

名校长 会客厅

面对学生身心健康、全面发展这一党中央关心、人民群众关切、社会关注的重大议题,有人慨叹“现在的孩子太脆弱”,有人直指“唯分数论”的教育积弊,也有人反思家庭教育的情感缺位。当焦虑情绪在校园弥漫,当青少年的心灵困境成为无法回避的社会课题,学校究竟应该做什么?怎么做?

全国两会之际,《教育部关于全面推进健康学校建设的指导意见》正式发布,代表委员热议校长如何转变“政绩观”,让“健康第一”落地生根。可以说,建设一所真正关注生命、润泽心灵的“健康学校”,逐渐从理念走向行动,成为新时代校长办学的核心议题。

本期我们特别邀请教育部新时代“双名计划”、北京市教育家型校长涵养计划等名校长代表,聚焦青少年心理健康这一时代命题,共话健康学校建设的路径与担当。

守护心理健康,用情更要用智

□ 本报记者 康丽 韩世文

呈低龄化 具复杂性 学生心理困扰向“隐形+显性”转变

中国教师报:作为一线教育管理者,您如何评估当前学生的心理健康状况?与以前相比,有什么明显变化?

杨艳:今年是我在基础教育工作的第26年,我的学生年龄从6岁到18岁,涵盖了基础教育的全过程。我感觉,青少年心理健康困扰从过去的“隐性困扰”向近几年的“隐形+显性挑战”转变。与10年前相比,问题更隐蔽,诱因更复杂,呈现低龄化趋势。

谢小燕:我也有这样的感受,与以前相比,学生心理问题更具复杂性、隐蔽性,部分学生的心理问题不再单纯表现为情绪波动,而是伴随行为异常、社交退缩甚至自我伤害等显性表现,对学校的早期识别和干预能力提出了更高要求。与此同时,特殊学生的比例增多,确诊为阿斯伯格综合征、注意力缺陷多动障碍、学习困难等情况的学生较以往有所增加,基本上每个年级都有这样的特殊学生。

齐振军:整体来说,学生无法控制情绪、不愿与外界沟通的这种趋势明显在上升。现在学生承受的压力比较大,普遍比较敏感。这与时代的发展有很大关系。如今学生接触的信息特别多,其自主意识自然也要比过去强,同时他们的青春普遍下移。我曾经观察过这样一个男生,他外表阳光就是不爱上学。虽然他的自主性提高,对外界的敏感度增强,但他消化这些东西的能力弱,这就导致外界的冲击与他自身的认知之间失衡,这种失衡也就导致现在的孩子很容易焦虑,出现情绪失控的情况。

中国教师报:在您的观察中,学生中最常见的心理困扰主要表现在哪些方面?哪些年级或群体需要特别关注?

杨艳:经过观察研究,我们发现,学生常见的心理困扰主要集中在四类:一是学业焦虑,二是人际关系困扰,三是自我认同偏差,四是沉迷手机或网络。群体上,相比较而言,留守儿童、单亲家庭学生、重组家庭学生、学业两极分化群体、近期经历重大生活变故的学生、沉迷网络无法自拔的学生、性格孤僻的学生、没有朋友的学生,以及被父母寄予过高期待的学生都是学校关注的重点。

谢小燕:从我们学校实际出发,需要特别关注的是小学三至六年级的学生,这一阶段学生开始面临学业难度提升、自我意识觉醒,同时承受家庭和同辈的双重压力,是心理问题的高发期;随班就读的特殊学生群体,他们在适应普通校园环境、社会交往、自我认知等方面面临更多挑战,需要个性化的心理支持;此外,家庭教育方式较为极端或亲子沟通不畅的学生,也属于重点关注群体,这类学生更容易出现情绪和自我认同方面的问题。

左春云:我们给五六年级学生专门增加了心理课程,就是教给孩子一些识别情绪和交往的技巧。同时我们觉得一年级也是一个特殊的阶段,学生处于幼小升大的分离焦虑期,他们的焦虑和压力主要通过行为表达出来;到了五年级,学生有很多感受,如果教师不用心观察就无法发现。

