

關注 UCA 美國華人聯合會

美國華人聯合會主席 薛海培致辭 President's Message



Dear Friends and Partners of United Chinese Americans (UCA),

Welcome to the UCA family and community! We are excited to share the good news first: The first issue of UCA Newsletter is now ready, born on the Nation's birthday!

A communications platform reaching out to our communities in all fifty states, this Newsletter will deliver most relevant news for you, inform you of important policy debate and change, and share with you what

and how fellow Chinese Americans are doing in other states.

At UCA, our motto is serve, lead & inspire! We are confident that this Newsletter will surely serve, lead and inspire our community to come together to do good together!

Let's roll! And Happy Fourth!

Sincerely yours,

Haipei Shue, President of UCA



Intro United Chinese Americans (美國華人聯合會) 旗下新媒體平台, 以北美華人的視角看世界, 向世界講述北美華人的故事

芝城四月天, 春意盎然。4月22日, “中國父母, 美國孩子”的親子教育論壇讓人們感悟別樣的溫暖。

在眾人的期盼中, 經過三個月多緊鑼密鼓的籌備, 親子教育論壇在芝加哥北郊的凱悅酒店隆重舉行。本次論壇由UCA(美國華人聯合會)伊州分會主辦, 李佳信慈善基金會和美中亞裔健康聯盟協辦。中國駐芝加哥總領事劉軍副總領事、柳青領事, 伊州議會華裔眾議員馬靜儀, UCA(美國華人聯合會)主席薛海培, 伊州分會理事王超輝, 王宏海, 李韜(棟樑媽媽)等嘉賓出席。論壇由UCA伊州分會主席陳健女士主持。

本次研討會邀請到的四位重量級主講嘉賓, 包括: 麻省綜合醫院的精神科執業醫生、哈佛醫學院助理教授、哈佛醫學院精神病醫學教育副主任 Justin A. Chen; 哈佛大學人類學與心理學碩士、K12教育諮詢公司高級經理伍育賢博士(Sharon Wu); 李佳信慈善基金會創辦人、移民家庭子女教育專家李秋波博士(Paul Li); 哈佛大學醫學院精神疾病專科講師、麻省綜合醫院兒童與青少年心理醫生 Juliana Chen。

論壇全程使用英文, 通過網絡平台進行現場直播, 數百人在線觀看, 還有兩名志願者為6名來賓做了全天同聲翻譯。面對華人家庭十分關注的移民親子教育問題, 心理學專家和教育專家們通過演講、小組討論、問題解答等方式與觀眾互動, 吸引了250名與會者踴躍參與。家長和孩子們在這里相約, 他們在這里傾聽、對話、思考, 他們的心在這里交融擁抱。

尋找盧克

Juliana Chen 作為大會演講嘉賓, 來到會場。作為一名兒童和青少年精神科醫生, 她帶來了團隊精心製作的影片《Looking for Luke》(尋找盧克), 與大家共同探討亞裔青少年的心理健康問題。

Luke Tang, 一個聰明上進, 熱情陽光, 前途一片光明的哈佛大學二年級學生, 卻選擇了讓生命永遠地停留在花樣年華。他的逝去像晴天霹靂震驚了父母家人、親朋好友和所有認識他的人。他曾是那個從小熱愛數學的天才, 交響樂團的首席小提琴手, 高中畢業典禮上演講的學生代表, 國家總統獎獲得者, 所有家長希望自家孩子成爲的那個“別人的孩子”。

父母無論如何無法相信如此優秀的兒子卻會選擇輕生, 因爲之前連一點兒跡象都沒察覺。追思會上, 家人謹慎用“被慢性病折磨而死”的字眼。曾經令父母無比驕傲的兒子卻成了旁人教育孩子切莫做法的對象。痛定思痛, 他們從兒子的社交帳戶、遺物和日記中尋找蛛絲馬迹, 慢慢拼出一條他們曾經忽略的心理軌跡: 兒子其實被憂鬱症折磨已久。

