教育高质量发展,这门"课"如何上得更好?

陕西中小学心理健康教育观察

□本报记者 孙永涛 魏淑敏 张晨悦 雷思佳



小学纷纷组织师生走进大自然,感 集到的百余幅笑脸照片制作成展示 注的重大课题。陕西中小学把心理健 受季节轮变的美好、体会万物丰收 墙,并组织学生观看心育动画电影助 康工作摆在突出位置,力促学生思想道 的喜悦,在研学体验、综合实践中培 育青少年积极、阳光、健康的心态。

行,来自北京的专家高钦为复习备考

力青春期学生情绪调适;在西安爱知 中学的公开课上,授课教师严静通过 协调发展。在新征程上,心理健康教育 移步校园,一场聚焦中学生心理 小组合作、游戏介入、辅助讲解、分享 这门"课"上得怎么样?提高精准教育 交流,引导七年级学生在心里种下"我 水平的程度如何?紧跟教育高质量发

促进学生身心健康、全面发展,是 者深入地市和学校进行了走访。

金秋时节,三秦大地好光景,中 镇巴县泾洋初级中学"心语小屋"将征 党和政府关心、人民群众关切、社会关 德素质、科学文化素质和身心健康素质 展步伐需要补齐哪些短板……目前,记

构建大心育:"五育并举"促学生身心健康

你想成为什么样的雪花 呢?"10月25日,在西咸新区 第一初级中学(以下简称 "西咸一初")七年级(4)班 的课堂上,授课教师敬子琳 围绕"我是一片雪花"抛出 了一个问题。瞬间,教室里

"我想成为第一片落下

"我想成为那片滋润大 地的雪花……"

"我想成为

"雪花很美,但是雪崩的 危害很大……"这节课,敬子琳 通过问题引入、案例分析、小 组讨论等,引导学生感知"罪 恶雪花"的危害、分析它在校 园的表现--欺凌,并通过 成因分析让学生明白理性 沟通的重要、懂得化解矛盾 的策略、掌握遇到校园欺凌 后的应对方法……近年来,

"如果你是一片雪花, 课程对学生学习方法、同伴 政课教师紧紧围绕新课标 关系、青春认知等方面进行 指导教育,还积极践行以德 以美润心、以劳健心理念。

2024年11月27日

西咸一初的做法是全省 中小学积极探索心理健康 教育的一个缩影。据了解, 目前在基础教育阶段,心理 程,既没有课标也没有教 材。2021年印发的《陕西 省中小学心理健康教育实 施方案》,要求中小学将心 理健康教育纳入学校整体 发展规划,系统开设心理 健康教育课程。据记者走 都结合国家相关课程开展 心理健康教育,并创新性 地统筹利用地方课程、校 本课程系统开设心理健康

心是陕西学校的普遍做 法。在西安爱知中学,思 时,涉及"meaningless"(无意

教学,结合"行走的思政 育心、以智慧心、以体强心、课"研学活动,引导学生在 心里种下真善美的种子; 在镇巴县泾洋初中,课堂 上的生态文明教育结合日 常研学实践,引导学生把 保护家乡环境、爱护秦巴 动;在延安市宝塔区蟠龙 镇初级中学(蟠龙战役红 军小学),培根铸魂、启迪 润心从娃娃抓起,因地制 宜的红色教育贯穿学生整 个求学过程……

> 理健康教育内容的过程中, 西咸一初充分发挥学科思 政的育人育心作用,将学科 知识的传播与心理品质的 培养有机结合,让学生不仅 获得智慧的启迪,更获得心 灵的滋养。该校英语教师 杨睿智在教学"交友"主题

义、没有价值的)一词,身兼 律观念、规则意识、合作精 学生,对异性产生好感是 正常的生理和心理现象, 但是以不思进取甚至荒废 学业等为代价则是毫无意 义的,学会正确处理与异性 之间的关系是有意义的 形式,最大程度地预防学 (meaningful)一件事。

礼泉县第二中学将心理健 教师们表示,与之前只关 康教育与艺体教育结合,以 艺体课堂、社团建设和艺体 活动为载体,实行全体学生 全面参与,从课堂普及、社 团补充、展演提高三个方 面一体推进教育水平提 升,取得了良好的效果;结 合教育部《〈体育与健康〉 教学改革指导纲要(试 行)》,宝鸡实验小学探索 强体育心、以体育人路径, 多年的坚持换来的不仅是 运动技能和体质健康水平

神、意志品质等的进一步增 强,做到了身心和谐统一。

统筹利用地方课程、校 本课程开设心理健康教育 课,采用团体辅导、情境设 计、游戏辅导、心理戏剧等 生发展过程中可能出现的 立足特色发展,咸阳市 心理问题……受访的校长、 注个别"有问题"的学生相 比,学校现在更注重群体 性心理预防与危机干预, 通过积极阳光、理性平和 的心理建设来塑造学生健 全的人格

