

26年来,南京审计大学心理健康教育教学部副主任高月兰为无数学生、家庭点燃温暖和希望——

用心“看见”每一个人

■本报记者 阿妮尔 通讯员 徐晗 唐小芳

时隔26年,南京审计大学心理健康教育教学部副主任、省家庭心理健康教育研究院执行院长高月兰还能清晰地回忆起第一次做心理咨询的场景。

那是一个失意的学生。“因为不知道该怎么面对,没有底气。”高月兰回忆道。见到学生前,她非常紧张。学生倾诉时,她除了递纸巾,没讲几句话,“她哭了10多分钟,我就默默听她讲,说到伤心处,我也不知不觉跟着流眼泪。”结果,女孩走出咨询室前,再三对高月兰表达感谢,“我好多了”。

第一次做心理咨询就这样莫名其妙地“成功”了,冥冥中似乎有一扇无形的门打开了,指引高月兰一路向前。

1999年,从东南大学硕士毕业的高月兰到南审应聘思政教师。时任学校领导从实际工作需要出发,提议她担任思政教师并兼任心理咨询教师。

那时,心理咨询在国内是比较前瞻性的概念。“我连心理咨询是做什么的都不知道,没有立刻答应。”怀着好奇,高月兰查阅资料,阅读书籍。心理学家岳晓东的《登天的感觉》让她对心理咨询有了初步认知。她发现,这是一个特别有温度的职业,它提倡尊重、

平等和接纳、共情。“我回复说我愿意,然后就这么进来了。”高月兰说。

早年间,学生来做咨询“偷偷摸摸”,生怕被人看到。“我经常看到来咨询的学生站在一楼台阶,东张西望四五分钟,确保没有人看到后一个箭步冲上来,进门后有时还要求把门反锁。”高月兰说,当时,来做心理咨询的学生承受很大的压力。渐渐地,学生们对心理咨询的接纳度越来越高,越来越多的人坦然走进心理咨询室,就像身体生病了去看医生一样自然。

其实,从事心理咨询时高月兰没想过自己能在这行干这么久。她的主业是思政教师,在个人职业选择中,她有过犹疑和彷徨。

“从内心来讲,我喜欢这份工作,和学生在一起我是开心的,是有成就感和价值感的,那就尽心尽力做好这个工作。”经过一番深思,高月兰决定,成为一名真正意义上的心理咨询师。

这条路并不容易。在学校支持下,高月兰接受“中德CBT”“中美精神分析”“家庭治疗”等专业的和系统的培训,在大量实践中不停摸索、总结。

“一开始做心理咨询时,觉得学生

是带着‘问题’来找老师,我们要去帮他们解决问题。慢慢地发现,心理咨询不是帮助对方解决具体的问题,而是帮助来访者了解、觉察自己的问题,然后靠他们自己的能力面对问题,最终走出来。”简单的几句话,背后是高月兰经年累月的实践与思考。

一般个体咨询中,高月兰常用认知行为疗法(CBT)。“通过调整认知改变情绪和行为,经过6次左右的接触教会他们掌握方法。当以后产生一些异常情绪时,学生自己能有觉察,会使用这个工具帮助自己。”

面对与家庭有冲突的学生,她发现,家庭疗法很有帮助。矛盾初期,学生不愿或不敢让家长和老师接触。高月兰充分尊重来访者意愿,用心倾听学生的内心。当学生觉得或许可以让父母来试试,她就邀请家长和学生一起开展家庭会谈,从家长关心的、能接受的角度引导,让他们觉察家庭互动

中存在的问题,并通过改变家庭不良互动祛除由此导致的学生情绪和行为问题。在这个过程中,高月兰成为了引导大家“看见”自己的人。

2022年,南审成立心理健康教育教学部,这个集教学、科研、心理咨询、危机干预及社会服务等职能为一体的专业机构,目前拥有15名专职心理教师。如今,担任教学部副主任的高月兰已成为省教育厅“关爱青少年身心健康”宣讲活动专家组成员、省未成年犯管教所家庭教育指导工作站家庭教育指导专家团成员,为无数学生、家庭点燃温暖和希望。

从早上8点到下午6点,每天在校10小时是高月兰20多年的工作日常。“藏在问题背后的人有不同的经历、不同的情感和表达,对心理咨询师来说,每一个人都是独特的。”在与一个个鲜活的人的接触中,尤其是当自己帮助到别人,高月兰说自己“也在被滋养”。



