

让“艺术疗愈课”走进更多学校

□王志军

宽敞明亮的舞蹈教室里,甘肃省文县二中“艺术乡伴”公益项目社团里的十几个孩子围坐在一起,在文芳和几名老师的带领下分享着手中的“作品”——一张用杂志碎片拼成的“梦想板”。作为项目的主要发起人和执行人,学当代艺术和摄影出身的文芳一直相信,“艺术是有疗愈作用的”“在情绪释放的过程中,艺术可以成为我们纾解情绪和压力的好朋友”。(11月25日《农民日报》)

以往,“艺术乡伴”在城市里做过一些团体的“艺术疗愈课”,但把这种活动带到相对偏远的乡镇学校,出现在文县二中的课堂上还是第一次。第一堂课的主题是“垃圾中捡来的诗”,让每个学生从校园里捡回一个打动自己的小东西或者小垃圾,去感受它,并为它写一首诗。学生们有的捡回一只虫子,有的捡回一片树叶,有的捡回一块破旧的砖。

这种围绕“生活细节”创作的引导,在社团的课堂里还有很多。比如,随意在一本时尚杂志里剪下自己喜欢的图片,拼一张“梦想板”;用彩泥在纸上塑造一座属于自己的桥,或者捏一个球

当作“烦恼”狠狠摔在地上;带领孩子们欣赏大自然中的花鸟虫,创造“捡来的诗句”等,发现生活中“微小的快乐”,都属于艺术疗愈的范畴。而这样的美好和快乐,在当下孩子的世界里似乎已变得越来越少了。“艺术乡伴”的“艺术疗愈课”下乡,对于孩子们无疑是一场“及时雨”。

艺术疗愈,也称艺术治疗,是一门融合艺术和心理学的学科,是由拥有完整知识结构和丰富实践经验的治疗师,针对每个人的独特性,用合适的艺术方法层层递进地引导,实现治疗目标的过程。在学校开展的“艺术疗愈课”,是教师引导青少年学生,通

过欣赏或创作艺术作品,表达内心感受,提高自我认知,寻找内心平衡,催化个体的创造力量,促进个体健康成长。

当下,在校学生的心理健康问题是社会关注的热点,随着经济社会快速发展,学生成长环境不断变化,学生心理健康问题更加凸显。

《2022年青少年心理健康状况调查报告》指出,抑郁是青少年最为多见的一种心理健康问题,西部或农村的青少年心理健康水平总体更低。从艺术疗愈入手,把“艺术疗愈课”推到更多校园,就是促进青少年心理健康发展的一个有效方式。

比如,在前述主题为“垃圾中捡来的诗”的“艺术疗愈课”中,一位平时寡言少语的男生写道:“风吹着叶子,感觉像我在挥手一样,看着叶子变成了红色的天。”这让在场所有老师赞叹不已,实际上在“捡诗”的创作过程中,这位男生的心灵就在不知不觉中达到了某种程度的疗愈,轻轻地、静静地、润物无声地抚慰了

成长中的心灵。

艺术,自古以来便是人类情感的抒发与表达。“艺术疗愈课”作为一种心理治疗形式,涉及绘画、音乐等多种艺术形式,与我国传统文化、学校美育的许多内容存在天然的契合点,有着发展的良好土壤。从一些地方学校的实践来看,作为一种非常态的学校课程形式,目前“艺术疗愈课”的内容涉及心理问题的层面还不深,专业程度还不能与前者完全相比,但对于解决青少年的一些情绪问题,帮助其走出心理困境,具有一定的积极作用和人文关怀意义。

总体上看,我国艺术疗愈课程的探索实践还处于起步阶段,需要从学科建设和人才培养入手,建立完善的艺术疗愈教育体系和行业标准。期待“艺术疗愈课”走进更多的学校,常态常规地“点燃”更多青少年自我成长的心灵力量,助其消除成长的烦恼,一身心的阴霾,奔向属于自己的远方。

教师的幸福从哪里来?

□熊仕喜

和过去相比,教师的物质生活的确有了显著的提高,工作环境也有了极大的改善,但在新思潮不断涌现、工作节奏明显加快的今天,尤其在“双减”背景下,教师对“幸福”的感觉却渐渐钝化了,是谁削弱了教师追求幸福、感知幸福的能力?

