

社交有“圈” 成长无“壁”

金职院构建圈层成长共同体培育积极心理

□本报记者 舒玲玲

每天早上叫醒傳蝶的不是闹钟,而是“早起+”群里此起彼伏的消息提示音。一顿热气腾腾的早餐、一个迎着朝阳奔跑的身影、一本写满批注的图书……根据“群公约”,所有人必须在早上8:00前完成照片打卡。

日前,金华职业技术学院最新一期“21天心理赋能团”开团,组建包括“早起+”在内的社群26个,参与学生600余人。“万词王”“读书郎”“陪你Keep到底”“美食大爆炸”……金职院把有共同目标或爱好的学生凑到一起,每个群特邀一位群主,带领群成员开展21天个人积极行为活动挑战。这项活动,金职院已经坚持了3年,累计建群100余个,覆盖学生3000余人次。

学校为什么如此热衷于建群?这还得从学生们常常三五“成群”说起——

商学院辅导员钱玲发现,每次在班级群或部门群发布通知,学生们都会整齐地回复“OK”“好的”“收到”,然后转头就在各个小群里交流、吐槽。“学生们私下拉的小群特别多,有些学生还会同时身处好几个不同的小群。”她感慨地说,学生不愿在大群里表达真实的意见和看法,私下里的态度和信息教师们又掌握不到,很容易导致在一些工作落实中教师跟学生产生隔阂。

更令钱玲担忧的是,一个群就是一个社交圈,大学生网络社交已然出现圈层化现象。圈层化的本质是具有某种特质的群体性集中,会通过影响学生的思想认知和人际交往,继而牵动他们的情绪状态和身心健康。“同一个圈子里的成员,在思想和认识上往往容易窄化、固化甚至是极端化。”她坦言,圈层其实是有壁垒的,就像一道信息屏障,容易致使主流信息传不到、学生想法猜不透、网络异见藏不住。

学生在金职院圈层互助平台上的留言印证了这份担忧。“老师,我的社交圈很窄,基本只能和室友、家人交往。”“我的圈子虽然很多,但是想获得每个圈子的认同很难。”……圈子太小、圈子不同、圈子难融等社交难题频繁被提及。

既然原本的圈子不合适,那就打破它;没有适合的圈子,就重建一个。钱玲所在的商学院WE成长辅导员工作室率先行动起来,于2021年推出“21天心理赋能计划”,通过组建社群,由学生群主带动朋辈互助打卡闯关,完成既定目标。在此基础上,群主还要不定期地组织各类线上线下的交流和分享活动,把群“建好”“建活”,使之成为学生健康社交的重要补充。

既得是能管好群的群主,还得是能帮到人的“赋能团团长”,谁谁来当?商

学院面向全校发出“英雄帖”,招募具备一定技能或在健康生活、学习等方面极为自律,且具备积极品质和良好沟通能力,能妥善处理成员关系、鼓励成员积极向上,并能自行组建二三十人主题打卡群的学生。为了让他们更好更早地建立群秩序、提升影响力,WE成长辅导员工作室的辅导员还会对群主进行领导力、网络素养、社群运营等主题的针对性培训。

“不只是这7天,21天、100天、365天……希望大家都能坚持学习,继续加油吧!”群主在监督打卡之余不忘给大家加油打气。群成员也很感念同行的伙伴和坚持的自己,纷纷留言“如果不是圈里人的鼓励和支持,中途差点就放弃了,想不到自己真的能做到”。尽管目标任务只有21天,但对大多数社群来说,21天只是一个开始。“很多社群一直运营到现在,最长的已经超过1年。”钱玲说,“21天心理赋能计划”不仅要培养学生的好习惯、培育积极心理品质,也要打破圈层固化,让社交圈层流动起来,让人际关系活跃起来。

喜人的变化开始发生。学生小方原来和班上同学关系紧张,由于缺乏现实社交技能,她很难融入当时的圈子。喜欢英语的她通过招募成为群主,每天在群里分享自己的学习心得,也会积极努力解决群成员提出的问题和诉求,渐

