



# 心理课程“量身定制”

## “浙”里教师聚焦新居民子女、留守儿童心理健康

□本报记者 林静远  
实习记者 谭晓洋

“如果学校举办擂台赛,你们打算代表班级参加哪些项目?”“我可以跑步、舞蹈。”“我要参加争做最佳大哥哥大姐姐、最佳倾听者活动。”……10月23日,在温州市青少年活动中心,温州市未成年人心理健康指导中心特聘心理指导师王晓清为新居民子女开设了一堂名为“潜能小宇宙”的成长公益课,其中的擂台赛这一小游戏特别受欢迎。“新居民子女普遍存在不自信的问题。这节课就是针对他们的特点开设的,以鼓励他们多参加活动,挖掘潜能,增强自信心。”王晓清说。

10月16日至11月底,每个周末,王晓清都会抽时间在温州市青少年活动中心开设这类针对新居民子女的心理课,内容涉及适应新环境、增强自信心、正确面对挫折等心理健康知识。

浙江师范大学家长教育研究中心副主任、心理学博士谢瑞波表示:“由于父母忙于生计,孩子们缺少关爱,存在适应新环境能力弱、人际交往能力弱、抗挫折能力弱等问题。因此教师要上好心理健康这一课,在学生成长路上助他们一臂之力。”

### 调整授课方向——

#### 从问题视角转为发展视角

“鼓励能激发新居民子女、留守儿童积极向上的劲头,是一剂良药。”谢瑞波建议,“课堂上,教师不能只关注这些学生可能存在的心理问题,更要挖掘他们身上具有的向上发展潜能,如心理韧性、逆境信念和自我关爱等素养,给予鼓励,培养他们自尊自信的人格品质。”

温岭市箬横中学是全国心理健康教育特色学校,该校新居民子女占比10%~15%。每周,心理健康教师陈赛

都会推出一个课堂主题,让学生参与讨论。她认为,表扬与鼓励的方式更适合用于引导新居民子女应对成长的烦恼。为此,陈赛设计了“说说自己的优势”“我来为你点赞”“优点大轰炸”等活动。课堂上,学生们争先恐后地说出彼此的优点,有些学生被点赞后感叹:原来自己还有这些优点。

除了心理健康教师,其他学科教师在关注新居民子女、留守儿童心理健康时,对授课方向的转变也颇有感受。他们表示,鼓励比单纯地发现问题更有效。义乌市前店小学地处城郊接合部,新居民子女占比近一半。校长吴江君本想打造一间涂鸦室,让学生有个发泄的空间,但又担心这会让他们养成不良习惯。于是,他决定在语文、美术等学科中融入心理健康元素,并进行鼓励式引导。

该校美术教师毛美君专门为新居民子女成立了美术社团。她用波洛克艺术鼓励他们大胆泼墨,抒发感情。波洛克艺术是用鲜艳的颜色在纸上喷洒成一幅画。毛美君认为,波洛克画卷上绚丽的色彩十分治愈。该社团有名六年级男生是新居民子女。他一直跟着爷爷奶奶生活,缺少父母关爱,起初在校表现不佳。去年,毛美君和其他教师一起家访,送上他喜欢的玩具及学习用品。美术课上,该生展示了一幅感恩教师主题的画作。毛美君说:“相比普通学生,他们更懂事。我时常会在课堂上展示他们的作品,表扬他们懂得感恩等优点,帮他们树立自信。”现在,该生的表现有了明显进步。

### 转换课堂形式——

#### 心理游戏嗨起来

为了上“活”心理健康课,江山文溪实验学校三年级班主任陈娜开发了一套心理小游戏。该校教师有个共识:要

让新居民子女尽快融入新环境,交到更多的朋友,感受学校大家庭的温暖。副校长周凌燕介绍,学校每年都有新居民子女、留守儿童入学。最初,学校只会对新生进行一次家访,举办一个简单的欢迎仪式。2015年开始,学校增加了交友游戏。每位教师组织开展不同的游戏,如陈娜经常组织开展成语接龙、跑步接力、击鼓传花等破冰小游戏。看似简单的游戏却能很快拉近学生之间的距离。有时教师会扮演大哥哥、大姐姐或父母的角色,给学生带去家的温暖。学校还会在校内厨艺坊中组织师生开展厨艺大比拼。

