

# 从最难处入手 解疑难去心结

## ——记天津师范大学日常疑难教育案例研究中心

本报记者 陈欣然

### 特别关注

以前在中学,我是老师口中的“好孩子”。可来到大学,同学们个个比我优秀。我是不是无一是处?天津师范大学2021级新生小桑最近在学校网络咨询平台写下了自己的无助。

把以前的自己清零。大学是新的环境,也是新的舞台,尝试感兴趣的,也许会有不一样的体验。学校心理健康教师给出了有针对性的建议。

提供建议的教师,来自天津师范大学日常疑难教育案例研究中心。这个机构成立于2019年底,被师生们戏称为“疑难杂症”研究中心。新冠肺炎疫情暴发时,通过心理健康线上调研,该中心教师发现,学生居家隔离期间恐慌、焦虑、抑郁等心理问题特别突出。在中心倡导下,由学校心理健康专职教师组建的咨询团队开启了“常驻QQ”网络咨询模式。自此,有困扰去网上咨询,成了师大学子日渐习惯的一种解决心理问题的方式。

### 线上答疑,为学生“解惑”

快考试了,我的学习压力很大,总是在胡思乱想,严重降低了学习效率。我该如何应对?考试周期间,学生小吕在网络咨询平台寻求帮助,得到

了积极回应:考前有焦虑情绪很正常,不用过分苛求完美,建议你可以首先使用腹式呼吸法放松自己,也可以尝试用皮筋套在手腕上,当你的大脑出现了你不想思考的事情时,就用皮筋弹自己一下,力度以不伤害自己但感到疼痛为好。在下次咨询中,小吕表示,自己能正确看待考试的成败,也没那么焦虑了。

天津师大日常疑难教育案例研究中心自2020年2月开设网络咨询平台,至今坚持全年无休。中心的心理健康专职教师执行24小时值班制,保障了应对学生咨询需求的全天候、一站式服务,帮助学生正确面对在学习、人际交往、恋爱、择业过程中遇到的心理问题,正确认识自我、接纳自我、改变自我、培养健全人格。

小张是2022年即将毕业的博士研究生,读博期间多次进行心理咨询。在最近一次咨询中,他深情地说:感谢老师们教我如何排解心理困扰,给予我耐心的陪伴,让我有信心面对未来的一切挑战!

### 朋辈“知心”,解日常困扰

如果发现身边同学有心理困扰,我会鼓励他去接受专业老师的帮助,因为求助并不懦弱,反而是强者的行为。不久前,第五届天津市心理委员技能大赛决赛在线上举行,天津师大

学生心理委员彭淑涵在日常情景案例分析环节的比拼中,再现了自己平日为同学做朋辈辅导的情景,并获得了此次比赛的第一名。

天津师大学生心理委员的成长,得益于学校提供的全方位、多层次、系统化的培养与训练。而学校对心理委员队伍的关注,也源自日常疑难教育案例研究中心的常态化调研。调研中,不少学生觉得心理委员在班委中的存在感不强,而另一方面,很多心理委员也渴望拥有专业心理健康知识的学习实践机会。

为此,研究中心的教师积极研讨针对心理委员的培养对策,逐渐探索出定期调研、专项培训、风采大赛、朋辈团辅、实践服务、文化沙龙六位一体的心理委员朋辈引领计划。心理委员通过学习和实践,逐渐学会利用所学知识帮助同班同学解决日常生活、学习、工作中的烦恼与困惑,实现了学生自我成长与学校教育的有机结合。

小王是班里的心理委员,她发现同宿舍同学小安最近总是情绪低落,无缘无故流泪。小王意识到小安遇到了心理困扰,于是主动邀她一起散步聊天,其间了解到她与家人近期发生的矛盾。小王建议她到学校网络咨询平台寻求帮助,鼓励她按照心理老师的建议科学应对。不久后,在小王的积极陪伴下,小安重新露出了昔日笑容,变得阳光自信起来。

### 专业育人,破疑难杂症

在工作中我发现,很多学生的心理困扰都来自原生家庭甚至童年创伤,这是我们大学老师不能改变的。我很想帮助他们,但又不知从何做起。李老师是去年新入职的一名专职辅导员,在日常疑难教育案例研究中心定期组织的案例研讨沙龙中,他讲述了自己面对“疑难问题”的无助和无力。针对他提出的问题,有经验的辅导员分享了自己以往工作中遇到类似案例的做法,专职教师则从专业角度提出“激活资源”的建议。

据介绍,研究中心定期进行案例督导,由辅导员上报自己处理起来相对棘手的案例,再以沙龙的形式进行集体讨论,请有经验的辅导员或心理健康专职教师分享他们的建议,从而达到指导工作的目的。

