



亲子关系、人际交往常常困扰小学生

首南一小开“幸福课”为学生“指点迷津”

五年级的晨晨（化名）是个上进心很强的孩子，有着一颗好胜的心。在一次语文小测验中，因为得了88.5分而被父母严厉地批评了一顿。加上与好朋友一直比赛学习成绩，少了几分的晨晨陷入了深深的自责，做什么事都没心思。压力之下，晨晨把心事写在纸上，投进了学校的“心语信箱”。

“小学生中，与晨晨有类似情况的真有不少。”张庆娟从温州大学教育心理学专业研究生毕业，如今是鄞州区首南第一小学的心理老师。从学生们平时投递来的“心事”来看，张庆娟发现，小学生常常有来自亲子关系、人际交往方面的困惑和问题。从2013年9月开始，鄞州区首南第一小学开出心理健康活动课为学生“指点迷津”。

家长过分严厉 学生容易心理焦虑

女孩晨晨（化名）从小就是学校里的学习尖子。不过，在前不久，五年级的她因为成绩的一次下降感到很不安。在学校的心理咨询中心，晨晨向那里的心理辅导员、国家二级心理咨询师张庆娟道出了实情。“不知道什么时候开始了，每做完试卷，我都要反复检查，除了想着是否会出错，还会担心没有考好会被父母骂。”考不好，晨晨更是非常自责。考不好—自责—强迫自己更认真—还是考不好—更加地自责。就这样，焦虑、怀疑接踵而至，晨晨陷入了“压力漩涡”中。

“许多家长重视学习成绩，把学习成绩作为评判孩子优劣的标准。这种教育风气容易对孩子造成巨大压力。”张庆娟说。

为了给孩子们有一个缓解、抒发压力的地方，学校开设了“心语信箱”，学生们提前在咨询预约卡上写上期望解决的心理问题，再向心理老师倾诉。

“朋友离开了我，我心里非常郁闷”“为什么妈妈不理解我，总是拿着大人的口吻命

令我做她认为对的事情。”……张庆娟说，从学生们的咨询内容来看，人际关系和亲子关系是最常困扰学生们的问题。亲子关系中，多以因为在成绩上达不到父母的要求，而令学生们颇为苦恼。

“就像奥运金牌数不能衡量民众身体素质一样，学习成绩也不能成为评判孩子优劣的唯一标准。家庭教育要做到不拔苗助长、不过分溺爱，注重孩子的心理养护。”张庆娟说。

心理健康课 帮学生化解心事

为了滋养孩子们的心灵，首南一小将心理健康教育渗透到教学的方方面面。学校开设的心理健康活动课就很受学生们的欢迎，孩子们喜欢称它为“幸福课”。

“我喜欢我的眼睛，因为他们很明亮，炯炯有神。”教室里，401班的两位同学面对面坐着，轮流说出自己的优点、特点，每个优点都要大声地说三遍。

这是学校心理健康活动课的某个游戏环节，目的是为自己加油打气，树立自信。

学校三到六年级每两周上

一次心理健康活动课，由专职和兼职心理老师共同执教。

老师们编写了校本教材《牵手幸福——小学生幸福教育读本》，分上、下两册，每一册分为悦纳自我篇、快乐分享篇、积极学习篇、幸福生活篇。分别供学校低年级和高年级学生阅读和教学使用。

相比于课文传统的课程安排，心理健康活动课的内容更加生动活泼。“小小故事会”里，可以填写遇到各种心理问题该如何解决；“活动大本营”里，能做有趣的心理测试；“幸福甜甜圈”里，通过歌曲、谜语等形式轻松地学习心理知识。

401班陆玥说，通过几次学习，学会了如何控制自己的情绪。特别是在愤怒的时候，会想办法排解掉它。

在“播种幸福教育，享受教育的幸福”办学理念的引领下，学校还建立了“幸福坊”，设有沙盘室、咨询室、阅读区、团体辅导室。并逐步建立完善相应的学生心理健康档案。

“小孩子出现这样那样的心理问题都是很正常的事，用正确得体的方法加以排解是关键。”首南第一小学校长蔡岳伟说，心理健康教育是为了让

吴彦 李萍

小学生积极地认识自我、快乐地与人交往，轻松并有意地享受学习，有滋有味地安排自己的生活。

“得当的教育方法，影响孩子一生”

“得当的教育方法，能够影响孩子一生。”蔡校长举例说，学校有位学生，上课时注意力难以集中，常常自顾自地玩，不听老师指挥。上课往往在教室里乱跑，脾气一上来就会把课桌推倒在地，然后自己脱掉衣服平躺在教室后面。起初，同学们都不敢靠近这个特殊的同学。

庆幸的是，孩子有一位心理学专业出身的老师做班主任。一方面，班主任利用自己的资源，帮助孩子找了儿童心理医生，定期做心理咨询、沙盘游戏和感觉统合训练。另一方面，在学校当孩子控制不住自己情绪发脾气时，班主任不进行严厉批评，而是抚摸孩子的头安抚孩子的情绪，试图理解他。班主任还告诉班里的同学们，这位同学只是暂时生病了，大家更应该多关照他。

经过一年的努力，这孩子在各方面都有了好转。他能独立在学校上课，按时完成作业，也有了自己的朋友。

大学生变身“外交官”共议环保

商报讯（黄蓓蓉 胡嘉敏）“尊敬的英国代表，接下来请阐述你方观点。”当主席团发言完毕，一名年轻的“英国外交官”便走上讲台，有模有样地与“各国代表”交换了关于气候问题的看法。近日，浙江大学宁波理工学院绿色风环保协会模拟联合国大会上，同学们以“外交官”的身份，以“气候变暖背景下的新一轮减排和气候难民问题”为议题展开激烈讨论，上演了一场精彩的外交博弈战。

