



阳光心灵 快乐“童”行

晋江未成年人心理健康辅导主题活动精彩纷呈

本报记者 蔡红亮

对晋江学生来说,过去的这个9月既是新学期的开始,也是“心”的开始。今秋,晋江市委宣传部(文明办)、晋江市教育局、晋江市校外未成年人心理辅导站等联合开展晋江市未成年人心理健康辅导“公益九月”主题活动。各学校积极响应,通过讲座、沙龙、游戏、团体拓展等方式普及心理健康知识,为师生、家长心理健康保驾护航。



晋江六小心理团辅活动欢乐多。

多彩活动 学生收获心理健康大礼包

9月19日上午,2024年秋晋江市未成年人心理健康辅导站心理咨询师研修暨晋江市未成年人心理健康辅导“公益九月”活动在中和中心小学举行,全市上百名未成年人心理健康辅导站的心理咨询师志愿者参加。

此次活动主题为:“心理赋能,助人自助”。现场,青阳街道中和中心小学心理健康老师吴镜艳以“播撒阳光雨露 塑造阳光心灵”为题,分享了该校心理健康教育工作经验。活动还邀请了国家二级心理咨询师作“写作自我疗愈——叙事疗法的理解与应用”专题讲座,与会人员进行专题研修与督导。

“我们学校历来重视心理健康工作,在心理健康这项工作上我们做到有统筹、有队伍、有课程、有活动、有干预、有筛查,确保心理健康工作真落地、真落实、见实效。”青阳街道中和中心小学负责人吴碧晓介绍,学校专门设置心理健康活动室——“怡心空间”,场所总面积218平方米,建设有团体活动室、个体辅导室、沙盘游戏室、情绪宣泄室、心理放松室等,各功能室相应功能分区安排合理,并配有专职心理教师,开展内容丰富、形式多样的心理健康教育。

安海职校的心理健康之旅早就“启程”了。开学第一周,该校就为2024级新生送上了一份干货满满的入学心理健康大礼包,通过一系列心理测试带领学生领略心理学的魅力,向他们传授认识自我和悦纳自我的方法,尽快适应中职的生活和学习。

作为国家级示范性综合实践基地,晋江中小生示范性综合实践基地开设了丰富多彩的实践课程,每年都有数万名学

生在这里参加社会实践。其中,在课程设置上,基地特别融入了心理健康教育。这不,过去的这个9月,基地为学生开展了“期初调适 快乐启航”心理健康讲座。主讲老师从什么是自律、自律的重要性、拖延症的秘密、自律的方法这四个方面展开讲解并与学生们互动,直观生动的讲解吸引着学生们。

多种形式 师生、家长同受益

随着青春期的悄然到来,六年级的学生正面临着学业负担加重、人际关系复杂化等多重挑战。本次“公益九月”活动,就有不少学校为六年级学生量身打造了一场场别开生面的团体心理辅导。

国庆前夕,晋江市第六实验小学面向六年级学生开展“心育赋能 快乐成长”——晋江市未成年人心理辅导站开展“公益九月”活动之“期初调适 快乐启航”学生心理团辅活动。

热身游戏“抓乌龟”、考验协作与配合能力的“背靠背”“天龙八部”游戏……心理老师根据小学生的特点,设计了多个心理小游戏,让学生们在游戏中充分意识到团队协作的重要性,减压赋能,放松心情,凝心聚力。同学们通过彼此的努力,不仅顺利完成挑战,还在游戏中收获了快乐与友谊。

无独有偶。沙塘中心小学专职心理教师高阳白也以压力管理为主题,带领孩子们进行了“你好,雨中人”心理绘画练习。孩子们纷纷拿起铅笔,自由挥洒,创作出一幅幅雨中人物的场景图。这一过程不仅让孩子们直观地感受到了自己当前的压力状态与应对模式,更激发了他们主动寻求减压方法、积极面对生活的内在动力。