美中亞裔健康聯盟主任劉紅博士在致辭

跨越代溝的心靈對話

Original 2017-04-28 暉園, 薛峰 北美新視界 北美新視界

中說到, 亞裔美國人因爲文化的原因把心理問題視爲難以啓齒的隱疾, 從發病到求醫平均經過10年時間, 錯過求醫問藥的最佳時機。

跨文化精神科醫生 Justin Chen 也提到, 亞裔美國人比白人等其他族裔更常有自殺念頭並嘗試自殺。15-24歲的亞裔女性自殺率高居全國第二, 僅次於美國土著居民。

如何定義“成功”?

成功的代價如此慘痛。那麼究竟什麼是“成功”? 亞裔常常狹隘地定義成功, 把成績和工作成就與幸福劃等號。流傳很廣的一則笑話, 亞裔父母眼中的成績單是這樣解讀的:

- A=Average 平均分
- B=Below average 低於平均分
- C=Can't have dinner 沒晚飯吃
- D=Don't come home 別回家
- F=Find another home 另找別家

從中, 我們可見“成績”在亞裔父母眼中的地位有多高, 給孩子的壓力有多大! 爲此所付出的代價多么慘痛:

MIT(麻省理工學院)亞裔比例爲16%, 可在過去15年中自殺的學生中亞裔卻高達

T: Task engagement 任務完成能力

如果缺乏上述中的任意一條, 就應引起足夠重視; 而“SWEET”法則不正是爲我們勾畫了一個真正意義“成功”模型嗎?

一個父親對兒子最深情的愛

布朗諮詢公司合夥人、李佳信基金創始人李秋波博士(Paul Li)是一個經歷過喪子之痛的父親。18歲即將上大學的兒子在一場車禍中遭遇不幸。從悲痛中走出來, Paul 捐出逾百萬美元設立李佳信慈善基金, 請馬里蘭大學做研究幫助更多亞裔兒童及青少年, 爲亞裔創造公平、健康的家庭和社會環境。

他的現身說法, 深深打動在場的每一個人。他深情緬懷與兒子相處的時光: 父子一起打球, 傾心交談; 兒子的學業和興趣愛好; 全家外出度假……具有運動員體質和天賦的兒子佳信特別愛好橄欖球, 是校隊運動員, 這也是他融入美國校園文化的一種方式。

談到那場噩夢般的車禍, Paul 語音哽咽, 沉默片刻, 緩緩道出當時車速105邁, 坐後排的兒子沒有系安全帶。他諄諄告誡在場的每一位: “無論任何情況, 上車一定系好安全帶!”

地上一擲: “打球一點兒都不好玩!”

Paul 現在想起來還爲自己當初的行爲懊惱不已: “其實一家人在一起度過的美好時光最重要, 傾聽也是一種教育, 陪伴也是一種學習! 我欠兒子一個道歉, 可是

卻永遠無法當面向他說……” Paul 的眼中泛起淚光, 觀眾席上傳出一片唏噓聲。人們頻頻拭淚。相信無數的父母和孩子從他的演講中受益, 生命因此改變。

“愛吾愛人之愛”, Paul, 您把對兒子深沉的愛轉化成對所有人的愛。大愛無疆, 天堂的兒子一定爲您感到自豪!

讓我們華人變得更酷

最近, NBA 著名華裔球員 Jeremy Lin 在一次訪談中考問“刻板印象”, 針砭美國社會對亞裔特別是亞裔男性的歧視。這種偏見由來已久, 似乎亞裔只擅長數理化, 只顧上名校, 只懂賺錢。即便到今天, 在 NBA 歷史上取得如此成就, Jeremy Lin 參加比賽還常不得不對守門門的保安亮出身份證才能進球場。主流社會對亞裔的漠視甚至歧視, 仍是令人感到觸目驚心。

