

# 当孩子追问“学习的意义是什么” 该如何回答？

本周六这场公益讲座邀您共寻答案  
家长们快报名，记得带娃来参加

南国都市报4月8日讯(记者 王康景/文 邱洪高/图)为什么要学习? 活着的意义是什么? 应该怎样面对当前的困境? 当青春期的孩子出现厌学和焦虑等情绪, 并发出这样的疑问时, 不要急着回答。

本周六(4月11日)10:00-11:00, “2026年春季开学季青少年心理健康月公益讲座”第四期将在海南省青少年心理健康医学中心开讲, 届时, 我们的“老朋友”丛征途博士将与亲子家庭一起探索答案, 帮助孩子建立积极的学习观和生命观。

作为由海南省卫生健康委员会、海南省教育厅、海南日报报业集团指导, 海南日报大健康融媒体中心、南国智库(心理研究院)、海南省安宁医院承办与支持的重量级公益活动, “2026年春季开学季青少年心理健康月公益讲座”已顺利举办三期, 5场精彩的讲座, 多位行业权威专家围绕孩子厌学、焦虑、亲子关系紧张等常见问题展开授课, 面对面答疑, 以实用方法指导, 获得许多亲子家庭的称赞, 反响热烈。

本周六的讲座将邀请海南省青少年心理健康医学中心副主任医师, 中国心理学会注册心理师, 国家二级心理咨询师丛征途博士授课, 围绕“帮助孩子理解学习和生命的意义”进行“沙龙式”探讨。

当孩子们在学习与生活中遭遇各种困顿无法自解, 产生自我怀疑与放弃的念头, 家长急在心里, 但不正确的干预反而容易适得其反。要让问题“迎刃而解”, 就需要帮助孩子理解, 他们为什么需要积极去学习, 生活应该怎样才算有意义, 当这些答案“浮出”, 动力才能强劲、持久。

为孩子踊跃参与, 本次讲座还将设置精彩的互动体验活动, 邀请30位学生开展趣味心理小游戏助益心理疏导, 参与互动的孩子有机会抽盲盒, 领取精美礼品。

快积极报名加入我们吧, 本周六带娃来体验, 名额有限先报先得!

星期六 聊聊孩子那些事  
2026年春季开学季青少年心理健康月公益讲座

## 帮助孩子理解学习和生命的意义

当孩子问出——“为什么一定要学习?” “活着的意义是什么?” “我该怎么办?”

本周六, 丛征途博士邀您和孩子一起, 在对话与体验中, 找到属于你们的答案。

**丛征途**  
博士  
海南省青少年心理健康医学中心副主任医师  
中国心理学会注册心理师  
国家二级心理咨询师

**【孩子专属体验】**  
沙盘治疗——在“自由与受保护”的空间里, 用沙具表达内心  
曼陀罗绘画疗愈——涂色中释放压力, 提升专注力  
黏土心理疗愈——用手创作, 激发自愈潜能

2026  
**4.11** 周六  
10:00-11:00

地址: 海南省青少年心理健康医学中心  
本公益讲座全程不收取任何费用, 转发海报至朋友圈即可免费报名, 每期限30人报名

扫码进群

活动海报

## 家长要接纳孩子的情绪 家庭是孩子的“充电站” 公益讲座干货满满, 家长纷纷点赞

南国都市报4月8日讯(记者 王康景)4月4日, “2026年春季开学季青少年心理健康月公益讲座”第四期和第五期在海南日报大厦举办。活动邀请了海南省心理咨询师协会理事、国家三级心理咨询师、高级家庭教育指导师章悦, 以及海南省心理咨询师协会理事、生涯规划师、心理健康辅导员王婷婷现场授课。

当天首场讲座中, 章悦以《父母如何成为自己和孩子的情绪教练》为题开讲。她与听讲的家长们亲切互动, 提醒家长, 青春期的孩子比较容易情绪波动, 家庭应该成为孩子们释放情绪的可靠场所, 父母应该学会充当孩子情绪的“容器”, 去接纳孩子的情绪表达。

