健康成长从心灵成长开始

沪上中职校多途径关注中职牛心理健康

青春期是个永恒的 话题,对于身处青春期 的孩子来说,心理的变 化是最微妙也是最值得 呵护的。学生的成长离 不开心理的成长,关注 这一时期中职生的心理 健康,帮助他们顺利度 过青春期,就显得尤为

沪上中职校对学生 心理健康教育给予了高 度关注,从教师、教材和 课程方面不断深入研究 和实践,为提升中职生 自信心、帮助其建立积 极健全的人格保驾护 青年报记者 徐红清



培育一批中职校心理名师

为进一步发挥上海市中等 职业学校优秀教师的示范、引 领与辐射作用,培养带动更多 优秀职教教师,本市于今年年 初启动上海市中等职业教育名 师培育工作室试点工作。

颜苏勤心理健康名师培育 工作室,是47个立项的名师培 育工作室中,唯一一个研究中 职生心理健康教育方面的工 作室。 "希望通过培育工作室平

台,发挥中职校现有的心理健 康'名师'的作用,传帮带一批 中职校心理名师。"市教委赵老 师表示。工作室带头人颜苏勤 老师,是上海市商业学校心理 工作室主任、上海中职心理专 委会秘书长,长期致力于青少 年心理健康教育、青春期教育、 危机干预及家庭教育等方面的 理论研究和教学实践探索。

来自食品科技学校汪清 华、徐汇职高的强丽君、房地产 学校的王怡等5所中职校心理 教师,经过层层选拔,成为工作 室学员。

日前,该工作室签约仪式 在上海市商业学校举行。仪式 现场公布了名师培育工作室学 员发展规划,带教方案等一系 列培养规划。"包括培养学员的 基本素养、培养学员中职心理 健康特色课程开发和教学、科 研工作的能力等。"颜老师表 示,以教师成长带动学生的成 长,名师培育工作室就是要给 中职校心理教师提供一个成 长、提升的平台。

工作室会给学员带来怎样 的成长呢? 此前参加过心理个 案培训活动的陈凤娟老师深有 感触:"个案的修改是一个繁杂 和自我提升的过程,在反复锤 炼的文章中积累、超越,最终成 就教师独有的风格,在不断进 步和提升中,帮助心理老师成 为专家型心理教师。"

教材 从无到有,弥补教学空白

记者从会上了解到,由颜 苏勤主编、上海16位中职校心 理教师参编的《中职生青春期 心理健康自助手册》,已经被列 入教育部中等职业教育课程改 革国家规划新教材配套教学用 书, 弥补了中职生青春期健康 教育没有教材的缺憾。

该教材几乎涵盖了中职生 青春期的所有热点问题,通过 向中职生介绍关于青春期心理 健康的知识与自助技能,帮助 他们建立正确的性价值观,积 极、正面地去理解和解决自己 的青春期困惑,从而帮助他们 形成完整的人格。该手册作为

新采用的教材,已在沪上中职 校中被广泛使用。

此外,由颜苏勤老师主编, 35 所中职校心理教师参编的 《团体心理辅导主题活动方案》 于2015年9月正式出版。

该教材历经5年时间的打磨, 形成了35个适合中职生心理和成 长特点、解决学生现实问题的团 体心理辅导主题活动方案,并归 类为"自我探索篇"、"人际交往 篇"、"生活指导篇"等7个单元。

"两本教材有理论,更有方 法和技巧,汇聚了上海市中职 校一线心理教师多年来经验和 智慧。"颜老师表示。

课 程 心理健康慕课走进中职校

进入中职校后,如何安排好 自己的学习任务? 如何与老师 和同学相处?如何在面对困难 时找到解决问题的方法? 如何 提升自己的职业技能,做好择业 准备……这些问题可以在课堂 上找到答案吗? 什么样的课程 能够让处于青春期的学生们更 容易接受?

