

争做阳光少年 成长从心起航

——睢阳区教体局深入开展心理健康教育活动纪实

文/图 本报融媒体记者 许业合 通讯员 李磊

2023年春季开学后,为促进学生身心全面发展,消除疫情对学生心理的负面影响,睢阳区教体局落实立德树人根本任务,凝聚学校、家庭、社会力量,建立健全“管”“疏”“治”工作机制,持续深入开展心理健康教育,积极做好学生心理问题排查和疏导,为学生全面健康成长保驾护航。



睢阳区胜利小学‘爱心传递情暖校园’系列活动

心理健康课程建设迈上新台阶

睢阳区教体局高度重视学生心理健康教育工作,多次召开心理健康教育工作会议,要求各学校切实提高心理健康教育质量,制订心理健康教育工作方案,配齐配强心理健康教育师资队伍,坚持上好心理健康教育课,多举措普及心理健康知识,引导学生掌握心理调适方法,释放学习、生活、家庭等方面的心理压力。组织心理健康教育教研活动,构建心理健康教育体系,加快完善心理健康教育长效机制。连日来,该区教体局组织的心理健康知识讲座进校园活动走进10多所学校,国家级心理咨询师李向丽做了《少年的你、未来可期》主题讲座,结合实际案例,深入浅出,生动形象地引导学生学会情绪调节的方法,妥善处理心理问题,以健康积极的心态面对生活;指导教师要学会关注学生的非语言行为,培植学生的阳光心态。

另外,区教体局组织心理健康教师参加了多轮次的心理健康教育专题培训,切实提升教师心理健康教育水平和对学生的心理危机的干预和疏导能力。2月24日,全区教体系统心理健康工作现场会在睢阳区胜利小学召开,睢阳区胜利小学和市第五中学进行了心理健康教育经验交流分享;2月25日,举行了睢阳区中小学心理健康教育专题讲座,邀请河南省心理健康专家池兰英做了《关注学生心理健康、做“知心”班主任》专题讲座,全区近300名专兼职中小学心理辅导教师参加了培训;2月27日,市第二实验小学教育集团召开心理健康教育教师专题培训会,邀请河南省名校长吕玉强做了《沟通的模式》主题培训,指导参训教师学会与学生暖心沟通,调控学生心理状态;3月4日至5日,组织全区学校校长、专兼职心理教师2200多人参加了商丘市中小学心理健康教育培训班,认真聆听了5位专家的讲座,收到了良好效果。

各校还通过开展谈心交流、心理问卷调查、与家长沟通等形式多样的筛查活动,全面了解学生的心理健康状况。班主任重点关注了留守儿童、单亲家庭、学困生等特殊群体的学习和生活情况,及时掌握他们的思想动态,一人一档建立心理健康档案,一人一案设计心理疏导方案,一人一师落实包扶责任,做好心理疏导工作;各学校着力加强心理咨询室建设,全时段开放心理咨询室,安排心理教师轮流值班,积极接纳学生心理问题诉求,跟踪服务做好学生心理问题疏导;区教体局领导、股室工作人员、各中心学校领导,下沉一线,走进教室,与学生谈心、与教师座谈、与家长交流,督导学校心理健康教育工作,排查学生心理健康问题。

主题教育活动为校园洒满阳光

“我们班的主题班会精彩纷呈、乐趣不断,让我们解除了烦恼、增强了信心,我们决心不负青春,好好学习,争做新时代好少年。”近日,睢阳区同集镇中心学校七(3)班学生姜心月在参加完“爱心传递、情暖校园”主题班会后,激动地和深入基层学校调研的区教体局党组书记、局长刘伟一起交流起来。各学校持续开展“爱心传递、情暖校园”主题教

育活动,通过召开主题班会,倾诉心声,成立爱心互助小组,设立留言信箱,开通热线电话,引导学生形成健康向上的人格和良好的心理品质。活动中,教师循循善诱,滋润每个学生的心田;学生坦诚交流,互帮互助,爱的阳光洒满了校园。

走进睢阳区胜利小学,只见在冉冉升起的五星红旗下,学生代表激情发言;在欢声笑语的教室里,班主任从“了解自身特点、培养良好人际交往能力”“认识情绪培养、缓解压力能力”“理解支持他人、培养换位思考能力”等方面与学生进行交流,学生们分享自己在日常中遇到事情怎么自我开导,怎样向父母、老师、同伴倾诉;在温馨的心理减压室,孩子们敞开心扉,向心理辅导教师倾诉新学期的愿望、学习的压力及和同学的矛盾、与家长的冲突……教师和孩子亲切交谈,轻声细语解开了孩子们的心结,消除了他们心中的焦虑,让孩子们的心灵沐浴阳光;在演播大厅里,师生们自编自导的校园心理剧《玫瑰与茉莉》赢得了阵阵掌声,录制的视频荣获河南省校园心理剧一等奖。

路河镇各学校积极开展“爱心传递、情暖校园”系列实践活动。路河中心小学组织开展了爱心互助小组结对活动,热心学生与受助学生一起拥抱、比心,脸上洋溢着愉快的笑容;路河蒋庄小学的学生们动手收集心理健康知识,撰写心灵小故事,把所见、所思、所想精心制成手抄报,向更多的学生传播心灵正能量,营造了和谐的校园心理文化氛围。

