

# 科教新报

## 教育部多措并举推进特殊教育普惠融合

►► 03版 要闻



### 趣味释压 轻松迎考

5月18日,麻阳苗族自治县民族中学开展高考心理减压活动。高三学生通过参加徒手抓鱼、凝心拔河等趣味项目释放压力,以更好状态迎接高考。  
滕树明 摄影报道

2026年5月  
20

星期三  
丙午年四月初四  
(今日16版)

2026年第20期  
总第2623期  
总编辑:瞿德潘

湖南日报报业集团主管  
华声在线股份有限公司主办、出版  
国内统一连续出版物号CN 43-0044  
邮发代号41-8  
新闻热线0731-84326428  
http://epaper.voc.com.cn/kjxb/



扫码投稿  
新湖南·湘学频道  
问记者

## 攸县心理健康教育的“四件事”

——从2026年活动月看一个县域的心育探索

科教新报全媒体记者 彭静 通讯员 李晓岚

暖春四月,攸县春联学校的心理健康课堂上,教师正引导学生以角色扮演的形式,演绎“遭遇好朋友误会如何沟通化解”的场景。一名男孩挠着头,结结巴巴地说出第一句道歉的话,台下同学立刻鼓起掌来:“加油,你可以的。”

这是攸县2026年中小学心理健康活动月课堂比赛决赛的一幕。今年春季开学以来,以“培育积极心态、守护心灵成长、赋能幸福人生”为主题的心理健康系列活动在攸县城乡各学校全面展开。

活动月的火热开展,背后是攸县一套打磨多年、环环相扣的县域

心育“组合拳”:投入300余万元,建成66所学校的标准化心理辅导室,配齐193名专兼职心理教师,完成2000多名班主任轮训。这套“组合拳”,集中体现在四件事上。

**让课堂“活”起来:心育从“边缘”回到“中心”**

过去,不少学校的心理健康教育课形同虚设,要么被文化课挤占,要么沦为单向说教的课堂。攸县要解决的第一个问题,就是让心理健康教育课真正“进课表、进课堂、进人心”。

4月9日至10日,攸县东北街小学、春联学校变身全县心理教师的“练

兵场”。来自34所学校的43名心理教师历经初赛,21人站上决赛讲台。

“大家把最近最困扰的一件事画下来,我们一起把烦恼‘撕碎’好不好?”春联学校心理教师刘慧带着五年级学生玩“情绪粉碎机”。起初,孩子们有些拘谨,当第一张画着“考试没考好”的纸张被用力撕开时,课堂瞬间沸腾了。一张张承载烦恼的纸条在笑声中飘落,孩子们脸上露出了轻松的笑容。

(下转07版)

教育强省调研行

主办单位:科教新报·新湖南·湘学·《放学后》杂志

### 为您导读

02版 师说

从“分数优先”  
到“健康第一”

08版 心理周刊

科学引导,  
破解作业分心困境

16版 关注

推开门就是  
红色教育课

教育  
咨询



@全省幼儿家长,湖南省  
教育厅给您写了一封信

近日,省教育厅发布《致全省幼儿家长的一封信》,倡议家长主动放下手机、亲近自然,用陪伴温暖童心,共同守护数字时代健康阳光的美好童年。

少年  
心事



孩子宁信AI  
不信父母怎么办

孩子所有的小秘密、委屈、心事,宁肯告诉一个机器也不告诉你,深层原因是青少年在现实人际关系中长期情感缺失后的补偿性行为。当家庭沟通和现实交流缺乏共情与肯定,AI的“无条件接纳”就成了替代品。

字有  
道理



为啥是喝“西北风”

我国古代政权多集中于西北和中原地区,因此这里的经济水平和文化程度更高。而从这些地区再往西北,在当时大多为贫瘠之地。因此,用喝“西北风”来形容吃不饱也就在情理之中了。