

走进学生心里,做他们信任的朋友

我为梁师



每周五下午社团活动时间,无锡市夹城里中心小学心理社团的孩子们会走进“开心吧”,在该校心理老师顾卫红和党员教师的指导下开展各类心理辅导活动。“在课堂上我一直关注学生的行为表现,也常常思考有些孩子调皮捣蛋背后的原因。”为了更好地了解不同年龄段孩子的身心特点,支持他们的成长发展,顾卫红在上世纪末开始系统学习心理健康教育相关知识。她先后在华东师范大学、北京师范大学、苏州大学等高校参加心理学理论知识的短期进修。

2015年到夹城里中心小学任教后,顾卫红教授道德与法治并兼任心理老师,同时她也是无锡市第一批心理健康辅导师、无锡市梁溪区心理健康中心组成员、感觉统合训练师、无锡市融合教育实践老师。教学过程中,她努力改进课堂教学,不断探索出适合不同年龄段小学生的行之有效的心理健康教学模式。



“开心吧”,陪伴学生收获专注力、成就感

2015年9月,夹城里小学开设了学生心理社团“开心吧”,同时顾卫红建立了学校的心理咨询室、感觉统合训练室。全校学生可以自主报名,参与“开心吧”的各项活动。“开心吧”门口还设有一个“顾老师信箱”,有学生面对生活中遇到的问题,有时候会写个纸条向顾卫红倾诉。收到“来信”后,顾卫红会将自己的建议写成“回信”交给学生。“如今,学校里不论学生还是老师,都知道可以去找顾老师聊天,顾老师会耐心地分析,帮他们缓解心中的压力。”夹城里小学副校长赵国强说。

为了帮助严重感觉统合失调的学生小文,顾卫红用跳绳的方式训练他的协调性。她先让小文双手拿着

两条绳同步甩动,能够熟练掌握后再换成一条绳,将动作分解开来一步步练习。她说:“每一个孩子都需要肯定,看到他进步的时候需要及时地给予正向激励。像小文这个孩子,他就特别喜欢玩玻璃弹珠,我会和他约定如果能跳完多少下,就陪他玩一会儿玻璃弹珠。”小文在顾卫红的陪伴下,从一年级刚入学时的手脚不协调,到后来能跳一下,三年级时已能连贯地跳二十多下。“顾老师身上这份耐心和坚持,影响着周围的老师们。我们遇到一些学生心理方面的问题,会主动向顾老师请教,寻找更好的和学生相处沟通的方式。”该校德育主任周敏艳说。

在顾卫红的建议下,心理社团还

引入了多种感觉统合训练项目。“抛接球项目,主要是训练学生手眼间的协调能力。”顾卫红告诉记者,这样的训练可以有效地提升学生的专注力,促进身体均衡发展。偶然间顾卫红在网上看到了竞技叠杯,觉得这个项目很适合引入心理社团。她先自己学习掌握了叠杯的方法后,再尝试在社团活动时和学生一起“玩”。“我发现孩子们对这个项目非常感兴趣,练习的时候也特别专注、特别投入。”顾卫红说。2020年,心理社团的8名成员在顾卫红带领下参加了WSSA2021上海夏季竞技叠杯运动公开赛,取得了优异的成绩。“叠杯有很多种不同的玩法,比如单人项目有3-3-3、3-6-3,还有

花式循环,经过配合训练我们还可以进行接力赛、表演双人花式循环。在练习和比赛中,我认识了新朋友,也收获了满满的成就感。”六年级学生杨宸这样说道。因为叠杯广受欢迎,现已在夹城里小学二年级、五年级全面推广,在课外活动、延时服务中发挥了重要的作用,成为丰富课余生活、调节学生身心、开发潜能的有效方式。此外,顾卫红还经常参与校外的心理志愿服务,关注不同年龄未成年人的心理健康。

