

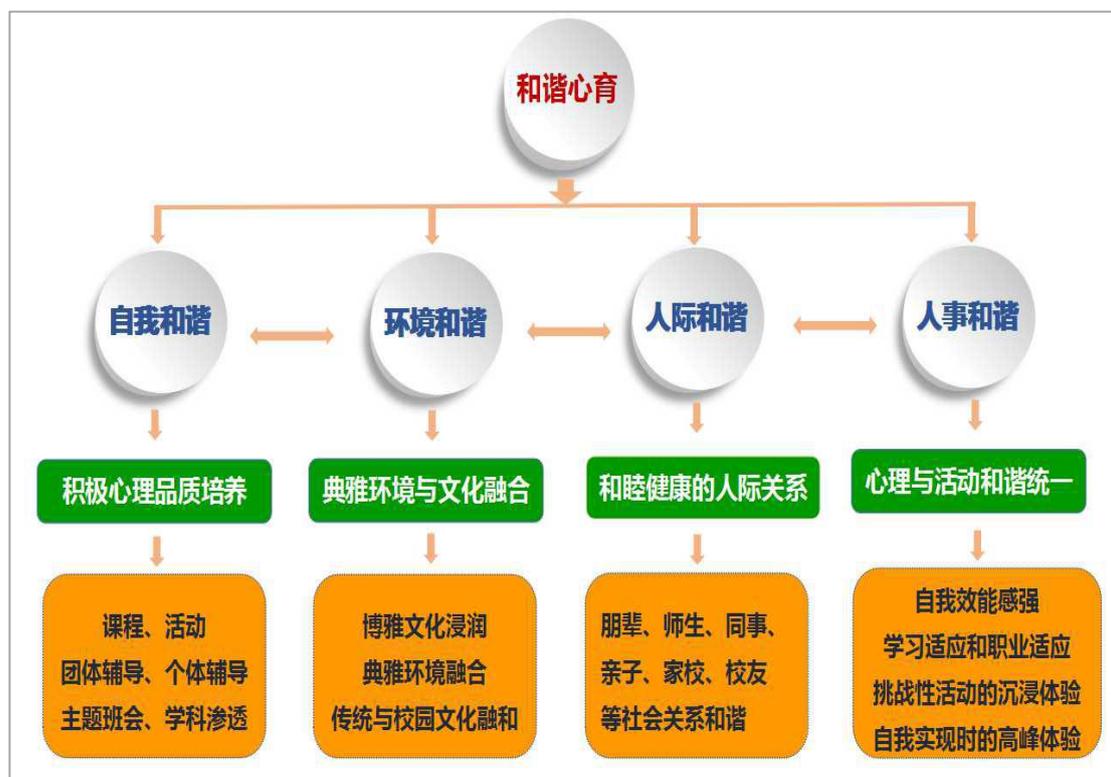
## 广东广雅中学学生发展指导中心

广东广雅中学 庄楚群 万娟 吴小建

### 一、“和谐心育”理念

心理学者石国兴等人认为，心理和谐由个体内部心理和谐、人事心理和谐和人际心理和谐三个子系统组成。内部心理和谐反映的是构成心理内部的各个成分之间的相互协调和统一的关系状态；人事心理和谐即人在对待和处理事情或事件时的理智、冷静、适度和乐观；人际心理和谐子系统即人与人交流和相处的默契和融洽。

我们对“和谐心育”的理解是：传承坚守“和谐”教育理念，坚持“发现”教育主张，不断发展和丰富心育内涵，通过制度建设和体系完善，使用科学方式创设环境美化和平台优化，积极营造和谐的心育生态，引领学生自由生长、健康成长、可持续发展。广雅已经构建了培养具有核心竞争力的拔尖创新型人才为导向的“和谐心育”模式。（见下图）



广东广雅中学“和谐心育”模式图

## 二、健全的组织机制

### （一）领导高度重视

学校心理健康教育工作小组由校长担任组长，由德育副校长主管，德育处分管，学生发展指导中心负责开展工作。学校每年设置专项资金支持心理健康教育活动与工作的开展。

### （二）硬件设施配备

2000年广雅“心理咨询室”挂牌成立。2011年学校将“心理咨询室”升级为“学生发展指导中心”，设立团体辅导室、沙盘室、放松室、个体辅导室、教师办公室等多个功能室，功能室面积超200平方。



