

(上接02版)

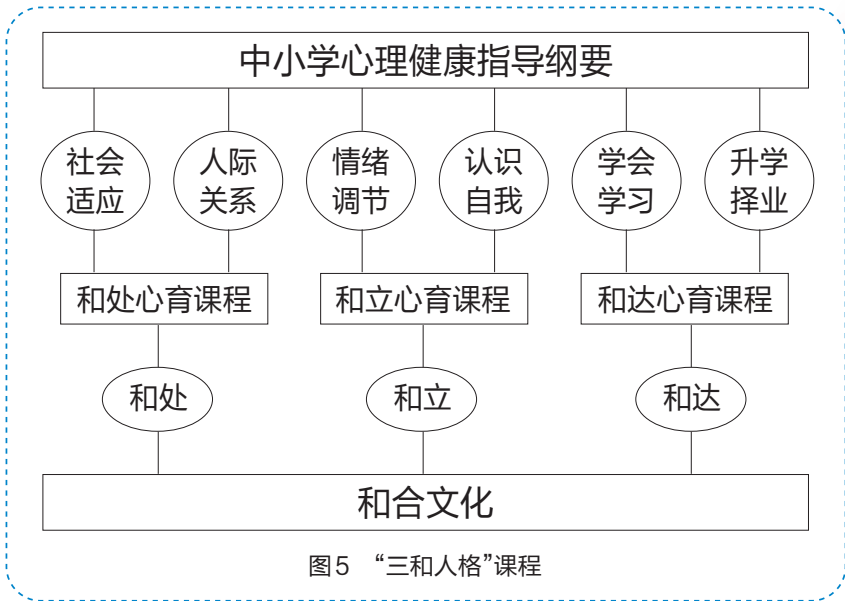


图5 “三和人格”课程

将心理课排进学校课表、每周一节,安排专职心理教师和班主任负责教学。集体备课常态化,每月进行一次心理教研,定期对班主任进行培训和听课指导,提升老师们的心理健康教育能力。同时,学校还组织开展了“三和人格”课程班主任赛课,目前已举办了两届。

(3)开展丰富的心理健康活动,构建积极的校园文化。结合学校现有教育资源设计组织相关活动,如心理健康月、心理剧展演、团体心理辅导等活动,将心理健康知识渗透学生日常生活中,营造安全愉快的校园文化氛围,潜移默化地帮助学生提高心理素质。

(4)做好预警筛查,构建朋辈互助平台。学校每学年对学生进行心理测评,建立学生心理档案,及时了解和掌握每个学生的身心健康状况,防患于未然。此外,在每个班级设立了心理委员,心理教师每周对心理委员进行一次培训。培训内容主要为一些常见的心理

健康知识和如何排解同伴不良情绪等,使其成为心理健康教师的助手,帮助学生消除不良情绪。

2.家庭层面

(1)提升家长的心理素质。学校通过开设家长微课、进行家长访谈等方式,提升家长心理素质,提高家长处理日常生活和工作以及教育孩子等方面的能力,使家长在获得相关知识后,掌握有效处理心理危机的策略,间接正向影响孩子心理,达到双重教育效果。

(2)帮助家长掌握心理危机预防教育技能。学校定期对家长进行培训,定期推送心理健康知识,邀请专家讲公开课等,帮助家长掌握孩子在成长过程中心理危机预防教育的基本常识。

3.医院层面

(1)提供转接和督导。医院对学校心理危机个案进行督导,帮助他们接纳、消化不良情绪,避免产生心理创伤。学校在心理危机发现、转接、干预和维护中形成规范流程(见图6)。

