

倾听心语 守护成长

——记漯河五高心理健康教师闫无非

■文/图 本报记者 杨旭
她是老师,也像妈妈,更像是学生的“心灵导师”。从教二十余年,她坚守心理健康教育一线,开发了《愉快接纳别人》《开启生涯之旅》等校本课程,致力培养青少年积极向上的心理品质。她就是漯河五高心理健康教师闫无非。

闫无非全面负责学校心理健康教育,每学期带一个年级的心理团体活动是她的日常工作之一。闫无非经常组织开展形式多样的心理团体活动,如心理专题讲座、心理游园会、心理知识辩论赛等,普及心理健康知识,及时化解部分学生困惑,愉悦学生的身心,从而预防学生心理问题的发生。

对待学生的诉求,无论何时,闫无非总能及时回应。一天晚上10点,一名有自残行为的学生通过学校线上心理辅导系统联系了闫无非。在交谈中,闫无非深入了解了这名学



生的成长经历。应学生要求,闫无非制订了心理辅导和行为训练方案,每周进行一次线上辅导。经过几次辅导后,该学生的状况明显好转,没有再发生自残行为。

心理健康教育的内容具有针对性、多样性和实用性。2004年,漯河五高成立心理辅导中心。为了胜任心理健康教育这份工作,闫无非边工作边学习。2008年至2018年,她先后到北

京师范大学、清华大学深造,不断增强业务能力。作为一名共产党员,闫无非围绕德、智、体、美、劳融合统领课程育人目标,将大思政理念贯穿到心理健康教育全过程,把知识传授、能力培养与思想政治教育紧密结合,提高学生理想信念、人生价值、生命意义、豁达胸怀、高尚情操的认识。

闫无非还带领团队攻坚克难,主动探索建立学生分层实施心理干预机制。根据心理测评和多方访谈结果,她对纳入心理危机预警库的学生按照严重程度分别采取三级干预措施,建立动态心理档案——对有一般心理危机的学生,联合班主任通过一定的心理支持与辅导,基本上能正常学习和生活;对有严重心理危机的学生,经过学校心理评估小组的评估,认为其存在严重心理问题的可能后,及时联系家长到校进行沟通;对有严重心理障碍或精神分裂症并已确诊及自杀未遂或有自杀倾

向的学生高度关注,及时采取针对性更强的干预措施。

2017年,闫无非被市妇联聘为家庭教育讲师。她多次到舞阳、郾城等地参加志愿服务活动,用专业知识为迷茫中的孩子解决心理问题。多年来,她还在学校、社区、乡镇举办心理健康知识公益讲座二十余场。闫无非带领的漯河五高心理辅导中心先后获得“漯河市优秀巾帼志愿服务集体”“漯河市最美巾帼文明岗”等荣誉。她本人也被评为漯河市文明创建优秀教师志愿者、漯河市家庭教育优秀讲师。她讲授的《愉快接纳别人》《开启生涯之旅》等课程获得市一等奖,编导的心理剧《镜面人生》《恰似阳光遇暖阳》获得省一等奖。

“在学生出现心理问题前,如果有心理健康老师和他们并肩前行,随时给予帮助,他们会更有力量面对生活的挑战。我愿意像一束光,照亮学生前行的路。”闫无非说。

教师随笔

■王广玲
中小学班主任既教课又管理班级,工作很忙,每学期对所有学生都家访一遍确实很难。说心里话,每次家访,我总是重点关注班里的学优生和学困生,最后才是中等生。

周五放学后,当我在班级内公布了本周家访名单后,中等生小红的脸上满是失望的表情。

放学后,她悄悄地来办公室找我,试探着说:“老师,您也去我家家访吧!”我听后没有多想,只是随口答道:“好呀,那就下次吧!”可是,小红得到

把爱献给每个学生

我的回答后没有马上离开办公室,仍用恳求的目光看着我。我意识到小红可能有心事,就蹲下来问:“你想让老师什么时候去你家?”她答:“我想让您这个周末就去。”望着这个默默无闻的女孩子那双明亮的大眼睛,我感到了她满满的期待。“好吧。”我答应了。

