

# 守护心灵成长 共筑青春防线

## 开平打造“五位一体”服务圈,助力青少年心理健康发展



“同学们,你们知道什么叫做‘垃圾快乐’吗?”日前,开平市苍江中学的多功能会议厅里,一堂心理健康教育课正在进行。这是开平市多维护青少年心理健康的一个缩影。

近年来,开平市坚持将维护青少年权益工作作为推进社会治理现代化的基础性工程,最大限度保障青少年合法权益,全力预防青少年违法犯罪。在开平市委政法委的牵头协调、督导推动下,团开平市委积极统筹各方力量,打造建强阵地、优化力量、提升服务、畅通渠道、强化宣传“五位一体”的未成年人服务圈,为青少年心理健康提供全方位、立体化守护,筑牢预防青少年心理问题、犯罪行为的坚实屏障。

文/图 江门日报记者 刘嘉敏

### 构筑“五位一体”保护网 做青少年心灵“守门人”

多方联合构筑的“五位一体”青少年心理健康服务体系,将家庭、学校与社会三方力量紧密结合,共同为青少年排忧解难,为他们的成长提供坚实的保障,拓宽他们的成长空间。

位于开平市新时代文明实践中心的未成年人心理健康服务站,是上述服务体系的重要阵地之一。“未成年人心理健康服务站提供预约咨询、心理测评、团体



心理健康课上,学生们在游戏中学习心理健康知识。

辅导等多样化心理健康服务,让辅导站真正成为青少年心灵成长的港湾。过去三年,我们通过辅导站接触了300多个家庭和青少年,深度介入26个案例,举办各类小组辅导活动超150场,有201名志愿者加入我们,这个大家庭越来越温暖。”团开平市委相关负责人介绍。

依托未成年人心理健康辅导站,各类心理咨询辅导服务和青少年团体辅导得以常态化开展,实现了青少年需求与社会服务资源供给的有效对接。

针对青少年个性化的心理需求,确保服务的精准度与温度必不可少。“我们联合退休老专家、社工等多方力量,定期对志愿者进行培训,确保服务既专业又贴心。”未成年人心理健康辅导站社工司徒小梨说。顺应数字化趋势,辅导站设置了“语过天晴 倾听你心”线上信箱,学生们可以用邮件、微信随时倾诉烦恼。“我们随时准备提供及时有效的帮助,让正在经历成长变化的孩子能更好地适应社会,健康度过青春期。”司徒小梨说。

此外,团开平市委联合媒体制作《心灵之伴》心理访谈节目,深入探讨当下热点问题,为市民普及心理健康知识。在特色服务方面,成功开展了多项活动,包括针对不同年龄青少年和亲子关系健康问题的“两帮两促”活动、公益夏令营,以及为教师减压的花艺、瑜伽等

团体辅导活动,均获得了广泛好评。通过全方位、多角度的综合服务模式,“五位一体”青少年心理健康服务体系的内涵和外延得以不断拓展和深化,让未成年人心理健康辅导站成为未成年人名副其实的心灵驿站和青春成长加油站,有力促进和保障青少年健康成长。

### 开展“心灵灯塔”项目 做青少年的“知心人”

团开平市委联合开平市委政法委、开平市教育局、开平市禁毒办等部门,推出“心灵灯塔”项目,通过创新“4+2”驻校社工工作模式,以“预防+干预”的方式,将学校、教师、家长和学生汇聚成一张大网,让“监护人”化身“知心人”,让可能产生的心理问题在萌芽时就被及时发现。

“每次考试我都感到压力很大,我也不愿向父母和老师诉说。不过,与驻校社工姐姐交流之后,我心里感觉轻松了许多。”苍江中学初二学生小吴坦言,驻校社工为学生提供了一个心理港湾,让大家愿意打开心扉,寻求外界的帮助。通过驻校社工的细致辅导,小吴的心理状态逐渐稳定,他接受了与父母面对面沟通的建议。“我们过于关注孩子的身体和学习,却忽略了心理健康的重要性,幸亏有驻校社工的心理辅导服务。”小吴的母亲深有感触地说。

