

校园里的“心灵驿站”

——六安二中西校打造心理健康教育特色课程

本报记者 单姗 张玉

“今天，我想吐槽一下我的同桌……”11月25日下午，一场热热闹闹的吐槽大会在六安二中西校区心灵驿站活动室开展，高二年级的高雨洁用幽默的语气吐槽着自己的同桌，引得同学们开怀大笑，大家互相说出自己想说的事情，畅聊，释放压力。

这样的吐槽大会是六安二中西校区阳光心理社团开展的活动之一，该社团自2016年成立，每两周开展一次活动。除此之外，社团还定期组织心理小课堂、户外或室内团体活动等。

心理社团建设是六安二中西校区关注学生心理健康的一个缩影。多年来，该校始终高度重视学生的心理健康教育，为学生们建立心理档案，设立心灵驿站，打造心理健康教育特色课程。

开展心理健康普测

今年九月，六安第二中学河西校区的高一新生进行了一场特殊的普查测试——心理健康测试。

为更好地了解和掌握学生心理健康状

况，2017年秋季学期，六安第二中学河西校区启动高一年级学生“心理普查”工作，至今已开展4年，在心理健康老师和信息技术老师的指导下，学生们登陆安徽省中小学心理健康教育管理平台，接受“中国中学生心理健康量表”测评，建立新生心理档案。

“测评结果，有轻度、中度和严重这几个层次，对于有需要心理帮助的学生，我们发现后及时联系班主任，帮助各班班主任更好地指导新生心理健康工作，促进学生更好地融入新的高中校园生活。”六安二中西西校区心灵驿站专职心理教师郭菊告诉记者。

从2017年启动心理普测工作以来，学校形成了“早预防”“早发现”“早干预”的心理健康教育工作体系。

缓解压力打开“心结”

“青少年的心理健康问题主要包括情绪、压力、人际、家庭四个方面，其中，人际和学习占比一半以上。”为打造学生们的“心灵港湾”，六安二中西西校区投入40万

元建设心灵驿站，记者在这里看到，驿站配备设施齐全，包含心理健康阅览室、心理品质训练室、放松训练室、情绪宣泄室、个体咨询室、沙盘室、团体活动室七大功能室。

面对学业的压力，心灵驿站成为学生们的“解压”港湾，郭菊老师记得，由于家庭关系出现问题，有个高三学生来做咨询和放松，一开始非常焦虑、担忧，通过一次次交谈，疏通，这名学生慢慢开朗起来，情绪也逐渐稳定，最后顺利考上了大学。“能帮助他们打开‘心结’，作为心理老师，特别高兴。”

每年5月25日，六安二中西西校区还举办“心理健康节”系列活动，至今已成功举办三届，主要开展心理健康知识宣传、梦想启程、“微笑吧，少年”、为高三学生赠送手工贺卡和鲜花、趣味运动会等各种活动。

学校的阳光心理社团，除了每两周一次的活动，还开展“心理健康一对一帮扶活动”，遴选心理健康的志愿者一对一帮扶一些需要帮助的同学，帮他们解决实际生活中遇到的问题。

唤醒内在学习动力

“同学们，如果有六个新岛屿，分别是自然原始岛、深思冥想岛、美丽浪漫岛、现代井然岛、显赫富庶岛、友善亲切岛，请根据每个岛屿以及岛民的特征，选择你最想去的岛屿。如果你在这个岛上工作，你会选择什么职业？”

今年5月14日，六安二中西西校区在高一一年级推出学校第一节高中生生涯规划课，本次课程主题为：职业兴趣探索。在专业老师的引领下，课程通过霍兰德职业兴趣小岛情景游戏、兴趣分组、职业分类、职业成长的基本思路展开，目的是让学生探索自己的兴趣、性格、价值观等，学会选择。

