

到2025年, 配备专(兼)职心理健康教育教师的学校比例达到95%
开展心理健康教育的家庭教育指导服务站点比例达到60%

事关学生心理健康 教育部等17部门发文

近日, 教育部、最高人民法院、中央宣传部、中央网信办等17部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》(以下简称《行动计划》), 其中明确: 2025年, 配备专(兼)职心理健康教育教师的学校比例达到95%, 开展心理健康教育的家庭教育指导服务站点比例达到60%。

《行动计划》坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导, 全面贯彻党的教育方针, 坚持为党育人、为国育才, 落实立德树人根本任务, 坚持健康第一的教育理念, 切实把心理健康工作摆在更加

突出位置, 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, 培养担当民族复兴大任的时代新人。

- 《行动计划》部署开展八项重点工作:
- 一是五育并举促进心理健康, 坚持学习知识与提高全面素质相统一, 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。
 - 二是加强心理健康教育, 开设相关心理健康课程, 发挥课堂教学作用, 关注学生个体差异, 帮助学生掌握心理健康知识和技能。
 - 三是规范心理健康监测, 坚持预防为主、关口前

移, 定期开展学生心理健康测评。

- 四是完善心理预警干预, 健全预警体系, 加强物防、技防建设, 及早发现学生严重心理健康问题, 畅通预防转介干预就医通道, 及时转介、诊断、治疗。
- 五是建强心理人才队伍, 提升人才培养质量, 配齐心理健康教育教师, 畅通教师发展渠道。
- 六是支持心理健康科研, 开展学生心理健康基础性、前沿性和国际性研究, 推动成果应用。
- 七是优化社会心理服务, 提升社会心理服务能力, 加强家庭教育指导服务, 加强未成年人保护。
- 八是营造健康成长环境, 广泛开展学生心理健康

知识和预防心理问题科普, 推广学生心理健康工作经验做法, 加强日常监督管理。

《行动计划》强调, 完善各项保障措施。一是加强组织领导, 将学生心理健康工作纳入对省级人民政府履行教育职责的评价, 纳入学校改革发展总体规划, 纳入人才培养体系和督导评估指标体系, 作为各级各类学校办学水平评估和领导班子年度考核重要内容。二是落实经费投入, 加大统筹力度, 优化支出结构, 切实加强学生心理健康工作经费保障。三是培育推广经验, 支持有条件的地区和学校创新学生心理健康工作模式, 发挥引领和带动作用。

陪伴是最好的教育



“陪伴是最好的教育”这句话虽然耳熟能详, 但需要理解它真正的含义。亲子陪伴主要包含两个层面的内容: 陪, 父母跟随孩子, 陪同孩子做适合孩子年龄发展需求的事情; 伴, 父母和孩子在一起, 不仅需要为孩子的发展提供支持, 也能通过与孩子互动, 不断反思自己, 实现父母的自我成长。

一位研究儿童心理30年的老师说, 从事教育多年, 他发现几乎所有令大人头疼的儿童问题, 比如沉迷游戏、暴力、不听话等, 都有同一个源头: 缺失的陪伴。以下8种方式不仅是陪伴, 更是孩子成长的需要。

第一, 阅读——和孩子共读一本书。促进孩子好习惯的养成, 提升孩子的读书兴趣, 增进亲子间的交流。和孩子一起讨论和回味书中的故事情节, 让孩子说说在书中最感兴趣的故事, 启发孩子。最后对书中的人物进行比较, 寻找书中每个人物身上优秀的和有“闪光点”的地方。

第二, 运动——和孩子一起进行一项运动。带孩子到室外锻炼, 养成良好的运动习惯。和孩子一同参加一项体育项目, 提升亲情互动与升华情感。其中, 家长对运动的理解和参与, 对孩子的影响很大。

第三, 旅行——和孩子进行一次家庭旅行。培养孩子关心天

下的广阔胸怀, 让孩子知道世界纷繁多样, 拓宽眼界, 知识不仅仅局限在书本上。让孩子参与制定家庭出行方案, 参与管理日常开支, 培养孩子的生活能力和财富管理能力。在旅行过程中激发孩子的想象力、认识力, 拉近亲子关系, 增加孩子的幸福感。

