

# 提高对自伤行为的认知 开展有针对性的教育 治愈中小学生的“隐形伤口”

近年来,中小学生自伤行为(NSSI)凸显,自伤行为是指个体在没有自杀意图的情况下,故意对自己身体组织造成伤害的行为,如切割、烧灼、击打等。这种行为是通过躯体损伤缓解心理痛苦,不仅会导致青少年躯体损伤、心理创伤,更会导致成年后自杀风险提升。由于我们当前对自伤行为的认知与应对仍不足,特别是家长、教师普遍存在“叛逆”“矫情”等误解,学校缺乏有针对性的教育。结合中小学生发展特性,探究中小学生自伤行为的成因与干预路径,具有重要的现实意义。

江门市第一中学景贤学校 简小丽

中小学生自伤行为的核心成因与生物、心理、家庭、社会四大维度相关,是家庭、学校与社会问题的“隐形镜子”,其背后的“隐形伤口”需要被看见、被理解、被回应。以下是4个关键干预路径:

一是早期识别:“读藏在细节里的求救信号”。父母和教师应细心关注孩子身体隐蔽部位(如手臂、大腿等)是否有不明原因的划伤、割伤、烧伤等伤痕,观察孩子行为是否异常,如炎热天气常穿长袖、长裤或高领衣服,留意孩子书包等私人物品中是否出现刀片、碎玻璃、针等可能用于自伤的物品,关注孩子的情绪变化情况,如情绪波动大,或突然对以往感兴趣的事物失去热情,或对挫折、压力反应过度。注意孩子的言语暗示,如“划一下会感觉好一点”“疼的时候心里舒服些”等。留意孩子的生活变化,如睡眠、饮食习惯改变、社交圈发生变化等。

二是让家庭成为“心理安全港”。学校或相关部门应对家长进行父母效能训练,让家长成为最懂孩子的人,帮助家长建立和谐的亲子关系,提升家长识别孩子自伤信号的能力,协助父母优化家庭互动模式,找到替代自伤的情绪宣泄方式。父母避免对孩子的自伤行为贴标签、斥责或忽视,以“心疼而非指责”的态度沟通。指导父母学习情绪沟通技巧,教会孩子用语言合理表达情绪。每天预留“无干扰陪伴时间”,不聊学习、不看手机,通过共同活动重建情感联结,达成高质量陪伴。调整教育期望,减轻学业压力对孩子的心理负担。发现孩子自伤行为后,应立刻联合心理专家制订家庭治疗计划,避免二次伤害。

三是学校主导“预防与精准干预”。

学校实行三级预防机制。一是全员预防,学校对全体学生开设情绪管理等心理健康课程,从源头提升中小学生的情绪调节能力,普及健康应对策略。二是精准预警,班主任和心理教师要关注高危学生,利用(NSSI)行为评估问卷动态评估。三是快速干预,对有自伤行为的学生“一生一策”,整合认知行为疗法(CBT)与辩证行为疗法(DBT)。同时加强全员教师培训,提高教师对NSSI的识别能力,并通过培训使其掌握初步的沟通技巧。建立校园欺凌防治机制,减少同伴排斥等风险因素。加强校际合作,定期向家长普及NSSI知识与家庭干预技巧,形成家校协同的干预合力。

四是社会与政策推动“系统应对”。加强公众宣传教育,普及NSSI相关知识,消除“矫情”“叛逆”等误解。在医疗

机构设立NSSI专项门诊,扩大心理健康服务的覆盖面,为留守儿童、流动儿童等高危群体提供免费或低价服务,完善心理健康服务体系。加强对不良网站、社交媒体中“自伤教程”“割手打卡”等有害信息的监管,减少模仿风险,规范网络环境。优化教育与社会政策,减轻中小学生学业负担,为单亲家庭、流动家庭提供更多社会支持,从宏观层面减少NSSI的风险因素。建立家校社心理数据互通平台,实现风险早预警。

