

在基层 谋学生健康关键事

广西柳州多措并举破解青少年心理健康难题——

“心”沐阳光 逐光成长

本报记者 周仕敏
通讯员 郑梅丽 张雨净

前不久,一场题为“如何疏导焦虑”的心理讲座在广西柳州市交通学校举行,来自柳铁中心医院的临床心理科心理治疗师蒋维维带领200余名学生一起调节情绪。连日来,这样的心理健康讲座在柳州市各个学校铺开,柳州市11家医院的心理医生走进127所中小学开展学生心理健康知识传播、心理危机干预等,提供心理健康服务。

这是柳州市不断加强校园心理健康教育的一个缩影。近年来,柳州市教育系统多措并举,破解学生心理健康教育的“痛点”“重点”和“难点”问题,织密筑牢家校社安全监护网,全面护航未成年阳光成长。



中考心理团体辅导活动开展“减压赋能悦身心,凝心聚力迎挑战”心理团体辅导活动。

1 “线上线下” 锁定心理危机高发“痛点”

“您好,这里是柳州市12355,请问有什么需要帮助的吗?”一次,柳州市12355青少年服务热线接到一名高中生求助电话,说父母对自己太严厉,自己学习压力太大,患上了重度抑郁症。

通过来电,柳州市教育局、团市委第一时间联系到该学生及其家长,同时联系社区进行心理危机干预,并为其进行专业心理咨询,制订了常态化“一对一”干预帮扶计划,帮助该学生走出心理困境。

为解决学生心理危机高发的“痛点”问题,柳州市教育局建立起全面覆盖的“线上线下”心理服务机制,心理危机预警机制和部门联防联控机制。

近年来,柳州市级财政累计投入2941.51万元,实现乡镇中心校和市区440所学校心理辅导室全覆盖。打造“热线+小程序+主阵地”的青少年成长服务平台,平台由柳州市团委指导,接线员由医院医生、学校老师、心理咨询师、律师等志愿服务人员组成,每天一人值班。依托

12355服务台每天为青少年提供24小时的心理咨询服务。

目前,全市594所学校建立“领导小组—心理健康指导中心—班主任—家长—心理委员”五级防控体系,实现学生心理健康问题预防与预警全过程管理。

今年1月,某中学初三学生小周因不愿意住校问题一度表现出烦躁易怒,容易为一点小事与同学发生矛盾和争执,心理委员(宿舍信息员)发现后,及时将危机上报给班主任,班主任及时与家长沟通,同时向心理健康指导中心报告。心理健康指导中心进行及时干预,并及时报告给学校心理危机预防与干预领导小组,最终由领导小组研讨出解决方案,妥善处理好了小周同学的住校问题。

柳州市教育局等8部门建立柳州市校园心理危机干预联席会议制度,压实各部门的安全监管责任,建立健全心理危机防控、联防联控机制,形成各部门齐抓共管、协同联动的工作格局。

3 家校合作 锚定协同育人“难点”

“跟宿舍同学相处很好,学校的食堂饭菜也好吃,学校社团丰富多彩,班主任、科任老师都很好……”这是刚上高一的一名孩子写给家长的信。“我家孩子今年刚上高一,在家总是和我们吵架,与妹妹争宠,如今上了高中,懂事多了,知道感恩了。”在一次家访中,家长林杰伟跟老师提起孩子第一次写给自己的信,看到孩子的变化,满脸自豪。

2023年,柳州市教育系统全面开展“大家访”活动,530所学校对436019名学生家庭开展了“大家访”,提升家长职责意识和家庭教育能力。同时,开展“倾听一刻钟、互写一封信、温暖一瞬间”亲子互动活动,组织开展柳州市家长学校示范校(园)遴选、家庭教育微视频创作征集活动,通过活动推动家庭教育高质量发展。

杨立永表示,面向全市家长开展家庭教育公益指导,2023年至今,推出《家长学堂》系列直播课32期,累计观看人次达142万。

柳州市雀儿山路第二小学黎婷、柳州市北雀路第三小学吴敏主讲的《走出迷“网”——如何引导孩子科学使用电子产品》深受家长和学生的喜爱。“我小孩老喜欢拿我的手机玩游戏,通过《家长学堂》的学习,我学会了如何去引导他使用手机,合理规划学习时间。”一位家长看了《家长学堂》后说道。

如何让家庭成为孩子心理健康教育过程中的重要一环?柳州市探索建立了家庭教育指导者专业化发展机制,每班至少指派一名具有3年以上家庭教育、心理咨询、班主任工作经验的老师担任本校的家庭教育指导者,提高家长的心理危机识别能力。

