

# 点亮心灯 助燃希望

## “心手相牵 用爱圆梦”惠济区首个心灵疏导慈善项目成功设立

### “心手相牵,用爱圆梦”

10月31日,惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目走进惠济区薛岗小学。组织全体学生开展了心理健康教育讲座,本次讲座由心理学专家、国家二级心理咨询师、中国儿童潜能激励专家、郑州师范学院特聘教授冀未来,国家二级心理咨询师、郑州未来心理工作室资深心理咨询师王雪莲主讲。

### 面向学生的讲座——能力是成长的基石:

王雪莲老师以小学生的自我认识作为开篇,从学生的个人梦想切入,引导学生深入了解好学生的标准是什么,如何培养自己的能力。

### 面向家长的讲座——用爱陪伴孩子健康成长:

冀老师通过生动的案例,清晰的指引,开展家长互动,深入浅出地引导家长认识到孩子的健康成长不仅是成绩好,还需要树立正确的人生观,自觉遵守规章制度,能友好地与同学、老师相处,能为集体做有意义的事,能正确对待挫折、对待批评。冀老师的讲解引发了家长的情感共鸣,深深打动了每一位家长。

### 面向老师的讲座——因材施教、乐在其中:

冀老师告诉教师们说:“要敢于在学生面前表达自己真实的情感,展现有血有肉的教师形象。只有真实的教师才能真正成为学生的朋友,才能与学生建立平等而真诚的友谊……”

惠济区民政局局长、惠济区慈善总会常务副会长付广喜表示:惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目的成功举办,为惠济区营造了健康文明、积极向上的校园文化氛围,传递了校园正能量,进一步提高了师生的心理素质,促进了学生身心健康和谐发展,对学校的和谐、稳定发展起到了积极的推动作用。同时,此次关注青少年心理健康的慈善项目也是惠济区首次举办,是惠济区传统扶贫慈善到扶智慈善的探索和转变。



老师们揭开TA理论的神秘面纱



面向家长的讲座



老师们积极参与

### 借助“心”能量 打理好未来

10月26日下午,惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目走进惠济区开元路小学。特邀心理学专家、国家二级心理咨询师、中国儿童潜能激励专家、郑州师范学院特聘教授冀未来做客开元路小学二楼会议室,做了题为“心手相牵,用爱圆梦”的精彩讲座。开元路小学全体教师认真参与了学习。

讲座开始,冀教授从“什么是TA理论”导入,通过冀教授的讲解,老师们揭开了“TA理论”的神秘面纱。“TA(transactional analysis,沟通分析)理论”是一种人格理论,也是一种系统的心理治疗方法,以达到使人成长和改变的目的”,它以自我状态模式来描述人格的3个部分。冀教授深入浅出的分析,赢得了全体教师的热烈掌声。

接着,冀教授从沟通方式——安抚入手,详细分析了正面安抚和负面安抚,并结合学生的实际表现,分析了成因。

### 放下压力 快乐工作

10月27日下午,惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目走进老鸦陈中心小学。邀请心理学专家、国家二级心理咨询师、中国儿童潜能激励专家、郑州师范学院特聘教授冀未来教授在多媒体报告厅做了题为“放下压力快乐工作 助力教育强国梦”的精彩讲座,全体教师聆听了讲座。讲座由德育处主任申菲菲主持。

冀教授从压力从何而来、如何缓解压力、如何有效沟通等几个方面与教师交流。冀教授运用深入浅出的语言,丰富真实的案例讲述让在场老师认识到了缓解压力的重要性,任何形式的沟通都是获得安抚的主要途径,不同沟通方式

带来的结果千差万别,最有效的沟通方式是倾听,最好的沟通方式是从“你好—你好”开始。

最后,聆听讲座的教师就自己在工作和生活中遇到的实际问题现场请教冀教授。冀教授耐心细致地作出了针对性回答,同时给出了建设性意见。

整个讲座过程中互动良好,笑语、掌声不断。听完冀教授的讲座,老师们觉得受益颇多,冀教授的讲座给老师们送来了精神营养大餐,使老师们看到了生活中的美好,解除了精神上的烦恼、心中的苦闷,知道了怎样维护健康心理。

带来的结果千差万别,最有效的沟通方式是倾听,最好的沟通方式是从“你好—你好”开始。

最后,聆听讲座的教师就自己在工作和生活中遇到的实际问题现场请教冀教授。冀教授耐心细致地作出了针对性回答,同时给出了建设性意见。

整个讲座过程中互动良好,笑语、掌声不断。听完冀教授的讲座,老师们觉得受益颇多,冀教授的讲座给老师们送来了精神营养大餐,使老师们看到了生活中的美好,解除了精神上的烦恼、心中的苦闷,知道了怎样维护健康心理。



活动现场

惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目由惠济区慈善总会联合惠济区教体局、郑州未来心理工作室专门为郑州市惠济区各个年龄层学子、教师、学生父母等提供心理咨询、讲座服务的公益培训。目标是为受益人群改善亲子关系、提升沟通技巧、疏导心理问题、人才能力培养,提升自行解决自身问题能力等,这是惠济区设立的首个关注青少年心理健康的慈善项目。

10月20日~31日,惠济区“心手相牵 用爱圆梦”——青少年心理援助项目在全区多所小学成功举办。针对辖区学子、教师和家长分别开展《中小学生心理健康与自我成长教育》《青少年心理研究研修班》《学校亲子关系教育课堂》等公益课堂,上千学子、家庭、教师等群体受益。

记者 蔺洋 通讯员 郭昱文/图



面向学生的讲座——能力是成长的基石