放松室



沙盘室



个体辅导室



团体辅导室

### （三）师资力量雄厚

学校有专职心理健康教师3人，均拥有硕士学位和国家级心理咨询师证书。兼职心理老师每学年10位左右，均为高校心理学专业在读硕士研究生，持国家心理咨询师证书。省级心理健康教育A证教师7人，B证教师12人，C证教师106人。



广雅中学专职心理老师

#### （四）心育制度完善

学校制定了心理教师的工作职责与职业道德，以及学生心理档案管理、预约登记、咨询来访记录、集体备课、团体辅导、社团管理、危机预警等各项工作制度。

### 三、工作开展情况

#### （一）个性化心育课程，培养积极品格

课堂教学是心育的主阵地，每班一周一节列入课程表，由专职心理教师授课。现已构建具备年级特色的精品课程体系，积极培养和谐的广雅人特质。疫情期间，我校心理老师积极开发和推送优质心理微课。

表 1：广雅精品课程与活动

年级	积极品质	主题	系列活动
高一	耐挫、自信	乐对变化 拥抱自信	团体辅导——《成长进化论》 精品课程——《我能合理归因》 精品课程——《我心目中的幸福时刻》
高二	理智、自爱	青春恋歌 理性交往	女生讲座——《谈“性”说“爱”》 男生讲座——《当个真正的男子汉》 精品课程——《做负责任的决定》
高三	抗压、自控	释放压力 勇追梦想	专题讲座——《善用心理战术，决胜高考》 音乐体验式团辅——《叩响音乐之旅》 团体辅导——《励志·减压·团结》

表 2：“停课不停学”心理微课

微课目录	微课主题
心理微课 1	亲子关系改善
心理微课 2	高效学习
心理微课 3	拒绝“拖延”
心理微课 4	正面自我关怀
心理微课 5	亲子沟通技巧
心理微课 6	积极适应网络学习
心理微课 7	拯救学习力之一
心理微课 8	拯救学习力之二
心理微课 9	拯救学习力之三
心理微课 10	失眠调节
心理微课 11	积极化解焦虑

## （二）丰富活动形式，纵深心育体验

### 1. 丰富多彩的校园心育活动

心理节主题年年创新，专业性与趣味性浓厚，方案设计及活动组织由学生社团雅心心理社完成，心理节内容形式多样，包括心理游园、心理专场讲座、曼陀罗绘画赏析、现场心理测试解读、现场心理咨询、“520—525”心愿交换、校园心理剧大赛等。



2020年心理节宣传画

### 2. 深度体验的校内外心育活动

根据学生需求，学校不断拓展心育领域。如：开展班级户外拓展活动；开展学生干部领

导力训练营；带领雅心心理社成员走进华南师大心理学院重点实验室，初探心理学神秘世界；走进广州脑科医院小儿科，探望低龄心理疾病和精神病患儿，给予他们关爱和呵护。



心理社学生参观华南师大心理学院实验室

### （三）创设多样载体，搭建心育平台

通过广雅心育微信公众号，编辑心理报《心路》，出版亲子读本《改变亲子关系的魔法石》，《高三导航》册子，青春读物《写给花季少年的“情”书》，借助学生电视台、广播节目等途径，营造健康和谐的心理环境，搭建各类触碰学生心灵的平台。

### （四）关注学生动态，开展心理调查

学生的身心状态呈动态变化，疫情期间我校对高一、高二年级的全体学生进行了《居家期间心理现状和需求问卷调查》，从居家学习适应、人际关系支持（家人、老师、朋友）、情绪状态、睡眠作息和生活行为适应这五个方面来了解学生的心理适应水平。

### （五）缓解心理冲突，启动线上咨询

#### 1. 开展一般性心理问题咨询

第一时间推送了主题为“广东广雅中学防疫心理调适指南”的官方微信，向我校师生送上心理防疫锦囊，帮助大家缓解恐慌焦虑的情绪，并提供官方邮箱咨询、微信线上咨询和电话咨询等多种形式心理服务，及时化解心理冲突，保障全校师生的心理健康。