渐赢得了大家的信任。在新的圈子里树立了自信、交到了朋友,她整个人都变得开朗了。

“我们关注圈层化现象,不能忽视寝室关系问题,因为在物理空间上,寝室圈层很难被打破。”学生处副处长、心理健康教育咨询中心主任吴一玲介绍,他们接待过的学生中,咨询求助人际关系问题的占比最高,其中尤以寝室关系问题最为突出,占比接近50%。对此,金职院除了在心理健康教育课程体系中增加两个课时的“室友相处之道”,还推出“室友九宫格”,通过一起打卡9件事并拍照纪念、照片上墙,打造积极寝室圈。

如今,“21天心理赋能计划”已经升格为校级活动,还被纳入全校大学生心理健康教育课程实践考核项目。金职院也逐步形成了较完善的积极心理团体辅导课程体系,并围绕“环境一组织一团体心理一课程一评价一社会支持”六大系统组建网络社群,探索“融一破一建一塑”圈层成长路径,构建起大学生圈层成长共同体生态系统。



舌尖上的毕业作品展

5月22日,嘉兴技师学院举行2024届烹饪专业毕业作品展。师生们从清代饮食文献《食宪鸿秘》汲取灵感,尝试复原20道古籍里的经典美食。

(本报通讯员 孟多多 摄)

融会互通 铸魂育人

(上接第1版)

这些年,浙理工充分发挥学校教科研资源优势,以思政学院为载体,帮助各地各校因地制宜开展一体化建设。学校与临平区成立弘临思政学院后,校地共建学术指导委员会,全面实施“大思政”教师培养计划,切实提升思政课教师专业素养。同时,结合区域红色资源,探索研发有临平特色的思政课程。

破除学段壁垒,实现大中小学思政课循序渐进、螺旋上升,正是大中小学思想政治教育一体化建设的题中之义。放眼全省,这样的做法在各地深入推进一体化建设工作的进程中比比皆是。

为推进思政教育有机衔接,温州市打造“大榕树·温思政”品牌,以思政教育联盟为载体,组建10个思政课一体化共同体,由高校牵头、100所以上大中小学参与建设,每学期组织开展集体备课、主题思政课、学习交流、现场研讨会等活动。

台州市构建了大中小学思政课一体化建设发展评价指数,以确保一体化育人成效。这套评价指数分为教师和学校两个方面,面向教师制定了包括教研活动、教学资源等6项一级指标和23项二级指标,面向学校制定了包括组织管理、工作统筹等4项一级指标和10项二级指标。

……

从“分段”到“整体”,从育人主题一以贯之到教学内容纵向衔接,一条贯穿大中小学思想政治教育的完整逻辑链闭环正在形成。

共建共享,打造“大资源”平台

得益于温州商学院提供的“思政菜单”,温州大学城附属学校学生褚宸走进永嘉学派馆、创业教育馆等基地,现场参观、访谈、制作实践作品、撰写实践报告,切身体验温州商人的“四千精神”。“比起在教室里听老师讲道法课,现场研学更有趣。”褚宸说。

东阳中学:学科实践点亮科学之光

保障。近年来,东阳中学持续改善科学教育硬件设施,相继建成了物理、化学、生物、信息创新实验室和创客中心,配备了基础物理、化学、生物等相关的实验设备以及大型激光雕刻机、3D打印机等实验器材,为各类学科实践活动的开展提供了必要的硬件保障。

同时,东阳中学还将组织学科实践活动纳入学校对学科组和学科教师的考核,并在评优评先方面给予一定倾斜。这充分调动了学科组和学科教师的参与积极性。“在组织学科实践活动

时,学科组是活动设计者、统筹者,学科教师是指导者、组织者。”东阳中学校长卢跃龙坦言,学科组、学科教师动起来了,一系列别具特色的学科实践活动就能开展得有声有色。

比赛当天,记者发现,高二年级物理教研组的全体教师还专门组成了评审组。评审组根据学生制作的水火箭的外观情况、飞行高度和距离、创新程度等维度进行现场打分,评出一、二、三等奖,并为学生颁发获奖证书和奖品。有组织、有保障、有评价、有表彰,这样的学科实

