



海南大学海德书院教师与大一新生、家长交流。
本文配图均由受访者提供，制图许丽

“风筝线”如何收放有度？

海南高校探索家校协同育人新路径

■ 海南日报全媒体记者 黄婷

大一新生的“成长烦恼”

家校协同，高校如何破题？

携手助力学子成长

入住集体宿舍、独立选修课程、加入社团活动……海南高校大一新生李林(化名)在全新的校园环境中解锁丰富多彩的大学生活。

然而，当兴奋感逐渐退去，李林逐渐感觉到一些“不适应”。有关调查显示，入学第一年是大学生适应问题的高发期，约42.5%的大一新生在环境适应、人际关系、情绪问题以及自我认知等方面出现不适。与此同时，许多过去习惯“大包大揽”的大一新生家长也在经历转型阵痛。

“孩子上大学后，风筝线该放长还是收紧？”近日，海南热带海洋学院举办第四期“春晖家长开放课堂”，海南大学心理健康教育中心主任、教授吴九君现场抛出的问题让许多家长陷入沉思。

9月开学季，我省高校纷纷举办家长见面会、家长课堂等活动，加强家校协同。

吴九君在长期高校心理健康教育工作中发现，孩子初入大学，并不意味着家庭教育的结束，而是教育重心与方式的转变，这一阶段尤其需要“家校共育、同频发力”：学校负责专业培养与成长引导，家庭负责情感支撑与价值引导，才能助力孩子走得更稳更好。

海南大学海洋科学专业大一新生涂庭依认为家校协同很有必要。她虽然对大学生活充满信心，但有时也会担忧人际关系、环境适应等问题。涂庭依的父亲涂中友表示，孩子虽然已从高中生转型为大学生，但是独立规划学业、生活的能力仍需打磨。

对于跨省求学的学子而言，这份牵挂更强烈。海南师范大学大一新生刘桐梁从辽宁远赴海南求学。她的妈妈许女士坦言：“孩子跨越3000多公里到海南上大学，人生地不熟，我心里满是牵挂。参加新生家长会、与辅导员对接后，我才放下心来。”

海南医科大学学生黄震说，上大学后，他习惯对父母报喜不报忧，学业压力、成长困惑独自消化，久而久之负面情绪不断堆积。此前，他因没有达到学业目标陷入情绪低谷，辅导员及时察觉后进行心理疏导，同时联系家长沟通情况。在学校与家长安抚下，他才逐步走出情绪困境。

海南师范大学心理健康教育与咨询科科长刘人瑞表示，当前大学生情绪内耗、人际交往障碍等问题频发，部分学生要接受专业医疗干预。但是，一些家长对孩子心理问题的识别、接纳与就医等情况认识不足。家校日常沟通缺位，常常只在学生出现极端危机时才被动对接，错失前期干预疏导的最佳时机。因此，常态化、前置化的家校协同沟通，是筑牢大学生心理健康防线的重要内容。

教育部《关于新时代立德树人工程的实施意见》提出，健全学校、家庭、社会协同育人机制，高质量开设大中小学“家长课堂”。

从线下见面会到入户家访，再到给家长的一封信，我省高校近年来积极探索家校协同育人新路径，构建全方位、常态化的家校协同育人体系。

作为打通家校沟通的第一通道，新生家长见面会是我省高校开学季的“标配”。在此基础上，多所高校持续升级家长课堂模式，提升共育实效。

今年，海南师范大学创新优化家长课堂形式，整合本校专业师资力量，开展线下专题讲座，面对面为家长答疑解惑，传授亲子沟通与育人方法。

海南热带海洋学院从2025年第一学期开始，已连续举办四届家长课堂。“此前三届均为线上课堂，依托省外教育资源授课。今年首次在校内搭建线下课堂。”该校大学生心理健康教育中心主任、教授宋爱芬介绍，线下课堂互动性、针对性更强，家长能够面对面交流，更容易把“听到的道理”转化为“能用的方法”。

常态化沟通渠道加速建设。海南师范大学文学院院长辅导员夏平花表示，该校聚焦新生入学、校外实习、学业波动、心理危机等关键节点，主动对接家长沟通学生情况。尤其是学生实习需要外出住宿时，必须征得家长同意，联动家长做好引导。

家访是面对面沟通的“连心桥”。夏平花介绍，海南师范大学利用假期、访企拓岗等契机走访家庭困难学生等。海南医科大学将家访纳入心理育人体系，将辅导员、班主任和部分有心理学背景的教师组建成跨学科、多角色团队，针对重点学生群体制定个性化家访方案。同时，建立家访后跟踪帮扶机制。