#### 2. 回访与转介严重心理问题个案

对于已建立详细档案的严重心理问题学生，我校心理老师每月定期通过家长和班主任进行一对一回访，了解学生的最新心理状态，并根据回访获得的信息对家长和班主任进行相关的专业指引，三方合力保障学生良好、稳定的身心状态。

对于新出现的严重心理问题学生进行及时转介，以专业的视角和耐心细致的态度指引家长和学生，并及时建立详细心理档案。

## **(六) 加强培训，全员心育**

### **1. 培训教师团队。**

全体教师每学年接受高级别心育培训，而心理教师针对班主任、德育导师及生活老师开展提升心育能力的专题培训每学年不少于4次。

### **2. 整合心育资源。**

“心育导师引路”也是我校心育工作特色之一。校内导师全员参与心育工作，校外导师以心理医生、心理咨询师、全球职业规划师、高校教师、各行业引领人物、家长及校友为主，为我校开展学生发展指导工作提供了强大的师资支持。

## **四、预防干预两措并举**

### **1. 塑造幸福人生，预防心理问题**

面向全校师生开设幸福课、幸福讲座、幸福剧场……通过罗列幸福清单渗透幸福策略，引导师生关注心理的内在力量和积极方面，用心去发现、感受和体验幸福感，努力塑造幸福人生，预防心理问题。

### **2. 敏锐识别危机，干预护航生命**

我校制作健全的心理咨询预约表格、记录表格，有完善的规章制度；开发电子版学生心理成长档案；制定危机干预应急预案，对严重心理问题的学生及时转介到专业机构。

我校建立了成熟的心理危机干预模式，它由“班主任—心理教师—家长—学校心育领导小组”构成。班主任和心理委员接受多次“学校常见心理危机个案类型及其干预要点”专业培训，全员初步掌握识别和判断技术；心理教师专业指导，预防控制；家长来访问接咨询，及时转介；家校圆桌多方会谈，达成共识。全方位敏锐识别危机，护航学生成长。

## **五、心育工作主要成效——辐射广泛，师生共成长**

### **1. 心育成效辐射广泛**

学校先后荣获广东省中小学心理健康特色学校、广东省心理健康教育先进单位、广州市心理健康教育示范学校等光荣称号，心育成效辐射全省甚至全国。学校每年接待国内外来访的心育同行不计其数。举办过“专·享”（专业分享交流会）、“职·享”（职业分享交流会）、“职业面对面”、“生涯人物访谈”等全校性的大型活动超过10场，职业讲座及工作坊60多场，受众不只几万人次，省级媒体报道超过50次。社会反响强烈，兄弟学校频频点赞和前来取经。“职面人生、职享未来——广雅首届模拟人才招聘会”达到轰动效果，《光

明日报》、《凤凰网》、《南方日报》等多家主流媒体纷纷报道。老师们受邀在省内外开设心育讲座不少于 20 场。

## **2. 学生综合素质提升**

近年来，我们通过相关测量、问卷调查、访谈、观察等多种评价方式发现，我校学生的发展状况、发展动力及综合能力都有了明显提升。学生参加国家中学生奥林匹克集训队、丘成桐中学数学比赛、全国科技创新大赛、国际合唱比赛、体育比赛等屡屡获大奖。

## **3. 教师专业成长迅速，成绩可喜**

我校每年两次的前后测数据表明，学生对教师的心育能力与技术、对教师在学科中的心育渗透、对教师在学生发展中的指导以及教师对学校心育工作的评价、对担任生涯导师的意愿和能力等方面满意度均明显提高。学校心育团队专业性强，业务精湛，擅长科研，主持和参与的国家、省市级和校本课题共 12 项，参编出版的省级心育与生涯教材教参 5 本，校本心育教材 7 本，发表及获奖论文多篇。

广东广雅中学心育特色仍处在完善和实践中。我们将进一步与时俱进，深化成果，总结经验，借助资源，使心育更具特色，彰显更精彩的生命活力，为生命成长赋能。