

实施三大攻坚行动，打造港城心育模式

■连云港市海州实验中学 瞿叶庭

培训中，相关专家教授提出“管理提级、能力提升、协调提效、生态提优”润心工作举措，打造“课程、活动、辅导、干预”协同模式，构建“四位一体”心育框架，为学校心理健康教育提供了系统性指引。2024年，连云港市推出“精准滴灌润心护苗行动方案”，以分层分类施策实现“整体性+精准性”融合，与这一理念深度呼应。

作为参训者，我深感教育者需以温暖语言为舟、长效制度为桨，通过滴水穿石的持续浸润，构建守护者幸福成长的教育生态。下一步，我们将立足区域实际，系统推进心理健康教育提质增效，重点实施三大攻坚行动。

精准落实润心政策。以《江苏省关爱青少年生命健康润心行动实施方案》为行动纲领，构建“政策解读—任务分解—过程督导”闭环机制，创新打造“一校一案”特色实践样本，通过“心理健康月”品牌矩阵建设、家校社三维联动平台升级，推动政策红利转化为育人实效。

深耕心育校园文化。着力构建“课程浸润+活动滋养”双轨并行模式，将心育元素有机融入主题班会、社团活动及校园五大节日体系，重点培育“心灵成长周”“校长暖心信箱”等品牌项目。同步建立“骨干教师进阶工作坊”，锻造案例研讨、技能实训、督导研修三级培养链条，助力教师从基础技能掌握者转变为幸福教育引领者。

凝练地方润心品牌。深度挖掘山海文化基因与西游精神内涵，创新研发“山海心语”特色课程体系，打造“花果山叙事沙盘”“连岛正念疗愈营”等在地化心育载体。同步构建“家校社联动护心”协同机制，通过“一校一策”经验图谱绘制、示范项目培育孵化，力争形成可复制推广的“港城心育模式”，争创省级心理健康教育示范标杆。

育人育心，守望成长

■镇江市宜城中学 严光顺

心理健康教育不仅是学生成长的“必修课”，更是学校落实立德树人根本任务、构建高质量教育体系的“基石工程”。在此次专题培训活动中，有的教授提出“四位一体”心理健康教育体系，启发我们转变育人视角，从问题干预转向积极赋能，通过“发现学生优点”行动等实践引导教师和家长共同挖掘学生潜能，重塑积极评价体系；有的教授强调“预防大于治疗”理念，推动构建“预警—干预—支持”全链条机制，借助心理测评动态数据和多方观察实现精准识别，强化全员心理教育意识；有的教授提出关于抗逆力培养的策略，为初中学生应对学业压力和人际挑战提供了挫折教育与支持网络构建的双重路径；还有的教授提出“懂得、助得、获得”家校沟通理念，提升教师共情能力和沟通技巧，构建家校教育共同体。

这些创新实践共同指向系统性心理健康教育范式的转型，既关注学生积极心理品质培育，又完善危机预防体系，更强化家校协同机制，形成多维赋能的成长支持网络。当师生在团体辅导中敞开心扉对话，当学生在心理剧舞台上细腻演绎家庭关系

时，教育的本质愈发清晰，促使我们重新审视育人生态。

心理健康教育需要系统化推进，更需要全体教育工作者协同发力。强化资源整合是首要任务。我们将加大心理教师专业培训力度，鼓励班主任参加心理辅导相关培训，引入校外专业机构资源，通过定期督导与案例研讨提升教师心理教育能力。优化育人空间，改造升级心理辅导室，增设“心灵放松舱”“情绪宣泄角”等功能区域，打造校园“心育文化长廊”，展示学生原创心理健康主题作品，让心育理念可视化、可感知。与此同时，深化家校协同机制，开设家长心理健康课堂，举办“家长心理沙龙”“亲子心理工作坊”等，更新教育观念，建立家校心理沟通平台，构建教育支持网络。

心理健康教育绝非某个岗位的单打独斗，而需要全校乃至家庭、社会的系统支撑。学校教育必须从“关注成绩”转向“关注成长”，从“被动应对”转向“主动预防”。我们将以心理健康教育为支点，撬动育人模式的深层变革，让每个生命都能在温暖的教育生态中向阳生长，让心理育人真正成为滋养学生终身发展的沃土，成为学校高质量发展的核心动能。

以“运河润心”，绘成长画卷

■扬州市弘扬中等专业学校 沈丽霞

心理健康教育是关乎培根铸魂的系统工程。此次培训，专家们提出多个理论建构与实践路径，为基层教育工作者提供了清晰的行动指南。其一，坚持“五育”融合与润心护学双轨并行，通过德育铸魂、智育启慧、体育强基、美育润心、劳育砺能的协同作用培育健全人格；其二，构建“家—校—社—医”四方协同机制，通过信息共享、资源整合形成立体化防护网络；其三，实施抗逆力培养计划，将心理韧性训练融入教育教学全过程。

