

4月17日,九龙坡区歇台子小学的师生们迎来了一群特殊的客人——中国教科院基础教育研究所所长李铁安一行。

“孩子们像一只只小鹿,闯入我的心扉。”前来参加主题调研活动的李铁安感叹于孩子们的热情自信与开朗大方。这种蓬勃的生命活力,既体现了孩子们积极向上的心理状态,也折射出学校开展心理健康教育,以实际行动守护学生身心健康的成果。

站在培育担当民族复兴大任的时代新人的高度,歇台子小学全面落实立德树人根本任务,贯彻“健康第一”教育理念,坚持育心、育德与育人相统一,通过系统谋划、策略路径探索创新、评价改革深入实施,使积极心理品质在集体实践中不断淬炼强化,实现积极心理品质与集体精神涵养的同频共振,为学生的身心健康、美好未来和终身幸福奠基。



歇台子小学朝气蓬勃的阳光少年

守护童心之光 让每一个孩子向阳生长

——九龙坡区歇台子小学积极心理品质培育的创新实践

问题导向 完善积极心理品质培育设计

社会节奏加快、家庭教育缺失、学业压力过大、海量信息冲击、学生心理韧性较弱……是诱发学生心理问题的重要因素,导致了心理问题的风险激增。传统的心理健康教育片面强调“问题减少”“缺陷矫治”,忽视了心理健康教育的土壤要跟着社会发展需求改良。

如何找到正确的突破口,守护孩子的“心灵绿洲”?

在歇台子小学看来,健全的人格、积极的情绪体验、个人潜能挖掘与发挥等积极心理品质,既是一个健康成长和追求幸福快乐生活的基础,也是与社会建立积极联系、为社会作贡献、促进社会和谐发展的基础。

为此,歇台子小学把目光聚焦

在消除学生的“病耻感”、前置干预“治未病”,通过积极心理品质建构和集体主义价值观重构“两条腿走路”,实现从关注“问题”到“潜能”的转换,从“应对心理问题与危机为主”到“提升学生积极心理品质为主”的升级,塑造学生乐观向上、自尊自信、勤奋努力、宽容善良等心理品质,锻造不懈奋斗、百折不挠的意志品质。

立足积极心理品质建构的教育转向,歇台子小学以积极心理学为理论根基,发挥乐观主义、希望、勇气、坚毅、感恩等24项性格优势的“心理疫苗”作用,通过构建PER-MA模型(积极情绪、投入、关系、意义、成就),以及将中华优秀传统文化中的心理教育资源融入学生心理

健康教育,促进学生心理繁荣和积极人格的全面发展。

聚焦集体主义价值观的系统建构,歇台子小学通过加强儒家“修身齐家”传统与社会主义核心价值观的现代融合,激活文化基因;通过班级自主管理、微社会建设等,培育共同体意识;以课程、活动等推进社会情感学习(SEL)本土化实践,强化利他行为训练。

以顶层设计为统领,歇台子小学促进个体价值与集体目标的辩证统一,逐渐形成个体成长与集体发展双向赋能的良性生态,引导学生在积极心理品质培育中加强责任担当、培养利他精神,在集体中正确认识义和利、群和己、成和败、得和失,实现增长才干、涵养性情、完善人格。

多维评价 以评价方式创新重塑成长坐标系

“心理健康教育评价体系改革不是为了给学生分类贴标签,而是要以动态发展的视角,建立科学合理的评估机制,以更好地关注学生在不同阶段的成长轨迹和心理发展状况,让他们真正被‘看见’。”歇台子小学校长伍洪丽表示。

日前,歇台子小学正式启动了“歇台子小学·优势银行”评价项目,创新构建了“成长积分—徽章认证”激励评价机制,学生可通过课堂表现、志愿服务、社会实践、亲子互动等途径累积积分,并在每月定期举行的“优势储蓄日”活动上由班主任颁发专属徽章,进行阶段性评估。

这一创新之举凝聚着歇台子小学重构心理健康教育的价值标尺的探索实践:通过动态追踪学生在学业精进、服务贡献等多维度的进步轨迹,激活了集体凝聚力与个人成长动力,实现了“个人优势累积”与“集体价值增值”的双向激励,与学校“成长不停歇,一步一台阶”的办学思想相契合。

坚持预防为主、关口前移,歇台子小学将积极心理学的六大美德维度(智慧与知识、勇气、仁爱、正义、节制、精神卓越)及其24项核心品格优势作为指标,加强过程性评价、增值性评价、生态化评价等多维动态评价,精准、有效地

实施心理健康监测、评估与干预,持续强化“育心、启智、养德、导行”。

以过程性评价实时掌握动态,歇台子小学制定“一生一策”个性化成长心理档案,跟踪学业、生活等数据变化情况,做到早关注、早识别、早干预,避免“一刀切”的局限性。

以增值性评价识别实际成效,歇台子小学围绕“优势银行”评价项目,构建“基线评估—发展追踪—成就认证”三维递进评估模型,形成预警干预、进步发展、成长激励并行的支持系统,实现个体优秀与团队强大的良性互动。