中小学生自伤行为的系统应对需要家庭、学校、社会与政策四方联动,形成“预防—识别—干预—支持”闭环,才能让更多中小学生的“隐形伤口”真正被看到、被治愈。

简小丽

## 大主题引领 任务群驱动 ——小学古诗文教学探索

古典诗文作为中华优秀传统文化的核心载体,在小学生文化积淀、语言提升与人格塑造中具有不可替代的价值,但传统教学常陷入“识字认读、逐句释义、机械背诵”的固化模式。因此,古诗文教学应跳出“单篇精讲”与“课时束缚”,构建“大主题引领、任务群驱动”的模式。本文旨在立足教学实际,探索大主题提炼、任务群设计与实践的有效路径,助力古诗文教学回归“以文化人”本质。

江海区江门一中附属小学 张艳玲

### 提炼主题 从教材单元到文化内核 的价值升华

主题式教学的关键是确立兼具统摄性与感染力的“大主题”,主要通过两条路径实现。

一是深挖教材人文主题的深层意蕴。统编教材古诗文多以人文主题编排,可进一步拓展文化厚度。例如,五年级上册《示儿》《题临安邸》《己亥杂诗》,可提炼“赤子之心:诗文中的家国守望”主题,引导学生透过陆游体会历代文人的情怀;通过六年级下册的《马诗》《石灰吟》《竹石》,可确立“物象喻志:咏物诗的精神密码”主题,让学生从“骏马”“石灰”“劲竹”中,探寻诗人的人格追求与理想抱负。

二是聚焦核心文化意象或诗人风格。围绕同一诗人、意象跨文本整合,能深化文化理解。例如,以“仗剑走天涯:

### 内容重构 设计阶梯式学习任务群

在大主题引领下,教学内容需打破单篇孤立格局,通过“课内多篇整合”与“1+X拓展联读”进行内容重构,设计阶梯式学习任务群。

在内容整合层面,“课内多篇整合”适用于教材主题单元。例如,四年级下册《出塞》《凉州词》《夏日绝句》,可整合为“英雄本色:跨越时空的精神传承”主题,通过边关将士的戍边豪情、沙场战士的悲壮牺牲、文人的刚毅气节,帮助学生

构建对“英雄”的立体认知;“1+X拓展联读”适合以课内经典为核心,辐射课外篇目。例如,以《望天门山》为“1”,可拓展《早发白帝城》《登鹳雀楼》,实现从“学会一首”到“贯通一类”的提升。

任务群设计应遵循“感知—理解—深化—应用”认知规律。以“品味李白山水诗的豪情”为主题,核心篇目为《望天门山》。第一步是“画面重构”,圈画景物并还原意境,感知山水之奇;第二步是“语言品析”,聚焦“断”“开”“流”“回”等动词,体会画面张力;第三步是“知人论世”,结合李白经历与盛唐背景,理解山水描写的豪迈气魄;第四步是“迁移运用”,用所学方法分析《早发白帝城》,总结李白山水诗“景雄情豪”的特质。任务既重知识积累,又促思维发展与方法迁移。

在实践落地方面,“在情境创设中实现文化浸润”大主题教学需要创设情境,才可以

让古诗文走出课本、走进生活。

一是构建沉浸式情境,借助多媒体、道具等缩短时空距离。例如,在《出塞》教学中,展示初唐疆域图、播放边塞视频与胡笳音乐,可以让学生感受“秦时明月汉时关”的苍凉。二是设计表现性任务,让学生在实践中内化诗意。例如,学完《村居》后举办“春日雅集”,通过童谣编、手抄报、情景剧等形式表达感悟。三是升华情感主题,联结当代生活传承文化精神。例如,教学《示儿》时,从陆游的国家遗憾延伸至当代社会,引导学生思考责任使命。

“大主题引领、任务群驱动”的古诗文教学,打破了传统碎片化局限,实现了从“教知识”到“育素养”的转变。当古诗文成为滋养心灵的文化养分,学生能在诗文中感悟生命、传承文化时,语文“以文化人、以文育人”的核心目标便得以实现。

张艳玲

## 从“解题”到“筑桥” ——培养小学生的数学问题解决能力

小学阶段,培养学生运用数学知识解决实际问题的能力是教学的核心目标。然而,教学实践观察发现,学生在此过程中往往陷入四个困境:一是信息提取之困,难以从文本中抓取有效条件;二是策略单一之困,解题方法机械僵化;三是思维固化之困,不善于变换角度思考;四是习惯缺失之困,解题过程潦草,缺乏检验反思。

