

一节农村初中心理健康课的偶然与思考

■射阳县特庸初级中学 唐建军 缪翠凤

本文描述一节因授课教室变化“失控”的七年级心理健康课案例,展现老师将课堂“意外”转化为教学资源,通过“让学”释放学生天性,“引思”引导学生内化规则契约,实现“学思融通”,融合规则意识与情感需求,为农村初中践行该理念提供实践路径。

一、引言:理念背景与现实挑战

“学思融通”是新时期的教育理念之一,倡导“让学引思,让思促学,学思合一”,旨在激发学生主体性,引导其在真实情境中思考与高效学习。具体操作路径“让学引思”,即创设真实或模拟情境,将学习主动权“让”予学生,以此激发其主动思考;“让思促学”则指引导学生深度思考,深化知识理解与应用,推动学习纵深发展,“学思合一”成人成才是最终达成的理想融通境界。

在农村初中的教学实践中,尤其是在心理健康课程中,践行现代各种教育理念面临着诸多独特的挑战。例如,农村地区教育资源的匮乏(团辅室、宣泄室、沙盘室等等)、师资力量的薄弱(专业的心理健康老师)、生源的“稀薄”(被虹吸进县城、市区)以及家长和教师对心理健康教育重要性认识的不足,都严重制约了心理健康教育课的有效实施。

一方面,农村学生情感质朴、表达欲望强烈,但在传统的课堂中,往往缺乏有效的释放与引导渠道;另一方面,心理健康教育课教学目标不仅是简单的知情意的统一,更在于态度、价值观念塑造及行为习惯养成,这无疑需要“学”与“思”深度参与、有机融通。本文所述的案例,正是在这样的背景下,对“学思融通”理念进行的一次深入实践与积极探索。

二、课堂实景:从“意外躁动”到“让学”舞台

时间:2025年10月29日上午第三节课;地点:学校录播室;对象:七年级2班全体学生;内容:心理健康教育课《勇闯新大陆》(选自《社会情感能力培养系列丛书·中小学生学习心算素养活动手册》七年级第二课;广东省日慈公益基金会编,华东理工大学出版社有限公司出版,2024年8月第一版第一次印刷)。

我是学校心理老师,开学以来,心理健康教育课每周一节,一直在教室授课。为了让学生们看一看自己在心理课堂的表现,我倡议下周到校录播室上心理健康教育课,并进行录制,下周回放、反思,学生们一致同意。

当天,学生们在心理委员带领下提前进入录播室。与平日里安静有序的录播室环境截然不同,此刻的录播室仿佛被投入了一颗石子

的平静湖面,瞬间泛起了层层涟漪,激起了学生们内心如潮水般强烈的好奇与兴奋,课堂伊始便呈现出一种难以控制的“躁动”状态。一名学生(徐某)情不自禁地开始自由跳跃,像一只欢快的小鹿,这一行为迅速引发了其他学生的群体效仿,录播室内顿时充满了此起彼伏的脚步声、欢笑声和吵闹声,场面一度难以控制。

面对这一课堂“意外”,我的情绪一度变化多多。如果采用传统的命令式方法强行压制,虽然能够暂时恢复课堂秩序,但却会极大地压抑学生的天性,况且我也认为:会错失宝贵的教育契机,与“让学”的教育理念背道而驰。稍一停顿,我敏锐地意识到,这并非单纯的纪律问题,而是学生内在能量与情感的自然流露,运用得好,可以挖掘其中蕴含着潜在的教育契机。

我决定“顺势而为”,尝试模仿一位高明的棋手,想将这场看似棘手的“危机”巧妙地转化为一次宝贵的“让学”契机。

我的内心郑重宣布,就开展名为“勇闯新大陆”的跳跃大会吧。这一不算“深思熟虑”的决策,正是“让学”理念的起点——将课堂的时空界限与表现机会彻底“让”给学生,让他们在自主探索中成长。

三、操作过程:在“引思”中实现“学思融通”

