

从设计图纸到重塑心灵：

一位家庭教育公益讲师的九年破茧之路

记者 张颖



韩瑞萍家庭教育公益讲堂

记者 程婧 摄

从三个人的课堂到被各地争相邀请，九年来，韩瑞萍的公益家庭教育课堂，从汽车美容装潢店开到了学校的讲堂。无数人从中受益，人们亲切地叫她“果果老师”。

韩瑞萍原本在一家建筑设计院工作，她的身份之所以有这么大的转变，源于家庭关系的紧张。2004年，她和丈夫结婚后，二人很快有了儿子。看起来，一切都完美。然而，随着时间的推移，他们开始因各种琐事、孩子教育问题开始争吵。在互相抱怨中，夫妻关系岌岌可危，曾经的知心人成了一对怨偶。

这段婚姻、这个家庭还能继续下去吗？当时的韩瑞萍无助、迷茫，几次想到了离婚。2015年，她无意中接触到了家庭

教育。经过一段时间的学习，她感觉像打开了新世界的大门。以前的她喜欢抱怨身边的人，抱怨丈夫、抱怨孩子。学习让她有了全新的视角，开始重新审视和家人的关系，抱怨也变成了理解。家人对她的变化也很是惊讶和欣喜。如今，她的儿子受她影响，大学也选择了应用心理学。

学习家庭教育后，她便辞去了令人艳羡的事业单位工作，专门到全国各地去学习，并拿到了心理咨询师的专业证书。

2016年，她开始在丈夫的汽车美容装潢店开设公益讲堂。没有学员，她就在朋友圈发开课通知，吸引学员。第一堂课，只来了3个人。随后的几堂课，人数也都是个位数。但她没有气馁，就这样倔强地坚持着。

2017年，一位朋友得知她在做家庭教育的公益讲堂，很是支持，便将她介绍到安宁小学，向学校的家长传授家庭教育知识。她十分珍惜这样的机会，不仅全身心投入，还自掏车旅费，请认识的讲师来榆次讲课。越来越多的家长从中受益，期间，她还被榆次六中等多所学校邀请去开展公益讲座。2018年，她还加入了榆次区家庭教育指导服务中心讲师团。

2020年5月，榆次一中的蒋君芳老师所带的高三班，有两个孩子心理压力特别大。为了帮助这些孩子，她便请韩瑞萍给这些孩子进行1对1心理辅导。那时，她正怀着二胎，每天挺着大肚子来给孩子们做心理辅导。经过辅导，这两个孩子克服了心理问题，激发了学习潜力，都考上了理想的大学。

2021年，晋中市妇联在榆次一中设立家庭教育创新实践基地。她成为榆次一中特聘家庭教育、心理健康教育指导师。“我们的课堂完全免费并面向社会开放，有困惑的家长都可以来学习。”韩瑞萍介绍，每周二晚上7:30到9:00是读书会，她会和家长们分享有关家庭教育的优秀书籍；每周三晚上6:30到8:00是家长学习会，由她组织的志愿者团队的张保霞老师和心理老师王瑞琴给家长传授婚姻关系、心理营养、情绪管理等家庭教育和心理方面的知识。

“很多妈妈在婚姻中很无助、委屈、迷茫。在听了讲座后，不少人打开了心中的

郁结。”韩瑞萍说，这让她很有成就感，感觉到帮助了他人。在韩瑞萍看来，家庭教育的核心，不是单纯地教育孩子，而是首先要把自己教育好。

九年来，她开展了496场公益讲座，一对一心理辅导达13288小时，无数家长和孩子从中受益。她的搭档郝素芬是班主任同时也是一位家长，学习家庭教育后，韩素芬和孩子紧张的亲子关系有了很大转变。如今，她的孩子学习成绩优异，考上了南开大学。

从事家庭教育事业后，她的丈夫从最初的不理解到非常支持，并和她一同投入到这份公益事业。如今，夫妻二人“妇唱夫随”，她负责公益讲堂，丈夫负责组织家长们陪孩子进行户外活动。他希望通过户外运动，帮助家长学习如何陪伴孩子。这些年，夫妻二人为了这份事业搭进去不少积蓄，但从未后悔过。3月30日，山西家庭教育学会在榆次成立办事处，她和丈夫成为办事处的负责人。办事处成立那天，她几度哽咽。“我希望将我们的家庭教育经验扩展到更多的地方，带动更多的学校和家长加入进来。”这也是韩瑞萍最大的心愿。



