



# 五育并举 赋能“心”成长

## ——我市心理健康教育开启新征程

本报记者 周娟

### 郑东新区 筑牢心育“主阵地”

作为河南省心理健康教育示范区,郑东新区在努力实现教育国际化、现代化、均衡化的背景之下,高度重视心理健康教育,经过多年的努力,心理健康教育工作取得了积极成效。

#### 汇聚工作合力

郑东新区积极构建“一体两翼六举措”的区域心理健康教育模式,即全员全程全方位一体化开展心理健康教育,基础教育和基础教育教研教学教研双线指导,系统性开展专业化教师队伍建设,坚持多样化宣传普及,开发系统化课程资源,进行差异化心理辅导,开展精准化危机干预,形成多元化环境育人。成立中小学心理健康教育专家指导委员会,覆盖小学、初中、高中各学段,同时,聘请11位特聘专家,保障心理健康教育工作扎实开展。

#### 确保心育成效

为筑牢心育“主阵地”,该区坚持五育并举,将以德育心、以智慧心、以体强心、以美润心、以劳健心有机融入学校教育全过程,纳入“三全育人”大格局。织密心育“防护网”。学校建立“学校、年级、班级、同学”心理健康四级预警机制,重点加强特殊节点学生的心理危机排查,分级分类建立“一生一档”,健全由班级心理委员、班主任、团队辅导员、兼职心理教师共同组成的心理健康“导师团”,全方位守护学生身心健康。

配足心育“护队”,力争在2025年底,实现辖区中小学专职心理教师全覆盖。区教研室推出种子教师培育计划,辐射引领学校心理健康教师队伍的成长。

强化心育“根据地”。郑东新区教文体局先后投资1000余万元为全区中小学校建立心理辅导室,开通心理援助热线,畅通专业心理援助。

#### 扩大服务供给

为全面拓展心理健康服务,2023年5月,郑东新区教文体局与郑大一附院郑东院区、郑州市第九人民医院、郑州市第八人民医院签订“医校结合”协议书,共同构筑危机干预协同响应机制。同时,充分利用家长会、心理讲座、家访等活动,帮助家长树立正确的教育观念,如郑东新区康宁小学开设“真爱”大讲堂、郑东新区外国语学校实施“阅成长”家校共育提升工程暨周五读书会等。此外,还依托心理公众号“王娟心理工作室”,开展线上线下相结合的主题教育活动,陆续推送心理课程、情绪调节方法、心理小游戏等内容。每周3期心理海报,至今已推送315期,高频次向大众进行正向赋能。

### 二七区 于细微处见真章

育人先育心。二七区以未成年心理健康辅导站为依托,常态化开展心理健康教育工作,真正把中小学心理健康教育工作做实做细。

#### 营造健康氛围

全区积极利用各种途径普及心理健康知识,例如,通过“二七阳光心理”微信公众号平台,定期推送各类心理健康知识,点击量超过20万。同时,各学校根据实际情况,以每年的心理健康教育宣传月为契机,通过各种途径宣传普及心理健康知识,提升师生心理健康水平;引导家长掌握心理健康知识,更新家庭教育理念;引导社会人士关注心理健康,共同营造良好的心理健康教育氛围。

#### 提升专业素养

全区中小学保证每所学校至少配备一名专职心理健康教师。从2020年开始,每年通过绿色通道、社会统一招聘等途径,招聘多名专职心理健康教育教师,专人负责,持续提升中小学专职心理健康教师的占比,提升教师队伍的专业水平。

#### 优化工作载体

该区将心理健康课程作为必修列入课程计划,有条件的学校还围绕不同主题开发形式多样的教学资源。如郑州市第七十四中学的晨曦心理剧社团,多年来共演出心理剧三十多部,成长了教师,滋养了学生;长江东路第二小学的心理剧课程,开设校本课程《心理加油站》《儿童哲学》等,全方位落实“启智润心、以心育人”的目标;二七区外国语小学的“情绪急救系列课程”运用生动的故事、案例和经验帮助学生了解自己的心理;全区各学校结合学生生活实际,通过灵活多样的课程方式,帮助学生掌握自我认识、承受挫折、适应环境等方面的心理技巧与方法。

