



## 把心理咨询室更名为“阳光心苑”，将“全员育心”理念渗透到每个岗位 这所学校让心理健康教育“润物无声”

文/本报记者 李小委  
图/本报记者 何昌键

在徐州市第三十六中学，一场心理健康教育的变革正在悄然发生。从心理咨询室更名为“阳光心苑”，到心理与美术、体育等学科的深度融合，再到社工驻校试点，这所学校正通过一系列创新举措守护学生的心灵成长，构建起全员参与、全程覆盖、全方位渗透的心理健康教育体系。

### “阳光心苑”： 让心理咨询成为“心灵晒太阳”

“现在同学们都爱来‘阳光心苑’晒太阳。”一名高中生笑着说。去年，学校将心理咨询室更名为“阳光心苑”，并选址在光照充足、紧邻操场的位置，寓意“让心灵被阳光包围”。学校心理老师冯璐解释：“我们鼓励学生多接触自然、多晒太阳，这里的光照和开放空间本身就是一种治愈。”

更名背后，是学校心理健康教育理念的升级。学校心理老师耿璐说：“学校的心理咨询是陪伴孩子成长的过程，我们希望学生能像植物一样，坦然收放、自在舒展。”如今，“阳光心苑”不仅是咨询室，还成为学生展示绘画、陶艺作品的“心灵画廊”。墙上挂着暖冬主题的画作，镜子上贴着“你笑起来真好看”等暖心标语。一名学生说：“有时候不用找老师，看到这些画和话，心里就舒服了。”

### “心理+美术”： 在创作中治愈心灵

去年冬天，学校举办了“暖冬心动之心灵涂鸦”活动。学生们用画笔描绘“身边的温暖”，有的画同桌分享的热水袋，有的画老师课后辅导的身影。学校心理老师杨思扬说：“我们希望通过艺术表达，让学生切实感受到爱与支持。”活动结束后，老师们挑选出部分学生作品，悬挂在校园走廊里。

这样的融合课程已成为学校特色。心理与美术组联合开发的陶艺课，让学生在捏制、雕琢中释放压力；心理漫画比赛则以“自我认知”“情绪管理”为主题，让学生用画笔表达内心。一名初中生说：“捏陶土时，所有烦恼都忘了。”学校心理老师邓洋阳补充道：“学生沉浸在创作的快乐中，本身就是一种治愈。”

这种“心理+美术”的融合实践，正悄然改变着德育与美育的边界。当学生把焦虑揉进陶土，把孤独绘成色块，情绪便有了可触摸的形状。课程不再只是技能训练，而成为情感流动的安全通道。教师也从知识传授者，转变为倾听者与共情者，用艺术为心灵松绑，让成长真实可感。



图① 学生在“好心情加分墙”写下心愿。  
图② 在“夸夸镜”前，学生们笑得很开心。  
图③ 老师在“心灵树洞”聆听学生心声。  
图④ 在“社工小屋”内，老师教导学生“不内耗”。

### 全学科渗透：让心理健康教育“润物无声”

在学校的心理健康教育工作体系中，“课堂”是主阵地。耿璐说：“心理健康教育不能只依靠心理课，更要渗透到各学科。”例如，语文课文中的童话故事蕴含同伴交往的道理，数学课倡导合作探究，道德与法治课则关乎价值观。一位语文教师表示：“老师们在学科备课时，会更关注心理渗透。”

学校还组织全体学生收看江苏省名师空中课堂心理健康“开学第一课”，并开发心理与体育融合课

程。课堂上，情绪调节、团队协作被有机融入运动教学，学生在奔跑与汗水中学会坚持与合作，焦虑得以缓解，自信悄然生长。学校精心设计的心理融合体育健康公开课，荣获徐州市体育与健康优质课评比大市级一等奖。

音乐课上，教师通过欢快节奏帮助学生调节情绪；班级合唱节则以“班班有歌声，人人都精彩”为口号，让学生在集体创作中体验快乐。

### 三级防护网：从普测到个性化支持

学校每年秋季对初高中新生开展心理普测，并构建“班级心理委员—班主任—心理教师”三级排查网络，为有需要的学生提供个性化心理关怀。

此外，学校通过家长课堂、家访等活动提升家庭教育能力。一名家长说：“以前觉得孩子‘叛逆’是故意作对，现在才知道是需求未被满足。”社工驻校试点则进一步拓展支持渠道。“社工小屋”的解忧信箱受到学生欢迎，来信内容涉及交友困惑、学业压力等，心理老师们坚持手写回信。一名学生在信中写道：“谢谢你们的倾听，让我觉得不再孤单。”

除此之外，学校还推动心理健康教育与德育、学科教学、校园文化建设深度融合：班主任将心理健康教育融入日常班级管理，定期开展心理主题班会，关注每一位学生的心理状态，及时发现问题、疏导情绪；学科教师在教学中渗透心理健康教育，挖掘学科中的心理教育元素，引导学生在学习中学会坚持、学会合作、学会抗压；打造“育心文化”校园，通过校园景观、文化长廊、主题活动，传递积极向上的心理理念，让学生在潜移默化中提升心理素质。

### 全员成长：心理教师与学科教师共育

耿璐、冯璐、杨思扬、邓洋阳等4名专职心理教师，被学校党委书记张焰亲切地称为“璐璐扬扬”组合，寓意“带领学生们一路向阳”。她们定期参加市级培训，并带领兼职心理教师团队开展危机干预讲座、教师减压工作坊。去年，全校教职员工共同观影《陪你到清晨》，将“全员育心”理念渗透到每个岗位。

“心理教师也需要成长。”耿璐说，“面对学生问题，我们有时也会无助，因此需要督导团队和持续学习。”如今，学校已形成“专职教师专业支撑、班主任一线排查、学科教师渗透融合”的工作格局。

“心理健康教育是‘慢艺术’，需要耐心和温度。”学校副校长李凌霞说，“我们希望每个孩子都能在阳光下健康成长，让心灵如花朵般自然绽放。”