

## 同心抗疫 南安在行动



# 开设空中云课堂、开通心理支持热线、开展线上家访…… 南安多举措筑起师生心理健康防线

■本报记者 王菲娜 林超连

“同样是面对疫情,同样是居家学习,为什么疫情过后,人与人差别那么大?”“疫情之后,你希望自己成为什么样的人?是激进勇进、后来居上,还是不思进取、荒废沉沦?”听着屏幕上老师一句句触及内心、很现实又接地气的话语,孩子们陷入了沉思,不少人则赶紧做起了笔记。

这一幕,发生在3月20日下午南安市教育局组织开设的南安市疫情心理关爱云课堂上。当天,南安市教师进修学校心理教研员、南安市未成年人心理健康辅导站负责人吕新鹏老师,为全市中小学生学习带来了一堂主题为《用心战“疫”,主动适应》的心理健康空中“云”课堂。

### 70多万人观看点赞心教云课堂

本轮疫情发生以来,南安全市师生随即进入居家学习状态。为了更好地帮助因疫情防控而居家学习的同学们,让他们能够主动做好心理防护,调整心态,保持身心健康,南安市教育局利用钉钉等在线学习软件,组织开展了疫情心理关爱云课堂讲座。

云课堂一开始,吕新鹏先用两个手指操小游戏,把学生们带入轻松愉悦的学习环境中。随后,他通过文字故事、视频、音频等手段,让学生们认识焦虑,并直面焦虑。课堂上,他还分享了三招居家学习中心理调适的方法:“改变想法、主动适应、冥想放松”

一个多小时的讲座,干货满满,让全市师生家长受益匪浅。讲座结束后,学生及家长们以“点赞”的方式表达对此次讲座的赞许。“听了新鹏老师的心理讲座课,豁然开朗。”“很受用,句句讲

到我们心坎上,道出了家长的心声。”记者了解到,当天在线参加学习心理关爱云课堂的学生和家长达73.3万人。

吕新鹏透露,接下来,南安市教育局还将陆续推出“亲子关系及有效沟通,时间管理与学习方法、手机使用与自律”等方面的心理关爱主题的云课堂,以进一步满足疫情防控居家学习的心理成长需要。

同时,南安还将发挥区域心理健康教育资源共享的及社会心理教育共享的优势,邀请泉州地面上的心理教育专家进一步开设公益心理大讲堂,以进一步普及受惠师生和家庭,扩大心理健康教育成果成效。

### 多措并举织起心理健康防护网

疫情发生以来,南安市教育局坚持把师生生命安全和身心健康放在第一位,做好居家学习期间,学生思想心理工作,强化学生心理疏导和家校联系。通过一系列饱含人文精神、富有温度的创新举措,为孩子们筑起了保护身心健康的“铜墙铁壁”。

3月15日起,南安市教育局就开通了心理支持热线,并组建一支由国家二级、三级心理咨询师为主要成员的心理支持志愿服务队,为全市师生和学生家长提供心理危机干预和心理咨询服务。各校心理辅导室热线电话也保持接听畅通,为学生提供有针对性的心理援助服务。

针对中小学生学习可能引起亲子冲突、紧张、焦虑、恐惧等心理问题,南安市教育局还编印《心理防疫关爱手册》,为学生和家长关爱自己、调节情绪、适应疫情防控下的学习工作和生

活等提供帮助。各中小学校也结合实际,整理汇编心理健康知识、心理自我调适、心理辅导指南等学习资料,利用校园网站、学校微信公众号、微视频、微信群等形式,向教职员工、学生普及心理健康知识,引导师生做好自我心理调节。

南安市教育局思政科工作人员告诉记者,教育局要求各学校加强学生心理健康状况动态监测,重点关注近期家庭有变故、亲子关系紧张、学习压力大、身体有疾病、平时心理存在问题,特别是有线上心理咨询求助的学生,出现明显情绪问题、沉迷电子产品或行为偏差等情况的学生心理状况,制定针对性干预方案,做好“一生一档”管理和心理疏导工作。