#### 畅通干预途径

“预防大于治疗”,该区积极建立“班级—学校辅导室—区心理疏导站—专业疏导机构”四级预防干预机制。各中小学均成立了心理健康教育工作小组,每年面向小学高年级、初中、高中开展心理健康测评,建立“一生一策”的心理成长档案;二七区心理疏导站招募专业的心理疏导教师作为志愿者,定期为预约来访的学生提供帮助。此外,积极争取社会专业机构的协作支持,注重协同干预机制的建立。如联合郑州市第八人民医院开展“医校合作”公益活动,联合慈善机构开展“2+3”公益项目进校园活动,邀请心理专家积极开展“二七区家校共育大讲堂”系列活动等,争取各方专业力量提供支持。

### 管城回族区 让阳光常驻心灵

育人之道,从“心”开始。管城回族区教育局始终坚持“优化学生心理生活,引领学生幸福成长”作为核心理念,把“关注生命质量,提升心理品质”贯穿心理健康教育工作全过程。在不断创新和积淀中,摸索出具有管城特色的心理健康教育模式。

#### 打造专业团队

管城回族区心理健康教育一直围绕两个工作思路开展:引领心理教师专业成长,提升职业素养;指导心理教师在学校有创意的开展团体心理辅导和个体心理疏导。每年坚持有计划、有步骤地邀请省内外专家对辖区中小心理教师开展专项技能培训:组织心理咨询师认证培训,取得心理咨询师证的心理教师有223人;参加系统的专业技能提升培训,如沙盘游戏、绘画艺术表达、舞动治疗、TA沟通、心理辅导操作实务等培训,切实提高心理教师心理疏导能力。

#### 科研先导赋能

该区教育局不断加强心理健康教育教学研究,从多维度、多角度、多途径,努力提高心理健康教育工作的针对性和实效性。通过赛课、听课、说课、评课等区、片、校三级教研活动,加强心理健康教育研究,形成心理健康教育课程体系。同时,开展校园心理剧评比、课例研究、课堂观察、案例督导及研讨以及论文集征集评选活动。

#### 搭建多元平台

根据学生年龄、身心特点,管城回族区教育局研讨开发了心理游戏体验课,开展了管城回族区“健康杯”心理小游戏体验活动评比。通过各种活动体验,塑造学生健康的心灵。为丰富学生校园文化生活,提高学生心理素质,



郑东新区第三届中小学心理健康教育宣传月活动启动仪式



二七区建新街小学学生自制心理解压花

### 高新区 全员育人更育心

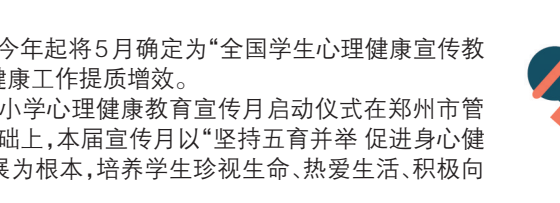
为全面加强和改进新时代学生心理健康工作,郑州高新区不断探索,走出了一条用心育心、爱满高新的全员育心、全育人心的心育发展之路。该区积极探索“1756”全员育心、全育人学生心理健康服务体系,即“聚焦1个育心目标,围绕7化工作思路、进行5育工作融合、强化6步行动落实”,以五育并举促进心理健康贯穿育人的全过程、各方面、各环节,实现“1+1>2”的整体育人功能,促进学生身心健康和谐发展。

#### 聚焦1个心育目标

高新区始终坚持“健康第一 生命至上”的育人理念,培养学生热爱生活、珍视生命、自尊自信、理性平和、积极乐观、健康向上的心理品质和百折不挠、不懈奋斗、荣辱不惊的意志品质,促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展。

#### 围绕7化工作思路

围绕7化工作思路,全区落实心理健康教育课程建设要求,开展心理健康教育课、心理健康主题班会课教学活动,以赛代训、以赛促研。高新区团委联合高新区教育文化体育局教研和智慧教育发展中心建设“青翼家园”工作阵地,面向师生家长免费提供心理科普宣传、团体辅导和个案咨询等服务。专职心理健康教师录制的心里健康讲座视频在高新区智慧教育云平台轮播。截至目前,高新区共建区级心理疏导中心2个、学校心理疏导室50个。通过数字化心理工具,



## 聚焦教育高质量发展·校长访谈

栏目记者 李杨

高质量发展的教育,是百花齐放的教育。在我市,众多学校脚踏实地,躬耕前行,全力为学生发展构建多元平台,不断突出学校的办学特色,持续推进学校教育高质量发展。《聚焦教育高质量发展·校长访谈》栏目将走进百姓心中的优质学校,聚焦教育高质量发展,邀请校长畅谈学校发展践行之路。

