心光为炬 护佑少年向阳生长

——郴州苏仙中学全员育心的实践答卷

科教新报全媒体记者 黄帝子

“原来,每天都可以有一点小进步,每天都可以有一点小快乐。”在苏仙中学心理社团“心灵驿站”,初二女生小雨在记录本上写下这样一句话。曾经的她情绪低落、社交回避,一心只想玩手机,家庭内部教育理念冲突不断,被列为一级心理预警学生。经过精准护心志愿者李飞老师持续数月陪伴干预,调解家庭矛盾,借助社团活动唤醒内在力量,小雨慢慢走出封闭状态,主动参与社团拓印活动,课堂状态明显改善,家庭矛盾大幅减少。小雨的破茧成长,正是郴州苏仙中学深耕心理健康教育的鲜活注脚。

苏仙中学现有学生4000余名,按照国家配比标准应配备4名专职心理教师,但多年来学校仅有专职心理教师2名,师资缺口大,曾是制约学校心育发展的现实难题。面对困境,学校没有坐等外部补给,而是确立“专职不足,全员来补”的思路,打破心理教育“少数专职教师独舞”的困局,构建“人人都是心育工作者”的全员育心格局,走出了一条心理健康教育特色之路。

建强队伍、完善制度,是筑牢心育工作的根基。学校跨学科招募了28名语文、数学、美术、音乐等学科教师,组建成30人的“精准护心志愿者团队”。为破解“干多干少一个样”的痛点,学校通过教代会审议,建立工作量认定与考核激励制度,实行一年一聘、考核聘任,从制度层面稳定队伍。同时常态化开展危机识别、倾听沟通、家校协同、伦理规范等专题培训,推动学科教师转型为“护心使者”。学校还推行“521标准化帮扶”模式,每名志愿者对接2名一级预警学生,每学期做好至少5次辅导记录,落实“一生一策”个性化辅导计划,让心理帮扶可量化、可追溯。


校园鸟瞰图


校内足球赛

经过不断打磨和优化,苏仙中学迅速培育出特色心育模式:“五早四维”危机预警干预闭环,做到早发现、早报告、早评估、早干预、早转介,兼顾课堂普及、团体活动、个体辅导、家校医协同四大维度。日常大课间、文体活动时段,心理辅导室固定值班开放;心理社团定期开展主题活动;借助心理测评软件,每学期完成全校四千余名学生、两百余名教职工心理普查,建立动态电子心理档案,实现数据驱动精准预警,并及时进行干预。

在上一次普查中,学校就发现七年级学生小A因多次转学经历,面对初中新环境产生强烈适应焦虑,害怕走进教室,总觉得同学在议论自己,苏仙中学心理团队教师立刻对其开展了5次一对一的心理辅导。心理辅导室柔和的灯光下,小A积压在心底的焦虑、委屈得以慢慢流淌释放。通过一点点疏导、一步步练习,加上老师教授的社交与情绪调节技巧,并联动家庭给予情感支持,小A慢慢找回属于少年的松弛与自信,从容地融入初中集体生活。

全员育心结硕果,苏仙中学交出了漂亮的答卷。自2024年12月机制落地以来,学校累计完成64名一级预警学生一对一陪伴帮扶,完成个体辅导216人次,妥善处置6起心理危机,有效防范极端事件发生。教师团队在市、区心理健康各类教学竞赛中斩获多项一二等奖;学校2022年获评郴州市首批心理健康教育特色学校,相关育人故事被新湖南等媒体报道。近两年来,心育团队接待来访者超500人次,近五年开展“525”大型心育活动超过10次,受益学生、教师达20000人次。

苏仙中学心理健康教育工作室还发挥区域引领作用,多次送教下乡,覆盖苏仙区各中小学。目前已培养家庭教育讲师9名,为苏仙区中小学家长学校提供精品课30节,受益家长达10000人,辐射服务区域内30所学校。

从2名专职心理教师到30人的心育团队,从师资短板到形成可复制推广的“苏仙方案”,苏仙中学用制度破局、全员赋能、精准干预、家校协同,把心理健康教育融入校园每一处角落。

苏仙中学党总支书记、校长赵抗冰表示:“心理健康是学生成长成才的基石。一名学生背后连着一个家庭,我们既要做好危机干预,更要做好前置预防。未来,苏仙中学将继续完善全员心育机制,以心光为炬,让每一名学生都能向阳成长。”

(本文图片均由通讯员提供)

