

教育导报

Education Guide

在这里，见证教育的无限可能……

四川省教育厅主管

四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办

《教育导报》编辑部出版



国内统一连续出版物号 CN 51-0052 邮发代号 61-141 2024年12月12日 星期四 今日4版 第112期 总第4007期



AI时代，家庭教育如何跟上技术发展的脚步，培养孩子适应未来的能力？近日，由眉山市教育和体育局、新华文轩出版传媒股份有限公司眉山市公司联合举办的“AI时代家庭教育的新挑战与新机遇”家庭教育公益讲座在眉山市第一小学举行。讲座邀请到四川省心理学会应用心理专委会副秘书长魏抒，帮助家长转变教育思路，赋能孩子的未来发展。

AI时代如何拥抱智能未来？

■ 本报记者 马晓冰

AI时代来临 机遇与挑战并存

AI技术具有数字化、智能化、自动化等特点，它在各个领域的发展与应用，更新了人们的认知方式，也重塑着人类的生产生活。健康、出行、教育、理财……AI技术带来了全新的生活和工作体验。在魏抒的引导下，家长们从日常生活出发，回顾AI技术的应用场景，并结合亲身体验进行思考，加深了对AI时代的认识与理解。

随后，魏抒带领家长将目光聚焦到家庭教育，指出AI技术的发展给家庭教育带来的机遇。如通过分析孩子的学习数据，了解他们的学习习惯、兴趣爱好及能力差异，为每个孩子定制学习方案，提供个性化的学习支持。借助AI技术，孩子也可以根据个人需求轻松获取相关的学习资源。

“运用智能学习工具和软件还可以实现学习的智能辅导与实时答疑。”魏抒介绍，“一些应用软件具备及时反馈功能，当孩子完成作业后，AI可以迅速批改并进行反馈，不仅能判断对错，还能提供解题思路和改进方法。”AI技术可以是孩子学习时的“线上家教”，也能成为家长辅导作业时的“得力助手”。

AI技术还可以分析一段时间内孩子的学习行为，帮助孩子生成升学规划或未来职业规划。“通过数据分析，家长可以全面了解孩子的学习表现和状态，及时发现并调整教育策略。”魏抒说。

不过，AI技术的发展与应用在带来便利的同时，也对家长的学习能力、技术素养提出了更高要求。一方面，孩子们作为互联网的“原住民”，更容易依赖技术，导致沉迷、成瘾。如当下许多社交媒体平台的内容推送，会基于AI的个性化算法，不断地推荐符合用户兴趣偏好的内容，促使人不停地浏览。另一方面，一些家长对AI技术的原理、应用场景、潜在影响了解有限，无法指导孩子正确使用AI工具进行学习，甚至很难与孩子的相关话题上进行沟通与交流，这对家长的理念更新、学习能力是极大的挑战。

聚焦职业发展，培养孩子适应未来的能力

替代，不少家长感到担忧：未来，孩子将何去何从？

对此，魏抒引导家长思考：人与“机器人”相比，核心优势在哪里？结合相关调查研究与数据分析，魏抒指出，需要社交能力、协商能力、考验“情商”的工作；需要很强的共情能力、理解能力，为他人提供关切的工作；体现创意与审美类的工作等，不容易被“机器人”取代。而那些无需天赋，经由训练即可掌握的简易技能；无需动脑，只需手熟的重复性劳动；进步空间狭小，不要求个人成长的工作，则会很快被取代。

“未来，AI并不一定能战胜不会用AI的人。”魏抒提醒家长，培养孩子迎接未来挑战的能力，要从培养“驾驭AI的能力”做起。培养他们感知AI、理解AI、运用AI的能力，包括数字设备与软件的基本操作技能，信息搜索、评估与利用的能力，网络安全与隐私保护意识等。

在日常生活与学习中，培养孩子的创新思维，锻炼他们的问题解决能力、终身学习能力也非常重要。魏抒认为，宽松的家庭氛围有利于培养孩子的好奇心与求知欲，家长应鼓励孩子通过提问与探索未知，多尝试跨学

科学习与知识融合，让他们敢于质疑权威，乐于创新创造，在实践中验证想法、解决实际问题。

这些能力的培养在日常亲子互动中就能实现。比如，家长可以与孩子进行“词语接龙”游戏，让他们充分发挥联想，拓展词汇量，增强思维的灵活性；或针对某一主题，开展家庭会议，进行头脑风暴，让孩子尽可能多地提出想法，并陪他一起去实践验证；在学习过程中，可以有意识地教孩子用思维导图的方式进行梳理，增强思维的逻辑性，更有效地理解信息。