## 对话生命 聚焦成长

——访郑州一中国际航空港实验学校校长刘点点

“教育的高质量发展,要求学校努力立人、立德、立魂,努力做‘基于生命而达于未来的教育’,培养卓越的人。”



经典诵读



冰雪运动会

“一个学校想要高质量发展,不忘初心、明确自身的教育理念是基础。”在刘点点看来,教育是善的事业,需要爱的情怀。教育者就应该如水一样“利万物而不争”,以其纯粹和包容去关爱和相信每一个学生,用灵魂唤醒另一个灵魂,以生命滋养另一个生命;而教育者就要像土地一样“厚德载物”,以其丰厚和广阔,为学生的成长提供天空和大海。

郑州一中国际航空港实验学校秉承郑州一中厚重的文化滋养,坚持“爱”与“善”的教育情怀、“培养自主精神”的办学理念,确立了“海阔天高,鱼跃鸟飞”的教育理想和“勤严实真,养之有素”的校训,努力办一所扎实的、教学基本功、有突出的教学成绩、有先进的教学思想、有广阔的教育情怀、有丰厚的教育底蕴的学校,努力描绘教育和学校该有的样子。

学校全面追求卓越,追求职业最高的幸福体验,追求生命最好的滋养,努力以一中最有生命力的文化来涵养这里的每一位师生。据介绍,该校致力于培养成长型、专业型的教师,努力让教师有爱、有能力、有担当、懂孩子、懂教育,满足老师的需求,激发老师的教育热情,促进教师教育生命绚烂夺目。为托举教师成长,学校还专门邀请国家级、省市级的优秀教育者进行引领,将理科的严谨与实践、文科的博大与精深呈现在教师的面前、作用在教学的本身,以此来促进教师的成长。

“文化是学校的土壤,课程是这土壤里生出的根脉,核心素养便是学科的血脉和灵魂。学校要在完成国家课程的基础上,努力培养学生的人文素养、审美情趣和乐思善学、质疑探究的品格,发展学生‘自我管理’的能力。”刘点点表示,学生的发展不是短暂的,而是一个长期的过程,因此,学校以终身教育为出发点,注重学生习惯的培养,从初始年级抓学生学习习惯、生活习惯、生命习惯的养成,一点一滴地“自主精神”,对生命的真爱以及“我是一个宝藏,我有无限可能”“我在慢慢开发我自己”这样的信念注入每个孩子生命根部。在主体课堂上解决学生知识建构与思维建构的问题,在自习课堂上解决学生深度思考与实践的问题,真正将“学”还给孩子,让学习成为“乐事”,纵然作业量少了、作业时间短了,但孩子们学习的效率更高了,钻研的深度更深了。”刘点点说。

“‘双减’政策的稳步推进,留给学生、老师和学校更广阔的生命舒展的时间和空间。有了这样的时间和空间,教育的实施就有了更多的途径,生命的萌发就有了更多的可能。”据刘点点介绍,该校不断拓展课程资源,打造健全社团体系,全面推进五育并举。学校课程的全面建设以社团和班级为组织单位,以活动为展示平台,最终以课程为成果固化。

以仪式课程、14岁成人礼为依托全面铺开的德育课程,以全脑开发课程为代表的智育课程,以足球、篮球、轮滑等社团为主力的体育课程,以管乐团、“绘”美社为代表的美育课程,以中医课程、开心农场为特色的劳动课程……该校课程体系涵盖五育各个方面。此外,学校还根据自身资源情况、学校理念、国家和社会发展方向发展特色课程,开发了科创课程、生命课程、冰雪课程、中医课程等特色课程,深受学生喜爱。所有这些课程,都以终身教育为方向,以学科素养为落脚,以学生生命成长为目标。它们都不是独立存在的,而是融入了学科特色,最终或是成为学科教学的一部分,或是反哺、补充学科教学。

“教育,首先是人学,教育就是要对话生命。师生个体生命的生长,是教育力量的源泉;而面向师生长远发展和全面发展的教育教学改革,就是这份力量作用的抓手。”刘点点表示,学校将继续孜孜不倦探索教育的真谛,带着师生走向“天更高”“海更深”处,不负社会、百姓的信赖,将学校真正办成“家门口的好学校”。