



点燃生命的心灯

——学校心理健康工作经验分享

斗门实验中学 章红川
斗门实验中学 章红川



学生问题的主要表现:

- 1、早熟（青春期综合症，早恋等）
- 2、人际关系不良☹（同学关系不好，亲子关系紧张，师生关系紧张）
- 3、学习压力（考试焦虑，缺乏自信，学习恐惧等）
- 4、家庭矛盾
（父母离婚，单亲家庭导致爱的缺失，留守少年孤独生活等）
- 5、认知偏差（人生观不正确）

造成问题的原因

一、青春期心理特点

- 1、思维的独立性和批判性显著发展。
- 2、情绪发展多变。
- 3、自我意识形成和迅速发展。
- 4、性意识萌发。



二、家庭的不良教育和不良环境的影响。

由于是独身子女，家长无原则地溺爱和袒护。在生活上，要什么有什么，缺乏严格的管教。在学习上，对其希望值很高，或许采取粗暴的压制教育方式。学习上和生活上要求的强烈差容易导致学生的心理障碍。

父母现在工作都比较繁忙，或居住外地，或父母不和或离异、家长与孩子交谈的时间太少，孩子的心理变化不清楚。



三、社会环境的影响。

各种媒体的不良宣传和负面报道，
对学生产生了消极引导。

不良分子不仅自己作案犯罪，而且常常欺骗、诱使，教唆少数青少年做坏事，使他们心灵受到毒害，沾染上不良品德和恶习。



四、学校教育工作上的失误的影响。

目前，仍有一些学校对学生成绩进行排名，致使那些本来就较自卑的落后生，因过重的课业负担和频繁的各种考试甚感头痛和万分厌烦，对自己没有信心，厌学情绪强烈，美丽的校园成为他们最恨的地方。有些班主任处事武断，对好的学生关爱倍加，对差生冷嘲热讽，使他们的自尊心受到严重伤害，产生强烈地反抗心理。