课间“拉长”，快乐“加倍”

(上接第1版)

活动“升级包”点燃成长热情

随着上午大课间时段开始,记者在扬州市育才小学东校区看到,学生们快乐地奔向操场,在教师指导下进行准备运动。“以前课间10分钟,老师会让我们远眺来缓解视力疲劳或者参与一些运动,我们都感觉时间有点仓促。现在课间变成15分钟,还有两个大课间,活动时间很充足,我和同学们都非常开心。”该校六(3)班学生陈沁瑶说。

在落实“2·15专项行动”过程中,扬州各校在活动策划维度展开创新探索,以丰富多彩的体育点燃学生的成长激情。

宝应县实验初中注重活动设计的层次性,实行上下午大课间“主题轮换制”,上午为活力广播操,下午为韵律集体舞,通过主题轮换,提升学生的参与兴趣与专注力,促进身体素质全面发展。15分钟小课间则推行“1+X”微运动模式,“1”为全员参与的课桌操(舞),“X”为班级自主选择的特色活动,如企鹅漫步、摸石过河、踢毽子、跳绳等,由班主任牵头组织,科任教师协同管理,确保“停课不停动”。

一到大课间时段,扬州市朱自清中学瞬间开启“沸腾”模式,从功能教室到运动场地,乒乓球在跳跃,足球在滚动,运动声、歌声不绝于耳,校园里充满欢声笑语。该校教务处主任邵鹏介绍,学校组织开展包括体育竞技类、艺术素养类、科学科创类等在内的各类活动,“我们希望以这些丰富多彩的活动为载体,打造‘沸腾校园’,希望学生们能够动起来、笑起来,最后‘燃’起来。”

为了鼓励学生走出教室,梅岭小学西区校在课间休息以及大课间活动中,为不同学段的学生准备了个性化的活动方式。“比如花样跳绳、踢毽子、打毽球等,在保证运动量的同时增加活动的趣味性。在体育课中,教师除了安排传统的田径、球类项目,还引入武术、舞蹈、韵律操等拓展课程,学生的学习兴趣明显提高了。”梅岭小学西区校体育教研组组长王致远说。

扬州市教育局局长殷元松表示,下一步,扬州将进一步强化学校“2·15专项行动”的动态评估与反馈,定期开展学生满意度调研,科学调整活动时长与形式,确保精准匹配学生需求。加大师资培训力度,推广课间趣味活动设计经验。同时,通过设立家长开放日、共享社区运动资源等方式,进一步完善家校社协同育人机制,让健康理念融入学生的日常生活。“我们将以更扎实的举措、更创新的思维,持续释放教育活力,为学生的阳光成长注入持久动能。”殷元松说。

南通举办市直学校2024级新教师规范化培训——

将“教育之乡”温度注入新教师成长血脉

本报讯(通讯员 苏陆琴)近日,“跨越山海,筑梦南通”南通市直学校2024级新教师规范化培训第四次集中研修在南通零距离自然营地举行,南通市教师发展学院为130余名来自全国17省、68市的客籍新教师架起融入南通的“暖心桥”,将“教育之乡”的温度与厚度注入新教师成长血脉。

“我是沈阳的,现在南通中学教物理。”“我是温州人,在苏锡通园区实验中学教语文。”活动中,一场“方言传声”游戏让操着各地方言的新教师笑作一团,地域隔阂悄然消融。

作为全国义务教育优质均衡发展设区市,南通始终以开放姿态广纳英才。活动中,南通市教师发展学院副院长余沪军提出“三有”期望:“做有根的教师,把江海文化的灵动融入课堂;做有光的教师,用专业情怀照亮学生成长路;做有梦的教师,与南通教

育发展同频共振。”这份寄语,与南通“一师一策”客籍教师关怀机制相呼应,该市通过开展方言课堂、文化寻访等活动,帮助新教师从“地理迁移”走向“心灵扎根”。

面对新教师“初上讲台手足无措”“遭遇突发状况心慌”等难题,南通市紫琅湖实验学校副校长左秀丽以3个真实案例为引剖析教育困境:合唱排练与期中备考时间冲突,如何平衡?学生在课堂上晕倒,怎样科学处置?发现学生早恋苗头,如何智慧引导?左秀丽提炼出“五步心法”:了解实情—处理急情—及时共情—解决事情—升华感情,强调“每个教育难题都是育人契机”。