“作为心理老师,我们首先要尊重孩子,才能真正走进他们心里,了解他们话语背后隐藏的想法。同时我们要平等对待他们,这样才会成为学生信任的朋友。”顾卫红说。

第三届“用英语讲中国故事”活动在锡举行

5月14日,第三届“用英语讲中国故事”活动区域阶段——华东1区(无锡分会场)在锡收官。经过前面几轮激烈角逐,活动共吸引来自无锡市中小学的200余名选手参与。据悉,本次活动从演讲结构、问答临场发挥、措辞、表现技巧、英语语言能力等多个方面综合考察选手实力。在现场,选手们分主题演讲、现场问答、戏剧独白表演或中华才艺展示3个环节展现自己。

据了解,自2020年起,活动已举办了三届,吸引了海内外56

万青少年报名参与。第三届活动共设小学低年级组、小学高年级组、初中组等7个组别,报名参与人数达到26万人,其中来华留学生遍及全球121个国家和地区。

“用英语讲中国故事”活动面向广大青少年,通过一种新鲜的视角,将耳熟能详的故事用英语表述出来,由此引导大家跳出自己惯常的模式和理解方式,重新认识和理解中国传统文化,从而成为中国故事真正的讲述者和传承者。

(崔佳)



“土壤学堂”,为家长开出一张张“心灵处方”

家长是孩子的第一任老师,为了更好地给学生心理成长保驾护航,顾卫红经常组织开展不同年段的“家长沙龙”,为学生及其家庭排忧解难。“前期会给家长做问卷调查,经过筛选后请低中高不同年段学生的家长来学校参与沙龙,这样可以更有针对性地和他们沟通。”顾卫红表示,遇到有需要个别咨询的家长也会单独约时间详细交流。

随着学生心理问题的低龄化倾向,需要学校提供更多专业的指导。面对个别有行为偏差的“小豆荚”,顾卫红和“开心吧”的党员老师坚持逐一上门家访,直接与结对学生家长“零距离”交流,并组织同类型家庭召开小型家长会,答疑解惑,达成教育共识。

学生小曹从上学开始就表现出与同龄孩子不太一样的特征,在学校不听老师的话,上课随意和同学聊天,经常拖拉作业。老师和家长多次教育他,几乎没有起到什么效果。顾卫红知道后,主动提出与他结对,全方位地关注、关心他,让他走进“开心吧”,在教室之外找到一个心灵的栖息地。“通过家访,我了解到小曹从小生活在爷爷奶奶家,爸爸是开长途车的,无暇顾及他的学习生活。爷爷奶奶则有些溺爱,在学习上对他有些放任。小曹告诉

我,自己学习不好,每次做作业压力都很大,怕做不完被爸爸打骂,挨老师的批评。”

了解了具体情况后,顾卫红开出了一张针对性很强的“家庭处方”:首先要求小曹的爸爸改变教育方法,不要对孩子求全责备,要及时表扬孩子的每一点进步;其次要求家长挤出时间来陪伴孩子,关注孩子的学习状况;再者要求爷爷奶奶不要无原则地满足孩子提出的要求。小曹一家依据这张“处方”执行了一段时间后,小曹逐渐变得阳光开朗起来,现在在“开心吧”里经常能看到他专注参与活动的身影。

“小豆荚”的健康成长离不开家庭这片土壤,为此夹城里小学还面向家长开设了关于家庭教育的“土壤学堂”。在“土壤学堂”里顾卫红老师向家长提出了“每天陪伴1小时,每周主动与孩子交流2次,每年开展4次亲子活动”这三方面的目标,并告诉家长,要进行每年一次的“家长资格认证”,认证人为家长和学生本人。“通过每日陪伴记录、理论学习、阅读提升、亲子活动、实践体验等家庭教育课程,这些目标很好地帮助家长构建了正确科学的育儿观,并完善、丰富了家庭教育的内涵。”周敏艳说。

(徐婕妤)