我想认知上的偏差是教师幸福感钝化的主因,当教师不明白“教好”的外延时,幸福也就渐渐远离了。教育焦虑说到底是为分数焦虑。其实没有一张卷子能考出人的综合素质,问题的根源是用一把尺子量人,一刀切地评价。因此,作为教师一定要有正确的育人观,“没有教不好的学生,只有不会教的老师”这句话,需要辩证地看,教好并不一定指成绩,而是学生的点滴进步,比如遵守行为习惯等。如果一味以成绩为标准,这句话也是不足为信

的。要知道,有些学生轻轻松松就可以拿高分,有些学生累死累活也还在及格线上挣扎,智力因素是不可否认的。认知上的误区,就会造成行为上的失范,造成心理上的压力。

教师的幸福从哪里获取呢?

首先,教师要有一种“学而不辍”的学习力,这是教师职业幸福的源泉。适应新时代的教學要求,适应当下的学生,这就要求教师不断地学习,只有与时俱进,才能跟得上时代的节拍,才不会陷入茫然与焦虑。教育类的书刊理应多阅读,各种教研类的活动理应多参与,向名师学习,向身边的同事学习,与同事分享教学经验、共同探讨教育问题,感受到团队的力量和自己的价值。只有这样,才能不断提升自己的教育能力,这种专业成长是为师者获得幸福的源泉。

其次,教师要有一种“成就学生、快乐自己”的能力,这是教师职业幸福的生长点。没有哪一个教师是不希望自己的学生出色的,让学生有所收获,看到学生健康成长,是教师这个职业最大的幸福。

教师不仅是知识的传授者,更是学生成长的引导者。在学生面临困难和挫折时,教师要给予他们鼓励和支持,帮助他们建立正确的人生观和价值观。

另外,教师还要有“高雅的志趣”,这也有助于提升教师职业幸福感。日常生活中,教师也要顾及家庭,和谐的家庭关系有助于教师全身心投入到教育工作中;业余时间,要积极参加体育锻炼,让自己有好的身体状态投入到工作中。自我校体育馆建成之后,每天晚上都有部分教师在里面打乒乓球或气排球,用

积极的运动来调节身心。教师的生活也可以是丰富多彩的,培养高雅的业余兴趣也有利于自己的身心健康。

最后,幸福还离不开“自我调节”的能力。生活给予我们的并非都是坦途,人生不如意事常有,因此,我们还得有一种自我调节情绪的能力。在困境中,要看到希望,得意时别趾高气扬,失意时也别垂头丧气。不羨高官心不贱,不比富贵身不贫,一如岁月更替,寒冬过后是新春,这么一想,浮云渐去,丽日当空,心境豁然开朗。

幸福是一种感觉,更是一种能力。作为教师,不断学习,提高自己的认知水平;积极工作,让不同的学生获得不同的成长;培养自己良好的兴趣爱好,在纷杂的世界中,不断地调焦,不断地聚焦,要相信每一个人都会获得属于自己的那一份幸福。

师说新语

在教育的广袤天地间,教育评价应是指引学生全面发展的灯塔,然而当下却深陷“唯分数”的泥沼,教育生态失衡,亟待我们剖析求解。

传统教育评价之困:单一之殇

传统教育评价的“唯分数论”让教育天平严重倾斜。学生们在分数的重压下,课余时间被习题与辅导班充斥,兴趣爱好被无情压制。绘画小天才因顾虑学业分数,只能放弃心爱的画笔;体育好苗子也得削减训练,埋头书本。这种单一的评价维度,全然不顾学生个体差异与多元潜能。社交能手或在艺术、体育领域有天赋者,仅因分数逊色便遭忽视。他们的自信心受损,学习热情下降。教师为求分数,采用填鸭式教学,课堂沦为知识灌输地,良好的互动与探索被枯燥讲解和机械练习取代,教育培养健全人格、创新思维与社会责任感的本质被严重扭曲。

多元评价体系之盼:多维之光

面对传统评价弊端,多元评价体系如破晓曙光,乃教育改革迫切所需。此体系仿若精密“人才探测器”,从多维度考量学生。学业成绩仅为其一,品德修养彰显内在品质与担当,社会实践经历展现社会融入能力,艺术素养体现审美与创造,体育特长展露身体素质与毅力。它能为学生绘制独特“成长蓝图”,让各领域闪光点皆被发掘。多元评价旨在打破僵化模式,为学生构筑包容、多元且活力充盈的成长天地,使其个性得以自由发展。

多元评价的探索与挑战:实践之思

在教育实践前沿,不少学校已认识到多元评价的重要性并探索。有的学校构建“学生综合素质评价平台”,翔实记录学生在学业、品德、艺术等多方面表现与成长脉络,为教师了解学生、升学评优提供依据。还有学校推行“多元主体评价模式”,融合教师评价、学生自评、互评与家长评价,使评价更全面客观公正。但多元评价推进亦遇到诸多挑战。一方面,教师评价能力与素养亟待提升。多元评价要求教师娴熟掌握表现性评价、档案袋评价等多种方法并灵活运用,可当前许多教师专业培训匮乏,实践经验短缺,难以精准高效实施。另一方面,社会观念转变艰难。长久以来,“分数定乾坤”的观念在家长与社会大众心中根深蒂固,视分数为衡量学生成功的唯一标尺。这需要学校、媒体等多方合力,借教育讲座、专题宣传、成功案例分享等,让家长与社会认识到多元评价对学生长远发展的重大意义。

教育评价,何时走出「唯分数」的迷宮?