我的操作过程不是精心设计、层层递进的教学环节,但应和着我的内向决策,旨在引导学生在“学”(亲身体验)与“思”(深度反思)间形成良性循环,逐步提升学生的综合素质。

(一)结构化“让学”,有序释放天性

我大声说:跳吧!老师支持!但我没有放任不管,而是迅速且有条理地制定了四条简洁规则(确定参与人数、排好活动次序、分享个人感受、练习倾听技术)。这四条规则为后续课堂的“乱”预设了基本要求,主要是能够给“让学”活动有序开展奠定框架,而不是没有目的的“乱”。在规则的支撑下,学生们尽情地跳跃,各种富有创意的姿态层出不穷(单人的、双人的、多人的),同伴间的呐喊助威声此起彼伏(分享是有序的、举手的、老师点头默许的)。

这场持续了近30分钟的活动不仅是一次彻底的“学”——让学生在亲身体验中学习如何释放情绪、表达自我,更是一堂心理健康课的自然生成,有心理味儿。

授课中以及授课后,我发觉这样做很棒!我要为自己点赞!实际上,我很清楚情绪表达在心理健康方面的重要性。在开展心理健康

教育的过程中,我特别注重:对学生进行情绪管理技巧的引导、传授、培养与实践。我认为这有助于学生更从容地应对学习和生活中的各种类型的挑战。我期待:当他们面临学习和生活中的种种挑战时,能够更轻松、更自在,更从容。

(二)对比性“引思”,促发规则内省

当学生们充分释放能量、情绪渐趋平复时,我敏锐地捕捉到这一“愤悱”契机,及时开启关键的“引思”环节。

通过一系列启发性追问:“刚才跳得开心吗?”“但如果每节课都这样,可以吗?”,引导学生将刚才“无序”的体验与常态课堂应有的“有序”进行鲜明对比。

这一对比,恰似投入平静湖面的石子,激起了学生内心深处的波澜与思索。此时,重温“尊重他人、认真倾听、积极参与、遵守秩序”的课堂约定,不再是老师单方面的说教,而是学生基于自身鲜活体验后主动寻求的解决方案。

规则的意义,并非束缚快乐,而是通过规范行为,为每个人在安全、受尊重的环境中持续收获快乐与成长提供保障。这一点,通过教育政策、考试制度以及家庭规则对学生心理健康影响的深入研究,已被广泛认同。这正是“让思促学”的鲜活写照:深度思考之下,学生不仅洞悉了规则的精髓与要义,更将规则意识内化于心。

(三)实现“学思融通”,构建精神家园

表面上看,本节课似乎偏离了《勇闯新大陆》的原定知识目标,但达成了更高层次的“内化规则”。

学生借由亲身实践的“学”(跳跃体验)与教师引导下的“思”(规则对比),将情感释放与秩序建构这两大看似相悖的需求巧妙融合,从而深刻领悟到规则与自由之间的辩证关系。这不仅锤炼了学生们的自我管理能力和在潜移默化中构筑了一个满溢理解与尊重的精神家园,为他们的全面发展筑牢了坚实根基。二者在保障集体学习生活中的统一关系方面发挥着至关重要的作用。正如孔子在《论语·为政》中所阐述的:“学习而不思考会导致迷茫,而只思考不学习则会带来危险。”这句话深刻地揭示了学习与思考之间不可分割的辩证关系。本节课顺势而为,将“学”与“思”有机融合,很成功地规避了盲目放纵与空洞说教的双重陷阱,巧妙构筑了一个既秩序井然又温情脉脉的精神家园,为学生们提供了一个良好的学习和成长环境。

四、价值升华与适用性探讨

(一)核心价值

本课不仅成功诠释了“学思融通”在情感态度教育中的适用性,更通过实践证明了真正的学习可以发生在预设结构之外。教育的智慧,在于敏锐捕捉并巧妙转化那些动态生成的瞬间,恰如教育学家叶澜于2002年所指出的那般。