“很多学生接受心理辅导后,接纳了不完美的自己,懂得了自我调节的方法。更重要的是,家长学会了如何与孩子沟通,构筑了更加亲密的亲子关系。”苍江中学驻校社工许婉瑜说。

以驻校社工为链接,家长、学校、社会三方拧成一股绳,共同守护青少年心理健康。“一些青少年存在心理亚健康的情况,造成他们心理问题的原因往往来自学习压力、人际关系、网络成瘾、手机依赖等。”苍江中学教师刘碧琳表示,驻校社工能很好地疏解学生的负面情绪,还可以通过心理辅导的方式尽早发现存在心理困扰的学生,提早介入,防止情况严重。

据了解,驻校社工从学生的家庭背景、经济条件、学习表现、交友情况等多维度出发,通过情感疏导、绘画分析、沙盘游戏、压力释放等方式,不仅了解学生的内心世界,更帮助学生调节情绪,培养阳光心态。

“心灵灯塔”项目作为一个心理健康辅导计划,代表着开平市委、市政府对青少年群体的关怀,也体现了社会各界对于营造积极健康心理氛围的共同努力,通过细致入微、前瞻性强、预防措施,有望在未成年人犯罪预防教育方面取得实质性成果,确保青少年在阳光下健康成长。

除了个体辅导,“心灵灯塔”项目还通过策划开展各类讲座,引导学生正确认知心理问题,学会实用的压力应对技巧,并通过小组活动与社会实践,让学生在交流中学会关爱并接纳自己,提升他们解决实际问题的能力。

此外,“心灵灯塔”项目紧密结合未成年人保护法、预防未成年人犯罪法等法律法规,组织开展禁毒、党史教育、道德模范等方面的宣传活动,让广大青少年学习更多法律知识,增强明辨是非和自觉抵抗不良诱惑的能力,让守法、懂法、用法、守法在校园蔚然成风。

下一步,开平市将继续深化“五位一体”青少年心理健康服务体系,加大心理健康教育和辅导资源的投入,拓宽服务覆盖范围,针对不同年龄、不同需求的青少年群体推出更为精准的个性化帮扶措施,在心理健康领域取得更多实际成效,营造更加和谐稳定的社会环境,让每一个孩子都能健康快乐成长。

## 开平启动“学雷锋活动月” 开展志愿服务 弘扬雷锋精神

江门日报讯(文/图 记者/刘嘉敏) 昨日上午,开平市“学雷锋活动月”启动仪式在市青少年宫门前举行。今年开平市“学雷锋活动月”的主题为“志愿开平 绿美有我”,旨在将雷锋精神融入志愿服务,助推“百千万工程”和绿美生态建设走深走实。



志愿者彭曼霞为环卫工人剪发。

启动仪式上,领导嘉宾为2023年开平市优秀志愿者、优秀志愿服务队伍颁奖,并为“绿美广东”青年志愿服务队授旗。

活动现场组织举办学雷锋志愿服务公益集市,设置了29个志愿服务摊位,为市民、游客提供政策咨询、义诊、义剪、公益摄影、急救知识培训等贴心的志愿服务。

“我体验了盲人按摩服务,感到很舒服,今年的活动内容更加丰富。”市民王女士表示,活动既为市民带来实质性的便利,又让大家在参与过程中感受到雷锋精神的力量。

“平时在村子里,我就经常给老人剪发。”为环卫工人义剪的志愿者

彭曼霞笑着说,为他人服务的喜悦,让她深刻体会到了雷锋精神的真谛。据悉,“学雷锋活动月”期间,开平市将组织开展多场植树活动,特别是面向青少年的“青年林”建设项目,受到家长和孩子的积极响应。团开平市委相关负责人表示,通过植树活动,不仅能增强青少年的环保意识,还能借此机会让广大市民深刻理解和践行雷锋精神,共同为开平绿色发展和社会进步贡献力量。