制度保障 科学预防 学校心理健康教育需要优化生态

中国教师报:健康学校建设,心理健康是其中重要一环。面对学生成长中的这些问题,学校做了怎样的应对,请介绍一下具体的架构和相关机制。

谢小燕:广西南宁市滨湖路小学教育集团非常重视心理健康教育工作,目前教育集团内共有18位专业专职心理教师,并成立了心理健康教育发展中心,统筹规划

谢小燕

正高级教师、特级教师,广西南宁市滨湖路小学教育集团党委书记



齐振军

北京市特级校长、正高级教师、特级教师,北京市朝阳区芳草地国际学校(教育集团)校长



嘉宾



赵植木

正高级教师、海南省海口市第二十五小学党总支书记



左春云

北京市特级校长、正高级教师,北京市通州区贡院小学党支部书记、校长



杨艳

北京市和平街第一小学教育集团校长



集团的心理健康教育工作。学校通过三项制度推进学生心理健康教育工作:一是校长负责制,校长作为学校心理健康教育工作第一责任人,学校成立心理健康教育工作领导小组,主要包括校领导、中层干部、心理教师和班主任,大家各司其职,共同确保学校心理健康教育工作科学、有序、有效开展。二是全员育人制,全校各学科教师都有参与学生心理健康教育的责任与义务,将心理育人融入学科教学全过程。三是三线联动制,通过家长学校、家长委员会等方式建立家庭、学校和教师“三线联动制”,共同做好学生心理危机预警及干预工作。

赵植木:我们学校是海口市首批配备专职心理健康教师的小学之一,在此基础上,我们已建立起一套系统、高效的心理健康工作体系,其核心是“预防为主、分级响应”的“四级预警网络”,确保心理问题能早发现、早支持、早干预。我们依托专职心理教师和校外医疗系统的专业力量,推动心理和校外医疗系统的专业力量,形成闭环。依据学生状态分为一般关注、重点关注、危机预警三级,分别由班主任谈心、心理教师开展专业辅导、学校启动应急预案,开展评估与分级,实施干预或转介措施等不同方式响应,确保干预精准有效。

杨艳:学生心理困扰问题,往往病因在“心外”,校长一定要致力于学校育人生态的涵养。我们学校秉持“和合”文化,培养的是自信阳光的“和”一学子,因此这样的生态是发现和唤醒的,是鼓励和而不同的,是容错的,是成就个别化、差异化发展的。我们特别看重以班级为核心的文化涵养、关系构建,让学生学会做主,在自主处理成长中的问题中学会价值识别、价值排序、价值选择,提升综合能力;给他们自主探索的空间,包括把校园空间设计、社团建设、学生公约制定、校园代言人设计等都交给学生,让学生在校园、社区建设中成为主人,激活学生的动力系统;我们给予学生留白的空间,帮助不同的学生找到自己可以发呆、个性化体验的空间。比如,校园“一亩园”劳动基地,钢琴和其他乐器放在随时可以弹奏的地方,操场上、体育馆、室内空间随处可见的体育用品,“吐槽墙”“发泄击打柱”等。

齐振军:在我看来,学生的压力很大一部分来自课堂学习,尤其是语数英这样的学科。我们推进素养导向的课堂特别强调自主、自信、自律,让学生有足够的抵抗力抵抗外界的东西。对于学校来说,整体上还是要解决生态问题。从整体的文化氛围到课堂生态,我们要努力减少心理障碍孩子产生的土壤,从根源上解决这个问题。

全员参与 学科渗透 多维支持协同“育心”更专业

中国教师报:学校如何引导和培训教

师(尤其是班主任)识别和初步应对学生的心理问题?如何将心理健康教育融入学科教学和日常管理?

谢小燕:在培训教师识别和初步应对学生的心理问题方面,我们首先开展专题培训,提升教师识别能力。学校邀请医院的心理科医生或心理专家进校给全校教师开展心理健康教育专题讲座,定期组织班主任和科任教师参加社会情感学习、学生心理问题识别和心理危机识别与干预等专题培训。同时开展班主任论坛,以朋辈视角相互助力。每学期定期开展“滨湖蓝”班主任论坛,班主任结合自身经历分享在班级管理、学生沟通等方面的技巧方法,或是讲述育人故事。来自同辈的支持和经验,能够帮助班主任更精准地识别并妥善应对学生的心理问题。

我们深刻认识到,心理健康教育绝非单一课程或个别教师的职责,而是融入学校血脉的育人文化。为此,学校确立了“全员参与、全学科渗透”的“全员育心”理念,并将其具象化为全体教师的行动纲领——《滨湖教师爱的宣言》。宣言将对师生心理健康的深切关怀内化为每一位教育工作者的信念自觉,明确“让每一个孩子快乐学习、健康成长”的育人使命。

赵植木:培养学生积极健康的心理品质,是我校“全员育人”的核心组成部分。为此,我们通过系统培训、课程融合、资源拓展和活动浸润,构建起多维立体的心理健康支持体系。

每学期,学校会定期邀请海南大学教授、省市心理教研员等为全体教师开展专题培训。培训内容聚焦小学生常见心理问题的识别方法、倾听共情等沟通技巧,以及不同场景下的初步应对策略,帮助教师明确心理异常学生的干预与转介流程,确保学生能获得及时、专业的支持。

