

全省中小学取得国家心理健康咨询师资格的教师只有 300 多人 部分市县心理健康教育几乎为零

我省将制定中小学心理健康教育专兼职教师培训规划

■ 本报记者 郭景水

这是一组鲜明的数据对比：我省目前有 2400 多所中小学，130 多万名中小學生，取得国家心理健康咨询师的教师只有 300 多人；除了海口、三亚、儋州、文昌等市县的优质中小学，省内其他市县中小学的心理健康教育几乎为零。

中小学生的心理健康教育该如何走下去，记者对此进行了采访。

当前中小學生“心病不少”

同学之间的相处、适应任课老师的教育……这些都有可能成为学生的“心病”。不过需要引起注意的是，部分中小學生因为“心病”的下一步选择有点“触目惊心”：今年以来，我省接连发生了多起中小學生自杀的事件。

为何在年少花季选择结束生命，看起来中小學生的“心病”疙瘩很深。“如何更早期地发现学生潜在的问题，并且进行及时干预，这是当前学生思想政治工作中出现的新问题，这也是在全省推进心理健康教育的意义所在。”省教育厅思想政治处调研员刘世琼认为。

省经济技术学校副校长李仕山提出，130 多万名中小學生中，其中中职学生值得关注。“这部分学生在学业成绩上相对较差，不少学生的家庭条件相对较差。在对个人未来的设计上，部分的学生有些随性，他们的心理状态也值得关注。”

相对于中小學生的“心病”，那么治疗的地方在哪里？李仕山认为，学校的



国兴中学正在上心理健康教育课。

国兴供图

心理健康教育实际上是要处理比较简单的事情，同时也不能让学生认为“自己有了病”，心理健康教育如何把握好这个分寸，也是非常重要的。

心理健康教育“国兴样本”

已经正式运行两年的国兴中学心理健康辅导活动中心，有 400 平方米，设计了个体咨询室、团体辅导

室、沙盘疏导室、音乐放松室、心理探究室、自我悦纳室、社团活动室等 9 个功能活动室。“国兴中学在心理健康教育方面的硬件投入目前省内最好的。”省教育厅思想政治处处长卢刚对记者表示。

国兴中学校长陈力说，学校的生源主要来自乡镇、农村，在进入学校学习之后，除了日常学习的压力，还有看到和城市孩子消费的差距，很容易产生自卑的

心理，在同学的交往中显得被动、压抑，从而让整个班级的气氛比较压抑。“因此，心理健康教育的就很有必要。”

作为学校三名专职心理健康教师之一，崔建华认为，心理健康教育课程容易被老师们认为是可有可无的，“但是我们主要要做的就是学生在有事时候可以找到一个人进行述说，我们陪伴学生一起走过这段青春的烦恼。”

除了国兴中学，省内中小学心理健

康教育做的相对较好的还有海南中学、海南华侨中学等。“不过相对于全省的学校来说，这个数量还是太少。”刘世琼告诉记者，因此省教育厅正在制定全省中小学心理健康教育专兼职教师的培训规划。

期待心理健康走进更多课堂

据了解，当前在国兴中学，心理健康教育已经正式进入课堂：初一到初三，两周一节课；高一年级一周一节课；高二年级没有固定；高三年级则是一个月一节课，在高三的第二学期，课主要是团体课的辅导形式。

“不同的年级，是不同形式的问题，比如初一年级主要是生活学习的适应，初二年级是男女生交往的问题较多，初三则是学业压力。”崔建华老师告诉记者，到了高中之后，除了学业、生活之外，主要是人际交往上的问题，这个时候很多的学生经常要解决的一个心理问题是“自我认知”，这种自我意识的迷茫之后，有时候处理不好就会出现极端事件。

要解决这些问题，在校园里有一个条件不错的心理健康场地，还是很有必要。“我们也在做全省中小學校心理辅导室建设的指导意见。”刘世琼介绍，计划到 2015 年度，我省中学和有条件的城区小学全部建立心理辅导室。到了 2018 年底，我省中心学校（含）以上的学校全部建立心理辅导室。

