

爱自己 从心开始

——临颍一高心理健康活动日纪实

你家里有学生吗？你了解过孩子各方面的状态吗？你和学校保持良好的沟通吗？教育包括家庭教育、学校教育以及社会教育，你觉得哪一方面对于孩子的成长至关重要？带着这些问题，笔者走进临颍一高咨询室，通过他们举办的心理咨询活动寻找答案。



心理咨询老师认真倾听学生的咨询。

当代高中生的心理健康成为高中教育的一个重点。为了提高高中生心理健康水平，增强学生心理健康自我教育意识，5月24日下午，临颍一高心理咨询室举办大型心理咨询活动——我爱我从心开始，主要对在校高中生存在的各方面（心理、学习、家庭等）问题进行疏导，形式为现场个案咨询。活动邀请了临颍知心姐姐和华夏团队协助。

5月24日下午3点左右，临颍一高笃行楼前，心理咨询老师迎来了第一波学生。学生在活动现场认真填写资料，心理咨询老师则耐心倾听并积极进行解答与疏导，尽可能帮到学生。

下午4点35分，大课间开始，越来越多的学生涌上前来，参与积极性很高。活动持续到下午6点多，结束的时候，很多学生还不愿离去。

参与心理咨询的老师感慨：“咱们的孩子心理上的困惑很多，却很少有机会表达出来，因为耐心倾听他们的人太少了！”另外，通过此次心理咨询活动，老师们总结出高中生面临的主要问题和建议如下：1. 人际关系的处理（与同学），建议：人际关系的处理能力与家庭分不开，家长不能只看学习，要注意言传身教；2. 无目标，对未来迷茫，原因有“家长包办，孩子缺少尝试；教育弊端，教师很少讲未来”等，建议：教师关注学生的情绪，帮助学生树立目标；3. 太在意别人的看法（认同感），建议：在意别人的看法是在寻找认同感，青春期是认同感建立的时期，培养自己正确面对问题的态度即可；4. 学习压力大、失眠，建议：压力、焦虑同样是一种正常的情绪表现，适度的压力反而有利于身心的发展，过度的压力可以采用相关方法降压，如平常心、深呼吸放松法、及时与家长老师沟通等；5. 亲子沟通，建议：家长多站在孩子的立场想问题；6. 家庭给孩子带来的伤害（如离异、父母不和、教育方式不恰当等），建议：父母之间无论有多大的矛盾，不要当着孩子的面争吵，给孩子创造一个好的成长环境。 杨梅



做美食、堆沙雕、逛公园、做游戏……5月30日上午，市直幼儿园举行迎“六一”系列亲子活动。活动中，家长和孩子一起体验游戏的乐趣，不但培养了孩子的动手能力，也增进了孩子和家长的情感交流。 本报记者 齐放 摄

舞阳「教育视线」



近日，舞阳县舞泉镇牛市口小学组建的“金色少年”合唱团在全县中小学生迎“六一”合唱比赛中名列前茅。据悉，该校高度重视艺术教育，各班都成立了文艺活动小组，每天开展课前一支歌活动，每学期举办一次文艺展演，充分展现学生的文艺才智。 路建生 摄

沿着出发的方向前进

——漯河市商业幼儿园建园60周年纪念大会活动侧记



市商务局党委书记、局长吴花蕾（左一）为荣获终身贡献奖的老师颁奖。

□文/图 本报记者 李丹

60年的执着守望，如红烛忘我；60年的呕心沥血，育桃李满园。

5月28日，漯河市商业幼儿园建园60周年纪念大会在开源大剧院召开。博学笃行，弘德明志，经历了60周年春华秋实的漯河市商业幼儿园的全校师生和校友嘉宾欢聚一堂，共享视听盛宴。

当天下午3点，伴随着《威风锣鼓庆华诞》，漯河市商业幼儿园建园60周年纪念大会正式拉开大幕……

用真情打动人心

幼儿园在职教师表演的情景舞蹈《洗衣歌》，讲述了幼儿园建园时，面对师资匮乏、条件简陋的情况，第一届老园长带领大家为园里的孩子们洗衣、驱赶蚊虫的故事。舞蹈时，他们忘了观众，忘了自己，使出浑身解数舞动四肢，感染了每一位观众。

《好大一棵树》唱出心声

“撒给大地多少绿荫，那是爱的音符……”独唱《好大一棵树》歌颂了教师为育人才甘做绿叶的精神，也

唱出学生对老师的感恩之情。一名即将步入小学的孩子说：“虽然我们即将开始新的学习生活，但是对于老师的教导之恩，我还是要真诚地说一声‘谢谢’！”

展示特色教学

老师和学生同台展示的武术与太极表演《少年中国》气势磅礴。商业幼儿园园长赵永勤告诉记者，她们一直把中国鼓作为音乐教学的新课程，因为鼓是精神的象征，鼓是力量的表现，鼓舞结合能传递团结奋进的精神力量。另外，鼓乐非常适合幼儿好动、好学、好听的年龄。

当《幸福一起来》的音乐响起的时候，文艺演出也接近了尾声。演出的总导演刘耀年老师接受记者采访时，疲惫的脸上露出了满意的笑容：“我对演员的表现非常满意。这段时间虽然辛苦，但为了这样一场盛会，一切都是值得的。”

商业幼儿园第一届毕业生刘胜利激动地说：“商业幼儿园六十岁生日，我能回来参加演出感到非常开心，也非常自豪！”

建园60周年纪念大会虽然结束了，但商业幼儿园的历史是一本翻不完的记忆册！这60年的漫漫长路上，团结奋进是商业幼儿园人的精神，沿着出发的方向前进是他们永恒的目标。



第一次采访校长

□市第二实验小学四一班 刘卜文

今天，我们将以小记者的身份采访校长，好紧张啊！

我们小记者团一行人来到了校长办公室。校长见到我们立马笑了，冲我们招招手说：“这里太小了，去会议室吧！”什么？我都不相信自己的耳朵。校长并不严厉，还很关心我们呀！我紧张的心情慢慢平静下来。

到了会议室，我们首先看到了满墙的奖状及奖杯，无私献血贡献奖、先进单位、先进集体……足足有34个！老天！我们学校真厉害，我想。

坐下后，校长先打破了沉默，笑着说：“没事，不用害怕，有什么尽管说吧！”看着校长和蔼可亲的笑容，大家开始一个个发言了。

胡官彤问了一个问题很好：“有的同学也许各方面都好，但家长只抓学习，这个问题您是怎么解决的？”

校长说：“学习很重要，但做人更重要。首先要学会做人，做一个有礼貌、有爱心的。”接着他又讲了故事，给我

们举了很多例子，我们一个个都听得入了迷。随后回答问题时，校长的每一句话都像涓涓细流进入了我们的心田，我佩服极了。校长说：“我们学校有多年历史，学校要求老师要有高尚的师德，要注重培养学生能力。我们要继续打造全市一流的学校。”听到这里，我们不由鼓起掌来。

我问校长：“刚才通过您的回答，我们知道了我们学校不只重视学习，还组织了多方面的活动。您对这些活动是怎么安排的？可不可以让我们了解一下？”

校长说：“这些活动有些是学校安排的，有些是教育局安排的，具体情况班主任会告诉你们，希望大家踊跃参加。”

时间很快过去了，我们还想问，可校长的手机响了，为了不打扰校长的宝贵时间，我们只好回去了。

通过这次采访，我明白了做人最重要，然后是安全，其次才是学习。有这么好的校长，我更喜欢这所学校了。