心理健康教育的方向和路 径是正确的。"受访专家们 表示,与单纯聚焦心理问题 的说教模式比起来,以"五 育并举"为特征的"大心育 更符合儿童身心健康发展 的显著提升,而且是学生纪 化、现代化的体现。





教育高质量发展,心理健康教育工作须跟上





"我不想去学校,爸爸妈妈 不要走……"每到新学期伊始, 很多学校都会出现孩子哭闹着 不愿上学的场景。在宝鸡实验 小学心理健康教师薛敏看来, 这是一种独属于幼儿和小学生 的心理健康问题,他们因为对 的,经过正确的教育引导这些 情绪会逐渐被调整过来。

办高质量的基础教育,心 育工作要跟上发展水平。"青少年 心理健康学者周进博表示,随着认 知水平的不断提高,人们对学生 "心事"的关注和重视程度与日俱 增。除了新生入学畏难"哭闹不 止",对校园学习生活提不起兴趣 变故或挫折之后的"郁郁寡 今有了来自心理层面的归因分析。 着自己的内心世界。

以专业水准知学生"心 思",以专业手段解学生"心 ,以专业素养调学生"心 态"……近年来,宝鸡市大力实 施"新时代·新心育"向阳行动, 强化中小学生心理健康教育。 2021年4月,宝鸡实验小学校长 的体育哲学让她很受震撼—— 学生的心理健康成长离不开全 学。"经过摸排统计,我们发现有 面发展,而体育正是其中关键 一环。观摩回来后,崔婷开始 思考如何让学校体育改革更有 说服力?如何更清晰地认知运 动对人的全面发展的作用?后 来,她在《运动改造大脑》一书 中找到了答案。"体育不仅能锻 的"漫不经心"、青春期单方面产生 炼学生的体魄,更能培养他们 爱慕之情后的"小心思"、遭遇重大的坚韧意志、团队合作精神和 积极乐观的心态。"崔婷说,当 欢"……这些以前被归结为"不听 学生们在操场上尽情释放能量 话""叛逆"甚至"矫情"的行为,如 时,他们也在不知不觉中塑造

心理辅导结合,近年来,陕西各 地中小学以增强学生心理素质 为目标,在实际工作中分层分类 开展辅导和指导,不断提升心理 健康教育水平。

位于延安市宝塔区东北川 的蟠龙镇初中是一所寄宿制学 校,2020年将镇小学和幼儿园并 入后,实行12年制一体化办 单亲、孤残、留守以及隔代抚养 等情况的学生较多……"校长党 婷婷告诉记者,学校对这部分学 生侧重心灵抚慰、成长关怀和生 活关爱,尽量让他们体会到校园 生活也有温馨的氛围,做到以爱 润心、环境育人;对寄宿学生则 本着"治未病"的思路,设置了每 个年龄段的教育目标,重点做好 他们的心理建设。"针对学生自 我认识不足、自卑敏感等问题, 我们在心理辅导室放置了一面

群体性心理建设与个体化 从镜子里欣赏自己、树立自信。" 该校心理健康教师马香荣说,她 还和班主任、监护人沟通合作, 以承担班务、家务的方式让他们 体会到价值和存在感。八年级 学生孙园(化名)说:"在学校和 老师的帮助下,我不但有了自 在面对压力和困难时能够保持 积极平和的心态。

除了日常学习生活以外,还会 叠加高考升学、职业规划等方 面的因素,再加上随着年龄增 长,学生在人际交往、自我意 识等方面也会遇到困惑。"礼 泉二中党总支副书记张永安 说,为了做到有的放矢,学校 确立了学生学习、人际交往、 自我调节、青春期心理、生活 和社会适应(生涯规划指导) 等5个方面的重点,分年级开 镜子和很多发饰,引导他们尝试 级着重解决学生从初中升入高 种子。"她说。

中讨渡阶段遇到的各种适应问 题,高二年级紧盯学生厌学情 绪加强学习环境、学习方法等 方面的指导,高三年级主要引 导学生正确处理好理想与现 实、个人与环境、成功与失败的 关系,同时加强他们高考压力 信,还学会了自我放松的方法, 应对和挫折耐受力、升学与就 业等方面的心理辅导。

渭南市蒲城中学心理健康 "高中阶段学生的心理压力 教师杨一帆一直很困惑:"心理 健康课不同于文化课,由于没有 知识方面的'冲击',学生在课堂 上的注意力很容易不集中……' 前不久,她参加了为期一周的 省级培训后豁然开朗:课堂教 学设置游戏有利于提高学生 的注意力和参与兴趣,通过游 戏导出学习重点的形式相较 于直接让学生死记硬背,能够 更容易促进学生对课堂内容 的隐性记忆。"这次培训在我心 展学生心理健康教育:高一年 灵的土壤里种下了不懈追求的

心育这门"课"如何提质增效?