学校已建立起由专职心理教师主导的“基础+拓展+特色”三级心理健康课程体系,作为育心主干。基础课程面向3—6年级,每周一节,系统培养学生自我认知、情绪管理与学习适应能力;拓展课程以主题班会、团体辅导的形式,针对性强化重点主题;特色课程则通过“趣味心理”课后服务,以沙盘游戏等类型活动,深层提升心理素养。在此专业课程基础上,我们鼓励各学科教师挖掘教学内容中的育心元素,在课堂互动与评价中自然渗透;班主任则通过日常管理与班级活动,进一步营造安全、支持的成长氛围,形成“专业课程引领、学科教学渗透、班级管理深化”的协

育人网络,进而推动心理健康教育润物无声地融入校园每个角落,形成全体教师协同参与、积极关怀的育人生态。

师资建设 家校协同 树立“健康第一”理念护童心

中国教师报:在实践中,学校推进心理健康工作面临的最大困难或挑战是什么?如何应对?

杨艳:学校推进心理健康工作中面对的主要问题是专业师资力量不足,部分家长认知不足,不愿接受孩子有心理困扰的事实或隐瞒孩子的一些心理健康问题。我们始终秉承“坚持把学生的身心健康放在第一位”作为学校首条办学准则,坚持在互育并举中促进学生身心健康发展;正在建设和平街一中集团心理健康教育中心,加强教师队伍建设,深入开展心理健康问题的研究与专业支持体系建设,并与高校心理学院建立合作,邀请专家定期到校指导,同时选拔优秀教师参加心理健康专项进修,提升兼职教师专业水平;同时引入第三方心理服务机构,为学生提供补充辅导服务。

谢小燕:目前学校遇到的最大挑战是如何构建“同心共育”的家校共同体,如何让家长认识到孩子心理健康的重要性并积极配合学校做好心理问题疏导等。自2020年7月至今,学校微信公众号推送了40余期家校共育心理系列微课,对家长进行家庭教育的指导与分享。

随着特殊学生随班就读政策的全面推进,如何为随班就读的特殊学生提供个性化的心理支持与辅导,是学校心理健康工作中不容忽视的重要环节。学校也在进一步加强对特殊教育知识的普及和教师相关技能的培训,同时引进社会情感学习项目,使班主任和任课教师能够更好地理解特殊学生的行为模式和心理需求,学会运用恰当的策略与他们沟通互动,营造包容、友善、支持性的班级氛围。

左春云:青少年心理健康问题是一个系统工程,需要全社会的共同努力。从我们学校角度来说,要树立“健康第一”的理念,创设一个相对安全稳定的环境、文化。让孩子愿意来学校,愿意待在学校,然后能被看见、被赋能。我们能做的是培训教师,帮助教师做好前期的发现和干预。更重要的是,所有人在干好本职工作的同时,要在各自能够发力的领域里尽量做到最好,共同守护好孩子们的健康成长!

我的校长

“先是一个好人,再是一个好校长。”这不仅是山东省诸城市实验初级中学(简称“实验初中”)师生对校长王瑞玉的评价,也是王瑞玉教育管理哲学的根基:教育是人与人的相遇,唯有先成为完整的、温暖的“人”,才可能成为照亮更多人的那盏“灯”。

王瑞玉在实验初中的土壤里,默默构建并践行着一套以“教师第一”为核心的人文治校体系。在他看来,教师不是教育机器上的螺丝钉,而是教育生态中最关键、最富能动性的“生命体”。他的管理,始终聚焦于唤醒与守护教师的职业幸福感与生命尊严。

“弹性”背后的信任哲学。实验初中有个延续多年的“奇景”:上早课和上最后一节课的教师,中午午休时间都可以适当延长。下午放学铃响后半小时内,校园便迅速安静下来。没有强制性的“坐班制”,没有名目繁多的晚间会议,节假日更无须教师轮值“看校”。这在许多学校同行看来是“松散”文化,恰是王瑞玉精心培育的信任文化的体现。

“教师的创造力在疲惫中枯萎,在自由中生长。”王瑞玉常这样说。他顶住来自传统管理观念的质疑,坚定推行“弹性工作制”。核心要求只有两条:高效完成本职工作;在学生需要时随时在场。具体如何安排时间,充分尊重教师的自主权。