“心理健康教育看起来比较虚，我们就是要把这些工作做实。”琼中黎族苗族自治县教育局副局长陈怀认为。

关注中高考

中考在即，家长请做好后勤

■ 本报记者 李佳飞

中考临近，踢好“临门一脚”十分重要。那么，作为家长，可以为考生做些什么呢？不妨听听部分教师专家们的建议：

多分析鼓励，少要求

专家认为，对于大多数家长来说，在孩子读初中的时候，还是可以提供一些帮助的，即便不能提供所有科目具体问题的帮助，也可以提供一些方法论方面的帮助。因此，家长可以多陪伴孩子复习，帮助其分析薄弱科目，助其“攻坚克难”，但要注意掌握方法，坚持以肯定鼓励为主，不要过多要求和用指责的语气“教训”，最后关头，要帮考生树立信心。

多提醒监督防粗心

俗话说，细节决定成败，而初中阶段的孩子往往容易犯粗心的毛病，有些制定了学习计划，但总是丢三落四，落实不到位。因此，需要家长适时地提醒监督，在计划落实方面，家长可以监督孩子执行，例如完成学习计划，家长要准时提醒孩子该进行下一个计划了；对于孩子容易遗漏的部分，家长可通过提问，促进其思考、巩固。

多细心呵护保证营养睡眠

此外，临近考试，保证考生的营养和睡眠也很重要。

海南省营养协会专家建议，考前饮食应遵循以下原则：能提供必需的热量，清淡、鲜美、可口；易于消化和吸收；孩子想吃，又愿意吃的食品；不暴饮、暴食，只吃七八分饱。因此，家长应将考生的食物安排多样化、粗细搭配，保证营养供给，提醒孩子不挑食、不偏食，不过饱饮食。

高考失利不可怕 专家建议：选择适合自己的路更靠谱

■ 本报记者 李佳飞

2014 年高考日前落下帷幕。有研究表明，高考后两周往往是考生心理问题的高发期，不少考生，尤其是感觉自己考试不理想的考生，此时会遭遇困惑、压力等精神方面的“折磨”，可能会变得沉默寡言或郁郁寡欢，个别甚至容易出现极端的行爲。

那么，这样因高考而沮丧的考生，该如何宣泄压力、调节情绪呢？海南师范大学附属中学心理教师李惠君认为，首先要勇敢面对现实，分析高考失

利的原由，其次，要对自己的能力和兴趣有正确的评估，选择一条适合自己的路才是最靠谱的，“考大学并非人生唯一的路”。

一般情况下，高考失利的考生可以分为两类：一类是平时学习成绩总体还不错，复习也很努力，高考失利属于“发挥失常”的这一类型。李惠君认为，对于这一类考生，身边的亲友，尤其是父母，不因过多抱怨、指责，加重学生的心理压力，而应帮其冷静地分析“失常”的原因，如果将来选择复读考，应在这一次失败的经历中学到教训，例如攻

克薄弱科目等。

另一种类型，则是平时学习成绩就比较普通，有的甚至是“完全学不进去”的学生，“这一类高考失利或许不是件意外的事情”，但同样，他们也会面临对未来茫然无知的困惑和焦躁不安中。

“有些学生本身就不想继续读书的，他们或许更愿意学有一技之长，想尽早融入社会。”从事教育工作多年的李惠君说，事实上，并非每个孩子都适合做学术搞科研，有些孩子在学技能或者创



(线敬平)

资讯

省高职高专教育研究会举行 2014 年年会

本报讯(记者郭景水 通讯员周国耀 王晓灵) 海南省高职高专教育研究会近日在海口举行 2014 年年会。

在 2013 年度，海南省高职高专教育研究会确定了 44 项课题为教育教学改革研究项目，并且评出了 73 个具有高职高专特色的校企合作专业、优质核心课程以及“双师型”教学团队、教学名师。研究会全年举行了 17 场学术讲座，其中涵盖了教育理论、应用学术、学术辅导、人文素养等领域的內容。另外，研究会还积极开展职业教育师资培养，提高服务能力。

海南省高职高专教育研究会成立于 2010 年 3 月，是从从事高职高专院校教学管理、教学改革、教学理论与教学实践问题研究的非营利性学术团体和开展校际协作的群众组织。研究会会在办学发展、现代职教体系建设、中高衔接发展、招生制度改革、校企合作等方面开展学术交流和研讨。目前已成功出版发行了四部《高等职业教育研究》学术集刊，成功开展了教育教学研究成果奖和教育教学改革研究项目评审，稳固搭建起海南高职教育研究、探讨和交流平台。