第二天,我重新规划了家访路线和时间。通过与小红的深度交流,我对她了解得更全面了,也看到了她在学校外的另一面。从此,我们的关系更亲密了。

事后,我思考了很多。每个

学生都是班级中的一员,教师应该家访每个班级成员。这涉及教师是否在践行平等、公正的教育原则。“老师也去我家吧。”这个“也”字道出了多少学生心中的渴望呀。班主任必须思考:家访的目的是什么?家访谁?怎样家访?教育的目的是什么?好老师的标准是什么?

那些“小太阳”固然令人喜爱,但我们更要把特别的爱献给那些被忽视的“小星星”,用爱的眼光发现他们身上的潜能,让他们也变得“亮晶晶”的。我们要多些耐心,用多把尺子来衡量

学生,善于发掘每名学生身上的闪光点,并且因材施教;我们要把爱献给每个学生,让每片云彩都下雨,让每朵花都有盛开的机会。

教师要善于倾听。小红期待得到教师的关注,就找到了我,并说出了自己的请求。尽管那个声音弱弱的,但是我听出了她的渴望。每个人心中都有获得他人认可的需求,特别是表面文静而内心波涛汹涌的学生。从进化心理学的角度理解,这种需求是一个人对群体归属的追求、对被群体抛弃的

恐惧。马斯洛的需求层次理论中,尊重的需求就很好地说明了人们对于群体认可的需求。

教师关注的眼神如柔柔的春风温暖着学生的心灵,能够在学生心中激起感情的涟漪。有时也许是教师一个期待的眼神、一个会心的微笑,即使“无声”也会带来“胜有声”的效果。情感的弦需要轻轻地拨。学生的家庭情况不同,性格特点有差异,但他们对爱和归属感的需求是一样的。他们不仅需要别人的爱,而且要学会爱别人,把自己的爱分享给别人。接纳、理解、尊重和沟通是学生的内心需求,我们要研究、要倾听,进而帮助他们变得更优秀。

有一种眼神叫期待,那是中等生内心对公平教育的最大渴望。

父母宝典

忍不住想吼孩子的时候怎么办

就事论事 不要否定孩子的价值

当孩子犯错的时候,我们要区分对待,不能因为孩子犯了一个错误而去否定他的价值、羞辱他的自尊心。假如孩子主动去欺负人、打人,我们千万不要跟孩子吼:“你干嘛打人?你脑子是不是有病啊?”

我们可以告诉孩子:“你做的这件事情是不对的,因为会伤害到别人。”人格尊严不仅不能让孩子知道错在哪里,还会伤害孩子的自尊,让孩子变得自卑或暴力。

不要威胁孩子 爱是教育的前提

“你再这样我就不爱你了!”这句话相信很多父母都说过,也是很多父母常用的教育手段。其实,威胁不能使孩子内心真正信服,可能还会破坏孩子的安全感,让孩子觉得“爸爸妈妈不爱我了”。久而久之,孩子反而会变得胆小怯懦,做什么都小心翼翼。所以

在纠正孩子的错误行为时,一定要以给予孩子足够的爱和安全感为前提。你可以跟孩子说:“妈妈爱你,而妈妈很生气是因为你做了会伤害到别人的事,这是不对的。”当孩子确定你生气也是爱他的,他才有勇气面对错误、接受批评。

不要想当然地指责 给孩子解释的机会

有时候孩子的“错”并不是有意为之,可能是一时疏忽,比如不小心碰倒了东西;可能是能力不足,比如力气不够,东西拿不稳掉地上了;也可能只是想引起父母的注意,比如孩子想跟你说话而你却忽略了他。我们可以先问问孩子:“你能不能告诉妈妈,你这样做是什么原因?”耐心听听孩子的解释,了解前因后果,避免冤枉孩子。弄清楚事情原委,了解孩子真正的想法,才能让批评教育更有针对性。作为父母,不仅要教育孩子如何成长,更要教会他们如何面对和处理生活中的各种事情。