2022年,鱼峰区被评为“自治区中小家庭教示示范区”;2023年,城中区入选“全国中小家庭教示示范区”,“柳州心育·呵护成长”已成为柳州市学校心理健康教育的重要载体和优秀品牌。

2 医教协同 靶定心理健康教育“重点”

近日,柳州市妇幼保健院儿童保健科医生熊莉来到前茅中学,为全体学生作了一场题为“我的情绪我做主——做阳光自信少年”的讲座。学生们通过趣味小游戏、角色扮演等,了解如何做自己情绪的主人。

今年以来,柳州市11家医院的心理医生走进127所中小学开展心理健康知识传播和心理健康服务,其中,送教下乡志愿服务活动,累计送教课程445节,服务学生3.5万人;与卫健委联合开展“医教协同”“心理医生进校园”专项行动,累计心理医生入校523次,覆盖学校150所;与团市委联合开展“社工进校园”专项行动,举办讲座、团辅等150场,为7100余人次学生提供单独辅导,筛查学生10279人次。

柳州市委教育工委专职副书记,市教

育局党组成员杨立永介绍,针对学生心理健康教育的“重点”问题,柳州市从服务本身出发,聚焦源头监测和师资培养完善服务体系,加强学生的心理健康教育。

2023年,全市已有674所中小学校启用心理健康团体测评智能系统,开展入学新生的全员心理健康筛查,根据筛查结果建立重点学生档案3390个。

柳州市还采用阶梯式培养模式强化师资队伍培养,成立10个心理健康教育名师工作室,固定培养乡镇学校兼职心理教师160名,形成200个优秀心理健康教育课例,整体提升了全市心理健康教师专业能力。其中,有6个心理名师工作室已入选首批广西中小学心理健康教育名师工作室,打造了心理健康教育品牌,提升了心理健康教育的整体效果。

记者手记

播撒学生成长阳光

万物生长需要阳光,为学生拥有成长的“阳光”,柳州市闯出一条“心路”,为促进学生健康成长奠定了坚实的基础。

从建章立制着手,柳州市594所学校建立“领导小组—心理健康指导中心—班主任—家长—心理委员”五级防控体系,实现学生心理健康问题预防与预警全过程管理。

从人才队伍着手,柳州市通过“授人以鱼”和“授人以渔”,让心理健康这缕“阳光”照进学生心灵,滋养他们的成长。

从“医教结合”着手,教育、医疗系统

双方还从组建专业研究团队、完善医教结合工作机制、提升心理教师专业技能、开展危机处理试点探索、打通就诊绿色通道这五个方面进行深度合作,持续完善学校心理服务体系,全面提升学校心理危机识别精准度、干预有效性、转介顺畅度。

在学生心理健康工作方面,柳州是舍得投入的。近年来持续投入,实现了乡镇中心校和市区440所学校心理辅导室全覆盖,同时打造了“热线+小程序+主阵地”的青少年成长服务平台,让心理服务全面覆盖。

基层速递

内蒙古鄂尔多斯：“暖城家教”助力家长科学育娃

本报特约通讯员 苏勤 通讯员 杨天惠 “我家孩子洗袜子都要靠大人督促。”在教师播放视频课程抛出话题“如何培养孩子养成良好的生活习惯”后,家长们三五成群讨论家庭教育中的困惑。在对照专家的建议后,家长们总结经验,收获满满。近日,内蒙古鄂尔多斯这次的家长会别开生面。

为了帮助家长树立科学的家庭教育观,鄂尔多斯在全市范围推广“暖城家教”家校社协同育人品质提升行动落地实施,通过3年左右的时间,形成富有成效的“暖城家教”育人品牌。

“按照‘专家是课程的引领者,班主任是课堂的组织者,家长是问题的提出者和解决者’理念进行集体备课,充分组织家长讨论,发挥家长智慧,让家长影响家长。”该市东胜区家庭教育指导中心主任裴瑞介绍。

鄂尔多斯市自实施“暖城家教”家校社协同育人品质提升行动以来,对家长课程进行推广使用,覆盖全城市幼儿园、中小学各学段。家长课程以《牵手两代 幸福路上》教材和“幸福路App”为核心元素,以班级为单位,采用“五步教学法”即视频导课、问题研讨、课堂总结、作业拓展、微课巩固五个主要步骤实施授课。

“我们以实施每年4次8课时家长必修课为路径,通过健全制度、队伍、课程、活动、评价、品牌、平台、社会治理八大内容体系,形成‘政府统筹、专业支持、学校主导、家庭尽责、社会参与’的协同育人机制,让家长成为我们教育有力的同盟军。”鄂尔多斯市教育体育局副局长张燕说。