海南经贸职业技术学院承办了本次年年会。

大学生海南旅游线路设计大赛作品受捧 首轮票数突破 30 万

本报讯(记者王黎刚)记者从 2014(第二届)大学生海南旅游线路设计大赛组委会获悉，目前，海南 12 所院校组织的 159 支参赛队伍已提交 130 件线路设计作品，受到省内外大学生热捧，5 天内参与网上投票的人数达到 317449 人。

据统计，参与首轮投票的 130 支参赛队伍，获得支持票数突破万张以上的有海南软件职业技术学院“开新启程队”队、海经贸“青春在路上”队、海经贸“旅子”队、海师大“椰树下”队、海口经济学院“即刻出发”队、琼州学院“马上出发”队共 6 支参赛队伍。其中海南软件职业技术学院“开新启程队”队设计的“盛情 36000s”的线路产品，是一条集休闲、娱乐、高雅、复古于一体的线路，参与性强，短短 5 天时间就获得 19570 票。据了解，此次投票时间为 6 月 11 日至 6 月 15 日，每个 IP 每天限投单个作品 10 次。按照大赛作品投票规则，该轮网络投票主要展示各参赛队伍所设计作品的梗概和体验，既能展现各高校参赛队伍的参赛阵容和作品内容又能让社会公众参与评价，作品网上展示和投票的结果可以作为校内开展初赛、复赛筛选作品的参考。

嘉积中学舞蹈团：

舞出美丽的梦想

■ 本报记者 蔡倩

中国舞蹈“荷花奖”、全国舞蹈比赛金奖、群星奖，数得上号的全国级别舞蹈比赛，嘉积中学男子舞蹈团几乎都已拿过名次或参加过；

上海世博会、中央电视台春节联欢晚会、维也纳金色大厅和法国歌剧院，国内外多少大型舞台，嘉积中学男子舞蹈团都曾登台演出；

从 2001 年以来，嘉积中学舞蹈团的学生一个不落全部考上了大学，高考升学率达 99% 以上，并且每年都有考上重点大学的学生。

当地人都说，“只要进了嘉积中学舞蹈团，考上大学不是梦”，这个说法几乎已经成了一个共识。

“有梦很重要，但更重要的是努力。”嘉积中学舞蹈团特级教师颜业岸与舞蹈团成员用实力舞出了美丽前程。

敢想就有梦

6 月，嘉积中学舞蹈团，一批高三团员们刚刚结束了高考，他们中的大部分已经通过了北京舞蹈学院、中央民族大学等院校的专业考试。

6 月，嘉积中学舞蹈团，一批新团员听着前辈的故事，怀着敬仰与激动加入了这个传奇团队。

舞蹈团成员如今已经达到 130 人，



嘉积中学舞蹈团在比赛中。

嘉中供图

颜业岸不由想起 22 年前开始带舞蹈队时，全队只有 10 来个人。

22 年里，他改了社会上对男生学舞蹈的偏见，他带着一队队学生冲击了五六十项国内外大奖，他做到了把男子舞蹈团变成嘉积中学的特色之一。

“敢想、敢做梦。”颜业岸认为他与舞蹈团的孩子们能获得如今的成就，最重要的就是这一点。

以舞写梦想

“刚刚和团里的舞蹈老师去云南、西安采风，云南民族舞特色、西安深厚的历

史文化底蕴都让我们受到了很大的触动。”颜业岸挥着手臂，激动莫名，恨不得立刻用舞蹈动作把心中的这份感动表达出来，让学生们一起舞出那份美丽。

颜业岸把梦想、把美、把感动都编进舞蹈，教给学生们，让每一个人都舞出自己的梦想。嘉积中学舞蹈团的成功，与颜业岸极富激情的创作、不俗的创意、优秀的编舞能力有着莫大关系。

《博鳌春潮》《远征》《壮士》《攀》《边关沉月》《一片羽毛》《搏·鳌》……这是一串闪光的名字，铭刻着做人成绩与荣誉；这是一支支舞动梦想的舞蹈，舞姿技巧精准到位，传神韵味入木三分。