



## 倾听心声 陪伴成长

# 实验小学:加强心理健康教育 呵护学生健康成长

心理健康教育作为学校德育工作的一部分,是一项意义重大的教育工程。扩大完善校园心理咨询室“心灵驿站”、建设心理健康教育团队、开齐开全心理健康教育课程、定期开展心理健康主题活动……近年来,市实验小学心理健康教育交出了一份份亮眼的“成绩单”。



主题班会课。

近日,市科技局开展“书记讲党课”专题活动,该局负责人以《习近平谈治国理政》第四卷为内容作专题党课宣讲,从理论和实践等层面进行了系统解读,进一步推动该局全体干部职工深刻领会、准确把握《习近平谈治国理政》第四卷精神实质。

市科技局强调,全局上下要紧紧围绕“五位一体”和“四个全面”战略布局要求,深刻领悟“两个确立”的决定性意义,立足部门职能和岗位职责,坚持将《习近平谈治国理政》第四卷理论学习与科技服务、高质量发展等重大任务深度融合,紧盯“一个先行区,三个新高地”及“2+2+4”产业链高质量发展战略目标,不折不扣落实上级工作要求,坚定不移推进跨江融合发展、科技政策宣传、高层次人才引进、科研平台建设、高新技术企业挖掘等工作,全力助推我市科技创新高质量发展。

通过学习,市科技局干部职工纷纷表示,要以深入学习《习近平谈治国理政》第四卷为契机,切实把学习成效转化为服务新发展格局、推进高质量发展的实际举措,提速、提质、提效完成各项工作。

## 科技局开展『书记讲党课』专题活动

通讯员 郑芯

### A 从“心”出发 打造孩子信任的“心灵树洞”

浅绿的墙壁、淡雅的窗帘、配套的心理测评软件、舒适的沙发……走进市实验小学“心灵驿站”,给人一种赏心悦目的轻松感。在这里,学生们可以安心地向心理老师吐露心声;也可以躺在个体辅导室的音乐放松椅上,倾听怡情养性的优美旋律,在沙盘游戏中一展身手;还可以到情绪宣泄室去呐喊、捶打宣泄人,释放压力。

“我们学校的‘心灵驿站’成立于2018年9月份,2021年暑期进行了扩建完善,目前设有办公接待室、个体辅导室、团体辅导室、情绪宣泄室4间功能室,总面积200多平方米。现在‘心灵驿站’的位置相较以前,更方便学生进出,而且更为私密,整体风格温暖宁静。”市实验小学心理健

康老师费紫薇介绍,心理咨询并不是“看病”,只要有心理和情绪问题,就可以进行心理咨询,这就好像去老师办公室请教问题一样,是再正常不过的事。

“我们在讲情绪主题心理课时,会告诉学生,有不良的情绪产生是很正常的,但要学会合理、正确地宣泄。”费紫薇说,前来寻求帮助的学生,有些是自己来的,有些是班主任推荐的,考虑到有些学生比较内向害羞,不好意思找心理老师聊,学校还贴心设置了“心语信箱”,学生可以通过写信的方式倾诉。“在进行个体心理疏导的同时,我们还会带学生前往体育馆、户外等场所开展团体辅导活动,大风吹、抓住小蜜蜂、优点轰炸等游戏深受学生喜爱。”

### B 以“心”育人 给孩子贴心教育

“上了心理健康课,我明白了健康不仅仅是指身体健康,心理健康也非常重要。当我们不高兴或者遇到困难挫折时,都可以找心理老师沟通,她会帮助我们赶走坏情绪、放松下来。”市实验小学三年级学生黄钰言告诉记者。

近日,市实验小学为三年级学生举办了一堂《阳光成长之旅——认识心理健康》主题班会课,促进学生人格健全发展,全面提高学生心理素质,为学生心理健康保驾护航。

“三年级的学生自我意识开始萌芽,会产生一些想法,所以需要老师引路,帮助他们理解什么是心理健康。后续,我们还会开展系列课程,包括介绍有趣的心理现象、心理调节方法等。”在费紫薇看来,小学生心理健康教育应当以普及知识为主,班会课只是一种载体,要通过引导和交流,帮助学生提高心理健康意识,树立正确的健康观念,预防心理疾病的产生。

除定期开展班会课外,市实验小学还开设了《青春期心理》《后疫情时代学生心理引导》《防校园欺凌》《专注力训练》等讲座,并通过学校宣传栏、微信公众号等平台进行心理健康知识普及,帮助学生正确认识自我,不断提高心理素质,培养乐观、向上的心理品质,促进人格健全发展。

记者 王雅婧

## 邂逅水韵江苏的美

党的二十大代表 周维忠

10月17日晚,参加党的二十大的代表们前往北京展览馆,参观“奋进新时代”主题成就展,感受新时代十年党和国家事业取得的历史性成就、发生的历史性变革。

在大运河国家文化公园江苏段建设展示园中,我看到“邵伯古镇”“扬州古城”“三湾”3个核心展品。熟悉的场景映入眼帘,在这里邂逅水韵江苏的美,一种豪情涌上心头,心潮难平。

习近平总书记在党的二十大报告中提出,推动绿色发展,促进人与自然和谐共生。生态优先、绿色发展,江苏如今的高质量发展更聚焦“美”,

人民群众更期待“美”,生态治理正奔向“美”。

我生在农村,房前屋后就有河。如今,农村河道管护成为群众性活动,群众家门口的小河水清了、岸绿了、景美了,幸福感和获得感不断增强。

从大江大河到小沟小汊,从饮用水水源地到湖泊湿地,十年来,我国水生态环境持续向好,水生态环境保护发生历史性、转折性、全局性变化。十年,只此青绿,岂止青绿!



## 上下同心接续用力 不断开创社会治理新局面

(上接第二版)

严格督查考评,督查要动真,坚持目标导向、问题导向,考评要严格,奖惩要分明,注重督查考评结果运用;凝聚工作合力,要牢固树立“一盘棋”理念,注重部门协同,善于发动群众,主动接受监督。

就贯彻好会议精神,李林要求,健全治理体系,打造共建新格局。要坚持党建引领,切实增强基层治理的组织力和政治引领力;要坚持多元治理,推动政府治

理、社会调节、居民自治联动融合;要坚持底线思维,把风险防范作为社会治理重中之重。创优治理方式,构筑共治新平台。要突出指挥平台建设,切实做到平时分工负责、急时联动处置、战时一体运行;要突出网格平台建设,明晰责任分工、职责任务和工作机制;要突出信息平台建设,努力实现“一屏观全域、一网管全城”。压实治理责任,释放共享新活力。要强化合力攻坚,全面梳理、

查漏补缺、强弱补短;要强化督查问效,把考核评估作为总结经验、发现问题、推动工作的过程;要强化宣传引导,畅通社情民意反映渠道,及时回应群众关切。

会议解读了《关于进一步提升社会治理现代化水平的实施意见》;观看了真州镇佐安村社会治理创新短片;市委政法委、市委组织部、市民政局、市司法局、真州镇、刘集镇刘集社区等单位分别作交流发言。

记者 巫蓉