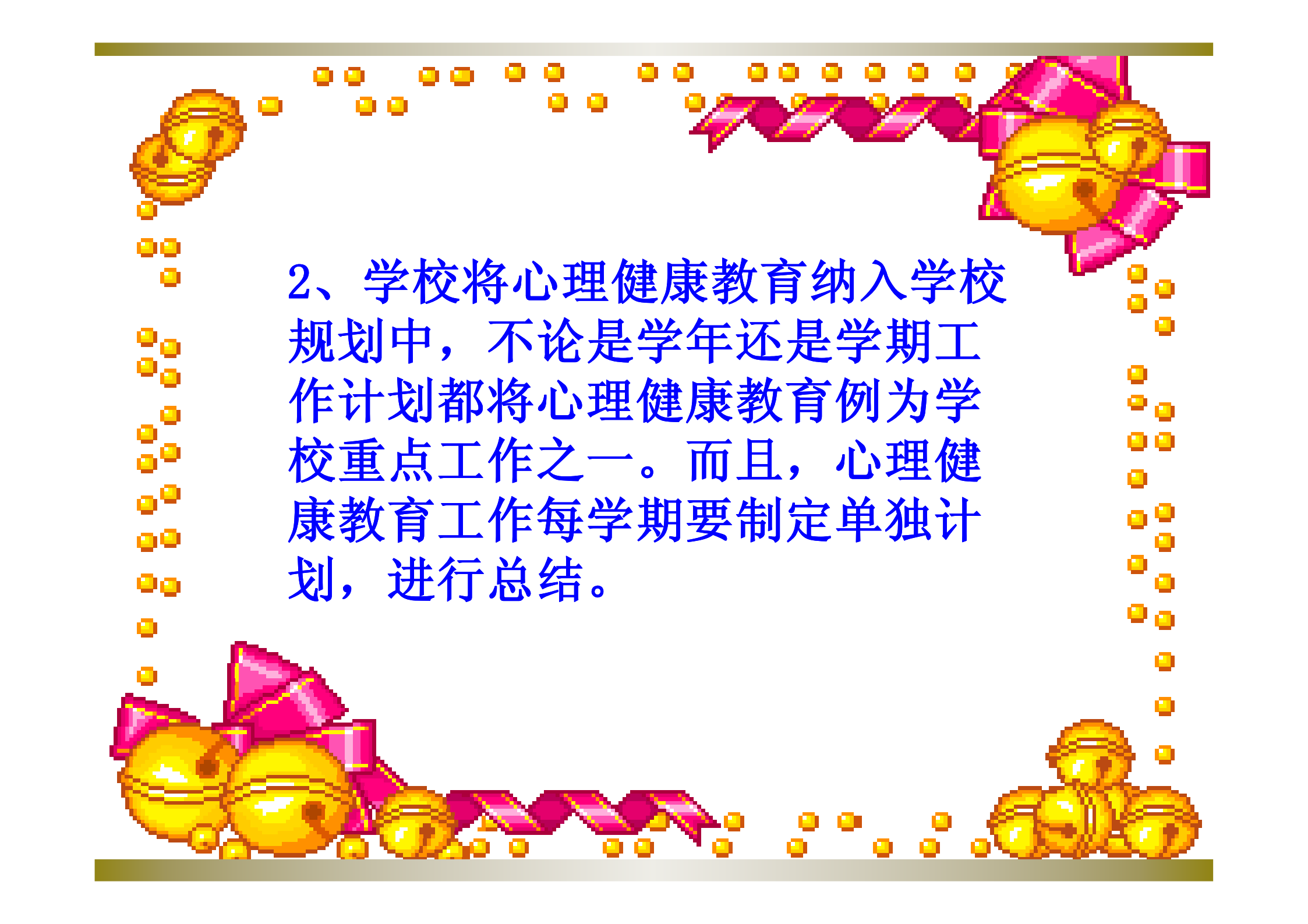
针对这些问题

在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志、艰苦奋斗的精神，发展学生健全的人格，以增强学生适应社会生活的能力。




组织落实

1、我校心理健康教育工作组织是严密的。校长挂帅开展心理健康教育工作，主管德育的副校长直接负责，德育处具体负责组织实施。使心理健康教育有了组织上的保证。



2、学校将心理健康教育纳入学校规划中，不论是学年还是学期工作计划都将心理健康教育例为学校重点工作之一。而且，心理健康教育工作每学期要制定单独计划，进行总结。



具体措施

第一点：

开展心理健康知识讲座：请专家、教授和学校领导进行讲课。

针对初一年级的学生刚进入初中，学习方法与小学大有不同，请退休老教师来校为初一学生进行学习方法的讲座，针对初二年龄段学生性心理出现的一些心理偏差，进行青春期性心理讲座：《十四岁走向成熟的开始》、《与青春对话》、《科学记忆法》等。



勇者无惧，挑战自我，让生命
在风雨中绽放！



计划生育服务站赵站长
《十四岁走向成熟的开始》

让青春开出最
纯洁的花朵！

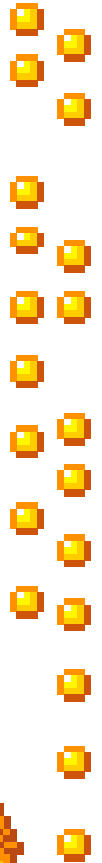
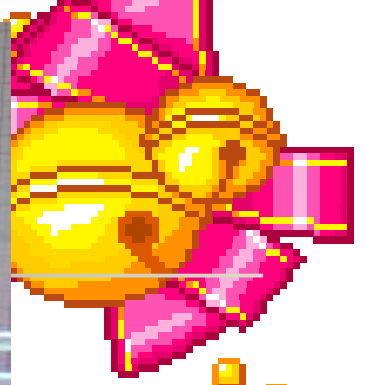




