

不要轻易给学生贴上『抑郁』的标签

□宣迪森

“他是不是心理不正常,得抑郁症了?”“让他去看心理医生,他肯定是得抑郁了!”“你可能是抑郁了,快休学回家,不能继续在学校!”……工作中,部分教师在面对学生的心理问题时,往往谈虎色变,直接给部分学生贴上“抑郁”的标签,让师生都承受了沉重的心理负担。

诚然,这些年,随着学生的学习焦虑、交往困难等心理困扰日益增多,教师特别是班主任的管理压力倍增。笔者以为,作为教育工作者者,教师的一言一行都在无形中影响着学生。对于学生的心理问题处置准确与否,是传递出负面情绪还是爱的信号,是一件关乎教育甚至生命意义的大事,必须慎之又慎。

现代教育需要每一个教师都具有一定的心理健康鉴别能力,懂得真正的心理抑郁都会伴有身体各种植物性功能障碍(呼吸急促、头晕眼花、全身发抖等)和器质性病变(身体疾病),也需明白绝大部分学生心理是正常的,并没那么容易患心理方面的疾病。因此,教师不可动辄就说学生抑郁了,说他们有社交恐惧症、人格障碍等。如果单纯以情绪表现来判断学生是否患上了抑郁症,认为不说不笑、行为不合群就是抑郁症,均是不准确的,也是不负责任的。教师们理应了解,抑郁症的反面不是“快乐”。

值得一提的是,教师要严格区分抑郁症和青春期的情绪,对一些青春期的心理起伏不能随便贴上“精神病变”的标签。其实,从科学角度看,每个人都会有产生郁闷情绪的时候,学生偶尔的情绪低落或者举动反常,教师需要重视和引导,但这并不意味着每个人都得了抑郁症。只要学生没有被专业医生诊断为抑郁症,教师就不能随意给学生贴上“抑郁”的标签,更不能称这些学生为抑郁症患者。若是教师怀疑学生有心理方面的问题,应该及时向学校汇报并与家长沟通,让家长领着孩子去专业医院做诊断和治疗。

教师对学生抑郁症的标签化,归根结底是社会大众对于抑郁症的误解和偏见,而这种社会性认知偏差所对应的就是对于抑郁症的防范和干预出现严重的滞后或不自觉的轻视。所以,一方面需要有关部门对教师提供更具系统性的心理培训平台资源;另一方面,家庭、学校和社会要给予学生更多心理健康层面的关注,对患有抑郁症的青少年群体进行支援,对一些短暂的心理障碍者则应以爱的教育感化之。

实话·实说

浙江专业报新闻名专栏

宁波市北仑区霞浦学校：

“张人亚精神”点亮党建明灯

□本报记者 叶青云

“我的校友张人亚”“课堂中的英雄人物”“传承红色基因,接力红色精神”……在宁波市北仑区霞浦学校副校长陈露辉案头,有一张最新的党员教师思政课安排表,上面详细地列着下学期将要开设的每个年级各两个课题。此前,学校刚刚结束了课题申报会,党员教师们将利用寒假进行备课。陈露辉告诉记者,党员教师上思政课,正是该校党建品牌“人亚学堂”的其中一项重要活动。

“人亚学堂”以该校首届校友张人亚(原名张静泉)的名字命名。张人亚1922年加入中国共产党,他曾冒着生命危险守护中国现存最早的《共产党宣言》中文译本和中共首部党章等珍贵文献,被誉为“党章守护者”“最勇敢坚决的革命战士”。“‘张人亚精神’既是我党宝贵的精神财富,也是新时代学校党建工作鲜活的育人教材和丰富的营养源泉。”陈露辉说,该校以“张人亚精神”为引领,发挥党组织的核心作用和党员的带头作用。

重寻张人亚的足迹、讲述张人亚的故事、搜寻“张静泉同志秘藏”珍贵

文献……在霞浦学校,这是每一位党员教师提高党性修养的必经之路。学校党支部以“榜样之光”为主题,陆续开发了系列专题党课。讲课者不仅包括特邀党史研究专家,还有一线党员教师、入党积极分子等。他们结合自身党员案例、自身学习体会,让“张人亚精神”入脑入心。针对学校教师年龄两极分化严重的现状,党支部号召党员骨干名师扛起重担,组建党员名师工作室。每一位党员骨干名师的作用不再局限于学科,而是从思想到行动、从教学技术到育人能力进行全面示范引领,服务青年教师多维度成长,教师队伍建设逐步走上了良性发展轨道。