职业规划课程为什么会和心理健康教育挂钩？在采访中记者了解到，研发高中生生涯规划课的灵感，也从日常心理咨询中而来。在日常咨询中，二中西西校区的老师发现，一些学生没有学习动力，没有明确的学习目标，导致学习内动力不足，缺乏积极向上的奋斗目标来作为引导。六安二中西西校区校长室认识到学生职业生涯规划的重要性，鼓励教师积极开发高中阶段生涯辅导的课程内容，帮助学生合理规划职业生涯，探索内在兴趣，唤醒内在动力，给自己正确定位，确立奋斗目标。

如今，六安二中西西校区建立了由分管校长负责、中层干部、专职心理健康教师、班主任及学科教师组成的团队，为心理健康教育工作的开展做好组织机构上的保障，形成分管校长、心理专家、心理健康教研组，班主任、学生群体、家长和社区四级心理健康教育网络。

市教体局“掌上办”开启指尖服务便利化

本报讯（董荣）“真是太方便了，之前办理校车使用许可需要等好久，现在用手机一点就可以直接办理，随时随地都能办理业务，像网上购物一样简单！”六安市明安校车服务有限公司的邓女士高兴地说道。

近日，明安校车服务有限公司的邓女士来到市政服务大厅教体局窗口，办理校车使用许可年审事宜。了解具体情况后，工作人员帮助邓女士进行掌上操作。经过实名认证、信息填报、申请材料上传等几步简单操作后，仅用几分钟，就办好了校车使用许可年审业务。“这个新功能确实非常方便，操作起来也简单易懂，等我回去后就推荐给我的同事！”邓女士表示。

市教体局窗口在深化政务服务“一网、一门、一次”改革基础上，全力用好、活用“互联网+政务服务”，全面提升教育体育领域政务服务事项“掌上办”新高度。下一步，市教体局窗口将持续贯彻落实7×24小时不打烊“随时办”服务机制，不断推进流程再造和制度创新，探索更多教育体育领域便民服务上线。

宪法在我心 守法我先行



为弘扬宪法精神，增强师生的宪法意识，推动学校乃至全社会遵法学法守法用法，12月4日全国第七个“国家宪法日”当天，六安市人民路小学、城北小学、金寨长岭司法所等各校各地组织学生认真开展宪法晨读、宪法主题班会、宪法知识竞赛等多种形式的宪法普法宣传活动，让青少年从小了解《宪法》是我国的根本大法，积极创造尊崇宪法、学习宪法、遵守宪法、维护宪法、运用宪法的良好学习环境。

图为六安市城北小学学生正在宪法普法展板前认真了解宪法内容。

蒋道勤 本报记者 孙白球 摄



12月4日，金寨县长岭司法所所长长岭实验中心小学开展相关法治宣传活动，组织孩子们互动参加宪法趣味活动，共计发放宪法宣传品500余份。

郭亮 摄

青春成长，“未”爱护航

张道亭

“同学们，你们知道我们国家的国旗是什么样子的吗？”“知道，五星红旗！”“对，在《宪法》的第141条就规定了我国的国旗是五星红旗，第141、142、143条是有关于国歌、国徽和首都的规定。”随着检察官一个关于《宪法》问题的提出，六安市叶集区实验学校的法治课正式开始了。

12月1日，六安市叶集区人民检察院第一检察部负责人王群来到六安市叶集区实验学校，作为该校的法治副校长给在校初三学生上了一堂“青春成长，未爱护航”为主题的法治课，旨在让学生知法、懂法、守法、用法。

检察官先对学生就《宪法》、《未成年人保护法》相关知识宣传、提问、讲解；接着向同学们介绍了检察机关的职能职责，重点向同学们讲解未成年犯罪的现状、特点、及未成年人犯罪涉及的部分罪名，结合近年来该院办理的未成年人在交友、网络、黄赌毒等犯罪领域一些典型案例进行剖析，让同学们增强法治意识、树立法治观念，在应对问题或自身受到侵害时，学会机智应对、明辨是非，学会保护自己。