结合中职生特点,超星集团 打造十门德育慕课。其中,由颜 苏勤任主讲教师,关注中职生青 春期心理健康成长的《中职生心 理健康》课程已研发完成,该课 程基于慕课化的教学设计理念, 从教师、学生、课程内容三个角

度出发,共同探讨中职生心理健 康问题。

课程以图文解说、手绘、动 漫、虚拟交互、学生采访及真人 情景演示等多种呈现方式,内容 贴近学生生活,形式符合中职生 学习特点,使中职生在问题的引 导下打开心结,认识自己的心理 问题,学会调节自己心理问题的 方法:在情景中感知自己内心的 变化,学会正确对待自己这一时 期的心理世界。

在去年4月该课程的试讲 课堂上,颜老师以"情绪我调控" 为主题,运用视频播放、学生互 动讨论、情景演绎等方式,使学 生对"什么是情绪调控"有了更 深的认识,通过课程学会如何在 日常生活、学习中正确地释放压

"有趣"、"有收获",不少同 学对视频内容表示认可,真实的 案列、有趣的漫画、师生讨论,课 程贴近学生生活,引发强烈共

同时,该套慕课课程依托网 络教学平台,强大的数据统计分 析,为中职学校的心理健康教学 带来全新方式。应用软件能够 清晰地记录每一位学生的学习 痕迹,实现可视化教学管理。交 互性、社区化、跨平台等特点,将

为学校引进优质师资,为教师提 供高质量、有针对性的教学资

据悉,该套慕课课程将于新 学期正式上线,在全国范围内已 有300多所学校试点,届时将会 为学生带来全新的学习体验。

上海市中职校青春期心理 健康教育工作,将不断寻求新的 突破和成长。颜老师表示:"希望 中职心理教师在专业化成长道路 上不断突破,并形成适合本校中 职生实际的心理辅导特色;同时 希望能够有更多的中职生因此受 益,让每一位职校学子拥抱健康 的心灵、成就出彩的人生。"

■资讯

我国将建统一规范 早教行业标准

针对近年来我国早教行业 专业人才日益缺乏,相关培训、 管理缺乏统一标准的现象,16 日,中国专业人才库成立全国 婴幼儿早期教育考评管理中 心,旨在为中国婴幼儿早期教 育事业树立高质量的行业标 准,提升行业师资水平,培养更 多的早期教育行业高素质的指 导师、培训师和管理师等专业

据介绍,全国婴幼儿早期 教育考评管理中心将承担婴幼 儿早期教育指导师、婴幼儿早 期教育培训师、早教行业运营 管理师、家庭教育成长辅导师、 婴幼儿心理观察师等五类专业 人才在全国范围内的培训、测 评、考级管理,为他们颁发证 书,力争迅速提高中国婴幼儿 早期教育从业人员和管理者以 及婴幼儿家庭教育的整体质量 和水平。

同时,考评管理中心的专 家们来自婴幼儿早期教育、神 经科学、语言发展、儿童营养等 多个领域,将为考评管理中心 等级考试的培训内容和考评体 系提供综合性和前瞻性的专业 指导,逐步建立统一规范的婴 幼儿早期教育行业标准,并推 广标准化、科学化、国际化的婴 幼儿早期教育和家庭教育考评 管理体系。

中国专业人才库管理中心 主任刘琅表示,通过考评管理中 心系统培训、考试合格的人员, 可获得中国专业人才库管理中 心颁发的专业人才等级证书,作 为专业人才储备,存档供各政府 机关、企业、事业单位、大专院校 和科研院所使用,是用人单位岗 位聘用、职称评定、职务晋升的 重要参考依据。

中国专业人才库成立于 2008年7月,是我国国家智库人 才培养、储备和配置的权威机 据新华社由

"醇香温暖童心" 公益活动举行

本报讯 记者 郭颖 据不完 全统计,中国现有失亲儿童超过 71万,这些失去父母、亲人的孩 子们需要获得来自社会各界的 帮助。由桂格燕麦携手春晖博 爱儿童救助公益基金会发起的 "桂格醇香暖童心,一杯子早餐 约定"公益行动,就凝聚无数人 的关爱祝福,带给孩子们真实的 暖心帮助。

据悉,从网络到线下,无数 网友、消费者通过桂格的平台参 与到公益行动中,让更多人了解 失亲儿童群体,承载着拳拳社会 大爱,源源不断地注入孩子们的 心田,汇聚成了这个冬天最暖心 的公益力量。

→ 联系我们 xueshengdb2014@163.com