**阳光“微行动”——“三关照、两突破、两拓宽”模式下的小学生心理健康教育的案例研究**

常州经开区南塘桥小学

庄铭迪 朱黎叶

德国著名心理学家艾宾浩斯曾这样概括性地描述心理学的发展历程：“心理学有一个漫长的过去，但只有短暂的历史。”从中我们不难发现，心理学成为一门独立的科学并开始蓬勃发展的历史并不久远。与心理学相对应而出现的一个名词：心理健康，则是更晚地被人们所关注到。

我今天所要谈的话题是心理健康这一庞大领域中更为微观的一个分支——儿童心理健康教育，涉及到的主体是儿童，而学校教育作为教育的载体是我们教育者永远无法避开的话题。随着时代的发展，儿童心理健康教育越来越受到重视，我将以三个生动的案例全面剖析南塘桥小学在推进学生心理健康教育过程中开展的系列活动——“阳光”微行动，一起来剖析在“阳光”微行动的引领下，学校对于学生的心理健康教育有哪些是值得借鉴的做法和思考。

1. 直击痛点问题——心理健康与生命安全同频共振、息息相关
2. 案例呈现与剖析：沉默的背后是严重的创伤

小章是五年级某班的一个成绩优异，不太爱说话的女孩子，平时留给老师的印象则是非常听话、乖巧，与同学能够友好相处，大家都一致认为小章是一个虽然有点内向但还算活泼开朗的学生。

五年级下学期已经开学了几天，小章同学突然向班主任朱老师请假肠胃不舒服，要休息几天。班主任朱老师同时也联系到了小章同学的父母，父母告知班主任朱老师孩子确实肠胃不适，一吃东西就呕吐，而且去了上海医院就诊也没有查出任何问题，所以才申请休假几天，在家进行简单的调理。可是，事情远远没有班主任朱老师想得那么简单，随着小章请假的天数越来越长，班主任朱老师开始怀疑小章同学是不是因为长期休息在家已经不愿意来学校了。于是班主任朱老师向班级里的心理委员询问小章同学在请假之前是否存在异样，心理委员告诉班主任朱老师小章同学开学初变得比以前更加沉默了，而且班级里有一位同学是她的邻居，似乎听到小章私底下说父母不关心她之类的话。班主任朱老师意识到小章同学可能出现了心理问题，但是无法确定原因。于是，班主任朱老师与任课数学老师一起来到小章同学家里，想通过家访了解事情原委。刚来到小章家，他们就发现小章与父母在发脾气并做出蹲在窗户口的极端动作。

很明显，这样一个原本还算开朗活泼的小姑娘遇到了难以逾越的心理障碍。通过一番艰难的沟通，班主任朱老师才最终确定了小章为什么这么多天没有来学校，并且今天做出过激行为的原因。原来，小章同学在开学初无意之间知道了自己并非父母亲生，因此联想到此前父母的种种行为，心理不断地暗示自己原来自己是被嫌弃的，养父母根本不是真心关心自己，班里的同学知道了会嘲笑自己。于是，班主任朱老师单独与其养父母沟通，让他们首先将事情的真相清楚地与女儿阐明，因为孩子总是处在猜测和担心中，所以脆弱的心理会不断瓦解，乃至崩塌。随后，班主任朱老师更是与任课老师每天都来到小章同学家里，亲自接她上学。经过一段时间，小章同学似乎解开了心结，也愿意自己上学，和同学重新有说有笑了。当然，班主任朱老师并没有放松警惕，而是让班级里的心理委员继续关注小章同学的行为和反应。

1. 案例思考：“阳光”微行动的三维度关照
2. 关照小学生心理问题的隐蔽性

在案例中小章同学给我们的表象是沉默但乖巧，在我们一般的认知中，乖巧听话的孩子是不会有心理问题的，而事实恰好相反，许多研究表明恰好是我们所认为的“乖”的孩子，越发容易出现心理问题。案例中班主任朱老师巧妙地利用“阳光”微行动中设置的班级心理委员的作用，迅速而准确地洞察到了小章同学隐蔽在生病背后的心理问题。