作为大运河文化带重要节点城

市，扬州依托千年运河积淀的文化基因，在心理健康教育领域走出一条特色化发展道路。我们以文化浸润为切入点，构建“三位一体”的心理教育体系。通过医教协同机制搭建绿色转介通道，为青少年心理健康筑牢安全屏障；创新开发“运河心语”校本课程，将雕版印刷等非遗技艺与情绪管理有机融合，在刀锋流转间实现文化传承与心理疗愈的双向赋能；精心打造“运河同心链”家校社共育模式，开展系列亲子研学活动构筑三维育人空间。此外，我市率先搭建运河成长云档案平台，

运用人工智能技术贯通基础教育全学段，实现心理健康风险的智能预警与精准干预。在课程体系建设方面，我们深度挖掘漕工号子等运河文化元素的心理育人价值，将其转化为团体动力训练项目，同时创新“运河研学+心理赋能”实践模式，开发古琴聆听等沉浸式课程培育抗逆力。目前，全市已形成由非遗传承人、心理教师、文化学者组成的跨界师资梯队，为特色心育模式提供可持续的人才支撑，初步探索出一条传统文化与现代心育深度融合的创新路径。

深化“润心”工程，“四位一体”育人

■淮安市周恩来红军中学 陆晓亮

近三天的培训课程与实训，让我们深刻感受到心理健康教育的专业性与实践性。其中，相关学校探索心理辅导室建设路径，提出“四位一体”建设模式并总结出4个特点，令我们受益良多。

在空间建设层面，从“标准化”走向“人文化”。镇江市红旗小学校长王芳分享“童年记忆点”设计理念，启发我们将红色文化与心理疗愈有机融合，创新性提出“红色文化角”建设构想，使心理辅导环境既符合专业标准又彰显地域文化特色。

在师资培养维度，从“单兵作

战”到“全员协同”。通过构建“心理+德育”联动机制，有效提升班主任、学科教师的心理辅导能力。无锡市积余教育集团总校长丁伟建提出“九年一贯心育体系”，为我们提供了跨学段师资协作的实践范本，促进了心理健康教育的系统性和连续性。

在活动设计方面，从“零散化”走向“课程化”。将心理课程、家长课堂等纳入学校常规工作，确保心理健康教育常态化开展。同时，借鉴“正念疗愈”实训经验，积极开发符合本校实际的正念疗愈

校本课程，使心理健康教育更加系统化、科学化。

在家校联动机制上，从“单点突破”到“生态共建”。定期举办家长课堂、亲子互动工作坊等，构建家校共育新样态，引导家长科学参与学生心理建设，形成心理健康教育家校协同发展的良性生态圈。

下一步，淮安市将以本次培训为行动起点，持续深化“润心”工程，以系统化举措践行心理健康教育护航使命，重点实施三大行动计划。在技术赋能层面，创新引入沙盘治疗、艺术心理干预等多元化技

术手段，打造具有区域特色的心理健康教育品牌矩阵，推动心理辅导从基础服务向精准疗愈转型升级；在专业化深耕领域，构建“基础+进阶+专家”三级师资培养体系，重点强化教师危机识别、个案跟踪等核心能力，着力建设理论扎实、技能全面、创新务实的心理健康教育骨干梯队；在家校社协同育人方面，开发心理健康教育科普资源库、建立家长成长学院等创新载体，构建“学校主导、家庭参与、社会支持”三位一体的心理健康防护网络，持续完善全环境育人新格局。

打造“铁军”文化，守护心理健康

■盐城市长江路实验学校 王志贵

本次培训中，有的教授结合实验数据层层剖析，融入生活故事与互动案例，让知识“听得懂、记得住”；有的教授从专业前沿视角切入，结合跨学科理论与实践经验拓宽学员认知边界；还有的专家注重实操，通过情景模拟、案例研讨等方式，手把手传授心理干预与辅导技巧，实用性极强。

盐城市长江路实验学校是一所服务城乡接壤地带的区直公办学校，现有师生千余人，大部分在校生长自征地农民家庭。当淳朴的乡土地色遭遇现代城市文明冲

击，如何引导学生健康成长成为亟待破解的教育命题。为此，我们始终秉持“发掘潜能、激发动力”的育人理念，通过构建“三位一体”育人体系，将心理健康教育与文化教育有机融合，形成富有特色的教育范式。

在文化育人方面，我们坚持“以生为本”的校园文化建设理念。围绕社会主义核心价值观，打造“会说话”的校园文化墙，让每面墙壁都成为育人载体。通过“读一本好书，让心强大起来”“写一手好字，让心安静下来”等系列主题活动，构建书香校园体系。定期开展

“最美教室”“最美课桌”“最美餐桌”评比活动，营造文明有序的校园环境，引导学生在参与中实现自我认知与成长突破。

我校创新性地将国防教育融入育人体系，形成独具特色的铁军文化教育品牌。依托盐城新四军红色资源，构建“三位一体”国防教育体系，组建国旗班、国防班、抗逆力训练营三大组织，实施爱国主义教育、行为习惯养成教育、厉行节约教育三项工程，达成校园文明有序、爱国情感升华、意志品质坚强三重目标。将地域红色基因与现代教

