

M

关注

预防「心灵之殇」

漳州拉起心理育人的大群

□本报记者 苏水梅

凤凰花开的美好时节,这座城市生机盎然。6月22日,主题为“呵护‘心’世界,助生好成长”的“首届漳州市中小学心理健康教育论坛”在漳州城市职业学院成功举办。此次论坛由漳州市教育局主办、漳州城市职业学院承办。

论坛精彩纷呈,围绕中小学生学习心理健康教育理论与实践、中小学生学习心理健康预防与干预等内容,深入细致研讨,交流典型经验,展示特色成果。漳州城市职业学院领导、我市高校、中职、中小学分管领导、市教育局相关科室负责人以及教师代表、论坛优秀成果获奖教师130多人参加现场活动,另有600多人在网络平台观看现场直播。

现场观摩心理咨询

“预防‘心灵之殇’,必须行动起来”,在聆听完福建师范大学连榕教授《中小学心理健康教育问题与对策分析》的讲座后,与会的老师们都有这样的感触。11点半,与会者在志愿者的引领下,来到了心理咨询活动的观摩现场。

“敞开心胸一片天,放飞心理健康梦。”记者看到,宽阔的走廊里,整齐地摆放着十多套桌椅,来自漳州城市职业学院的老师和同学们,正在为大家模拟心理咨询的场景。有的同学因为睡眠不好,特地赶来“寻求帮助”,有的同学因为不善于管理自己的情绪,正在向老师讨教解决的方法……

郑雯是漳州城市职业学院心理健康教育2019级的学生,她正在利用OH

潜意识牌,帮助一位男同学做心理测试。“把这大小两副牌都重新洗好,然后从中各抽出一张牌,大小牌进行对照,看着牌上的图案说出自己第一时间的想法。”记者发现,有不少参加观摩的老师,都被这有趣的活动吸引了,大家都想看看,这测试到底能测出什么来。

结束了趣味潜意识牌测试后,大家又把注意力转移到桌子上排放的彩色画笔上。“‘房、树、人’的绘画测试,也是颇受学生们喜欢的一项活动。”林冰老师介绍,不同的人,通过不同颜色的笔,画出各种各样的图案,通过绘画能投射出受访者的心理,这样就可以根据心理学知识做出一些判断。

名师分享减压课

下午3点,高莉与小学组的老师们分享了《别怕,你可以正确表达》。高莉是漳州市校外未成年人心理健康辅导中心的教师,她说课的内容是五年级的孩子关于“感恩父母”心理健康课。“让学生掌握正确的表达方式”“让学生认识到,沟通是需要双向的,沟通是需要方法技巧的……”在短短的30分钟,高莉把教学设想、教学效果及其理论依据说清楚了。

和高莉一样,来自厦大附中的赵曼丽老师,也把《放松身心巧减压》的课分享给了中学、中职组的老师。教材分析、学情分析、教学目标、教学难点等等环节,赵曼丽老师说得条理清晰,老师们听得津津有味。

说课刚结束,互动环节随之开始。

漳州高新职业技术学校的吴丽蓉老师、漳州五中的黄瑞澄、刘毓三位老师均获得了本次论坛征文征集的一等奖,他们先后上台发言,分享了自己的体会和感悟。在小学组的会场,同样获得一等奖的还有漳州市实小的李惠红、云霄县元光小学的方桂梅、市二实小迎宾校区的苏雯,她们也先后发言,分享自己的宝贵经验。

“阳光心育 护航成长”,下午4点半,心理咨询的实操互动、研讨环节,更是让参加论坛的老师们深刻体会了漳州城市职业学院一以贯之的“用系统观念赋能开心理育人新局”的信心和决心,大家纷纷表示,今后将在漳州心理育人的这个大群里,彼此成为“好友”,互通有无,共同进步。



心理咨询活动现场

本报记者 李林摄

心理育人拉起大群

用幸福教育照耀孩子心灵,漳州市中小学心理健康工作者一直在努力。随着我市心理健康教育工作的大力推动,近年来取得明显成效:有效实施“中小学心理健康教育特色学校争创计划”和“心理健康教育名师工作室”;师资队伍建设和长足进展;中小学心理咨询室建设得到进一步加强;心理健康教育活动得到有效开展。

与会各位专家、各位老师畅所欲言,

贡献智慧,他们纷纷表示,这是漳州市中小学心理健康教育的一场群英盛会,是学校心理健康教育工作者交流经验、取长补短、共同提高的一个宝贵平台,是共谋新时代漳州市中小学心理健康教育发展的一次难得契机。

