防止“女性尿失禁、器官脱垂、性功能障碍等问题”的出现。其具体治疗模式为：先进行受试者的盆底肌肉功能评估，然后进行盆底功能康复训练，内容包括可视化的Kegel训练和多媒体生物反馈训练；最后再进行盆底肌肉功能评估。其间结合生物反馈技术，即应用声音及可视图像反馈刺激患者大脑来调控盆底肌肉的功能，从而达到训练其加强对盆底肌进行控制的目的。且经国外多年的实验证明，生物反馈技术作为一种评估和主动训练盆底肌的方法，是一种绿色无创、效果明确、复发率低的治疗方法。