育理念相结合的创新实践，有效提升了学生的抗逆力水平，培养了积极乐观的人生态度，使学生在应对生活挑战时展现出更强的心理韧性。

下一步，我们将进一步完善学校心理健康工作体系，优化心理辅导室建设及使用，充分发挥其功能；加强师资队伍建设，通过专业培训与实践锻炼，提升教师心理健康教育能力；推动心理健康教育与学科教学深度融合，让学生在日常生活中感受心灵的滋养；加强家校社协同育人，凝聚各方力量，共同守护学生心理健康。



图为学员们参加分组讨论

“双核”共育，“七维赋能”

■宿迁市实验学校 张坤

宿迁市实验学校始终立足生命教育核心理念，将核心素养培育与生命教育有机融合，构建“爱润”育人理论体系，通过“七维赋能”实践路径系统推进“润心”行动，着力促进学生在认知发展、情感培养、人格塑造等维度实现全面、自由、可持续发展。

学校以“上工治未病”的预防性思维为理论根基，构建生命教育三级防护体系，分层递进、防治结合，着力打造生命教育全周期管理的系统解决方案。在前端预防层面，创设“课程—实践—文化”三维育人矩阵，通过系统实施学润、童润、艺润、思润、球润、技润、情润七大特色育人工程，将课程转化为启迪心智的甘霖，使文化升华为涵养品格的沃土，让实践成为锤炼能力的阶梯，全方位夯实学生生命成长的基础建设。在中端干预层面，聚焦学生心理发展规律，建立三级预警响应机制，通过建立成长导师制、打造心理健康课程群及浸润特色

文化，构建积极心理品质培育体系，实现心理问题的前瞻性干预与正向引导。在末端保障层面，创新构建“制度预防—技能培训—应急演练”三位一体安全防护链，实施标准化应急预案、常态化安全实训和实战化应急响应，为生命成长构筑起坚实屏障。

下一步，我们将以深入开展“润心行动”，进一步构建“七个一”成长体系，即培育一颗博爱之心、涵养一身文明之气、锻炼一副强健体魄、发掘一项兴趣特长、养成一生阅读习惯、掌握一套生活技能、制定一份进步清单。同时，深化“双核”共育理论研究，构建生命教育数字化评价体系，通过AI技术分析学生成长数据，实现精准育人；拓展“七维赋能”实践场景，开发跨校区、跨区域的生命教育共同体，推动优质资源共享；加强国际交流合作，与国际友好学校开展生命教育课程共建，培养具有中国精神、世界眼光的未来公民。

时时在线，事事关情

■江苏省泰州中学附属初级中学 潘霞

青少年心理健康教育是落实立德树人根本任务的关键环节，是推动学校高质量发展的重要保障。作为学校管理者，必须将心理健康工作纳入学校发展全局进行系统谋划，从被动应对心理危机的“应急干预”转向主动筑牢心理防线的“预防教育”，从依靠少数力量的“单兵作战”转向凝聚多方合力的“全员协同”，真正构建全环境育人新格局。

结合泰州地区各校特色实践，我们将着重从三个维度构建科学化、系统化心理健康教育体系。首先，强化顶层设计引领，优化校级心理健康工作领导小组职能架构，研制心理健康教育中长期行动计划，将专项经费纳入年度预算管理，重点推动心理健康辅导室标准化建设与常态化应用，夯实硬件基础与制度保障。其次，聚焦队伍建设赋能，持续推进专职心理教师配备工作，充分发挥其专业辐射作用，通过专题培训提升班主任及学科教师心育能力，联动校外专业机构构建“德育骨干+心理教师+心育专家”三位一体育人网络，形成专业支撑与资源整合的良性循环。最后，创新教育载体，着力转变教师育人理念，在深化心育课程专业性的基础上推动课程心育全覆盖，形成全员参与、全科渗透、全程贯穿的育人格局；系统规划社会实践路径，将课堂延伸至农场田间、场馆基地，拓展自然体验与社会实践的育人空间，让学生在沉浸式体验中培育健全人格。

教师是距离学生心灵最近的守望者。面对青少年阶段特有的成长阵痛，我们既要保持“时时在线”的教育敏感，更要秉持“事事关情”的育人温度。当下，部分学校仍存在重个体危机处置、轻群体发展支持的倾向，这要求我们必须以系统思维重构心理教育格局，实现三个维度的工作跃升。

在服务对象上从聚焦“问题学生”转向覆盖全体学生，开展心理健康普测，建立成长动态档案，围绕开学适应、学段衔接、生涯规划等关键节点开发阶梯式课程，让心理服务成为标配而非特需；在支持模式上从被动干预转向主动关怀，设立“解忧信箱”，搭建匿名倾诉通道，开通24小时心理热线构筑全天候守护网络，营造“有求必应、有诉必达”的温暖生态；在育人体系上从单一校域转向多元共育，定期举办家长成长工作坊和亲子心理沙龙，联动社区开发社会实践基地，构建学校主导、家庭参与、社会支持的立体化育人网络，让每个青春生命在协同呵护中向阳生长。