以生态化评价促进多元发展,歇台子小学引入家长、同伴、社区等多主体评价进行测评,确保评价的多角度和全面性,支持差异化施策,促进立体化心理健康服务开展。

此外,学校将通过加强人工智能辅助、大数据监测、虚拟现实应用,推动微表情识别分析,建立心理健康预警云平台,开发心理韧性训练模拟系统,为积极心理品质的培育提供新的评价工具,促进积极心理品质培育更好开展。

杜林燕 张寿月
图片由九龙坡区歇台子小学提供



歇台子小学的孩子们开展运物接力赛



龙舟竞技,孩子们在运动中快乐成长



歇台子小学倾心打造国风市集,与家长和孩子们一起欢度佳节,共启文化传承

铸魂润心 构建“四维赋能”培养路径体系

心理品质培育新格局。

歇台子小学通过开发“心理+”跨学科课程群、“成长型思维”校本课程,引领学生启迪心智、增进友谊、增强集体责任感。以“国防教育+大思政”形式,开展军人讲堂、国防故事演讲比赛、军营寻访、国防手工制作等“八个一”体验活动,设计心理情景剧、趣味团体活动、社会公益服务、国风市集等阶梯式成长挑战任务,强化“我们”的群体认同,实现“深植爱国情怀、赓续红色血脉、滋养勇毅作风、培育创新精神”的育人目标。深入实施“全员心育”工程,推行“心理教练”资格认证制度,针对教师心理健康知识丰富和技能提升开展专题培训、全员实训、研修培训,锤炼教师的心理健康教育基本功,引领教师当好学生的“心灵导师”,实现“教师人人会心育”。

同时,歇台子小学以创设环境浸润系统为有益补充,构建“校园—家庭—社会”正向支持网络:通过设置班级口号、班徽和班旗,开通“知

心姐姐”热线,设置“心语信箱”,打造“心语小屋”,畅通学生倾诉和交流的渠道,营造了良好的校园文化氛围;基于心理健康知识重构,开发了“歇台子小学鹏远家校共育课程”“校社联动‘互联网+’视域下家校共育课程”,开设“心理健康小贴士”栏目,已在2年内共推出445期,还通过建设家长学校、组建家长同学会、开展家庭教育品牌沙龙等,普及积极心理品质培育的意义,帮助家长掌握积极心理品质培育的技能,引领家长成为教育合伙人;借助重庆市委党校、西南大学、渝州路街道等院校资源、社区资源,协同法院、检察院、公安等部门,建立校园法治智库,推动社会力量支持。

“学校立足集体主义根基,开展形式多样的积极心理品质培育,引导学生形成对自我、他人、世界、未来的积极认知,养成‘自尊自信、理性平和’的积极心态,深化‘集体为先、和衷共济’的价值认同。”歇台子小学德育副校长金贞玉说。



学校开展劳动实践,磨砺孩子们的勤劳品格

教育回声>>>

在国防训练中,我和同学们像一棵棵挺拔的小松树,一起站军姿、练队列;周末的公益活动也很有意义,在老师的带领下,我和同学们去敬老院给爷爷奶奶表演节目……这些活动让我变得更加勇敢、坚毅、懂得感恩。

——歇台子小学四年级(2)班学生 何雨蒙

参加学校举办的心理健康教育讲座,我深刻认识到:想要收获一个学习、生活自主性和积极性较强的孩子,需要家长在规则制定与心理引导之间找到平衡,与孩子相处时应以陪伴理解为主,用耐心沟通代替唠叨。

——歇台子小学二年级(7)班学生家长 彭敏

在积极心理品质培育的教育实践中,教育工作者不仅要持续深化自身的积极心理学理论素养,更应该与孩子建立平等互信的成长伙伴关系,与家长构建教育价值共同体,实现心育资源的协同共振,促进学生身心健康发展。

——歇台子小学老师 王静

育苗先育根,育人先育心。歇台子小学通过积极心理品质与集体主义价值观的“双重构建”,形成科学的培养体系与常态的实践机制,开展多维度、系统化的改革创新,做好“紧扣校本文化,培养积极心理,形成自身特色”这篇大文章,引领更多孩子心向阳光、茁壮成长。

——歇台子小学党支部书记 李学久

歇台子小学学生的思维活跃、发言踊跃,把山城重庆的人文素养展现得淋漓尽致,这背后是歇台子小学老师们的辛勤付出,学生能在这样的学校学习是幸福的。

——山东省临沂杏园小学语文老师 王晓群

当下,孩子、家长面临着越来越多的挑战,承担的压力越来越多,心理素质培养就显得尤为重要。歇台子小学加强积极心理品质培育,塑造学生完善人格。我曾受邀为学校师生和家长带来过多次讲座。希望帮助家长掌握心理健康教育技巧,促进孩子身心健康发展。

——中国社会学会心理学专业委员会常务理事,中国社会心理学会青年委员会副主任 王金良