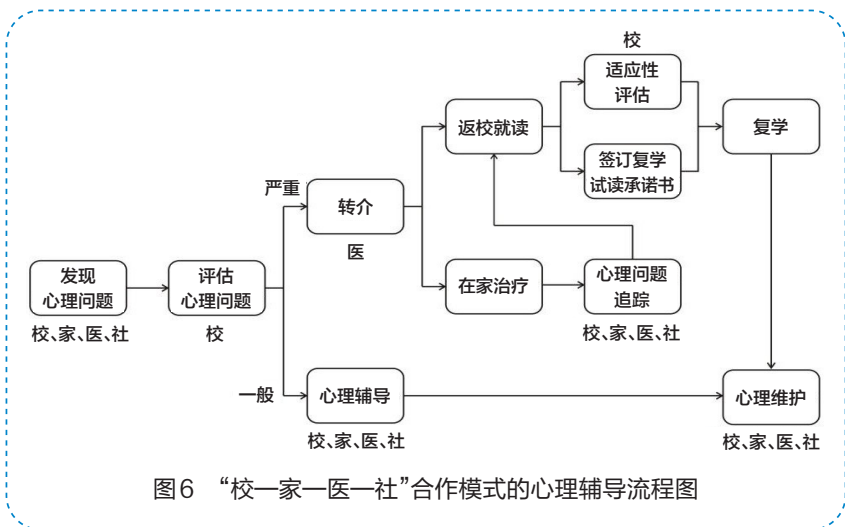


图6 “校—家—医—社”合作模式的心理辅导流程图

学校心理教师、心理委员、班主任、家长、医院心理科医务人员、社区工作者在日常生活中和在心理健康调查时发现学生心理问题后,学校专业心理教师对学生初步访谈,评估孩子问题的严重程度,将严重心理问题的学生及时转接到医院,然后医院进行干预治疗。治疗期间若孩子选择在家治疗,学校和社区及时进行跟踪回访,关心他们的恢复情况,待孩子恢复心理健康水平后再返校就读。如果治疗期间仍然选择在校就读,学校和家应共同做好相关应急预案,严格做好相关工作,维护好孩子的心理健康。

(2)坚持医教结合。该校与就近的医院心理科签订合作协议,畅通渠

道,做好转接,及时沟通,建立督导队伍,通过医教结合项目从制度上保障心理健康教育及预防治疗工作的落实。医教结合可以充分发挥精神科医生、心理治疗师的作用,为预防与甄别团队、处理与干预队伍提供技术支持和专业指导。同时,医教结合畅通了心理危机学生的转接绿色通道,让学生得到及时诊断与治疗,避免心理危机的发生。

4.社区层面

(1)营造良好社区环境。社区通过宣传栏、公众号等向家长和学生普及心理健康常识,如“心理危机的识别与预防”“青春期身心发展变化及如何应对”等,帮助他们提高心理危机识别能力。

(2)提供心理帮助。社区开放心理咨询热线,邀请专家进社区开展心理健康讲座,为有需要的学生和家提供帮助。社区工作人员对辖区特殊家庭孩子给予关怀,适时进行家访和慰问。

(三)中小學生“校—家—医—社”心理危机预防体系推广

在实践中及时总结经验,撰写有关的报告,深化实践成果的研究,做好相关经验的推广。该校形成了1套18本《三和人格》校内读物和《中小学心理委员培训手册》《心理危机预防教育家长读本》《心语心情案例集》,开展心育活动月活动,赴市内外开展心育讲座,心育工作辐射到了国内多个城市和学校,形成了从学校到家庭、社区、医院的心理危机预防合力,引领区域心育工作持续发展。

三、中小學生“校—家—医—社”心理危机预防体系的实践成效

(一)全员心育模式

该校在开展丰富的心理健康教育(简称心育)工作中,形成了三维27项活动网络体系(图7),营造了浓厚的心理健康氛围,每个教师都成了学生的心灵导师。

该校开展心理健康工作十多年来,重心从面向个别心理问题学生转向了面向全体学生的心理健康发展。心育队伍也从几个专职心理教师逐渐发展到全体班主任、再到全体教师,把心理健康工作推向了全新的局面。

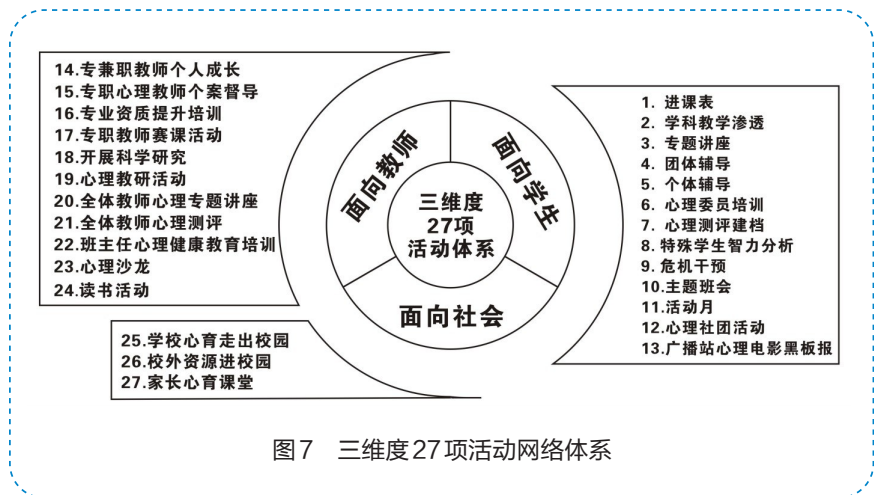


图7 三维度27项活动网络体系

(二)辐射引领

该校面向两江新区开展心育活动月展示活动,不仅提升了区域心理教师的专业水平,还引领了区域心育工作的高效开展。学校牵头组织心理健康讲座,大力宣传和普及心育知识,提升了教师、家长的心育能力。定期开展心育走进社区活动,为社区居民送去人文关怀。实施支教山区行动,推动了山区学校心育活动的开展,播撒了心育活动的种子,起到了很好的辐射引领作用。

辐射引领作用。

本文为重庆市教育科学“十三五”规划课题“中小學生‘校—家—医—社’心理危机预防体系的建构及实践研究”(编号:K22YG139648)成果。