在夕阳的余晖中漫步人生之路
——退休的老校长



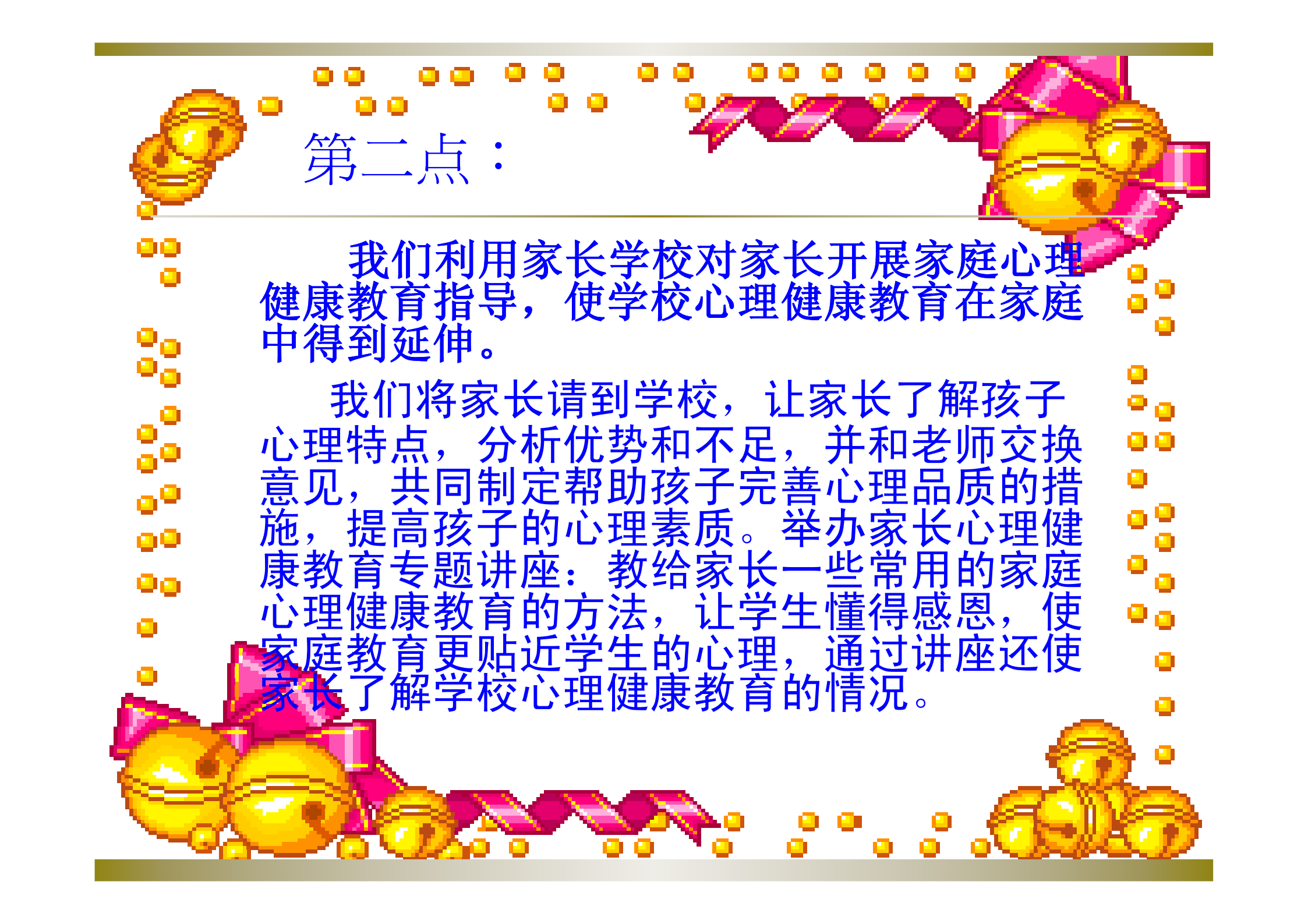
以我的至真至诚宣誓：
竭我全力，争当文明好少年



胸怀宽广，放眼世界，让生命走向广阔的世界。

——林君儒校长





第二点：

我们利用家长学校对家长开展家庭心理健康教育指导，使学校心理健康教育在家庭中得到延伸。

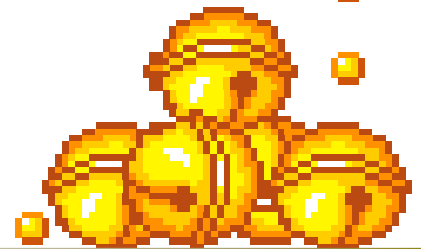
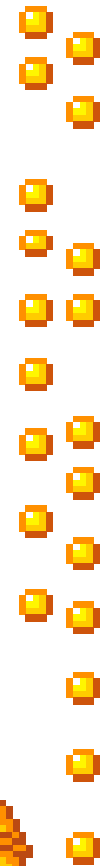
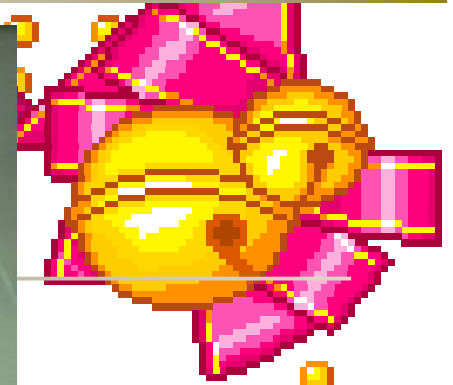
我们将家长请到学校，让家长了解孩子心理特点，分析优势和不足，并和老师交换意见，共同制定帮助孩子完善心理品质的措施，提高孩子的心理素质。举办家长心理健康教育专题讲座：教给家长一些常用的家庭心理健康教育的方法，让学生懂得感恩，使家庭教育更贴近学生的心理，通过讲座还使家长了解学校心理健康教育的情况。