此次法治课上，检察官不仅采取互动问答，还运用发放礼品的形式，让整堂课精彩纷呈、学生激情饱满，从而提升了学生学法的兴趣，增加了法治知识，引导学生们树立正确的人生观、价值观、世界观。

“检察官担任法治副校长”活动，是叶集区人民检察院贯彻落实最高人民检察院“一号检察建议”工作要求，是加强未成年人检察工作的基本保障，也是深化“检校共建”，加强未成年人司法保护的重要举措。为守护校园安全，青少年的健康成长保驾护航。



教育苑

本栏责任编辑：单姗
E-mail:wxibss@126.com

我们有一支“队伍”，50人。男生28人，女生22人，留守儿童29人，单亲10人。我们是一支团结向上的“队伍”，我们是一支成长的“队伍”。我是这支“队伍”的队长，我欣喜着他们的欣喜，快乐着他们的快乐。对于他们，我静待花开。

小荷才露尖尖角

章平平是个苗条、漂亮、很有文艺范的气质女生，她性格内向，斯斯文文的，在上语文课的时候，总是瞪大眼睛，认真听课。每到会意的时候，露出灿烂的笑容。

一次晚自习，我在教室里陪着学生做作业。当转到章平平的旁边时，她在认真地写着什么。感觉到我到了她的座位前，她抬起头，对我笑了一下，又低下头写着，我就轻轻地问：“章平平，你在写什么？”她抬起头羞涩地笑着回答说：“我在写文章。”“能给我看一看吗？”“好。”她把她的写文章的本子递给我。我翻开仔细地看了第一页，又翻了翻后面的。我发现，她在写玄幻性质的“小说”，写了很多页。

“你怎么能能在上自习的时间写这些东西呀？”我正准备责怪她，突然改变了想法，写小说也是在学习呀，在练习写作，在进行语文实践训练呀。如诗的少年在这如诗的年龄，都有过七彩的“文学梦”，这是她在放飞自己的梦想，更何况还是自觉的。我如果不想思考的一通呵斥，也许一个文学的新芽会被扼杀。我要正确引导她。

“你写得很好，语言很时尚，情节很玄

幻。你要坚持写下去，一定会成为一位优秀的作家。”我鼓励她，并且把她的大作”认真地递到她的手里。

第二天，周会课上，我特意表扬了章平平坚持写作的事。表扬她的时候，我看见她不好意思地低着头，但她的脸上露出的却是偷偷的笑意。

又一天，我把章平平找到办公室。我对她说：“章平平，你作文本上的《珍惜》这篇作文写得还好，我把推荐给‘光慈文学’网络平台，看编辑老师能不能看中，给你发表一下，好吗？”“行呀，能发表吗？”她的眼里一下满是惊喜，大声问着。当她觉得太激动有些不好意思时，便又文静地站在办公桌前，笑眯眯地看着我。“你好好修改一下，我推荐给编辑老师看。”

几天后，光慈文学上发表了《珍惜》。看着手机屏幕上她自己的照片和编排很漂亮

的文字，章平平又是一幅笑眯眯的神态，而且很甜。

我也很甜，在心里。我知道，我为一位少年埋下了一颗“梦种子”。

我们的“队伍”

温杨川

习惯成自然

航航爱坐在教室地上玩。一双手在水泥地面上抓来抓去，手和衣服成天脏兮兮的。跟他讲了好多次，就是改不掉。一到下课，他就一屁股坐在地上，玩起了从座位里掏出来的小石子。大大咧咧的，没有卫生习惯。

伊熠也是个没有卫生习惯的男孩。因为随地吐口水，不知道挨了老师多少批评，挨了同学多少白眼。

一个晴朗的秋天午后，语文课上，我真细致地讲完了一则古诗，安排同学们试着默写这一则古诗。喧嚣的教室，一下安静下来。

“吭，吭，呃……”一连串的咳嗽和吐口水声音在安静的教室显得特别响亮。所有的同学都停下笔，把目光投向发出声响的伊熠。一脸懵圈的伊熠，环视了一下周围注视着他的同学，猛然知道了意思，一下子趴在桌子上，同学们也大声地笑起来。