工作呈现良好的发展态势,但 记者调研发现,这门"课"仍旧 存在一些短板和薄弱环节,师 资保障、教育水平、机制构建等 方面还需进一步完善。



尽管中小学心理健康教育 育干部兼任。据了解,类似的 情况比较普遍。陕西多部门 自 2021 年以来相继出台政策, 教师省级培训(第二期)顺利结 就配齐心理师资、建设专业化 心理健康教师队伍提出了具 体要求。对此,市、县教育行 政部门统筹安排,基本上按照 规定配备了心理健康教师,但 专职师资达标比例提高有待

"陕西四部门曾出台意见, 就教师配备、考核评价、专业成 长等方面提出了明确的措施和 任务,但在基层编制紧俏和城 镇化率快、人口出生率低导致 办学规模不断调整的状况下, 确实存在专职心理教师配备不 到位或数量不足的情况。"陕西 级三类"骨干体系,正在发挥辐 省第九批(心理健康)学科带头 人培养对象王青山建议,要按 照"省培带头人、市培骨干、县 培全覆盖"的思路,把全员培训 至 2024 年 6 月底 覆盖真正落到实处,"通过政策 引导和资金支持的方式鼓励教 师开展心理健康知识学习,并 考取心理咨询证书提升心育水 议学校"广开言路",给每一个 平,既可以缓解专业教师数量 育'体系建设进度。'

西省中小学心理健康教育骨干 业,至此,两期共105名学员完成 了专业知识的更新、教学视野的 开阔和教育能力的提升。记者 获悉,陕西已将心理健康教育师 资培训纳入省、市、县三级教师 培训计划,专职教师3年内接受 至少1次省级以上培训,兼职教 师接受至少1次市级以上培 训。另外,陕西在教科研队伍 和骨干体系建设方面也迈出了 实质性步伐,部分市、县教科研 机构探索专兼结合的心理教研 员配备,一部分从事心理健康 教育的优秀教师已经跻身"三 射带动作用。

采访中,不少基层学校负责 人反映,学生心理健康有共性问 题也有个性问题,在个体差异辅 导和共育机制完善等方面,总体 来说工作水平仍有待提高。

针对解决个体问题,崔婷建 学生提供倾诉渠道。一次,她 一个学生的沙盘游戏绊住了脚

10月15日下午,2024年陕 步: 只见这个学生把一个道具 小人往沙堆里埋,最后只露出 了头部。这一幕让崔婷心中涌 起担忧,当她走近询问"为什么 这样摆放"时,学生不假思索地 回答:"这个人正在洗沙滩浴 啊!""这件事对我触动很大,在 心理健康教育工作中眼见不一 定为实,学会倾听更重要。"崔 婷告诉记者,为鼓励孩子们倾 诉心声,除了开设每周一节的 "心灵成长"活动课,学校还以 "心灵相约卡"为媒介,引导他 们把成长的烦恼写出来并投进 "心理信箱",心理健康教师根 据问题程度选择回信或预约面 谈,大大提高了针对性。

严静认为,强化心理健康教 育人才队伍建设是关键,逐步建 立起以专职教师为核心、班主任 和兼职教师为骨干,全体教职员 工共同参与的心理健康教育工 作机制。记者从相关部门获悉, 在近两年的班主任及各学科教 师岗前培训、业务进修、日常培 训中,各地已经将心理健康教育 作为必修内容予以重点安排,不 位守护学 不足问题,还能加快'全员心 路过心理健康教育中心时,被 断提高全体教师的心理辅导能 力和家校沟通能力。

此外,各地各部门协同合 作,做到面向全体、全员参与、全 面渗透、全程进行,力争让每一 位学生受益。西安市新城区统 筹社会资源介入学校心育工程, 教育局联合公益机构为中小学 校聘任心理健康教育副校长; 延安市通过七级网格员分级 覆盖方法,形成了"分级管理、 责任到人、网格覆盖、流程 规范"的心理健康教育管理 网络;宝鸡市持续规范"县区一 学校一班级一教师"四级心理危 机防控体系、"校长一副校长一 德育主任—班主任—辅导员— 学科教师一班干部一家长"扁 平化心理健康教育机制和"多 维度观察、多向度调控、多角度 影响"干预机制;汉中市在"万 名教师大家访"活动中,要求全 面了解学生学习、生活、心理等 情况,提醒家长注意 孩子心理健康、人身 安全等方面的教育 方法,打通家校共

■主管:陕西省教育厅

■主办、出版:陕西教育报刊社有限责任公司 ■电话、传真:029-87335695 ■广告经营许可证号:6100004000078 ■广告部电话:029-87318259

■总编辑:郭鹏

■副总编辑、主编:刘帅

■副主编、编辑部主任:唐李佩

■编辑部副主任:聂蕾、胡玥

■地址:西安市药王洞155号 ■发行部电话:029-86282901 ■订阅:全国各地邮局 ■定价:1.50元 ■印刷:陕西华商数码信息有限公司 ■地址:西安草滩生态园尚华路99号 ■电话:029-86519739

育"最后一米",全方 生身心健 康……

■邮政编码:710003