## 开平开展禁渔专项巡查行动 严厉打击各类非法捕捞行为

江门日报讯(记者/敖转优) 3月1日零时起至6月30日24时,开平市全面进入为期4个月的禁渔期。禁渔期首日,开平市农业农村局开展禁渔专项巡查行动,加大对潭江各干支流水域的巡逻巡护力度,严厉打击各类非法捕捞行为,确保禁渔期各项禁捕措施落实到位。

当天上午,执法人员乘坐渔政执法艇在潭江江面渔船集中停泊点、水利枢纽上下游等重点水域进行巡查,严厉打击电、炸、毒鱼和非法垂钓作业等非法捕捞行为,并深入开展清理涉渔“三无”船舶工作。此外,执法人员进一步深入渔村、社区,强化

禁渔普法宣传,提醒广大群众遵纪守法,严守禁渔期制度。

据统计,2023年开平市渔政执法部门共收缴涉渔“三无”船舶27艘、非法捕捞渔具80余件,清理潭江非法定置网具15套,切实落实禁渔期管理工作,有效震慑了各类非法捕捞行为,切实保护潭江水域生态环境。

开平市农业农村局执法二股股长梁嘉威表示,渔政执法部门将继续保持高压执法,以“零容忍”的态度重点打击禁渔期非法捕捞、涉渔“三无”船舶以及电、毒、炸鱼等非法行为,切实保护开平渔业资源。

## 教育

区域新闻中心主编 责编/黄鹏 美编/刘悦

# 三埠街道西郊小学开展义卖活动 学生体验“公平买卖”“劳动快乐”

江门日报讯(文/图 记者/敖转优) 为了丰富学生的校园生活,培养学生的团队合作精神,树立正确的理财观念,日前,三埠街道西郊小学开展首届科创节“跳蚤市场,我当家”义卖活动。

毛茸茸的玩偶、崭新的文具套装、闲置的各种书籍,活动现场的摊位摆满了各种物品供大家选购。活动的组织者由各个班级的学生组成,从准备要出售的物品,到给“店铺”取名字、设计海报,再到想方设法招揽“顾客”,大家发挥聪明才智,使得活动顺利开展。

现场人头攒动,热闹非凡。小小“销售员”们做起生意来有模有样,他们用期待的目光注视“顾客”们的到来,有的主动推销,有的“买书赠礼”,还有的当起了“流动商贩”。活动中,学生们通过以物换物的方式获得了自己喜欢的物品,收获了很多快乐,更重要的是通过活动,体验“公平买卖”“劳动快乐”。通过旧物循环利用,学生们认识了“循环经济”,意识到合理消费、节约资源、爱护环境的必要性。此外,学生们的团队意识、动手和交流能力也得到了提高。值得一提的是,西郊小学的数学教师还为活动专门设计了数学题,让学生们在购买物品时学习数学知识,实现了“让数学走进生活”。

