

多措并举 立体战“疫”

无锡织密青少年心理防护网

新冠肺炎疫情的发生让整个社会陷入不安的情绪,影响了人们的社会心理健康。为应对新冠肺炎疫情,无锡市教育局积极行动起来,勇担教育责任,在“停课不停学”同时,用“心”战“疫”,加强多方防控,做好心理援助,科学规范开展与疫情相关心理防护,为中小學生构建防护屏障。

整合心理专业资源 提供心理咨询服务

为了积极应对疫情压力,将疫情给师生带来的负面影响降低到最低,无锡市教育局依托市教科院于1月30日搭建起线上线下全网贯通的心理咨询平台,开通市、区两级26条“新冠疫情心理援助热线”和40个线上咨询通

道,整合高校危机干预专家、学校专职心理健康教育教师、学校家庭教育指导教师、社会心理咨询专业人员等组成心理干预工作组,利用网络优势为广大师生以及社会人员提供心理咨询服务。截至4月9日,心理咨询网络访问

数12032次,拨打电话按钮点击753次,接听心理援助热线咨询227次。通过网络,市教育局对因疫情产生恐慌、焦虑等情绪的师生进行心理疏导,为因疫情引发负面情绪的师生提供心理支持和帮助。

开设心育云课堂 研发心理健康课程

无锡市教育局组织研发从小学到高中全学段的疫情心理健康教育课程,实施线上抗疫心理疏导课。针对疫情背景下的“焦虑、恐慌情绪”“宅家亲子矛盾冲突”“自主学习管理”等问题,市教育局组织无锡市中小学心理名师,结合不同年龄段学生

的心理需求和认知规律,研发27节“小锡老师和您有约”心育课程,课程内容包含理解生命、认识自我、合理交往、调控情绪、心理调适等内容,在开学前后滚动播放,为学生和家长防疫抗疫提供心理支持服务。此外,我市在“锡慧在线”录制心理健康专题

课36节,引导学生对可能出现的认知、情绪、行为、躯体上应激作出科学应对。市教育局组织德育、心理专业师资队伍以“认识疫情、敬畏生命、做好防护”为主题,录制9个学段的“开学第一课”,利用班团活动课,宣传心理防护知识和技能。

发放心理防护手册 增强学生心理免疫力

无锡市教育局制定和发放心理防护手册,促进心理知识科普全方位,引导学生戴好“心理口罩”,增强疫情防控期间学生“心理免疫力”。市教育局先后组织编写了《新型冠状病毒肺炎疫

防控期间无锡市中小學生及家长心理防护指导手册》《轻松重返校园——无锡市中小学2020年春季学期开学心理防护指导手册》,以电子版方式推送给全市中小学。我市多渠道、多形式、多手段

加强在春季开学前的宣传教育,通过制作美篇、录制视频,普及疫情心理防护知识,全面指导學生从心理上做好开学准备,以良好的心态和积极的精神面貌投入到学习生活之中。

开设家庭专题讲座 提升家长科学育儿能力

由于疫情带来的种种影响,家长和孩子之间难免出现矛盾和冲突,一些家长因为缺乏家庭教育的科学观念与方法,在矛盾面前常常感到力不从心。市教育局依托网上家庭教育课堂,围绕情绪、生活、

学习等多方面,指导家长注重家庭环境构建,建立良好亲子关系和亲子沟通,提升家长科学育儿能力。同时,市教育局丰富家庭教育宣传途径,通过无锡教育官微、家长QQ群等多种载体,及时引导家长

关注自身情绪管理,维持稳定的情绪,减缓焦虑,为孩子提供情感支持。截至目前,《无锡网上家长学堂》《心动力·亲子公益课堂》为锡城家长开设了30多节专题讲座,参与人数达107万人次。

做好开学心理预警 将问题解决在萌芽状态

高度重视开学后新冠肺炎疫情对师生心理健康的影响,我市发布中小学心理危机预警工作通知,从上至下建立“市—区—校”心理咨询三级服务和干预体系,针对性地做好心理疏导和危机干预工作。市教育局指导学校制订“一校一案”心理危机预警工作方案,全面掌握有心理援助需求的学生及

家长信息,提供校内和校外专业心理咨询服务热线,给予心理支援,特别是对于常态下需要特殊关照的学生进行不留痕的积极关注与关心,将问题解决在萌芽状态。我市组织心理教育专家以线上视频和线下互动等方式,对教师和班主任进行心理健康教育培训和指导,通过短平快的方式提高开学后教师