此外，温情化的家校互动形式不断丰富。海南大学海德书院辅导员芦怡睿介绍，该书院每年暑期给新生及其家长写信，并征集家长想对老师说的话。同时，鼓励学生寒假回家体验父母的工作，探寻家族记忆。涂中友说：“孩子还没有入学，我们就收到书院寄来的暖心书信，介绍校情、院情及亲子沟通技巧等，还附上辅导员的联系方式，让我们很安心。”

中国人民大学日前发布的《大学新生家长家庭教育指引》指出，“为人父母，一项重要的课题，就在于成就孩子的独立成长”“学校和家长共同的目标是守护学生的身心健康，彼此信任支持形成合力，助力学生成长”。

多位教育专家表示，高校家校协同，绝非简单的“家校共管”，更不是对大学生的“监护式管控”，核心落脚点是共同支持大学生独立成长，而非延续中小学的监护模式。

中国教育科学研究院教育理论研究所所长姜朝晖接受媒体采访时强调，高校家校协同必须划清边界。大学生是成年人，与中小學生有明显区别。高校要培养学生独立自主的能力。

吴九君用“放风筝”生动比喻大学阶段的家庭教育：“教育如放风筝，绳索太紧，孩子束手束脚、难以高飞；绳索完全松开，孩子容易迷失方向。”她表示，在家校协同的过程中，家长应完成角色转变：从管控式的“管理者、决策者”转变为陪伴式的“支持者、倾听者”，放下控制欲和焦虑感，做到“放手不放任，放权不缺位”。

除了划分边界，沟通方式也同样重要。吴九君表示，大学阶段的家庭教育最常见的误区是不接纳情绪、不允许迷茫、不包容试错。当孩子向家长倾诉压力时，一句“这有什么难的”就可能关闭亲子沟通渠道。大一新生入学后，常常面临环境适应、人际交往重建、自我认知、生涯规划等多重成长课题，阶段性迷茫、情绪波动是常态。家长应学会沟通原则：先客观观察、不随意评判，再共情倾听、接纳情绪，最后温和沟通、提出合理建议，用包容与理解守护孩子的成长过渡期。

结合高校育人实践，刘人瑞为大学新生家长提出以下建议：一是把握关键节点，在开学初期、毕业择业等重要阶段主动与辅导员、班主任对接，了解孩子学业与成长状态；二是摒弃包办、管控思维，学会倾听孩子的心声，必要时给予帮助；三是提升心理素养，主动学习心理健康知识，掌握青少年心理问题识别方法，善用学校心理健康中心、12356全国统一心理援助热线等求助渠道，及时获取专业信息与支持。

缤纷课堂

三亚2026年秋季学期周末公益课堂：多彩课程 点亮周末

■ 海南日报全媒体记者 刘杰

9月12日，三亚2026年秋季学期周末公益课堂开课，31个特色班级招收930名小学生。该公益课堂以免费优质课程丰富学生周末生活，破解部分家长“看护难”问题，为学生们打造既能学习才艺、又能锻炼思维的成长乐园。

日前，在周末公益课堂教师指导下，三亚市迎宾小学学生王佑丞学习羽毛球挥拍动作。“周末能的小伙伴一起打羽毛球，很开心。上完羽毛球课，我还要去学硬笔书法。”王佑丞笑着说。

据了解，该公益课堂授课地点位于三亚市迎宾小学、三亚市第一小学、三亚市吉阳区南新小学；课程内容除了硬笔书法、创意美术、篮球等热门课程，还新增围棋、国际象棋两门益智课程。

运动课上，羽毛球、篮球教练从基础动作、发力技巧、步法要领等方面逐一示范讲解，手把手纠正学生动作，引导他们夯实运动

基础；棋类课上，国际象棋教师耐心讲解棋子的基本走法、经典开局思路，带领学生们解锁棋类乐趣……

“球类课程可以让学生们在运动中强健体魄，棋类课程可以锻炼他们的逻辑思维与决策能力。”三亚2026年秋季学期周末公益课堂相关负责人介绍。

“以前，孩子周末时间大多待在家里看电视。在公益课堂上，孩子可以结交新朋友，上自己喜欢的课。”三亚学生家长陈彩玲表示，孩子日前在口才课上学会了《数枣歌》《报菜名》等绕口令。

据了解，为全面保障学生安全与课堂秩序，三亚市迎宾小学等三个校区均配备专职医护人员，统一为学生购买保险，实行常态化教学管理、专人巡课督查制度。该公益课堂授课时间将持续至11月1日。下一步，三亚市将继续优化公益课程体系，不断丰富公益课堂的授课内容与形式。