坐在伊熠后位的航航也在笑，还把自己的黑手捂在嘴上。

“航航，你们在笑什么？”我故作不知其故的样子问航航。

“我们笑伊熠随地吐痰，不讲卫生。”航航站起来，笑着，有点幸灾乐祸地回答着。

“航航，随地吐痰不卫生，把地面弄脏了，如果有人再坐在地面上玩小石子，卫生吗？”

航航一下子明白过来，不好意思地低下头，羞涩地笑了。

我发现，小男孩羞涩的笑，其实很美。

写给未来

“老师，我长大了当一位旅游学家，游历世界名山大川，我们书上写的富春江、勃朗峰太美了。”一个顽皮的男孩说。

“老师，科学研究也很很苦，但我对它痴迷，因为这里有美丽的颜色。”上完《美丽的颜色》后，一位小女生沉静地对我说，可以看出，她被居里夫人的工作所折服。

“老师，我长大了要找一位中国的‘黑肤夫人’。您说，爱情，是个淋不湿的话题，从梁山伯和祝英台到贾宝玉和林黛玉，从柳永到莎士比亚……”

“老师，我长大了……”

“……”

我们有一支队伍，团结，向上，青春。我们是师生，是同学，是朋友，是亲人。我们正值青春。青春最美的不是梦，而是与我们一起追梦的人。

天凉好个秋，皖西学院的银杏大道，举城秋景之代表地。秋色怡人，自然馈赠，不可辜负。赏一饱不够，若干遍不多。银杏是秋天的绝色情人，她们经历春夏二季的成长与筛选，待到秋色连波，她们就会翩起而华丽转身，成为秋色中最抢镜的一道风景。

树树凝秋色，声声唤游人。带着对生活的热爱，带着对银杏满眼金色的憧憬，我再一次来到银杏大道，再次赏览醉人的金黄色的妩媚。

银杏大道，从这头到那头并不很长，甚至无须放眼即能一览无余。这或许是皖西学院银杏大道的短板——没有无尽头，没有优美的弧线、转弯。我一直对此有些叹息，可就是这并不甚多的银杏已把这所高等学府装点得万众瞩目，把羊城抒写得楚楚动人，把这里的秋天诠释得娇艳欲滴。

瞧！那一棵棵笔直的树干响应着蓝天的召唤，直追苍穹，奋力向上生长。时至深秋，她们也都换上秋装，精神抖擞地展现出秋天的样子。不用问，不用想，就是那样惹眼的金黄，若细细打量，你会发现这些树也有自己的秘密和性格。看！她们有金黄躯体，也有些有墨绿全身。她们似乎是商量好了，做了细致的分工，有些做领头雁，使劲地为秋天造势，所以染了金黄的散发，有些正在赶往金黄的道路上，就像画家正在为绿底换金装，还没来得及将金色涂满，一树呈现出了黄、淡黄、墨绿的色彩来。部分枝条上的叶子是秋天叛逆的少年，视秋天的吩咐于不顾，自顾地着一袭长衫。或者，这些个绿叶就是上课走神的顽童，没有注意到秋天老师布置的课堂作业，待到周遭一色金黄，她们却无意中成为了特立独行的存在。