“通过与家长的暖心交流,及时了解学生居家学习期间的思想心理情况,分层分类做好学生的心理调适辅导;及时向家长通报学校的教育教学安排,缓解家长焦虑情绪;就困扰家长的典型问题开展专题讲座,协助家长建立良好的亲子关系。”教育局工作人员表示。

记者了解到,下一步,南安教育系统心理健康云课堂将持续开设,观看对象将从全体学生延伸到其他特定群体,包括毕业班学生、学生家长、教师等特定群体,最大限度满足不同群体疫情期间的心理需求。

### 小贴士

## 疫情期心理调适 家长可以这么做

南安市教师进修学校心理教研员、南安市未成年人心理健康辅导站负责人吕新鹏表示,疫情期间,家长在孩子心理调适上的配合可以从两方面着手。

一是在认知方面做减法,要克服减少家长的教育焦虑。要承认网课的效果确实不如线上班级上课的事实,这就要求家长们要敢于面对孩子网课学习的各种“不良表现”的事实,特别是青春期的孩子,更要表现出耐心。“不盯着孩子一举一动的行为细节,要抓大放小,给孩子一定的空间和自由权利,注重强调孩子网课学习后的自由自主安排,而不是过度干预控制孩子,反而引起孩子的逆反。”

其次,在有效亲子沟通方面要多加法,学会有效沟通,增加亲情感。吕新鹏建议家长,不讲大道理,不唠叨,更不要因手机使用问题与孩子发生争执或打骂孩子等暴力沟通或暴力肢体冲突行为。

另外在引导孩子热爱生活方面,可以引导孩子利用居家期间学习厨艺,做些力所能及的家务;可以多腾出时间陪伴孩子,与孩子做游戏、谈心、共同完成一些事情,这些都有利于帮助亲子更加和谐,也有利于家长借此疫情,变坏事为好事,增强家庭和谐。

## 莫道桑榆晚 抗疫勇担当

# 罗东退休老教师积极参与疫情防控

■本报记者 林超连 王菲娜

疫情当前,各方力量汇聚,凝成一股股爱的暖流。在南安的抗疫一线,活跃着一群两鬓斑白但热情不减的退休老教师们,他们退而不休,勇敢地站在了抗“疫”的第一线,用实际行动诠释了“莫道桑榆晚,晚霞尚满天”的老教育工作者大无畏的担当情怀。

“你好,请出示健康码。”“你好,请把口罩戴好,保护自己也保护他人。”“你好,预登记可以扫这个二维码”……3月24日,位于罗东镇山坂、蔡厝等村的大规模人群核酸检测采样现场,身着

红马甲的志愿者们穿梭在人群中,协助核酸检测采样工作。这群志愿者中,不乏鬓角斑白的老人,他们都是来自罗东中心小学的退休老教师。

以黄种胜、黄乙来、李梅英、黄紫明为代表的退休老教师们,退伍不褪色,他们认真学习防疫知识,积极参加防控工作。在每一个大规模人群核酸检测采样现场,他们身穿红马甲,提醒参检群众戴好口罩,协助接种的群众扫码登记、检测体温、保持距离、有序排队、离场,保证了核酸检测采样工作高效、有序地进行。

记者了解到,自新冠疫情发生以来,罗东中心小学的退休教师志愿者们

就积极投身防疫一线。他们除了协助做好核酸检测采样、疫苗接种,还主动协助村居向村民宣传普及新冠疫情防控知识,帮助学校做好线上教学工作,为疫情防控捐款捐物……他们为打赢这场无声的战“疫”默默地奉献着,充分体现了老教师的责任与担当。