对于农村初中生来说,这种以体验与反思为基石的教育模式,相较于单纯的知识灌输、讲大道理,更能触动学生心灵的深处,在其心中留下难以磨灭的印记,进而达成教育的深层次影响。

(二)适用场景与变式

该节课,有其产生的环境因素、人为因素。尽管不可盲目照搬,但其“让学引思”的思路却有广泛的迁移价值。

关于适用场景:该模式适用于多种教育场景,像新班级的破冰活动、打破课堂长期沉闷状态、疏导考试前后的压力,以及与情绪管理、规则建立相关的主题教学等。这些场景下,通过“学思融通”的设计,能够有效提升教学效果。

关于操作变式(融入“学思”设计):例如,设计“跳出烦恼”“跳向梦想”等主题活动,让学生的释放更具指向性,为后续的“思”环节提供具体且丰富的素材。结构化设计:例如,采用“个人跳→小组创意跳→分享讨论”的递进结构,使“让学”过程层次分明,逐步引导学生深入思考,使得“引思”环节水到渠成。再如,于活动前后增设明确的启动与收心环节,助力学生平稳过渡情绪,培育自我调控之力,这不仅是对“学思融通”在行为习惯层面的具象展现,更是对学生综合素质的精心雕琢。

五、总结

本节看似“无奈、失败”之课,实则深度践行“学思融通”理念。它启示我们:在课堂教育教学中,教师应勇于且善于“让学”,将课堂主动权真正交予学生;更需精于“引思”,于学生最真切体验处设问,引领他们进行价值辨析与内涵构建。

当“学”与“思”在动态生成的教学现场交融互通,教育便超越了单纯的知识传递,直抵学生内心深处,有效促进其全面健康成长。这不仅是对教学艺术的精彩展现,更是“以生为本”教育理念的生动实践。

射阳县教育科学“十四五”规划2025年度课题,“‘五育融合’视角下初中心理健康教育校本化实践研究”(课题编号:2025-67)。

轻装实干:数字减负赋能基层干部担当作为的实践路径

■安徽大学创新发展研究院 刘淼

数字技术深度融入基层治理全过程,为协同办公、信息共享、服务升级和高效执行提供了坚实支撑,成为推进基层治理现代化的重要力量。数字减负的核心要义,是让数字工具回归赋能、增效、便民的本位,通过优化数字场景、精简冗余环节、提升工具适配性,构建轻负高效、便捷实用的数字工作模式,把基层干部从繁杂的指尖事务中解放出来,将更多时间与精力投入到为民服务、工作落实和创新实践中,持续激发担当作为的内生动力。数字减负不是弱化数字化建设,而是以更科学、更务实、更贴合基层需求的方式用好数字技术,实现数字赋能与干部履职的深度融合。

一、数字减负赋能基层干部担当作为的核心价值

为基层干部释放充足实干空间是数字减负最直接的功效。通过平台整合、数据共享、流程简化,有效压缩重复填报、多端操作、无效衔接等耗时环节,让干部从机械性数字事务中解脱出来,拥有更多时间下沉一线、走访群众、推进重点工作,把心思与精力集中到主责主业上,为主动担当、积极作为筑牢时间基础。

数字减负能够有效激发干部内生动力。轻量化、人性化的数字工作环境,降低了非必要工作压力,提升了工作便捷度与舒适度,让干部在高效顺畅的状态下开展工作,不断增强价值感、成就感与归属感。积极的工作体验持续转化为干事热情,促使干部以更饱满的状态

面对挑战,主动探索、大胆创新。

数字减负有力提升干部履职效能。优化后的数字工具与基层工作高度适配,操作更简便、协同更顺畅、反馈更及时,帮助干部精准把握工作重点、高效推进任务落实。高效履职带来的正向反馈,进一步强化干部能力自信,推动其不断提升专业素养与执行水平,以过硬本领支撑担当作为。

