

跨越两千多公里隔空陪伴震区学子

# “空中心理课堂”架起青春连心桥

“感谢老师们隔空的陪伴与鼓励,让我们变得坚强、勇敢!”今年3月,江苏省苏州市田家炳实验初级中学学总支部书记、校长黄裴莉收到一条暖心视频,视频由甘肃省临夏回族自治州积石山保安族东乡族撒拉族自治县田家炳中学的师生拍摄。

2023年12月18日,积石山县发生6.2级地震。震后,苏州组织18位心理教育名师为积石山县田家炳中学初一年级的800多名学生开设“空中课堂”,进行针对性的心理辅导。

此后,两所相隔2000余公里的田家炳中学,师生时常互致问候,隔空陪伴彼此的成长,架起一座连心桥。

## “我们在这里”

地震发生后,积石山县田家炳中学学生的心理健康状况受到不同程度的影响。一部分家住重灾区的学生失去亲人,并出现灾后应激反应。该校七年级2班的小洁(化名)将这场地震形容成心底的一道黑暗的裂缝。

对此,香港田家炳基金会总干事戴大为向全国的田家炳学校发出号召,希望各校能对这些孩子进行心理健康援助。

得知相关情况后,黄裴莉没有过多犹豫,就接下这项任务。黄裴莉从教30余年,学生的心理健康一直是她最关注的话题。

积石山县田家炳中学的学生共有2600余人。黄裴莉发现,受余震影响,这些孩子大多只能在救援帐篷或各自家中进行线上学习。人数多、学生分散、无面对面接触等都成为进行远程心理辅导的难题。

在苏州市教育系统的支持下,18位心理名师集结,负责积石山县田家炳中学初一年级学

生的心理辅导工作。

2023年12月24日起,这些来自苏州的心理专家两人一组,为孩子开展连续3天的线上心理课堂。苏州市田家炳实验初级中学专职心理教师陈学芳负责初一年级1班、2班的心理课堂。

打开电脑,陈学芳的眼前是120余个“视频窗口”。每一个“窗口”的背后都是一个刚刚经历地震的孩子。

她将课堂的主动权还给孩子;“我在哪里、看见了什么、现在和谁在一起”,通过一个个小问题,逐渐拉近与孩子的“心灵距离”。

陈学芳让正在分享的学生指定下一个回答问题的人。一方面,这让她快速认识更多的学生;另一方面,这也让她能够了解哪几名学生是“铁哥们”、哪些学生经常被点名。

陈学芳是讲述者,与她搭档的另一位心理专家是观察员。观察员主要负责记录上述数据,课后叮嘱陈学芳重点关注那些从未被叫过名字或默不作声的学生。

小洁向陈学芳分享,自己目前住在帐篷里,时常能看到为重建家园而努力的解放军哥哥。到了晚上,她还有电热毯:“很暖和,一点也不冷”。在陈学芳的引导下,小洁的回忆呈现出温暖的底色。

3天时间,从“我们在这里”“我们有共同的经历”到“我们在努力”,救援组专家用陪伴、倾

听、分享,让学生尽可能收获应对困难的勇气与信心。

## “早安、晚安”

为期3天的心理辅导课程结束后,积石山县田家炳中学的学生希望能与苏州的教师有更多“隔空碰面”、分享交流的机会。

“老师,我还可以联系你吗?”苏州好远,陈老师居然隔着千山万水给我们上课。“老师让我有种轻松的感觉,让我走出去看看窗外,我们一起交流互动,我发现了不一样的精彩。”“我开始变得开朗乐观起来,我好像找到了真正的自己。”

读着当地学生在教学平台给自己的留言,黄裴莉不觉鼻子一酸。平日里,黄裴莉在早上与晚上有阅读新闻的习惯,她从媒体发布的鼓励人积极向上的“早安”“晚安”内容中获得启发,通过互联网平台,正式向积石山的学生发布“早安-晚安计划”。

为期24天的时间里,黄裴莉与同事分工协作。确定主题、撰写文案、诵读发布……300多字的文案、3分多钟的音频背后是每一名教师逐字逐句删改、反复揣摩诵读语气的漫漫长夜。

考虑到当地“天黑得晚”,学校团队将“早安”内容的发布时间定为上午8点;“晚安”内容的发布时间定为晚上9点。

“新的一年,请把宝贵的时间和精力留给你身边的人和你



热爱的事,必须要做的事。请相信时光不会辜负每一个认真生活的人,那些你曾经播种过的努力,一定会在未来某天开花结果,只要一心向阳,岁月自会生香。新的一天,加油,早安!”

发布相关内容后,陈学芳总会留心学生的评论。“亲爱的老师,很高兴每天都能收到您发来的问候,这一句句问候抚慰着我们的心灵。”

在陈学芳看来,学生的反馈让她亦感温暖:“不仅仅是在影响他们,他们也在感染我!”