来自广东惠州的新教师李奕琪表示:“刚入职时面临教学和带班难题,学校通过每周五的‘青年教师成长沙龙’为我们排忧解难,这份细致关怀让我找到了归属感。”据悉,南通教育系统通过“青

蓝工程”师徒结对、“新入职教师成长档案”等举措,让每位新教师的困惑都能得到“定制化解答”。

土灶生火、劈柴掌勺、围炉共话……在“乡野拾趣”环节,新教师们化身“大厨”,用劳动协作烹制教育情怀。来自辽宁葫芦岛的新教师李倩端出家乡冻梨:“食物是最好的文化使者,就像教育需要多元融合。”

南通市教育局副局长陈斌表示:“教师既要站稳讲台,也要读懂脚下的土地。”近年来,南通创新“乡土浸润式”培训,组织新教师走进张謇纪念馆感悟实业报国精神,深入启东吕四渔港体悟江海文化,在实境中厚植教育初心。

在拓展训练的最后,新教师们用10米纳斯卡巨画将活动推向高潮。来自38所学校的新教师执笔共绘,将长江波涛、南通钟楼、学生笑脸等元素融于一体,呈现“跨越山海,教育同心”的动人画卷。

“新质生产力视域下人工智能赋能语文教学研讨会”在江苏省苏州中学举行——

共话AI赋能语文教学新路径

本报讯(记者 杨潇)日前,“新质生产力视域下人工智能赋能语文教学研讨会”在江苏省苏州中学校举行。来自全国各地近500名专家学者、一线教师齐聚一堂,围绕“科技与人文齐飞,AI与语文共美”主题,共探人工智能赋能语文学科教学理念、方式及经验,共筑人智协同、人机共育的高品质语文学科智慧课堂。

江苏省苏州中学校语文教师王羽带来《非二元对立型作文写作指导与升级》展示课,结合智卷星球AI作文评析,通过聊写作的困难、开发思维和实践升华3个环节,引导高二学生突破传统语文作文写作的思维惯性。“一直以来,语文老师最头疼的工作就是批改作文。”王羽告诉记者,很多学生对高中语文作文束手无策,“AI批改助力学生作文升格,也精准‘击中’了广大语

文教师需求。”

“人工智能时代,语文教学必将迎来新的发展机遇和挑战。”省教育学会会长朱卫国认为,教师可以通过AI技术,为学生提供更加丰富、多元、个性化的学习资源;通过智能分析,精准把握学生的学习需求和问题所在;通过人机互动,激发学生的学习兴趣 and 创造力等。“同时,我们也要警惕技术带来的潜在风险,确保语文教学的核心价值不被削弱,人文情怀得到充分彰显。”

江苏省海门中学原党委书记石鑫作《新质生产力——人工智能在教育改革中的思考与实践》主题报告。他提出,AI技术推动教育从“以教为中心”向“以学为中心”转变,实现个性化教学,为教育公平提供了可能;同时,AI技术促进了教育评价体系的革新,推动评价多元化、全面化。

深圳市教育科学研究院高中语文教研员葛福安作《AI大模型思维下的高中语文教考评一体化新视野新思考》报告。他认为,AI与教育的结合应聚焦于培养会解决问题的“人”。AI应用于辅助教学,增强学习体验,引导学生掌握解决问题技能,培育核心素养;通过算法思维融合、批判性思维培养等,进一步实现AI与语文教学的深度融合。

本次活动同步举行议课沙龙,省内外专家学者聚焦“AI赋能语文教学,何以能?如何能?能如何?”展开深入研讨交流。“目前,广大教师的AI素养、教学艺术、教学风格,包括教学思想仍有不少提升和转变的空间。”省教育科学研究所原所长成尚荣认为,广大教师要积极思考如何以人工智能推动教育改革,抓住机遇,面向未来。

新闻点击

2025年无锡市跨境电商人才双选会在无锡科院举行

本报讯(通讯员 马力)为加速推进跨境电商领域人才链与产业链的深度耦合,促进在锡院校跨境电商人才留锡就业创业,近日,“e揽全球,‘职’因有你”2025年无锡市跨境电商人才双选会在无锡科技职业学院举行。该市71家跨境电商相关单位提供就业岗位1745个,来自无锡14所院校的1380余名学生入场求职。