谷雨妈妈

漯河实验高中举办 党员干部素质能力提升培训班



7月8日至15日,漯河实验高中举办2024年党员干部素质能力提升培训班,重温红色历史,系统学习党的纪律,加强党性修养。

培训期间举办了3场课堂专

题讲座。学员们深入学习了南水北调精神、习近平总书记关于党的建设的重要思想以及新修订的《中国共产党纪律处分条例》。

大家还前往彭雪枫将军纪念馆、南水北调中线工程展览馆、

内乡县衙、花洲书院、“编外雷锋团”红色教育基地等参观学习,共同追寻先贤精神足迹,追忆革命先辈的红色岁月,进一步领悟南水北调精神内涵。

董亚辉



7月12日上午,市政协教科卫体委主任杨利红一行13人走进市实验小学,开展第五期“书香漯河·委员伴读”活动。

李娜娜 摄

习作园地

音符“1”的旅行

■郾城区实验小学 三(6)班 林园果

“1234567”是7个小音符。它们组合在一起不仅能演奏出美妙的乐曲,还经常参加全国各地的演奏比赛,获得过很多奖项。放暑假了,看着身边的小朋友一个接一个地在父母的陪同下开心地旅行去了,“1”心想:世界这么大,我也去看看。于是它偷偷离开了6个小伙伴,来了一场说走就走的旅行。

刚到森林里,它就听到了一阵悦耳的演奏声。循声而去,原来是森林里正在举行一年一度的演奏比赛。它来到现场时,小猴正在全神贯注地演奏《大香蕉》,优美动听的乐曲在森林里回荡。“1”听得入了迷,心想我曾获得过很多荣誉,去参加演奏比赛说不定能拿冠军呢!于是它便来到了主持人狮子的身边,要求参加比赛。狮子拿起话筒大声说:“下面有请我们的新朋

友‘1’带来的《上春山》。”狮子话音刚落,“1”就开始深情地演奏。“1”“1”“1”“1”……还没演奏一会儿,下面就骚动起来。小羊说:“这是什么曲子?就一个音,难听死了!”山雀说:“快让他停吧,听得我想吐……”老虎也大吼一声:“哪来的怪物?别在这发出噪音了,赶快走吧!”

“1”红着脸,愣在了那里。“大家为什么会这么说?有这么难听吗?以前我和其他6个小伙伴一起演奏还获得过国际大奖呢!”“1”纳闷地说。这时,百灵鸟走了过来,问了“1”的情况后,笑着拍了拍“1”的肩膀说:“你和其他6个小伙伴不能分开。只有你们7个在一起才能演奏出优美动听的旋律。你赶快回去吧,估计你的小伙伴正着急地找你呢。”

“1”听了百灵鸟的话,赶紧又回到了小伙伴的身边。

指导老师:赵灵歌

本版组稿:高杰 曹华

教育监督热线

13303958277 13503959800

微信公众平台



- ◆政策信息
- ◆教育视窗
- ◆投诉建议
- ◆违规举报



警惕暑期新风险

暑期已至,经过一学期紧张学习的孩子们开始享受快乐假期。但暑期“快乐放松时光”往往是“意外高发时段”。家庭、学校、社会要多方紧密联手,为孩子们织好安全网、绑牢“安全带”。

孩子在社交领域面临新的安全风险。通过交友软件结交网友来一场说走就走的旅行、与志同道合的“驴友”一起探秘小众“野景区”、参加一场刺激的主题聚会……这些对涉世不深的青少年充满了诱惑,也可能使孩子在这些活动中遭受侵害。家长必须高度警惕、清晰判断,有效应对。

新华社发