再看她们的枝条，你就可以断定她们性格的迥异。看看这一树，浓眉大眼，丰硕遒劲，应该是个江湖游侠，有结实的身骨，有侠客的豪情，也有侠士的大气与豪迈。对面的那一株就有一些滑稽，头上没几根“头发”，精气神却一点儿不差，精神矍铄，似一个精干的老者，秃秃的脑袋装着惊人的智慧，写着怡然自得。隔壁的那一株看上去就有脆弱，纤细的腰身舞动多姿婀娜，满头的金发，翻飞着灵动的气息。我突然想到了林黛玉，或许她就是植物中的林妹妹，满身娇俏才情，满身虚弱惹人怜。再看这一株有健硕的臂膀，那一株有优雅的气质，左一株有一股匪气，右一株有一身书卷气。总之看不到两株相同的枝叶，看不到他们有相同的性格，或许看他们的心情也是不同的吧！

银杏大道把整车水马龙，却有来往不绝的各色游人：青春靓丽的妹子；幸福甜蜜的情侣；三口之家；四世同堂。他们带着同样的目的，偶遇在这银杏大道上。手机、相机成了这里不可或缺的工具，可人的一幕幕被记录下来，或许也流传下去。有人坐在地上自拍，有人摆出造型合影，有人迷恋金色背影，有人记录在“画”中游，还有人捧起地上落叶，玩起天女散花。老太太拾起一片完整的黄叶爱不释手。小姑娘踮脚银杏树，欲练神功——秋风扫落叶。

就这样，金叶在秋风中闹着，人们在秋色中闹着，生命的欢腾与精彩在秋天中蔓延，在秋天中生长，在秋天中定格，在秋天中纪念。

教苑絮语

本栏责任编辑：单姗
E-mail:wxrbss@126.com

孩子小升初，该如何过渡？

徐小娟

孩子结束了小学学习，升入更高一级的中学，是一件令人高兴的事。但是，有很多家长高兴不起来，究其原因，是因为中学与小学有很大的不同，能不能很快适应初中生活，对大家的学习会产生较大的影响。家长该怎样帮助孩子调整自己、适应环境，从而顺利向中学过渡呢？怎样才能尽快地帮助孩子适应中学阶段的学习呢？

升入初中，就不要再把自己当成小学生看待，要自己的事情自己完成，无论是学习，还是生活上的问题，都应该自己想办法解决，不要一出问题就找父母帮忙，让自己以最快的速度融入到新的集体中。

小学的学习模式与中学的学习模式有很大的差异，孩子们在学习小时更依赖于老师的帮忙，从习惯养成到学习方法的选择，更多依赖老师的指导。进

入中学，教学内容增多了，教学进度加快了，这就要求孩子变被动为主动，主动配合老师。根据自己的特点，调整思路，养成适合自己的学习习惯。

父母可以提醒孩子听清楚各位老师提出的不同要求，重要内容记笔记。学校的作息时间表和课程表抄写下来，随身携带备查。家里配套制定一个作息表，使生活有规律性，形成良好的学习习惯，自学时间与学校的周课程表一致；每天自学时间相对固定，各项活动的时间不要变化过大；把身心状态最好的时间用于学习；围绕课程进度进行预习和复习。

孩子把精力专注于学习、发展上，就会淡化对学校环境、人际关系、生活变化方面的不适应。父母尤其没必要要强化孩子对初中的全面适应，只要孩子已投入学习，感到学习活动充实，就

表明基本适应初中学习、生活了。

初中第一学期是孩子适应环境、学习节奏、交友节奏、生活节奏、情绪节奏的关键期，家长要给孩子充分的适应空间，帮助孩子制作一张“初中阶段主要学科考试成绩一览表”。记载每学期的半期、期末及重要的阶段性考试成绩。通过“一览表”让孩子随时清楚自己学习的结果，以便找到差距。

另外，青少年要保持精神和心理上的平衡，以恰当的方式发泄而不是压抑烦闷情绪，有助于心理健康。

在孩子成长的道路上，初中是一个非常重要的时期，因为这个阶段，孩子正处于青春期，人生观、世界观正在形成。只要我们理解孩子，帮助孩子建立自信的全面适应，孩子的七年级生活一定能顺利过渡。

教师作品



解放路二小齐云路校区 祝莉平 作