此外,研究中心还会定期面向专兼职辅导员、班主任、研究生导师等队伍开展心理健康知识的培训、督导,充分调动全体教职工参与心理健康教育的主动性和积极性,提升全员心理育人工作水平。

干预学生的心理危机对于专业教师来说,确实需要有扎实的专业知识和行之有效的干预方法。自2018年走上教学岗位便一直承担班主任工作的外国语学院教师郑怡鹏表示,我们在培训中学习了新生相识活动团辅的组织技巧,并且参与体验,收获很大。感谢研究中心让我们从门外汉变成了心理专家。

### 回看基层



中德一体化实训基地,学生在做中学,真正练就了专业技能,把专业和课堂建在一起。

## 深圳光明区: 学生更“乐学” 作业“花样”多

本报讯(通讯员 孔任 吕珺 钊 陈宋釜 记者 刘盾)小英雄雨来手抄报、数学知识思维导图、百变帽子秀……这是深圳市光明区实验学校小学部丰富的作业内容。学校用“花样”作业,让学生灵活掌握知识,减轻对作业的抵触情绪。双减政策实施以来,光明区把减轻作业负担作为抓手,在压总量、控时间的同时,不断调结构、提质量,科学合理布置作业,提升学校教育质量和水平。

光明区要求学校组织教研机构,加强作业设计指导,将作业设计作为校本教研的重要内容。实验学校小学部推出与传统作业相比,更具趣味性、实践性等特点的“新型作业”,如三年级学生制作教师节英语贺卡等。学校围绕“学以致用”的核心素养,把文化情感培养融入到语言任务的学习中,学生用英文来记录生活,感受语言的魅力。

为做到作业布置适量且具有针对性,东周小学把作业设计纳入备课组集体备课计划,倡导教师“先做作业,学校还鼓励教师布置分层作业、弹性作业和个性化作业,切实减少简单记忆、机械重复的练习,精心选择与学生基础相适应的、重在迁移运用的作业,努力保证作业减量提质。

除创新作业设计外,光明区还积极打造作业反馈“新样板”。光明区要求,学校从作业设计到作业反馈全方位发挥作业育人功能,并以作业反馈为依据,不断改进教学内容设置及课堂教学方式。

深圳市教育科学研究院实验学校(光明)二年级语文科组的教师,设立作业登记簿,记录课堂作业。该校相关负责人介绍,作业登记簿可以一物三用:一是反馈课堂作业完成数量、质量,按优秀和进步幅度进行激励;二是总结出错误率高的知识点,进行二次精讲,夯实提高;三是根据作业,溯源课堂学习状态,助力教学反思。

如何将作业设计、批改和反馈情况串联起来,实现作业管理的质效双增?光明区下村小学先后制定并完善相关制度,每学期开设三次常规作业资料检查,并将其纳入教师期末绩效考核。同时,该校积极开设特色课程、千人民乐、陶笛练习和艺术社团,强化学校育人主阵地作用。

### 回看基层

## 兴安职业技术学院强化校企协同、产教融合——紧扣地方需求“炼”出真金人才

通讯员 朱艳波 李天华

胸怀爱国情,铸就桥梁梦的王景全院士,手把手地扶助兴安职业技术学院建筑工程系道路桥梁专业。在他的指导下,道桥专业的师生问鼎了全自治区建筑方向大赛金奖,从手把手,到放手,到育巧手的过程,处处体现着兴安职业技术学院专家领航的温度。

兴安职业技术学院是内蒙古兴安盟乌兰浩特市的唯一一所高职院校。近年来,学院牢牢抓住国家对高职教育发展的新机遇,在内涵建设、教学改革、社会服务等方面经历了一次次蜕变,培养了大量职业技术人才,如今已成为全国教育改革创新示范院校。

### 服务地方经济

兴安职业技术学院每年为龙泉村创造集体经济效益20余万元,发挥了产业助力乡村振兴的作用。兴安盟突泉县水泉镇龙泉村党支部书记孙银昌在谈到兴安职业技术学院时,竖起了大拇指。

充分发挥高校服务地方经济的作用,学院持续促进乡村地区特色产业发展。2018年,兴安职业技术学院投资42万元为龙泉村建立了兴安肉羊繁育基地,购买了适合圈养的多羔湖羊和澳洲白羊基础母羊200只,盘活了集体产业。基地招聘有劳动能力的村民在养殖基地工作,所得效益的40%给予农村低收入家庭分红,60%支持村里建设发展。