## “用生命影响生命”

记者在苏州市田家炳实验初级中学采访时,看到校园内设有“用生命影响生命”的标语。作为全国心理健康教育特色学校,多年来,该校将提升学生的心理健康水平作为重点工作之一。

其实,陈学芳是一名有着10余年教学经验的体育教师。她深知,初中阶段的学生处于青春期,有针对性的心理辅导对他们来说十分必要。课余时间,陈学芳听讲座、看书籍,自学心理学。

2006年,陈学芳通过国家二

级心理咨询师考试。2017年,陈学芳成为专职心理教师。如今,学生喜欢与陈学芳一起玩沙盘等游戏,通过游戏与交流,讲出自己的困惑,并得到她的鼓励与建议。

像陈学芳一样的教师在苏州市田家炳实验初级中学还有很多。

据黄裴莉介绍,这源于该校《成长伴随:全场景心育支持系统建设》项目。该项目已研究并实践近12年,致力于构建“家庭-学校-社区”三方良好互动的学生成长支持系统,形成价值独特、机制独特、场景独特、成果独特交互滋养协同共育的心育苏式经验。

黄裴莉表示,多年来,学校秉承“生命影响生命,让成长看得见”的办学理念,着力师生教与学方式的转变,从家庭教育和心理教育角度,为每一个孩子的健康成长提供有效支持。

收到积石山县田家炳中学发来的祝福视频后,黄裴莉与那里的师生约定,今年暑假,将实地前往积石山,将情感上的陪伴转化为现实中的相逢。

(据《中国青年报》)

## 上海: 建立健全孤独症儿童全链条关爱服务体系

近日,上海市民政局等14部门联合印发《关于加强本市孤独症儿童关爱服务工作的指导意见》,明确到2027年年底,上海将建立健全孤独症儿童筛查、评估、诊治、干预、照料等全链条关爱服务体系。

根据指导意见,上海将加强孤独症的早期发现和干预工作。孤独症知识科普将纳入上海全科医生、专科医生、妇幼保健人员、幼儿园和托育机构保教人员、儿童督导员、儿童主任、儿童福利社工等职业培训内容;社区卫生服务中心结合国家基本公共卫生服务相关要求,将为全市0岁至6岁儿童提供孤独症初筛服务,其中高危儿由区妇幼保健机构负责初筛,各区妇幼保健机构及有条件的社

区卫生服务中心对初筛异常儿童进行复筛,及时将复筛异常儿童转诊至具有儿童孤独症诊断能力的专业医疗机构进行诊断评估。

孤独症儿童的融合服务包括教育融合、社区融合等内容。指导意见明确,推进学前和义务教育阶段融合教育,确保具备普通教育能力的孤独症儿童随班就读,无法随班就读的采取普通学校特教班、特殊教育学校就读或送教上门等方式安置;持续发展高中阶段特殊教育,支持中等职业学校和普通高中接收孤独症学生随班就读。上海民政部门指导各街镇未成年人保护工作站将本辖区居住的孤独症儿童纳入重点关爱对象,加强家、校、社、医联动,有效开展

孤独症儿童社区融合等主题活动,吸引孤独症儿童及家庭积极参与。

聚焦16岁至18岁孤独症群体社会融入、就业等需求,上海将完善支持政策,开发职业体验、岗位实践、就业锻炼等社会适应性公益慈善项目;发挥就业创业见习、残疾人就业见习等基地作用,对16岁至18岁孤独症群体参加就业创业见习的按规定予以相应补贴,研究完善相关政策支持。

指导意见还要求,相关部门结合每年4月2日世界孤独症日等节点,支持社会各界开展多样化多形式宣传,提高公众对孤独症的认知,减少歧视,提倡社会包容和接纳,为孤独症儿童和家庭创造更加和谐温暖的社会环境。(据新华社)

## 中国红十字基金会联合阿里 开展“口袋急救侠”公益项目

日前,由中国红十字基金会携手阿里巴巴公益、阿里健康公益、维伟思医疗共同开展的“口袋急救侠”公益项目在江西省寻乌县启动。中国红十字基金会副秘书长郭阳,阿里健康资深副总裁、阿里健康公益负责人马立,项目发起方相关负责人以及受赠方代表等参加启动仪式。

郭阳在致辞中表示,在乡村振兴背景下,希望通过开展“口袋急救侠”公益项目,在欠发达县布设AED(自动体外除颤器)等公共急救设备,普及急救知识和技能,将“救命神器”和急救技能带到县域乡村,提升学校师生及县域群众的急救意识和能力,以实际行动践行以人民为中心的发展思想,共同打造“人人学急救,急救为人人”的新风尚,奋力开创应急救护事业新局面,助力健康

中国建设。

马立表示,阿里一直积极支持乡村振兴,关注百姓生命健康。在“口袋急救侠”公益项目中,阿里健康将秉持“初心、用心、创新”的理念,在捐赠AED设备的同时,派出阿里急救先锋公益幸福团的急救讲师,在县域更好地传播急救知识和技能,传递急救互助的理念。

启动仪式上,中国红十字基金会携手阿里公益、阿里健康、维伟思医疗向寻乌县红十字会捐赠10台AED,助力提升当地急救能力。

据悉,“口袋急救侠”公益项目首期将在江西省寻乌县、四川省苍溪县、贵州省雷山县、甘肃省礼县开展,为近40所中小学布设AED,预计覆盖学校师生及周边居民超过30万人。(皮磊)