网络社交与虚拟世界的影响让孩子从小就接触到复杂的社交环境与多元价值观，这可能导致他们在现实生活中人际交往能力发展受阻、情绪管理与心理健康问题增多。因此，家长要重视孩子成长中真实的人际交往情境，在家中以情境游戏的方式帮助孩子练习如何表达自己的观点、倾听他人的意见、解决冲突。鼓励孩子参加兴趣小组、学校或社区活动，扩大孩子真实的社交圈，锻炼他们的交往能力。

无论是社会意识的培养，还是锻炼“做负责的决策”的技能，都需要经历“实践出真知”的过程。魏抒建议家长，多为孩子创设承担

家庭责任，在社区做志愿服务的机会，培养他们的家庭责任感和团队合作意识；鼓励孩子在开展周末活动、购买学习用品等事务上自主决策，从而学会统筹安排，对自己负责；在亲子聊天过程中，选择一些适合的社会案例、道德困境故事等，与孩子一起探讨，引导孩子综合考虑他人利益、社会规范和自己的价值观。

培养适应未来的孩子，需要家长亲力亲为，带给孩子心灵的滋养。魏抒建议家长用开放的心态，和孩子一起保持好奇、共同探索，必要时以孩子为师，向他们请教新技术的运用，和孩子一起拥抱AI，拥抱更美好的未来。

培养适应未来的孩子，需要家长亲力亲为，带给孩子心灵的滋养。魏抒建议家长用开放的心态，和孩子一起保持好奇、共同探索，必要时以孩子为师，向他们请教新技术的运用，和孩子一起拥抱AI，拥抱更美好的未来。

重视“软实力”，陪伴孩子共同成长

如果说学习能力、创新能力是面向未来的“硬实力”，那么，社会情感学习能力则是适应未来不可缺少的“软实力”。“社会情感学习能力对于个人能否在学校、家庭、社会中获得成功和幸福至关重要。它包括5个方面，即自我意识、自我管理、社会意识、人际关系技能以及负责任的决策。”魏抒指出，这些能力指向孩子内在品质的培养。拥有较强社会情感学习能力的孩子，不仅能理解和管理自己的情绪，还能建立积极的人际关系，做出明智且负责任的决策，更好地应对生活中的挫折与挑战。

具体而言，在“自我意识”培养上，家长可以带孩子一起绘制“情绪、情感脸谱图”，帮助孩子学会观察、描述、表达自己和他人的情绪、情感变化；也可以与孩子共同设置与学习、兴趣相关的阶段性目标，让孩子获得成就感，加强自我效能感。

在“自我管理”方面，家长先要成为“自律的家长”，严格要求自己，树立时间观念、规则意识。同时，做好情绪管理，不随便向孩子发脾气，给孩子足够的安全感。魏抒建议，在家庭中设置一个“积极暂停区”，当某个家庭成员产生了较强的负面情绪或即将爆发矛盾冲突时，可以暂时性撤离，等情绪缓和了，再来解决问题。

网络社交与虚拟世界的影响让孩子从小就接触到复杂的社交环境与多元价值观，这可能导致他们在现实生活中人际交往能力发展受阻、情绪管理与心理健康问题增多。因此，家长要重视孩子成长中真实的人际交往情境，在家中以情境游戏的方式帮助孩子练习如何表达自己的观点、倾听他人的意见、解决冲突。鼓励孩子参加兴趣小组、学校或社区活动，扩大孩子真实的社交圈，锻炼他们的交往能力。

无论是社会意识的培养，还是锻炼“做负责的决策”的技能，都需要经历“实践出真知”的过程。魏抒建议家长，多为孩子创设承担

家庭责任，在社区做志愿服务的机会，培养他们的家庭责任感和团队合作意识；鼓励孩子在开展周末活动、购买学习用品等事务上自主决策，从而学会统筹安排，对自己负责；在亲子聊天过程中，选择一些适合的社会案例、道德困境故事等，与孩子一起探讨，引导孩子综合考虑他人利益、社会规范和自己的价值观。

培养适应未来的孩子，需要家长亲力亲为，带给孩子心灵的滋养。魏抒建议家长用开放的心态，和孩子一起保持好奇、共同探索，必要时以孩子为师，向他们请教新技术的运用，和孩子一起拥抱AI，拥抱更美好的未来。

七日谈

近日，一位湖北网友分享自己读大学时“生活费日结，妈妈每天给50元”的经历，引发人们对家庭教育、财务管理以及个人成长的广泛讨论。一些家长表示，想要效仿这样的做法，防止孩子过度消费；一些家长则认为，这样的做法控制欲过强，不利于孩子独立人格的培育。

