

在冲刺高考的学习阶段 如何对未来充满希望和激情? 悄悄守护“同班的你”

在韩剧《请回答1988》里,有这样一个故事片段:双门洞所有的小伙伴们聚集在一起,玩了一个叫做“守护天使”的游戏。

游戏很简单,把大家的名字写好,扔进一个小盒子。然后依次抽签,你抽到了谁,就要成为这个人的守护天使,在这段时间要默默地关心和爱护他/她,在圣诞节之前,送给他/她一份礼物。并由此展开了一个爱与被爱的温暖故事,在友情、爱情、亲情、邻里情的交织下,几个青少年在陪伴中获得成长力量。

最近,象山县第二中学的学生们也玩了一次“守护天使”的温暖游戏。在该校心理老师程赞红看来,人际关系的和谐能促进学习效能,对青少年的健康成长大有裨益。

□现代金报 | 甬上教育
记者 马亭亭/文 林涵茜/摄
通讯员 章正喜

A 为高三学生放松身心 “守护天使”活动启动

“当前学生出现心理问题的情况越来越多,学习压力大,一点点不顺心就容易引起人际关系的紧张。这方面的心力耗竭,很大程度上影响了他们学习潜能的激发。怎么才能在冲刺高考的学习阶段,让同学们对未来充满希望和激情呢?”于是,程赞红想到了这个法子。

为帮助高三学生放松身心,她带领学校534名高三学生陆续进行了为期两周的“守护天使”行动,旨在营造温暖有爱的班级氛围,编织心理关怀网,把积极的人际关系贯穿在紧张的学习过程中。

活动以班级为单位,学生从“盲盒”中,抽选一名需要守护的同学,在接下来的两周中,以自己的方式关怀守护这位同学,关键是保持神秘,不能被对方发现,活动结束后,守护者在被守护者信息卡的反面写一封信或祝福。

在活动过程中,每个人既是守护者,也同时是被守护者。每位“守护天使”都在用自己的方式守护着那位或许是好朋友又或许是关系一般的守护对象,也许是一个纸条,一个看似不经意的帮助。游戏结束后,同学们迎来揭秘时刻:揭晓守护者和被守护者,并分享守护和被守护的温暖故事。



程赞红
在上“守护天使”活动课。

B 该怎么守护? 在同学们兴奋又迷茫下摸索

“刚开始抽到守护对象时,我有点发愁,我和这个同学关系一般,不知道该怎么守护他。最近他的身体不太好,在医院住院,我就在他不在的日子里,在他桌上放上糖果和留言纸条,希望他每天都能够开心,早日康复。”活动启动后,和陈志轩一样,同学们都是在兴奋又迷茫的状态下摸索着合适的守护方式。

周轶群同学对此感受颇深:“高三不止有拼搏与泪水,更有同学间的友谊、温情。这个活动让班内关系好的变得更好,关系一般的变得热络,关系陌生的趋于相识,在这最

后2个月,我们不是孤军奋战,累了倦了,就看看身后,你会发现朋友、亲人、老师、同学等还有更多的人在为你付出,在你看不见的角落或看得见的地方守护着你。高三生活是如此美好!”他还决定,两个星期的活动结束后,还会继续关心关爱身边的同学们。

“每个同学都公开地用心去做、大大方方地交往,在这个过程中,他们将感受到的同学之间、师生之间的温暖守护提升到对爱的理解,学会爱与被爱,是成长中的必修一课,高三虽然有题海的压力,但也有友爱的快乐。”程赞红说。

C 打响心理健康教育品牌 助力学生心灵成长

据了解,象山县第二中学历来重视学生心理健康教育,是象山县最早配备心理教师、开设心理课的学校。目前,该校的心理健康教育已经成为一张闪亮名片。

程赞红,宁波市首批中学心理健康教育高级教师,宁波市心理学学科骨干教师,浙江省名师工作室心理学学科带头人,还被评为浙江省心理健康教育先进个人等。

她1999年毕业于浙江师范大学教育系,当年,宁波地区几乎没有学校设专职心理老师的,她的大学同学们毕业后几乎都改行当了语文老师。程赞红分配到了象山二中,时任校长韩利诚对她说:“尽管现在极少有学校设专职心理辅导老师,但这是趋势,将来肯定每所学校都会设,你就当象山二中专职的心理辅导老师吧!”于是,程赞红成了象山县第一个专职心理辅导老师。

在学校不断的发展中,心理健康教育各项工作全面展开,心理专兼职教师队伍不断壮大,形成完整框架体系,组建了以校长为组长的学校心理健康教育工作小组,构建学校、处室、教师、家长四级管理网络,学校的心理健康教育工作也获得多项省市级荣誉。

学生的心灵健康成长,需要多方面的支持。目前,学校开设家长讲堂,邀请优秀家长代表来校讲课,讲课的内容涉及科技、环保、法制、健康等多种领域,通过“家长讲堂”,让家长成为学校的“战友”,营造家校共赢的教育生态圈。

此外,学校还做实做强国家级青春健康“沟通之道”家长培训项目,通过《爱的启蒙》《爱的引导》《爱的陪伴》《爱的守护》《爱的支持》《爱的同行》六大课程的培训,向家长传播科学的育儿观念、亲子相处之道。



“守护天使”活动的课堂分享。

基金一览

过往业绩不代表未来表现,不等于产品实际收益 投资有风险 入市须谨慎

工银四季收益一枝独秀 荣膺晨星“年度普通债券型基金奖”

近日,晨星(中国)2022年度基金奖获奖名单正式揭晓,5只基金从全市场9000多只产品中脱颖而出,获得年度大奖。其中,工银四季收益债券一举斩获“年度普通债券型基金奖”,成为2022年度该类别唯一获奖的基金产品。

作为国内银行系旗舰基金公司,工银瑞信固定收益投资能力广受权威认

可,旗下固收类产品自2013年以来,已8度入围晨星提名单,涉及基金包括工银增强收益债券、工银双利债券、工银四季收益债券、工银产业债债券、工银纯债债券等,其中工银纯债债券亦入围了本年度晨星纯债型基金提名,成为2022年度评选中唯一一家有两只固收类产品上榜的基金公司。 黄杰

《现代金报》
分类广告
87254648

闫志军遗失宁波市第九医院住院发票,票据代码:31301,号码NO:3226000216,金额20894.68元,声明作废
宁波景腾智能家居有限公司遗失财务章编号3302120515681,声明作废
慈溪市尽心物业服务有限公司遗失财务专用章,编码3302820068186,声明作废

减资公告

根据公司董事会决议,将注册资本由60万元人民币减至10万元人民币,并按有关规定办理工商减资手续。
特此公告
宁波铂钰建筑装饰有限公司

通知债权人申报债权的注销公告
宁波市镇海区黑马教育培训学校经理事会表决通过,决定注销,清算组已成立,望债权人接到通知之日起三十日内,未接到通知的自本公告日起四十五日内,向清算组申报债权。
清算组电话:15924356425
宁波市镇海区黑马教育培训学校
2022年4月5日