构建多元评价体系需多管齐下,加强教师培训是关键。学校应定期组织教师参与多元评价专项培训,邀请教育专家给予系统讲解与实践指导,助力教师掌握评价方法理论、流程与技巧,提升评价素养与能力。同时激励教师教学创新,依学科特性与学生需求探索个性化评价方案。如语文教学可借诗歌朗诵、文学创作等评价学生语言表达与文学素养;科学课程可增设实验设计、探究报告撰写等考查实践与创新思维。加大宣传力度亦不可或缺。学校可利用家长会、家长学校等向家长阐释多元评价理念、内容、方法及对学生成长的积极作用,展示学生在多元评价下的蜕变。社交媒体应开设教育专栏,报道成功案例、邀请专家解读,传播多元评价重要性,扭转社会传统观念。此外,教育部门应完善评价政策,明确多元评价标准、规范与细则,在升学考试制度改革中合理提升综合素质评价权重,将多元评价表现作为升学重要参考,激励各方积极践行多元评价体系。

教育评价改革虽荆棘满途,但关乎教育未来与民族希望。我们务必坚定信念,以问题为导向,以策略为依托,全力探索构建科学合理的多元评价体系,让教育评价成为学生成长的强劲引擎,引领他们迈向充满希望的未来。

学校改变,课堂就会改变

□曹刚

前段时间,各大教育媒体都在转载一篇由中国教育学会副会长、华东师范大学基础教育改革与发展研究所所长李政涛与日本教育学会原会长、日本东京大学名誉教授佐藤学的对话而生成的文章,这篇文章的题目叫作《课堂改变,学校就会改变》。教学改革,无论是否能够实现,对于每一个教育人来说,都是激动的,都是心驰神往的。

专家视角 课堂改变,学校就会改变

在这场教育媒体高度关注的对话中,两位专家都从自己的角度给出了解决目前一些教育问题的思路与对策:课堂不缺少热闹,但缺少“静悄悄”的课堂氛围和文化;把提问权、评价权、工具权、总结权还给教师;构建整体性教学,促进“能动性学习”;要改变学校和教师,最大的挑战在于校长;教育者应兼容“田野”和“书斋”两种生活方式,等等。

两位专家提出了一些改变课堂的方法与指引,确实有助于解决目前的课堂问题,也可以给很多一线教师启迪。但是,专家们似乎没有扎根本地、扎根一线,没有真正了解课堂无法改变的原因,一线教师们自下而上的“课堂革命”大概率会以失败告终,因为大部分学校没有供教师尝试“课堂革命”的土壤与环境。

教师视角 学校改变,课堂就会改变

传统课堂被人诟病并非新鲜事,人人都知道需要变革,但是变革绝非易事。其实,并不是教师们不想变,而是大部分学校没有变,学校里对于教师的评价方式没变。教师们为了应付各种各样的评价,不得不选择传统而保守的方式组织教学,不得不在核心素养时代,还一心为了让学生快速掌握所谓的基础知识而与学生“互相折磨”。

假设一所学校只以学生的期末考试分数评价教师,那么,在乎被评价的教师就不得不想方设法地为了提高考试分数而选择与之对应的教学方式,如题海战术、拖堂、罚抄、满堂灌等常被诟病的方法,因为考试不考核核心素养,不考真实情境中解决问题的能力,能在纸面上测验的,依然都是传统的基础知识,无论

试卷上的表述换多少情境,提多少假大空的理论,最终,还是学科基础知识的测验与体现。

当然,这并非全部教师的行为,不能以偏概全,但能让自己教得轻松又让学生学得轻松,考试分数还高的教师往往只是极少数。对于教师群体来说,一旦被学校里不科学的评价方式影响,都只能靠“抓”来提高学生成绩,那就会陷入应试教育的泥潭与内卷效应而不能自拔。