就个体而言，家长如何给自己孩子生活费、给多少，都是家长的权利和自由，外人无权干涉。但从教育方式和孩子的能力发展而言，这样的做法值得我们深入思考与探讨。

“过度担忧”让家长舍不得放手。一些家长担心孩子在大学这一相对自由的环境中迷失方向，花钱大手大脚、冲动消费，容易陷入经济困境，于是，采用这样的方式“约束”孩子。这无异于因为担心孩子摔跤，就将孩子抱在怀里，剥夺孩子“学步”的权利。这位妈妈这样做还为了“每天可以和女儿保持联系”，担忧原本和自己亲密无间的孩子会渐行渐远。对一些家长而言，孩子是他们的全部，当孩子离家去上大学后，家长便成了“空巢父母”，每天都在挂念孩子中度过。但“空巢”的失落感不能靠捆绑孩子来填补，健康的亲子关系也不能依靠“日结”来维系。

“过度他律”会限制孩子的自主发展。独立能力是孩子面对生活挑战时，能够自主思考、决策和解决问题的能力。如果生活连“变数”都没有，成长又从何处谈起？每天定额发放生活费，不仅剥夺了孩子在财务管理上的实践机会，削弱孩子随机应变的能力，更让孩子形成依赖心理，丧失自我管理的意识。过度他律非但无益于成长，反而可能让孩子失去自我思考与判断，进而削弱其自我决策和独立行动的底气与能力。家长在强调规则的同时，更应为孩子提供发展自律的空间与机会。

“摔跤”是成长的“必经之路”。在网友们的分享中，妈妈日结生活费的行为对她而言是“舒适”的，但有时这样的“舒适”却暗藏隐患。真正的成长，往往源于挫折、失败与不适的洗礼。不适当恰好是孩子审视自我需求与想法的“触发点”和“催化剂”。月底的拮据、捉襟见肘的压力、饿肚子的滋味，或许正是孩子学习财务管理、培养责任感的契机。大学生作为成年人，不仅需要在财务上做决策，也需要在学业选择、人际关系、职业规划等方面做决定，并承担相应的责任，以实现个人成长与发展。成长的标志，在于即便没有父母的直接指导，也依然保持前行的动力和方向。

独立，不仅是孩子的必修课，也是家长需要面对的课题。双向的独立，对于构建健康、和谐、进步的家庭氛围至关重要。父母之爱，第一个任务是与孩子建立亲密联系，呵护其成长；第二个任务是和孩子逐渐分离，促进其独立。家长应引导孩子独立面对生活中的各种挑战与困难，让他们在成长过程中学会自我管理与自我负责。同时，家长也应该通过自我学习与提升，追求个人的生活价值，展现独立的重要性，为孩子营造一个支持性的成长环境。

成熟的父母之爱，是教会孩子如何在风雨中翱翔，而不是永远为他们遮风挡雨。在孩子的成长旅程中，家长的角色应当是智慧的引导者和冷静的观察者，而非彻头彻尾的参与者，更不应成为操控者。

无论家长，还是孩子，都应将独立视为一场持续的旅程。在这条路上，相互的理解、尊重与支持，将会成为推动彼此不断前行的重要力量。

独立，是亲子共同成长课题

■ 白颖

家教秘笈

怎样引导孩子更加科学、有效地使用电子产品？“教育大家谈”环节，魏抒与眉山市第一小学的校长、老师以及学生家长一起展开讨论，他们结合各自的教育实践与经验，给家长提供了建议。

调整心态，电子产品使用“堵不如疏”

随着时代的进步与发展，电子产品已经成为现代生活中不可缺少的一部分，人们的基本信息获取、联络通信、娱乐放松等都与之息息相关。因此，家长要改变对电子产品的“抵制”态度，引导孩子合理使用电子产品才是关键。家长过于严格的管控反而容易激发孩子的逆反心理，不利于他们正确看待电子产品的功能与作用。家长可以尝试将电子产品视为孩子成长过程中的一个辅

助工具，提倡“善用”，反对“滥用”。

建立规则意识，与孩子“约法三章”

家长可以与孩子共同制定“电子产品使用规则”，如限制使用时长、限定使用场景等，明确奖惩、共同遵守。在与孩子“约法三章”的过程中，家长需要以身作则，树立良好榜样，切忌在使用电子产品时出现“双标”行为：对孩子严加管控，对自己却不加要求。帮助孩子建立规则意识，养成良

好的习惯，需要家长自觉遵守规则，避免在孩子面前过度使用手机。与孩子相互监督，做到积极反馈，及时对孩子的进步给予表扬。

自律胜他律，培养孩子的自我管理能力

在家长的管束、命令之下完成要求，孩子只是服从，如果孩子能在自我要求之下，抵御诱惑，将时间和精力放在更有意义的事情上，他们将体会到“自律”的快乐，更容易养成良好的习惯。家长应把孩子看作独立的

如何与电子产品智慧共处？

个体，引导孩子增强自我管理意识，学会对自己负责。在使用电子产品时，可以让孩子借助时间

管理工具进行自我提醒，提高每个时间段的专注度，更好地掌控自己的时间和生活。



嘉宾现场讨论。(白颖冰摄)

家教周刊