共同走进孩子的内心世界！
——家庭教育讲堂



感恩，让我们拥有彼此
——拥抱父母





初三级：
让父母与孩子同行



支持，鼓励
化压力为动力。



第三点：

学校还举办了名师进课堂的主题班会，让学生感受名师的成长经历，激励他们的斗志。

班主任在日常教育教学中积极开展心理健康教育，主题班会经常进行心理辅导：如初二（2）班班主任《与老师说心里话》的周记活动，初二（3）班《构建和谐快乐班级》等等；



从挫折中成长
——杨玉莲校长



心若在，梦就在！

——初二级长：邹强明



让理想起航

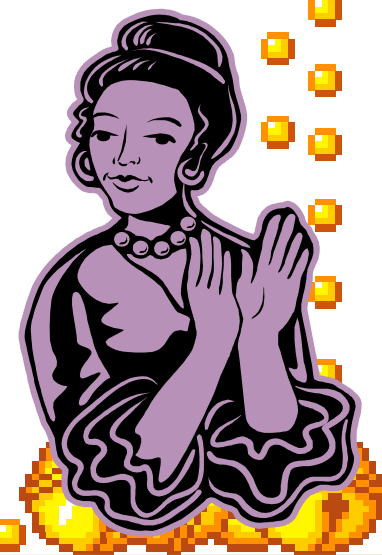
——数学教师(总务主任) 罗国强



迈好青春第一步
——主题班会

第四点：

为使我校心理健康教育不断上水平，我校心理咨询室一直坚持开展团体、个别心理辅导、进行心理训练等心理健康教育的途径。





沉着、冷静、自信
——心理教师



不管一个人多么有才能，但是集体常常比他更聪明和更有力——团队的光芒



发令枪一响，你是没时间看你的对手
是怎么跑的——你追我赶





万夫一力，天下无敌。
——齐心协力就能成功



道德中最大的秘密是爱——爱的传递



说说心里话



烦恼没有了



第五点：

努力营造有利于学生创造性人格形成的文化氛围,通过组织参加科技节、艺术节、黑板报、团队活动、文体活动、校园建设等,营造发展个性、师生平等的校园氛围,培养学生的创造心理。





心理咨询的基本原则

- (1) **保密性原则**：咨询人员保护来访者的内心秘密，妥善保管来往信件、测试资料咨询档案等材料，不在任何场合谈论来访者的隐私，除非征得来访者的同意，不向来访者的单位领导、同事、同学、父母、配偶等谈及来访者的隐私。
- (2) **理解性原则**：咨询人员对话语、行为和情感等要充分理解，不得以道德的眼光批判对错。要帮助来访者分析原因并寻找出路。
- (3) **时限性原则**：心理咨询必须遵守一定的时间限制。咨询时间一般规定为每次50分钟左右（初次受理时咨询可以适当延长），原则上不能随意延长咨询时间或间隔。
- (4) **助人自助的原则**：咨询就是一次学习的机会。咨询师帮助来访者理清思绪，学习理性处理问题，并在过程中，让来访者的心理素质得到了成长。因此咨询本身就是一个来访者学习并成长的过程，同时也是咨询师“助人自助”的过程。
- (5) **“来者不拒，去者不追”的原则**：原则上讲，到心理咨询室求询的来访者必须出于完全自愿。这是确立咨询关系的先决条件。没有咨询愿望和要求的人，咨询师不会主动找他（她）并为其心理咨询，只有自愿来咨询，不逃避、不掩饰并愿意让咨询师讲述烦恼以寻求解决问题的方法，才能最终获得问题的解决。心理咨询室的门对任何人都是永远敞开的。
- (6) **客观中立和无条件积极关注原则**：存在即合理。每个人做任何事必有他自己的道理。咨询师站在一个客观的立场上，不以道德的标准，对来访者进行无条件的积极关注，帮助来访者走出心灵的雨季。

热线电话：5133059
 咨询时间：周一至周五
 上午8:00—11:30，下午2:10—5:30为咨询时间，向全校学生免费开放。

温馨的心理咨询室



校园文化 心理专刊





成长

教育成效

1、通过我们对学生进行心理健康教育，我们的学生心情不浮躁了，基本上都能静心学习，从课堂表现和作业情况反映出学生学习越来越专注了。

2、学生中打架、抽烟、早恋等不良现象得到了有效的控制。



结束语

我们学校是省一级学校，不仅学习成绩名列珠海市前茅，体育比赛（田径、篮球、羽毛球、乒乓球等），文艺比赛（舞蹈、大合唱、钢琴、竹笛、萨克斯等）也是技高一筹，我想这些都与我们重视心理健康教育是分不开的。

廚師大家共勉



이영희
2007.1.10.

www.dhshinmat.com
http://www.dhshinmat.com