对此,教师必须扮演引导者的角色,帮助学生实现从“被动解题”到“主动建构”的思维破茧,搭建连接知识与现实的思维之桥,培养学生的数学问题解决能力。

### 夯实基础 在情境与审题中激活思维

解决问题能力的培养须从起点抓起,依据学生认知发展规律稳步推进。低年级应侧重在生动情境中理解题意,建立简单的数量关系,中高年级则逐步强化信息处理与策略引导。

创设生活情境,链接经验与兴趣。数学问题应贴近学生的现实经验,通过情境创设增强理解与代入感。例如,在“稍复杂的分数应用题”教学中,可结合班级“书香校园”活动,“小明已读完计划的2/3,他计划读15本书,已读几本?”让学生在真实语境中理解分率与具体量的对应关系,从而主动构建解题模型。

强化审题训练,培养信息处理能力。理解题意是解题的第一步,教学中应引导学生反复读题,通过“顺逆双向思考”厘清数量关系。例如,提出问题:“苹果25个,梨是苹果的2倍,梨比苹果多几

### 授之以渔 在策略与思想中掌握方法

随着年级升高,教学重心应从理解题意转向掌握系统的解题策略与数学思想。

数形结合,化抽象为直观。线段图是分析数量关系的有效工具。比如,针对“360本书分给二、三年级,三年级是二年级的2倍,各得几本”之类的问题,教师可引导学生画出线段图,直观显示倍数关系与总和。

对比辨析,紧扣概念本质。针对易混淆概念,可通过对比抓住本质。在分数与倍数问题中,引导学生辨析单位“1”。比如,“语文书30本,是数学书的2倍”——单位“1”为“数学书”;“语文书30本,数学书是它的2倍”——单位“1

个?”教师可指导学生“顺向推理——从条件出发;逆向推理——从问题入手”,促进内部思维的外化与整理,提升逻辑表达能力。

授之以渔  
在策略与思想中掌握方法

随着年级升高,教学重心应从理解题意转向掌握系统的解题策略与数学思想。

数形结合,化抽象为直观。线段图是分析数量关系的有效工具。比如,针对“360本书分给二、三年级,三年级是二年级的2倍,各得几本”之类的问题,教师可引导学生画出线段图,直观显示倍数关系与总和。

对比辨析,紧扣概念本质。针对易混淆概念,可通过对比抓住本质。在分数与倍数问题中,引导学生辨析单位“1”。比如,“语文书30本,是数学书的2倍”——单位“1”为“数学书”;“语文书30本,数学书是它的2倍”——单位“1

李小飞

不同解法的优劣,总结该类问题的通用策略。通过全过程参与,学生不仅能得到答案,更能积累宝贵的解题经验和思维方法。

搭建长效培养阶梯,守护思考热情。在小学阶段的能力培养链条中,教师应始终扮演鼓励者与支持者的角色,营造允许试错、积极思考的课堂氛围,让学生在探索数学世界的过程中获得思考的乐趣与自信。

综上所述,培养学生数学问题解决能力,其终极目标并非只是征服试卷上的难题,而是要引导学生学会用数学的眼光观察现实世界,用数学的思维思考现实世界,用数学的语言表达现实世界。教师通过优化课堂、聚焦策略、培养习惯,并着眼长远阶梯式引导,方能帮助学生真正挣脱思维之“茧”,筑起通往现实世界的智慧之“桥”,实现数学教育的根本价值。

李小飞



## 巧用“三助式”教学 推动语文课堂提质增效

教育部明确将核心素养培育作为教育改革的核心目标。语文核心素养涵盖四个维度,对学生的学习素养提出了更高要求。传统的灌输式教学难以适配这一要求,不仅可能降低学习效率,也容易消解学生的学习兴趣。而以“学生自助、同伴互助、教师相助”为核心的“三助式”教学,立足学生差异精准施策,契合核心素养培育的导向。本文聚焦如何通过课堂变革,助推语文教学提质。