青年教师李雯两个孩子年幼,常为接送发愁。王瑞玉了解后,主动调整了她的课表,让她在家庭和工作之间多一份从容,少一份匆忙。“校长说,照顾好小家,才能更好地顾全大家。”李雯对此很是感激。这种个体化的关怀并非特例。谁家老人需要陪护,谁体检身体出现问题,王瑞玉心中都有一本账,并在排课、教研活动安排上予以人性化倾斜。

王瑞玉“教师第一”思想里的硬核逻辑是把教师当“人”,而非“资源”。他像一面“盾牌”,坚决为教师隔绝形式主义的干扰——与教学核心无关的“打卡”“点赞”“征文”,他设法消化在行政层面,或精简整合,绝不层层加码转嫁给教师。“老师的每一分钟都很珍贵,应该用在钻研教学和陪伴学生上,而不是应付杂务。”为此,他很少与相关部门沟通,甚至承担“不积极主动”的压力。但他坚信:“教育者的精力是宝贵资源,管理者的责任是优化配置,而非低效耗散。”

“教师第一”催生“学生中心”。有人曾质疑:如此“厚待”教师,会不会娇纵了队伍,忽略了学生?实验初中的成绩单给出了最有力的回答:在师生关系松弛、教师幸福感高的氛围中,学生学业成绩连续多年名列前茅,且学生个性舒展,心理健康问题发生率显著低于同类学校。

“这不是偶然,是因果。”王瑞玉阐释其逻辑:“当教师被信任、被尊重、被关怀,他们的职业内驱力会被充分激发。一个内心充盈、幸福感高的教师,自然会将耐心、智慧与爱传递给学生。教育真正的主体永远是教师和学生,管理的作用是服务于他们之间高质量互动关系的建立。”

他讲述了一个“反向监督”的故事。曾有家长质疑一位教师布置作业较少,担心孩子练习不够。王瑞玉没有简单施压,而是邀请家长、教师和学生代表一起座谈,让教师阐述其“重质轻量、培养自主”的作业设计理念,让学生分享自己的学习节奏和效果。最终,家长心悦诚服。他始终坚持保护教师正当的教育自主权,就是保护学生获得真正因材施教的可能性。

白发诉说压力下的“安心生长”。推行这套人性化管理体系并非一帆风顺。王瑞玉面对过不解:“校长太软,没威信”;承受过压力:“别的学校都在加班加点,你们太另类”;经历过质疑:“这样能不能出成绩?”他的满头白发,默默诉说着其中的艰辛与坚持。但他从不将此作为谈资,只是淡淡地说:“所有的压力我来担;所有的规矩我来破。老师和孩子只需要安心生长。”

他聚焦“主责主业”,坚持“一线工作法”,竭尽全力将资源流向一线,将精力投入一线。89个班级的巡班,他早晚不断,重点关注学生学习生活状态;三个级部管理团队的办公室,他更是常驻,交流年级管理的困惑、思路。他聚焦互育并举,深耕课堂教学生阵地,以“学生会”为第一标准,注重学法指导和习惯培养;建立“学段贯通培养体系”,落实分类培养、分层指导、分层评价的育人理念,激活学生潜能,培养拔尖创新人才。从而让实验初中被认定为首批潍坊市“轻负优质培育学校”,荣获潍坊市“教育系统先进集体”等荣誉称号。

成全“人”的教育更有温度。成全学生,成全教师,才能成就一所学校。王瑞玉始终认为,教育的目的在于让校园里的每一个生命都走向更丰盈、更完整的自我实现。管理学校,他认为服务优于管控。管理者的角色是“支持者”与“清障者”,为师生创造安心从教、静心求学的的环境;对于教师,他认为发展先于使用。教师是第一资源,更是持续发展的生命体。投资于教师的幸福感与专业成长,是收益率最高的教育投资;对于学生,他认为成长重于成绩,成绩是成长的副产品。关注学生的精神世界、人格养成与终身学习能力,成绩水到渠成。

好人在前,好校长在后。在功利主义与效率至上仍不时侵扰教育领域的今天,王瑞玉的坚持让教育的光芒不断照亮每一个人。他不仅是一位“好校长”,更是一位“教育的人文主义者”。他的办学实践不断证明:一切好的教育都始于对“人”的深刻理解与真挚关怀。当教师被真正尊重和关怀,他们的智慧与热情将不可估量;当教育回归人与人的温暖联结,所谓的“成绩”与“卓越”不过是这条正道上的自然风景。而在这条路上,王瑞玉不仅自己成为了那盏灯,更点亮了无数教师心中的光,最终照亮了孩子们的前程。

(作者单位系山东省诸城市实验初级中学)

我们学校里的那盏灯

□ 王敏