“人亚学堂”党建品牌不仅引领学校政治建设,也为学校文化建设点亮了一盏明灯。作为“人亚学堂”的主要载体,近年来,一期党建文化展厅和二期红色基因传承馆相继建成。两座场馆共占地600多平方米,由一条特色化党建文化长廊、一个多功能视听体验馆和一个综合性实践基地组成,通过现代化技术手段,将“张人亚精神”活化为可看、可听、可互动、可传承的精神食粮。参观者在影像回溯、互动游戏、戏剧欣赏、场景

体验等系列活动中不断加深对红色文化的理解和感悟。“如今,这里不仅是最受欢迎的党员活动阵地,更是党员们带领共青团员、少先队员开展组织教育的最好场所。”陈露辉说。

“‘人亚学堂’既是霞浦学校党建工作的中心阵地,也是一个融知识学习与心灵成长为一体的青少年研学空间,更是一块根植于红色基因上的课程试验田。”在该校党支部书记、校长张剑霞看来,如何推动党建和教育教学互融互促,是值得深思的问题。

2020年以来,在张剑霞的倡导下,学校开展了校长思政课堂和党员思政课堂的探索。当年11月,在“人亚学堂”,五至九年级学生陆续聆听了第一堂校长思政课“守护系列之一——我该怎样爱国”。全校党员教师及普通教师可随堂听课,及时反馈意见和建议。张剑霞的这次“试水”,起到了抛砖引玉的作用,在全体党员的群策群力下,学校编制了从校长思政课堂延伸到党员教师思政课堂的整体方案。党员教师根据不同主题组建备课小组,以学习、宣传和纪念张人亚活动为契机,陆续开发“人亚学堂”廉洁教育、“追寻校友张人亚”主题实践活动等思政课项目,

引导和支持学生以小课题探究、文学创作、艺术表演、公益服务等方式表达自己的理解和感悟,确保思政取得实效。“从下学期起,保证学生每学期都能听到一堂正能量满满的党员思政课,9年共18节,让思政课润泽学生的思想,伴随学生的成长。”张剑霞说。

与此同时,该校党支部建起以党员教师为骨干力量的师生艺术团,创作故事《追寻校友张人亚》、打磨话剧《守者无悔》、排练歌舞《再一次出发》……他们精心打造的《初心颂》文艺节目,深入社区、农村进行巡回演出,营造了“一人守护、百人传颂、千人铭记、万人践行”的氛围。此外,还组织优秀党员、名优骨干教师、国家心理咨询师等成立起“党员家长学院宣讲队”,与全体家长共同探讨人亚故事、文明生活、科学育儿等话题,以弘扬红色文化,提升家长素养。



体验石磨豆浆

近日,建德市大同中心幼儿园上马园区的幼儿体验了传统石磨豆浆的工艺。他们在教师的指导下,参与了手动推磨、添豆、加水、过滤等制作流程。

(本报通讯员 朱 珊 周志娟 摄)



给小学生发“年终奖”？这样的活动有点特别

本报讯(通讯员 丰懿超)

近日,金华市荣光国际学校的大拇指超市又开张了,学习用品、书籍、手表、沙画盘等商品堆满了货架。据了解,一学期一次的大拇指超市活动是该校的传统项目,学生们可以利用平时赚取

“年终奖”来购买自己心仪的

商品。“根据平时的表现,每个孩子拿到手的‘年终奖’都不一样。如在学习积极性、兴趣特长、学习习惯等方面表现突出的,‘年终奖’自然就会多一些。”活动负责人介绍,这次的商品很多都是学生们自己提出想要

购买的,因此大家过去这一个学期都在努力争取更多的“年终奖”。与以往相比,这学期的大拇指超市有了新的变化,各种商品的标价不再是整数,而是有小数点的,学生们必须要通过小数点计算这一关,才能购买到心仪的商品。