公益九月,面向的不仅仅是学生,还

有老师和家长。

晋江市第五实验小学特别邀请国家二级心理咨询师、泉州市未成年人心理健康指导中心讲师、感统训练师钱妍梅老师为六年级学生的家长开展了家庭教育讲座。钱妍梅围绕青春期孩子的心理特点及如何帮助孩子建立积极自我认知等方面进行了深入浅出的讲解,为家长们提供了宝贵的指导意见。家长们纷纷表示:“讲座犹如一场及时雨,更新了我们的教育理念,让我们更懂得如何与孩子沟通。”

新学期,陈埭民族中学精心策划的专家知心访谈也开放预约,邀请了多位心理专家“坐镇”,接受广大学生及其家长的心理咨询,每周的周一到周五均可预约。该福利一出,得到了师生、家长的点赞,大家都为学校的贴心与用心点赞。

记者了解到,今年“公益九月”活动的主题为“阳光心灵 快乐童行”。晋江各学校各出实招,活动形式多样,针对不同年龄段未成年人成长的生理变化和心理健康特点,以及他们在环境适应、自我认知、青春期心理、人际交往、团体协作、升学就业、家长教育等方面常见心理问题,精心组织设计了公益巡讲活动主题和团体辅导方案,普及心理健康知识,提高学生社会适应能力。

晋江市委文明办相关负责人表示,“公益九月”活动的开展旨在帮助未成年人做好情绪管理、应对学业压力;处理好人际关系,应对青春期生理变化。同时,预防未成年人沉迷网络,帮助树立正确价值观。

接下去,晋江将持续推动中小学心理健康教育学科的课程建设与创新,以形式多样、内容广泛的积极心理教研活动为载体,挖掘和培养心理教师的学科优势潜力和教学研究兴趣,帮助学生、家长放松身心并收获有益的心理知识,促进未成年人身心全面和谐发展。

相关新闻

本报讯(记者 蔡红亮) 10月11日—12日,2024年度福建省中中小学校家协同开展心理健康教育研讨会暨第二届心理健康与家庭教育科普论坛在晋江安海职校举行,来自全省的200名专家学者、心理健康教育工作者、社区工作者等齐聚一堂,共同为青少年心理健康教育出谋划策。

本次活动为期两天,内容精彩纷呈,形式多样,除了专家讲座外,还设置了工作坊展示环节。与会者通过参与互动式的工作坊,亲身体验心理健康教育的方法和技巧。其间,与会者互相探讨、交流心得,共同探索如何更好地开展家校协同心理健康教育。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

福建省心理健康研究会会长、福建师范大学教授、博导叶一舵提到,当下学生的心理健康问题较为普遍且严峻,个中原因多元复杂。一方面要靠学校做好心理健康教育,做好学校家庭教育的指导;另一方面要通过各种途径去促进家庭自觉地去开展家庭教育。“所以我们希望通过开展这次活动,通过理论的学习,知识的传递,技能的培训等,在校家合作问题上,大家能够取得共识,并有更深入的理解,以便于继续推动家校协同工作,造福青少年,让他们能够更好、更健康地成长。”叶一舵说。

省中中小心理健康教育工作齐聚安海职校 为青少年健康成长护航

教育新闻

晋江市镇两级联动 守好校外培训“安全大门”

本报讯(记者 蔡红亮)连日来,晋江持续开展校外培训机构专项治理行动,严厉打击学科类培训机构违规办学行为,拉网排查培训机构存在的安全隐患,守牢校外培训机构“安全大门”。

此次校外培训专项治理采取镇(街道)网格化排查和市级重点检查相结合方式。各镇(街道)社会事务办、安办、消防和教育中心等部门对辖区内培训机构开展网格化排查;同时,市级督查组也对学科类培训机构开展实地督查,重点检查22家证照齐全学校类培训机构,并延伸检查非学科类培训机构。此次市(镇)两级共检查161家校外培训机构,对存在轻微安全隐患的6家培训机构及时发出整改通知单,限期整改。对4家存在较大消防安全隐患的校外培训机构,检查组当场对负责人进行了批评教育,并关停此类办学场所。