1. 关照小学生心理问题的复杂性

案例中朱老师虽然确定了小章同学不来学校是因为可能遇到了心理问题，但是朱老师还是决定实际去孩子家中家访了解，这也是“阳光”微行动中非常重要的一环，拉近与学生的距离，面对面交流才能发现真实的问题。

1. 关照小学生心理问题的反复性

案例中虽然最后小章同学在朱老师的鼓励下和父母的开导下解除了心理顾虑，也放弃了要轻生的念头，但朱老师意识到了小学生心理问题的反复性，因为孩子家里特殊的情况是现实，已经无法改变，所以心理的疏导一定是一项长期的任务，这时候心理委员的作用再一次体现，同学们会通过平时的接触向班主任老师反馈小章同学近期的心理状况，从而来确定这个孩子是否真正地走出了心理困境，迎来了阳光心理。

1. 直击难点问题——多学科参与的融合教育任重道远
2. 案例呈现与剖析：离家出走的背后是爱的缺失

四年级某班同学小蒙是班级里平时默默无闻的一个，班主任庄老师平时观察发现小蒙同学经常上课走神，但是根源无从得知，即使已经关注了很久，但这个孩子不肯多说些什么。2022年5月的某一天晚上，正是周六，9点半左右原本庄老师已经打算休息，可正在这时，小蒙同学的爸爸在微信上给他发了一条信息，说小蒙到现在还没有回家，之前也有如此情况，但是他都会回家。庄老师立刻意识到这件事情的严重性，告诉家长如果再找不到就要选择报警，同时也询问了一下事情的缘由，原来是小蒙的妈妈下午在家因为孩子玩手机的事情骂了孩子几句，孩子就跑了出去再也没回来。所幸，在孩子妈妈的回忆下以及在警察的帮助下，最终庄老师在晚上12点左右找到了孩子，原来孩子是留宿在了另外一个三年级孩子的家里。有惊无险，但班主任庄老师知道事情的后续处理至关重要。

在与孩子父亲的谈话中，班主任庄老师得知孩子父亲一再强调孩子母亲不会管教孩子，小孩很叛逆，总是喜欢玩手机游戏，而且还经常跟一些三年级的同学玩手机，曾经为了玩手机的事情在家大吵大闹，甚至出现和父母打架、从阳台跳下来的情况。从孩子母亲那里，班主任老师基本上明确了问题的根源，在电话那头，孩子母亲和孩子甚至是用哭诉的方式告诉他的：孩子父亲工作很忙，回家之后就是看手机，看新闻，家务劳动从来不做，休息在家也是一整天看手机。难得辅导孩子作业，更多的是暴力解决，当孩子写错了或者答案不一样就对孩子拳打脚踢。孩子母亲其实是知道这样做不对，但苦于没有教育方法，也无法说动孩子父亲做出改变，于是家庭氛围就变得异常紧张。孩子母亲的话让班主任老师恍然大悟，孩子身上出现的种种问题，都是源于家庭亲情的缺失，父母无法给予孩子信任和爱的氛围。

认真分析了小蒙同学家里的情况以及他自身的问题，班主任老师决定来帮一帮孩子和这个家庭。先从他的父亲着手，班主任老师明确地告诉孩子父亲，最大的问题在父亲身上，是他要下定决心做出许多的改变，而下这样的决心是很困难的，过程也是艰难的，孩子父亲告诉班主任老师可能比较难做到，自己工作忙真的很难兼顾到孩子更多的感受。随后，班主任老师利用班会课进行教育，同时利用课余时间单独与小蒙交流，告诉他现在他的爸爸妈妈已经决定做出改变，他自己也要做出改变，而且还把即将给他们家庭制定的约法三章的信息告诉孩子，目的是为了让孩子重新看到希望和亲情的阳光，并且在后续的观察中不定期询问孩子、孩子父母落实情况，是否按照约法三章上的内容来做，形成了一个具有闭环管理效果的教育。同时班主任老师还发现小蒙同学虽然在学习成绩上比较落后，但是在体育方面有特长，于是找到体育老师平时多给孩子鼓励，让他发现自己的优点，慢慢地淡忘家庭的矛盾和父母的冷漠。这件事情同时也引起了小蒙同学其他任课老师的关注，任课老师们都向班主任老师进行了询问，了解情况。后来，我们也不难发现，不管是语文课，还是体育课，甚至是劳动课、社团课，小蒙同学的身影都活跃在这些课堂上。虽然对于小蒙同学而言，家庭教育的爱仍然处于缺失或半缺失状态，但至少学校“阳光”微行动给予孩子的爱弥补了一部分。

