

琼台师范学院美术系2018届毕业生成果汇报展暨“丘濬美术奖”颁奖活动举行

毕业季 用艺术作品致青春

■ 本报讯（通讯员徐鈞 张雅静）5月23日，琼台师范学院美术系2018届毕业生成果汇报展暨第二届“丘濬美术奖”颁奖活动在该校举行，这是该学院美术系2018届“致青春·艺启程”毕业季主题系列活动之一。

目前，琼台师范学院美术系已形成美术学、艺术设计学、书法学三大学科并行发展的态势，对人才培养质量提出了更高的要求。该系大力推行实践教学改革，在本专科教学中注重与社会实践相结合，强调学生在艺术实践过程中的思考，重视运用实践教学的手段，提高学生的综合能力，致力于德厚艺精、博学求新的杰出艺术人才的培养。

从琼台师范学院美术系2018届毕业生成果汇报展可以看出，本届毕业生在观念创新、创作技法、社会实践和企业需求结合等方面均有积极探索。有些学生的作品虽然在一定程度上尚显稚嫩，却展现着年轻一代的青春锐气与专业才华，同时凝聚着指导教师的心血和汗水。

本届展览由琼台师范学院与海南省美术家协会共同主办，汇聚了服装设计、环境艺术设计、视觉传达设计、动漫设计、工艺品设计和美术教育六个专业的毕业生作品，参展的三百件（组）作品涵盖了中国画、油画、水彩画、纸版画、综合材料绘画、服装与服饰设计、平面设计、环境艺术设计、旅游工艺品设计和动漫设计等方面内容。

近年来，海南省美术家协会与琼



↑琼台师范学院服装专业毕业生展示时装设计作品。

→王海彬作品《骑楼老街》

台师范学院进行深入合作，联合开展了一系列重大展赛活动及创作培训项目，通过传、帮、带等方式，强训练、勤辅导，抓创作、出作品，成效喜人。

琼台师范学院的前身是创办于1705年的琼台书院，三百年书声不断、薪火相传，三百年人才辈出、蔚

为大观。琼台是琼州的别称，也是明代琼籍理学名臣、文渊阁大学士丘濬的别号。丘濬博览群书、著述等身，留下了众多名篇佳作。故琼台师范学院设立了“丘濬美术奖”，一是延续百年传统文化精神，二是继承优秀先辈文脉，三是砥砺

鞭策艺术学子。

千里之行，始于足下。琼台师范学院有关人士表示，希望每一届的美术系毕业生成果汇报展都能成为师生们展示教学和学习成果的专业平台，不断促进学院美术专业人才培养水平的提升，彰显学院专业办学特色。



谢宋玲作品《黎家阿婆》



惠君信箱

hnlhjun@126.com

助人为乐 还是助人“添堵”？

惠君老师：

您好！我是一名高二学生，最近因为助人的事很纠结。因为在班上成绩较好，我经常会被同学请教各种学习问题。每一次我都会耐心细致地给同学讲解，并且一直很享受这种助人的快乐。但是，这个学期学习任务繁重，加上此前助人的经历不太愉快，感觉有些人过河拆桥，有些人只会求助，当你需要TA的帮助时，TA却不理不睬，人际关系变得有点微妙。我感觉不是助人为乐，而是助人“添堵”了。所以，有一段时间，我决定不再如此热心帮助同学了。但是，我不喜欢如此自私的自己，于是就陷入了助人与否的纠结和矛盾中。请问，我该如何摆脱这个困境？请老师支招。谢谢！

一个为助人烦恼不已的女孩

为助人烦恼不已的女孩：

你好！来信收悉。在助人与袖手旁观之间徘徊纠结，这种滋味的确令人很难受。一方面是你乐于助人天性使你讨厌不助人的自己，另一方面是助人遭遇的不愉快令你心生不快。似乎有两个小人在你的脑子里不时争吵着，在高二学习任务繁重的情况下，这种情况尤其令人崩溃。想要摆脱这种矛盾情绪的纠缠，我建议你试着从以下三个方面调整你的助人模式。

第一，建立合理认知。理性认识助人的意义。心理学有一句话，叫助人自助。我认为这句话有两层意思，一是帮助别人找到自身的优势和力量，最终让TA自己帮助自己；二是助人的过程，其实也有助于助人者自己的成长。你之所以如此纠结矛盾，除了来自受助人的某些不良回馈之外，大概还有一个原因是你担心助人会消耗自己的时间和精力，耽误自己的学习。如果你确信，你在跟同学们讲题时，其实也是变相的自我复习和整理思路的过程，你就会笃定地相信，助人的结果其实也有助于提升自己应对问题的能力。此时，你再响应别人的求助时会更爽快，真正做到乐于助人和助人为乐。

第二，量力而行地助人。助人的前提是你力所能及，最不可取的做法是，自身水性很差却去舍命救人。你要在完成自己学业任务的情况下，有余余力去助人才能取得共赢的结果。无论任何时候，你的助人行为不必受道德绑架，一定要凭着本心和实力去响应别人的求助。如此才是忠于自己和对受助者负责的态度。所以，你需要确定自己在哪些学科和模块的学习内容上，能给同学提供高质量的帮助，你的帮助应聚焦于哪些方面内容。你用什么方式帮助同学的时候效果最好，你在什么时候助人会感觉很享受。在助人的过程中，留意自己的身心反应，可以提高你的自我觉察，为日后高效且愉快的助人模式奠定基础。