接下来,晋江市教育局将持续强化校外培训机构监管,净化校外培训环境。严格落实“双减”政策,守牢校外培训机构安全底线。持续保持高压态势,加大综合执法、联合执法、协作执法力度,切实维护广大群众的合法权益,减轻中小学生学习校外培训负担,为青少年健康成长提供坚实保障。

福建开放大学晋江学院 迎来136名新生

本报讯(记者 蔡红亮)10月13日,福建开放大学晋江学院2024年秋季新生开学典礼暨开学第一课在华侨职业学院中专学校举行。

“我是福建开放大学学生,我庄严宣誓:坚定信念,热爱祖国,尊敬师长,友爱同学……”典礼上,136名新生集体佩戴校徽,进行庄严宣誓,表达他们珍惜学习机会、努力学习的决心。

除仪式感满满的开学典礼外,福建开放大学晋江学院还开展了新生入学培训,内容涵盖专业介绍、职业规划等,帮助新生更好地适应大学生活,了解学校规章制度,培养团队协作精神。

据悉,福建开放大学晋江学院的前身是福建广播电视大学晋江市分校,成立于1985年,今年5月份正式提格更名为福建开放大学晋江学院,是晋江市唯一一所市属公办成人高校。

晋江市贤雅教育基金会 表彰一中教育集团优秀师生

本报讯(记者 蔡红亮 董严军)近日,晋江市贤雅教育基金会晋江一中教育集团第二届颁奖大会举行。现场为获得贤雅奖学金、贤雅仁心奖、贤雅树人奖、贤雅强基奖、治校奖、引智奖、立德树人奖、高中“四特生”发现培养奖的师生颁奖。

据悉,晋江市贤雅教育基金会是由晋江一中1991届高中杰出校友、安踏集团联席CEO、晋江一中第三届校友会董事长赖世贵先生与丁雅丽女士伉俪发起,于2022年11月晋江一中建校70周年前夕设立的,每年向晋江一中捐赠人民币1000万元,设立贤雅奖学金、志学奖、治校奖、引智奖等四大类奖项,专项用于晋江一中教育集团奖教奖学,支持母校教师乐教优教,鼓励、资助母校学子从医从教并投身于科研事业,助力学校持续高质量发展。

晋江市侨乡谜会 笔猜比赛圆满举行

本报讯(记者 刘泽宇)近日,晋江市(安海)第八届中秋文化节之“鸿江杯”国际灯谜邀请赛暨晋江市第三十四届(安海)侨乡谜会笔猜比赛在安海成功中心小学举行。

本次比赛邀请海内外灯谜爱好者、晋江市第三十四届(安海)侨乡谜会、海内外嘉宾等182人参与。笔猜比赛形式新颖多样,涵盖了字谜、成语谜、奥运冠军谜、电影名谜、电视剧谜、朝代别称谜等知识点。笔猜现场,选手们认真思考、写字拆谜,在妙趣横生的谜海中展开了一场无声的较量。

小记者作品选登

家的味道

曾梓睿(晋江市第二实验小学)

泉州,一个美食的天堂,在这里,每一道美食都让人回味无穷:从香气扑鼻的面线糊,到清凉解暑的四果汤,再到口感丰富的烧肉粽,每一口都是舌尖上的享受。其中,纯手工打制的、带有家的味道的牛肉羹,口感细腻,营养丰富,更是泉州独有的美食瑰宝,令人念念不忘。

每当夜幕降临,街头巷尾的“许记牛肉”“功牛肉”便会弥漫着诱人的香气,那是炖煮得恰到好处的好吃的牛肉羹,让人忍不住驻足品尝。牛肉羹不仅口感滑嫩,汤汁鲜美,更融入了泉州人深厚的生活情感,成为这座城市的独特记忆。