依托国家高技能人才培训基地、内蒙古自治区乡村振兴培训基地等,学院积极发挥社会服务职能,主动承担内蒙

古东部地区乡村人才振兴培训、新型职业农民培训、农牧民生产技术推广培训、企业职工转岗技能培训等任务,实现造血式产业振兴,助力区域高质量发展。近五年来,学院承担各行各业培训人次达92829人次,共1283个培训班次,年均培训人数为18565人次,年培训人数是在校生的2.9倍。

### 科技点石成金

通过政府、院校、企业的通力合作,研究和开发引领产业趋势,助力地方经济高质量发展,优化布局促成学院新工科专业建设。中国科学院院士刘嘉麒在兴安职业技术学院推进院士工作站科研成果转化会议上指出了学院新工科的发展方向。

刘嘉麒院士团队与兴安职业技术学院签署了《连续玄武岩纤维科技成果服务协议》,并牵手内蒙古工业大学、兴安盟科技局、兴安盟经济技术开发区共同签署了《共建玄武岩纤维工程技术研究院协议》,形成真正的“政产学研”合作,精心搭建创新平台,加强科研引领,加强科技成果转化体系建设,积极促进新技术、新工艺落户兴安盟。

瞄准科技创新的制高点、科技成果转化制高点,学院充分发挥校、地、企各方特长,实现产、学、研、用的无缝对接。继2018年水资源环境康养研究院落户兴安职业技术学院后,院士工作站持续推进婴儿饮用水、老年健康饮用水、医用饮用水三个项目的成果研究。依托兴安职业技术学院注册正国家水检测实验室,带动一批师生上接天线搞研究,下接地气服务水

检测,目前已取得88项研究成果,填补了内蒙古东四盟水资源检测的空白,有效拉动地方经济快速提升。

### 校企协同育人

我们的校企合作是务实的合作,企业全程参与到人才培养的过程中。学院党委副书记、院长范勇毅表示,校企双方共同招生,共同进行专业建设,共同开展技术研发、教学评价,入校即签订人才培养协议保障100%就业。

目前,学校与137家行业领军企业联合,共建北汽汽车产业学院、莱德马术学院、3D打印产业学院、消防救援学院等。在80%以上的专业全面推行现代学徒制,创新人才培养模式,迈向了“一个院系一个行业规范引领、一个专业一个龙头企业衔接、一项技能一个企业师傅带领、一个学生多项特长保障就业”的校企合作、产教融合格局发展。

从地方产业的发展需求出发,兴安职业技术学院深刻体悟职业教育人才培养需要,在教育目标上明确导向,在办学模式上寻求更新。学院紧紧依托企业,探索“双主体”办学模式,打造“招生即招工、入校即入厂、学生即学徒、教师即师傅、课堂即车间、毕业即就业”的产教融合机制引领高素质应用型人才培养。

兴安职业技术学院紧紧围绕兴安盟产业发展特色,围绕区域经济建设需要办专业。学院党委书记刘文山表示,学院在育人机制上力求多维,提升人才培养质量,获得了社会的认同。学院近五年的就业率保持在95%以上,位居自治区前列。

### 中德一体化实训基地,学生在做中学,真正练就了专业技能,把专业和课堂建在一起。

### 基层速递

#### 广西钦州

## 五年创建百所红色学校

本报讯(记者 欧金昌 通讯员 孙培春)亲爱的同学,早上好!红色之声开始广播,今天我们讲述百年红船的故事。连日来,在广西钦州市一中校园里,红色广播每天准时播放红色故事,让革命精神润养学生的品格。

钦州红色资源丰富,这里有金街小学革命旧址、长塘山合浦一中分校革命旧址、六圩村抗战及中共钦县地下党活动旧址。借助这些丰富的红色资源,从2020年起,钦州市教育系统不断加强革命传统教育,计划用五年时间打造百所红色学校。我们通过造红色长廊、设红湾阅读区、编红色校本课程、办红色之声广播站等多种方式,让红色文化渗透到学校每一个角落,让校园处处充满红色文化。钦州市

教育局局长赖廷耀说。在开展红色学校创建过程中,各校深入挖掘本校的红色资源,积极打造特色红色文化,呈现百花齐放的良好局面。赖廷耀介绍,各红色学校结合五四、七一、八一等重大节日,每学期都要开展十二个一活动,包括学唱一首革命歌曲,进行一次以弘扬红色文化为主题的国旗下讲话,举办一次红色文化主题教育活动,举行一次红色文化交流活动,开展一次红色文艺汇演。这些主题活动已经成为学校开展红色教育的标配。

钦州市各所红色学校还积极打造红色+品牌活动,推出红色+研学、红色+教研、红色+志愿活动等特色品牌,不断丰富革命传统教育载体,积极引导青少年学生为红色文化代言,让红色文化代代传承。