孩子们在上国际象棋课。三亚市教育局供图

跟着诗词读东坡

徐州共赏中秋月 东坡和词答子由

■ 阮忠

熙宁十年(1077年)，东坡任职徐州太守，曾短暂返回汴京。后来，东坡与弟弟苏辙(字子由)在途中相遇，同行至徐州。苏辙在徐州待了4个月。

同年七月，黄河在曹村决口，徐州为洪水所困，东坡亲率军民抗洪，大声疾呼“吾在是，水绝不能败城”(有我在，洪水决不能破城)，全力护佑百姓安危。这段抗洪往事，是他在太守任上最显英雄本色的高光时刻。

水患平息，中秋又至，苏辙即将到南京(今河南商丘)就任签书判官。离别在即，他有感而发，写下《水调歌头·离别一何久》，题名“徐州中秋”。这首词开头就说“离别一何久，七度过中秋”，与东坡密州中秋词《水调歌头·明月几时有》相呼应，道尽兄弟二人经年离别的绵长思念。词的下阕“今夜清尊对客，明月孤帆水驿，依旧照离忧”，满怀离情愁绪，与东坡“但愿人长久，千里共婵娟”的豁达释然完全不同。

为了宽慰弟弟，东坡填词《水调歌头·安石在东海》相和，全词如下：

“安石在东海，从事鬓惊秋。中年亲友难别，丝竹缓离愁。一旦功成名遂，准拟东还海道，扶病入西州。雅志困轩冕，遗恨寄沧洲。

岁云暮，须早计，要褐裘。故乡归去千里，佳处辄迟留。我醉歌时君和，醉倒须君扶我，惟酒可忘忧。一任刘玄德，相对卧高楼。”

苏轼词作大多洒脱旷达。当时文坛盛行化典入诗、以学问为诗，“苏门四学士”之一的黄庭坚领衔的江西诗派后来将这一文风推向高潮。诗人化典入诗也影响了词人，化用典故成为宋词创作的常见手法。东坡这首和词便是典型代表，通篇巧用典故。

《水调歌头·安石在东海》开篇讲述东晋谢安(字安石)的故事。谢安年少时有才识，好游赏山林，不想当官。到了四十多岁，头发花

白了，他才入仕途，对应词中的“从事鬓惊秋”，东坡以此自况。

“中年亲友难别，丝竹缓离愁”，谢安曾与王羲之闲谈，坦言人至中年，每逢亲友离别，便久久心绪难平、伤于哀乐。王羲之表示，人近晚年自然如此，所以要常以丝竹之乐调节心情。苏轼借这一典故，抒发与弟弟即将离别的不舍与惆怅。

“一旦功成名遂，准拟东还海道，扶病入西州”依旧引用谢安的故事。谢安入仕后，希望功名成就后还乡隐居。后来，他还乡时功名未成，“扶病入西州”时自觉有愧。东坡以谢安自比，希望功名成就后就归隐，但现实却是“雅志困轩冕”。“轩冕”指的是官吏乘坐的车和戴的帽子，“困”字道出他内心关于“隐与仕”的矛盾。通常来说，古人为官后，很难再归隐山林，唯有“遗恨寄沧洲”。“沧洲”是古代隐士心中的归隐圣地。

东坡在词的下阕聚焦归隐之志。“岁云暮，须早计，要褐裘”，直言既然决意归隐，当早作打算。“要褐裘”，表面上说应穿上粗布衣裳，实际上说辞官当一名普通百姓才能真正归隐。东坡一生四处为官，赴任与离任都是“佳处辄迟留”。例如他北归时，从儋州到常州，走了一年便是如此。东坡还畅想自己和弟弟归乡后的生活：“我醉歌时君和，醉倒须君扶我。”

结尾处的“一任刘玄德，相对卧高楼”巧用三国典故。三国时，许都和刘备论天下，抱怨陈元龙待客倨傲，自卧高楼，令客居下床。刘备说：“你有国士之名，乱世中不求报国济世，只知贪图安逸。要是我的话，就让你睡在地上。”苏轼反其意用之，寓意归隐后，他与弟弟可相对卧高楼，安闲不问天下事，自得其乐。

当然，苏轼并无遁世归隐之心，其笔下的归隐与闲适终究是与弟弟离别之际的慰藉之语，字里行间是割不断的手足情深。

话题

金秋九月，众多新生步入大学校园，开始面对许多人生“第一次”：第一次独自在异乡求学、第一次自主选择课程、第一次与室友相处……孩子进入大学，绝非家庭教育的终点，而是亲子关系重塑、家校共育升级的新起点。家长如何转变角色，给予孩子必要的支持？高校如何搭建家校协同“连心桥”，更好助力学子成长？海南日报全媒体记者日前对此进行采访。

海南师范大学举行二〇二六级新生家长心理健康专题讲座。