古宋办事处各学校开展的主题活动别开生面。古宋书院小学组织开展了“学会赞美”心理健康活动,大家从点滴小事找找小伙伴的优点,真诚地赞美,一句句稚嫩的话语,成为学生向幸福出发的动力,一个个开怀的笑容,将幸福和快乐向身边每一个人传递;古宋堤口小学开展了“倾听心声、乐观生活”主题活动,学生把想对家人、同学、朋友说的话痛快淋漓地讲出来,有效释放了压力,老师根据学生诉求尽力帮助达成愿望,让他们心理上减了“压”、思想上充了“电”、精神上补了“钙”。

校园文化建设为学生心灵护航

全区各学校坚持五育并举,坚持开展丰富多彩的校园文化生活,组织喜闻乐见的实践活动,缓解学生心理压力,培养学生健康情操,提升学生综合素质,为学生心理健康成长护航,为学生全面发展加油。

春风送暖,草长莺飞。市第五中学组织师生开展户外健康徒步活动,学生们兴致勃勃地从学校出发,沿商丘古城环湖而行,一边感受着欣欣向荣的春天信息,一边热烈交谈,欢声笑语不断。到达目的地后,学生们席地而坐,展示才艺、唱歌、舞蹈、相声……彰显着孩子们蓬勃向上的生命活力。

市二回中举行了以“规范书写中国字、同心共筑中国梦”为主题的汉字听写比赛活动,选手们安静就坐,认真聆听老师读出的词语,工整地写在比赛专用纸张上,时而蹙眉沉思,时而奋笔疾书。学生们听字音、书字形、悟语意,增强了对祖国文字博大精深的认同感和热爱之情。

“中华优秀传统文化进校园”活动走进路河镇周坟小学,农民画家郭来军在现场教授学生们国画基本技法,挥毫泼墨、笔下生花。学生们认真观摩学习,不时发出赞叹。一幅幅妙笔丹青,栩栩如生,在场的师生近距离感受到了国画艺术的独特魅力,也激发了全体师生弘扬传统文化艺术的动力。

同集镇第一中学组织学生代表20余人到淮海战役总前委旧址纪念馆,开展“学精神、续血脉”主题活动,同学们参观展厅物品,聆听解说,观看淮海战役的影视片段,了解革命先烈们艰苦卓绝的奋斗历程,接受了一次爱国主义精神的洗礼。

家校共育为学生成长扬帆

各学校积极开展家校共育活动,班主任和学科教师常态化做好家校沟通工作,利用家长课堂、家长会、微信平台同家长加强联系沟通,及时向家长通报教学安排,解答家长遇到的问题,争取家长的理解和支持。区教体局组织工作人员和教师开展家访活动,深入学生家中,了解学生家庭情况和亲子关系状态,与学生家长进行沟通,共商育人大计。不少学校开办了家长学校,为家长提供有针对性的家庭教育指导服务,共同构建学生心理预警体系,切实形成家校合力,为学生身心健康成长扬帆起航。

自商丘市家庭教育云课堂开播以来,睢阳区教体局组织教师和学生家长观看家庭教育讲座。家长和教师纷纷表示,通过学习课程受益良多,学会了如何营造和谐舒适的氛围,知道了要从孩子的需求出发,给予足够的心理营养,守护孩子的心理安全,懂得了要适应孩子的变化,和孩子一起成长,努力去做孩子的智慧家长、贴心老师。

睢阳区胜利小学召开了家校共育专题报告会,指导家长在家庭教育中扮演正确角色,理性把握爱的“温度”和“尺度”,尊重孩子的人格,遵循孩子的发展规律,倾听孩子的心声,关爱孩子的成长。邀请家长凝聚家校合力,打造“正合教育”理念,培养“正合少年”,让孩子们享受教育、健康成长。运用大量鲜活的教育事例,指导家长为孩子创造良好的学习环境,教育孩子学会感恩、懂得回报,让孩子们在阳光路上健康成长。

市第五中学举行了《构建和谐亲子关系》《帮助孩子平稳度过青春期》专题讲座。国家二级心理咨询师、家庭教育高级指导师、校长吕玉强与家长们互动交流,指导家长做到平等、尊重、共情和以身作则,努力做到“用生命影响生命、用灵魂唤醒灵魂”,以“终身成长的心态”与孩子共学习同进步。要和孩子进行平等沟通,对孩子进行肯定、赞美,构建和谐亲子关系,做智慧父母,为孩子健康、快乐成长奠定良好基础。

睢阳区全体教育工作者深刻认识到,守护学生心理健康,就是为学生的全面成长护航,为学生的终身幸福奠基,这是落实立德树人根本任务的必要途径,也是维护社会和谐稳定的必然要求。全区教育工作者必将上下一心,坚决保障学生身心健康成长,为全社会大局稳定和教育高质量发展奋楫扬帆,破浪前行。



睢阳区教体局组织开展心理健康知识讲座进校园活动



睢阳区胜利小学开展学生倾诉心声活动



市第五中学举行户外徒步活动



市第五中学举行家长进课堂专题讲座



同集镇第一中学开展“学精神、续血脉”主题活动



路河镇中心小学组织学生成立爱心互助小组