相反,假设一所学校赶新潮,追求时髦,教育改革涌现出来的新名词全都让教师体验个遍,全都让教师一起实践个遍,但是与新思潮新思想所对应的评价方式没跟上,大单元、项目式、跨学科……每学期都实践好几周,收官之后什么也不评价,没有针对这些项目的单独评价,没有检验学生在这类项目中收获了什么,期末时依然拿出一套全地区统一的纸质试卷来评价学生与教师,而同地区的其他学校没有跟上新潮,他们选择了本本分分地抓成绩,成绩对比可想而知。新潮学校可能还会用区域联考与之对比,以此评价教师的教学能力,那实践了大单元、项目式、跨学科的教师只会觉得之前的创新实践都是在浪费时间,下次再搞类似的新潮玩意儿随便应付一下就是,最终还是搞成绩最重要。

所以,我想帮着一线教师呼吁:学校改变,课堂就会改变。只有学校改变了,教师才有真正改变课堂的底气与环境。

学校视角 评价改变,学校就会改变

我想,或许部分学校也会觉得委屈。他们也可能想换个角度呼吁,不是他们不想改变,而是评价学校的方式没有改变,部分教育主管部门只看学校的升学率,只以学校的考试分数来评价一所学校的好坏,所以,学校也没法改变。因此教育评价必须自上而下地改变。评价学校的方式改变,学校就会改变;评价教师的方式改变,教师就会改变。自上而下的评价改变,学校就会改变,进而教师就会改变,课堂就会改变,学生就会改变,最终教育才会改变。唯有如此,“静悄悄的革命”才算成功。

体考神器

【漫画】刘志永



考研人数两年下降86万,是对“教育失配”的理性纠偏

□王红峰

11月21日,教育部公布2025年全国硕士研究生报名人数。据统计,2025年全国硕士研究生报名人数为388万,较2024年的438万减少50万人,相比2023年减少86万人。考研报名人数已连续两年下降。(11月25日长江日报报业集团九派新闻)

近年来,“招博士当中小学教师”“名校毕业卷香烟”“招护士要博士研究生”“北大博士当城管”等新闻时见报端……几乎每一个跟教育与职业相关的热点话题,都指向一个共同的社会现象:劳动力市场中的教育失配问题。教育失配,主要反映个人实际教育程度超过其工作岗位所需教育水平的现象,也被称为过度教育或教育错配。这种现象反映在就业现实中就是,许多大学生毕业之后无法找到合适岗位,不得不接受教育水平需求较低的职业岗位。而匹配职业教育的工种,却充斥着硕博生,很多技术工人被一种单向度

的学历指标筛出了工厂流水线,这也对职业教育发展带来了负面影响。

伴随着中国高等教育的扩招进程,教育失配现象已经在劳动力市场中屡见不鲜。新近研究表明,中国城市劳动力市场中大约35%的劳动者发生了教育失配。如让博士毕业生去当中小学教师,名校毕业生抢着上卷烟流水线打包装,招护士要博士研究生,其实就是在过度消费教育。

研究表明,过度教育的毕业生通常会遭受显著的“工资惩罚”,即相比教育水平和工作相匹配的人,工资水平较低。这种

心理落差会导致员工感到“高不成、低不就”,从而加剧失望感和挫败感,降低工作满意度和幸福感。其实,教育失配不但会影响个体的教育回报和生活际遇,也会对企事业单位及国家带来一定的负面影响,因此亟须综合施策予以解决。

首先,高校应在加强实习保就业上下功夫。教育质量低下可能是过度教育的罪魁祸首。美国学者西歇尔曼认为,过度教育是为了弥补在劳动力市场中较少的工作经历。个体面临诸如能力、岗位培训和工作经验等其他人力资本欠缺时,将不得不选择过度教育作为一种替代方案,或者说选择过度教育是为了获得工作经验和岗位培训的机会,为下一步的发展创造条件。为此,要从教育制度的层面进行改进,让学生在校园里就获得一定的工作经验,通过加强学生的实习和实践,来弥补工作经验上

的不足。学校还应开设就业指导课程,对学生进行就业培训、指导与咨询服务,以消除学生与就业市场的就业信息不对称,让毕业生更容易找到教育适度的工作。

同时,政府要加强科学规划、科学决策,强化宏观调控,确保教育结构与社会、经济建设相适应。积极改革教育评价体制、机制建设,引导教育科学发展,深入宣传科学的教育知识,规范行为,加强监管。合理投资高等教育,防止盲目性,加大职业教育投入。特别对高校的办学模式和办学层次应该进行合理规划,合理配置教育资源;调整高校的专业设置,改革课程内容和教学设置。

企事业单位也要建立符合市场运行规律的薪酬制度,并根据实际需要,合理吸收各层次人才,最大限度地降低过度教育的“挤兑效应”。