

共促学生心理健康

# 华南理工大学将表达性艺术融入心理健康教育—— 架起沟通桥 打造“心”动力

通讯员 连燕纯 卢庆雷  
本报记者 刘盾

近日,在一场心理团体辅导活动中,华南理工大学辅导员杜微微带领大家跳起活泼可爱的“兔子舞”。他们在欢快的音乐声中拍打着自己的身体,感知自我,让全身心得到放松……

该校公共管理学院博士生李晖(化名)表示,学校丰富多彩的心理团体辅导活动让他释放了心理压力,学会了调节情绪。

“音乐、舞蹈是人与人之间沟通的桥梁,是缓解疲惫的心灵驿站。学校将表达性艺术融入心理健康教育全过程,努力为学生注入持久

‘心’动力。”华南理工大学党委书记章熙春说。

表达性艺术是心理健康教育中特有的一类方法,它通过心理剧、角色扮演、绘画、音乐等艺术途径,来引导学生体验情绪、情感,提升学生丰富的想象力,促进学生创造力及洞察力的产生。华南理工大学心理健康教育与咨询中心主任李嘉说:“它能为学生创造一个安全、自由的氛围,有助于降低参与者的内心防御,从而起到缓解压力、舒缓情绪、感知自我、滋养心灵的作用。”

华南理工大学从2020年开始,组建教学团队筹划研究设计相关心理课程,探索将表达性艺术纳入教

学过程,增强学生的体验性和领悟性。2021年初,该校心理健康教育与咨询中心正式面向研究生新生开设“心理学与生活”选修课程。课程采用摄影、绘画涂鸦、音乐体验等艺术形式,引导学生进行自我认识与探索。

如何调动学生参与心理健康教育的积极性?多彩的活动形式是华南理工大学提升学生参与积极性的重要抓手。

从2018年始,该校开设以表达性艺术为核心的校园心理健康游园会。游园会包含多种互动游戏,如鼓圈、剪纸光影等。学校还举办“芒果遇见布丁草坪音乐节”,推广校园原创心理音乐,参与音乐节的

学生超4000人。

为进一步促进心理教育与表达性艺术深度融合,华南理工大学“育心树人”辅导员工作坊孵化出乐动心声工作室、遇见工作室等学院心理健康工作特色品牌。乐动心声工作室旨在打造音乐治愈心灵的温馨场所,定期开展心理健康音乐团体辅导活动。

除了用艺术浸润熏陶全体学生心灵成长,华南理工大学还加强新技术的研发和应用,充分发挥脑科学、智能工程等方面的学科优势,创新推动心理健康测评智能化。学校推动心理健康教育与咨询中心同电子与信息学院、未来技术学院合作,自主研发了智能VR心理健康测评系统。该系统实现了VR场景刺激下的脑功能实时监测和评估,有效提升学生心理危机预测识别精度。该成果相关研究获得国家技术发明奖二等奖。华南理工大学还开发出佩戴VR眼镜的冥想驿站,让学生通过虚拟现实营造的三维立体场景以及多感官的模拟感知,辅助缓解焦虑等。

学生的健康成长都离不开学校、家庭、社会共同努力。近年来,茅箭区教育局牵头,联合区委政法委在全区36所学校举办公益讲座100余场,培养上千名心理健康教师,惠及全区6万余名中小學生及家长。

每年中考前夕,茅箭区教育局系统还联合市太和医院、市妇幼保健院、区人民医院等医疗机构,为辖区10余所中学参加中考学生进行考前专项心理疏导,缓解考生和家长焦虑情绪。同时,强化医校联动,与区卫健局联合,为辖区每所中小学(含民办学校)指定一家有心理(精神)科门诊的医疗机构,共同做好学生心理健康教育工作。

“落实立德树人根本任务,要坚持健康第一教育理念,培养学生热爱生活、乐观向上的积极心态,促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展。在探寻呵护青少年心理健康‘最优解’中,茅箭区3000余名教育工作者将在每一个孩子心中种下明媚的‘小太阳’。”茅箭区教育局党委书记、局长余世洪说。

# 湖北省十堰市茅箭区用体艺活动培养学生阳光心态—— 探寻“最优解” 种下“小太阳”

本报记者 程墨  
特约通讯员 王克虎 姜豪炫

建立以450名专兼职心理健康教师为主、81名家庭教育讲师团“种子教师”为辅、1250余名班主任为基础的心理健康教育队伍;辖区36所学校全部建立标准化心理辅导室……一组数据让记者看到了湖北省十堰市茅箭区教育局系统守护学生心理健康所做的努力。