“这是我们第一次举办义卖活动,我



活动现场的摊位摆满了各种物品供大家选购。

很高兴看到学生们的热情参与和积极表现。我们希望通过活动,让学生们发扬创新精神,培养健康的生活理念,探索解

决有关生活和学习问题,提高他们的思维能力。”西郊小学校长徐广齐表示。据悉,西郊小学将把各班义卖筹集

的善款全部捐给开平市残疾儿童基金会。徐广齐表示,这次活动也是一次教育学生关爱他人的重要机会。

## “双减”背景下 小学数学作业设计思路构架实践



教师心得

作业不仅是巩固和复习课堂知识的有效方式,更是培养学生探究和解决实际问题能力的重要途径。在“双减”政策背景下,小学数

学作业设计面临新的挑战和机遇,在减负的同时,需要不断探索创新作业设计方式,实现减负增效。

开平市水口镇致和小学 罗运笑

### 重构作业设计模式

题量适中,质量优先。作业设计需要考虑题量的适度,并强调质量。在教学内容相对简单的情况下,可以减少作业题目数量,着重培养学生的思维能力和解决问题的能力。

提供个性化作业。每个学生的学习进度和能力是不同的,因此,需要针对个体差异设计个性化作业。

培养学生的自主学习能力。在作业设计中,应积极引导培养学生自主学习的习惯。例如,设计一些开放性问题,激发学生的思考和探索欲望。在人教版小学五年级上册《小数乘法》中,教师可以提出涉及小数运算和实际应用的开放性问题,例如,选择银行利率、股票价格或其他金融交易方面的例子,解释小数是如何在案例中发挥作用,并说明其重要性。此外,还可以设计小组合作作业,鼓励学生之间相互交流、合作解决问题。

### 优化作业内容

作业内容应紧密结合教材。在每个单元的教学中,应以教材为基础,注重学生对基础概念和知识的理解和运用。

作业内容应贴近学生的生活实际。数学广泛存在于我们的生活中,在设计作业时,可以参考学生的生活经验,将数学知识与实际问题相结合,让学生在实践理解和掌握知识。例如,在人教版小学数学教材《认识时间》中,可以设计关于时间计算和时间顺序的题目,让学生通过解决时间问题强化对时间概念的理解。

作业内容应具有一定的拓展性和开放性。每个学生的学习能力水平不同,在设计作业时多设置拓展性题目,给予学生一定的选择和发挥的空间,让学生自主选择适合自己的题目进行解答。

### 完善作业设计流程

完善数学作业设计流程需要明确教育目标。小学数学教育的目标是发展学生的思维能力,培养学生良好的数学素养和创新精神。作业设计应围绕这一目标展开,注重培养学生的逻辑思维、问题解决能力和创造能力。

作业设计应注重学生的实践操作能力。根据“触摸实际、感知规律、抽象概括”的教学理念,在作业设计中,可以融入实际生活中的问题,让学生通过触摸、感知实际情境来学习数学知识。例如,在计算周长和面积的作业中,可以引导学生测量教室的长、宽,并计算其周长和面积,从而加深对相关概念的理解。

作业设计应强调思维方法的培养。重视“启发式教学”理念,在作业设计中,可以设置一些启发性问题,引导学生运用已学知识解决新问题。

综上所述,在“双减”政策背景下,应通过重构小学数学作业设计模式,实现减负增效;优化作业内容,提高作业质量;完善作业设计流程,促进学生全面发展,更好地发挥数学作业的积极作用,为学生的未来发展打下坚实基础。

罗运笑

## 翠山湖实验学校灯光改造工程完工 师生享受舒适明亮灯光

江门日报讯(文/图 记者/敖转优) 2月29日,开平市翠山湖实验学校举行灯光改造工程亮灯启动仪式。据悉,该工程得到翠山湖管委会和园区企业的大力支持,其中,广东朗胜科技有限公司全额捐赠该工程。改造后的灯光,照度均匀、光线柔和,大大提升了师生视觉的清晰度和舒适度。

翠山湖实验学校在园区经济高速发展的背景下,学生人数快速增长。然而,学校一些基础设施未能满足教育需求,特别是教室照明设备未能达到标准,亟须进行改造。

在翠山湖管委会的积极推动下,翠山湖商会号召园区广大热心企业积极支持园区教育公益事业。其中,广东朗胜科技有限公司全额捐赠翠山湖实验学校灯光改造工程,并组织工程实施,全力推动施工。翠山湖实验学

校校长黄杰贤对广东朗胜科技有限公司及园区爱心企业的支持表示感谢。广东朗胜科技有限公司总经理齐连洲表示,下一步,该公司将继续发挥积极奉献精神,为翠山湖园区教育公益事业贡献力量。

此外,韩联长城、海鸿电气、志特新材料、高美空调等10多家园区企业也积极捐款,支持翠山湖园区教育公益事业,为园区教育基础设施建设和改造提供有力的支持和保障。



快乐读

改造后的灯光,照度均匀,光线柔和。