小时候,为了让我吃得健康、吃得开心,妈妈总是在寒冷的冬日里,亲自为我炖制一锅热腾腾的牛肉羹。那时候,她会趁早挑选新鲜的

牛肉,耐心地将其剁成细腻的肉泥,再加入鸡蛋、淀粉等调料,搅拌均匀后腌制一段时间。

炖制牛肉羹的过程更是一门艺术。妈妈会在炉火旁守候多时,不断调整火候,确保牛肉汤汁既不会过于浓稠,也不会过于稀薄。每当锅盖轻轻冒起热气时,整个家里便弥漫着令人垂涎的香气。我总会迫不及待地围在锅边,期待着品尝那一口鲜美的牛肉羹。终于,当妈妈将热腾腾的牛肉羹端上餐桌时,我迫不及待地盛了一碗。那滑嫩的牛肉在舌尖上跳跃,鲜美的汤汁在口腔里蔓延,让我陶醉其中。看着我狼吞虎咽的样子,她总是笑得合不拢嘴,仿佛所有的付出都化为满足和幸福。

指导老师 吴惠茹

穿越千年的奇妙之旅

曾子灵(晋江安海西边小学五年2班)

在这个充满书香气息的午后,我翻开了一本特别有趣的书——《诗词里的小百科》。从博物到美食,从习俗到节气,我仿佛进行了一场说走就走的时空旅行,收获满满,乐趣无穷。

在诗词的世界里,我仿佛变成了一只小小探险家,跟随诗人的脚步,领略了大自然的壮丽与细腻。读到“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花”,我仿佛看到了秋天里,枫叶经霜染红,愈显

璀璨夺目,犹如烈焰舞动,奔放不羁;这抹红艳,耀眼夺目,仿佛集大自然万千风姿与韵味于一瞬,令人心胸豁然开朗,赞叹不已。世间之美,尽在此刻凝聚。

“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人。”为什么苏轼对荔枝的热爱如此之深,甚至愿意为了品尝荔枝的美味而长居岭南?原来荔枝在古代社会是一种珍贵的果品。古代文人对于荔枝的热

爱,不仅仅是对其美味的追求,更是对自然、生活、文化的一种向往与表达。他们用诗词歌赋来赞美荔枝,同时也借助荔枝来抒发自己的情感与理想。

“爆竹声中一岁除,春风送暖入屠苏。”每当春节来临,这句诗总会在我的脑海中回荡。它不仅描绘了春节的热闹景象,更让我了解了逢年过节燃放爆竹的习俗由来。通过诗词,我仿

佛穿越时空,参与了那些古老而温馨的庆祝活动,感受到了中华民族传统文化的深厚底蕴和独特魅力。

“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。”诗词中的节气,就像是大自然的密码,每一个都蕴含着丰富的文化内涵和深刻的哲理,引导我们去观察和思考这个世界。

指导老师 张惠如



吴贝萱晋江灵源街道灵水中心小学四年5班) 指导老师 陈清淮

快乐童年

吴庆轩(晋江市伟冠双语实验学校五年1班)

那天天气晴朗,我转学到了晋江市伟冠双语实验学校,有一个同学来接我。我好奇地小声问他叫什么名字,他说:“我叫杨奕盛,是班级的班长。”

到了班级,我傻傻地趴在桌子上不敢出声,听到下课铃响,才敢走动。我想去洗手间,便有些不好意思地悄悄向同桌洗手间的位置。我的同桌二话不说就把我带到洗手间,并且热情地跟我讲:“以后有什么事情就找我。”听到这些话,我内心暖暖的。

到了五年级上学期,我鼓起勇气竞选班级委员。当得知竞选成功时,我的心像小兔子一样怦怦跳个不停!

在这段时间里,我认识了爱给我拍照的龚老师。我是个不太喜欢面对镜头的人,但就是在这样一群可爱的人的影响下,我居然喜欢上了拍照。看着龚老师照片里昂首挺胸、洋溢着灿烂笑容的我,我也变得越来越自信了。

在伟冠双语实验学校生活学习的这两年,我很快乐,收获很多,能和这么一群志同道合的同学一起度过小学生涯,实在太好了。

指导老师 谢俊伟