应对心理问题的水平和专业能力。市教育局重视学校整体心理环境创设,开展心理健康专题教育,开设心理健康教育课,实施心理团体辅导,开放心理咨询室,接受学生和家长的当面咨询,切实做到对学生心理危机早期预防、早期发现、早期诊断、早期应对,切实帮助师生尽快调整好状态。(周丹)



多彩“云”课堂让德育更走心

近日,无锡市高中及以上學生集中在线上收看了“无锡教育思政E课堂”推出的首节思政课。这节课的主讲人是人气颇高的江南大学思政课教师唐忠宝,他以幽默丰富的语言阐述了何为“疫情防控中的大国自信和青年担当”,短短30分钟的线上课堂,吸引了28.3万人次观看。

疫情发生后,如何上好德育课一直是无锡教育人关注的重点。为此,该市充分发挥“校、县、市”三级教育系统的能动作用,利用已有的线上平台,为全市學生奉上丰盛的德育大餐。“我们先后在无锡教育微信号上开通了‘云德育’和‘锡慧在线’栏目,前者整合各地各校优质在线德育课程;后者则陆续推出包括思政课、德育课、心育课、劳动生活指导课在内的近200节线上课程。”无锡市教育局德育处处长季敏霞说。

各区的德育课程都有独特之处。在锡山区,亮点颇多的栏目设置成为该区“云德育”的一大特色:“红宝战‘疫’说”从學生视角出发,宣传科学防疫知识和战疫先锋人物事迹;“战‘疫’心课”发挥心理健康教师作用,引导學生正确对待疫情;“红辅故事‘荟’”则发挥德育骨干教师的力量,通过讲故事的形式在學生心中播下责任担当的种子。

梁溪区的线上德育课程分为小学、初中两个学段,分别由五爱教育集团、扬名教育集团等4个教育集团的德育团队担纲编写。扬名教育集团副校长严青告诉记者,她所在的集团核心校——扬名中心小学成立了一个由10名教师组成的德育小组,“根据小學生的个性特点,我们的课程采用歌曲、故事、美文赏析、小贴士等多种形式,向全市學生推送。”

学校层面的线上德育课程同样精彩纷呈。自2月10日线上教学启动以后,无锡市堰桥初级中学初二(5)班班主任胡文珠就带领着學生一起撰写班级日记。每天由一个學生作为“主笔”,撰写自己在战“疫”期间的所思所感,班主任再附上评语,转发到班级群里。令胡文珠没有想到的是,孩子们的日记也引起了家长的兴趣,他们纷纷在日记后面附上自己的感言。

做好线上线下的课程衔接也是目前季敏霞的重点工作,“无锡教育思政E课堂”开播成了一个良好开端。无锡“云德育”将调整推送时间,作为线下教学的补充在周末推出。此外,无锡市教育局还将组织骨干德育师资录制更多的线上德育资源,以弥补个别地区及学校德育课程的薄弱,推动全市整体德育优质均衡发展。

链接

◆江苏省南菁高级中学张池菲:思政课好似为我们打了一支强心剂。作为正在成长起来的新一代青年,我们能做的还有很多,在努力学习的同时,也应做到“风声雨声读书声,声声入耳;家事国事天下事,事事关心”。新时代青年应当用蓬勃的朝气与诚挚的爱国热情担负起自己的责任。

◆无锡市第六高级中学卢淑婷:突如其来的新冠肺炎疫情让每个人措手不及,国家在第一时间采取了措施,一批又一批的医护人员驰援武汉,其中不少青年人坚守在一线,显现出他们该有的担当,这是伟大的爱国精

神,我打心底感到骄傲。

◆无锡市市北高级中学陈梦怡:战“疫”先锋们奋勇向前,扛起了一线的重任!太多太多催人泪下的事件无不彰显着日益强大的中国定能凝心聚力,战胜疫情。

◆无锡市第三高级中学王琳:“士不可以不弘毅,任重而道远”——国家的前途、民族的命运、人民的幸福,是当代中国青年的必然担当。我们要把个人的成长与国家的发展紧密联系在一起,担负起爱国家的责任和义务。

◆江南大学张洁:在这次战“疫”中,我们看到了昔日被

保护的90后、00后成了可以保护大家的战士,他们学着前辈的样子,穿上战袍,做勇敢的逆行者、国家的守卫者。在疫情期间,作为当代大学生,我们要严格自律,不断充实和提升自己,为成为社会主义合格建设者和可靠接班人而努力。

◆江苏省太湖高级中学陈怡:面对新冠肺炎疫情,中国所体现的大国担当与人们的热血付出,都是推动战“疫”走向成功的重要因素,我感受到了当代中国与中国青年人的强大力量。

(素馨)