“爱心达人”的一次特殊捐献

本报讯（记者 张颖）4月3日、4日，经过两个上午的采集，我市爱心市民孟繁磊完成了造血干细胞捐献，成为晋中市第43例、山西省第341例非血缘造血干细胞捐献者。

今年37岁的孟繁磊是寿阳县房产服务中心的一名工作人员。在本次捐献造血干细胞前，他已经数次参加无偿献血，累计无偿献血1600毫升，是当地有名的“爱心达人”。

2016年12月，孟繁磊在北京旅游期间，看到路边停的无偿献血车，爱心涌动，他便走进献血车参加无偿献血。期间，了解到捐献造血干细胞可以拯救生命，他便当即报名成为了中国造血干细胞捐献者资料库（中华骨髓库）的一名入库志愿者。

2025年1月，孟繁磊接到晋中市红十字会的工作电话，得知自己与一名血液病患者HLA配型相合时，他当即表态“愿意捐献”。随后，他第一时间将此消息分享给家人和亲戚。“我家一位小姨在北京协和医院工作，她很支持我捐献，并向我科普了一些捐献知识，更加坚定了我的捐献意愿。”当家人得知他要捐献造血干细胞时，都对他十分支持。

接着，他又配合市红十字会工作人员完

成高分辨检测、捐前体检等一系列程序。“当时，我多次往返榆次、太原，单位对我的捐献非常支持，提供了各种便利”。他表示，为了确保捐献无损健康，市红十字会工作人员先后带他做了两次体检，每一次体检，所在单位都给予请假的“绿灯”。

4月3日上午，晋中市红十字会工作人员前往捐献现场进行了探望和慰问，为他颁发了荣誉证书，并在现场向他宣读了感谢信。当天，孟繁磊还收到了患者亲笔书写的感谢信。患者非常感谢孟繁磊的无私善举，并表示病愈后要向他学习，将这份爱传递下去，去帮助更多需要帮助的人。

两个上午的捐献，孟繁磊的母亲全程陪护。她为儿子的善举感到骄傲：“挽救一个顶梁柱就是挽救了整个家庭。祝愿这位患者早日康复，带着我们的祝福好好享受生活。”

晋中市第13例非血缘造血干细胞捐献者、中国红十字会捐献造血干细胞志愿服务总队晋中市分队队长刘琛也在第一时间通过微信群向孟繁磊表达了感谢。他说：“希望更多符合健康标准的人能参与捐献，为更多的病患带来重生的可能。”

多管齐下 寿阳筑牢森林防火“铜墙铁壁”

本报讯（记者 马永红）近日，随着气温回升、大风天气增多，寿阳县平头镇和尹灵芝镇迅速行动，全面打响护林防火攻坚战，全力守护森林资源与群众生命财产安全。

在平头镇各卡口，每一辆过往车辆都要接受严格登记检查。设卡员陈振伦告诉记者：“每天车流量不小，但我们不敢有丝毫懈怠，必须仔细检查，防止任何火种进山，从源头上杜绝火险隐患。”而在高高的防火瞭望塔上，工作人员24小时坚守岗位，借助高倍望远镜时刻紧盯林区。“我们就像林区的‘眼睛’，一刻都不能放松，一旦发现异常，立即上报。”一位工作人员说道。平头镇还组建了两支灭火队，队员们定期开展拉练。在拉练现场，队员们熟练操作风

力灭火机等设备，动作迅速且配合默契。

在山南村卡口，“鲜花换火种”活动开展得如火如荼。村民李大爷主动将打火机交给工作人员，接过鲜花时笑着说：“这样的活动好，既文明又安全。”山南村党总支书记霍建军介绍，入村人员都要详细登记，信息同步推送给村组负责人，确保管控无死角。尹灵芝镇实行严格的责任制，镇干部包村、村干部包户、网格员包重点人群，7个瞭望塔、5个固定卡口和58名网格员密切协作。镇里还为灭火队定期开展技能培训，充足储备灭火设备，58公里林火生物阻隔带也已划定，为守护绿水青山筑牢防线。

