

呵护心灵 阳光成长

——北京市通州区未成年人心理健康教育纪实

近年来,北京市通州区以“扣好人生第一粒扣子”思想为指引,立足未成年人身心发展需要,尊重未成年人身心发展规律,充分发挥文明办、关工委等部门的职能优势,积极培育心理健康社会公益组织,弘扬志愿服务精神,并完善街道、社区的心理健康辅导站建设,为未成年人提供专业的心理疏导服务,切实保障未成年人心理健康。



做好统筹 高标准建设心理辅导站

未成年人心理健康教育工作是创建全国文明城市(区)、全国未成年人思想道德建设工作先进城市(区)的重要考核指标。而未成年人心理健康辅导站(以下简称辅导站)则是未成年人心理健康教育工作的“前沿阵地”。为了确保该项工作落到实处,通州区高度重视,精心部署,全力保障。一是做好财力保障。该区将辅导站建设和每年的运营维护费用纳入了区财政工作预算。二是高标准建设。2015年3月,通州区辅导站正式成立,内设心理咨询室、心理测量室、多功能室等6大功能室,并配备了青春期心理健康视听系统、心理健康自助系统等,同时购置了新版心理测评软件,指导学校和社区心理咨询室的规范化建设。截至目前,通州区的所有中小学、街道、社区都高标准地建成了辅导站,形成了较为完善的工作阵地。三是常态化运营。通州区将辅导站免费向未成年人开放,并开通了未成年人心理辅导热线,配备了专业人士每周二至周六定期值班,接听热线,接待来访的未成年人及家长。同时,在区文明办、区教委和区研修中心网站上开设了心理健康教育专栏,长期开展宣传教育工作。

规范管理 强化心理辅导站队伍建设

未成年人心理健康辅导站想要发挥好的作用,就必须规范辅导站队伍建设上做了大量卓有成效的工作。一是建立健

全制度。通州区在辅导站建立了“接待工作准则”“志愿者考评制度”等15项规章制度,各街道、社区的辅导站也都相应建立了规范的工作制度。二是合理配备人员。通州区所有的辅导站都配备了专、兼职的志愿者,这些志愿者包括社会公益组织的志愿者、有专业资质的社区居民志愿者和学校教师志愿者。他们的工作方式主要为个体咨询、团体辅导和公益宣传3种方式。目前,通州区辅导站共有志愿者57名,督导师2名。其中,二级心理咨询师27人,三级心理咨询师4人。三是专业化的培训。通州区一方面通过安排新、老志愿者双人值班、提供授课机会等方式,有针对性地开展接听技能、青春期心理健康、校园心理危机预防与干预等专题培训与督导研讨活动,提升志愿者专业服务能力;另一方面,辅导站每年都会遴选1—2名优秀的志愿者参加《北京市心理咨询技能提升班》,并组织参观“陶老师工作室”,培养志愿者骨干,更好地为未成年人健康成长提供服务。

志愿服务 校内校外形成工作合力

通州区将校外心理健康教育与志愿服务相结合,坚持以辅导站进行专业引领、科学辅导,并依托“三走进”(走进学校、走进社区、走进社会)活动,全力做好心理健康知识科普工作。

一是走进学校,活动专题化。在学校,通州区依托辅导站通过咨询、讲座、家长沙龙、户外拓展等形式,广泛开展了“关注同伴交往,实现快乐成长”“关注学生心理发展,实现学生快乐学习”“关爱生命,呵护心灵”等专题活动,为未成年人提供心理健康辅导。

二是走进社区,活动专业化。在社区,通州区依托辅导站指导了4个街道96个社区心理辅导室建设,并为百余名社区心理辅导员开展了以“积极心理学”“心理咨询室建设”“中小学生常见心理问题甄别与对策”为主题的专业培训班,还为其颁发了结业证书。

三是走进社会,活动科普化。面向全社会,通州区依托辅导站走进了运河文化广场、万达广场开展了“心灵阳光”辅导站公益宣传服务活动。志愿者们在分发宣传折页,开展绘画、户外拓展游戏等活动的同时,为未成年人及家长答疑解惑。截至目前,已开展大型活动30余项,发放宣传材料2000余份,接待个体咨询60例、系统咨询191人次,家长和学生受众达3000人次。

此外,通州区还依托辅导站对志愿服务活动中所获取的数据进行了分析。据分析数据显示,小学生和初中生来访比例最高;来访男生比例高于女生;咨询问题的比例由高到低依次为情绪问题、学业问题、人际关系问题等。志愿者们通过耐心陪伴、专业辅导,疏导缓解了未成年人的心理问题,促进其更好地学习和生活。