践活动自然深受学生喜欢。目前,在东阳中学,每名学生会每学期至少要报名参加6次学科实践活动。

多年实践下来,东阳中学学生的科学思维 and 创新能力也有了明显提升。近年来,学生共申请发明专利4项,获得各类国家级奖励20余项。卢跃龙表示,下一步,东阳中学还将继续探索更多创新形式的学科实践活动,引导学生在实践中感受科学价值,发掘科学兴趣,培养科学精神,全面提高综合素质、科学素养。

记者从省教育厅了解到,今年,我省计划面向各地教育局和大中小学,共同建设浙江省大中小学思政教育一体化建设平台,并将其打造成为一个共商、共建、共享的全省“大思政课”教学资源库。

温州：262名“科技副总”上岗

本报讯(通讯员 林少忠)近日,温州市“科技副总”出征仪式在中国眼谷举行。首批262名“科技副总”奔赴364家企业,帮助企业解决技术难题,提升创新能力,培养创新人才,促进科技成果就地转化,推动新质生产力发展。

“科技副总”是温州市加快打造高水平创新型人才和企业家队伍,推动产学研深度融合的重要路径和载体。根据《温州市深入推进“科技副总”工作三年行动计划》,该市每年从市内外高校、科研院所中遴选一批科研人员到企业担任“科技副总”职务,建立“科技副总”岗位需求库和“科技副总”人才储备库,坚持“立足需求、双向选择、择优选派”的原则,把最合适的“科技副总”派到最需要的企业,鼓励已与企业建立稳定合作关系的高校、科研院所科研人员到企业担任“科技副总”,对企业有意向人选并已与其协商一致的,优先考虑选派“科技副总”。

据了解,自从市委科技创新委员会办公室发布面向全市企业“科技副总”需求征集通知以来,已有364家企业与遴选的“科技副总”实现匹配。为聚焦供需适配,该市还着力搭建了企业需求库、人才储备库,已累计排摸企业有效需求近700项,储备“科技副总”人选400余名。

宁大成立学生志愿消防队

本报讯(通讯员 杨琦 李一杰)最近,宁波大学学生志愿消防队在该校梅山校区成立。20名学生成为第一批成员。

据悉,学生消防队的主要任务:一是宣传消防知识,配合或组织校内外的消防演练,助力全民关注消防工作,掌握“三懂三会”等消防知识和技能;二是参与校园消防巡逻,能及时发现火警、报警和引导逃生、救灾,成为保障校园安全的重要有生力量。

未来,大学生志愿消防队将进一步扩大培训范围,增加更多的火灾应对培训课程,提高学生的应急处理能力,帮助学生掌握先进技术,如智能消防系统、无人机巡查等,提升志愿消防队的应对能力。除此之外,队员们还将参与社区消防宣传、义务消防队培训等活动,扩大消防队的社会影响力。

杭州余杭区推出心理服务菜单

本报讯(通讯员 王岚 罗晨初)日前,杭州市余杭区第三届心理健康教育活动月启动仪式上,区教育局发布一份心理服务菜单,涵盖圈层式预警联动、场域协同育人、学生成长守护、心育教师培养等四大类别的12项内容。

以圈层式预警联动为例,区教育局将联动区卫健局、团区委、妇联等部门,以多方协同的方式为区内学校打造一支包含校际联盟、专家校园服务、高校协作等在内的心理服务团队。针对场域协同育人行动,区教育局明确了包括“保证小学段每月不少于2节、中学段每周不少于1节心理活动课”“依托软件技术端、心理设备系统及高校资源,创设虚拟情感支持空间”等多项内容,以期全方位、立体化地为青少年儿童打造丰富多彩、高效实用的心理教育活动空间。

为进一步拓宽心理健康教育渠道,依托余杭区心理成长中心平台开发的小程序将于5月底上线。据悉,该小程序包含预约咨询、拨打热线、活动报名、中心动态、亲子课堂、心理科普、趣味测试、个人中心等八大板块。



5月25日,杭州市上城区举行2024年学前教育宣传月暨第二届幼儿园福娃节启动仪式。图为活动当天,福娃和家长们沿途打卡科学教育体验点。

(本报通讯员 周新杰 摄)