#### 安徽体育运动学院

## 建设体育支教人才库

本报讯(记者 王志鹏 通讯员 娄旭 程晨 方琳晨)哪里最缺体育教师,我们就去哪里支教。随着安徽体育运动职业技术学院院长梁绿林的一声号召,微笑大别山爱心支教志愿服务在安徽省金寨县正式启动。该院早在2019年便将目光投向安徽省大别山腹地的金寨县。该县有在校生8.5万人,体育教师却不足40人。近年来,60多名学子陆续走出校园、走进深山,点亮山里娃的体育梦。

这些支教老师很多是国家一级运动员、国际一级社会体育指导员,他们的到来改变了包括天堂寨中心小学在内的所有支教学校对体育课的认知,让课程更加规范、校园更有活力。天堂寨中心小学校长储成超发现,体育课程开展后,学生体质健康达标率增长了13个百分点。我们不仅有课内课外结合

的学校体育活动,也有校内校外相结合的融体育师资培训、体育赛事指导、奥运冠军进校园等体育文化传播为一体的服务。该校教育体育管理系副主任陈冬梅介绍,学校帮助金寨县组建中小学篮球、足球、乒乓球、羽毛球等校队18个,培养了数十名青少年体育技能的裁判员。此外学校还将将体育文化推进社区,开展了150余次广场舞、太极拳、五禽戏等项目的社区体育活动。学校主动推广“微笑大别山”爱心支教志愿服务的成功经验,同安徽省临泉县教育局签订了支教合作协议。2022年到2025年,该校将根据金寨县和临泉县中小学教育的实际需要,同安徽青年志愿者协会公益委员会、安徽师范大学等积极合作,建成体育教育支教人才库,助力体育+乡村振兴。

河南卢氏打造寄宿制学校安全服务“升级版”

## 全心织好“平安结”

本报讯(通讯员 杨仲勋 常东波 颜永明)近日,河南省三门峡市卢氏县徐家湾中心小学值班教师展飞在对校园安全进行巡查时,发现男生厕所水管冻裂,积水严重。他打开手机上的双重预防信息化客户端拍照上传。半个小时内,负责维修的韩民波老师迅速赶到,更换配件,清理现场,经负责校园“双预防”工作的李俊玲老师验收后再次上传到学校平台,整个流程成熟规范,快捷方便。

在徐家湾中心小学的双重预防信息化平台上,可以清晰地看到该校风险管控、隐患排查、应急处置等各项情况的动态管理痕迹,一目了然。校长雷波指着学校的安全风险四色分布图介绍,全校共135个风险点,分重大风险、较大风险、一般风险、低风险四级,由红、橙、黄、蓝显示。不同等级、不同区域分别由不同人员负责每日管理和上报,校级平台通过每周小结和每月汇总,上传至教体局后台,由教体局统一管理。县教体局司法安全股股长常东波介绍,截至目前,该县教育系统126所学校已全部完成双重预防体系建设,达到了全覆盖、分等级、系统化的标准,实现了全流程、管理、投入、培训和应急救援“五到位”。

在寄宿制学校双重预防体系建设上取得的成就,是卢氏县近年来努力提升寄宿制学校服务能力的缩影。该县持续加大寄宿制学校建设力度,投入400余万元为城区11所学校安装人脸识别安全识别系统,投入180余万元为各中学、中心小学门口安装了高清视频监控采集系统,并和公安系统联网,将校园安防系统与公安、教育信息化应用服务体系进行有效融合。2021年,卢氏县又将寄宿制学校服务保障能力提升项目纳入十件民生实事,按标准为全县义务教育阶段96所学校配备了226名宿舍管理人员、348名食堂从业人员、108名安保人员,实行统一规范管理,人员工资由财政全额承担,年预算资金1759万元。

57岁的焦建民老师是官道口镇中心小学的,去年暑假前担任一年级数学课,兼任男生宿舍管理员和学校食堂管理员,几乎白天晚上连轴转。因学校经费有限,很多岗位不得不由教职工承担。全县寄宿制学校服务保障能力提升项目启动实施后,学校经费明显缓解,教师一人多岗的过重负担得到明显减轻,焦建民老师也终于腾出时间精力钻研业务。

卢氏县教体局党组书记、局长雷涛表示,通过政府购买服务,卢氏县寄宿制学校服务保障能力得到极大提升。下阶段,全县将不断完善寄宿制学校保障措施,提高保障水平,补短板、强弱项,着力缩小城乡间、校际间教育发展差距,创办人民满意的教育。

### 绝活

### 产业链接

本报记者 尹晓军

### 文图