本次论坛,共收到论文215篇,通过专家初审78篇,最后经专家严格评审评出获奖论文41篇,其中一等奖7篇、二等奖14篇、三等奖20篇。

高莉:国家二级心理咨询师,福建省心理健康教育名师工作室领衔名师,漳州市未成年人心理健康辅导中心专职心理教师

让心理课真正走进孩子的内心

我设计《别害怕,你可以正确表达》的出发点是在咨询室中发现,大多数存在心理问题的学生,主要是亲子关系出了问题。在面对父母的指责、抱怨时,很多孩子长期用“隐忍逃避”或“暴力抵抗”等错误的应对方式,导致情绪积压等一系列心理和行为问题。因此,我们希望通过这堂课,对全市心理健康老师起到抛砖引玉的作用,激发老师们对小学心理健康课的积极思考,能够结合学校心理咨询和心理信箱内容,收集好学生所面临的困惑和问题,做好学情分析,了解不同年龄段的学生需要,扎实理论基础,认真上好每一堂心理健康课,让心理健康课真正走进学生的内心,帮助学生身心健康成长。

□本报记者 苏水梅 整理

赵曼丽:厦大附中专职心理教师,福建省中小学心理健康名师工作室领衔人

紧凑高效,指向赋能

这是一场为中小学心理健康教育工作者赋能的活动,日程仅一天,但安排高效而紧凑。“领导致辞”“主题发言”“专家报告”“现场观摩”环环相扣,从思想认识、理论指引、工作实践等层面,全方位展示了我市开展中小学心理健康教育的现状。

聆听了与会领导的发言,加深了我对中小学心理健康教育工作对心理健康重要性、迫切性的理解。我认为这样的活动有利于唤醒心理老师从事中小学心理健康教育的责任感,为中小学心理健康教育工作者全面落实心理健康教育工作,起到指向作用。连榕教授的报告,启发与会者思考我市心理健康教育存在的问题、工作的重点、工作的策略,对一线工作者心理健康教育实操能力的提高、理论水平的提升都很有帮助。

□本报记者 苏水梅 整理

专家声音

连榕:福建师范大学心理学院院长、教授、博士生导师,中国心理学会常务理事,中国教育学会学校教育心理学分会副理事长,福建省心理学会理事长

关注学生“社会性自我”
心理健康教育

我给大家看的是《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》和《国民心理健康报告》(2017-2018)的数据,我们从中可以了解到当下中小学生学习心理健康的现状;请仔细看这份《全省心理健康问题分布图》,可以把漳州的小学生心理健康与全省各地市的小学生心理健康水平进行一个对比,说明漳州近年来在开展心理健康教育取得了良好的效果。

“中小学生的心理问题越来越多吗?学校心理健康教育的效果不佳吗?”从初中生心理健康水平的地市差异中的数据,可以看出漳州学生的具体情况,情况也属于比较好的。事实上,包括在座的各位心理健康工作者,大家都一直努力着。请看“福建省学校心理健康教育发展中心”正在开展的各项工作,我们要在关注学生“社会性自我”的心理健康教育活动中,特别要注重“立德树人”与“精神成人”,要做到“入脑、入心”,把思政内容转化为学生的心理品质、心理特征、心理素质。同时可以利用课程的思政心理要素,帮助学生形成思想的“认知结构”和积极的“情感品质”。

□本报记者 苏水梅 整理

苏娟娟:漳州城市职业学院副教授,福建省心理学会教学发展委员会副主任,心理健康教育专业带头人

在思维的激荡和碰撞中看到希望

在论坛上,连榕教授盘点了全省中小学生学习心理健康测评报告,剖析漳州市状况并提出教育策略,给本市心理行业的发展点明了方向,坚定了我们心理健康教育专业团队的教育信念。

我们的团队活跃在大中小学、公安、社区等多种社会空间,开展心理讲座,并带领本专

业学生学以致用,为群众提供心理咨询等服务3609人次。

在会议中,我主持参加了小学组说课,小学名师同行现场讨论热烈,在思维的激荡和碰撞中看到了心理健康教育在漳州蓬勃发展的希望,增强了心理行业践行者的信心,极大地推动了漳州心理教育行业的发展。

□本报记者 苏水梅 整理

林冰:漳州城市职业学院心理咨询与心理健康教育研究所所长,铃子心理创办人、副教授

后疫情背景下的亲职教育

“亲职教育就是使父母通过正式或非正式的学习,习得教养子女的方式、方法,从而与子女建立良好的亲子关系,帮助子女健康成长,更好地适应社会。”根据疫情后亲职教育及心理健康工作经验的积累,建构后疫情背景下以“互联网+”为载体,“政府部门—学校—公益组织—社区—社会机构”协同工作的实践模式为基本思路,我认为可以从五个方面来促进中小学生学习心理健康实践的探索:一是政府各相关部门可以充分发挥执行实施功能,整合、带动多方社会力量参与,二是充分发挥科研机构、高校与亲职教育相关的系统心理学理论与技术的引领职能,三是充分利用“互联网+”的优势,促进亲职教育线上线下相融合,四是重视亲职教育与个别辅导相结合,五是中小学可建立家长学校,开发校本亲职教育心理健康课程。

□本报记者 苏水梅 整理

净化未成年人成长环境
保护未成年人健康成长



中宣部宣教局 中国文明网
漳州市精神文明建设指导委员会办公室制