第三，于己方便地助人。在助人的时间选择上，不必做到24小时随时待命有求必应。你是高二学生，需要承担沉重的学业任务。如果你总是以别人的需要为轴心生活着，时刻准备着第一时间响应别人的求助，你会觉得很委屈。虽然能获得求助者一时的好感，但长此以往你会身心俱疲，你会觉得对自己不够好，你的助人状态和质量也会受到严重影响。最后的结果可能是助人变成结怨，这样是得不偿失的。所以，你最好给自己设立一个时间底线并温和委婉地公之于众。在自己功课完成的基础上，你可以腾出一个时间来回应同学的求助。这个时间一定是你方便的时间，可以是你完成课后稍事休整的时间，也可以是一天中学习效率较为低下的时段，或者是一些零碎时间……把这些时间用来助人，权当是切换一下学习频道，让之前紧张学习的大脑稍作休息。如此安排既回应了同学的求助，于己又是一种积极的休息，可谓是双赢的举措。

总之，助人是一种美德，有能力助人是一份荣耀。是助人为乐还是助人“添堵”，全在于你是否能巧妙助人。给助人的行为赋予积极美好的意义，量力而行、选择适合自己的助人方式，然后从容有效地助人，如此方能真正获得助人自助、助人为乐的良好效果。祝你助人快乐！

惠君

（作者系海师附中心理教育中心主任、心理健康教育特级教师）

家有儿女

孩子成长需要“唤醒”

■ 张筱筠

孩子的学习成绩一直都让我们感到很纠结。做作业的时候，我们经常和他发生争吵，好像越严加管教，他的脑袋就越不开窍。

有朋友跟我说，孩子的教育需要“唤醒”，就如同一个灵魂唤醒另一个灵魂。对孩子训斥越多，他的“心窗”关得越紧，思维越麻木……

这个学期，我们开始和孩子进行心灵对话。我们每天都抽出半个小时，让孩子说出藏在他心里的话。在他倾诉时，我们会像朋友一样对他进行引导。我们的对话都从孩子感兴趣的话题开始，我们总是让孩子先说，不会中途插话或者打断他。这种对话让我们和孩子更像平等的朋友。时间久了，孩子对自己的学习也认真起来，他的学习成绩渐渐提升上来。

平时，我也会积极与孩子的老师们进行沟通，向他们讲述我的育儿方法。老师们与我一起教导孩子，让孩子对学校和班级充满了爱，对学习越来越有信心。班主任看到孩子的进步，时常表扬他：“上课认真听讲，作业写得越来越工整。”作文本上的评语，激励着孩子不断进步。这个学期，孩子的数学进步较大，老师经常对他进行鼓励。孩子告诉我，老师的鼓励就像一杯糖水，让他感到又暖又甜。

这个学期，孩子的英语学习进步得很快。期中考试后，老师在总结的时候，让我的孩子走上讲台向全班同学介绍他的英语听力学习经验。在老师的鼓励下，儿子现在在家不用我们督促，每晚都会主动大声朗读英语词汇……看到孩子在学习上的进步，我很感谢老师们对孩子的“唤醒”。

精彩课堂

坚守热土 静待花开

■ 黄恒宝

“人生永远没有最晚的开始”，这是全国特级教师郭学萍去年送给我的一句话。是啊！坚守这片教育热土，静待花开，我要做少数民族山区教育的有心人！

去年9月初，刚接手三（7）班，全班64人。开学第一天，成绩好的学生纷纷转班，就连本校教师子女也“悄悄”消失了，班级人数锐减至49人！

三年级是孩子阅读和写作水平的重要提升阶段。语文课上，我让孩子们上台讲故事，没有一个人愿意，你看着我，我望着你，互相推让。“那上台来读读儿童诗吧。”我无奈地说道。“老师，什么是儿童诗？我只喜欢看《熊出没》。”一个孩子说道。开学一个月，学生的作文就几行字，写作日记没有一本。

我心想，孩子的“花季”只有一次，为了提升孩子们的阅读和写作能力，我应该做些什么？

让孩子们爱上故事

要让孩子们学好一门科目，首先要让他们对这门科目感兴趣。小学生学习语文的兴趣从哪里来？我认为要从爱上故事开始！

在班级微信群，我与三（7）班家长积极进行交流，让家长们认识到了孩子阅读的重要性。家长们自发成立了“三（7）班书香会”。家长们在网上购买了郭学萍老师列出的小学三年级阶段必读书单，一本本课外书进入班级的图书角。我和孩子们共读一本书，共同分享以故事为主题的班级读书交流会。你说我演、你唱我舞，开展多种形式的班级