数字减负有助于营造良好实干生态。以实效为导向的数字工作模式,引导干部聚焦工作实绩、群众满意与治理成效,形成重执行、重落实、重创新的积极氛围。干部之间协同更高效、配合更默契,整体工作合力持续增强,为基层干部担当作为提供稳定、友好的环境支撑。

二、数字减负赋能基层干部担当作为的实践方向

数字减负以赋能增效、服务实干为核心目标,围绕基层干部实际需求,聚焦四大实践方向,推动数字工作与担当作为同频共振。一是推动工作流程轻量化,精简非必要环节,优化运行机制,让数字服务更高效、更贴心;二是推动数字工具实用化,强化系统适配性与易用性,让技术真正服务于工作、方便于干部;三是推动履职能力专业化,提升干部数字应用与实干履职水平,让干部善用工具、高效干事;四是推动工作生态正向化,营造鼓励实干、支持创新、包容探索的良好氛围,让干部愿担当、敢担

当、善担当。

三、数字减负促进基层干部担当作为的具体实施路径

优化数字工作场景,构建高效赋能体系。以一体化、便捷化、实用化为方向,统筹整合基层各类政务平台、办公系统与服务工具,打造统一协同的数字办公入口,实现一次登录、多业务办理、数据跨端共享,从源头减少重复录入、多平台切换等冗余操作。统一数据标准、材料模板与上报规范,简化报表、台账、信息报送流程,缩短操作路径,提升数字工作整体效率。聚焦基层高频工作需求,优化系统功能设计,保留核心模块、精简非必要选项,推出简洁模式、智能辅助、自动校验等实用功能,降低操作难度。建立数据智能共享机制,实现一次采集、多方复用,减少人工核对与重复修改,提升工作精准度。合理设定线上工作时限与响应节奏,保障工作有序推进,让数字工具成为高效履职的坚实支撑。

提升数字应用能力,夯实高效履职基础。围绕基层高频应用场景,开展模块化、实操型数字技能提升行动,聚焦系统操作、数据处理、高效办公、问题排查等核心内容,提供短视频教程、现场演示、一对一指导等轻量化学习资源,帮助干部快速掌握实用技能。建立常态化技术支持机制,设立专属联络员,实时响应系统使用问题,保障工作顺畅不间断。搭建数字应用交流平台,分享高效办公、创新履职的优

秀案例,促进干部相互学习、共同进步。针对不同年龄、不同岗位干部提供差异化指导与适配服务,让每位干部都能熟练运用数字工具,以数字化能力提升支撑高质量履职,为担当作为夯实能力根基。

激活干事创业动力,营造积极履职氛围。以数字减负为契机,强化实干实绩导向,引导干部把工作重心放在任务落实、群众满意、问题解决上,树立“重实干、重实效、重贡献”的价值理念。通过典型宣传、经验推广、正向激励等方式,充分肯定干部的实干付出与创新成果,持续增强履职成就感与荣誉感,点燃主动作为、创新作为的内在热情。营造包容支持的干事环境,鼓励干部在基层治理中大胆探索、积极尝试,支持贴合实际、服务群众的创新实践。简化过度约束性环节,让干部放开手脚、放心干事,形成人人愿担当、事事有落实、处处有创新的生动局面。

强化实干服务保障,支撑基层善作善为。合理平衡数字工作与实地履职的关系,保障基层干部线下实干空间,支持干部多深入一线、多联系群众、多解决急难愁盼问题,把数字减负成效切实转化为为民服务实效。优化跨岗位、跨部门协同机制,推动信息互通、资源共享、分工协作,提升整体工作效率与执行合力。建立高效工作反馈机制,对干部推进的重点任务、服务事项快速响应、及时跟进,保障工作落地见效、成果可感。持续动态优化数字工作环境,根据基层实践需求迭代平台功能、调整工作流程,让数字赋能更精准、更贴合、更高效,为基层干部担当作为提供全方位、可持续的支撑。