采访中记者发现,我省已有不少学校在心理健康课上融入了游戏。温州市第二十三中学心理健康教师李春经常组织留守儿童开展心理沙龙和素质拓展活动,带领学生做放松操,在心理教室为他们播放轻音乐,学生则想象自己躺在沙滩或草坪上轻松一刻。李春说,给中小学生学习心理健康课,如果和高校一样只讲授理论知识则较为枯燥,“在课上融入小游戏更符合中小学生学习特点”。

人际关系与情绪管理是新居民子女和留守儿童心理问题的常见来源。“我正在研究‘失控情绪的管理’课题,经常组织新居民子女表演情景剧,素材就取自学生的日常生活。”温州市光明小学心理健康教师项小飞认为,部分新居民子女比较敏感,时常因为周边同学的一句话、一个举动而与之发生争吵。“我希望通过心理情景剧,让他们学会分析判断事物的本质,更好地处理与同学之间的冲突,缓和人际关系。”

### 增加“授课”对象——

#### 让家长也上好心理健康课

今年上半年省政协举行了一场民生协商论坛,政协委员、专家就青少年心理健康教育问题开展了讨论。他们

认为,“要发挥好家庭教育的基础作用、学校教育的主导作用,才能引导青少年健康成长”。谈到家庭教育,新居民子女、留守儿童的教育是一块短板。如何为家长上好心理健康这一课,让他们掌握和孩子相处的技巧,我省教师也在努力。

潮州市凤凰小学有近60%的新居民子女,其中52%的家长反映不懂如何与孩子沟通,家长建议教师通过微信公众号、数字家校等方式为他们提供经验。“去年,我校举行了一场‘云课堂+云讲座+云互动’的家庭教育指导活动,为家长推送了全国各地教育专家的讲课视频。”德育主任杨玲介绍,这项内容已被列入今年学校家庭教育工作的重点,教师已撰写文本,准备录制视频,为家长推送更多内容。“教师沈冰洁在《如何表扬鼓励孩子》一文中写道,要清晰地描述孩子的进步,肯定他们的努力,寻找每件事情的正面点给予表扬,而不是敷衍的两个字‘真棒’。”

海宁市狮岭学校每周五都会举行家长读书会,由10多名教师带读,董慧丽便是其中之一。她领读的《正面管教》《接纳力》等书籍,都是教家长如何引导孩子面对挫折、加强人际沟通的。带读让董慧丽感受到,仅学习理论不够,还得组织家长分享阅读金句,让他们给孩子写封信表达自己阅读的所思所悟,这才是最重要的。学校还邀请了海宁市青少年心理健康热线专家为家长讲课。

通过家校的共同努力,家长的育儿观得到了一些改变。谢瑞波认为:“教师在读书会上开展的普及性宣讲形式较好,除此之外,还需要加强实践指导,可以通过体验式工作坊、家长成长营等实践取向的培训方式,帮助家长跨越‘知道’与‘做到’的鸿沟,做到知行合一。”



## 红色文化遇上劳动教育

近日,湖州市飞英小学开展以劳动教育为主题的红色研学实践活动。割稻谷、独轮车运粮食、做南瓜团子……学生走进当地研学基地,体会红军当年的艰苦生活,体会劳动的快乐。图为学生在磨豆浆。

(本报通讯员 何庆华 摄)

# 家庭教育既是家事也是国事

□罗树庚

第十三届全国人民代表大会常务委员第三十一次会议通过了《中华人民共和国家庭教育促进法》(以下简称家庭教育促进法),该法将于明年1月1日起正式施行。家庭教育促进法重点指向家庭,为重构良好的教育生态、为少年儿童的健康成长编织了一张立体的绿色大网。过去我们观念里属于“家事”的家庭教育,已经实实在在变成了“国事”。

家庭教育的重要性不言而喻。国家重抓家庭教育,就是为了促进未成年人健康成长。

家庭教育促进法强调了家长在家庭教育中的责任与担当,同时也指出科学的家庭教育之重要性。长期以来,我们有一种普遍的认识:家庭教育是“家事”,家庭教育失范,更多是停留在道德层面,对其进行谴责。对家庭教育立法,是不是逾越了“公权力边界”?法律对此给出了一个明确的答复,对家庭内部关系,以刚性约束为底线、柔性要求为主体。家长必须承担起未成年人道德品质、身体素质、生活技能、文化修养、行为习惯等方面的培养责任。在实