江门市紫沙小学 容少敏

具针对性与趣味性,显著提升教学效率与效能。

“三助式”教学对教师的专业素养提出了更高要求,促使教师角色从“知识传授者”向“学习引导者、课堂组织者”转变。以部编版五年级上册《慈母情深》教学为例,在互助研读环节,学生对“母亲在贫穷的情况下仍给钱买书”的行为产生了争议。笔者摒弃了否定式的教学回应,转而运用鼓励性语言引导学生回归文本,重点研读描写母亲工作环境的段落,并合理分配表达机会,这个过程不仅提升了笔者的课堂对话与引导能力,更使课堂成为师生精神共鸣的互动区域。

新课标要求建立多元评价体系,这一目标可以在“三助式”教学中有体现。以《圆明园的毁灭》教学为例,在互助环节,学生借助教材注释、工具书及拓展资料,自主梳理圆明园的历史脉络、建筑特色与文化价值,学习信息梳理与背景关联的解读方法;在互帮环节,学生围绕“文化遗产的时代意义”等议题进行深度交流,在思想碰撞中浸润人文情怀、厚植文化自信。

品质课堂要求强化信息技术与教学的深度融合,“三助式”教学为学科育人搭建了坚实桥梁。以《圆明园的毁灭》教学为例,在互助环节,学生借助教材注释、工具书及拓展资料,自主梳理圆明园的历史脉络、建筑特色与文化价值,学习信息梳理与背景关联的解读方法;在互帮环节,学生围绕“文化遗产的时代意义”等议题进行深度交流,在思想碰撞中浸润人文情怀、厚植文化自信。

综上所述,“三助式”教学可以重构语文课堂的教与学关系。未来,笔者将持续深化其应用研究,结合教材特点优化教学策略,推动语文课堂提质增效。

容少敏

## 如何让AI与教学合理融合?

近年来,从智能辅助系统到个性化学习平台, AI技术逐步走进课堂,为教学带来新的可能,同时也引发我们对教育本质与教师角色的新思考。在江门市积极推进教育现代化与智慧校园建设的背景下,探讨AI与教学的合理融合,具有重要现实意义。

蓬江区杜阮镇龙岭小学 张丹红

### AI为教学注入新活力

人工智能并非冰冷的技术堆砌,其在教育中的应用核心在于“赋能”。首先,实现个性化学习支持。每个学生的学习节奏、兴趣点和薄弱环节各不相同。AI系统可基于学生的学习数据,提供定制化的学习资源、练习路径和即时反馈,使“因材施教”在更大范围内得以落实,帮助学生更高效地掌握知识。

其次,提升教学效率与精准度。教师得以从繁重的作业批改、重复性知识讲解中解放出来,有更多时间关注学生的思维发展、情感交流与创造力培养。同时,基于学情数据的精准分析,教师能更准确地把握班级整体与个体的学习状况,及时调整教学策略。此外,创设沉浸式学习体验。虚拟现实(VR)、增强现实(AR)等技术能够打破时空限制,将抽象知识转化为可交互、可感知的具象场景。例如,在科学课堂上“走进”细胞内部,在历史课上“置身”重大历史现场,这种沉浸式体验可以激发学生的学习兴趣与探究欲望。

面对机遇与挑战,如何让AI更好服务于教育?关键在于把握好三个原则。

一是坚守育人初心。教育的本质是“育人”,应坚持以学生为中心,促进其全面发展。AI是重要工具,但情感交流、人格熏陶、价值引领仍需师生真实互动完成。

二是提升教师素养。教师需具备合理选择、有效运用与批判性评估AI工具的能力,并能将其融入教学设计。学校应加强相关培训,将AI融合教学作为教研重要内容,鼓励教师积极探索、分享经验。

三是健全规范与伦理。教育部与学校应制定AI教学应用的伦理指南与规范,明确数据安全、隐私保护及算法透明度等要求。同时,应在教学中适时融入伦理教育,引导学生理性、负责任地使用人工智能技术。

展望未来,人工智能与教育的融合必将更加深入。教育工作者应主动了解、积极尝试、审慎运用AI技术,同时牢牢守住教育温度与育人厚度,方能在教育变革中把握主动,培养出能够适应未来、引领未来的栋梁之材。

张丹红