（二）案例思考：“阳光”微行动的两大突破

1、突破了家庭教育缺失的遗憾。对于有些孩子，家庭教育的爱可能永远也无法传递给他，这时候，学校教育就要想办法给孩子缺失的弥补。案例中班主任老师以及任课老师在认清现实的情况下，依然决定要给予这样的孩子更多的关爱，充分体现了“阳光”微行动的本质。

2、突破了班主任老师为唯一心理疏导者的错误认知。学校倡导的“阳光”微行动不仅仅局限于与学生更为亲近，更容易敏锐地捕捉到学生心理问题的班主任老师，而是将范围扩大，每一位教师都是德育工作者，都有责任去肩负起学生的心理健康教育问题，无论是小小的鼓励，还是多给予一次尝试，都将对遭受心理困境的孩子产生希望的质变。

1. 直击毒点问题——家校社协同育人的互相割裂
2. 案例呈现与剖析：暴力教育的背后是家长的无知与无奈

五年级某班小王同学平时不爱学习，经常与班级里一些调皮学生混迹在一起，因此没少受老师的批评。同时，小王同学还有一个非常不好的习惯——喜欢偷拿家里和同学的东西。为此，小王的父亲每次发现儿子偷拿家里的东西就暴跳如雷，将小王痛打一顿，并且在一次家暴之后，小王父亲将儿子被打受伤的照片、视频等发在某直播平台上。这件事迅速引起了学校的关注并由此介入处理，小王父亲删掉了照片和视频，也承诺今后将不会使用暴力对待小孩，但是他也向学校老师吐露了自己的无奈，因为孩子身上的恶劣品质实在太多，再不教育恐怕就晚了。但是，班主任老师知道这样的事情仅仅靠学校的教育是不够的，家长是否真的会不再进行家暴，孩子是否真的会改正不良习惯，一切还需要调动家庭、社区、社会等多方面的教育力量。因此，在后续事情的处理上，学校联合当地妇联开展了对家长的沟通教育工作和对受到家庭暴力的孩子的心理辅导工作，也多次调用社会资源，与专业的心理辅导机构对接，召开家长会让家长一起来学习如何正确教育孩子。同时，班主任老师通过开展相应的主题班会和单方面的沟通，随时随地了解小王同学的心理状态和学习状态。

（二）案例思考：“阳光”微行动的两大拓宽

1、拓宽了育人渠道。案例中我们不难发现班主任老师所代表的学校教育力量在整个事件中所起到的作用与其他教育渠道起到的作用是同等重要的。这就是“阳光”微行动在实践过程中必须具有的广泛的育人渠道，学生成长受到多方面因素影响，家庭教育也是至关重要的一环，仅仅依靠学校教育往往是起不到长久的作用，因此在这样的案例中，家长至少愿意配合学校教育，这也为后续的对学生开展的一系列心理教育、习惯教育打下了基础。

2、拓宽了受教育的范围。在之前两个案例中，我们发现受到教育触动的更多是学生，而在这个案例中，对法律知识并不十分了解的孩子父亲也接受了法律教育，孩子接受了除心理教育以外的其他的，来自各方面的习惯教育、行为品质教育，可谓是从横向和纵向两个角度拓宽了教育范围。

综合以上三个案例的分析与解剖，我们能看到，南塘桥小学对于存在心理问题的学生所实施的阳光“微行动”，在“三关照、两突破、两拓宽”模式下引发了一部分学生在心理困境上的转变，也由此，我们能惊喜地发现，只要能从“微”这个字眼出发，做到细致入微，哪怕是小小的阳光也能照进孩子们的心里。