讲座中, 章悦还特别强调, 家长们应学会3点来应对孩子的情绪问题: 不带评判地描述孩子状态, 替孩子表达出他(她)的情绪; 问孩子需要什么, 是否需要喝水, 休息一会等等; 家长可以正确、真实地将自己的感受表达给孩子听, 让孩子也感受到呵护与关心。她还积极解答各位家长的疑问。

在当天的第二场讲座中, 王婷婷以《父母如何帮助孩子做好学业规划, 有效应对学业焦虑》为题开讲。她介绍了自己女儿如何规划自己的学习与职业生涯, 并以此为开端, 引导听讲的家长们在限定的时间里回忆自己孩子的“闪光时刻”, 让家长们尝试多向身边听讲者讲出孩子的优点, “夸一夸”自家的孩子。她说, 孩子被夸的时候, 眼里是有光的, 可以帮助孩子减少烦恼, 并看到自己的长处与优点。

王婷婷说, 孩子都会有困惑或者说“低电量”的时候, 家庭应该成为孩子们“充电”并满血复活的地方, 要积极培养孩子的兴趣, 培养与孩子对话的空间。比如家长可以多对孩子展现出好奇: 好棒啊, 你是怎么做到的? 真实看见和接纳孩子的兴趣特长。

两场讲座以面对面、“沙龙式”的探讨展开, 现场氛围热烈又轻松, 不少家长在讲座结束后, 来到专家身边继续提问和请教, 家长们对讲座纷纷点赞。

# 100份大礼包免费送, 快了解下 拍下你眼中的健康海南 投稿就有机会赢礼品

南国都市报4月8日讯(记者 王康景/文 熊闰吃/图)融入海南独特元素的专属定制冰箱贴、超级实用的健康大礼包……百份诚意满满的礼包等你来拿! 由海南省健康宣传教育中心主办、海南日报大健康中心协办, 于今年2月正式启动的“我眼中的健康海南”海南省提升健康素养摄影征集活动持续面向社会公众征集作品, 投稿者有机会赢取专属礼包。

本次活动全面征集围绕健康海南主题创作的优秀摄影作品。活动诚挚邀请全省各界摄影爱好者、健康生活倡导者及广大市民朋友踊跃投稿, 用镜头记录你眼中的健康海南。

活动自正式启动以来, 得到社会公众广泛的关注和参与。例如, 目前在小红书平台的“我眼中的健康海南”话题下, 已有不少作品发布, 总体有7万+的浏览量以及过百条评论。这些作品各具特色, 又富有生活气息。比如, 投稿者“是孙十二啊”晒出自己拍摄的居民在安静公园内晨练的美图, 富有动感与感染力; 投稿者“Ee.”晒出自己在海边骑行的“醉美”画面。

参加投稿的网友, 有机会赢取活动方准备的精美实用礼包。除了专属定制的冰箱贴, 还有超级实用的健康大礼包, 内有超大容量的运动包、按摩滚轴三件套、家用便携急救包、露营水杯、海岛健康主理人专属卡片等。

还等什么? 快来晒出自己眼中的健康海南吧, 用作品讲述健康故事, 展现海南之美!



实用的健康大礼包

定制冰箱贴

## 海南省第38个爱国卫生月暨 全国健康城镇创建启动仪式 在屯昌举行

南国都市报4月8日讯(记者 王康景)4月8日上午, 海南省第38个爱国卫生月暨全国健康城镇创建启动仪式在屯昌县举行。今年爱国卫生月主题为“共建健康城镇 共筑健康防线”, 要推动爱国卫生运动常态化开展。

海南已连续三年开展爱国卫生专项行动, 随着自贸港建设的深入推进, 人员、物资往来频繁, 公共卫生安全面临挑战更大。

启动仪式上, 省卫建部门要求, 全省要聚焦短板、全域整治, 如加强环境卫生整治改善城乡人居环境, 常态化推进卫生健康进农户活动, 严格落实城镇“门前三包”制度等。

此外, 要加强精准科普, 培育文明健康生活方式, 普及健康知识, 提升居民的健康素养。要织密重大疾病防控网络, 强化以蚊媒传染病为重点的传染病防控, 加强慢性病综合防控等。呼吁全民共同参与爱卫运动, 守护健康。