用体艺活动培养学生阳光心态,是茅箭区推进学生心理健康教育工作的重要举措。

火红圆润的西红柿、碧绿青翠的生菜、红彤彤的胡萝卜、黄澄澄的南瓜……近日,茅箭小学的学生们用手中的画笔绘出瓜果蔬菜,并

写下农作物相关知识,一幅幅精致作品闪亮登场。这是茅箭区着力提升体艺活动质效、培养学生阳光心态的一个缩影。

近年来,茅箭区严格落实国家课程标准,开足开齐上好体育、音乐、美术、劳动、科技等课程。发挥体育运动调节情绪、释放压力的作用,实施学校“体育固本”行动,积极落实阳光体育大课间和课间十分钟活动要求,支持学校全覆盖、高质量开展体育课后服务。实施学校“美育浸润”行动,广泛开展普及性强、形式多样、内容丰富、积极向上的社团活动和美育实践活动,教会学生认识美、欣赏美、创造美,以美润心。

今年春季开学,茅箭区引进心理云平台,通过“静态量表普查+动态观察记录”筛查方式,帮助学生、心理教师和班主任随时了解学生心理健康状态。

为呵护学生心理健康,该区31所公办中小学、各民办学校均建设了标准化心理辅导室,配齐心理健康教育设施设备,常态化开展各种心理健康教育活动。

同时,该区中小学在每学期初开展四至九年级学生行为情绪评估和心理健康筛查工作,并建立“一生一档”。各学校通过党员包联、学生结对、团辅课、个辅课、家访、多方会谈等形式,对筛查异常学生进行心理健康干预。

集众智方能行稳致远。每一名

本报记者 鲁磊 通讯员 徐鸿涛 曹正

“这是我第一次来到新疆的油田,实地观察带来的冲击与震撼,让我真正体会‘只有荒凉的沙漠,没有荒凉的人生’这句话背后的精神与力量。”日前,西南石油大学学生实践队的一条短视频“火了”,大学生走进沙漠戈壁探寻石油精神的短视频在各网络平台累计播放量超百万。

学生在哪里,网络育人的触角就要延伸到哪里。面对越来越多的大学生“常驻”网络,西南石油大学以学生为主体,紧紧围绕“能源报国”,对网络育人生态构建进行探索实践,网络“大流量”汇聚满满育人“正能量”。

“因为石油行业的工作环境大多在大漠边疆、戈壁荒滩,工作生活条件艰苦,因此教育引导学生在自我价值实现融入祖国发展建设,让以‘苦干实干’‘三老四严’为核心的石油精神充盈网络空间,润物无声引领大学生思想就显其关键。”西南石油大学党委书记张烈辉表示,学校把社会主义核心价值观引领和石油精神教育融入网络育人全过程,推动“能源报国”网络育人与理想信念教育、爱国主义教育深度融合,不断叫响“能源报国”网络育人品牌。

在西南石油大学,学校引领学生走进“党史下的石油史,石油史中的党史”,把党史资源与党史学习教育相结合,录制“党史学习教育微课堂”9期,推送“党史有声书”139期,打造“遇见石大”等10余个网络精品栏目,发动师生校友多角度展现西南石大“能源报国”的价值追求。

学校坚持分众化、差异化、精准化,各二级学院结合本学院学科特色、专业建设,形成“一院一品”特色的“能源报国”网络育人矩阵,多维度拓展“能源报国”网络品牌内容,实现精准推送。

“每栋建筑就好比坚实的骨骼,它的血与肉来自每栋建筑身后可歌可泣的中国故事。”该校土木工程与测绘学院推出“声入人心”栏目,学生根据土木工程专业特色创作出“用建筑讲党史”“图说精神谱系”等系列视频。

同时,该校还紧贴学生开展网络文化节、“石大正能量”视觉创意大赛等主题活动,形成易班文化节、仲夏狂欢节、网络嘉年华、石大毕业季“一年四季”网络文化体系。

前不久,一条名为《让世界用上中国钻头》的短视频在学校师生网络社交圈中引发关注和点赞,大家纷纷转发分享。“通过这个视频,我看到了钻头背后一代又一代石油人为国奉献的坚持和努力,同时也深感自己责任重大。”该校2022级研究生李玲说。

近年来,学校整合多方育人资源,优化建成“一点多极”网络育人媒体矩阵,即以校级一体化媒体矩阵为中心,以校内新媒体联盟、辅导员工作室为主的多个网络育人微平台,形成联动协同、相互补充、多层次、立体化的网络思政社群,实现官方与个人、教师与学生多点连线,同心同向同“发声”,形成一个闭合通畅的正能量“朋友圈”。

“围绕‘能源报国’教育主线,共鸣青年学生需求,在作品塑造、品牌运营、传播赋能上下功夫,通过一次次讲述示范、一次次转发分享,师生联动,精准引流,有力推送,能量传递,推动网络育人作品裂变传播,延伸‘能源报国’育人触角,成为育人能量从‘指尖’流到‘心间’的最大增量。”张烈辉表示。

## 西南石油大学打造「能源报国」网络育人品牌—— 让育人能量从「指尖」流到「心间」



·公益广告·

苏州博物馆