“小厨人”一展身手

本报讯(通讯员 林涵茜 施吉章)“爸,你快来尝尝我的手艺!”说话的是慈溪市周巷镇云城小学五(2)班学生黄柏霖。近日,他提着一袋自己制作的美食,与学校教师和同伴一起来到父亲上班的公司。

原来,该校近段时间开展了“小厨人”劳动教育课程活动,一至三年级的学生剥豆、择叶、去蒜皮等,举行“厨房小帮手”比赛;四至六年级的学生化身“中华小神厨”,参加包饺子比赛,边包边比较、改进和创造;而烘焙社团的学生们则在教师指导下制作糕点。“小厨人”课程活动结束后,该校学生组成了一支“云之梦志愿队”,带上温暖的饺子和新鲜的蛋糕,来到队员家长所在的单位,请家长品尝美味。不仅如此,这支队伍还给周边的45户老人送去了自制美食。



近日,浦江县城溪镇中心幼儿园举行“打传统年糕品家乡年味”活动。师幼一起将蒸熟的米粉放入石臼,用木槌反复捶打至光滑,并将打好的年糕搓揉成自己喜欢的造型。

(本报通讯员 张赛男 摄)

学生成长动力不足怎么办？

杭州市景芳中学推行“三件马甲”制度

□本报通讯员 陈金兵

积极参与社会服务的红色马甲志愿者,注重自主管理的绿色马甲好伙伴,以校园小记者身份出现的蓝色马甲记者团……在杭州市景芳中学,每天都能看到穿着红绿蓝3种不同颜色马甲的学生。这“三件马甲”是该校于3年前成立的学生校园服务队的标志。除了学习,队员们平时的“工作”是在校园里开展实践活动。

据介绍,该校成立这3支队伍的目的初衷是为了解决“当前学校中普遍存在的问题,旨在引导学生参与力所能及的校园服务,逐渐从被教育者的角色转换为校园服务者角色。3年以来,学生们在参与中体验,在实践中感受,

其成长的原动力被大大激发。

在景芳中学,红色马甲队被称作“景关帮”,其谐音为“尽管帮”。顾名思义,“景关帮”就是学校的志愿者,平时开展以校内为主、校外为辅的志愿服务活动。具体如何开展?“景关帮”的做法是立项定岗给机会,招募组队搭平台,自主服务作奉献。学校根据不同活动对志愿者的不同需要成立项目组,确定相应岗位及所需志愿者人数,为学生提供参与志愿服务的机会。比如在迎新文艺汇演中,学校设立了节目组、安保组、宣传组、后勤组等,每个组分别设立组长1名、副组长2名及组员若干,“景关帮”就会据此组建一支志愿队伍。

像这样,“景关帮”不设固定队员,一般根据活动项目实际需要动态组

队,从而推出岗位要求、职位,并进行公开招聘。由于队员年级、班级不同,每个项目组都会预先开展“破冰”拓展训练,为正式参加志愿服务奠定团队基础。在正式的志愿服务中,学生们完全实现了自我管理、自主运作。初三学生郭正东是“景关帮”里的老面孔了,在过去两年多时间里,他参与校内外服务130多场次,服务总时数超过300个小时。

身穿绿色马甲的“景学伴”是原来学校德育处学生值周队的升级版,现在重组成“学风构建引导队”。在学生眼里,这支队伍不再是针对纪律、卫生、两操等行为习惯的“检查人员”,而是变成了以“赞”为主的学风引导者。如今,该队主要关注各班的课前准备、课堂学习、体育锻炼、卫生保洁等7个

方面的情况,侧重发现班级学风建设中的好做法、好经验,并对其进行“点赞”加分。与此同时,队员们还以同伴身份回到所在的班级,用自身良好的学风发挥榜样的力量。

每逢学校开展主题教育、社团课程、同行参观等活动,自称为“布谷鸟”的蓝色马甲队就会准时出现。作为校园记者团,他们不仅要参与校园活动,而且要挖掘校园日常生活中的真善美、好故事。“布谷鸟”分别在班级和校级两个层面组队,班级里的组员相对固定,可以在本班级公众号推送班级新闻信息,也可向校级报送;而校级团队人员不固定,采取任务驱动方式,根据活动项目机动组队,合作完成采写报道任务。目前,“布谷鸟”已经贡献了一万余字的学校宣传报道作品。