19日,罗东镇南溪小学退休教师黄民进,带着他募集到的3万个KN95口罩,走进罗东镇各中小学,为学校送去抗疫物资。本轮疫情发生以来,作为老党员和退休老教师代表,黄民进组织带领“黄良庵基金会志愿者”积极投入防控工作。他不仅为罗东镇各中小学等单位募

集了2.6万个一次性口罩、3万个KN95口罩,还为罗东镇振兴村募集了1万元防控资金,为山坂村募集5000元资金,他自己也向潭溪村捐赠了1000元。

从在岗到退休,从教室到防疫一线,改变的是工作和场地,不变的是责任和担当。“我们是党员,退休不能褪色,虽然已经是老胳膊老腿儿,别的大事做不了,但还是希望力所能及地为疫情防控工作出点力。”一声响应就是一份忠诚,一笔捐赠就是一片爱心。在南安的爱心战“疫”的路上,以黄民进为代表这群退休老教师们,上演着一个又一个暖心故事,筑造抗疫路上的最美风景线。



教育资讯

疫情期间

## 南安各学校开展“云家访”

本报讯(记者 林超连 王菲娜)为更好地了解学子们的居家学习生活情况,近日,包括南安市第五小学在内的多所学校集中开展了“云家访”活动。

第五小学各班老师与家长确定沟通时间后,分组进行线上家访,通过视频、微信、电话、调查问卷等方式,将爱送到了每一个家庭。

家访中,老师们主动向家长和同学们了解居家学习情况、生活健康情况、心理状态,与此同时,老师们也指导学生合理作息,缓解学生焦虑情绪,认真听取学生和家遇到的问题,并提供解决办法。针对个别学习积极性不高的学生,老师们耐心地进行心理疏导,鼓励他们树立信心,并建议家长利用电话、微信等方式,加强与老师的沟通交流。视频里,孩子们也暖心地说着对老师和同学的思念。老师则鼓励孩子们以积极健康的心态应对此次疫情。

疫情阻隔了师生之间的距离,却割不断师生之间的真情。记者了解到,疫情期间,南安各学校纷纷利用钉钉等线上学习平台开展“云”家访,尽管隔着屏幕,传递的却是学校爱的牵挂;真诚的云端交流,诠释的是浓浓的家校情、师生情,也再一次拉近了老师与家长、孩子们的距离。

南安组织参加

## “新优质学校”项目故事征集活动

本报讯(记者 林超连 通讯员 叶冠毅)日前,上海市教育科学研究院新优质研究所开展以“新优质 新故事”为主题的征集活动,面向上海市及全国“新优质学校”项目推广应用示范区试点校在落实“双减”政策的教育教学发生在校园的生动故事。

征集启动后,作为“新优质学校”项目推广应用示范区,南安积极动员7所试点校教师认真参与,利用寒假时间进行撰写制作,深度挖掘各校在“新优质学校”项目建设推广应用的过程中遇到的生动、感人故事。记者了解到,本次“新优质 新故事”活动征集南安共收到7所试点校视频故事10个和书面故事47个,其中第一实验小学和第二小学各报送视频故事1个,第一小学报送视频与书面故事11个,柳城小学报送书面故事12个,第五小学报送视频与书面故事6个,国专中心小学报送视频与书面故事16个,昌财实验小学报送书面故事5个。这些故事讲述了学校发展变化、教师幸福成长、学生快乐学习等方面的精彩瞬间,耐人寻味,启迪思想。

南安报送的“新优质 新故事”得到了上海市新优质研究所专家的高度肯定,他们认为,南安教师在“新优质学校”项目的推广应用过程中既学习成果、运用成果,又创新成果、创造成果,为新优质学校的进一步发展提供了实践“因子”。经过成果持有方上海专家的精心筛选,南安有部分故事将在上海教育科学研究院主办的微信公众号“走进新优质”中展播,目前,第一实验小学的《风筝飞起来了》视频故事已经展播。

“南”关共渡 “安”然无恙

# 相关检查主动配合 对人对自己都是负责