近日,“科普望远镜研学课程”活动在江苏省如皋市东陈镇蒋宗村农家书屋举行,小朋友们学习组装望远镜、体验观测、了解望远镜构造等,丰富暑期生活。

通讯员 徐慧 摄

基层发现

河北省沧州市运河区以体教融合为青少年成长赋能——

校校有赛事 生生爱运动

本报记者 周洪松

“哥哥的学校开游泳课啦,我长大也要到那里念书。”“我要好好训练,争取在学校冰壶比赛中拿个金牌。”……

2024年初,河北省沧州市运河区政府将“青少年体质提升工程”列为2024年运河区十项民生实事之一,全面启动“体教融合”成长赋能计划”。一时间,特色体育课、花式体育作业、多彩课间操、各级各类竞技赛事等颇具吸引力的体育活动风靡全区校园。

运河区地处沧州市中心城区,辖区内体育场馆、体育公园、健身设施等体育运动资源丰富。近年来,运河区又持续加大学校体育投入:第十三中游泳馆建成后在全市首开游泳课,迎宾路小学风雨操场利用社会力量开设特色体育课程……

各学校积极以校企联训形式,与有资质的体育类校外培训机构、协会、俱乐部等组建体育社团。马术、中国式摔跤、舞龙舞狮、冰雪、武术等活动,让学生有了更多选择。

“当前社会广泛关注学生‘小眼镜’和‘小胖墩’等健康问题,全力保障学生健康,需要全社会共同努力。乘着体教融合标杆区创建的东风,运河区将举全区之力,聚焦群众所愿所盼,以体育赋能青少年健康快乐成长。”运河区区长于岗表示。

如今,阳光体育运动“123”工程、“两操一课一作业”工程,已成为运河区幼儿园和中小学校的“标配”。各学校普遍推行“30分钟阳光体育大课间”,积极开发体育校本课程,逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的体育教学模式,让每名都能掌握1至2项运动技能。其中,重庆路小学的多元化课程、上海路小学“的体育大集”、临海路小学“武术遇见课间操”等校园体育活动精彩纷呈。家庭体育锻炼明确内容、强度和时长,学生选择喜欢的体育家庭作业“花式打卡”,变身“运动小达人”……

据统计,今年运河区各学校(幼儿园)共组织春季运动会、亲子运动会和武术争

霸赛、篮球联赛等100余场次,区级共举办冰球比赛、冰壶比赛、区长杯足球赛、田径运动会等赛事20余场次;承接了全省“熏风杯”2024青少年羽毛球冠军赛。

“我们突出‘运’字,以运河及运动为内涵,打造了具有运河区特色的‘运’动力赛事体系,通过校内竞赛、校际联赛,选拔性竞赛,以赛代训,提升青少年竞技体育水平。”运河区教育体育局局长杨志辉介绍。

在沧州市第十七届中学生田径运动会上,获得6金7银7铜以及乙组团体第三名;市校园足球联赛,小学男子组、小学女子组、初中女子组均获得冠军,初中男子组获得季军,先后代表沧州市参赛并荣获河北省第七届“冀萌杯”青少年足球赛初中女子组季军……运河健儿参加高水平赛事佳绩频频。

今年19岁的肖永旺由第十中学输送到河北省体校,后进入省田径队。2023年,他在河北省第十六届运动会上勇夺男子5000米竞走冠军、7000米竞走亚军;同年在河北省竞走锦标赛上荣获男子10公里竞走冠军;

2024年全国竞走大奖赛(第3站)暨全国青少年竞走锦标赛马拉松竞走混合接力项目比赛,肖永旺和队友接力以优异成绩夺冠……

省短道速滑二线队队员在运河区实验小学就读,已向省短道速滑队输送重点苗子运动员3人;第五中学为高校输送武术特长生200余名;第十四中学李怡浩、张毅菲入选2024年第一期女子精英青少年球员大区训练营;迎宾路小学输送的梁仕宇、熬翔入选2024年中国足协精英青少年球员训练营;第十中学输送到河北队的张德智获得全国青年田径锦标赛3000米障碍冠军……

截至目前,沧州市运河区已创建国际田联少儿示范校1所、全国足球特色校19所、全国冰雪运动示范校1所、教育部冬奥会和冬残奥会教育示范校5所,还有“武术进校园”全国试点校4所、“中国武术段位制教学实验学校”1所、全国啦啦队示范校1所,省级体育传统学校9所、省级冰雪运动示范校2所。就在不久前,沧州市运河区又专门出台《关于设立校园体育实验队的意见》,想方设法为校园体育人才成长铺路搭桥。