第四, 自立——跟孩子一起做一道菜。可以先简单地让孩子参与到一道菜的制作中, 和孩子一同做一道菜, 提高孩子的生活自理能力, 同时循序渐进地培养孩子独立自主的意识。除此以外, 洗袜子、分类衣物、整理衣柜, 收拾房间等小技能也让孩子参与。

第五, 尽孝——带孩子多看望老人。想要教会孩子有耐心, 自己必须以身作则。对于家长、孩子来说, 尽孝不是一件复杂的事, 父母的一言一行、一举一动孩子都看在眼里, 都会模仿, 家长对老人的态度, 会对孩子产生较大的影响。

第六, 未来——和孩子一起做一个全年规划。要让孩子清晰知道虽然一年有365天, 看似时间很长, 但是其实时间转瞬即逝, 要学会珍惜时间。不管孩子是面临择校、小升初还是中高考, 可以结合实际情况, 与孩子共同制定年度规划。从大方向来说, 要做成哪些事? 学会哪些技能? 养成哪些好习惯? 从小方向来讲, 读几本书? 去哪里玩? 学会做几道菜? 在完成规划的过程中, 培养孩子的责任意识。

第七, 沟通——和孩子彼此交换一个秘密。经常和孩子聊聊天, 跟孩子说说自己工作上的事, 听孩子说说他们学校里发生的事。如果觉得孩子和自己有些疏远, 不妨和孩子交换一个小秘密, 或者多和孩子聊一些他们更感兴趣的话题。

第八, 家规——和孩子一起制定家规。避免等孩子问家长, “为什么你能做, 我却不能呢?” 有了家规, 家里变得民主了, 孩子也变得更自觉了, 还能增强与孩子的沟通。

事实上, 父母需要做的, 是提供给孩子一个安全的成长环境。最重要的不是送孩子上什么名牌学校, 也不是给孩子报各类学习班, 而是提供给孩子足够的爱, 给予孩子一个包容与接纳、支持与鼓励的成长空间。在“双减”中, 减少的是那些压力、那些攀比、那些恶性的竞争、那些与“别人家”孩子的比较。在“双减”中, 父母要减少对孩子的指责、催促, 减少对孩子乱发脾气频率, 控制好自己情绪。但永远不能减少的是父母与孩子一起度过的亲密而快乐的美好时光。

■ 文/首都医科大学附属小学 赵荣

丰台教育

公开课

为什么要培养孩子具有成长型思维

孩子写作业磨蹭、不专心、学习没兴趣、没有学习目标; 沉迷于游戏, 教导听不进去, 没有养成自控能力。这些都是家长在教育孩子中会普遍遇到的问题。家长们常对孩子说: “你看别人家的孩子!” 但是孩子是别人家的孩子, 家长也是别人家的家长, 没有人生来就会做父母, 做父母也需要学习。

当孩子的内驱力被激发, 就会表现出强烈的求知欲和自主学习能力。当孩子在自由自主的环境下成长, 就会更自信、更自律, 对每个孩子来说都是如此。

从事教育工作几年, 我发现有些孩子几乎不用大人操心, 就能自己搞定学习上的一切事情, 并且还乐在其中。也看到过很多让家长和老师都觉得特别有“挑战性”的孩子。比如写作业拖拉, 一看书就“开小差”; 遇到难题的时候, 不愿意思考, 没有上进心; 每天的学习任务, 不催就不进行, 好像学习是在给家长完成任务, 千万个不情愿。

那为什么有的孩子不用管就很自律, 还有很强的自主学习能力? 而有的孩子, 即使家长、老师拼命地唠叨, 也都是做了无用功呢? 孩子与孩子之间, 之所以有很多的不同, 是因为他们的思维方式不一样, 而不同的思维方式就决定了他们的行为方式。

那些看起来有“自主学习力”的孩子, 都有这样的共同特点: 首先, 他认为自己的能力可以通过努力来培养。一件事情完成的好与不好跟他是什么样的人没有关系, 如果想完成得更好, 只要付出更多的努力就可以了。