施家庭教育过程中,要注重方式方法。要亲自养育、相机而教、潜移默化、尊重差异、平等交流、相互促进;未成年人的父母或其他监护人要共同参与、严慈相济;要随着孩子的孕育、成长,根据不同时段有针对性地加强教育知识的学习,掌握科学的家庭教育方法,提高家庭教育能力。该法明确了未成年人的父母或其他监护人在未成年人成长过程,要担负起家国情怀、崇德向善等方面的引导。家庭是孩子的第一所学校,父母是孩子的第一任老师。法律对家庭责任的准确定位,对未成年人的父母或其他监护人责任的明晰,再次向全体大众传递了一个明确的理念,即“孩子是你的,也是国家的”。

家庭教育促进法明确了学校的权责。该法指出,中小学校、幼儿园应当将家庭教育指导服务纳入工作计划,作为教师业务培训的内容;建立家长学校,定期组织公益性家庭教育指导服务和实践活动等。我们要开展专题学习,对法律的条款熟烂于心。10月23日家庭教育促进法表决通过,笔者的微信朋友圈被这条新闻刷屏。转发的人很多,但我相信从头条至认真读下来的人很少。对于从事未成年人教育工作的我

们而言,不能仅仅停留在“知道”这个层面,更要深入学习,在熟知的基础上运用。我们要及时向学生、家长宣讲,让“法”的意识深入人心。对家长普及家庭教育促进法,最有力的还是学校、教师。在未来的一两年里,我们要开展形式多样的宣讲活动,让家长知法守法。我们要主动对接,让“法”的行动立竿见影。既然“法”赋予我们有指导的权责,我们就应该积极跟进,主动作为,为家长提供相应的服务。一直以来,我所在的学校始终把家长学校作为学校工作的一部分。学生在校学习六年,家长接受家庭教育指导培训六年,同步提高家庭教育能力。这项工作不仅得到了省妇联的肯定,还成了我们与家长、社会联结的情感纽带。

家庭教育促进法明确了国家、社会的支持与协同。该法指出,国务院应当组织有关部门制定、修订并及时颁布全国家庭教育指导大纲,省级人民政府或者有条件的设区的市级人民政府应当组织有关部门编写或者采用适合当地实际的家庭教育指导读本。也就是说提高家长教育胜任力,不只是家务事、校务事,而是要成为整个社会的“全民事”。一部法律的出台,仅仅停留在

“知”上是远远不够的,还必须有“行”的策略。家庭教育促进法中的“促进”两个字,是有别于其他法律的根本属性。当前,绝大多数未成年人的父母或其他监护人都知道家庭教育的重要性。也就是说,家长们缺的不是思想认识,缺的是专业化、科学化、规范化的方法。依据法律制定家庭教育指导大纲和家庭教育指导读本,能弥补家庭教育方式方法的不足。

一部法律的出台,能否产生蝴蝶效应,能否产生核聚变的效果,关键在于后面的落地、执行。少年儿童的健康成长,社会教育、家庭教育、学校教育三者缺一不可,只有协同作用才能完成育人目标。近些年来,教育内卷愈演愈烈,少年儿童的课业负担已经到了不堪重负的境地。家庭教育也在激烈的竞争中发生偏离,许多家长甚至迷失了方向。家庭教育促进法的颁布,为少年儿童的健康成长保驾护航。

□熊传宝

2021年9月,刚刚带完一届高三学生的我,又迎来了两个班的新生。

开学没几天,我就发现新生小宇上课基本不听,而是自己埋头背单词和做练习。我马上找他了解情况,谈话中小宇告诉我:课堂上的很多知识,他都已经懂了,再重复投入似乎有点浪费时间,于是就自己背新单词、做新题目。他的想法有一定道理,但把懂了的再再巩固是一个重要步骤,而他的方法有搞“大跃进”的嫌疑。此时,我的脑海中浮现出刚刚毕业的学生小杨。小杨成绩名列前茅,从高二开始,就经常烦恼于“上课讲的内容大多已经懂了”这件事,于是探索能否脱离课堂,按照自己的节奏学习。然而在长达一年多的探索中,他遇到了很多困难:家长的担心使他倍感烦恼,成绩的波动让他倍感压力,要自主安排所有学习环节的重担令他倍感疲惫。高三最后一个学期,身心俱疲的他终于决心回归课堂,也终于告别了惴惴不安的状态,最终取得了理想的成绩。