读书交流活动，不断提升孩子阅读兴趣。

陪伴是最好的关爱

班级微信群中，老师可以与家长经常交流，还可以陪伴孩子一起阅读。我在微信群里开展了“故事一小篇，精彩你我他”“诵读经典童诗100首”等活动，要求孩子们做到眼看、口读、耳听、心悟！每日一个故事、每日一诗，让优美文字滋养每个孩子的心田。

一开始，只有几个学生跟着我读。后来，几十个孩子一起跟着读，读得好的孩子可以当小老师，起到示范带头作用。每天，孩子们利用课余时间 and 饭后饭后时间诵读诗歌，微信群里充满了正能量：“我读书、我快乐！”孩子们读得多了，诗歌就走进了他们的心田。刘

方杨写的《公交车》、何开勇写的《抓山鸡》等儿童诗陆续刊发在《南国都市报》上。

鼓励是最有“魔力”的方法

每个人的成长都离不开鼓励。老师、同学、父母的鼓励，让孩子们一直坚持阅读、写作。在班级微信群里，我常常给读得好的孩子、坚持阅读的孩子、做读书笔记的孩子，发“大拇指”表情点赞。读得好的孩子，我让他在课堂上展示；写得好的孩子，我会在语文课前朗读他的作品。一个学期下来，我们收集了一本本班级学生作文集，孩子们一篇篇优秀的习作刊登在《海南日报》《南国都市报》的习作栏目上。在大家的共同鼓励下，孩子们不断成长。

（作者系保亭思源实验学校教师）

回望往师

■ 常要中

恩师刘崇仁先生去世已经好多年了，每次想起他，我内心总是充满感激。从他身上，我学到了很多做人的道理。

刘老师是我初中语文老师，他中等个，国字脸，眼里永远都蓄满了慈祥。

刘老师说话做事，不疾不徐，气定神闲。初中三年，作为我们的班主任，我从没见过他在班里发过一次火。

当时，刘老师还是民办教师中的一员。后来我才知道，民办教师干着和公办老师一样的工作，拿的却是难以养家糊口的工资。但是，我从没听过刘老师发过一次牢骚，看到的全是他在课堂上的阵阵以待、一丝不苟。每节课，他都用粉笔将重点字词、精美句子一笔一划地抄到黑板上。一节课下来，总要用完整整三块黑板，写满后擦，擦完再写。我觉得，走上讲台的他，在自己的田园上，一刻也不懈怠地耕种打拼。

如今，站上讲台的我，一直不敢放松对自己的要求，唯恐学识不够误人子弟。这种如临深渊如履薄冰的心态，也是从刘老师那里学到的。

我爱读书，经常拿着自己的文章到办公室向刘老师请教。不论多忙，他都会放下手中的工作，先默读一遍，再用红笔认真批改，然后再详细地给我讲解文章的得失。有时候，一个地方他要帮我修改多次。我偶尔写出一篇好作文，刘老师便感到很欣慰，拿到班里读给全班同学听。现在，我的书架上，还珍藏着一本当年的作文本。看着它，我既惭愧又幸福，惭愧的是，我那样文笔拙劣的文章，浪费了刘老师太多宝贵的时间；幸福的是，那密密麻麻、比我的文章字数还要多的修改内容，让我看到了一位长者，对一个一心向学的孩子的关爱与呵护。

中招报考时，我不敢填报县里最好的中学。因为全县一万多

名考生，那所中学只招收一百多人。作为一个在偏远乡村学校求学的孩子，我心里着实没底。刘老师鼓励我：“‘明知山有虎，偏向虎山行’，这是一个高手必备的勇气，要相信自己的实力。”正是有了刘老师的鼓励，我才鼓起自信的风帆，最终走进了神往已久的学府。

我高中毕业那年，刘老师由一名民办老师转为公办教师，我真心为他高兴。两年后，刘老师到县城一高教书，又把满黑板的工整小楷，由乡村初中带到县城一高。再过几年，我回到母校，和刘老师成了共处一个办公室的同事。其间，刘老师在工作、生活各方面，都给了我太多帮助和关照。

高中生活非常紧张，班主任也要和学生一样，每天早上5点半进班，晚上11点离开教室，一年四季从不变更。好多次，看着已过知天命之年的刘老师，还和我们年轻人一样拼命，我劝他多注意身体。可

他却说：“一进教室，就觉得孩子们和当年的你一样，既懂事又好学，我哪敢偷懒，生怕课没讲好，对不起他们。”然而，繁重的工作，最终压垮了刘老师。一天中午，他晕倒在办公室。一场大手术后，刘老师保住了生命，但严重的脑血栓后遗症，让他彻底离开了心爱的校园。清醒后，看着一侧已经没有知觉的手脚，他在病房中，在同事面前大哭一场。我想，刘老师是在用这种方式，向站了几十年的讲台做最后的告别。

一年后，当我们语文组全体成员最后一次去探望刘老师时，思路不清的他，只能叫出我一个人的名字。那一刻，我的心很痛：如果刘老师和我们一样，依然能回到课堂，回到学生的身边，该有多好啊！

刘老师早已离开人世。但是，他的敬业以及他对我的教导和鼓励，将让我铭记一生。（作者系五指山市五指山中学教师）