其次, 在遇到困难的时候, 他不会认为自己笨, 也不会认为自己没有能力完成这个任务, 只会专注于找到克服困难的方法。

最后, 在获得成功的时候, 他也不会骄傲自大。因为他知道, 这仅仅只是因为自己比别人多付出了一些努力, 才获得了这样的结果。

这些就是典型的具有“成长型思维”孩子的特点。当一个孩子具备了成长型思维, 那么他从起跑线开始, 就会通过不懈努力去超越他的同龄人, 就越会与同龄人之间拉开差距。

而那些在学习上表现出极度不自律、不积极的孩子, 往往是“固定型思维”的孩子。他们相信能力是天生的, 不需要付出任何努力就可以很轻松地取得好成绩。为了让别人认为他有天赋, 他做的所有事情都是为了向别人证明: “我不需要努力, 就可以轻轻松松地完成任务。”但是, 一旦遇到需要通过努力才能克服的困难, 他会马上放弃, 因为一旦失败, 就意味着自我否定。

■ 文/北京教育科学研究院丰台学校教师 孟宪洁

强基工程

身边的优秀教师庞金典 三尺讲台, 四十年的坚守, “用心做好四种人”

编者按:丰台区基础教育“强基工程”总体目标明确指出, “培养一支名师引领、结构合理、充满活力的干部教师队伍”“每所学校都有领军型教师”。为进一步落实基础教育“强基工程”, 讲好丰台教育故事, 让大家更好地了解丰台区的优秀教师队伍, 特推出“强基工程 身边的优秀教师”专题。通过对全区教育系统2023年获评北京市中小学正高级教师的27名优秀教师、教育工作者的典型事迹进行集中宣传, 充分展示丰台区教育战线的精神风貌, 助力区域教育社会影响力和公众认可度的提升。

庞金典, 北京市数学特级教师, 正高级教师。全国模范教师, 北京市劳模, 湖北省有突出贡献中青年专家, 北京市丰台区创新教育工程标兵, 北京市丰台区优秀共产党员。2012年自湖北省人才引进到北京市第十八中学任教至今, 历任班主任、年级主任、教务主任、副校长等职务。

他曾入选湖北省高考命题专家组成员, 被中国数学竞赛学会授予数学奥林匹克高级教练员称号, 入选湖北省创新人才库。他曾获省级中青年数学教师教学比武第一名, 发表教育教学文章近百篇, 出版近十部数学教育教学专著。作为课题主持人, 承担过多项省级、国家级课题。曾参加教育部赴美国孟菲斯大学特级教师教学能力培训班。

用心做好“教书人”

教书是本职, 育人是天职。从走上讲台的第

一天起, 庞金典就坚信“我一定能教好学生”。他用勤勉、智慧担起沉甸甸的责任。“能教出一批又一批记住我、尊重我的学生, 做一个有故事的教师是我最大的快乐。”

用心做好“读书人”

教师不仅要成为教的行家, 更要成为学的专家。与书为伴, 已成为他的常态; 他人即老师, 是他秉持的学习理念。他从同行那里学教书, 寻求教学的高度; 从学生那里学教书, 寻找教学的支点。

用心做好“写书人”

只教不研, 教学没有高度; 只研不教, 教学空洞不接地气。笔耕不辍已成为他的生活习惯; 坚持写教学随笔、记数学日记、撰写教学论文、著书立说, 已成为他成长的阶梯。



北京市数学特级教师、正高级教师庞金典。

用心做好“说书人”

数学是一门抽象的艺术, 把数学课上成艺术课, 是他努力的方向。他全力讲好与学生的故事, 让课堂成为学生一生中到过最美的地方。

他主张“三放”的教学模式, 即放手、放心、放开; 他追求“三安”的教学环境, 即安心、安静、

安全。他坚信, 课堂是舞台, 教师是演员, 教师要用眼神与学生交流, 因此教师上课前做两个准备, 即知识和情感准备。他认为, 教学的真正功夫不仅是在课内, 还有与学生交流的一个又一个细节。

潜心教书, 超越自己, 尽力成为一个让自己满意并让别人欣赏的人是他一生的追求。