本次大会以全真模拟的方式进行，包括阐述观点、政策辩论、投票表决、做出决议等议程。会议期间，担当“外交官”的学生们充分融入到设定外交官角色中，在各委员会会议上站在所属国家立场就环保主题阐述“本国”观点，以磋商、交流与谈判等形式积极商议应对环保问题的对策。现场更安排多家模拟媒体如新华社、环球时报、华盛顿邮报等进行现场监督报道。

模拟联合国大会是源自美国的一种公民教育活动，青年学生们扮演不同国家外交代表，遵循一定的议事规则，围绕国际热点问题通过演讲阐述观点，为了“国家利益”辩论、磋商、游说。自2001年传入中国，现已成为许多大学和高中备受欢迎的学生活动。

北仑举行校园防暴突发事件演练

商报讯（严小意 闻晓明）12月5日，北仑区灵山学校的体育馆内，区校园防暴突发事件应急演练在此进行。

现场模拟解救校园人质事件。某个星期五下午，灵山学校301班教室里传出阵阵朗读声。突然，警报声响起，在孩子们奇怪而紧张地互相询问之时，一个蒙面歹徒闯进教室，挟持了一个小女孩并在教室里泼洒汽油……

在接到情况汇报之后，各部门领导马上成立应急指挥领导小组，由北仑区教育局副局长余智军任组长，大碇派出所所长沃国东和大碇街道副主任乐松毅任副组长。领导小组立即对现场人质解救事件进行部署商讨，制定突围方案。

模拟现场，歹徒右手高举打火机，正欲行凶。潜伏在教室外的特警掌握时机从后窗突围进入，在歹徒尚未反应过来之时，扑飞了歹徒手中的打火机。与此同时，潜伏在前门的特警迅速合力夺下了歹徒手中的汽油瓶，制服了歹徒，并安全解救出人质。

校园防暴突发事件应急演练旨在提升校园警务室应急响应能力，增强广大教职员工、学生的反恐防暴意识，提高校园警务室保安人员、值班护校人员、教师在反恐防暴突发事件中的应急处置能力，尽最大可能保护好师生安全、学校财产安全。

本土文学影视专家进高校指导

商报讯（赵淑萍）12月9日下午，海曙文学家进校园活动暨宁波电大新闻采编与制作专业指导委员会成立仪式在宁波电大举行。

当日，宁波电大新闻采编与制作专业指导委员会成立。赵柏田、林洪、孙武军、王晓菁等15位宁波文学影视界的专家被聘为该委员会的指导教师。“这是一次作家、艺术家与校园的结缘，也是文学、艺术与新闻的结缘”，被聘为指导教师之一的作家赵柏田认为，这样的“结缘”十分有意义。据了解，未来3年，15位专家将通过多种形式，走进校园与学生进行面对面的指导和交流。共同培养宁波社会需要的应用型人才。

宁波电大新闻采编与制作专业是我市高校重点特色建设专业，自毕业设计改革以来，文法系学生自己拍摄40多部微电影。

给水壶穿上温暖“外套”

寒冷的冬季，为了给水壶保温，让陆续来幼儿园的孩子都能喝到热牛奶，宁波李惠利幼儿园的家长们纷纷给水壶、饭桶都做了棉质外套。幼儿园鼓励培养孩子的自主意识，在早餐时间，请小朋友当服务员，给同学倒牛奶、收拾餐盘。

吴彦 王成 摄



宁职院院长与学生面对面

商报讯（刘沪波）近日，一场题为“校长与我共话宁职”的座谈会在宁波职业技术学院学院咖啡吧举行。院长张慧波、党委副书记邵坚钢和学院各部门负责人出席，与来自8个分院的近30名学生代表亲切交谈，探讨同学们在学习和生活中遇到的问题与困惑，倾听学生真实诉求，共同寻求解决之道。

为了关注学生心声，搭建学生表达意见的平台，拓宽沟

通渠道。本学期，宁职院团委策划了“与校长有约”系列活动，包括“校长与我共话宁职”座谈会、“有事说事”微信信箱、与校长共进午餐等活动，从而形成校方与学生之间的对话机制。

座谈会一开始，宁职院院长张慧波便鼓励同学们在轻松愉悦的气氛下发言，大胆反映大家普遍关心的问题，并提出意见。会上，同学们就宿舍生活设施、食堂菜价、课程改革、专

业实习、公共场地使用等问题，发表了自己的观点，与校领导、部门负责人展开了深入讨论。

“学校在宿舍阳台外安装了支架，方便晒衣，但是常常发生一楼晒干却被二楼淋湿的情况。”“希望学校大学生创业园给本校学生更多的优惠扶持政策，增加可供创业的场地。”……学生代表们抓住机会，畅所欲言，把在同学中收集来的问题和建议一一反应给校长，原定一个半小时的活动

延长到两个小时。

针对同学们提出的问题与建议，在场校领导一一作出了回应。对同学们不了解的问题加以解说引导，对容易解决的问题给出解决办法，对一时不能解决或有争议的问题则安排调研与论证会，要求相关职能部门给出改善的方案。

“如果每一个人都做出一点贡献，那么贡献的小河就会变成洪流，即便有再大困难，也会迎刃而解。”院长张慧波说，此类交流活动将常规化、制度化。