“能不能让小杨和小宇谈一谈呢?”带着这样的想法,我在微信上联系了已经到知名大学报到的小杨。很快,他给我发来了一篇题为《学习方法,何必完美》的文章,详细回顾了自己的心路历程。我把文章交给小宇:“这是学长走过的路,你读一读,不知道会不会对你有启发和帮助。”小宇是个内向的孩子,事后并没有主动向向我反馈,但是在之后的课堂和作业上,我明显感觉到了他的变化。这样的一次“隔空对话”,也给了我启发:借助学长的力量,是不是可以达成更好的沟通和教育效果?

按学校惯例,中秋节前一天晚上每个班都会组织中秋晚会。中秋节那段时间,朋友圈里陆续有毕业生晒出了高校特色月饼,我又有了新的想法:能不能收集各高校月饼,在中秋晚会上设立特别的“月饼分享”环节?于是,我厚着脸皮开始在学长班级群里征集:请大家尽量买到学校的月饼寄过来。但是高校的月饼挺难买的,有的学生一大早起到店只能“抢”到一两个,有的学生花很长时间排队才能买到,还有的学校没有公开售卖,只给每位学生发两个,于是这些毕业生就省下来寄给我。一个星期之内,我收到了来自省内外近10所高校的月饼。

中秋晚会那天,我抱着满满一箱承载着学长浓浓深情的月饼走进教室。“今天,老师给大家准备了特殊的中秋月饼。这些是你们的学长从他们的大学寄来的高校特色月饼,今晚我尽量满足大家的需求,大家喜欢哪所学校,就上来领取对应的月饼。”话音未落,月饼被一抢而空,看得出来很多学生已经明确了奋斗目标。

大家重新坐定后,我又说:“我觉得大家手上的月饼,就是‘镇中精神’的传承。有这么优秀的学长引领,大家要努力,到时候也寄月饼给我。”如此,目标教育、使命教育、感恩教育都有了。当然,这一切都要感谢学长的鼎力相助。我把分月饼的故事分享给大家,这些毕业生也非常高兴。

学校毕业生每年都会组织“情系母校”活动:利用假期返回母校宣讲,介绍自己的大学和专业,介绍自己高中时期的学习经验。我也在想,教师尤其是班主任,是不是可以沿着这个思路,主动地调动“往届学生”这一宝贵和独特的资源,在教育教学的各个环节加以运用,达到更好的教育效果。

作文是英语教学的难点,学生怕写作文,如何激发他们对作文的热情是我一直在思考的问题。这个学期,我开始尝试在课件上增加一两篇“学长习作”。如果正好往届学生写过,并且我有存档就用作范文,如果是新题目,就让这些学长帮我创作几篇。我在讲评的时候,除了赏析语言分析篇章,也顺带讲一讲文章作者的学习故事。我发现,每到这个时候,学生就会听得特别认真,可能是出于“师出同门”的亲近感,也可能是学长的成长故事激励了他们。总之效果是显著的,这也成为我突破教学难点的一次有益尝试。

我们一定要承认,有时候朋辈之间交流沟通的效果要远远好于教师的“语重心长”,尤其在生涯规划、学习方法、情绪调整等方面,过来人的建议往往有更好的效果。有时候学生听多了教师和家长的唠叨,可能会产生天然的抗拒和抵触。如果让情况相似的学长和他们对话,让他们用自己的亲身经历,用更加亲切的语言和学弟学妹交流,或许会有说服力。而此时,教师要履行好“接线员”的职能,迅速匹配好合适的对象,帮助学生牵线搭桥。

2021届毕业生毕业时,我给他们布置了“最后一次作业”:“亲爱的同学们,你们终于完成高中学业,即将奔赴更大的舞台,相信大家此时一定有诸多感悟。请每位同学选择一段自己感触最深的经历,说说自己的故事,也谈谈自己的感想。老师会收集珍藏,也可能分享给学弟学妹们,用你们的经验帮助他们。”文章已经集结完毕,学生们谈到了努力、目标、心态、规划、方法……对于我个人而言,这是带班三年的最好总结。更重要的是,对于今后的工作,这也是一笔宝贵的财富。打开“宝盒”,便可“隔空对话”。

(作者系镇海中学班主理)