活动现场,太湖学院、无锡科院、无锡城市职业技术学院和江苏省锡山中等专业学校分别与无锡市海卓力克液压机械有限公司、无锡大鲤鱼文化科技发展有限公司、无锡交个朋友企业管理有限公司、无锡正然科技有限公司等企业签署校企深度合作项目,通过订单班、学徒制和实习就业等合作模式,协同培育无锡跨境电商人才。活动期间,无锡市人力资源和社会保障局为参会学生作青年人才政策推介,促进在锡高校和职业院校学生留锡就业创业。

本次参会企业覆盖跨境电商全产业链,包括制造、运营、物流、支付和平台等,为无锡市跨境电商学子提供多元化就业选择。现场同步推出跨境电商人才职业能力测评、无锡云聘直播带岗等数字化服务,通过“线下+云端”模式和多维度精准就业指导,满足学生需求。

淮阴工学院成立非遗创新实践基地

本报讯(通讯员 马智勇)近日,淮阴工学院非物质文化遗产创新实践基地成立仪式在该校设计艺术学院举行。

据介绍,一直以来,淮阴工学院主动对接地方文化发展战略,引导师生参与非遗文化保护、传承和创造性发展,取得一定成效。基地成立后,淮阴工学院将积极参与淮安非遗文化建设,构建集理论教学与实践锻炼于一体的非遗文化育人平台,创新教学方式方法,把非遗文化元素有机地融入教学过程;鼓励师生主动参与淮安非遗文化有关活动,在实践“大课堂”中提升对非遗文化的理解与创新能力;进一步释放设计学科的创新潜能,激活区域优秀非遗文化的生命力,把实践基地打造成为区域非遗文化传承与创新的孵化器。淮安市文广旅部门相关负责人表示,将进一步加强与学校的交流合作,全力支持学校有关工作,建立信息互通、资源共享机制,共同把非遗创新实践工作做优做强。

在随后进行的非遗文化展示环节,学生们在动手操作中深入体会非遗文化精神与魅力。淮安古琴项目传承人张晓华演奏古琴经典曲目,讲解古琴历史与特点,指导学生体验古琴演奏技艺;淮安剪纸传承人王聿鹏向学生发放剪纸工具和材料,讲解剪纸技艺基本知识,指导学生完成剪纸作品。

南京江北新区开展校地廉政共建

本报讯(通讯员 黄琴琴 朱琳)日前,在南京市江北新区纪检监察工委的倡议下,南京农业大学、南京信息工程大学、南京审计大学、江苏警官学院、南京工业大学5所高校纪委签署共建合作协议,围绕纪检监察干部教育培训、学科建设、反腐败、廉洁文化建设等领域开展深度合作,正式开启校地协同推进全域清廉建设的新篇章。

“新区纪检监察机关具备实务经验优势,高校则拥有专业智库资源,双方合作将产生‘1+1>2’的聚合效应。”江北新区党工委委员、纪检监察工委书记周勤表示,要树牢以史为鉴滋养文化根基,以花为媒加强协同互促,以盟为约共创全域清廉的合作理念,通过廉洁宣传教育融合、廉政文化载体共享、“廉洁+”应用场景开发等举措,共建教育基地,共享人才资源,共研业务课题,共同构建江北全域清廉格局。

根据共建协议,5所高校与江北新区将构建双向赋能机制。在高校设立纪检监察干部教育培训基地,同时在新区纪检监察工委建立实践教学基地;新区将选派优秀纪检监察干部担任高校外聘教师与实践导师,高校推荐审计、财会、法律等领域专家参与新区监督办案工作;双方还将围绕纪检监察理论与实务重大问题联合申报课题,开展协同研究。

镇江市宜城小学纸浆艺术工坊展现丹徒美育风采

本报讯(通讯员 李章颖 凌光明)日前,全国第八届中国小学生艺术展演在湖南长沙举行,镇江市丹徒区宜城小学纸浆创意工作坊作为14个参展项目之一精彩亮相。展区内,纸浆制作的蝴蝶、器皿等艺术品吸引了众多观众驻足。师生们用中英双语向国际友人演示“制浆—塑形—上色”创作流程,讲述纸浆艺术中的镇江非遗元素。

近年来,丹徒区持续深化学校美育工作,推动非遗传承与课程融合,支持宜城小学等学校建设特色艺术工坊;聘请美术名家、非遗传承人进校指导,提升艺术教育专业性;搭建区级艺术展演平台,鼓励学校“走出去”参与高层次交流。下阶段,该区将继续以“传统文化浸润校园”为导向,深化美育课程创新,拓展学生艺术实践平台,让更多学生在触摸历史文脉、体验匠心技艺中厚植文化自信。