全面动员 开展心理健康特色教育活动

通州区根据学校、家庭、社会在未成年人心理健康中扮演的角色不同,有所侧重地开展针对性地辅导服务。

在学校里,通州区有针对性地对学生开展了考前心理辅导。针对学生考前心理问题,通州区教委组织各中小学开展了以“全力以赴,我心中的梦”“阳光心态,科学迎考”等为主题的心理辅导活动。活动将经典的心理学理论融入到了生动有趣的活动中,引导学生从“优化心态”“提高实

力”“充分发挥”三个方面科学备考,取得了较好的成效。各辅导站也根据辖区内的实际,面向未成年人及家长有针对性地开展“集中我的注意力”“情绪我会管”等活动,目前,已累计开展心理健康培训37场次,辅导1800余人。

在家庭中,通州区开展了“一对一”心理咨询。通州区妇联积极发挥在家庭教育和校外心理辅导的优势,并结合未成年人心理健康状况的特点和家长在孩子成长中反映的问题,开展了家庭“一对一”心理咨询300场,收集整理调查资料2000余份。同时,针对调查中出现的心理问题,区妇联还通过专业人士讲座、家庭教育心理辅导、公益组织三方力量综合施策,参与家庭的满意率达98%。

在社会上,通州区培育了专业的心理辅导公益组织。通州区社工委与多家专业的心理辅导社会公益组织联合,广泛动员心理研发团队、专业心理咨询师和社工直接参加服务,形成了“心理特色+社工优势”这一特色项目。同时,北京二中通州区校区和史家小学通州分校分别实施了“一校一社工”项目,组织开展青少年团体课程和个体咨询,在青少年社区辅导和学校辅导方面作出了积极有益的探索。实施两年来,完成在校辅导400人次,同时将5人从社区辅导引入学校,2人从学校辅导转为社区辅导,并组织开展青少年心理健康宣传教育活动20多次,发放各种手册和宣传资料16000多份。

之后,通州区将重点针对“校园欺凌的预防与应对”“孩子沉迷手机游戏,家长该如何应对”“孩子厌学怎么办”等社会热点问题开展专题宣传教育和心理辅导,全面巩固全国未成年人思想道德建设先进城市(区)建设工作成果,营造与北京城市副中心相匹配的未成年人健康成长的育人环境。



北京市通州区全力打造『美德少年』品牌 建设文明城区



2012年,北京市通州区全面启动了全国未成年人思想道德建设工作先进城市(区)创建工作,作为创建全国文明城市(区)的基础,通州区高度重视,成立了未成年人思想道德建设工作领导小组,形成了区领导统一指挥调度,区文明办、区教委等部门牵头实施,30余家单位通力合作的工作机制。同时,通州区文明办、通州区教委等部门以最严格的标准、最规范的程序选树了一批“美德少年”,积极打造“美德少年”品牌,引导未成年人崇德向善、见贤思齐。截至目前,通州区共有500余名学生获

此殊荣,出版了5册美德少年故事集、拍摄了50部美德少年宣传短片等,并印制了各类宣传书籍和光盘万余套。深入培育和践行社会主义核心价值观。通州区始终将社会主义核心价值观作为未成年人思想道德建设工作的风向标,在“美德少年”的选树过程中,注重从“文明、爱国、诚信、友善”等方面深入挖掘典型事迹,真正让社会主义核心价值观入脑入心。同时,大力宣传中小

“美德少年”不仅仅成为了社会主义核心价值观的践行者和宣传者,更成为了通州区中小学生学习竞相学习的典范。选树先进典型,强化道德引领。根据中央文明办、首都文明办提出的选树“新时代好少年”、宣传其典型事迹的工作要求,进一步展现他们乐观进取、向上向善的亮丽风采,为广大未成年人树立学习思想品德和举止言行的榜样,通州区在今年评定的150名“美德少年”中选取了10名优秀典型进行大力宣传。同时,把这10名优秀典型作为候选人,让他们参与了北京市“新时代好

少年”评选。此外,通州区文明办还将“新时代好少年”的先进事迹拍成了视频和音频文件,在学校和社会广泛宣传。并与有关部门通力合作,形象生动地宣传展示了“新时代好少年”的先进事迹,打造了“新时代好少年”品牌,引导未成年人讲道德、尊道德、守道德,逐步建立了学习美德、践行美德、弘扬美德的浓厚氛围。依托城市副中心建设,提高未成年人思想道德建设水平。目前,通州区正在加快北京市城市副中心建设,大量的优质教育资源和文化资源不断汇集,这

给进一步提高未成年人思想道德建设工作水平提供了机会。为此,通州区制定了严格的评定标准,从忠、孝、诚、信、礼、义、廉、耻八方面进行全面考核,推动了全区中小学德育工程建设。同时,全区中小学还通过国旗下讲话、道德讲堂等形式,广泛宣传了“美德少年”和“新时代好少年”优秀事迹,促进了良好校园道德风尚的形成。此外,通州区还积极动员未成年人参与“学雷锋志愿服务”活动,并建立了常态化的工作机制,大力传递社会正能量。(通州区文明办供稿)