到了要改變的時候了! 亞裔不僅僅只有埋頭苦學的學者, 還有在各行各業的領軍人物和衆多人才, 就如芝加哥四月的春天, 綻放着五彩斑斕的鮮花一樣。

這次論壇的演講者和發言人, 打破了亞裔刻板印象: 他們中有來自華人社區的政壇新星、伊利諾伊州眾議員馬靜儀博士(Theresa Mah), 也有初中英文教師 Elaine Zhou, 還有威斯康辛大學農業管理專業大三學生 Jason Jiang, 他同時還是一名業餘模特和健身教練。他們各自分享了自已成長經歷, 每個人都是一部勵志史——

Theresa Mah, 在舊金山唐人街長大, 目睹父親積極投身社區建設和公共事務, 從小立志要爲民服務。Theresa 打破紀錄, 成爲伊州歷史上第一位華人眾議員。

Elaine Zhou, 開誠佈公地分享自己患憂鬱症的經歷, 她感謝母親在第一時間察覺到她的變化, 及時帶她治療, 使她回歸正常生活, 成爲一名受人愛戴的中學英文老師。

Jason Jiang, 一個酷酷的大三男生, 不僅外形俊朗飄逸, 而且情商極高, 場上發言鎮定自若, 妙語連珠, 立馬收穫極高人氣。他脫口而出的一句: “Let's make Chinese American cool again!” (讓美國華人變得更酷), 這一金句成爲這次大會的經典名言。

這是一場跨越代溝的心靈對話, 是中國父母和美國孩子克服語言障礙、情感隔閡和文化鴻溝的一場靈魂交流。願我們營造出更完美、健康的家庭和社會環境, 使華裔二代在美國這個大熔爐里幸福成長。讓美國華人變得更酷!

照片由 Dr. William Wan, Grace Wu Lavitt, Jason Jiang 等提供



46%。康奈爾大學 1999-2006 年間, 21 例校園自殺中, 亞裔佔了 13 例。——數字觸目驚心! 原來在我們周圍還有這麼多“盧克們”!

教育專家和著名的升學顧問 Sharon Wu 分享了美國名校尋找什麼樣的學生:

1. 具有天賦並取得成就;
2. 第一代大學生, 全面發展;
3. 在社區有影響力;
4. 願意跨出舒適區的人。

擁有這些特質的人, 一定不是一台高速旋轉的讀書機器, 而是具有自驅力的探索者。

有報道稱, 亞裔更容易因爲家庭、社區的壓力而把全身心投入到學習中去, 在學業優異的背後, 常常隱藏着嚴重的心理問題, 且常被家人忽略。

哈佛大學醫學院助理教授、跨文化學生心理健康非盈利組織 MGH 中心創辦人 Justin Chen 所提供的心理健康標準“SWEET”, 對大家非常有幫助:

- S: Sleep 充足的睡眠
- W: Waking feeling energized 醒後精力充沛
- E: Eat healthy 吃得健康
- E: Exercise 鍛煉

提升華人素質 成就主流地位



(上接 P01) 他表示: 我們的參與, 我們的影響力, 可以使得在美華人能一同向前邁出一大步。這是需要我們各個州一同齊心合力才能完成的事情。

薛海培是美國華人著名社會活動家。祖籍重慶, 1982 年從四川外國語大學畢業後, 從四川旅遊學校輾轉到珠海經濟特區工作。3 年後留學美國, 爲奧巴馬參選總統立下汗馬功勞。曾任美中事務委員會主任、現爲美國華人全國委員會主席、美國競選團隊亞裔事務顧問。是美國國會註冊的唯一華人政治遊說者,

一直在爲促進中美交流、爭取華裔利益而努力, 曾爲中國取得貿易最惠國待遇和加入世貿組織在國會山遊說。

我與薛海培通過幾次電話, 每次他都充滿着激情, 對華人在美國的前途地位十分有信心。由於做報紙, 我告訴他我認識不少華人, 有不同時代的領袖, 華人社團在各地無數, 一個新的 UCA 要在政治經濟文化各個方面領先主導, 那要花很多功夫。

我們相約 7 月 19 日在華盛頓國會見面, 期待看到一個更新更完善的華人社團。

